

ボランティア活動のための月刊情報誌

Volunteers

ボランティアーズ 京都

9 月号
2022年214号

ボランティア団体 運営のコツって？

ボランティアグループのお悩み、皆さんどうされていますか？



INDEX

ボランティア団体運営のコツって？	2～5
ボランティア、イベント・講座情報 他	6～7
kyotoこころつながるプロジェクト	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。

ボランティア団体

運営のコツって？

ボランティア活動はやりがいがあって楽しいけれど、

なんだか一部の人だけがすごくしんどい…

ボランティアやってみたいという人は来るけれど、メンバーが定着しない…

他のグループはどうしているの？ 効果があった工夫は？

ボランティアグループで活動している皆さんの

“あるある” な悩みをいっしょに考えながら、解決を探ります。

教えて、石井先生！



6・7月に開催したボランティア団体運営のコツ講座では、石井先生にお伺いしながら、参加者同士でアドバイスし合って、それぞれのお悩みについて考えました。



石井 祐理子 さん

京都光華女子大学 健康科学部
医療福祉学科 社会福祉専攻 教授

みんな、どうしてるの？

下記のボランティアグループの皆さんにも、運営の工夫をお伺いしました。



ボランティアグループ

主な活動



NPO法人
京都市地域ITアドバイザー会
(CITA[シータ]会)

高齢者や障がい者などを対象に地域の情報通信格差の解消、ITリテラシーの向上、情報通信技術の普及啓発等を行っている。

掲載月 2021/5 P.4

ホームページ

広報誌



NPO法人
お客様がいらっしゃいました。
(お客様)

生理の貧困をはじめ、生理に悩む方への支援と、生理に対する理解が高まることを目指して活動している。

掲載月 2021/12 P.2

Instagram

広報誌



認定NPO法人
アンビシャス
(アンビシャス)

ドッグセラピー活動や、京都市と協働で動物との触れ合いを通じた命の大切さの出前授業、防災まちづくりとしてペットの同行避難を考える啓蒙活動を行っている。

掲載月 2021/3 P.5

ホームページ

広報誌



認定NPO法人
FaSoLabo京都
(FaSoLabo)

食物アレルギーのある子どもとその保護者の生活の質の向上を目指し、食物アレルギーに対する情報発信と一般周知に関する事業を行っている。

掲載月 2021/3 P.2

ホームページ

広報誌



ぱそぼらんど京都
(ぱそぼらんど)

高齢者・身体の不自由な方を対象に、パソコン操作のサポートをマンツーマンで行っている。

掲載月 2021/2 P.2

ホームページ

広報誌



NPO法人
助けあいグループりぼん
(りぼん)

東山区が「助けあいのまち」になるよう、地域の団体・住民にはたらきかけ高齢者・障がい者の人権と尊厳を守り、安心して生活できるようにと有償ボランティアとして個別支援を行っている。

掲載月 2021/11 P.3

広報誌



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。

▼ こちらもごさいます。 ▼

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



その悩み、 うちにも

あるある!



みんなで話し合うって、難しいですよ...



なかなかみんなの意見が出ない...
新しいことにも挑戦したいのに

石井先生

話し合いのテーマ・目的を、共有してからはじめましょう。事前に資料を見てもらっておくのもよいですね。参加者が同じ情報を持っていると話がしやすいですよ。

司会の人は、みんなが発言できているか、前向きな話になっているかに気をつけて進行之ましょう。参加者が「この話し合いに参加してよかった!」と思えると、次の活動へのモチベーションにもなりますよ。

● **FaSoLabo:** 議題は事前に回覧を行い、メンバー全員の意見が反映できるよう工夫しています。

✂ **りぼん:** 会議での決定事項は記録し、必ずメンバーに見てもらっています。

🖥 **CITA会:** 参加しやすいよう Zoom での会議を月1回開催しています。参加できなかったメンバーのために YouTube で後日配信もしています。

🖥 **CITA会** 🧑🏫 **ぱそぼらんど** 🐾 **アンビシャス:** メンバー用の掲示板・LINE グループ・メーリングリスト・Google カレンダーを活用して情報共有しています。

✂ **りぼん:** 個別支援なので、活動者は活動の都度、事務所で当番係に報告します。当番係はその内容を日誌に記録し、回覧で共有しています。

石井先生

そのテーマに関連する外部の人に来てもらって、みんなで話を聞くとよい刺激になって、イメージがわかりやすいかも。

また、メンバーに負担感があるのかもしれませんが。無理はせず、まずは負担のない範囲で小さなことから変えてみては? できそうなことから少しずつがコツかも!

