

2023年度

ボランティアガイド Volunteer Guide



ハッピーコスモスちゃん

木津川市ボランティアセンター

木津地域ボランティアグループ一覧

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
1	よっといで 嶋村 清子	つながりの輪広がるほっとできる居場所作りをしています。子どもの広場・日替わりランチ提供。 木津川市木津清水106 毎 週月曜日～金曜日 午前9時～午後4時 ----- 健康ゆるゆる体操 毎月第3月曜日 笑ってうんちく 毎月第4水曜日	
2	相楽手話サークル たけのこ木津支部 泉 竹内 晃	手話学習 聴覚障害児・者福祉の現状や課題等についての学習 木津川市役所北別館 毎週水曜日 (年末年始・祝日は休み) 午後7時30分～9時00分	
3	スイートポテト 大西 悦子	主婦によるコーラスグループ。老人施設、地域のサロン等で活動。ハンドベルによる演奏もしています。 木津川市西部交流会館及び要請に応じて 練習日、毎週金曜日 午前10時～12時	
4	白ゆり会 岡田 隆子	施設（芳梅園）のシーツ交換・高齢者施設が実施するお買いものツアーの支援の活動をしています。施設への雑巾の贈呈 木津芳梅園 午前10時～11時30分 お買いものツアーは、指定の時間	
5	朗読サークル 『こだま』 池田 加津子	朗読ボランティア。広報・議会だよりの音声化テープ作製。図書館・高齢者施設・地域（大人の方向対象）・中学校でのおはなし会開催。支援学校での朗読会 毎週火曜日 図書館：木津川市広報、議会だよりの音声化テープCD作成。勉強会他 毎月第3土曜日 図書館：おはなし会 6月・11月 井手やまぶき支援学校：朗読会	
6	人形劇 『たらふくまんま』 柳田 珠江	手作り人形劇。子育て支援、保育園、幼稚園、障がい者施設・高齢者施設などを訪問しています。内容は、昔話～創作話等です。 都度、老人保健センターにて人形劇の制作、練習 要請に応じて	
7	木津川市食生活改善推進員協議会 木津支部 『育栄会』 藤本 とも子	作業所、高齢者施設、イベント時等の調理及び実演指導（講習会）をしています。 要請に応じて 相楽作業所・・・マドレーヌ デイセンター・・・マドレーヌ 芳梅園・・・プリン	
8	手話サークル 『てのひら』 松井 敏夫	各週ごとに学習・交流・ビデオという内容で手話を学ぶ。 市内の小中学校から福祉体験としての手話教室開催の依頼を受けて、地域の聴覚障害者と共に訪問し、指導する。 金曜日 10:00～12:00 木津川市役所庁舎・木津老人福祉センター 随時 木津川市の小中学校	

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
9	ゆう舞の会 土井 道子	日舞によるボランティア。サロン、社協のイベント等にて実演をしています。 (練習日) 指導者宅 月・金曜日 イベント参加は、要請に応じて	
10	まゆの会 駒 美紀子	高齢者施設での喫茶ボランティア。施設への慰問。福祉体験学習への協力をしています。 木津老人福祉センター 毎月第3金曜日	
11	絵本の読み聞かせ はなしたまご』 『お 加藤 富士子	絵本、パネルシアター、紙芝居、手袋人形などを用い、手遊びや歌を織り交ぜて楽しいお話を開催 要請に応じて(保育園・集会所など)	
12	NPO法人子育てサポート フレイフレックラブ 福田 恵子	木津川市を中心に子育て支援の活動、つどいのひろば「わくわくひろば」を運営。イベントや講座時の集団保育。母子支援事業も企画。他 ・保育サポーター(随時)・つどいのひろば(アル・プラザ木津店2階 毎週月・水・金曜日午前10時30分～午後3時30分 土曜日午前10時30分～午後2時)	
13	点訳サークル 『いづみ』 岡村 幸子	点字サークル。絵本の点訳。点字講習会・小学校における体験学習会等実施しています。 第4土曜日 中央図書館	
14	ALPEJJO アルペッジョ 有働 美代	音楽サークル 毎週火曜日に練習。 老人施設や地域の祭り、ガーデンモール等イベント等で演奏 毎週火曜日 練習 要請に応じて	
15	マジックサークル「わかば」 松本 憲三郎	手品サークル。地域のサロン、施設訪問、地域の子供会、夏祭り等イベントにも参加協力しています。 女性センター及び要請に応じて 毎月第1・3土曜日午後1時30分～4時	
16	おもちゃの図書館	おもちゃの図書館の運営。おもちゃの貸出しも可。木津地域では、2箇所で行っています。 ①木津老人福祉センター (毎月第3水曜日 午前10時～11時30分) ②木津東部子育て支援センター (毎月第2木曜日 午前10時～11時30分)	
17	調理ボランティア/配達ボランティア 『プチトマト』	調理ボランティア(65歳以上の高齢世帯・独居高齢者の夕食の調理。4班体制で月1回ずつ)・配達ボランティア(お弁当の配達) 木津保健センター調理室(毎月4回)	

