



# ほっとタイム 第66号

発行日 平成29年6月15日



福知山市社協

福知山市内記 10-18  
福知山市総合福祉会館内  
TEL 25-3211 FAX 24-5282  
<http://www.fukuchiyama-shakyo.org/>



編集発行：福知山市ボランティアセンター  
社会福祉法人 福知山市社会福祉協議会



## 平成29年度福知山市ボランティアセンターの取り組み



地域では様々なボランティア活動が行われ、ボランティアの輪が広がる中、ボランティアを「始めたい」「参加したい」という方も増えてきています。福知山市ボランティアセンターは、人と人、人と地域のつながりを大切にし、ボランティア人口の拡大と活動の充実を図るとともに、必要な情報を市民の皆さんにお届けするため、平成29年度は次のように取り組めます。

平成二九年六月一五日（木）

### ● 人と人、人と地域のつながりを大切にし、 ボランティア活動の輪を広げます😊

#### ボランティア活動支援

- \* ボランティアセンター登録代表者会議の開催
- \* ボランティア活動に関する相談や  
活動調整・情報提供
- \* 交流プラザボランティアルームの運営
- \* ボランティア保険の窓口

#### 学校・施設等との連携

- \* 児童・生徒による学校でのボランティア活動
- \* 施設のボランティアニーズの把握と  
ボランティア活動の場の確保

#### 講座・研修の開催

- \* ボランティア入門講座の開催
- \* ボランティアセンター視察研修会

#### 広報・啓発活動

- \* ボランティア情報誌『ほっとタイム』の発行  
《年3回 6月・11月・3月》
- \* ミニコミ誌『ボランティアだより』の発行  
《随時》
- \* ボランティアニーズのホームページ等掲載
- \* 各関係機関へ講座開催の広報
- \* ボランティアまつりの開催



# 平成29年度福知山市ボランティアセンター登録

グループ・個人の皆さんが福知山市ボランティアセンターに登録しています。  
 地域・施設・学校等の事業・行事等へ協力をしますので、団体代表もしくは福知山市  
 ボランティアセンター（福知山市社会福祉協議会内）へお問い合わせください。



No.	グループ名	人数	活動内容	活動日・定例会等
1	福知山点友会	20	絵本、書籍の点訳、公的機関からの依頼点訳をしています。依頼に応じて、小学校での点字体験学習を実施したり、視覚障害者の方々との交流を大切に行事等に協力しています。	第1日曜 13:30～ 市民交流プラザ
2	福知山ハーモニカ同好会	10	福祉施設や地域・公民館行事等への出演をしています。	毎週火曜日 総合福祉会館
3	福知山レクリエーション友の会	6	施設、地域団体へレクリエーションを通して交流しています。	福知山市近隣 (綾部・篠山など)
4	福知山手話サークル「こづち」	35	手話を通じて地域のろうあ者の方々との交流。聴覚障害者関係への行事参加。聴覚障害者への理解を広げる。手話の普及。	毎週火曜日 19:00～20:30 総合福祉会館
5	オールディーズ	2	ギター、ハーモニカ他の楽器演奏と一緒に歌ったり、トークを入れたりして、楽しいふれあい活動をしています	不定期 総合福祉会館
6	福知山モラロジーサークル	12	岩戸ホームにて入所されている方々の物の縫い物をしています。	毎月21日 成光苑 岩戸ホーム
7	要約筆記サークルみみの輪	17	中途失聴者、難聴者の聞こえの通訳活動	第1水・第3日曜 総合福祉会館
8	介護ボランティアいずみ会	138	高齢の方への介護・介助。福祉施設・地域福祉関係事業等のボランティア活動をしています。	月1回 女性支援ルーム
9	福知山朗読ボランティア	28	市の文書（広報、議会だより等）や声のおたより（エッセイ、新聞のひろい読み等）を録音して送付しています。	第1・3 火曜・水曜・土曜 市民交流プラザ
10	福知山市食生活改善推進員協議会	51	「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンにボランティア精神に徹し、地道な活動、食生活を中心とする健康づくりの輪を地域に広める活動をしています。	不定期 ハピネスふくちやま 他
11	福知山福祉レクリエーション研究会	9	福祉施設等でのレク指導・手伝い及び補助をしています。	第1火曜 総合福祉会館
12	歌の会	28	福知山市内の福祉施設におけるレクリエーション活動を出張で提供しています。唱歌や童謡、懐メロなどを一緒に歌ったり、楽器演奏を聴いていただいたり簡単な健康体操で楽しんでいただいています。	年4回 役員会 市民交流プラザ
13	福知山高校ボランティアバンク	290	社会福祉体験学習、各施設の納涼祭の運営補助、赤い羽根共同募金、災害募金活動、福知山マラソンの役員補助活動、成人式ボランティア、小集団活動などを行っています。	校内・校外

