

Volunteers

11月号
2020年192号



出会えてよかった

～電話がつなく 一期一会～

「誰かに聞いてもらいたい…」

大人や子どものこんな思いを受け止める
電話相談のボランティア活動があります。

コロナ禍で他の人との接触が少なくなるなかでも、
人と人とのつながりは強く求められています。



INDEX

出会えてよかった

～電話がつなく 一期一会～…………… 2～5

ボランティア・イベント・講座情報…………… 6～7

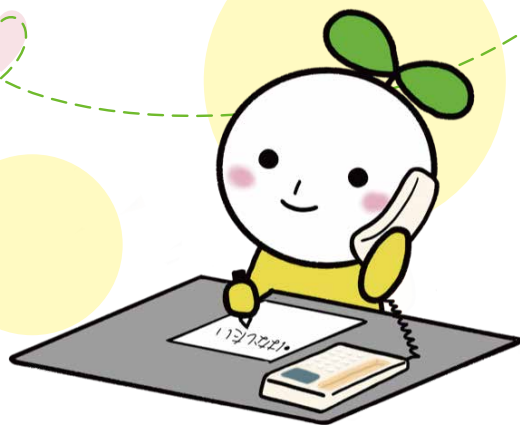
京都市福祉ボランティアセンターからのお知らせ …… 8

※状況によって活動が変更になる場合があります。主催団体にお問い合わせください。

出会えてよかった

～電話がつなく 一期一会～

誰かに話を聞いてもらいたい、相談したいと思っても身近な人には話しづらかったり、相談できる人がいなかったりすることは、大人にも子どもにもありますよね。そんな時、電話をかけてくれることを待っている人がいます。



チャイルドライン京都

「18 歳までの子どもを対象に『心を聴く』電話です。電話をかけてきた子どもは、自分自身の気持ちや、抱えている困難について話すことで、心を開放し、混乱した気持ちを整理したり、自分自身を癒したり、確かめたりします。(チャイルドライン京都リーフレットより抜粋)」
代表の根本さん、事務局長の小松さんに、活動に関わるなかでの思いを伺いました。

チャイルドラインは “子どもにとっての「赤ちょうちん(居酒屋)」” になれたらと思っています

これは、チャイルドライン京都常任理事である本多克治さんの言葉です。大人は居酒屋に行くなど、ストレス発散できる方法を思いつくけれど、子どものストレス発散の方法は大人ほど選択肢が多いわけではありません。だからこそ子どもたちにとっての「赤ちょうちん」のような存在だったらいいなと思っています。

話を聴いてほしい子どもたち

研修は受けても資格を持つわけではありません。素人だけど子どもの声を通じて、子どもの世界を知ることができるのは、受け手ボランティアへのご褒美だと思っています。“子どもたちのいま”を聴くなかには悩みや相談だけでなく、「テストで良い点だった」「友達とこんな遊びができたよ」など、楽しかったことや、おもしろい話もあります。

子どものことを知っている人が一人増える、 それは社会資源が増えること

受け手ボランティアになるには、養成講座の受講が必須で、今が年に一度のチャンスです。いろいろな人が加



チャイルドライン京都
理事長 根本賢一さん(右)・事務局長 小松澄子さん(左)

わって、受け手を経験し子どもの話を聴ける人が地域に増えていくことは、子どもたちが笑顔になれる社会へとつながる第一歩。いつかチャイルドラインが必要ない社会になればと願っています。

大人がこれだけしんどい世の中、 子どもたちがしんどくないわけがない

子どもの声を真摯に受け止め、社会に還元することが、子どもたちが子ども時代をのびやかに豊かに過ごせる環境づくりの一助となります。あなたもチャイルドライン京都の活動に参加しませんか?一人でも多くの方といっしょに、京都で「チャイルドライン」をつくりあげていきましょう。

第20期 子ども電話受け手ボランティア養成講座

<内容>

1 11月15日(日)
10:30～12:00<ZOOM>
「子どもの権利条約と子どもたちの今」
講師：柴田長生さん
京都文教大学こども教育学部教授

2 11月15日(日)
14:00～15:30<ZOOM>
「子どもの性と生～人権尊重の視点から」
講師：渡邊安衣子さん
(公社)京都府助産師会理事、子育て・女性支援
団体「京mom マム～キレイ」代表

