

Volunteers

4 月号

2022年209号

やってみよかな

ボランティア

～ボランティアはじめての一步～

災害



地域で

喜びを共有

社会の課題の解決



仲間ができた

人との出会い・つながり

やりがい

笑顔が
うまれる

うれしい

楽しい

家で



INDEX

| | |
|--------------------|-----|
| やってみよかな ボランティア | 2～5 |
| ボランティア、イベント・講座情報 他 | 6～8 |

※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。

やってみよかな

ボランティア

～ボランティアはじめの一歩～

新しいことにチャレンジしたい春。あなたもボランティア活動をはじめませんか？

? ボランティアって
何をするの? ?

「こんなことをしたらみんなに喜ばれた」「今、社会であんなことが気になるなあ」「未来のためにやっておきたい」など、きっかけは人によっても、活動によってもさまざま。でもその思いは誰かの心を動かし、社会を動かすこともある、大きな可能性を持っているのがボランティア活動です。



あなたは、どんなことがしたいですか?
いま何に興味がありますか?



子どものために
なんかできることある?

子ども食堂をはじめ、学習支援や遊び相手など、子どもにかかわるボランティアはたくさんありますよ!

子ども食堂で、調理や
子どもの遊び相手などの活動

月刊誌 2020年10月(191)号 特集
広がる、つながる、子どもの居場所づくり ▶



学習支援の場で、子どもに寄り添い、
成長を見守る活動

月刊誌 2021年6月(199)号 特集
成長がうれしい!
子どもの学習を支援する取組 ▶



ちゃんと勉強してから
やりたいな

講座等で学んでからはじめるボランティアもあります。募集期間が決まっているので、月刊誌をこまめにチェックしてね。

講座・研修を受けてから
はじめる活動

P.4「講座・研修を受けてはじめるボランティア」▶



私、特技あるで!

自分の得意とすることを活かしたボランティアは、はじめやすい活動のひとつです。

パソコンやスマホの使い方を
教える活動

月刊誌 2020年8月(189)号
新しい生活スタイル×ボランティア活動 ▶



音楽演奏や伝統芸能等を
披露する活動

知恵シルバーセンター HP ▶



市内に活動拠点のあるメンバーが60才以上の団体であれば、知恵シルバーセンターに登録すると活動してほしい地域の団体や施設とつながることができます。



家の中のことしか
できひんけど…

当たり前と思いがちな力こそ、求めている人は意外と多いんですよ!

家事やちょっとした困りごとを
助ける活動

月刊誌 2021年11月(204)号
個人に寄り添うボランティア ▶





家の近所で できたらええなあ

家のすぐ近くでも、あなたの力と時間を活かせるボランティアは見つかりますよ。
自分の活動で誰かが喜ぶのって嬉しい!

町内会や地域団体での活動

子どもの登下校や高齢者の見守り活動、地域の清掃、防災活動など多岐にわたる活動が期待されています。

福祉施設等でのボランティア

お話相手や遊びボランティア、清掃や植栽の手入れ等さまざまな活動があります。※コロナの影響でボランティア受入を中止している施設も多くあります。



基本的に 家にいるのが好きやし…

食品等の寄贈は子ども食堂に喜ばれます。使い終わった切手やタオル、古着を集めている団体への寄贈は、ボランティア団体の資金源となり、活動を支援することになります。もちろん、お金の寄付も! ホームページからクレジットカードで寄付できる団体もありますよ。忙しくてもスマホから気軽にできるボランティアですね。

物品やお金の寄付でボランティア

京都市福祉ボランティアセンター HP
寄付・物品募集ページ ▶



忙しいけど、できるかな?

学生さんや働いている人が多い団体は、参加しやすい週末等の活動だったり、イベントのお手伝い等なら事前説明会と当日のみの活動だったり、活動時間はさまざまです。

自分の生活リズムにあった、無理なくできるボランティアを探してみましょう。



どこで探したらええの?

月刊誌『ボランティアズ京都』、またはボランティアセンターのホームページで、ボランティア募集情報をチェック!
月刊誌は各区役所、図書館、郵便局、区社会福祉協議会等で手に入りますよ。

ボランティア募集

京都市福祉ボランティアセンター HP
ボランティア・スタッフ募集ページ ▶



月刊誌『ボランティアズ京都』

京都市福祉ボランティアセンター HP
月刊誌バックナンバー ▶



はじめる前に、 知っておくといいことある?