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
18	傾聴ボランティア「うさぎ」 竹中 裕	月2、3回 高齢者施設にて利用者のお話を聞いています。 第4金曜日（偶数月）・第4土曜日（奇数月） 木津老人福祉センターにて勉強会	
19	アンサンブルHANA 島田 宗人	都度 老人福祉施設：演奏及び歌唱、トーク 都度 自治会、サロン、老人会等：演奏と歌唱、体操、脳トレ 毎月、週2回の集合 練習を実施（楽器演奏）	
20	リーベ〜ドックセラピー 入江 範子	犬を使って高齢者及び認知症の方へのセラピー活動（施設訪問中心）をしています。 毎月第2木曜 DS 福望 ワンちゃんとのふれ合い活動	
21	大正琴 琴音会 山岡 美津枝	高齢者施設への訪問、演奏ビデオ送信 要請に応じて	
22	さわやかコーラス 山本 康寿	歌謡曲、唱歌、童謡、民謡など、歌が好きな仲間が集まり、楽しく賑やかに歌っており、老人施設や地域のサロン等で、参加されてる人たちと共に歌うことをモットーとしております。 要請に応じて	
23	音楽デリバリー るんと 村田 弘美	音楽演奏ボランティア。歌とピアノの演奏。老人施設や児童施設などへ「くらしに音楽を」お届けする活動をします。曲目は、なじみのあるクラシック曲、童謡、唱歌など、ご相談に応じます。 要請に応じて	
24	アレンジ HANA はな 中南 美由喜	高齢者に生花をアレンジするフラワーアレンジにより施設のデイサービスを支援しています。 要請に応じて	
25	ホッとサロン 遠藤 一二夫	ホッとサロンは、こころがしんどい、こころに不安等感じてる方の傾聴し、理解し支援をしています。同じ悩みを話したり、ゲームやクイズ等で笑い声をあげて、時には、クリスマスリースやお雛様作り等もしています。 ホッとサロンでは、気軽に参加して、ほっこりする居場所を提供しています。 毎月1回 東部交流会館 参加費:100円 13時30分～15時 (開催日は、市の広報誌に掲載してます)	 

