

中京区

ボランティア情報

-踏み出そう、初めの一步！-



○ボランティアのモットー

1. 【主体性】 義理・義務から「自由」なやる気
2. 【社会性】 人間らしく暮らせる社会を市民参加でつくっていく
3. 【無償性】 地位・名誉・金銭を求めない。

信頼とほほえみをもらおう

4. 【連帯性】 対等に交流して、求めに応じて支援

❀中京区ボランティア情報❀

この冊子は、中京区社会福祉協議会が発行するボランティア情報誌です。中京区内にある施設やボランティア団体よりアンケート調査を行い情報収集しました。

高齢者分野・児童分野・障がい分野の3つの分野にわけて掲載しています。

中京区内でボランティアをやってみたい。

具体的にどんな活動かわからない。

始めの一步が踏み出せない・・・。

気になる・見学したい！

など、いつでもご相談ください。

あなたに合う活動を一緒に探しましょう❀

活動までの流れ

①情報誌を見て、気になる活動・やってみたい活動を探す



②中京区社会福祉協議会まで連絡・面談を行う

より具体的に行いたい活動や、その時新着な情報も一緒に伝える



③活動先が決まれば、ボランティア活動先へ見学



④日時が決まれば、ボランティア活動 開始！

VOLUNTEER



○お問い合わせ先○

中京区社会福祉協議会 ボランティアセンター

担当：丁(ちよん) / 細川

〒604-8316

京都府京都市中京区三坊大宮町 121-2

電話：822-1011 FAX:822-1829

HP：http://www.mediawars.ne.jp/fukusi06/



❀中京区ボランティア情報❀

高齢者分野

高齢者施設 本能

内 容：家事のお手伝い・お掃除・散歩やお話相手・裁縫
外出するときの支援
フラワーアレンジメント教室の補助
ちぎり絵会の補助
喫茶のお手伝い …など等

日 時：月曜～土曜 9:00-16:00 *時間・曜日相談可!!

最寄駅：市バス 堀川蛸薬師 駐輪場[有] 条件：特になし

京都市御池老人デイサービスセンター

内 容：整容、お話し相手、手作り小物の制作、食前の配膳準備

日 時：月曜～土曜 9:00-16:00 *時間・曜日相談可!!

最寄駅：市バス 堺町御池 駐輪場[有] 条件：特になし

デイサービスセンター 壬生老人ホーム

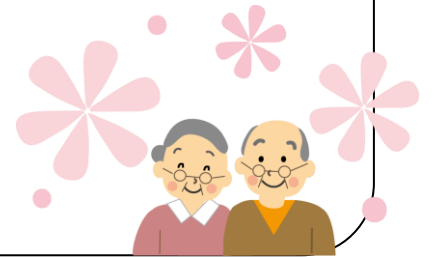
内 容：①利用者へのお茶出し
②俳句会。利用者が事前に考えた俳句を評価や指導をお願いします。
③己書の会。季節の言葉など習字をします。

日 時：①月曜～土曜 9:00-11:30

②月1回 14:00-15:00

③月2回 14:00-5:00

最寄駅：阪急 四条大宮駅 駐輪場[有] 条件：特になし



社会福祉法人 行風会 朱雀老人デイサービスセンター

内 容：①高齢者とのお話し相手、入浴後のドライヤー整髪をしていただける方！
②1時間ぐらいのレクリエーション（音楽・伝統芸能等）をしていただける方！

日 時：①月曜～土曜 10:00-12:00

②月曜～金曜 13:30-15:00

最寄駅：阪急 西院・JR 丹波口 駐輪場[有] 条件：特になし

❀中京区ボランティア情報❀

姉小路デイサービスセンター

内 容：①デイサービスでの、入浴の髪を乾燥・食事の配膳、下膳など。空いている時間での手芸や作品作り・囲碁、将棋、麻雀など趣味を生かした活動

②グループホームでの、手芸や作品作りなど、特技を生かした活動。その他料理ボランティアや外出時の付き添い

③姉カフェ（認知症カフェ）のスタッフとしての補助業務（笑いヨガ、カフェ）

日 時：①月曜～金曜 9：00-18：00

②月曜～金曜 9：00-18：00（*料理 10:00-12:30/15:30-18:00）
（*外出の付き添いは随時）

③奇数月 第2木曜 13:30-15:00

最寄駅：地下鉄 二条城前駅 駐輪場[有] 条件：特になし

備 考：「してあげたい」思いはあまり必要ありません。「役に立てるかな」との思いや「諸先輩から勉強できれば」くらいの思いが大切かと思えます。

京都壬生ケアセンターそよ風

内 容：音楽活動やダンス、落語など、特に決まっていません！ご利用者の楽しいお時間を過ごして頂ける催しもであればどんな活動でも結構です。

日 時：月曜～土曜 9:00-16:00 *時間・曜日相談可!!

