

長岡京市のボランティア活動

ふれあいパートナー

ボランティア活動紹介パンフレット 07



Volunteer activities of Nagaokakyo
FUREAI PARTNER



長岡京市社会福祉協議会ボランティアセンター

〒617-0833 京都府長岡京市神足2丁目3番1号(長岡京市総合交流センター2階)
TEL : 075-958-6912 FAX : 075-958-6909

発行 / 社会福祉法人 長岡京市社会福祉協議会



ふれあいパートナー

ボランティア活動紹介パンフレット

07

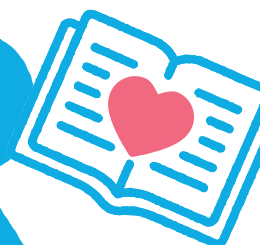
Volunteer activities of Nagaokakyo

FURE

AI

PART

NER



できることが、きつとある

長岡京市のボランティア活動

「ふれあいパートナー」

07

できることが、きっとある

ボランティア活動と聞くと、どのようなイメージが湧きますか？

人のために自分の時間を犠牲にするもの・・・ただ働き・・・

決して良いイメージばかりではありません。

ボランティア活動は誰かのために活動して近くに気にかけてくれる人がいて、
同じ目的に向かって一緒に取り組む人がいて活動しているうちに、
相手から励まされたり、時には逆に元気をもらえたり・・・



Volunteer activities of Nagaokakyo

ボランティア活動は、人と人との支えあいでもあり、自分自身を豊かにしてくれる活動です。

この冊子が、少しでも自分のできることの一步を見つけるヒントになれば幸いです。



「もったいない」から「ありがとう」へ！
～食べ物と心を繋ぐお手伝い～



フードバンク長岡京



minna no pocket Interview

活動目的

まだ食べられるのに廃棄されてしまう食品を提供してもらい食品ロスの削減に取り組んでいます。また食品を必要とされている人や団体へ分配し、人との繋がりを大切にしています。

具体的な活動内容

フードドライブ(食品寄付)の受付、集まった食品の入庫作業や仕分け、パソコンによる入出庫の管理、食品の運搬作業を行っています。またフードバンク活動を広めるためにイベントに参加をする、チラシ作りなどをしています。



楽しいこと、やりがい、今後について

みんなで集まって楽しく作業しています。自分のささやかな行動が誰かの役に立っていると思うと嬉しいですしやりがいになっていると思います。提供して下さる方のお気持ちに触れることが出来る、たくさんの方と出会えるのも楽しみの一つです。今後はどの世代にもフードバンク活動が続き、つながるよう図りたいと思っています。

ボランティアを始めようとする方へのメッセージ

人にも地球にも優しい取り組みです。あなたの得意なことを活かし私たちと一緒に活動してみませんか。興味関心がある方、ぜひ一度足を運んでみてください！



「食」は元気の源。
おいしいを力に笑顔を届けたい。



配食サービス 『燦 燦』



nagaoka ajiwaukai Interview

活動目的

高齢者が住み慣れた地域で暮らしていくためには「食」は欠かせません。週1回の配食サービスで家庭の味を味わっていただきたい。訪問時の「お元気ですか」の声掛けを大事にしていきたい。高齢者のつながりを大切にしていきたいと思います。

具体的な活動内容

週1回、火曜日に配食サービスを行っています。安心・安全の食を提供し、日本の伝統食や季節を感じて頂くために、旬の食材を使用したお弁当を届けています。月1回、第2土曜日に「うたごえ喫茶」を食事、デザート付で開催しています、声を出す事により、高齢者の健康と自立を目的としています。いつまでも元気で「第2土曜に会いましょう」を合言葉に20年になります。



楽しいこと、やりがい、今後について

60歳はまだ元気で。定年後の活動として、家屋を購入し、喫茶、会食のつどい、配食サービス、うたごえ喫茶を始めました。歳と共に自分たちの出来る事を無理しないで行ってきました。「楽しくなければ続かない」と言うのが、私たちの思いです。出来るだけ長く続けるために、無理のないように話し合ってきました。今は配食サービスとうたごえ喫茶が主な活動ですが、1日でも長く続けていきたいと思っています。

ボランティアを始めようとする方へのメッセージ

これからの高齢社会に、配食サービスは必要です。業者さんのお弁当もありますが、ボランティア団体が作るお弁当は、家庭の味です。週1回でも家庭の味を味わっていただきたい。場所が無くても5食から初めて、近所の高齢者に配る事はすぐにできます。何か所もそんな配食サービスができればどんなにすばらしいことでしょうか。



フリー・フラット・フレンドリーを モットーに活動しています。



おとなりさん バンブーランド



cherish club Interview

活動目的

今、長岡京市内から西方向を眺めると、きれいな緑に覆われた西山を見ることが出来ます。

しかし、西山は多くの問題を抱えています。一番の問題は筍の収穫を目的とした「生産竹林」が手入れされずに「放置竹林」となり、自然林を竹が浸食して気持ちの良い森がなくなりつつあることです。

「おとなりさんバンブーランド」は放置竹林を生産竹林に戻し、竹林整備のために切り出した竹を手作りの窯で竹炭を焼き、竹酢液の製造など、市内奥海印寺野山地区を中心に活動しています。

また有志により、竹を利用した「竹灯籠」等のクラフト製作、竹に浸食された自然林を竹の伐採を行う事で気持ちの良い「里山林」に変換する活動もおこなっています。



具体的な活動内容

先述した竹林整備に加え、竹林での「お茶会」「餅つき大会」「ご苦労さん会」「忘年会」等々、楽しいイベントもたくさんあります。

活動日は月曜・木曜日です。(筍の収穫時期は土曜日活動)

楽しいこと、やりがい、 今後について

「おとなりさんバンブーランド」の会則、第3条の「本会は竹林の健全な維持・整

備をおこなうとともに、それに付随する自然保護活動及び景観の保護活動をおこない、また、諸活動を通じての会員の活発な交流と助け合いを目的とする。」の後半部分にあります、『諸活動を通じての会員の活発な交流と助け合いを目的とする。』を大切に「フリー、フラット、フレンドリー」を合い言葉に楽しく活動しております。まずはホームページをご覧ください。(「おとなりさんバンブーランド」で検索できます。)

ボランティアを始めよう する方へのメッセージ

いちど見学しませんか！随時見学できますので気楽にお越し下さい。



明るく！楽しく！朗らかに！ 和を以って尊しとする！



朗読ライブボランティア 『拍子木の会』



otokuni takeasobinokai chikuyukai Interview

活動目的

2002年「朗読ボランティア なごみ会」の中に『拍子木の会』として発足し、2012年4月に朗読ライブボランティア『拍子木の会』として独立しました。主に長岡京市内の高齢者施設等を訪問し朗読ライブを行っています。要望があれば訪問先は年齢・施設の種類・地域を問わず伺うようにしています。



具体的な活動内容

朗読ライブの内容としては、紙芝居・読み物・詩 等の朗読に加え、参加型プログラムも取り入れて楽しんでいただけるよう心掛けています。訪問先の方に内容を合わせるような配慮も忘れないようにしています。

楽しいこと、やりがい、 今後について

目の前に並んだ方が「うん！うん！」とつぶやきながら聞き入ってくださるのは快感です。「ありがとう、良かったよ」「また来てね」と笑顔でいたわっていただけることが嬉しくやりがいを感じます。



ボランティアを始めよう する方へのメッセージ

みんな「読むことが好き！」だから始めた者ばかりです。ボランティアするぞ！と肩肘はらず、自分が楽しんでやれることを頑張ってみようという気軽な感じで始めてみてください。



目次

P 8	—	01	さあ、ボランティア! オススメの活動の始め方
P 9	—	02	自分に合った活動を見つけるポイント
P10	—	03	ボランティア活動における大切なポイント
P11	—	04	ボランティア活動の4原則
P12	—		ボランティア団体一覧
P37	—		福祉施設一覧
P46	—		ボランティア保険と福祉行事保険
P47	—		Q & A: ボランティアさんに来てほしいとき
P48	—		長岡京市社会福祉協議会 ボランティアセンター

01 さあ、ボランティア! オススメの活動の始め方

A ボランティアグループで活動する

- 社協ボランティアセンターに登録のグループで活動する
- 他にも「仲間でこういう活動してみたい」等、新しいグループの立上げのご相談にも応じます。

こんな方におススメ!