🌟 **お客様:** 開始前に、会議とは関係のない話をしながら緊張をほぐすアイスブレイクタイムを設けることで、全員が発言しやすい雰囲気づくりを心がけています。



運営に携わるのは、
いつも同じメンバーばかり...

石井先生

ボランティアグループを維持するために、リーダーや会計など活動を支える人の存在は不可欠です。活動基盤を支える人だけがしんどい思いをしないよう、みんなで少しずつお手伝いし合えるといいですね。

でも「旗振り役はできないけれど、お手伝いならできるよ」という人は、実は大勢いるのでは? そんな人が一歩を踏み出すために、気軽に参加しやすいようにしておくこともコツですよ。

● **FaSoLabo:** 運営メンバーの世代交代があったが、前任メンバーが今でもサポートしてくれているので、安心感があります。

話し合いや会議の可視化には
グラフィック・レコーディング
という手法があるよ!
くわしくは6ページを見てね!

申込先





メンバーを増やしたいんです!

石井先生

今いるメンバーの皆さんに、目的や思い、仲間意識が異なる新しいメンバーを受け入れる準備はできていますか? グループ内は今いるメンバーにとって心地よい暗黙のルールがあるはず。そこに新しく入るには勇気がいることも。そもそも「メンバーを増やすことは難しい!」と認識しておきましょう。



具体的に何をしたらいいの?

石井先生

グループでボランティア入門講座を開催すると、はじめたい人にも敷居が低く参加しやすいですね! 併せてボランティア体験ができると「ボランティア活動って楽しいんだ!」と実感してもらえますね。「楽しかった!」という思いがあれば、他の友達を連れてきてくれたりもしますよ!

👥ばそぼらんど: 活動内容が分かるよう、スタッフガイドを作成しています。

🌙お客様: 活動で使用するツールの説明など、新メンバーの育成を心がけています。

🎀りぼん: 新メンバーの活動時には他のメンバーが同行しサポートしています。

🐾アンビシャス: ボランティア活動を複数回体験してもらったり、愛犬の散歩時にできる見守りボランティア「わんわんパトロール」など、多様な参加のきっかけを用意しています。

🍷 FaSoLabo: ボランティアが主体的に関わることのできるイベントを企画しています。イベントに参

加していた子どもが成長し、ボランティアとして加わったことも!

🖥 CITA会: 新しいアプリの勉強会などをメンバー向けに実施し、興味を持ちつづけられるよう、工夫しています。



学生さんから高齢者、さまざまな人に参加してもらいたいな!

石井先生

特に学生はコロナ禍で活動の機会が少なく、「何かしたい!」という気持ちは大きいですが、未知の世界に不安を感じている人も多いように思います。活動内容の発信と「ボランティア活動って喜ばれるよ」「活動者自身の学びが大きいよ」、何より「あなたを待っています!」の呼びかけが一步踏み出すきっかけになります。

🌙お客様: SNS を頻繁に更新し、会議の内容を発信したり、メンバー紹介なども行っています。

🐾アンビシャス: 活動の内容やメンバーの感想などを、その都度写真を添えて SNS で情報発信しています。また、ホームページで電話やメールを明示して、問い合わせや参加しやすさを心がけています。

🎀りぼん: 情報発信シートを利用して、京都市福祉ボランティアセンターの月刊誌やホームページに掲載してもらっています。

石井先生

ボランティアは義務ではないので、やる・やらないは自分の判断です。そうは言ってもボランティアする価値はとても大きい! グループがボランティア活動の魅力を発信していくことで、「ボランティアしたい!」と考える人が増えますよ。



活動の魅力は伝えないと伝わらない!

情報発信をして、活動の内容や魅力を伝えていくことで、ボランティアをしたい人には「参加してみたいな」という気持ちが生まれるし、メンバーには連帯感が高まるよね。「応援したい!」と思う人をボランティアグループ内外に増やすことが運営のコツだね!