3 11月22日(日)
14:00～16:30<ZOOM>
「チャイルドラインにおける「聴く」とは」
講師：田中研三さん
チャイルドライン京都スーパーバイザー臨床心理士
木かげの家相談室カウンセラー

4 11月23日(月祝)
10:30～16:30<ひと・まち交流館 京都>
「受け手のためのロールプレイ(1)(2)」
講師：田中研三さん
ファシリテータ：チャイルドライン京都スタッフ

【インターン研修について】

2020年12月～2021年3月の間に実施予定。
コロナウイルス感染症拡大状況により、ZOOMを取り入れるかどうか判断します。なお、1月～3月の間に2回、実際のシフトに入って電話を取っていただきます。

<内容>

1. 守秘義務・組織・事業について
2. 留意すべき対応について
3. ワークショップ
4. 受け手決定のためのロールプレイ(1)(2)

場所：①～③ZOOM開催、④ひと・まち交流館 京都

対象：15歳以上

(中学生除く。18歳未満は保護者の同意が必要)

費用：養成講座…8,000円

インターン研修…3,000円

申込方法：TEL・FAX・メール(件名に「養成講座申込」を記載してください)で11月10日(火)までに申込



お申し込み お問合せ



特定非営利活動法人 チャイルドライン京都

住所：〒607-8427 山科区御陵久保町52-24 真明電気2階

電話・FAX：075-585-3038 開局日：火・水・金 10:00～16:00

HP <https://kyotochildline.org/>

Facebook <https://www.facebook.com/childlinekyoto/>

HP



Facebook



**チャイルドライン京都の
活動支援をお願いします**

活動に賛同いただくことが誰かを支える力になります。

<振込先>

- ・口座名：特定非営利活動法人 チャイルドライン京都
- ・郵便振替：00970-3-0272583
- ・銀行振込：京都銀行 河原町支店 普通 3918248

ご寄付に
ついてはコチラ



18さいまでの チャイルドライン
電話：0120-99-777

[まいにち16時～21時]

チャイルドラインは4つの約束をまもるよ。
安心して電話してね。

ヒミツはまもるよ

名まえは言わなくてもいい

どんなことでも、いっしょに考える

切りたいときには、切っていい

出会えてよかった

～電話がつなく 一期一会～

京都いのちの電話

「いのちの電話」はこころの危機に遭遇した人の声に耳を傾け、寄り添う活動です。
「電話相談って難しそう…」「関心はあるけれど、私にできるかな?」と感じる方が多いのでは?
「子育てが一段落をしたので」「退職後のセカンドステージとして」等始めたきっかけや活動歴、
年齢もさまざまな電話相談員ボランティアさんから、活動についての思いを伺いました。

電話という匿名性の高い
つながりのなかで、電話をかけた人と
お互いに心が通じ合えたと思える、
いっしょに生きていると感じられるのがうれしい。



あんな風になりたいと思う
すてきな先輩たちに出会えたから
私もがんばっています。



活動を続けていると
“プレゼント”を受け取ることがある。
よかったと思えたり、成長できたと
感じたり、新しい出会いがありますよ!



「ボランティアをやっていたよかった」とわかちあえる仲間がいます

「電話を受けるときはいつも緊張します。」と電話相談員としての活動歴が数年のボランティアさんも 20 年近い方もおっしゃいます。

「相談を受けるなかで『もっとよい対応ができたのではないかな』など不安に思うときもあります。でも研修や交流会で勉強を続けるので、少しずつステップアップできているのかな。」「『しんどい』と思ったこともあるけれど、仲間がいるし事務局のフォローもあるのでやってこれたと思います。」と皆さんが活動していてよかったと話されます。

電話相談員は 2 年の養成期間を経て活動を始めますが『絶対短縮できない必要な時間です!』とボランティアさんからも言われています。」と京都いのちの電話 事務局長 中瀬真弓さん。「私たち事務局が心がけていることは『電話をかけた人と電話相談員とが“よい出会い”

となること』です。1982 年の活動以来、ボランティアさんが安心して活動できる体制を作ってきたと自負しています。」とおっしゃいます。

コロナの影響

等で、孤独や不安を感じている方が増えています。電話相談員さんが増えれば、しんどい思いを抱えている、一人でも多くの方に寄り添うことができます。みんながもう少し生きやすい社会になるよう、あなたも活動に参加しませんか?