最寄駅：JR 二条駅 駐輪場[有] 条件：特になし

デイサービス道夢

内 容：リハ特化型のデイサービスです。約1時間程度、何かを教えて頂いてするとありがたいです。簡単なプレート料理、手工芸、将棋、マジシャンなど。相談しながらより具体的にお話出来ると思えます。

日 時：月曜～金曜 9:00-12:15 / 13:30-16:45

最寄駅：阪急 西院 駐輪場[有] 条件：特になし

デイサービス 新町御池

内 容：出し物やコーヒー等。お話し相手なども募集！

日 時：月曜～金曜 14：00-15：00

最寄駅：地下鉄 烏丸御池 駐輪場[有] 条件：特になし



❀中京区ボランティア情報❀

特別養護老人ホーム 都和(とわ)のはな

内 容：入居者の方と一緒に書く書道ボランティア

日 時：金曜 14:00-15:00

最寄駅：JR 円町・地下鉄 西大路御池 駐輪場[無] 条件：特になし

とんからり in 二条

内 容：高齢者の方と共にゲームや体操、歌などレクリエーションを楽しみます。お話し相手、折り紙づくりのサポート、お茶タイム時の用意など

日 時：毎月第4金曜 13:30-15:00

最寄駅：JR 二条駅 駐輪場[有] 条件：特になし

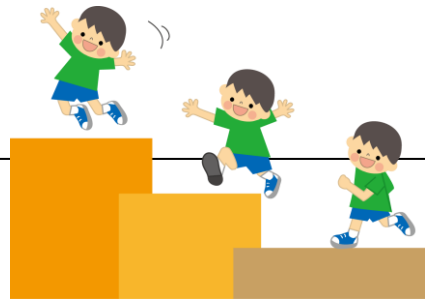
中京老人福祉センター

内 容：高齢者の方に折り紙などを教えてくれたり、音楽などを披露してくれる方！

日 時：月曜～土曜 9:00-17:00

最寄駅：阪急 四条大宮駅 駐輪場[有] 条件：特になし

児童分野



朱七保育園

内 容：保育補助（子どもたちとかかわる仕事です）

日 時：月曜～金曜 9:00-17:00

最寄駅：阪急 西院 駐輪場[無] 条件：16歳～20歳（学生希望）

京都市じゅらく児童館

内 容：小学1年～4年の障害のある児童の遊びと身の介助をお願いしています。放課後遊びにも入ってもらっています。

日 時：月曜～金曜 14:00-17:30（火曜・木曜は18:00まで）

土曜 10:00-18:30

最寄駅：市バス 丸太町七本松 駐輪場[有] 条件：18歳～65歳

❀中京区ボランティア情報❀

同心児童館

内 容：ダウン症や自閉症など障がいのある児童（小学1～3年生）の介助ボランティア募集

日 時：月曜～金曜 14：00-18：00 （土曜は 10:00-18:00）

最寄駅：市バス 烏丸御池 駐輪場[有] 条件：18歳～65歳

社会福祉法人 六満学園 六満保育園 / 六満こどもの家

内 容：乳幼児の保育の手伝い

日 時：月曜～土曜 16：00-19：00 （土曜は 13:00-19:00）

最寄駅：阪急 四条大宮 駐輪場[有] 条件：20歳～50歳 / 保育士 / 女性

社会福祉法人 六満学園 洛中児童館

内 容：学童保育の手伝い

日 時：月曜～土曜 16：00-19：00 （土曜は 13:00-19:00）

最寄駅：阪急 四条大宮 駐輪場[有] 条件：20歳～50歳 / 保育士 / 女性

月かげ保育園

内 容：保育補助、子どもとの遊びや紙芝居、絵本の読み聞かせ。子どもの世話をする事や保育の環境設備など