セルフヘルプ(自助)グループ

下京区 強迫症状の経験を共有する、当事者とその家族の方

交流会にご参加ください



強迫症状の経験を共有する、当事者とその家族のための自助グループです。全員が対等の関係で、体験や思いをわかち合う活動をしています。

安心して悩みや辛さを話せる、心地よい場所です。無理に話す必要はなく、聞くだけでもOKです。

● 9月23日(金・祝) 13:15～15:30

🏠 ひと・まち交流館 京都 3階 第3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

👤 強迫症状のある当事者と家族、支援専門職

¥ 300円/人、一組の2人目からは200円/人

👥 20名(先着順)

📧 メールで申込(要 ①氏名 ②お立場〈当事者・家族など〉)9月22日(木)締切(開催当日の申込は無効です)

強迫友の会OBRI(オブリ)

✉ kyouhakutomonokai.obri@gmail.com

🌐 <https://sites.google.com/view/obri/index>

ボランティア募集

西京区 楽しく学習ができるみんなの広場

学習支援ボランティア募集



学習支援教室に通い、安心して学ぶことのできる「居場所」、「わかる楽しさ」や「できるようになる喜び」を得て、前向きな進路を描くことができるよう、サポートしている無料の学習支援教室です。

小学生(1年～6年)に算数・国語、中学生(1年～3年)に数学・英語を教えます。

🕒 毎週土曜日 13:00～18:00

🏠 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

🌐 <https://www.takenokols.com/index.html>

イベント・講座

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～

申込先



● 9月5日(月) 19:00～20:30

<テーマ> 不登校・ひきこもり

<ゲスト> 東山区「不登校・ひきこもりを考える親の会」
「シオンの家」 上坂 秀喜 氏

<ファシリテーター> 精神保健福祉士 白水 育世 氏

● 10月8日(土) 14:00～15:30

<テーマ> ギャンブル依存症

<ゲスト>

ギャンブル依存症家族の会 京都 世話人 安東 洋子 氏

ギャンブル依存症家族の会 京都 美濃部 氏

(公財)ギャンブル依存症問題を考える会 当事者支援部 中島 康晴 氏

<ファシリテーター> 精神保健福祉士 白水 育世 氏

🏠 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

👤 興味・関心がある方ならどなたでも ¥ 無料

📧 電話か申込フォームで申込(要 ①希望日 ②氏名 ③電話番号 ④メールアドレス ⑤あなたのお立場 ⑥ゲストへの質問)

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 可視化の技術でコミュニケーションをよりよく!

グラフィック・レコーディング・セミナー

申込先



会議内容を図や文字に可視化することで、議論を進めやすくするための手法です。学んだことがあっても、また練習から始めてみたい方もご参加いただけます。

<講師> NPO 法人山科醍醐こどものひろば 三宅 正太 氏

🕒 初心者編 9月14日(水) 13:00～16:00 定員40名

実践編① 10月7日(金) 13:00～15:30 定員15名

実践編② 11月4日(金) 13:00～15:30 定員15名

※詳細は申込フォームにてご確認ください。

各日先着順。

🏠 ひと・まち交流館 京都 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

👤 興味・関心のあるボランティア団体や市民 ¥ 無料

📧 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 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

申込先



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いっしょに疑問や不安を解決する講座です。

- ① 9月28日(水) 14:00~15:00
- 10月26日(水) 10:00~11:00
- ※1回完結

🏠 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 ⑥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

京都市内 コミュニティカフェ等、地域共生社会のための担い手育成

地域共生ボランティアの
すすめ

ホームページ



メール



コミュニティカフェや地域共生ボランティアとはどのような活動で、地域福祉の担い手になるにはどのようなことが必要かなどの情報や手段、事例などを、講演やパネルディスカッションを通して参加者に広く知っていただきます。

<講師> 社会福祉法人 大阪ボランティア協会 理事長 早瀬 昇氏

- ① 10月2日(日) 14:00~16:20
- 🏠 京都市国際交流会館 2階 特別会議室 (左京区栗田口鳥居町2-1)

🚗 地下鉄東西線「蹴上」徒歩6分
👤 ボランティア活動に興味がある方
¥ 無料

👥 80名(先着順)