京都いのちの電話 事務局長 中瀬真弓さん

京都いのちの電話

電話：075-864-4343

[年中無休24時間]

名の必要はなく、秘密も守られます。宗教や思想を尊重します。相談員は、所定の研修を修了した認定者です。

いのちの電話ナビダイヤル

電話：0570-783-556

[午前8時～午後10時]

全国のいのちの電話センターのなかで、空いている電話につながります。

※通話料金は、遠方につながる場合でも、電話をかける方の負担となりますのでご注意ください。

フリーダイヤルいのちの電話

電話：0120-783-556

[毎月10日 午前8時～翌日午前8時]

全国のいのちの電話センターのなかで、空いている電話につながります。

※通話料金は無料です。

講座「“聴く” 大切さ ～聴ける人になるために～」

<内容>

相手がしんどい時、話をしてちょっと楽になってもらう
「話の聴き方」を体験してみませんか。

- ・1月24日(日) 14:00～16:00
- ・1月29日(金) 18:30～20:30
- ・2月14日(日) 10:00～12:00
- ・2月26日(金) 18:30～20:30

※各回同じ内容です。

場所：ハートピア京都

(中京区竹屋町通烏丸東入る清水町 375)

アクセス方法：地下鉄「丸太町」5番出口すぐ

費用：無料

定員：各回 10名

申込方法：下記まで電話か FAX で申込

ボランティア電話相談員募集

<内容>

「ひとこと言葉が生きる力につながることもある」と信じて、相談者の声に耳を傾ける活動です。

養成期間：2021年5月15日(土)～2023年3月(2年間)

開催日時：主に土曜午後

場所：受講決定後にお知らせ

対象：20～68歳で、こころざしのある方

費用：1年次 計44,000円 2年次 10,000円

※35歳以下には特別割引あり

申込方法：2021年4月14日必着で、受講申込書を送付

※申込書はホームページからダウンロード。

または下記まで資料請求

ボランティア
募集については
コチラ



お申し込み
お問合せ

社会福祉法人 京都いのちの電話

住所：〒616-8691 京都西郵便局私書箱 35 号

電話：075-864-1133 FAX：075-864-1134

HP <http://kyoto-lifeline.com>

HPはコチラ



活動を
応援!

京都いのちの電話の
活動支援をお願いします

<振込先>

・口座名：社会福祉法人 京都いのちの電話

・郵便振替：01050-0-44782

・銀行振込：三菱UFJ銀行 京都支店 普通預金 299707
京都銀行 帷子ノ辻支店 普通預金 130302

資金ボランティア
についてはコチラ



電話相談窓口の向こう側にいる人の多くは、もともとは専門的な知識を持っていなかったボランティアさんです。「誰かと話したい」と思っている人と、そんな人を支える人たちが身近にいらっしやることを紹介しました。

社会の変化のなかで不安を感じ、「誰かに話を聞いてもらいたい」という需要が高まる一方で、活動の担い手が増えていないことは大きな課題となっています。今、しんどい思いを抱えている人を応援できる方法はいろいろあります。この機会にあなたも活動をはじめてみませんか?



ボランティア活動の“もしも”に備える ボランティア保険

「ボランティア保険」は、ボランティア・市民活動を行う個人を対象に、年度単位(4/1～翌年3/31)で加入できる保険です。活動中の不慮の事故を補償します。



ボランティア保険の加入は各区社会福祉協議会でも受け付けています。取組内容により加入できる保険は異なります。詳細はホームページで確認いただくか下記に問合せください。



各区
社会福祉協議会



株式会社
エスアールエム

<基本コース保険料> 保険料1名につき

Sプラン 250円 **Aプラン 300円** **Bプラン 500円**

※地震災害等の支援ボランティア活動の際は天災コースにご加入ください!
地震・噴火・津波によるケガも補償します。

▼ こちらもご紹介します。 ▼
レクリエーション・イベント
開催時に

福祉行事保険

福祉事業者のための
福祉事業総合補償制度
まごころワイド

● 問合せ先 京都市福祉ボランティアセンター
【取扱代理店】株式会社エスアールエム
専用ダイヤル 075-255-0883
TEL 075-255-0881 FAX 075-255-0882
メール：hoken@srm-net.co.jp
HP：<https://srm.moushikomi.jp/>
【引受保険会社】三井住友海上火災保険株式会社

ボランティア募集



障がい



右京区 本が好きな方、お話ししましょう!