ボランティア活動ははじめると楽しくて、一生懸命になっちゃうけど、がんばりすぎは禁物!! 対等な関係で、相手も自分も大切にすることが、無理せず長く続けるコツです。ボランティア活動を通じて、すてきな仲間が増えますよ!

また、活動中の不慮の事故に備えてボランティア保険に入っておくと安心です。

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 ▶



でもやっぱり悩んじゃう…

そんなあなたにぴったりなのが、学べる! 質問できる! 相談できる! 「Let's ボランティア! ボランティア入門講座」。4ページをチェックしてね。

Let's ボランティア! ボランティア入門講座

申込先 ▶



ボランティア活動は、うれしいことや喜びを仲間と共有するのが何よりの魅力です。あなたがやってみたい活動にチャレンジしてください。京都市福祉ボランティアセンターと各区ボランティアセンター（区社会福祉協議会）では、皆さんのボランティア活動を応援しています。



専門知識がなくても大丈夫!

講座・研修を受けて はじめるボランティア

下京区 ボランティアに興味がある人集まれ!

Let'sボランティア! ボランティア入門講座



ボランティアをはじめたい! そんな方に、ボランティアとは?
から活動先の探し方など疑問や不安を解決する講座です。
活動に興味があってもなかなか動きだせない方、いっしょ
にボランティアの知識を深めてからはじめてみませんか?

<内容>

- ・ボランティアの基本
- ・ボランティア保険とは?

🕒 4月28日(木) 10:00~11:00
5月27日(金) 14:00~15:00
※1回完結 いずれも同じ内容

- 🏠 ひと・まち交流館 京都 3階 第5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
- 👤 ボランティア活動をはじめたい方、興味・関心がある方
- 🆓 無料
- 📞 電話かメールか申込フォームで申込 (要 ①氏名 ②所属 ③携帯電話番号 ④メールアドレス ⑤ボランティア活動経験の有無)

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

講座の後に、参加自由の
ボランティアセンターの
ツアー(30分程度)も
あるよ!



中京区 手話を学んで地域福祉を支える

ホームページ



手話奉仕員養成講座

聴覚障害者の生活および、聴覚障害者に関連する福祉制度についての理解と認識を深めるとともに、日常会話を行うために必要な手話を習得する講座です。

- 🕒 ●前期【入門】全16回 火曜日
昼の部 5月24日~9月13日
夜の部 5月24日~9月13日
- 後期【基礎】全20回 火曜日
昼の部 9月20日~2023年2月28日
夜の部 9月20日~2023年2月28日
昼の部 14:00~16:00 夜の部 19:00~21:00
※前期講座修了者を対象に後期講座を実施します。
※新型コロナウイルス感染拡大状況により、オンライン講座に変更します。
※オンライン講座の場合、インターネット通信環境、カメラ付きパソコンが必要になります。
- 🏠 京都市聴覚言語障害センター
- 🚌 JR「円町」徒歩10分、地下鉄「西大路御池」徒歩4分
- 👤 京都市に在住または通勤、通学する16歳以上のはじめて手話を学ぶ方
- 🆓 無料
(別途、テキスト代3,300円+透明マスク840円必要)
- 👤 昼の部、夜の部ともに30名
- 📄 4月19日(火) 必着で、ホームページの申込書に必要事項を記入し、メールで申込

社会福祉法人 京都聴覚言語障害者福祉協会 京都市手話奉仕員養成講座事務局

中京区西ノ京東中合町2番地
☎ 075-841-8337 (平日9:00~17:00)
FAX: 075-841-8315
✉ kouza1@kyoto-chogen.or.jp
🌐 http://www.kyoto-chogen.or.jp/

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

🅈 プラン 250円 🅐 プラン 300円 🅑 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。

▼ こちらもごさいます。 ▼
レクリエーション・イベント開催時に
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、やりたい時がはじめどき! 近くであなたの活動を待っている人がいます!