☑ 電話かFAXかメールで申込 (要 ①名前 ②電話番号 ③年齢 ④住所 ⑤メールアドレス)
9月10日(土) 締切

公益社団法人 長寿社会文化協会 (担当: 久保田)

東京都港区芝公園 2-6-8 日本女子会館 1F

☎ 03-5405-1501 FAX: 03-5405-1502

✉ kubota@wac.or.jp

🌐 https://www.wac.or.jp/

中京区・オンライン kyotoこころつながるシンポジウム

一人ひとりが安心できる、
開かれた居場所づくり

申込先



これからの居場所づくりの視点について、地域社会を取り巻く状況や先行的な取組から学びませんか。参集&オンラインで開催します。

<聴き手>

同志社大学社会学部 教授 永田 祐氏

<語り手>

山科区・安朱学区社会福祉協議会 会長 中澤 博子氏

NPO法人happiness 理事長 宇野 明香氏

- ① 10月14日(金) 14:00~15:30

🏠 QUESTION 4階 コミュニティステップス (中京区河原町通御池下る下丸屋町390-2)

🚗 地下鉄東西線「京都市役所前」徒歩1分

¥ 無料 👥 会場30名、オンライン80名

☑ 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)
10月6日(木) 締切

京都市社会福祉協議会

☎ 075-354-8732 (平日9:30~16:00)

伏見区 聴覚・視覚・高齢などテーマ別に開催

伏見区
ボランティア入門講座

ホームページ



メール



伏見区内で活動しているボランティアグループから、ボランティア活動の魅力をお伝えします!

- ① 11月10日(木) 13:30~16:15

聴覚に障がいのある方への支援

- ② 11月11日(金) 14:00~15:30

視覚に障がいのある方への支援

- ③ 11月16日(水) 14:00~15:30

高齢者・障がいのある方への支援

※詳しくは伏見区社協のホームページをご覧ください。

🏠 ①③京都市伏見社会福祉総合センター 2階 第2会議室 (伏見区紙子屋町544)

②醍醐消防分署 講堂 (伏見区醍醐大構町28)

🚗 ①③京阪「丹波橋」西出口徒歩7分

②地下鉄東西線「醍醐」徒歩5分

👤 市内に在住のボランティア活動に興味がある方

¥ 無料

👥 各日20名(先着順)

☑ 電話かFAXで申込 (要 ①希望日 ②名前 ③住所 ④電話番号 ⑤FAXかメールアドレス)
10月27日(木) 締切

京都市伏見区社会福祉協議会 (担当: 宇野)

伏見区紙子屋町544 京都市伏見社会福祉総合センター 2階

☎ 075-603-1287 FAX: 075-603-4532

✉ csw-fushimi@kcsww.jp

🌐 https://www.fushimi-syakyo.ne.jp/



kyoto

こころつながるプロジェクト

kyoto
こころつながる
プロジェクト

誰ひとり取り残さない社会をめざして
～京からふたたびつながる～

一人ひとりが安心できる、
開かれた居場所づくり

京都市社会福祉協議会創立70周年企画

kyotoこころつながるシンポジウム

10月14日(金) 14:00～15:30

会場：QUESTION 4階及びオンライン

[申込要]



申込先

出会い、つながる
きっかけの場所

ワークショップ／交流イベント

10月16日(日) 11:00～15:00

会場：ゼスト御池 河原町広場

出会い、つながる
きっかけの場所

作品展示

10月20日(木)～10月24日(月)

9:30～16:30

会場：ひと・まち交流館 京都 1階

こころつながれ
～わたしの思い、私の暮らし、ワタシのお気に入り～

作品展示／ワークショップ

9月21日(水)～10月24日(月)

ワークショップ 10月20日(木)

会場：ひと・まち交流館 京都 3階

詳しい情報は、
kyoto こころつながる
プロジェクト
特設ページから!

主催 社会福祉法人 京都市社会福祉協議会

お問い合わせ 京都市福祉ボランティアセンター

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

E-mail v.info@hitomachi-kyoto.jp



社会福祉法人京都市社会福祉協議会は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

この事業は
共同募金配分金で
実施します

新型コロナウイルス感染拡大状況により開催規模を縮小、または中止する場合があります。

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：9:00～21:00 ●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

平日(月～土)の
開所時間が
21:00までに
変更になりました。



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
に努めています。



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。