車いすを利用されている方への 支援ボランティア募集



障がいのある女性のちょっとした困りごとをサポートしてくださる方を募集しています。

<活動内容>

- ①パソコンを用いたお手伝い (Word 入力、検索等)
- ②右京中央図書館への同行 ③北区の通院付添い
いずれか 1 つ、短時間でも構いません。

人 年齢・男女不問

¥ 交通費等ボランティア負担

☑ まずは電話・メールでお問合せください。

右京区社会福祉協議会 (担当: 松田・松山)

右京区太秦森ヶ前町 22-3

☎ 075-865-8567 FAX: 075-865-8569

✉ info@ukyoku-syakyō.net

🌐 <https://ukyoku-syakyō.net/index.php>

北区 70~80歳代の方が活躍中!

昼食づくり 有償ボランティア募集



YOUYOU 館 (ゆうゆうかん) は、主に精神に障がいのある方を対象とした障がい者福祉サービス事業所です。

ご利用者向けの昼食を作っていただけませんか? 1 回あたり 10 食前後です。特に一人暮らしの利用者の皆さんは揚げ物が中心のお弁当の利用が多いので、野菜を中心にバランスのとれた料理を希望します。



🕒 月・水・金曜日 9:30~12:00

🚶 地下鉄「北大路」、市バス「北大路新町」徒歩 5 分

¥ 謝金あり

☑ まずは電話・メールでお問合せください。

YOUYOU 館 (担当: 塚本・橋本)

北区小山下初音町 14-4

☎ 075-495-6085 FAX: 075-495-6095

✉ youyoukan@ares.eonet.ne.jp

イベント・講座

東山区 介護の「しんどい」「つらい…」を話せる場所です

介護者の心と身体のやすらぎカフェ (金剛寺介護者カフェ)



介護の悩み、一人きりで抱えていませんか? 心のもやもやを話して、少しすっきりできるカフェです。入退室は自由です。普段、お寺と関わりがない方でも介護に関心のある方はどなたでもご参加ください。

<11 月特別講演>

私の介護体験談

講師: 男性介護者を支援する会 代表 朝田 健太 氏

🕒 奇数月第2水曜日 13:30~16:00 11月11日(水)

🚶 地下鉄「東山」1 番出口から東へ徒歩 3 分

👤 介護をしている方、関心のある方

¥ 無料

☑ 電話・FAX・メールでお申し込みください。

※Zoom によるオンライン参加も可

浄土宗 金剛寺 (担当: 中村)

東山区三条通白川橋東入ル五軒町 124

☎ 075-771-2442 FAX: 075-771-2442

✉ tbiwa5200244@gmail.com

🌐 <https://www.kongoji-kyoto.org/>

下京区 あなたを必要としている子どもたちがいます

公開講座「つながろう! 社会で子どもたちを育むには ~子どもに寄り添う、里親という生き方~」



さまざまな事情で家族と暮らすことができなくなったり、しんどい思いをしている子どもたちがたくさんいます。

地域の子どものために何ができるか一緒に考えてみませんか。

◆京都府下の子ども支援について

◆里親体験談~養育・特別養子縁組・週末里親の話~

◆グループ交流

🕒 11月29日(日) 13:45~16:30

🏠 ひと・まち交流館 京都 大会議室

(下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83-1)

🚶 市バス4、17、205号系統「河原町正面」すぐ、京阪電車「清水五条」徒歩8分、地下鉄烏丸線「五条」徒歩10分

¥ 無料

👤 50 名程度 (先着順)

☑ 11 月 19 日 (木) までに、電話か上記 QR コードの申込フォームからお申し込みください。

京都市里親会事務局(京都市児童相談所内)

(担当: 重松)