ボランティア活動の相談、講座・イベント等の企画や情報発信、ボランティア保険等の受付など、各区ボランティアセンター（区社会福祉協議会）でも区域の福祉ボランティア活動を応援しています。

ボランティア情報は、京都市福祉ボランティアセンターのホームページでもチェックしてね!



| | | |
|-------------------|--|--|
| 北区 ボランティアセンター | 北区小山上総町 3 ☎075-441-1900 🐦 @kitakusyakyō | |
| 上京区 ボランティアセンター | 上京区今出川通室町西入堀出シ町 285 上京区総合庁舎 2 階 ☎075-432-9535 📘 @kamigyoshakyo 📺 上京区社協 YouTube チャンネル | |
| 左京区 ボランティアセンター | 左京区高野西開町 5 京都市左京合同福祉センター内 ☎075-723-5666 📺 社会福祉法人京都市左京区社会福祉協議会 🐦 @sakyokusyakyo 📘 @sakyokusyakaifukushikyogikai | |
| 中京区 ボランティアセンター | 中京区大宮通御池下ル三坊大宮町 121-2 ☎075-822-1011 📷 @nakagyosyakyo 📺 中京区社会福祉協議会 | |
| 東山区 ボランティアセンター | 東山区五条通大和大路東入ル 5 丁目梅林町 576-5 「やすらぎ・ふれあい館」内 ☎075-551-4849 📷 @higashiyama_syakyo | |
| 山科区 ボランティアセンター | 山科区西野大手先町 2-1 ☎075-593-1294 📷 @yamashinashakyo 🐦 @yamashinashakyo 📺 山科区社会福祉協議会 | |
| 下京区 ボランティアセンター | 下京区花屋町通室町西入乾町 292 下京総合福祉センター内 ☎075-361-1881 🐦 @simogyokusyakyo 📘 @shimogyokusyakyo | |
| 南区 ボランティアセンター | 南区吉祥院西定成町 32 京都市南老人福祉センター内 ☎075-671-1589 📺 京都市南区社会福祉協議会 | |
| 右京区 ボランティアセンター | 右京区太秦下刑部町 12 右京区総合庁舎 5 階 ☎075-865-8567 [京北事務所] 右京区京北周山町下寺田 1-1 ☎075-852-0527 | |
| 西京区 ボランティアセンター | 西京区榎原百々ヶ池 31-18 西京ふれあい地域福祉センター 1 階 ☎075-394-5711 | |
| 伏見区 ボランティアセンター | 伏見区紙子屋町 544 京都市伏見社会福祉総合センター 2F ☎075-603-1287 [醍醐分室] 伏見区醍醐高畑町 30-1 京都市醍醐老人福祉センター内 ☎075-575-2070 | |

ボランティア募集

京都市内 あなたの特技を活かせる!

活動会員募集!



サービス付き高齢者専用住宅で、ものづくりや音楽・芸能等でご入居の方の生きがいづくりにつながる活動をしていただける方を募集しています。

<活動内容例>

ピアノ、マンドリン、ギター、二胡、アコーディオン、ハンドベル等の楽器演奏の他マジックショー、理美容など多岐にわたり活動しています。詳しくはホームページをご覧ください。

① 活動先による (要相談)

主に 10:00~11:00、14:00~15:00

🏠 サービス付高齢者住宅内 (リビングや食堂等)

👤 音楽や芸能をはじめ様々な技術習得者

💰 交通費含む謝礼あり

📧 電話かメールで申込

(要 ①氏名 ②連絡先 ③趣味や特技)

NPO法人アプリ (担当:小松)

南区吉祥院西ノ庄西浦町 20-1

📞 075-496-4111 FAX: 075-874-6117

✉ komatsu-yasushi@nifty.com

🌐 <https://npo-appli.jimdofree.com/>

左京区 子どもの居場所づくりを支える

子どもの活動サポート ボランティア募集



子どもの権利条約を土台に子どもの居場所づくりや自治力の育成をサポートする団体です。小・中学生と月3~4回公園等で遊んだり、子どもと行事を企画したりしています。高校生、大学生・院生や社会人のスタッフが集まって、スタッフ会議も月1回開催しています。さまざまな世代や文化の人たちと楽しく活動できます。見学も大歓迎です!

① 活動により異なる (例) 日曜 14:00~17:00、土曜 17:00~19:00、水曜 17:00~18:30

🏠 左京区内

👤 高校生以上

📧 メール、Instagram・TwitterのDM等でまずはお問合せください。

子ども会・少年団を育てる左京センター (担当:石田)

左京区高野西開町 38-1 高野川ハイツ 108号

📞 075-722-1957

✉ sakyokodomo@kyoto.zaq.ne.jp

🌐 <https://www.facebook.com/sakyokodomo/>
Twitter @PrsSakyo Instagram @sakyo.prs

東山区 手助けを求めておられる方のお手伝いをしませんか

有償ボランティア募集



好きなこと、得意なこと、経験、スキル、資格を活かしてお手伝いしたいと思っている方を求めています。

<こんなお手伝い (活動) をしています>

- ・家事援助 (掃除、買い物、洗濯、調理等)
- ・通院、入院・退院時付き添い
- ・外出の付き添い (墓参り、買い物、理美容院等)
- ・庭掃除、草引き
- ・見守り、話し相手、書類書き