同じ目的を持ったメンバーと達成感や楽しみを一緒に味わいたい!

B 個人ボランティアで活動する

- 自分の特技や趣味を生かして、個人ボランティアとして活動する
→ 傾聴ボランティア、折り紙ボランティアなど
- 社会福祉協議会から紹介する地域の行事や活動に参加する
- 赤い羽根サポーターとして活動する
→ ・地域で活動する方に役立てられる農作物を育てる農園サポーター
・赤い羽根共同募金の出店（わたがし・ポップコーンなど）
・出店のポップ作り
・地域のイベントやお祭りで赤い羽根共同募金のキャラクターの着ぐるみ活動など

こんな方におススメ!

活動できる時間が不規則なので、不定期で活動したい!
都合のつく時間に自分の特技を生かして活動したい!

C その他

- 家庭で食べきれない食品をフードバンクに提供する
→ フードロスの削減は環境に配慮した、すぐにできる活動の1つです。
- アプリでできる活動を知る
→ 様々な障がいのある方を支えるスマートフォンアプリもあります。

こんな方におススメ!

定期、不定期の活動参加は難しいが、空いた時間にできることをしたい!

02 自分に合った活動を見つけるポイント

まずは好きなこと、得意なことから

ご自身が好きなこと、得意なことを活かせる活動から始めるのがポイントです。
自身の強みを活かして、楽しみながら活動できることは、ご自身の可能性も大きく広がります。

無理のない範囲で活動できるか、通える活動場所かどうか

ご自身が活動に参加できそうな頻度や時間帯を踏まえた上で、
無理のない範囲で活動できるかどうかポイントです。
活動場所までの交通手段も、徒歩、自転車、自動車等、予め考えておくこともポイントです。

Aさんの場合

料理を作るのが好き

配食ボランティア団体に入り、活動。
一緒に活動するメンバーからレシピの情報交換も楽しみの一つとなっています。

Bさんの場合

本や詩を読むことが好き

朗読ボランティアで視覚障がい者へ情報を伝える活動をしています。自分の声を通して情報を伝え、相手に喜んでもらえることがやりがいです。

Cさんの場合

子どもと接するのが好き

子どもと一緒に遊んだり、学んだり、子どもの居場所づくりで月1回、活動しています。

Dさんの場合

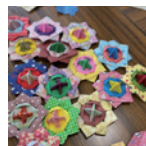
健康のために定期的に体を動かしたい

週1回、農園ボランティアの活動に参加。季節ごとの野菜の成長が見られること、自転車で畑の活動場所まで通うのも良い運動になります。

個人ボランティア活動者紹介

個人ボランティアの近岡スガノさんは、施設での傾聴や自由律俳句、折り紙の指導などの活動をされています。家で作りためた折り紙作品は大人気。自治会の作品展で展示したり、地域の行事のお土産にするなど、地域の皆さんにも喜ばれています。「楽しさが一番！飾ることなく、ありのままの自分で相手の方と心でつながることで元気をもらっています。」

令和3年度 ボランティア功労者 厚生労働大臣表彰受賞。



03 ボランティア活動における大切なポイント

無理をしない

「自分のできる範囲」で行なうのがボランティアです。余裕をもって活動すること、活動前の体調チェックも大切です。できないときは「できない」と断る勇気も時には必要です。

約束や日時は必ず守りましょう

ボランティア活動には、多くの人が関わっています。約束や日時を守ることで、皆が気持ちよく活動でき、実りある活動に繋がります。

相手や関係者の立場を尊重しましょう

活動では、様々な立場や思いの人たちが様々な役割に関わることもあります。相手を尊重し、お互いに連携することは、より楽しい活動につながります。

家族や周囲の理解

ボランティア活動は家族や周囲の理解があってこそ続けられる活動です。取り組んでいる活動や思いを話すことで理解と協力を得ましょう。

ボランティア保険に加入する

活動中に予期せぬケガや事故が起こることがあります。安心して活動に取り組んでいただくための補償として、ボランティア保険の加入をお薦めしています。申込み手続きに関しましては社協ボランティアセンターまでお問い合わせください。

04 ボランティア活動の4原則

ボランティアは、ラテン語の「volo（ウォロ）」が語源と言われており、
自発的・自由意志という意味があります。

ボランティア活動は、防災、文化、まちづくり、国際協力など多岐にわたっています。

ボランティア活動は、一般的に以下の4原則にまとめることができます。

ボランティア活動の4原則

1

自分の意志で行なう（主体性・自発性）

ボランティア活動は決して「強制」や「義務」の活動ではありません。
自分自身の「興味ある!」「やってみたい」という気持ちから活動は始まります。

2

支えあい、学びあう（社会性）

ボランティア活動には必ず相手がいます。誰かのために・何かのために
活動することを通して、結果的に自分自身も様々なことを得ることができます。

3

見返りを求めない（無償性）

ボランティア活動は金銭的・物質的な報酬や対価を求めて行なう
活動ではありません。
お金では得ることのできない出会いや発見、感動や喜び。
様々な人と何かを一緒に成し遂げる達成感や充実感を得られる活動です。

4

よりよい社会をつくる（創造性・先駆性）

ボランティア活動は自分の意志で取り組むものであり、すでにある仕組みにとらわれ
ない、何が必要とされているかを考えて活動することできる創造的な活動です。

FUREAI partner

ボランティア団体一覧

Volunteer organizations



訪問活動



障がい



居場所



高齢者



子ども



生涯学習



環境



その他

なつかしい歌 いっしょに歌いましょう！

童謡コーラス「四つ葉会」



設立年 1992年
メンバー 15人
入会金 1000円
月会費 3000円

●活動内容

なつかしい歌を中心に歌っています
依頼に応じて訪問演奏も行います

●活動の楽しみ、やりがい

おしゃべりしながら和気あいあいで活動しています

●ボランティアさんへメッセージ

平均年齢80才 みんな歌が大好きです



活動日

木曜日または土曜日

活動場所

中央公民館、又はきりしま苑

連絡先

安岡系子
TEL:075-955-1483

おでかけ演奏 今日も『幸せ』運びます

ハーモニカ同好会 ポップバンド



設立年 1999年
メンバー 12人
年会費 2,400円
月会費 200円

●活動内容

ハーモニカ愛好家による同好会で、特別養護老人ホーム、老人福祉施設、ケアハウス、自治会の敬老会等、要望に応じて出張演奏しています。ハーモニカを通じて懐かし楽しい音楽を届け、交流を深めています。平均年齢77歳。

●活動の楽しみ、やりがい

皆さんに「ありがとう」と喜んでもらえることで私達もパワーをもらっています。それが元気の源で、ご依頼があるといつも全員参加で活動しています。

●ボランティアさんへメッセージ

“楽しいが一番”私達は『幸せを運ぶポップバンド』として、これからも頑張ります。



活動日

月6～7回の練習日。演奏会は依頼者の要望された日。年間20～30回

活動場所

老人福祉施設、特別養護老人ホーム、自治会館、公民館、ケアハウス、その他

連絡先

代表 安田久栄
TEL:090-7105-6668

あなたを訪ねてよかった！出会えてよかった！

訪問交流ボランティア「ブーフーウー京都」



設立年 1997年
メンバー 10人
年会費 なし

●活動内容

音楽療法を取り入れた催物で心のふれあいと絆を深め、地域福祉の向上に寄与する。(参加型の歌声サロン、スクリーン紙芝居劇等)