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
26	ひまわり 田中 静恵	童謡、唱歌、懐かしい歌謡曲、中国の曲等を高齢者施設、福祉施設、サロン等で演奏しています。 要請に応じて	
27	和のフィットネス ゆめんちゅう 夢中 勝見 美代子	長年つちかった日本舞踊の所作や動きをもとにつくった日舞体操で、健康の為に楽しく心と身体を活性化するお手伝いをしています。運動食事等の養生について、日舞体操、踊りの披露等 要請に応じて	
28	山城ノ國 和太鼓 こいき 鼓粋 東野 恵之	日本の伝統文化の伝承と発展そして青少年の健全なる育成を願い2010年に和太鼓教室を開設。地域に密着した活動により青少年の育成や障がいをもつメンバーとのきつなづくり、サポート関係、心の鍛錬を目指しています。 要請に応じて	
29	お助け隊 西木津川台 野間 克志	西木津川台地域内の高齢者の方や障がいを持たれている方のちょっとした困りごとのお手伝いをしているサークルです。 要請に応じて随時、その他児童公園の花の植栽、木津川台小学校の清掃活動 等	
30	いや じゅく 癒し塾 part2 天野 恵子	高齢者及び障がい者、老若男女とわずアロマ&リンパマッサージ（ハンドマッサージ中心）にて癒しの時間を提供しています。 コロナ禍のため流動的に開催（西木津ぬくもりの里・奈良市・生駒市の施設）	
31	いきいき・スキップの会 南田 博美	各人が得意な分野の能力を發揮し「いきいきと生きる」ことを目的にしています。お互いに教えあうことで楽しみながら小物づくり・料理・食事などをし、健康づくり・認知症の予防を図っています。参加者募集しています。 月2回 第2・4火曜日 午後1時～5時 相楽老人福祉センター（スキップサロン）	
32	大里元気お助け隊 植山 小夜子	大里区の高齢の方が楽しく過ごせる居場所作りや、介護予防の取り組みとして、元気アップ体操（お口の体操、音楽体操、脳トレ、筋トレ、ゲームなど）を行いサロンを実施しています。高齢世帯、独居、障がいのある方の見守りや簡単なお手伝いを行い、人に優しく笑顔の見える地域づくりを目指します。 大里会館 月2回 第1・3木曜日 午後1時30分～4時 元気体操くつろぎカフェにて	
33	日本ボーイスカウトきづがわ 第1回 育成会 津田 良恵	子供達それぞれの年代に応じた（野外活動、キャンプ、料理、ハイキング、奉仕活動）を通し、子供の成長を支援しています。 月2～3回、木津川近隣の公園や施設で活動をしています。小学1年生から参加できます。子供の世界を一緒に広げてみませんか？	

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
34	にこにこヨガ 谷口 ゆずき	どなたでも参加しやすいヨガレッスン、イベント等を行っています。皆様の健康づくりをお手伝い、高齢者の機能向上に役立っています。 月7回実施 梅美台各集会所 年2回 幼稚園（保護者向け ヨガ） 要請があれば	
35	こそだてママnet☆ 福井 さなえ	学校に行きにくい子とその保護者の集いの場を提供しています。 自然体験活動を通して親子のきづなを深め、子育て中の息抜きの場として、半年会員を募集しています。 水曜日：木津川市内 土曜日：鹿背山	
36	市坂共助会 松宮 良雄	コミュニケーションを深めるための親睦をしています。（囲碁など）交流を深め、地域の困りごとに対応しています。 月2回 第1・3 金曜日 市坂集会所	
37	元気アップ介護予防サポーター ニコニコ 山下 貞代	認知症予防や転倒予防を目的として、音楽（クラシック、童謡、演歌等）に合わせて体操を行っています。ゴムバンドを使った筋トレ、使った筋肉をほぐすストレッチ、脳トレやクイズなどを体操の合間に入れたコミュニケーションを行っています。 1クールを10回して、年間4クールを実施します。 木津川市中央交流会館 いずみホール 毎週木曜日 午後1時～4時（利用者は午後2時～3時30分）	
38	アンサンブルWaRaKu 牧村 初穂	長く音楽に親しんできた7人でフルート・ピアノ演奏・歌で活動中です。音の重なり心ときめきとほっこりする演奏を心がけています。クラシック・ポップス・童謡・愛唱歌etcレパートリーに取り組み中です。 加茂青少年センター毎月2回 金曜日 演奏場所により編成・曲目等構成し、市内公共施設・会場において練習	
39	グリーングラス 東中屋 典子	女声アンサンブルのサークルで、合唱曲、四季折々の歌、唱歌、ポップスなどいろいろな曲を和やかな雰囲気楽しく練習して、施設訪問やイベント等で演奏しています。 月2回 不定期	
40	創作ボランティア ゆらり 河部 直美	医療機関や福祉施設で、季節ごとに変わる壁面装飾をしています。入院、入所されている方に季節を感じて頂けるような作品づくりをしています。現在はコロナ禍のため作品の提供は中止。 不定期、作品作り。アルブラザ2階市民交流スペース、ボランティアセンター2階：乳幼児向け、高齢者向けの作品づくり。	