🕒 相談者による

🏠 東山区

👤 東山エリアに通え、活動の趣旨に賛同してくださる方

💰 活動時間に応じて謝礼あり

📧 面接あり TELかFAXかメールで申込
(要 ①氏名 ②連絡先 ③年齢)

NPO法人助けあいグループ りぼん

東山区今熊野宝蔵町 53-4

📞 075-561-5885 FAX: 075-561-5885

✉ ribon@bz04.plala.or.jp

セルフヘルプ (自助) グループ

下京区 ご家族のギャンブルの問題で悩んでいませんか?

ギャンブル依存症基礎講座



ギャンブル依存症は WHO でも認定された病気ですが、正しい知識を知る機会が少なく、苦しみが続いてしまいます。一人で悩まず、いっしょに対応の仕方を学びましょう。

<ゲストスピーカー>

安東医院 院長 安東 毅 氏

ギャンブル依存症問題を考える会 代表 田中 紀子 氏

🕒 5月14日 (土) 14:30~16:30

🏠 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

👤 家族・自身のギャンブル問題で困っている方など、どなたでも参加できます。※秘密は厳守されます。

💰 無料

📧 申込フォームかメールで申込 (要 ①氏名 ②連絡先 ③所属 ④保育利用の有無)

全国ギャンブル依存症家族の会 (京都)

(担当: 安東)

📞 080-4497-1811

✉ g.kazokunokai.kyoto@gmail.com

物品募集

山科区 寄付でできる! 子ども食堂の活動支援

バザー用品募集!



子ども食堂の運営資金確保のため、バザーで販売できる物品を募集しています。子ども食堂の開催時にバザーを同時開催しています。

バザー用品：中古衣類・食器以外の状態の良いもの。

<子ども食堂「にじいろキッチン」の紹介>

現在は西本願寺山科別院をお借りし、お弁当の販売をしています。

対象：子どもからお年寄りまで

金額：子ども 100 円、大人 300 円

先着 30 食、お一人様一食販売、完売次第終了

🕒 4月16日(土)、5月21日(土)、6月18日(土)
※毎月第3土曜日 11:30～12:30

🏠 西本願寺山科別院
(山科区東野狐藪町2)

🚶 地下鉄「東野」徒歩5分

📄 開催当日に直接お持ちください。

にじいろキッチン

✉ nijiirok216@gmail.com

🌐 <https://nijiiro.webnode.jp/>

京都市内 ごみ減量にご協力ください

余りもの毛糸や、使わなくなった手編みのセーターなど募集!



さおり織を作成するために余り毛糸を募集しています。使いさしなど、もう使用しない毛糸はありませんか? 使わなくなった手編みのセーターや、マフラー、帽子などもほどこいて使わせていただきます。

ご寄付をいただけるようでしたらメールにてご連絡ください。

京都市ごみ減量めぐるくん推進友の会では環境問題、SDGs に向けてさまざまなロスを計り、ごみ減量に何ができるかを問い、活動を続けています。

📄 メールにてお問合せください。
(要 ①氏名 ②連絡先 ③物量)

京都市ごみ減量めぐるくん推進友の会 (担当：高橋)

✉ sweetpy.1943@gmail.com

イベント・講座

東山区 心落ち着くつながりづくり

円徳院 子どものいない女性のつながる会



子どものいない女性のつながる会では、自らの経験・悩みを話したり、皆の想いに耳を傾けたり…優しい時間を共有できるお話会です。安心できる場で、子どものいない人生の道筋をいっしょに見つけていきませんか。

🕒 4月23日(土)、6月25日(土)
10:00～11:30(受付開始9:45)

🏠 円徳院(東山区下河原町530)

🚶 市バス「東山安井」下車徒歩5分、京阪「祇園四条」徒歩15分

👤 子どものいない女性

(年齢、未婚・既婚、子どものいない理由は問いません)

¥ 3,000円(お菓子代含む)

👥 8名(先着順)