●活動の楽しみ、やりがい

メンバーで意見を出し合い、練習して完成させる過程が楽しいですし、喜んで待って下さる事が私達の生きがいにつながっています。

●ボランティアさんへメッセージ

新しいメンバーを募集中です。生涯に彩りと生きる充実感を共有しませんか？一度見学にお越しください。大歓迎です。



活動日

・依頼に応じて随時(年間約80回)
・定例会は毎月第3水曜日(10時～17時)
・練習日数回あり

活動場所

乙訓地域の福祉施設(特養、老人ホーム、デイサービス、グループホーム、小規模多機能型居宅介護、自治会館、公民館)、病院、学校、保育所等 約30件

連絡先

代表 川瀬裕子
TEL:080-4021-8783
FAX:075-954-8821

みんなで 楽しく 和やかに

ハーモニカサークル『クラング長岡』



設立年 1999年
メンバー 12人
月会費 1,000円

●活動内容

ハーモニカの愛好者が相寄り、日頃の練習成果の発表を兼ね地域の高齢者施設等へ訪問演奏を実施、月3回講師の指導による四重奏の練習をしている。

●活動の楽しみ、やりがい

趣味のハーモニカを通じグループの和気あいの雰囲気毎回の練習し、その成果を各施設の皆さんに喜んでいただく事に生きがいを感じています。

●ボランティアさんへメッセージ

一度練習風景を見学してみませんか？誰にでもハーモニカは歌をうたう様に吹けますよ。



活動日

月3回
(第2・第4金曜日、第3水曜日)

活動場所

長岡京市立中央公民館

連絡先

代表 瀬戸恵美子
TEL:075-954-1070

全ての方の笑顔のために

京都セラピードッククラブ



設立年 1999年
メンバー 10人
年会費 なし

●活動内容

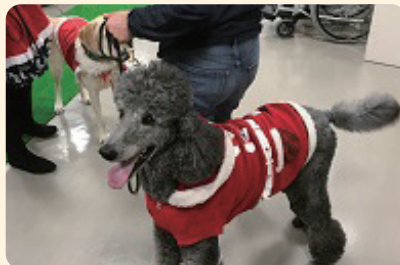
セラピードックとのふれあいを通じて、生命の大切さ、コミュニケーションから生まれる信頼関係を理解していただく助けをする。

●活動の楽しみ、やりがい

ふれあいを通じて生きる喜びを感じていただき、笑顔になってもらいたい

●ボランティアさんへメッセージ

ご興味のある犬好きの方、連絡待っています。



活動日

不定期、依頼あれば日程調整

活動場所

市内の福祉施設、病院、小学校、中学校等

連絡先

土井医院 ぴのカフェ内
TEL:075-951-5577

歌と笑顔と元気をお届けします

MOTHER GRACE (マザーグレース)



設立年 2003年
メンバー 22人
年会費 3000円/月

●活動内容

ゴスペル音楽を中心とした合唱サークルです。託児制度を設けています。地域のイベントや施設などに出向き、歌を届ける活動をしています。

●活動の楽しみ、やりがい

歌う喜びが、自らの生活も豊かにし、仲間や人との輪へとつながっていくことを願っています。

●ボランティアさんへメッセージ

歌が好きな人、一緒に活動しませんか？
子育て中の方は、託児制度で応援します。



活動日

練習は毎月第2、第4金曜日の午前中
依頼を受けて随時

活動場所

長岡京市立中央公民館、バンビオ、
長岡京教会 ほか

連絡先

<http://mothergrace.14pieces.net/>

「さあ出番!」ひびく拍子木 心地よい

朗読ライブボランティア『拍子木の会』



設立年 2002年
メンバー 4人
年会費 1,200円

●活動内容

高齢者施設や保育所、地域の催しなどで朗読ライブを行なう。
ライブの中身は、紙芝居・読物・小話・詩・川柳などの朗読や、クイズなどの参加型プログラムを組み合わせて構成する。

●活動の楽しみ、やりがい

訪問先で「良かった、楽しかった。又来てね」のお声掛けを頂けるのが最高!

●ボランティアさんへメッセージ

大きな声で何かを読むというのは自分自身の為になりますよ。



活動日

基本的に月2回、金曜日をあてる
特別ライブが入れば練習日は増える

活動場所

ライブ先: ケアハウス、グループホーム、特別養護老人ホーム、デイサービス、保育所等
会議・練習等: 総合生活支援センター、きりしま苑、ボランティアセンター・サポートセンターで練習をし、訪問先へ出向いてライブを行う。

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

いつでも どこでも 何人でも

素人寄席・てんてん



設立年 2008年
メンバー 23人
年会費 3,000円

●活動内容

落語を中心とした寄席の企画・開催
(腹話術、マジック、紙芝居もやります)

●活動の楽しみ、やりがい

お年寄りから子どもさんまで、笑っていただけるのが楽しみです。

●ボランティアさんへメッセージ

何か企画検討される時はお声かけ下さい。お役に立てるかもしれません。



活動日
指定なし

活動場所
指定なし

連絡先

素人寄席・てんてん事務局 天神亭ひれ克
TEL:090-7106-4309 FAX:072-692-1162
E-mail: hirekatsu1010@vega.ocn.ne.jp
URL:<http://ka022774.ie-yasu.com/>



吹いて 奏でて 楽しもう!

吹奏楽サークル・ピンポンマム



設立年 2010年
メンバー 約10人
年会費 その都度徴収

●活動内容

吹奏楽アンサンブル(トランペット・トロンボーン・ホルン・フルート・打楽器など)

●活動の楽しみ、やりがい

音楽を通して心のふれあい・交流をしたいです。

●ボランティアさんへメッセージ

精一杯楽しく演奏させていただきます。(4、5名から演奏します)



活動日

今の所、金曜日または土曜日

活動場所

主にパンピオ・神足ふれあい町家など

連絡先

廣橋由子
TEL:090-9216-5588(SMSのみ)
E-mail:284715yu@gmail.com

0歳から120歳までのしめる笑いを広げる

らふさぽーと



設立年 2011年
メンバー 11人
年会費 1,000円

●活動内容

ラフター(笑い)ヨガの提供グループです。参加者に合わせて30分～1時間半ラフターヨガをします。

●活動の楽しみ、やりがい

老若男女色々な人に笑顔を届けたくて始めました。体験した方が心身共健康を感じ、明るい未来を信じられるようになる喜びがあります。

●ボランティアさんへメッセージ

ご自身が笑うとまわりの方も笑顔になっていきます。ご自身のまわりに笑顔がふえると幸せを感じられます。



活動日

不定

活動場所

長岡京市内、京都府南部中心

連絡先

代表 澤田和子
TEL:090-6377-0296

笑う門には福来る!!みんなで楽しく仲良く

神足落語研究会



設立年 2010年
メンバー 7名
年会費 500円

●活動内容

笑いを通して社会に貢献する
当会主催の駅前寄席(4月・10月)、出前寄席、落語講座

●活動の楽しみ、やりがい

楽しかった 面白かった 久しぶりに笑ったと共に、有難うの感謝の言葉で、こちらも嬉しくなります

●ボランティアさんへメッセージ

最初から上手な人などいません落語そのものを演じなくても、裏方の手伝いでも大歓迎です。気軽に見学に来て下さい



活動日

不定期

活動場所

パンピオ

連絡先

代表 山本治
TEL:080-3104-6129
E-mail:mumujirou6646@yahoo.ne.jp

大正琴の伴奏で歌ってください

仲良しクラブ



設立年 2012年
メンバー 3人
年会費 必要に応じて徴収

●活動内容

同じ門下生だった大正琴(琴伝流)の仲間3人で仲良しクラブを結成。サロン・高齢者施設・老人会等で「訪問演奏」を行っています。
令和3年 きりしま賞授与

●活動の楽しみ、やりがい

自分たちの趣味にとどめず、歌好きな人たちの伴奏を弾き、童謡から歌謡曲まで楽しんでいただきたい。

●ボランティアさんへメッセージ

楽しい時間を一緒に過ごしましょう



活動日

不規則(月1回以上)