No.	グループ名	人数	活動内容	活動日・定例会等
14	福知山成美高等学校 ボランティア	12	環境美化、施設訪問やボランティア依頼に積極的に参加しています。独自活動としては、通学路の清掃、募金、災害支援、保育園交流等を行っています。	校内・校外
15	パソコンボランティア アクセス	10	障害者へのパソコン講習及びサポート	第2・4土曜 13:00から 市民交流プラザ
16	たのしい造形教室	10	障害児(者)に絵画・染色・工芸等の造形的な支援活動。地域の中で障害児(者)の理解の輪を広げるための交流会をしています。	不定期 総合福祉会館他
17	朗読グループ 詩織の会	13	月1回講師を招き、朗読勉強会。年1回朗読発表会(ことばの集い)、小学校、各施設での読み聞かせボランティアをしています。	第2木曜 13:00~16:00 市民交流プラザ
18	NPO 法人 昭和ボランティアクラブ	53	小学生児童の登下校時の見守り、環境美化活動、土手草刈り、ピオトープでのホタルの育成、ホタルまつりの開催、院内ボランティア。他団体と連携し活動の支援を行っている。	年6・7回理事会 19:00~21:00 市民交流プラザ
19	手芸ボランティア 三和町さつき会	10	手芸指導ボランティアをしています。	月1回 三和会館
20	夜久野調理ボランティア	12	地域のイベントへの参加をしています。	年度末 きらめき館
21	京都建築労働組合福知山支部 大江分会	13	一人暮らし高齢者宅の小修繕を年1回行います。材料費は実費でいただきます。	毎月11日 新町コミセン
22	大江ライフの会	9	特養ホーム(五十鈴荘)でデイサービスの補助や喫茶の補助をしています。	五十鈴荘
23	朗読奉仕サークル グループきらら	7	旧三町にお住まいの京視協福知山支部に所属されている視覚障害者の方に朗読テープを毎月1回お届けしています。	第4火曜 舟越会館
24	NPO 法人 車椅子レクダンス普及会 福知山支部	13	施設へのボランティア活動(レクリエーション)、支部の発展と後継者育成。	月1回 日曜 総合福祉会館
25	南京玉すだれ八房流福天会	8	南京玉すだれ、銭太鼓、手品、皿回し等を各団体より依頼を受けて活動しています。	第1・3火曜 総合福祉会館
26	水仙グループ	6	社協大江支所の行事協力ボランティアやアットホーム舟越にボランティアとして協力・参加しています。	不定期 舟越会館
27	丹波・福知山ちょこボラ	5	中心市街地の活性化のための活動	
28	大江アットホーム舟越 ボランティアグループ	23	高齢者に生きがいの場として、一日を過ごしてもらい心身の機能の維持向上を計り自立生活が出来るよう支援する。週1回実施している。	月1回 舟越会館
29	オカリナ同好会	22	福祉施設や地域行事、保育園等依頼に応じて訪問し、オカリナ演奏したり一緒に活動したりしています。	月2回 日新コミセン