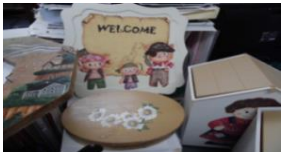
	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
41	Shaybet (シェイベット) 寺島 明香	音楽ボランティア。歌と楽器（ピアノ、ギター、チェロ等）の演奏。曲目は、季節に合わせて（春～秋は、童謡、唱歌・冬は、クリスマスソング）。主婦と小学生の子も達で構成されるグループであり、コーラスをメインに曲によって踊りや手遊びを加えたりと視覚的にも楽しんで頂ける工夫をしています。 メンバーに小学生がいるため、活動日は、春休み、夏休み、冬休み等長期休暇のほか、土日祝および子どもの学校が休みの平日。	
42	木津川市パソコン・スマホ相談室 近藤 哲郎	昨今の急速な技術革新に伴い、これに戸惑いを感じる方（主に高齢者）にパソコン、スマートフォン各種の技術相談窓口として活動しています。パソコン、タブレット、スマートフォン等の機器の操作方法など。 毎週金曜日（午後）相楽老人福祉センター。詳しくは、木津川市広報紙きづがわに記載しています。	
43	相楽台 お助け隊” ゆう” 吉村 亮子	高齢者世帯や独居・障がいのある方の見守りや簡単なお手伝いをします。 地域の美化活動に努め安心して生活できる環境づくりを考えていきます。 住民が自由に集える居場所づくりをします。 要請に応じて	
44	元気アップ介護予防サポーターの原 川崎 健一	高 介護予防を目的とし、音楽にあわせて介護予防の体操・筋トレ・脳トレ・ストレッチなどを高齢者の方々に楽しく行ってもらう。要請に応じて地域のサロン、高齢者施設に出張啓発（体操等）に行きます。 練習場所：兜台集会所 第2～4水曜日（3か月に1回1週目あり、3ヶ月で10回） 午後1：30～2：50 午後3：10～4：30 要請に応じて出張します	
45	北之庄いきいき元気100% 木村 和恵	北之庄区で安心して健康に暮らせるよう、誰でも気軽に集える居場所作りや介護予防の取り組みを行っています。元気アップ体操、音楽体操、脳トレ、ストレッチ等やゲーム等を行っています。 毎月第1・第3水曜日 午前10時～11時30分 センター北之庄にて	
46	木津川市 歴史学習会 麓 忠雄	木津川市や南山城地域の歴史学習会および木津地域のガイド活動をしています。 毎月 月末の木曜日（午前10時～12時）の学習会。随時要請に応じて木津地域ガイド。	
47	城くま☆玩具feat.おもちゃの図書館 熊澤 裕子	木津おもちゃの図書館のサテライト窓口です。城山台地域での移動おもちゃの図書館の開催。団体様へのおもちゃの貸し出しを行っています。詳しくは、ボランティアセンターにお問合せください。（インスタ、ライン有） 要請に応じて。城山台地域（集会所等）	
48	木津小学校区お助け隊 高間 清	日常におけるちょっとした手助けや手伝いをするボランティアです。活動内容は、事前に訪問させていただき、できる範囲で活動させていただいております。家具の移動や電球交換、清掃、補修のお手伝い等のお困りごと。対象は、木津小学校区内の高齢世帯、障がい者世帯等。 要請に応じて。（事前確認訪問有）	