活動場所

長岡京市の福祉施設

連絡先

佐藤みさ子
長岡京市奥海印寺太鼓山11-1
TEL:075-952-0512

楽しい一芸で、笑って笑わせ 元気で健康

ほっこり笑店



設立年 2014年
メンバー 5人
年会費 なし

●活動内容

落語、手品、脳トレ、どじょうすくい踊り、南京玉すだれ、パペット人形、皿まわし等の出張演技で笑いを届けます。

●活動の楽しみ、やりがい

表情の硬い方や認知症の方々でも、見て聞いているうちに表情が豊かになり、最後は座がにこやかな笑顔でいっぱいになります。

●ボランティアさんへメッセージ

笑いは免疫力向上、疲労や緊張の緩和に役立ちます。笑わし笑われ楽しく元になります。



活動日

依頼があれば随時

活動場所

依頼された場所で（老健施設、公民館等）

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

明るく 元気に リフレッシュ

ガイドヘルパー「ともしび」



設立年 1976年
メンバー 12人
年会費 1,000円

●活動内容

長岡京市内の視覚障がい者の外出をお手伝いする制度外の活動。長岡京市視覚障害者協会（長視協）等の行事への参加同行。

●活動の楽しみ、やりがい

活動に同行することで、今まで知らなかった世界が広がります

●ボランティアさんへメッセージ

視覚障がい者の外出の手助けに皆様のお時間を頂ければ嬉しく思います。初心者の方も大歓迎です。



活動日

障がい者スポーツフェスティバル、障がい者児の人権を考える市民のひろば、その他依頼に応じて随時

活動場所

西山体育館、長岡京市立中央公民館。その他依頼内容に応じ市外・府外での活動もあります。

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

家にある楽器を持ち寄って結成！太鼓山地域のシニアですが一生懸命演奏します。

ラララ太鼓山



設立年 2016年
メンバー 11人
月会費 100円

●活動内容

使用楽器：ギター・リコーダー・木琴・鉄琴・大正琴・ハーモニカ・キーボード
高齢者サロン・福祉施設等、依頼に応じて訪問演奏しています。演奏に合わせて歌っていただく参加型イベントとして実施しています。

●活動の楽しみ、やりがい

参加者からの「楽しかった」「ありがとう」の言葉に励まされ頑張っています。

●ボランティアさんへメッセージ

思い出の歌を生演奏に合わせて歌いましょう。「歌う楽しさ」をお届けします。



活動日

毎月 第2・第4火曜日
依頼があれば日程調整の上決定

活動場所

長岡京市内の福祉施設 高齢者サロン

連絡先

佐藤春紀
長岡京市奥海印寺太鼓山11-1
TEL:075-952-0512
E-mail:sharuki@mint.ocn.ne.jp

明るい声で届けたい。必要な情報、楽しい情報。

朗読ボランティア「なごみ会」



設立年 1976年
メンバー 16人
年会費 1,200円

●活動内容

広報誌などを録音し、CD・テープにして視覚障がい者宅に発送・その他（希望図書の録音、「声のおたより」の作成など）

●活動の楽しみ、やりがい

仲間と協力してCDやテープを作り上げる達成感があります。

●ボランティアさんへメッセージ

朗読、音訳、ボランティアに興味のある人、ご連絡下さい。見学也大歓迎です。



活動日

通常、月末に4日程度

活動場所

長岡京市社会福祉協議会内
録音室

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

毎日新鮮な驚きを！

乙訓点訳サークル



設立年 1977年
メンバー 29人
年会費 1,000円

●活動内容

視覚障がい者に向けた点訳ボランティア活動（図書、市広報、普通学校用教科書等）、会員の点訳技術・知識の向上並びに親睦を図る。

●活動の楽しみ、やりがい

図書の点訳は、点字図書館（Web）にアップされ何人読まれたかわかり達成感があります。活動を通して日本語の知識も広がります。

●ボランティアさんへメッセージ

視覚障がい者の方は点字で読書を楽しみます。経験問いませんが毎年実施する「点訳ボランティア養成講座」に是非ご参加ください。



活動日

例会：月1回（第4日曜日14時～16時）※家庭で随時、手の空いた時間に点訳（パソコン）作業ができます。

活動場所

例会：市役所分庁舎3第1会議室

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

できる人ができる事を・・・支え合って楽しく活動！

京都YMCA「長岡こおろぎ」



設立年 1989年
メンバー 15人
年会費 YMCA会員登録代年間4,000円

●活動内容

声の雑誌をCDやテープで製作し情報を届ける（年10回）、ふれあいの会の実施（年2回）、社協・YMCAなどと共に啓発活動

●活動の楽しみ、やりがい

視覚障がいの方が喜んで下さる事が励みです。ご不自由な分、私達は多くの事を学び、気づき、喜びを与えられています。

●ボランティアさんへメッセージ

朗読に興味のある方、目の不自由な方の為に何かお手伝いしたい方、仲間になりませんか？



活動日

例会：毎週金曜日
10時～13時
制作日など随時

活動場所

日本キリスト教団 桂教会
（桂駅東口すぐ）、
長岡京市社会福祉協議会

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

「言葉と心を文字でつなぐ」

乙訓要約筆記サークル「ラビット」



設立年 1986年
メンバー 13人
年会費 2,000円

●活動内容

中途失聴者・難聴者にスクリーンや紙で情報を伝える文字通訳です。内容を的確に要約し、伝わるよう活動しています。

●活動の楽しみ、やりがい

「書いてもらって内容が分かった。ありがとう。」と言われると嬉しく、もっと頑張ろうと力が湧いてきます。

●ボランティアさんへメッセージ

あなたも難聴の方のため“耳代わり”となって活動してみませんか？



活動日

定例会：毎月第1・3火曜日
依頼があれば随時

活動場所

定例会：総合生活支援センター内ボランティアセンター
活動内容により異なります。
長岡京市、大山崎町、京都市

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

できる時に できることを

長岡京市要約筆記サークル『エスペランサ（希望）』



設立年 2011年
メンバー 7人
年会費 1,000円

●活動内容

聴覚に障がいのある方に話の内容を文字にして伝える「要約筆記」をしています。啓発活動にも力を入れています。

●活動の楽しみ、やりがい

学ぶことの楽しさ

●ボランティアさんへメッセージ

資格を得ての活動が基本ですが、興味のある方は情報提供もさせていただきます。



活動日

第2火曜日 13時00分～（分庁舎3）
第4土曜日 13時30分～（社協）
※会場の都合で変更になる場合あり。

活動場所

長岡京市立中央公民館など。
活動内容により異なる。

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

出会ったことがうれしくなるような日々を共に過ごしていきたい

NPO法人 ネットワークすてっぷ



設立年 1997年
メンバー 70人
年会費 3,000円

●活動内容

地域福祉活動を目的としています。配食活動、在宅サービス活動、訪問介護事業所などを行っています。

●活動の楽しみ、やりがい

活動の中で出会う方々から元気をいただく毎日です。

●ボランティアさんへメッセージ

活動を御一緒にしたいです。



活動日

主に月～金曜日の9時～17時まで

活動場所

活動内容により異なります

連絡先

代表 尾崎百合子
TEL:075-954-3159

こわれた大切なおもちゃを無料で修理します

長岡京おもちゃ病院



設立年 2005年
メンバー 8人
年会費 なし

●活動内容

子ども達のこわれた大切なおもちゃを親と一緒に持って来てもらい、私達ボランティアが原則無料で修理します。

●活動の楽しみ、やりがい

『物を大切に子どもを育てることが人に優しい子どもに成長する』大切なおもちゃが直ったときの子ども達の笑顔を見るのが収穫です。

●ボランティアさんへメッセージ

興味のある方はぜひ見学に来てください。



活動日

第2土曜日10時～12時、
第4土曜日10時～12時

活動場所

第2土曜日は海印寺こども園、
第4土曜日は友岡こども園

連絡先

永井眞
TEL:075-955-6945
「長岡京おもちゃ病院」で検索!

仲良く楽しく気楽な気持ちでボランティアを

おとくにエルダーケア・ボランティアの会



設立年 1989年
メンバー 34人
年会費 なし

●活動内容

特別養護老人ホームにおいて、洗濯たたみ、繕い、ウエス切り、喫茶、買物援助、お話相手の活動

●活動の楽しみ、やりがい

入所者やスタッフの力になれること。入所者が来所を楽しみにして下さること。

●ボランティアさんへメッセージ

メンバー募集中です。特技はいりません。自分の空いている時間でボランティアをしてみませんか?