No.	グループ名	人数	活動内容	活動日・定例会等
30	つくしの会	9	ゲームやレクリエーションを通して、脳活性化を図り、いつまでも地域の中で自分らしく生活できるよう支援します。	土師東公会堂
31	夜久野読み語りサークル 「れんげ畑」	12	夜久野小学校での絵本の読み語りや市立図書館中央館および夜久野分館の「おはなし会」への協力、研修等しています。	第4土曜 夜久野 ふれあいプラザ
32	夜久野元気はつらつ グループ	10	地域のイベントや施設の訪問活動をしています。夜久野学園で福知山踊りの指導や、お祭り等に参加しています。	第3金曜 きらめき館
33	ウクレレサークル 花々	6	福祉施設の訪問や町内会のイベント等での演奏等をしています。	総合福祉会館 他
34	SK <sup>3</sup>	6	ピアノ伴奏に合わせていろんな歌と一緒に歌ったり、手遊びをしたり、楽しく体操等福祉施設でのレクリエーション活動をしています。	第1平日 交流プラザ
35	朗読グループ ひまわり	8	朗読やよみきかせ、司会ボランティア等活動をしています。	第2金曜 総合福祉会館
36	福知山市認知症予防の会 (スリーA チャレンジ)	90	認知症のない老後を送るためにリハビリゲームと優しさのシャワーで心を癒して、自信と意欲を取り戻して頂き、その人らしい生活をしてもらうための活動をしています。	第1・4木曜 総合福祉会館
37	木村流大正琴 琴遊会 歩らんていあ	30	敬老会やお祭り等地域行事、福祉施設、小学校で皆が楽しめる大正琴演奏をしております。	第2・4木曜 オクムラ楽器
38	オカリナ「風の彩」	11	月2回オカリナの練習をしています。総会、発表会で披露しています。依頼に応じて、高齢者施設や地域の老人会、障害者の人々を対象に演奏しています。	第1・3月曜 教育会館
39	きずな	4	花壇の整備および周辺環境の美化作業をしています。	随時
40	ハーモニカ若葉会	27	各団体の依頼があったときは、積極的にハーモニカ演奏を披露しています。	月2回 総合福祉会館
41	腹話術サークル“とんとん”	2	腹話術を通して、笑いや癒しのひとときを届けたいと思い活動しています。日本舞踊や絵本、紙芝居も同時に楽しんでいただけるような内容です。	不定期
42	京都共栄学園高等学校	11	ボランティア活動	
43	大正琴 すみれの会	8	シルバーのつどいや福祉施設等で大正琴の演奏をしています。	第1・3火曜 総合福祉会館
44	お・さんぽ	2	高齢者を対象にスリーA方式による「ゲームや頭の体操」レクリエーションを一緒に行い、笑い、楽しく、脳活性化を図り、地域で共に元気に自分らしく暮らし続けることを目的に活動しています。	不定期 福祉施設他

No.	グループ名	人数	活動内容	活動日・定例会等
45	Go-en	2	本の交換会や各種ワークショップの開催等福知山地域の活性におけるマッチングをしています。	不定期
46	民謡三味線 すずらん	5	市内福祉施設で三味線ボランティアをしています。	月2～3回 旭が丘集会所
47	福知山昔話紙芝居同好会	3	福知山の昔話を紙芝居に作成し、小学校、高齢者福祉施設、イベント等で上演しています。	月1回 不定期
48	福知山ママボランティア LINK	4	豪雨災害後、防災ハンドブックを作成。定期的に防災セミナーを開催しています。	月1回 不定期 市民交流プラザ
49	京都北部 キンボールスポーツ協会	8	定期的なキンボールスポーツ教室やクラブの運営。単発的に学校や地域主催のスポーツ活動の一環としての講師派遣	第1月曜 市民交流プラザ
50	日本舞踊 藤原流 友梨乃会	12	市の行事や地域のイベント、施設等で依頼に応じて踊りを披露しています。一緒に楽しんでいただけるような手踊りを交えて活動しています。	月2回土曜 惺明中央集会所
51	紙芝居 春風	2	紙芝居を施設等で上演しています。	不定期
52	福知山沖縄三線 「ゆんたく会」	8	沖縄文化、音楽等幅広く学ぶサークルです。依頼に応じて演奏活動しています。	第1・3・4土曜 オクムラ楽器
53	福知山環境会議	28	由良川美化活動や生き物調査、みどりのカーテン普及活動などの環境保全ボランティアをしています。	【幹事会】毎月1回 福知山市環境パーク
54	烏ヶ岳 ライジングサン実行委員会	3	元旦烏ヶ岳山頂にて豚汁等を登山者に配る活動をしています。	不定期
55	アロマサークル「てとて」	8	高齢者・障害者福祉を中心に癒しの提供をアロマトリートメントでしています。	平日午前中のみ 活動 定例会 不定期
56	ハーモニカ（めだか）	8	ハーモニカ演奏活動を楽しみながら、一生懸命練習しています。	月2回 金曜 総合福祉会館
57	福知山囲碁協会	16	福祉施設や個人宅へ出前囲碁ボランティアとして活動しています。	【定例会】 月に1回 福知山囲碁協会 本部
58	こぶし会	11	老人施設「きらら」の草ひきや窓ふき等の掃除の手助け、地域の独居老人への気配りや年1回の手作りのプレゼント作りをしています。	【定例会】 きらら、天座会館 偶数月の第3木曜 及び年4回

