

Volunteers

9 月号

2021年202号

支える人が つながる活動

支えるあなたを一人にしない

他の人のためにがんばるあなたは
自分のことも大切にしていますか？
話を聞きあったり、いっしょに勉強したり
あなたが元気になれる仲間がいますよ。



INDEX

支える人がつながる活動 支えるあなたを一人にしない・・・	2～4
ボランティア、イベント・講座情報 他	5～7
福祉ボランティア活動を応援しています	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。

支える人がつながる活動

支えるあなたを一人にしない

いつもがんばっているあなたは、自分のことを後回しにしていますか？
あなたの気持ちをよく知っている、支え合える仲間がいます。
今月は、支える人を孤立させない取組を紹介します。

あなたの気持ちも大事にしたい
がんばるあなたを知っているよ



京都こどもきょうだい会 えるも

障がいや病気を持つきょうだいがいる子どものための団体です。

3か月ごとに、小学生を中心とした子どもの「楽しい!」を重視して遊びを中心とした対面での活動をしていましたが、コロナ禍でオンラインに切り替えています。

気持ちをわかってくれる人がいない “きょうだい”という存在

障がいや病気を持つ子どもには医療や福祉的な支援がありますが、きょうだいにはほとんどサポートがありません。「〇〇くんの妹ちゃん」などと呼ばれ、支援する人から名前も覚えてもらえないなど、自分のことをおまけの存在だと感じている子どもも少なくありません。

また、きょうだいの障がいや病気を周りに話すことのためらいがあったり、自分の気持ちをどう話したらよいのかわからなかったり、自分がネガティブな感情を持つことに罪悪感のある子どももいます。

えるもではそんな子どもたちのために、「自分はひとり

じゃない」と思える場を提供しています。遊びを通じて、子どもが自分の気持ちを周りの人に発信したり、対面での活動では親子がふれあう機会を作ったり、保護者が子どものことを大事に思っていることを伝えられるプログラム等工夫しています。

自分のことを考えるきっかけに

子どもたちには、自分のことを大切に思っている人が周囲にたくさんいることを知ってほしいと活動しています。えるもの活動で、似た境遇の友達ができたり、大人のボランティアと知り合うなかで、普段と違う遊びができたり、応援する人がいることに気づくきっかけになればいいと考えています。

オンラインでも参加の子どもをよく見ながら、いっしょに遊んでいます。今後は、対象年齢を広げての活動もしていきたいと考えています。

● オンラインきょうだい会

日時 年4回程度
土曜日 20:00～21:00

※次回10～11月頃開催予定。

右記ホームページ等でご確認ください。

※令和4年まで、オンラインのみで活動予定。

参加対象 小学校高学年くらい～高校生（変更の場合もあり）

参加費 無料

申込 メール等で要申込



▶ 京都こどもきょうだい会 えるも

ホームページ

<https://kyodai-elmo.themedia.jp/>

メール

kodomo_kyodai_elmo@yahoo.co.jp

応援したい! と思ったら

- ・ボランティア募集しています! お問い合わせください。
- ・絵本を中心に Amazon ほしいものリストにあげています。ご支援ください。

ホームページ



メール



ほしいものリスト



あなたが元気になることから 学びを通して前向きに



自立支援の会 Bolero(ボレロ)京都

引きこもりの家族がいる人、またはその本人がコミュニケーションの技術や人との対応方法などを学び、前向きに将来を考えていく会です。本人や保護者のがんばりが引きこもりの解決方法ではないという考えから、他者との付き合い方等を学ぶ勉強会、日頃の悩みや気になっていることを話す交流会などの活動を毎月行っています。

今困っていることへのヒントを

引きこもりの人に大切なことは、周りの理解と本人の心が安定している状態（本人が安心して過ごせる環境）があることだと Bolero では考えています。その二つが両輪であるからこそ、親と子どもがお互いを受け止めながら、将来をいっしょに考えていけると思います。

子どももストレスのなかにいるので、まずは回復が必要な状態です。保護者もしんどい思いと心配から気持ちに余裕が失われ、本人を追い込んでしまうこともあります。

勉強会で、子どもの体の状態やコミュニケーションの方法を学んだり、同じ立場の人の話を聞くことで、少し考え方を換えられると気持ちが楽になります。

また、子どもは敏感に保護者の変化に気づくので、関係が少し変わるきっかけになることもあります。

親も子どもも行きつ戻りつ、未来を向いて

困っていることを他の人に言えずに悩んでいるなら、同じ思いを持つ仲間がいるので安心して参加してほしいと思っています。

●働く人・働きたい人のためのグループワーク

日時 第4土曜日(9月25日、10月23日、11月27日)
13:00～16:00
場所 ひと・まち交流館 京都 会議室
参加対象 働いている人、働きたいという気持ちのある人、その保護者
参加費 1,000円
申込 メールで要申込
(①参加希望日 ②氏名 ③年齢 ④連絡先)