日 時：月曜～土曜 （日時相談 可能）

最寄駅：JR 円町 駐輪場[無] 条件：16歳～

京都市 朱雀第三児童館

内 容：障がいのある子どもへのサポート、遊び相手、掃除などの補助、イベント時の要員募集！

日 時：月曜～土曜 15:00-18:30

学校休み期間 9:00-18:30

最寄駅：市バス 壬生寺道、大宮松原 駐輪場[有] 条件：18歳～おおむね 60歳



❀中京区ボランティア情報❀

京都市 壬生児童館

内 容：学童クラブにおいて、障がいのある児童に必要な支援や介助を行う。障がいのある児童に理解のある方 募集！

日 時：月曜～金曜 14:00-18:00
土曜 10:00-17:00

最寄駅：地下鉄 西大路御池 駐輪場[有] 条件：18歳～おおむね65歳まで

備 考：登録手続きが必要となります

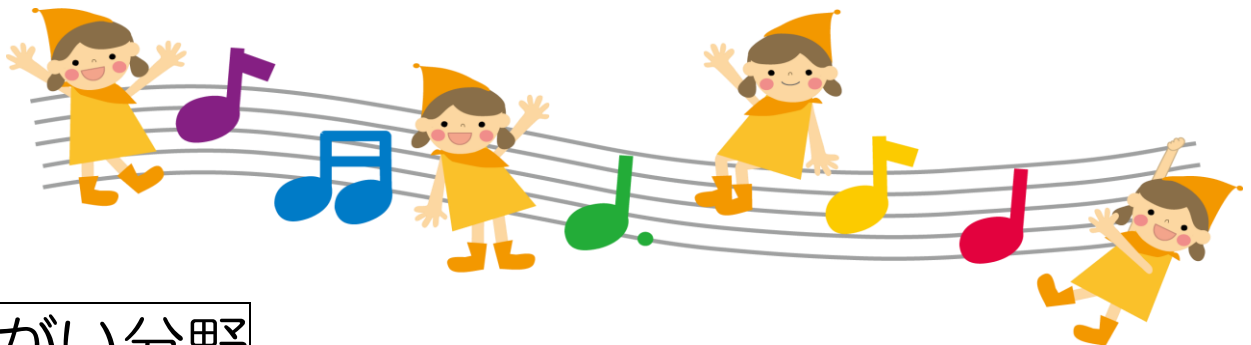
社会福祉法人 保健福祉会 パーチェ

内 容：障がいをもつ子どもと一緒に動ける方。山登りなどもあります

日 時：月曜～日曜 9:30-11:30 / 14:00-16:00

最寄駅：JR 円町駅 駐輪場[有] 条件：18歳～40歳まで

備 考：保育士資格の方大歓迎！



障がい分野

㈱京のちから就労継続支援事業 A 型 京のちから

内 容：菓子製造補助（生洋菓子、焼洋菓子）

日 時：火曜～日曜 9:45-17:00

最寄駅：阪急 大宮駅 駐輪場[有] 条件：洋菓子店（ケーキ店）製造経験者

NPO 法人 工房リーフ

内 容：絵画指導ボランティア。絵画等に興味・関心があり、障がい者とのかわりに関心がある方。また、製品化に向けて一緒に検討していただける方。

日 時：第2、第4水曜日 12:50-14:10 / 第1土曜 10:00-11:00

最寄駅：市バス 神宮丸太町 駐輪場[無] 条件：特になし

❀中京区ボランティア情報❀

NPO 法人 みやこ福祉会

内 容：支援センターで泊まる方の4名分の夕食づくり。(2週間前に泊まり希望者がでた場合)月に6~8日間で曜日固定はしていません。

日 時：月曜~金曜 16:00-次の日まで

最寄駅：市バス 西大路三条 駐輪場[有]

備 考：交通費として1回500円支給。夕食食材費は法人支給。

NPO 法人 エキスクラメーションファクトリー シンマチワークス - factory shinmachi works

内 容：調理現場に入っのボランティア

日 時：火曜~日曜 9:00-17:00

最寄駅：地下鉄 烏丸御池 駐輪場[無] 条件：特になし

備 考：検便の結果の提出必要



一般社団法人京都手をつなぐ育成会 西大路工房

内 容：手芸用品の袋詰め、タオルやのしの袋入れ、箱折りや手芸(刺繍)などのお手伝い募集!

日 時：月曜~日曜 9:30-15:50

最寄駅：JR 円町 駐輪場[無] 条件：特になり

備 考：一度来て頂きお話をさせてもらって、約束事項などをお伝えします。

かしの木学園

内 容：紙器加工、陶芸作業の補助。障害を持った仲間と共に働き語り合う意識を持った方 大募集!