No.	グループ名	人数	活動内容	活動日・定例会等
59	どんぐりの会	4	清掃活動やお菓子作り等の活動をしています。	月1回(土曜日)
60	ふくちやま☆食育ボランティア	8	食育推進活動をしています。	
61	スマイル	12	市内福祉施設でドッグセラピーの活動をしています。	
62	いるまん保護動物シェルター	13	動物の保護活動をしています。	随時
63	大江高校ボランティア部	9	地域でのボランティア活動をしています。	毎週木曜日

## 個人ボランティア登録者の活動内容



No.	活動内容	活動可能日
1	保育サポーター	月に3回程度
2	のこぎり・鼻笛演奏	依頼に応じて
3	傾聴、障害者支援	(電話) 週3~4回、(訪問) 月2回
4	募金、保育サポーター 他	平日 17時まで、月1回
5	福祉全般	月1回(仕事以外の時間)
6	高齢者福祉施設でのお話相手や片づけ・洗い物等	月2回
7	点字指導	月3~4回
8	傾聴	月2回
9	保育サポーター、行事補助	
10	お話相手(傾聴)ボランティア	月3, 4回
11	施設ボランティア、認知症予防に関するボランティア	不定期
12	行事補助、福祉に関するボランティア	週3回
13	行事補助、福祉に関するボランティア	週3回
14	農村等の作業ボランティア	週末のみ

# 平成 28 年度活動報告

平成 28 年度福知山市ボランティアセンターでは、68 団体（1,756 人）、個人 39 人、合計 1,795 人が活動しました。

## --月別活動状況--

活動月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
活動回数	162	169	201	174	148	177	195	193	189	117	127	156	2,008
活動人数	1,111	1,089	1,284	1,223	738	1,190	1,291	1,393	1,074	751	962	1,080	13,186

### ◆活動内容

福祉対象者に対する介助・支援活動、福祉施設や老人クラブ等行事への協力、自治会活動・サロン活動等への協力、各団体等主催の福祉関連事業への協力・参加、子育て世代の活動支援



## ボランティア活動の4原則

ボランティアとは…《語源は「意志」「善意」の意味をもつラテン語の VOLUNTAS》  
誰にでもある自然な気持ちから始まる活動で、自分の意志で、誰かを支えるためにすすんでする行動であり、周囲と協力しながら行う活動のこと

### point① 自主性・自発性・主体性

ボランティアは、誰かに強制・義務としてではなく、自らすすんで行う活動です。

### point② 社会性・公共性

誰もがいきいきと豊かに暮らしていけるよう、お互いに支えあい学びあう活動です。

### point③ 無償性(非営利性)・無給性

「お金」や「モノ」「名誉」などを求めて行う活動ではありません。

### point④ 創造性・開拓性・先駆性

法律や制度の不備などから生まれる、社会的な不公平や福祉問題を自分たちで考え、解決のために実践していく姿勢をいいます。また、現状では社会的な支援のない生活上の問題に対応し、社会に発信していく役割もあります。一人ひとりを尊重しながら、生活や社会を一緒に考え創る活動です。

