

☆どの地域のボランティアでもお申込みできます☆

地域	NO	体験ボランティア・施設名	日程	体験場所及び集合場所	体験時間	定員	体験内容	持ち物	参加費
木津	1	ケアセンターハッピーコスモス	9/11, 25(水)	ケアセンターハッピーコスモス	13:00~16:00	各2名	・レクリエーションの補助 ・施設の衛生補助(利用者様退所後の後片付け、消毒など)	飲み物、上靴	なし
	2	手話サークル てのひら	9/10(火)	木津老人福祉センター2階	10:00~12:00	5名	・手話で自分の名前、誕生日、住所など覚えて簡単な自己紹介をしましょう	筆記用具	なし
	3	傾聴ボランティア うさぎ	9/28(土)	木津老人福祉センター 2階 会議室	13:30~15:30	上限なし	・ロールプレイを通して傾聴の役割を理解しましょう	飲み物	なし
	4	大正琴 琴音会	9/5(木)	木津老人福祉センター 2階 会議室	13:30~14:30	上限なし	・大正琴で簡単な曲を弾けるように	飲み物	なし
	5	和のフィットネス夢中	9/19(木)	木津老人福祉センター 2階 会議室	14:00~15:00	3名	・ストレッチポールを使って筋肉をほぐす ・親しみのある音楽に合わせて身体のストレッチ運動 ・色々な運動を取り入れて、「生涯いつまでも健康で美しく自分の足で歩ける身体づくり」や「尿もれ対策」などをメインにしています	動きやすい服装、飲み物	なし
	6	相楽台 お助け隊"ゆう"	9/29(日) 雨天中止	集合場所:相楽台小学校正門(西側)前 相楽台小学校南側歩道付近	9:30~10:30	4~5名	・清掃ボランティア活動	作業に必要と思われるもの、飲み物・タオル、帽子等	なし
	7	北ノ庄いきいき元気100%	9/18(水)	センター北ノ庄	10:00~11:30	2名	・参加者と一緒に体操をしましょう ・実施内容を知る	飲み物、タオル	なし
	8	元気体操サークルあじさい	9/23(月)	高の原アーバンコミュニティホール	13:30~15:00	2名	・音楽体操など	マスク、上履き、タオル、飲み物	なし
	9	健康体操きづがわ	9/7,14,21(土)	木津老人憩いの家	13:30~15:00	5名	・音楽体操、脳トレ、筋トレ	飲み物	なし
	10	◎配食調理ボランティア	9/5, 12, 19, 26(木)	木津保健センター 2階 調理室	10:30~12:00	各5名	・高齢世帯への見守りを兼ねた夕食お弁当づくり (調理、配膳、袋入れ、洗い物など)	エプロン、三角巾、手拭きタオル、 飲み物 ※保菌検査あり	なし
	11	住民参加型助け合いサービス 送迎支援ボランティア	9/2(月)~30 (月)の木曜日を 除く平日	社協 木津支所	8:30~17:00の内 1時間程度	各5名	・住民参加型助け合いサービスの説明 ・福祉車両の試乗会、車いす介助の体験	飲み物、運転免許証	なし
加茂	12	手話サークル あじさい	9/20(金)	加茂文化センタープレイルーム	19:15~20:45	5名	・手話で名前を表してみよう ・聴覚障害者との交流	飲み物	なし
	13	サークル かもめ	9/28(土)	集合場所:市加茂支所前 実施場所:木津川市内の竹林	9:30~15:00	10名	・竹林整備 ・草刈り	軍手、帽子、飲み物、タオル、汚れてもいい服	300円 昼食代
	14	朗読 いずみ	9/4(水) 9/25(水)	4日:加茂文化センター ランチルーム 25日:加茂文化センター 工作室	9:30~12:00	数名	・発声、体操 ・朗読の練習等	筆記用具・好きな本、読みたい作品があればご持参ください	なし
	15	手話サークル かたつむり	9/25(水)	社協加茂支所	10:30~11:30	5~6名	・簡単な手話の学習 ・ろうあ者やサークルメンバーとの交流	筆記用具、飲み物	なし
	16	子どもと教育を考える会・らららもか	9/7(土)	加茂文化センターリハーサル室	10:30~11:45	5名	・よさこいやエイサー、踊りの体験 ・4歳~70歳代までのメンバーとの世代を超えた人との交流	上靴、タオル、飲み物、マスク(任意)	なし
	17	あじさいを育てる会	9/14(土)	集合場所:南加茂台公民館駐車場 実施場所:あじさいが植栽されている道路 沿い	8:00~10:00	5名	・あじさい周辺の除草 ・摘花、剪定	軍手、帽子、飲み物 等	なし
	18	元気アップ介護予防 サポーターチーム加茂	9/4, 25(水) 9/6, 20(金)	4日, 25日:加茂文化センター 6日, 20日:社協加茂支所	13:00~16:00 13:30~15:30	5~6名	・会場準備、後片付け ・受付け、脳トレ	飲み物	なし
	19	かものほし	9/27(金)	社協 加茂支所	9:00~12:00	3名	・買い物バス(10人乗りワゴン車)の運転、同乗	飲み物、運転免許証	なし
	20	◎配食調理ボランティア	9/3, 10, 17, 24(火)	社協 加茂支所	10:00~14:00	各1名	・高齢世帯への見守りを兼ねた夕食お弁当づくり (調理、配膳、袋入れ、洗い物など)	エプロン、三角巾、手拭きタオル、 飲み物 ※保菌検査あり	なし
	21	配食配達ボランティア	9/3, 10, 17, 24(火)	社協 加茂支所	14:00~15:00	各1名	・高齢世帯への見守りを兼ねた夕食お弁当の配達	飲み物	なし
	22	住民参加型助け合いサービス 送迎支援ボランティア	9/4, 11, 18, 25(水)	社協 加茂支所	14:00~15:00	各1名	・住民参加型助け合いサービスの説明 ・通院にお困りの方の送迎支援	飲み物	なし
山城	23	ほのぼの会(昼食配達)	9/2(月)~30 (月)の平日	山城保健センター	10:30~12:00	各2名	・高齢世帯への見守りを兼ねた昼食お弁当の配達	タオル、飲み物	なし
	24	ほのぼの会(夕食配達)	9/4, 11, 18, 25 (水)	山城保健センター	14:30~17:00	各2名	・高齢世帯への見守りを兼ねたお弁当の配達	タオル、飲み物	なし
	25	◎ほのぼの会(調理・配膳)	9/4, 11, 18, 25 (水)	山城保健センター 調理室	12:00~15:00	各2名	・高齢世帯への見守りを兼ねた夕食お弁当づくり (調理、配膳、袋入れ、洗い物など)	エプロン、三角巾、手拭きタオル、 飲み物 ※保菌検査あり	なし
	26	山城おもちゃの図書館	9/26(木)	山城保健センター 2階	9:40~11:40	4名	・未就学児、乳幼児におもちゃの準備、片づけ ・気に入ったおもちゃを貸出し、声かけ	飲み物、タオル、各自必要なもの	なし
	27	元気アップ介護予防 サポーターやましろ	9/5, 12, 19, 26(木)	アスピアやましろ スクエア	10:00~11:30	数名	・音楽体操、お口の体操、脳トレ、筋トレ、ストレッチ	飲み物、タオル	なし
	28	たんぼぼレジュイール	9/14(土)	レジュイール音楽教室 (JR棚倉駅徒歩3分、有)	10:00~11:30	5名	・発声練習 ・コーラス曲練習	筆記用具	500円
	29	南平尾活き活き農園 支援ボランティア	9/8(日) 雨天中止	南平尾活き活き農園 (開橋交差点サロンド・シヤンの裏側)	9:00~11:00	10名	・野菜の種まき ・野菜の収穫	飲み物、軍手、帽子	なし
	30	上粕活き活き農園 支援ボランティア	9/7(土)	山城町椿井間谷71 (上粕駅から北に1つ目の踏切東側のひまわり畑)	9:00~10:00	5名	・草引き作業 ・くわによるうね直し	動きやすい服装、飲み物、軍手、鎌、のこぎり鎌	なし
	31	住民参加型助け合いサービス 送迎支援ボランティア	9/2(月)~30 (月)の平日	社協 山城支所	8:30~17:00の内 1時間程度	各5名	・住民参加型助け合いサービスの説明 ・福祉車両の試乗会、車いす介助の体験	飲み物、運転免許証	なし