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
49	元気アップ介護予防サポーター チーム兜台 松本 久美子	介護予防の体操を実施して木津川市の地域に体操を広めていく。特に1人住まいの高齢者の皆様に元気になっていただきたいです。 毎週月曜日 午後2時～3時30分 兜台集会所	
50	元気体操ファイン 島田 明美	音楽体操、筋トレ、ストレッチ、脳トレを行っています。2歳～3歳の子供とその親を対象にしています。 毎月第1, 第3火曜日 午後1時30分～3時 木津川台1丁目集会所	
51	向日葵 坂本 敏秋	家事のお手伝い、買い物のお手伝い、お話相手、草取りや草刈りのお手伝いなどをしています。 要請に応じて（曽根山区内）	

加茂地域ボランティアグループ一覧

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
1	おはなしポケット 新子 弘子	絵本・紙芝居の読み聞かせ。ストーリーリングをしています。 加茂図書館：おはなし会（毎月第1・3日曜日午前10時30分～10時50分） 他加茂地域の各小学校の朝の会・加茂の里・学童いづみなど	
2	手話サークル あじさい 水上 幸代	手話サークル。手話技術習得、相楽ろうあ協会との活動を行っています。 加茂文化センター 第1・3金曜日 午後7時～8時45分	
3	サークル かもめ 久保田 奈美江	ミニコミ誌発行。アルミ缶収集、リサイクル活動。地域おこしに参加。 主に加茂地域で活動、竹の間伐は山城地域。 ・毎月第1火曜日 ミニコミ誌発行 ・毎月第2火曜日 アルミ缶回収作業 午前9時～12時 ・毎月第1日曜日 竹の間伐作業 午後1時～4時	
4	要約筆記サークル あゆみ 崎園 邦子	要約筆記サークル。難聴者の支援をしています。 要請に応じて	
5	朗読 いずみ 中岡 恵子	木津川市広報・議会だよりの録音、公共施設への配布。 「船屋ひな祭り」への参加、子ども・大人への朗読会。 週1回の朗読練習（毎週水曜日） 木津川市中央図書館（第1火曜日） 加茂文化センター（第1・2・3・4水曜日）	
6	クローバー 小谷 衣代	調理ボランティア。食事作りを通して地域の交流会に参加支援をしています。 南加茂台公民館 毎月第1水曜日午前9時～午後2時 （8月中、祝日は休み）	
7	人形劇 ポテト 小高峯 一佳	人形劇ボランティア。人形劇の制作・公演を行っています。 加茂ふれあいセンター 毎週火曜日午後3時30分～5時	
8	手話サークル かたつむり 高橋 史代	手話サークル。手話や福祉学習を通じて地域のろうあ者と交流をふかめています。 加茂ふれあいセンター 毎週水曜日午前10時～12時	
9	くに18 渡邊 聖	夏の防災ワークショップに参加。ふれあいひろばにおいてフリーマーケットで参加し、ユニセフ募金実施。 随時状況次第	

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
10	男子厨房に入ろう会 林 紹雄	調理ボランティア。イベント時、模擬店の出店をしています 定例会：加茂文化センター（毎月1回） 活動場所は多々（イベント時）	
11	ねぎぼうず 二宮 周子	調理ボランティア。独居・高齢世帯の配食以外にもイベントに参加協力を行っています。 加茂ふれあいセンター 毎月第1火曜日	
12	かもの恩返し 佐々木 重規	施設支援。いづみ福祉会他。 いづみ福祉会及び外出先 毎週月曜日～金曜日 午前10時～12時と午後1時～3時 毎週土曜日午前10時～午後3時 必要に応じて日曜日ガイドヘルプ	
13	子育て支援かもっこサロン 湊 ツヤコ	サロン開設。おもちゃの図書館開設。おもちゃの貸出しも可。時間内の子供の一時預かり有。 加茂ふれあいセンター（和室） 毎月第1木曜日・第3木曜日 午前10時～12時	
14	加茂の森林守り隊 木村 雅俊	森林保全活動をしています。 加茂地域・山林・竹林 毎月第2土曜日・第4日曜日	
15	木津川おもちゃ病院 阿部 博臣	壊れたおもちゃの修理をしています。 第1土曜日 木津老人福祉センター 第3金曜日 加茂ふれあいセンター 午後1時30分～4時	
16	サロンサポーターズ 林 知子	ながもサロン運営をしています。 加茂ふれあいセンター 毎週月曜日午前9時～午後4時（祝日は除く）	
17	K A I ① 坂本 裕久	調理ボランティア。独居・高齢世帯の配食をしています。 加茂ふれあいセンター 毎月第2火曜日	
18	K A I ② 辻本 淑子	調理ボランティア。独居・高齢世帯の配食をしています。 加茂ふれあいセンター 毎月第4火曜日	