上京区竹屋町通千本東入主税町 910-25

☎ 075-801-2929 (代表) FAX: 075-822-4175

山科区 手話をはじめて学ぶ人に

やましな ふれあい手話講座 (全6回)



聴こえないってどんなこと？ 当事者から直接手話を学んで、自分に何ができるのか一緒に考えてみましょう！

- 🕒 <昼の部>1月20日～2月24日(水曜) 13:30～15:00
<夜の部>1月21日～2月25日(木曜) 19:00～20:30
- 🏠 1～4回 山科総合福祉会館
5・6回 山科身体障害者福祉会館
- 🚶 地下鉄「東野」徒歩8分、京阪バス「山階校前」徒歩5分
- 👤 山科区在住、在学、在勤のいずれかで、全日程出席できる手話をはじめて習う方
- 💰 無料 🧑 各部7名(申込多数の場合は抽選)
- 📅 12月14日(月)までに、昼か夜の部・氏名(ふりがな)・住所・電話・職業・年齢を、電話・FAX・メール等でお知らせください。

山科区社会福祉協議会(担当:三崎)

山科区西野大手先町2-1

☎ 075-593-1294 FAX: 075-594-0294

✉ fukusi08@mediawars.ne.jp

🌐 <https://www.mediawars.ne.jp/fukusi08/>

物品募集

中京区 食品ロスを減らして笑顔を増やす

余った食品が 子どもたちへの支援に!



食べられるのに廃棄される食品はありませんか？ 京都市内の子ども食堂・子どもの居場所などを実施する団体へ無償提供します。個人からも企業からも大歓迎です！
まずはご連絡ください。



食品メーカー様などから終了後の期間限定商品やパッケージ破損等の食品や飲料を提供いただき、子どもを支援する団体に提供できました！

<受付食品>

賞味期限が1か月以上ある、未開封の食品・飲料
特にお米や缶詰は喜ばれます。

- 🚶 地下鉄烏丸線「丸太町」下車すぐ
- 📞 まずは電話・FAX・メールでご相談ください。

きょうとフードセンター(担当:森)

中京区竹屋町通烏丸東入清水町375 ハートピア京都5F
京都府社会福祉協議会内

☎ 075-252-6299

電話受付:平日9:00～17:00(年末年始・お盆除く)
FAX: 075-252-6310

✉ f-yuinet@kyosyakyo.or.jp

上京区 余った食品が、誰かを助ける!

フードドライブ(食品寄贈の 集荷拠点)やっています!



ご持参いただいた使いきれない食品は、フードバンク活動をされている特定非営利活動法人セカンドハーベスト京都様への寄贈を通じて、必要としている方に届けられます。

ご家庭の「食品ロス」を減らす
取組としても効果的です!



<受付食品>

賞味期限の記載があり、ご持参日時点で期限まで2か月以上ある、未開封の食品・飲料

- 白米 ○玄米 ○パスタ ○缶詰 ○離乳食
- レトルト・インスタント・フリーズドライ食品
- 調味料 ○お菓子

※アルコール、ノンアルコール飲料は不可

- 🕒 第2・4金曜日(祝日は休館) 9:00～17:30
- 🏠 京都YWCA ロビー(南西コーナー)
- 🚶 地下鉄「丸太町」2番出口から北へ徒歩7分

公益財団法人京都YWCA(担当:篠田)

上京区室町通水上近衛町44

☎ 075-431-0351 FAX: 075-431-0352

✉ office@kyoto.ywca.or.jp

🌐 <http://kyoto.ywca.or.jp/>



下京区 おうちに古タオル眠っていませんか?

古タオル(綿100%)を 集めています



社会での活動に不安を抱く方々との居場所づくり事業で、ウエス(雑巾)を製作しています。ウエスの材料として、古くなったタオル・タオルシート等綿100%のパイル生地を集めています。施設・企業からの大量・定期的な寄贈もお待ちしております!