日 時：月曜~金曜 9:00-15:00

最寄駅：地下鉄 西大路三条 駐輪場[有] 条件：特になり

社会福祉法人 白百合会 リ・プラン京都中京

内 容：刺繍、ビーズ、縫製(ミシン掛け)等、ハンドクラフト作業補助

日 時：水曜・金曜 13:00-15:00

最寄駅：市バス 堀川三条 駐輪場[無] 条件：女性 / 50歳まで

❀中京区ボランティア情報❀

アトリエとも (障害福祉サービス事務所)

内 容：①事業所の店頭で自主製品を販売します。(サンドイッチやクッキーなど)
利用者さんの補佐と売上の向上の両方を目指す新しい企画です！

②近隣の道路の清掃(ゴミ拾い)1時間程度の活動に同行してくださる方

日 時：①水曜 12:00-13:00

②毎月第2土曜 10:00-11:00

最寄駅：市バス 西大路四条 駐輪場[有] 条件：特になし

NPO 法人ふれあいほうむ “どうぞ”

内 容：①ランチ・弁当作りの補助

②弁当配達(自転車・バイク使用)

日 時：①月曜～土曜 9:30-11:00 / 11:00-14:00

②11:00-11:30

最寄駅：JR 二条駅 駐輪場[無] 条件：特になし

NPO 法人 アンビシャス

内 容：ドッグセラピー活動、老人施設、ホスピス病棟、小学校等での活動。セラピー犬として犬と人ともに講習会・試験などがなされます。人のみでのボランティア参加は随時受入OKです！

日 時：定期・不定期で年間100日間ぐらいの日A数。

随時ホームページにて情報UP

備 考：活動範囲が広域の為活動場所までボランティアさんが直接来られる事



中京・花とみどりの会

内 容：中京区役所の屋上で活動しています。園芸活動を通じて、社会性を見につけていただくこと。健康増進をはかること。そして社会に貢献したい。体験・見学歓迎！

日 時：毎週 月曜・木曜 9:00-11:00

最寄駅：地下鉄 二条城前駅 駐輪場[無] 条件：特になし

備 考：メンバー費として1200円/ボランティア保険加入料として300円 必要

❀中京区ボランティア情報❀

ボランティアの10ヶ条

第1条 まず自分の身のまわりのことから始めよう

自分の身のまわりを見渡すだけでも、いくつもの問題が顔を出していることに気がつくでしょう。まず身のまわりの小さなことから取り組みましょう。そして次のステップに。

第2条 相手の気持ちになって

活動には相手があります。相手が何を求め、何を必要としているのか。常に相手の気持ちになって考え、行動することが大切です。

第3条 無理をせず、細く長く

ボランティアは継続することが大切。無理をせず、可能な範囲で継続して活動すること。そのことによって信頼が生まれ、活動の喜びも深まります。

第4条 約束を果たすのはすべての基本

ボランティア活動は気ままな奉仕活動ではありません。約束したことはどんな小さなことでも守ることが基本。安易な安請け合いは、信頼関係をくずす原因になりかねません。できることとできないことははっきりと。

第5条 活動にははじめが大切

自分たちのグループの人数、時間、能力を常に認識し、活動の量、時間には一定の限度を設けることも大切です。能力の過大な評価や過信は、継続の最大の障害になります。はっきりとしたケジメをもつことを大切にしましょう。

第6条 活動の記録をとり、たえず点検を

日常の活動記録をとりましょう。実績の評価や、活動の点検をし、反省の材料につながります。

第7条 たえず学習し続けよう

たえず学習し、知識や、技術を身につけ、人格的に成長し続けることが大切です。自身の成長をかえりみる姿勢が、活動の質を高め、ひとりよがりの活動を防ぎます。

第8条 常に謙虚であること

ボランティア活動は、相手の「協力者」、側面的な「援助者」となることであり、「してあげる」という類のものではありません。ひとりよがりの善意の押しつけが、相手にとって迷惑になることがあることを自覚しましょう。

第9条 家族や職場、周囲の人々の理解が必要

息の長い活動は、家族や職場の同僚といった周囲の人々の理解があってはじめて可能です。活動を言い訳にして、周囲に甘えていたのでは活動もできません。

第10条 秘密を守ることから信頼へ

活動をとおしてプライベートな相談をうけることもまれではありません。しかし、必要なこと以外は決して他言してはいけません。秘密を守ることが、信頼につながり、より充実した活動へと発展していきます。