活動日

活動内容により異なる

活動場所

旭ヶ丘ホーム、天神の杜

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

長岡京市の歴史と緑と一緒に楽しみましょう

NPO法人長岡京市 ふるさとガイドの会



設立年 1997年
メンバー 70人
年会費 3,000円
入会金 2,000円

●活動内容

①市立中山修一記念館の管理と案内②ガイド(依頼ガイド、出前ガイド、定点ガイド)③歴史・観光の勉強会(歴史講演会、史跡探訪)

●活動の楽しみ、やりがい

学んだ地元の魅力を、市民や遠来の客に出来るだけ丁寧にお伝えする。「ガイドを頼んで良かった」の一言で全てが報われます。

●ボランティアさんへメッセージ

養成講座(新人募集)や研修会(会員のレベルアップ)を実施。未経験の方もウェルカム。一緒に長岡京市を楽しく学びませんか?



活動日

ご希望があれば随時
(年末年始 12/28～1/4 は除く)

活動場所

活動内容により異なる。
主として長岡京市内

連絡先

多世代交流ふれあいセンター2階
TEL:080-9171-6631 FAX:075-954-5523
HP: <http://www.nagaokakyo.guide.info/>

自然に親しみ、知り、学んで、守る

NPO法人 乙訓の自然を守る会



設立年 1983年
メンバー 400人
年会費 1,000円

●活動内容

野外活動(1.自然観察会 2.自然環境の保全 3.自然保護 4.調査研究)、ニュース年2回発行(観察会の案内)、季刊会報の発行

●ボランティアさんへメッセージ

ニュースを見て行ってみようと思う観察会に参加して下さい。日常活動に参加したいときは各グループを紹介します。



活動日

上記2.3.4は小グループが自主的に活動。定期的な活動は、乙訓里山倶楽部、小泉川倶楽部、野鳥調査グループ、蝶昆虫グループ、観察会。

活動場所

乙訓地域一帯。
活動により異なる。

連絡先

宮崎俊一
TEL:090-7346-3059
E-mail:s.miya@iris.eonet.ne.jp

フリーでフラットでフレンドリーな団体です

おとなりさんバンブーランド



設立年 2003年
メンバー 約50人
年会費 入会時2,000円

●活動内容

竹林整備、里山林整備、手作りの窯での竹炭製作、竹を材料にしたクラフト等。

●活動の楽しみ、やりがい

楽しさとつながりをたいせつに作業しております。

●ボランティアさんへメッセージ

ホームページをご参照下さい。

URL: <http://otonarisan-bl.jimdofree.com>



活動日

月、木曜日(筍シーズンは土曜日)

活動場所

長岡京市奥海印寺野山

連絡先

鈴木聡
TEL:075-952-0506

長岡京市を『日本の“環境首都”』と呼ばれるようにする! (“つむぎ織りなす環境の都”を目指そう!)

長岡京市環境の都づくり会議



設立年 2002年
メンバー 約50人
年会費 1,000円

●活動内容

行政や他団体・市民一体となって環境首都を目指す全体活動の他、6プロジェクト(里山再生、ここCOライブ、エコ(温暖化防止)、ピオトープ、竹林再生、花を咲かそう)で活動。

●活動の楽しみ、やりがい

幼児から年配の人まで色んな方々とふれあい、楽しい刺激を受けます。自身の知識や体験も増え、健康にも良く、感謝される喜びも多々あります。

●ボランティアさんへメッセージ

20代~80代まで幅広い会員が活動中。市外の会員もおられます。公的機関、企業、学校関係等との交流もあります。お気軽にお声掛け下さい。



活動日

プロジェクトにより異なる

活動場所

プロジェクトにより異なる
全体事務所:代表宅

連絡先

代表 西村日出男 TEL: 080-3825-2460
E-mail:sun246ra@mbx.kyoto-inet.or.jp
URL: <http://kankyounomiyako.jimdofree.com/>

出来ることを一緒にしましょう

長岡京市里山再生市民フォーラム



設立年 2003年
メンバー 36人
年会費 1,000円

●活動内容

①森林保護や間伐植栽による里山再生②散策道の整備と新設③間伐材を利用した市民クラフト教室の開催 等

●活動の楽しみ、やりがい

ハイカーの皆さんから明るい里山になったねと言われることが嬉しいです。

●ボランティアさんへメッセージ

「四季折々の豊かな里山再生」を目指し、西山の保全と活動、魅力の発見と創出に取り組んでいます。興味のある方は是非一緒にやりましょう。

活動日

毎月第1・第3日曜日、
必要に応じ随時

活動場所

主に西山キャンプ場周辺

連絡先

代表 南絃之
TEL:075-953-2853

出来る人が 出来る事を 出来る時に 仲良く楽しく

竹援会(ちくえんかい)



設立年 2006年
メンバー 17人
年会費 2,000円

●活動内容

1.竹林の環境整備、タケノコ圃場(ほじょう)整備 2.タケノコ栽培技術の伝承 3.市民向け「タケノコ堀り体験会」の開催等

●活動の楽しみ、やりがい

森林浴の中で楽しく体力増強

●ボランティアさんへメッセージ

一緒に活動してみませんか?見学・体験等大歓迎です。



活動日

毎週火・木・土曜日の午前9時～11時
(但し7月、8月、12月、1月は休み)

活動場所

長岡京市奥海印寺北開23
(谷田地区西端住宅の北側)

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

竹の面白さを楽しもう!

おとくに竹あそびの会・竹遊会



設立年 2006年
メンバー (正)11人(準)6人
年会費 正会員:500円/年
(入会金:500円)

●活動内容

間伐竹材で竹製品、竹遊具等の製作、竹工作の指導。青少年や市民の皆さんの竹林整備や竹工作、タケノコ堀取りの体験を支援し交流を図る。

●活動の楽しみ、やりがい

さわやかな竹林で親しいメンバーとの活動、各種竹製品のアイデア開発と製作、竹工作を子どもさん達に教えることなど。

●ボランティアさんへメッセージ

竹林のさわやかさを体感したり、筍掘取り、竹製品を作りたい方はお気軽に体験参加して下さい。



活動日

定期:毎週月曜・木曜日(10時～15時)、不定期:日曜・祝日(10時～15時)、各種イベント

活動場所

から子ヶ岳・齋藤竹林、事務局工房
(河陽が丘1-16-4)他

連絡先

事務局:佐古節夫 TEL・FAX:075-954-3237 090-2701-4483
E-mail:setuo_sako158@kyoto.zaq.ne.jp
URL:http://otokunichikyukai.jimbo.com

草だらけの学校の畑や花壇を本来の姿に保っていこう

学校ボランティアの会



設立年 2015年
メンバー 30人
年会費 500円

●活動内容

学校の花壇や農園の整地等の栽培管理、樹木の剪定、整枝等。花や野菜の種苗を育成し活動先及びそれ以外の小学校、保育所に提供。

●活動の楽しみ、やりがい

学校や保育所を“花いっぱい”にしたり立派な野菜を育て、皆様に喜ばれる事が励みであり生きがい。会員同士の友好も深まります。

●ボランティアさんへメッセージ

私達グループは長岡京市シルバー人材センター会員限定ですが、別な面(種苗の提供など)でのご協力は歓迎です。



活動日

Aグループ:毎週火曜日
Bグループ:毎週水曜日

活動場所

A:長岡第三小学校
B:長岡第十小学校

連絡先

代表 半田伊助
TEL:070-8410-6765

みんなで仲良く

ヘルプ&ワーク“蒼い空”



設立年 2000年
メンバー 40人
年会費 なし

●活動内容

①チャリティーバザー②晨光苑入所者のお洗濯物整理③晨光苑入所者のお買物介助④チャリティーバザー出店用の作品制作

●活動の楽しみ、やりがい

仲間の助け合い、気遣い合いを日々感じて活動しています。

●ボランティアさんへメッセージ

だれかのために活動できる喜びを感じています。



活動日

①毎月11月初旬②毎週日・水・金曜日③毎月第2・第4月曜日④毎月第1・第3金曜日

活動場所

①産業文化会館②晨光苑③イズミヤ
④会員の自宅

連絡先

代表 安福美代子
TEL:090-6378-3731

“『もったいない』から『ありがとう』へ”