●おはなし交流会 “いまここ”

一人で抱え込まずに、“いま” “ここ” にいる自分を大事にして、いっしょに考えましょう。

日時 月2回 10:00～12:00
右京区役所ホームページ MACHIKO
イベント予定表から日程を確認ください。

イベント予定表



※コロナ禍でスタッフとの個別交流会に変更しています。受付順に1組30分に対応していますので、気軽にお立ち寄りください。

場所 右京区役所1階 MACHIKO
参加対象 不登校や引きこもりなどで悩んでいる方
参加費 無料
申込 不要

▶ 自立支援の会 Bolero 京都

ホームページ
<https://jiritsu-bolero-kyoto.jimdofree.com/>
メール
jiritsu.bolero.kyoto@gmail.com

ホームページ



メール



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。

こちらもございます。

レクリエーション・イベント
開催時に

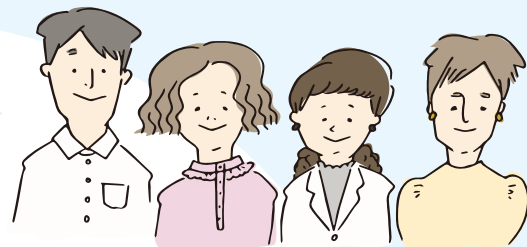
福祉行事保険

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

あなたにも幸せになってほしい 病気だから愛では解決しない



全国ギャンブル依存症家族の会【京都】

ギャンブル依存症は適切な治療と支援により回復できる病気です。家族のギャンブルの問題に悩み、自分を責めて苦しんできた家族が、正しい知識や具体的な対応を学ぶ勉強会を中心に活動しています。

思いを共有できる仲間と学び、支え合うことで、自分の人生を楽しく生きる勇気生まれることを、今一人で苦しい思いをしている人に知ってもらうために家族の会は活動しています。

まずは自分を大切にすることから

ギャンブル依存症の人の家族は、一人で誰にも言えない思いを抱えて「私が何とかしなくては!」と一生懸命で、自分がつらく苦しい状況にあることを認識していない人がほとんどです。なので、家族の会に来られる頃には、気力がなくなるほどがんばり過ぎている人も少なくありません。

家族の会の活動では、たくさんの重荷を背負っている家族が元気になることを第一にしています。

支えあって、自分の人生を生きる

病気への理解や対応方法を学ぶ中で、支える家族も自分の人生を取り戻して行ってほしいと考えています。家族会で勉強を続けるうちに、「今困っている他の人の助けになりたい」「できることがあれば手伝いたい」とスタッフになった人も珍しくありません。

また、ギャンブル依存症の本人も苦しい思いを抱えていることから、当事者の会も立ち上げました。

●全国ギャンブル依存症家族の会【京都】

日時 月1回土曜か日曜日
ホームページ「家族の会一覧」から日程を確認ください。

場所 ひと・まち交流館 京都 会議室

参加対象 家族のギャンブル問題で困っている人、ギャンブル依存症の当事者等どなたでも参加可

参加費 1,000円

申込 申込不要。直接会場にお越しください。

日程



●ギャンブル依存症当事者の会

日時・場所 上記と同日時に別室で同様に開催

参加対象 ギャンブル依存症の当事者

▶全国ギャンブル依存症家族の会【京都】

ホームページ
<https://gdfam.org/>
TEL: 080-4497-1811 (担当 安東)

ホームページ



終わりに

あなたは自分を大切にすることを忘れていませんか？

今、自分を大切にできているなら、その範囲を少し広げて、しんどい思いを感じている人に声をかけてみるのもボランティア活動のひとつです。他の人とつながって、支え合うことで、うれしい心や楽しい気持ちを共有できるのがボランティア活動のすてきなところですよ。



子ども食堂や学習支援等の子どもの居場所で活動する人・応援する人を支える「子どもの居場所づくり『支援の輪』サポート事業」ホームページはコチラ!
<https://kyoto-kodomo.jp/>

ホームページ





イベント・講座



ボランティアセンター主催

下京区 スマホで簡単! 顔を見て話せる!