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
19	ちょみボラ 泉川中学校PTA会長	通学時の見守り、図書館の手伝い、校舎の修繕、校内の 花植え活動、リサイクル活動等をしています。 泉川中学校 時間は、活動に応じて	
20	子どもと教育を考える会・ らららもか 小森 洋子	福祉施設への訪問、地域のイベント参加、自然体験、親 子で民謡を踊る、化学、科学を学ぶ等の活動をしていま す。 加茂文化センター・畑・山・川・公民館 福祉施設・学校 随時	
21	傾聴ボランティアグループ はるかぜ 市竹 昭雄	通所者等の傾聴をしています。 当面みかのはらデイサービス 毎週月曜日～土曜日 1日1時間半 第4月曜日ミーティング	
22	オリーブ 宮崎 尚子	ハンドマッサージを行うボランティア。高齢者サロン、 イベント等の参加協力をしています。 高齢者サロン（ながもサロン）や高齢者施設 木・土・日（祝日）以外の午後	
23	食のグループ加茂 福井 照代	調理ボランティア。独居・高齢世帯の配食をしていま す。 加茂ふれあいセンター毎月第3火曜日 正午～午後3時	
24	ペイントモモ 田中 真理子	トールペイント、ステンシル、木工制作をしています。 高齢者、障がい者、一般成人対象です。 集会所・加茂文化センター・会員宅	
25	あじさいを育てる会 中本 恪二	あじさいの挿し木・除草・花柄剪定・移植・ゴミの収集 （公共用地）等の活動をしています。 南加茂台公民館駐車場裏・野上公園・熊谷公園・2丁目 歩道橋・恭仁京跡	
26	塚穴公園を美しくする会 佐々木 重規	環境美化と保全（竹の伐採・間伐、枯れ木・枯れ枝の除 去、整理、除草、ごみ除去、構築物の保全）等の活動を しています。 塚穴公園 状況を見て4～5日／年	
27	虹 船越 吉一	配食サービス利用者宅を訪問し、安否確認を含め見守り をしています。配食サービスを充実させていきます。 毎週 火曜日午後3時～5時	