フードバンク長岡京



設立年 2016年
メンバー 9人
年会費 なし

●活動内容

みんなの行動が社会を変える。賞味期間内で、まだ食べられる食材（食品ロス）を集め・保管し、必要とされている団体等へ提供します。

●活動の楽しみ、やりがい

ありがとうのキャッチボール
（モノのやりとりだけではなく、ココロのやりとり。ありがとうのキャッチボール）

●ボランティアさんへメッセージ

イベント時のお手伝い、集まった食材の配達等、一緒に活動してみませんか。



活動日
定例会 月1回

活動場所
活動内容により異なる

連絡先
フードバンク長岡京事務局
TEL:075-958-6912
Facebook: <https://www.facebook.com/foodbanknagaokakyo/>

家庭のあたたかい味を届けます

配食サービス「燦燦」



設立年 2003年
メンバー 10人
年会費 なし

●活動内容

高齢者の方々に、旬の食材、彩り、日本の伝統食を取り入れ、季節を感じて頂こうと、温もりのある「食」を届けています。

●活動の楽しみ、やりがい

「食」に関する活動で定年後の時間を少しでも役立てたいと立ち上げました。食の安全を考えたお弁当は多くの方々から喜ばれています。

●ボランティアさんへメッセージ

「楽しくなければ続かない」をモットーに、担い手も受け手も、お互いに元気をもらっています。



活動日
配食：火曜日
うたごえ喫茶：毎月第2土曜日

活動場所
長岡京市開田2丁目1-22

連絡先
燦燦
TEL・FAX:075-951-0845

歌の好きな子どもたち集まれ！

長岡京市少年少女合唱団



設立年 1980年
メンバー 25人
月会費 1,500円

●活動内容

日曜日の午前中、中央公民館で練習しています

●活動の楽しみ、やりがい

長岡京市のイベントや合唱フェア、ボランティアなどステージ出演しています

●ボランティアさんへメッセージ

だれでも参加できます。歌が好きな子どもたち集まれ！



活動日
日曜日午前中

活動場所
中央公民館

連絡先
寺嶋智美
TEL:080-6753-4421

ボランティアしてみようかなという人の第一歩として

ちょこボラ



設立年 2010年
メンバー 15人
会費 参加時に100円

●活動内容

きりしま苑配食弁当の献立表に添える折り紙等の制作。他に天神の杜の洗濯たたみ、デイサービスの方と折り紙の制作。

●活動の楽しみ、やりがい

利用者の方が楽しみにしてくださっていると聞き、嬉しく思っています。笑顔に出会えるのが私達も楽しみです。

●ボランティアさんへメッセージ

まずは始めの一步を・・・。



活動日
奇数月：第1土曜日、偶数月：第2土曜日
9時30分頃～、他随時。
天神の杜：第1月曜日・第3月曜日

活動場所
パンビオ1番館1階、天神の杜

連絡先
長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

個性豊かな人々が輝ける社会を目指して

チェリッシュクラブ



設立年 2013年
メンバー 15人
月会費 500円
(参加メンバーのみ)

●活動内容

障がい者の余暇活動や学習支援、自立支援などの活動のボランティアや地域住民が参加し、共に過ごすことで相互理解を深めています。

●活動の楽しみ、やりがい

「次はいつあるの?」と活動を楽しみにしてくれている声を聴くと嬉しいです。

●ボランティアさんへメッセージ

小さな団体ですが、仲間の絆は深いです。私たちみたいな小規模なサークルがいっぱいできたらいいな。



活動日

第2日曜:学習会(国語・算数・英語)
第2金曜:ハンドベル練習
第4金曜:調理実習(コロナにより現在は劇の練習)
不定期で講演会やハイキングなどの野外活動

活動場所

公共の施設

連絡先

代表 大川征子
TEL:090-3862-0374

こどももおとなも、どなたでも!みんなで楽しもう絵の本ひろば!

絵の本ひろば ここやねん



設立年 2019年
メンバー 10人
月会費 なし

●活動内容

絵本・料理本、写真本・絵があるのが絵の本を、表紙を見せて並べます。読み聞かせとは違うスタイルで、本と人との出会いがあります。

●活動の楽しみ、やりがい

同じ本でも、ひろば毎に違った本の気づきがあり、笑顔があふれる人との出会いがあります。本に興味がない人が本って面白いといってくれることもあります。

●ボランティアさんへメッセージ

絵の本ひろばを開催してみたい方は、一度お声かけください(面展台、本を運搬するので要駐車場)



活動日

不定期
絵の本ひろばを開催する時に、準備、設営、サポート

活動場所

絵の本ひろばをして欲しいとの要望があった場所で

連絡先

長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

外国人のみなさん、日本語を勉強しませんか市民のみなさん、外国人の日本語学習を通じて交流しませんか。

日本語クラス長岡京



設立年 2015年
メンバー 17人
入会金 1000円

●活動内容

- ①個人、小グループの日本語レッスン、
- ②市民企画講座「にほんGOちょっと」
- ③長岡京市友好交流協会主催 日本語教室の講師

●活動の楽しみ、やりがい

- ①日本語を教えることで、外国人に日本語の特徴難しさ不思議などを教えられ、自身の日本語を見直す機会となります
- ②③市民と外国人の交流の輪が広がっています。

●ボランティアさんへメッセージ

日本人と外国人が日本語学習を学習しながらお互いの「人となり」や文化の違いを理解し合う場にしたいです。



活動紹介動画はこちらから!

活動日

- ①個別対応
- ②③年に数回

活動場所

- ①主に市民活動サポートセンター
- ②③長岡京市中央公民館

連絡先

長岡京市社会福祉協議会ボランティアセンター
TEL:075-958-6912
E-mail: nihogonagaoka@gmail.com

ずっと一緒に暮らしてきた犬、猫との生活を続けられるようサポートします!

犬 猫シッター ぶんぶく



設立年 2022年
メンバー 7人
会費 ボランティア保険料
(年間300円程度)

●活動内容

高齢や病気、ケガなどでペットのお世話が十分に出来ない方をサポートします。具体的には、犬の散歩、犬猫の給餌・給水、ケージの掃除などを、飼い主さんと相談のうえでおこないます。

●活動の楽しみ、やりがい

飼い主さんがペットとの暮らしを継続できるよう、また飼養放棄で行き場のない犬猫がでないうえ支援します。人とペットの共生と双方の幸せを目指すことは、これからの社会の課題にできるやりがいのある活動です。