はじめてのオンライン会議 (Zoom&LINE) 講座



やってみたら意外と簡単! 便利なZoom&LINEでのオンライン会議を体験しましょう。受講後、フォローアップ講座もあります。

<内容>

- ・ Zoom アプリのインストールから始めよう
- ・ LINE で体験



🕒 10月1日(金)、11月5日(金)、12月3日(金) 10:00~12:00

※1回完結 いずれも同じ内容です。毎月第1金曜開催。

🏠 ひと・まち交流館 京都 1階 パソコンコーナー

👤 スマホをお持ちで、普段LINEを使用している方
講座の進行上、講師に携帯電話番号をお伝えすることをご了承ください。

¥ 無料 👥 10名(先着順)

📄 申込フォームかメールで申込 (要 ①希望日 ②氏名 ③所属 ④携帯番号 ⑤メールアドレス)

下京区 パソコンでZoomを主催

オンライン会議を主催する人のためのZoom講座



Zoomの視聴、参加はできるけど、主催者として自分でも何かを発信したい、仲間とのミーティングをZoomでしたいなど開催運営する側の講座です。初歩編と応用編で自分にあったレベルで受講ください。

<講師>

特定非営利活動法人 京都市地域ITアドバイザー会(CITA会)

🕒 応用編 9月26日(日) / 初歩編 10月28日(木)
応用編 11月25日(木) 13:00~16:00

🏠 ひと・まち交流館 京都 1階 パソコンコーナー

👤 初歩編: アカウント取得から参加者の招待等、会議開催の基本動作を学ぶ

応用編: 画面共有・チャット・録画等、会議で使う便利な機能を学ぶ

¥ 無料

👥 8名(先着順)

📄 申込フォームで申込

オンライン 被災地のこころに寄り添うボランティア

災害ボランティア入門講座



※緊急事態宣言発出に伴いZoom開催のみになります。

はじめての人から、既に活動している人まで、コロナ禍での災害ボランティア活動の今について、いっしょに考えましょう!

<内容> 講義

<講師> NPO法人にいがた災害ボランティアネットワーク
理事長 李仁鉄氏

<主催> 京都市災害ボランティアセンター

京都市・京都市社会福祉協議会・きょうとNPOセンターが共同で運営しています

🕒 9月12日(日) 10:00~12:00

👤 どなたでも

¥ 無料

📄 申込フォームかメールで申込 (要 ①氏名 ②所属 ③携帯番号 ④メールアドレス)

下京区・オンライン 災害時要配慮者支援研修

助けられ上手と助け上手の人になる ~災害時も命を守りつなぐ優しいまち~



障がいがある人の災害時の困りごとを通して、もっと住みよい、安心できるまちづくりを考えます。

前半の講義のみオンライン(Zoom)視聴可。

<講師>



湯井 恵美子 氏

一般社団法人福祉防災コミュニティ協会
福祉防災上級コーチ

<共催> 京都市災害ボランティアセンター

🕒 10月10日(日) 13:30~16:30

🏠 ひと・まち交流館 京都 3階 第4・5会議室

👤 地縁団体等でボランティア活動をされている方

¥ 無料

📄 申込フォームかメールで申込 (要 ①氏名 ②所属 ③携帯番号 ④メールアドレス ⑤会場かZoom)
締切: 10月6日(水)

上記4講座共通
申込先と
アクセス方法

京都市福祉ボランティアセンター
☎ 075-354-8735
FAX: 075-354-8738
✉ v.info@hitomachi-kyoto.jp

ひと・まち交流館 京都
🚌 市バス4・17・205「河原町正面」下車すぐ、
京阪電車「清水五条」徒歩8分

イベント・講座

オンライン 授かるいのち 未来につなごう

第29回 いのちの講演会 in オンライン



<講師>山田 忍良 師 (東寺教学部長 責任役員)

<テーマ>「人間は何度でも立ち上がる」

芽生えた時からすべてのいのちを「おめでとう」と温かく迎え、「生まれてくれてありがとう」「産んでくれてありがとう」と命の始まりに感謝するまちづくりを願って開催します。

🕒 9月18日(土) 13:30～15:30
[9月19日(日) 22:00時まで視聴可]
¥ 1,000円 QRコードより申込
<https://forms.gle/qyU3C2gy29DCjzuF8> から
申込可

京都小さな生命を考える懇談会

☎ 090-8752-8852

✉ kyoto.embryo@gmail.com

ボランティア提供

京都市内他 写真を通して、日本各地を旅気分!