【申込み期間】

令和6年7月25日（木）～8月9日（金）※定員になり次第、締め切り

【申込み方法】

中面を参照の上、下記の申込用紙に必要事項を記入し、申込み先窓口か、Google フォームでお申込みください。

※中面の◎印の体験ボランティアは、

事前に保菌検査（検便）が必要です。

容器は各支所でお渡しします。

お申込みはこちら→



【申込み・問合せ】木津川市社会福祉協議会（平日8：30～17：00）

木津支所：木津川端 19 木津老人福祉センター内 （☎71 - 9559）

加茂支所：南加茂台 6-3 加茂ふれあいセンター内 （☎76 - 4338）

山城支所：山城町椿井北代 102 山城保健センター内 （☎86 - 4151）

【主催】

木津川市ボランティアセンター
木津川市社会福祉協議会

【後援】

木津川市教育委員会

切り取り

【新しいこと発見 市民ボランティア体験会】 参加申込書

ふりがな

氏名・性別

男 ・ 女

電話番号（緊急時に連絡がつくもの）

住所

※申込書で得た個人情報は、本事業のみに使用いたします

【体験希望①】 月 日（ ） : ~ : NO ボランティア

【体験希望②】 月 日（ ） : ~ : NO ボランティア

【体験希望③】 月 日（ ） : ~ : NO ボランティア

木津川市で

新しいこと発見！

令和6年度市民ボランティア体験会

木津川市内でどんなボランティアがあるのかご存じですか？「人生 100 年時代」住み慣れた地域でいつまでも自分らしく暮らし続ける秘訣や仲間と出会うチャンスです。新しいことを始めてみたい方、仲間と楽しく元気に過ごしたい方、一緒に活動しませんか。退職前後の皆さんも、ぜひご参加ください。

【体験期間】

9月1日（日）～
9月30日（月）

【対象者】

木津川市在住、在勤でボランティア活動に関心のある方

参加方法は現地集合・現地解散

時間に遅れないように各自で直接体験場所までお越しください。

体験内容・場所は中面をご覧ください。たくさんのボランティアグループがあなたをサポートします！

申し込み方法は裏面をご覧ください。