●ボランティアさんへメッセージ

京都動物愛護センターでのボランティア活動経験を生かして、信頼と安心の活動を目指します。



活動日

飼い主さんとボランティアとの事前相談のうえ、随時。
「ぶんぶく利用のきまり」に沿って対応

活動場所

基本的に飼い主さんのご自宅
またその周辺

連絡先

山田早苗 長岡京市神足太田21-26
TEL:090-9624-7889
E-mail: puzzle418@gmail.com

明るく楽しく元気に

『くらしの応援隊』 ボランティアの会



設立年 1992年
メンバー 31名
年会費 1,000円

●活動内容

市内福祉施設や高齢者、障がい者への支援援助を無償で行なう。身障者スポーツ大会、高齢者宅の困りごとの援助、美化活動など。

●活動の楽しみ、やりがい

社会の役に立っている生きがい、また会員（仲間）と会って話しが出来るのが楽しみ。活動時に元気をもらっています。

●ボランティアさんへメッセージ

一緒に活動してみませんか？見学者も大歓迎です。



活動日
活動内容により異なる

活動場所
活動内容により異なる

連絡先
長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

気軽に一緒に点検しましょう！

車いす点検隊



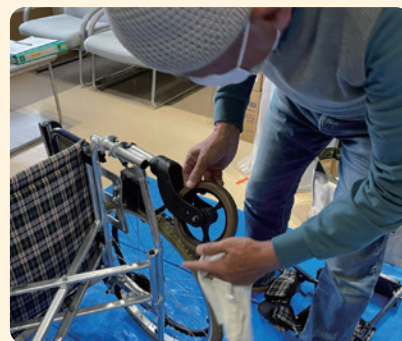
設立年 2019年
メンバー 4人
年会費 なし

●活動内容

施設にある車いすの点検、整備調整

●活動の楽しみ、やりがい

安心して車いすを気持ち良く使用のお手伝い！
車いすを使用する方の社会参加をサポートできます。



活動日
毎月 第2火曜日、第4金曜日

活動場所
長岡京市内の福祉施設等

連絡先
長岡京市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL:075-958-6912

将来の介護予防のための健康づくり・居場所づくり

A・Kクラブ



設立年 2005年
メンバー 12人
年会費 1,000円～

●活動内容

子育て支援（児童とその親の健全なる体と心の育成・関係づくり）、高齢者支援・障がい者支援における健康づくり・居場所づくり

●活動の楽しみ、やりがい

スタッフは65歳以上の世代が大半で主に健康づくりの体操教室実技・講演会主催です。自分たちも楽しみながら経験しています。

●ボランティアさんへメッセージ

健康体操指導に興味のある人や小物づくり（障害者支援にて利用します）の好きな人の協力があると嬉しいです。



活動日
月1～3回（事業開催日程変動有り）、
例会は主に月1～2回多世代交流センター
こらさにて

活動場所
・乙訓保健所
・地域交流センターきりしま苑
・多世代交流センターこらさ

連絡先
代表 武田悦子
TEL:075-953-5573
HP: <https://akclub.jimdo.com/>

AKJ



設立年 2021年
(A・Kクラブより独立)
メンバー 8人
年会費 なし

●活動内容

1. ダンスを仲間と楽しく体験練習をする。（原則月3回）
2. ダンスを習得して地域の活性化の為にイベントに出演参加する
3. ダンス以外の体験教室を原則年3回開催する。

●活動の楽しみ、やりがい

児童の成長の過程を見続けていける事

●ボランティアさんへメッセージ

いろいろな事情のある児童も参加しています。
関わっていただける人を募集しています。



活動日
ダンスは火曜日原則月3
回開催 AKJとしては特
に決めています

活動場所
ダンスはパンピオー番館交流室にて
午後5:30～

連絡先
代表 武田悦子
TEL:075-953-5573

福祉施設一覧

Welfare facility

高齢者施設 p37～

障がい者施設 p43～

社会福祉法人乙の国福祉会
旭が丘倶楽部デイサービスセンター

●施設種別

認知症対応型通所介護

●募集内容・募集日時

話し相手、手芸、音楽、将棋等 曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

定員12名のアットホームなデイサービスです。お気軽にお問合せください。

●長期休みの学生ボランティア受入 可

住所 長岡京市井ノ内朝日寺23

電話 075-955-9001

FAX 075-955-4232

E-mail
asahigaoka@oz-well.jp

社会福祉法人乙の国福祉会
旭が丘ホーム紅葉葵

●施設種別

特別養護老人ホーム

●募集内容・募集日時

ご入居者様のお話相手、リビング等の清掃、シーツ交換、車椅子の手入れ、植木の手入れなど。上記以外については要相談。日程については要相談

●ボランティアさんへのメッセージ

福祉サービスに興味がある方、時間や活動内容などお気軽にご相談下さい。

●長期休みの学生ボランティア受入 可

住所 長岡京市長岡1丁目44-2

電話 075-952-0111

FAX 075-959-0120

一般財団法人長岡記念財団
アゼリアガーデン

●施設種別

老人保健施設

●募集内容・募集日時

利用者様との関わり（お話相手、本の読み聞かせ、イベントの手伝い）、屋上庭園の植え替え、入浴後のドライヤーかけ等、随時募集

●ボランティアさんへのメッセージ

少しの時間でも大歓迎です。利用者様と一緒に楽しい時間を過ごして下さい。

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市友岡4丁目114番

電話 075-957-1112

FAX 075-957-0160

オーチャード長岡京

●施設種別

介護付有料老人ホーム

●募集内容・募集日時

イベント時のお手伝い、日常のレクリエーション、ご入居者様のお話相手月～日曜日13時～15時のうち1時間程度 ※日曜日 大歓迎です!!

●ボランティアさんへのメッセージ

頻度は問いません!ダンスや歌の披露などご入居者様と一緒に楽しいひと時を過ごすお手伝いをお願いします。ご見学やお問い合わせなどお気軽にお待ちしています!



住所 長岡京市調子2丁目10番21号

電話 075-959-0081

FAX 075-959-0082

オーチャード長岡京デイサービス

●施設種別

通所介護

●募集内容・募集日時

手芸、傾聴など
月～土曜日 10時～11時30分

●ボランティアさんへのメッセージ

30分でも1時間でも上記時間内でしたらいつでも大丈夫です。とてもお元気でお話好きな利用者様が多くいらっしゃいます。楽しくにぎやかな時間を一緒に過ごしませんか?よろしくお願いします。

住所 長岡京市調子2丁目10番21号

電話 075-959-0121

FAX 075-959-0082

リヴ ライフコア株式会社
きたえるーむ長岡天神

●施設種別

通所介護

●募集内容・募集日時

施設ガレージ前の花壇の手入れや清掃等
月～土曜日9時30分～11時30分の間 曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

月1～2回、1時間程度からお願いできれば有り難いです。

住所 長岡京市天神2丁目5-15

電話 075-963-6090

FAX 075-963-6166

社会福祉法人長岡京市社会福祉協議会
きりしま苑デイサービス

●施設種別

通所介護

●募集内容・募集日時

ご利用者とお話相手、お茶出しや一緒に体操やゲームに参加 月
～土曜日 時間は応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

気軽に空いた時間でボランティア活動してみませんか?得意なことが活か
せる場所です。

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市東神足2丁目15番2号
電話 075-956-0294
FAX 075-956-0290

社会福祉法人長岡京せいしん会
第二天神の杜

●施設種別

特別養護老人ホーム

●募集内容・募集日時

・寄り添い、傾聴、買物、散歩
・家事(食器洗い、配膳準備、洗濯たたみ、リビングなどの清掃)
・個別で楽器演奏や歌などで過ごしてもらふこと等

●ボランティアさんへのメッセージ

入居者の方と楽しい時間を過ごしてみませんか?

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市奥海印寺竹ノ下19番地
電話 075-959-1220
FAX 075-957-2112

三菱電機ライフサービス株式会社
長岡京ケアハートガーデングループホーム 今里

●施設種別

グループホーム

●募集内容・募集日時

日常生活支援(散歩、談話、調理、掃除、園芸など)
アクティブ活動(うた、書道、手芸、朗読、絵画、演奏、創作活動など)

●ボランティアさんへのメッセージ

居心地が良く、安心して頂けるように、スタッフと共に笑顔に包まれた毎日を大切にしてお
ります。ホーム内で歌や体操で楽しむことも多いですが、お散歩も多く、近くの乙訓寺や四季
折々を楽しんでいます。見学など随時受け付けております。まずは気軽にお電話ください。

●長期休みの学生ボランティア受入 可

住所 長岡京市今里畔町21-1
電話 075-954-3664
FAX 075-954-3665

社会福祉法人海印寺徳寿会 地域密着型特別養護老人ホーム
第二竹の里ホーム

●施設種別

特別養護老人ホーム

●募集内容・募集日時

音楽演奏や歌、書道、手芸、園芸、喫茶など
日～土曜日10時～17時、曜日・時間は応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

平成30年3月20日にオープンした新しい施設です。地域のボランティアの
皆様にご協力頂きながら交流が深められればと考えています。お気軽にお
問合せ下さい。

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市奥海印寺太鼓山18番地
電話 075-959-0010
FAX 075-959-0011
E-mail takenosato2.tokuyoukaigo@gmail.com

三菱電機ライフサービス株式会社
長岡京ケアハートガーデングループホーム「西山の郷」

●施設種別

グループホーム

●募集内容・募集日時

歌、演奏、朗読、体操、手芸、創作活動やご利用者様とお話相手
など 曜日、時間など応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

ご利用者様お一人お一人の人生を私たちと一緒に大切に思ってお
下さる方と楽しい時間を過ごしたいと思っております。ご見学頂いて結構ですので、まず
はお電話ください。

●長期休みの学生ボランティア受入 可

住所 長岡京市奥海印寺三反畑8-1
電話 075-958-6581
FAX 075-958-6902

医療法人医修会
デイサービスセンター朝風

●施設種別

通所介護

●募集内容・募集日時

・歌、演奏、朗読などの活動をされている方々
・趣味と一緒に楽しんで頂ける方(娯楽:トランプ・将棋・囲碁・麻雀など、
手芸:編み物・折り紙・その他)
・ご利用者様とお話相手(傾聴など)をして下さる方

●ボランティアさんへのメッセージ

ご利用者様から過ごされる日々に、ひと時の楽しく充実した素敵な空間を職員と一緒
に提供していただければと思います。お気軽にお問合せ下さい!