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
28	キャラバンメイト きづがわ 畑山 貴子	木津川市内を中心に認知症サポーター養成講座を開催する。開催対象は、小学校、中学校、地域の集まり。老人会等。年間10～15団体の申込有り。 定例会：毎月第1月曜日。祝日の場合翌週の月曜日	
29	つかあな共助会 破石 俊夫	つかあな会会員78軒の中の支援希望者を対象に、生垣の剪定（6丁目）や樹木の伐採（6丁目）、受電ポールの根元補強（南加茂台全域）等の作業を月1～2件目途に実施予定です。 要請に応じて	
30	アンサンブルWaRaKu 林 悦子	長く音楽に親しんできた7人でフルート・ピアノ演奏・歌で活動中です。音の重なり心のときめきとほっこりする演奏を心がけています。クラシック・ポップス・童謡・愛唱歌etcレパートリーに取り組み中です。 加茂青少年センター毎月2回 金曜日 演奏場所により編成・曲目等構成し、市内公共施設・会場において練習	
31	元気アップ介護予防サポーター チーム加茂 辻本 勝代	誰もが自分の体力に合わせて楽しく体操をし、現在の体力の維持を目指します。また、脳トレ、筋トレもみんなとなら楽しく続きます。ご要望のある地域団体からの要請もOKです。 市役所 加茂支所3階 居場所ホール 毎週水曜日 午後2時～3時30分まで。 公民館・集会所・イベント会場等。体操の出来る場所なら可。主催者の時間帯で（7～8人から可）	
32	こすもす 秋 桜 高橋 淑子	高齢者施設の皆様と一緒に尺八や三味線の伴奏で民謡を唄い楽しい一時を過ごしていただいています。 要請に応じて。高齢者施設。午後1時半ごろから50分程度（リハーサルを30分させていただきたいので別の部屋をご用意下さい。）	
33	ボランティア フードバンク 高月 崇司	様々な理由から緊急に支援を必要としている人たちや社会福祉施設に、善意で寄せられた食品の無償提供の支援を行っています。（詳しくは、NPO法人 手をつないでのHP） フードドライブ開催場所においてのご協力チラシ配布/食品回収/寄贈食品受取の立ち合い/食品の仕分け/食品の分配等を行っています。	
34	恭仁京ゆめ倶楽部、 見守りお助け隊 岩田 誠一	地域住民が気軽に立ち寄れる場所づくり（瓶原公民館 小会議室）と地域の困りごとに対しての相互助け合いの仕組みづくりの構築を目指しています。 要請に応じて	
35	レッツ・スタート 田中 宏和	手芸、洋裁、小物作りをしています。着物をほどいてカバンや洋服を作っています。活動を通して、仲間づくりを行っています。 里公民館（加茂文化センターや東部交流会館を使用する場合があります。） 第1,2木曜日	
36	かものはし 行衛 満	高齢により、車に乗ることができず、スーパーへ行くことが難しくなった高齢の方に、買い物ツアーを行っています。 第2金曜日 瓶原・加茂の方 PLANT木津川店 第4金曜日 南加茂台・当尾の方 PLANT木津川店	

山城地域ボランティアグループ一覧

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
1	ほのぼの会 (配達) 西本 俊明	配達ボランティア。昼食及び独居高齢者・高齢世帯への配食（夕食）を見守りを兼ねての配達をしています。 山城保健センター・山城地域一円 ・毎日昼食型）毎週月～金曜日 10:50～11:30 ・週一回夕食型）毎週水曜日（月4回）15:00～16:30	
2	ほのぼの会 (調理) 三好 まさみ	調理ボランティア。4班で独居・高齢世帯の見守りのお弁当を作っています。配膳のみの活動もあります。 男性や新しい方の参加、お待ちしております。 山城保健センター 毎月第1～4水曜日 調理：12:00～15:00 配膳：13:30～15:00	
3	子育てサロン りんごちゃん 山田 知恵子	子育てサロンボランティア。親子勉強会・交流会・親のリフレッシュ等の活動をしています。 生後6ヶ月～就園前のお子様と親御様が対象です。 山城保健センター 毎月第3金曜日 10:00～11:30	 
4	赤ちゃんサロン みらくちゃん 山田 知恵子	赤ちゃんサロンボランティア。悩み相談、親子交流会、親のリフレッシュ等の活動をしています。産後エクササイズは、毎週行い、心も体もリフレッシュされています。 生後3ヶ月～1歳までのお子様と親御様が対象です。 山城保健センター 毎月第3月曜日 10:00～11:30 ※産後エクササイズは毎週木曜日10:30～11:10	
5	山城おもちゃの図書館 松田 昭子	おもちゃの図書館開設しています。 おもちゃや絵本の貸出しもしています。 一緒に活動していただける小さなお子さんやおもちゃが好きな方、募集中です。 山城保健センター 毎月第4木曜日 10:00～11:30	
6	傾聴ボランティア こころ 富岡 正美	介護施設における通所者等への傾聴をしています。 ぬくもりの里、ハッピーコスモス等で活動中。 ご依頼は、要相談。 ※コロナの状況によって、変更することもあります。	
7	山城町ふるさと案内人の会 辻 忠	山城地域における遺跡や文化財の案内活動または、その歴史の紹介等を行っています。 要請のあり次第随時	
8	若竹会 橋本 久子	木津川市健康推進課と共に食生活改善事業の推進や、社協活動「ふれあいまつり」等においての参加協力し、ひじきご飯・赤飯などの調理・販売をしています。 山城保健センター・木津保健センター 要請のあり次第随時	