📄 ホームページの申込フォームで申込

子どものいない女性のつながる会

☎ 075-525-0101 FAX: 075-561-2724

✉ entokuin_hdm@yahoo.co.jp

🌐 <https://www.kodaiji.com/entoku-in/kai/>

下京区 自分の趣味・特技を活かした仲間づくり

ふれあいネット京都 5周年記念 サークル・教室活動発表・展示会

仕事・子育てが終わった人々が社会から孤立することなく、人とつながりを持ち共に支え助け合う、そんな地域社会を創るために趣味のサークルや教室を開いています。

発表会では約40のサークルが音楽、舞踏、作品展示などの成果の披露や、教室の紹介を行います。

🕒 4月23日(土) 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

👤 仕事・子育てがひと区切りが付き、活動に興味・関心がある方

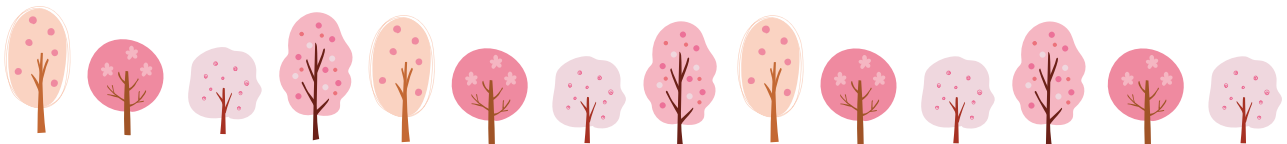
¥ 無料

👥 150名

📄 申込不要(※感染拡大防止等により、開催を中止する場合があります。ご不明点は電話にてお問合せください。)

ふれあいネット京都(担当：南橋)

☎ 090-2194-7205



イベント・講座

下京区 パソコンでZoomを主催

はじめて主催する 人のためのZoom講座



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。
※大変人気の講座の為お一人1回ずつの受講となります
<講師> NPO法人 京都市地域ITアドバイザー会(CITA会)

🕒 初歩編 4月24日(日)、応用編 5月22日(日)
13:00～16:00

🏠 ひと・まち交流館 京都 1階 パソコンコーナー
🚗 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

👤 パソコンでZoom参加したことがある方
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

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

下京区 kyotoこころつながるプロジェクト

思いを聴く ～当事者・当事者家族シリーズ～



● 4月27日(水) 19:00～20:30
自殺未遂をしたことで一層つらい状況に追い込まれている未遂者に寄り添い、支える会に思いを伺います。

<ゲスト> 未遂者・家族を支える会 くいしんぼカフェ
代表 石倉 紘子 氏

<ファシリテーター> 白水 育世 氏(精神保健福祉士)

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/> 京都市福祉ボランティアセンター 🔍
✉ v.info@hitomachi-kyoto.jp 携帯電話から簡単アクセス
📍 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

● 5月27日(金) 19:00～20:30
アルコール・薬物・ギャンブル等の依存症の回復にかかわる支援団体に思いを伺います。

<ゲスト> NPO法人京都マック

施設長 榎原 節子 氏

<ファシリテーター> 白水 育世 氏(精神保健福祉士)

🏠 ひと・まち交流館 京都 3階 第5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
🆓 無料
📄 電話かメールか申込フォームで申込(要 ①希望日 ②氏名 ③所属 ④携帯電話番号 ⑤メールアドレス)

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

下京区 LINEでビデオ会議をしよう!

スマホのLINEで! はじめてのオンライン会議講座



やってみたら意外と簡単! LINEのビデオ通話機能を使って、オンライン会議の方法や基本操作をいっしょに学びます。

<講師> 花パン

🕒 5月6日(金)、6月3日(金)、7月1日(金) 10:00～11:30
※1回完結 いずれも同じ内容

🏠 ひと・まち交流館 京都 1階 パソコンコーナー
🚗 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

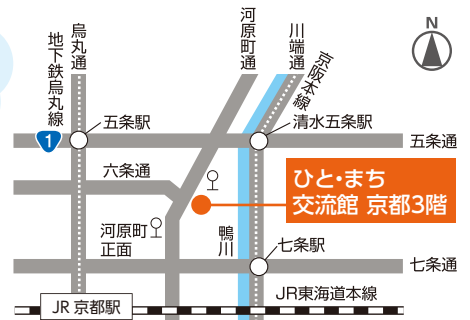
👤 スマホをお持ちで、普段LINEを使用している方
講座の進行上、講師に携帯電話番号をお伝えすることをご了承ください。

🆓 無料
👥 10名(先着順)
📄 電話かメールか申込フォームで申込(要 ①希望日 ②氏名 ③所属 ④携帯電話番号 ⑤メールアドレス)

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



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受取 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。