## ボランティアからほっとな声 たより

3月25日「ママの防災力UP 講座」で講師をしました😊

愛知県半田市社会福祉協議会の災害ボランティア啓発講座に「福知山ママボランティア LINK の災害ボランティア活動を通して」の題で3月25日(土)に半田市市民交流センターに行きました。今回の経緯は京都府災害ボランティアセンター設立10周年記念事業「私と災害ボランティア」にて笹部代表がパネリストとして話した時、会場に参加して聞いてもらっていたからでした。当日は20代から60代の約30名の参加者でしたが、3分の1の方が自宅に一週間分の備蓄品をおいておられるという防災意識の高い人が多かったです。今回の出会いも社協間のつながりがあったからでした。ありがとうございました。(Aさん)



## 福知山囲碁協会 出前囲碁 ボランティア

もう一度囲碁をしたいなと思うが、外出が困難で…



### お困りのあなたへ

個人のお宅や福祉施設等伺いします。  
もう一度囲碁で一緒に楽しみませんか？



初心者の方であれば  
将棋も一緒にします。



ご依頼等お問い合わせは

福知山市ボランティアセンター  
☎0773-25-3211

# ボランティア登録 受付中

ボランティア活動に興味のある方、  
気軽にボランティア活動を始めてみませんか？

私にできるボランティア  
はあるのかな…

ボランティア活動を  
してみたいな…



一緒にボランティア活動を  
する仲間を見つけたいな…

## 福知山市ボランティアセンターに気軽にご相談ください

### 高齢者や障害者とのふれあい

施設でのお話し相手・レクレーション  
介護・点字・手話・要約筆記・PC講習等

### 趣味や特技を活かして

園芸・歌・楽器演奏・  
演芸・手芸・保育等

### できるときにできることを

行事の運営補助・募金活動への参加等

◎福知山市ボランティアセンターでは、平成29年度ひきつづき、講座・研修等を予定していますのでご参加ください。詳しくは郵送やホームページで案内します。

## 平成29年度ボランティア保険

加入者受付中

〈基本プラン〉 保険料一名につき

Sプラン 250円    Aプラン 300円    Bプラン 500円

→ 詳しくは、パンフレットをご覧ください。

福祉行事保険やまごころワイド（福祉事業者総合補償制度）もあります。

ボランティアを行っておられる方々を対象に、年度単位でご加入いただける保険です。4月1日以降のお申込は、保険料振込日の翌日から当該年度の3月31日が保険期間となります。

詳しくは、下記の連絡先へお問い合わせください



### 福知山市ボランティアセンター

## LINE 開設のお知らせ



ミニコミ誌「ボランティアだより」をいつでも読んでいただくことができるよう、LINE を開設しました。

### \* 登録について \*

- ① LINE アプリをインストールしてください。
- ② 「その他」⇒「友だち追加」⇒「QRコードリーダー」を選択、QRコードを読み取り追加してください。



※ID 検索の場合は、  
「@tcu9605j」

ボランティア登録や相談・依頼等ボランティアに関するお問い合わせは、下記までお願いします。

## 福知山市ボランティアセンター

福知山市社会福祉協議会

### \*本所\*

〒620-0035 内記 10-18 総合福祉会館内

TEL 25-3211 FAX 24-5282

【担当：辻本 奈津美】

### \*三和支所\*

〒620-1442 三和町千束 515 福知山市役所三和支所内

TEL 58-3713 FAX 58-3732

【担当：大槻 芳宏】

### \*大江支所\*

〒620-0305 大江町波美 235 老人福祉センター舟越会館内

TEL 56-0224 FAX 56-1654

【担当：根岸 弘光】

### \*市民交流プラザ内ボランティアセンター\*

〒620-0045 駅前町 400

TEL・FAX 25-1500

【担当：大槻 久子】

### \*夜久野支所\*

〒629-1322 夜久野町平野 1030 ふれあいの里福祉センター内

TEL 38-1200 FAX 38-1230

【担当：日和 久美】

「ボランティアをしてほしい」「ボランティアをしたい」  
ボランティア活動に関わるさまざまなお相談に応じます。