	ボランティア グループ名と代表者名	活動内容／場所と時間	
9	町のカメラマン 三谷 島根男	依頼を受け次第、記録等のためデジタルカメラで写真撮影を行いデーターを提供しています。地域のサロン、イベント、福祉施設等の記録写真、啓発用写真、お気軽にお申込み下さい。「心に残る一枚の思い出」を提供します。 要請のあり次第随時（お申込み1ヶ月前に）	
10	元気アップ介護予防サポーター やましろ 谷口 いづみ	いつまでも、元気で長生きし自分のことは自分で出来る健康で豊かな生活を続けられるように、音楽体操、お口体操、脳トレ、筋トレ、ストレッチをしています。 アスピアやましろスクエア 木曜日午前10:00～11:30 （4～6月、7～9月、10～12月、1～3月）の3カ月間で各10回 年間40回	
11	元気アップ介護予防サポーター なかよし 久保見 清美	高齢者の方々と楽しみながら、脳の活性化になる音楽体操を行い心身の健康を促しています。高齢者の方の機能向上（口腔ケア・脳トレ・筋トレ、ストレッチ等） やすらぎ苑 毎週火曜日 10:00～11:30 南平尾防災コミュセン 毎週水曜日 10:00～11:30 要請に応じて出張体操教室を行います。	
12	山城小助け隊（アッピー） 阪本 守	山城町の高齢者世帯や高齢の一人暮らしの方・障がい者の方のお住まいに出向いて、相談された内容に対処します。 ※アピールポイント：迅速な対応。 9:00～17:00（夏季・冬季は休止期間あり） 依頼者宅へ訪問して、困りごとを処理。要相談。	
13	たんぽぽレジュイール 原田 敬子	コーラスグループ。皆様が、ご存じの童謡・懐メロ・ポピュラー等を歌っています。私達の歌声や演奏で元気になって頂けるよう、喜んで頂けるように思いで皆様に歌を届けて参ります。 月2回 土曜日午前10時～11時30分 レジュイール音楽教室にて練習 JR棚倉駅下車徒歩3分 要請に応じて出張出演します。	
14	南平尾活き活き農園支援 ボランティア 村田 陽	農園を基盤とした地域の多世代交流の推進と参加者の健康促進・親睦を目的に活動しています。地域のための共助意識に少しでも協力できればと思っています。 基本毎週日曜日午前中 月に1回程度の農作業（植え付け、収穫、管理等） 詳しくは、ボランティアセンターまで	

ボランティア活動を始めるには どうしたらいい？

まずは、「何かやってみよう」という自発的な気持ちが必要です。
どのような活動があるのか知りたいときは、ボランティアセンター
または社会福祉協議会各支所へご相談ください。

ボランティアセンターは「活動したい人」「求めたい人」の相談窓口です。ちょっと活動をのぞいてみようという方は、催しを開催していますので参加してみましよう。

★ボランティア体験（児童、生徒、学生）

毎年、夏休みの期間（7月～8月）を中心に、地域でボランティア体験を実施しています。

★市民ボランティア入門講座

「活動の初めの一歩」になる講座です。ボランティアグループの活動体験を実施しています。

★ボランティアフェスティバル・活動パネル展

ボランティアによる展示、出店、イベント、体験コーナーなど活動紹介や啓発、交流のために開催しています。

催しは、木津川市社会福祉協議会が発行している広報紙「きずな」やホームページに掲載しています。

問い合わせ：木津川市ボランティアセンター

TEL71-9559 FAX72-7690

木津川市社会福祉協議会

木津支所 71-9559

加茂支所 76-4338

山城支所 86-4151

ボランティアガイドは木津川市社会福祉協議会

のホームページにも掲載しています ⇒

<http://www.kyoshakyo.or.jp/kizugawa/>