- 🕒 月曜～土曜9:00～21:30 日曜・祝日9:00～17:00
※第3火曜日 休館

- 🚶 市バス4、17、205号系統「河原町正面」
京阪電車「清水五条」徒歩8分
地下鉄烏丸線「五条」徒歩10分

- 📞 ご持参いただくか、お送りください。
(恐れ入りますが、送料はご負担ください。)

京都ボランティア協会(担当:内藤)

下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83-1

ひと・まち交流館 京都 1階

☎ 075-354-8714 FAX: 075-354-8715

京都市福祉ボランティアセンターからのお知らせ

新しい出会い！やりがい！

無料

ボランティア講座 (YouTube限定配信+体験)

YouTube でボランティア活動について学んでみませんか？興味があれば、気軽に、楽しくボランティア体験！

<内容>

- ・講座 (YouTube 視聴)
- ・ボランティア体験 (希望者のみ)

YouTube 配信期間：

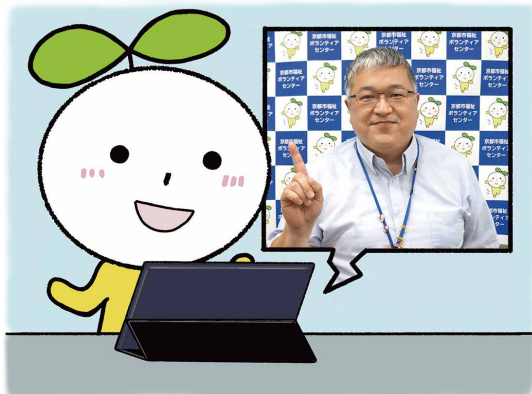
12月7日(月)～12月20日(日)

費用：無料

申込方法：メールで、氏名・住所・電話番号・メールアドレスをお知らせください。視聴アドレスをお送りします。
メール：v.info@hitomachi-kyoto.jp



↑
メール送信は
コチラから！



あなたにもできる！車いす点検

無料

車いす点検講座 (YouTube公開中)

車いす点検ボランティア「スイマルク」さんが、車いすの日常チェックの方法を解説します。長く安全に使用するために、点検のコツを学んでみませんか？

コロナの影響で講座が中止になったため、どなたでもチャレンジしやすいよう、スイマルクさんの活動内容をギュッと凝縮した講座です！

費用：無料



↑
講座の視聴は
コチラから！

車いす点検ボランティア「スイマルク」 ボランティア募集中です！

車いすを安全に利用していただくためにメンテナンス活動をしているグループです。マニュアルに沿って点検を行うので、男女問わず、初心者でも安心して活動できます。みんなで楽しく活動しています。興味を持った方はご連絡ください！

車いす点検ボランティア「スイマルク」(担当：谷口)

電話：090-4763-5058

メール：suimaru@gmail.com



↑
メール送信は
コチラから！



ボラセンFacebook・Twitterやってます！

毎週金曜更新で、ボラセン特選のとおきのボランティア情報をお届けします！ぜひ登録してくださいね。

Facebook



京都市福祉ボランティアセンター

Twitter



@kyoto_vora

編集・発行／京都市福祉ボランティアセンター

〈設置〉京都市 〈運営〉社会福祉法人京都市社会福祉協議会

〒600-8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る

梅湊町83番地の1 (河原町通五条下る東側)「ひと・まち交流館 京都」3階

TEL 075-354-8735 FAX 075-354-8738

http://v.hitomachi-kyoto.jp/

v.info@hitomachi-kyoto.jp

京都市福祉ボランティアセンター @kyoto_vora

京都市福祉ボランティアセンター

携帯電話から
簡単アクセス



本誌に関する
ご意見・ご感想を
お待ちしております！



- 【交通機関】●京都市バス4・17・205号系統「河原町正面」停留所下車
●京都市営地下鉄烏丸線「五条」下車、5番出口より徒歩約10分
●京阪電車「清水五条」下車、1番出口より徒歩約8分
●立体駐車場 最初の1時間410円、以後30分ごとに200円
(混雑が予想されますので、できる限り公共交通機関をご利用ください)
- 【開所日時】●月～土：午前9時～午後9時半 ●日・祝：午前9時～午後5時
●休館日：第3火曜日(祝日にあたる時は翌日)、年末年始



京都市社会福祉協議会は、KESステップ2を取得し、環境負荷低減につとめています。



見やすく読みま
ちがえにくいユニ
バーサルデザイン
フォントを採用し
ています。