スクリーンで、懐かしい風景を!

趣味で撮影をしていた日本各地の風景や、昔の京都の街並み・行事を写真を通して紹介します。

※現在はコロナ感染予防の為、USBでデータと解説文をお送りするので施設の職員さんで上映していただけます。



👤 高齢者福祉施設など

¥ 無料

まずはこちらご連絡ください。

楽しく写真を見る会 (担当: 岩崎)

☎ 075-461-2864 FAX: 075-461-2864

下京区・オンライン コロナ禍での活動を情報共有しませんか

子ども食堂 学習会&講演会



コロナ禍でも形を変えながら活動を続けている子ども食堂の役割や可能性について学びます。

<内容>学習会、講演会

<講師>



山縣 郁子 氏
NPO法人Smileネットワーク北九州
理事長
認定NPO法人全国子ども食堂支援
センター・むすびえ
感染症対策普及プロジェクト



湯浅 誠 氏
認定NPO法人全国子ども食堂支援
センター・むすびえ
理事長

🕒 9月20日(月・祝) 13:00～16:30
🏠 ひと・まち交流館 京都 2階 大会議室
🚶 市バス4・17・205「河原町正面」下車すぐ、京阪電車「清水五条」徒歩8分
👤 居場所づくりに関わる団体、その他関心のある方
¥ 無料 QRコードより申込

社会福祉法人 京都市社会福祉協議会

☎ 075-354-8732

✉ commu@kcsw.jp

<https://kyoto-kodomo.jp/>

京都市内他 【子育ての達人】をイベント等に呼んでみませんか

子どもたちの楽しい時間に



京都府では子育て経験者や高齢者などが特技や経験を活かし、子育て支援現場で活躍できるよう達人さんのプロフィールをホームページに掲載し、依頼者とのマッチング及び連絡調整を行っています。

詳細はホームページをご覧ください。

🕒 それぞれで調整
👤 子どもを対象とする施設や団体
¥ それぞれで調整
 ホームページの「子育ての達人」紹介申請書をダウンロードし、郵送・FAX・メールで申込

きょうと子育てピアサポートセンター

南区東九条下殿田町70 京都テルサ東館2階

☎ 075-692-3444 FAX: 075-692-3447

✉ kodomo@pref.kyoto.lg.jp

<https://kyoto-kosodatepia.jp/tatsujin/>

ボランティア活動をもっと充実させたい!

新しい取組を始めたい!



助成金を活用しませんか?



ボランティアセンター HP の助成金情報をチェック!

ボランティア募集

左京区 サポートスタッフ募集

KYOTO STEAM -世界文化交流祭-



KYOTO STEAM-世界文化交流祭-は、アート×サイエンス・テクノロジーをテーマに掲げるフェスティバルです。プログラムを通して文化と人の交流を促し、ともにフェスティバルを盛り上げてくださるサポートスタッフを募集します。

詳細はホームページをご覧ください。

- 🕒 2021年11月～2022年1月
- 🏠 京都市岡崎エリア
- 👤 ・年齢制限なし(18歳未満は保護者の同意が必要)
・11月27日(土)・28日(日)のどちらかと、12月5日(日)に実施する事前プログラムへ積極的に参加できる方
・その他ホームページを要確認
- 📝 ホームページの専用応募フォームより申込

KYOTO STEAM-世界文化交流祭-実行委員会 (サポートスタッフ担当)

左京区栗田口鳥居町2番地の1

📞 075-752-2212 FAX: 075-752-2233

🌐 <https://kyoto-steam.com/>

右京区 みんなの居場所

学習支援ボランティア募集



障がいがあってもなくても、年代も問わずに通える居場所です。詳細はInstagramをご覧ください。

- 🕒 【車折校】毎週火・木 14:00～20:00
【清滝校】金曜以外開催 9:00～17:00
- 🏠 【車折校】京福嵐山本線「車折神社前」から徒歩3分
【清滝校】京都バス「清滝」から徒歩10分
- 👤 学習支援・寄り添い支援に興味・関心のある方
- 📝 InstagramかメールかTELにて申込(要 ①氏名 ②年齢 ③電話番号 ④希望校)

NPO法人まんなか (担当: 影山)

【車折校】右京区嵯峨朝日町23番地

📞 075-882-8685

【清滝校】右京区嵯峨清滝町15番地1

📞 075-882-5685

✉ mannaka0303@gmail.com

🌐 <https://www.instagram.com/mannaka0303/>



西京区 活動は11月から! 新メンバー募集!

学習支援ボランティア& Web発信ボランティア募集



小学3年から中学3年までの子どもたちに勉強を教えます。科目は算数・国語・英語・数学 ※9・10月に事前研修あり
Web発信は自宅からできるボランティアです!

- 🕒 毎週火・土 14:00～18:00
- 🏠 UR 境谷東集会所
(西京区大原野東境谷町1丁目1番地)
- 🏠 バス「境谷大橋」から徒歩3分
- 👤 学習支援に興味・関心のある方
- 📝 電話かメールにて(要 ①氏名 ②年齢 ③電話番号)

NPO法人竹の子学習ひろば (担当: 籠谷)

📞 075-874-5320 FAX: 075-874-5328

✉ kago@takenokols.com

セルフヘルプ(自助)グループ

京都府内 飲酒に問題のある人やお酒をやめたい人

ミーティング場一覧

ミーティングにご参加ください



アルコールリクス・アノニマス(AA)は飲酒に問題のある人やお酒をやめたい人の自助グループです。お互いの経験を話し、聞くことで、お酒を飲まない生き方をする力としています。

- 🕒 京都府下に12のグループがあり、月曜日から日曜日までいずれかで開催。詳しくはホームページをご確認ください。
- 🏠 各所で開催。ホームページ参照
- 👤 飲酒を止めたいとの願いを持っている方であればどなたでも
- ¥ 不要
- 📝 不要。直接お越しください。本名・連絡先等を聞くことはありません。

AA関西セントラルオフィス(KCO)

📞 06-6536-0828

🌐 <http://www.aa-kco.com>

しんどさを感じていたり、 生理用品でお困りでは ありませんか?

ひと・まち交流館京都3階
ボランティアセンター窓口
でも配布しているよ

つながる
相談室 HP



京都市の取組
「つながる相談室」HPを
ご覧ください。





区ボランティアセンターが、 福祉ボランティア活動を応援しています！

区ボランティアセンターって？

地域の福祉ボランティア活動の推進のため、ボランティア活動に関する講座やイベント、情報発信、「ボランティアはじめてたい!」「ボランティア団体の活動をもっと発展させたい!」相談やボランティア保険等の受付などで、皆さんのボランティア活動を応援します。

誰もが暮らしやすいまちってどんなまち？ 学びをサポート！

地域・当事者団体等と協力しながら、身近な地域に住むみんながしあわせに暮らすためにできることを考えるきっかけづくりとして、ボランティア活動に関する講座を開催しています。

当事者やボランティアグループから学ぶ

障がいのある人から普段の生活の困りごとを聞いたよ。自分には何ができるかな？



右京区／やさしい手話入門講座



東山区／視覚障がい手引体験講座



東山区／要約筆記体験講座

学ぶ機会をいろいろ作る

コロナ禍でオンラインでの講座も増えたよね。イベントでは、さまざまな世代の人が興味を持って集まってくれるよ。



オンラインで
南区／ボランティア入門講座



地域のイベントの中で
下京区／やさしいまちづくり会議

各区でボランティア活動に関する講座を開催しています。詳細は各区ボランティアセンターにお問い合わせください。

ホームページ



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

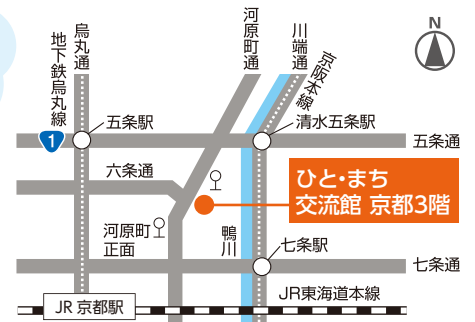
<http://v.hitomachi-kyoto.jp/>

v.info@hitomachi-kyoto.jp

京都市福祉ボランティアセンター @kyoto_vora

【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：9：00～21：30 ●日・祝：9：00～17：00
●休館日：第3火曜日(祝日にあたる時は翌日)、年末年始

緊急事態宣言等で開所等変更になる場合があります。HPでご確認ください。



KES ステップ2登録
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。

UD FONT by MORISAWA
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。