●長期休みの学生ボランティア受入 可

住所 長岡京市開田1丁目9番9号
電話 075-874-6610
FAX 075-874-6599

せんしゅんかい

デイサービスセンター今里

●施設種別

通所介護

●募集内容・募集日時

体操の指導、歌、演奏、物づくり等の指導
月～土曜日 13時～15時位 曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

今里では沢山のボランティア団体が加盟されていますが、まだまだ新しい団体さんを募集していますので、お気軽にお問い合わせください。

●長期休みの学生ボランティア受入 可

住所 長岡京市今里庄ノ淵32

電話 075-959-3352

FAX 075-951-5211

せんしゅんかい

デイサービスセンター羽根車

●施設種別

認知症対応型通所介護

●募集内容・募集日時

演奏系、演芸系、体操系。ご利用者様と楽しく一緒に行える方を希望します。月～日曜日14時～15時、曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

1時間程度の演奏会を行っていただける団体・個人様、お気軽にお問合せください。

住所 長岡京市今里庄ノ淵32

電話 075-959-3353

FAX 075-951-5211

E-mail
imazato@senshunkai.or.jp

社会福祉法人長岡京せいしん会

天神の杜

●施設種別

特別養護老人ホーム

●募集内容・募集日時

クラブ活動のお手伝い（活花、習字など）、洗濯たたみ、行事の誘導・寄り添い。毎日10時～15時、曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

グループや個人でたくさんの方が活動されています。皆さまのご参加をお待ちしています。

●長期休みの学生ボランティア受入 可

住所 長岡京市天神二丁目3番10号

電話 075-959-1230

FAX 075-955-1273

E-mail
gyomuka@tenjin-no-mori.or.jp

社会福祉法人和楽会 保育・高齢 複合施設友岡

デイサービスセンター花菜

●施設種別

通所介護

●募集内容・募集日時

手芸、音楽演奏、コーラス、木工工作、詩吟、フラダンス、体操
月曜～土曜日10時30分～15時30分の間

●ボランティアさんへのメッセージ

各種音楽演奏の練習発表やコーラス、詩吟、舞等の練習発表も大募集です！「人と人を繋ぐ」「人が繋がる場所」をモットーに、たくさんのボランティアの方にお越しいただいています。

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市友岡1丁目2番3号

電話 075-959-0150

FAX 075-959-0168

E-mail
waraku-tomooka@wing.ocn.ne.jp

デイサービスこもれび

●施設種別

地域密着型通所介護事業所

●募集内容・募集日時

ご利用者様とのお話相手、手芸、園芸（野菜作り、花作り）、イベント時のお手伝い等 月～土曜日10時～16時、曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

月1回、1～2時間程度でも大丈夫です。少人数（1810名利用）の事業所ですので、入居者の方と親しく接する事ができます！楽しい時間を過ごしてみませんか？

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市友岡4丁目3-18

電話 075-958-6848

FAX 075-958-6838

E-mail
komorebiyamamoto@outlook.jp

医療法人社団千春会 介護老人保健施設

春風

●施設種別

介護老人保健施設

●募集内容・募集日時

曜日、時間、回数は応相談致します。

●ボランティアさんへのメッセージ

利用者様への傾聴やレクリエーション補助のボランティアをしていただける方を募集致します。曜日、時間等もご相談に応じますので、ご応募お待ちしております。施設見学も随時行っていますので、お気軽にお越しください。

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市久貝1丁目6-23

電話 075-953-6301

FAX 075-953-6302

E-mail
harukaze@senshunkai.or.jp

医療法人同仁会(社団)

介護老人保健施設マムフローラ

●施設種別

介護老人保健施設

●募集内容・募集日時

介護補助(食事の配膳、介助・見守り・誘導等)や館内・居室清掃、レクリエーションの補助等 10時～16時30分、曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

ライフスタイルに合わせて、柔軟に対応致します。もう一度社会でご活躍いただける方、育児やお子さんの学校行事の合間のほんの少しの時間でも。まずは、お気軽にお問い合わせください。お待ちしております。

●長期休みの学生ボランティア受入 可

住所 長岡京市奥海印寺奥ノ院25-2

電話 075-958-3388

FAX 075-951-5300

E-mail
mamflora.jimukanri@gmail.com

社会福祉法人 乙訓福祉会 乙訓の里

●施設種別

障害福祉サービス 生活介護

●募集内容・募集日時

①作業製品作成、②食事介助、外出介助、イベント時のお手伝い等
③施設掃除、花壇の水やり・除草、④作業製品の仕上げ・下準備等
月～金曜日10時～16時、曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

空いた時間に、特技・趣味を活かして、ボランティア活動をしてみませんか？
新しい出会いと新たな活動で新たな抛り所作りをしてみませんか？
些細なことでも結構です。お気軽にお問い合わせ下さい。

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市下海印寺川向井20-3

電話 075-954-0777

FAX 075-954-0700

E-mail
sato.otokuni-fukusikai@m5.dion.ne.jp

株式会社ライフケア・ビジョン

ハッピースタッフ長岡天神

●施設種別

小規模多機能型居宅介護

●募集内容・募集日時

ご利用者様とお話相手、楽器演奏、手芸、折り鶴、脳トレ等
月～土曜日13時～16時の間、曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

利用者が少人数で、アットホームなところです。お気軽にお問い合わせください。

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市長岡2丁目11-13

電話 075-958-2282

FAX 075-955-2926

E-mail
y.akiyama@lifecare-vision.co.jp
nagaokatenjin.jimu@lifecare-vision.co.jp

乙訓福祉施設事務組合 乙訓ポニーの学校

●施設種別

児童発達支援

●募集内容・募集日時

利用児・きょうだいの子守、行事のお手伝い等
月曜日～金曜日(祝日除く)9時～16時の間で2～3時間

●ボランティアさんへのメッセージ

発達に遅れやつまづきのある子どもさんの療育施設です。子どもとあそぶのが好きな方、ぜひお待ちしております。



住所 長岡京市井ノ内西ノ口17-8

電話 075-952-5000

FAX 075-953-5200

E-mail
otsufukupony@air.ocn.ne.jp

社会福祉法人 乙訓福祉会 乙訓楽苑

●施設種別

障害福祉サービス 生活介護

●募集内容・募集日時

作業や余暇活動、歩行外出など利用者の中活動のお手伝い。
月～金曜日10時30分～15時30分 一日でも数時間でもOK!

●ボランティアさんへのメッセージ

年間通じて色々なイベントを企画しており、利用者と一緒に楽しい時間を過ごしていただけたらと思います。お気軽にお問い合わせください。

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市勝竜寺長黒1-3

電話 075-952-0888

FAX 075-952-0889

E-mail
otokuni-fukusikai@k4.dion.ne.jp

社会福祉法人あらぐさ福祉会 障害福祉センターあらぐさ

●施設種別

障害福祉サービス 生活介護

●募集内容・募集日時

様々な日中活動のお手伝い(外出、園芸、歌、創作など)、生活全般のお手伝い(掃除、洗濯、片付けなど)月～金 10時～16時、曜日・時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

屋外・屋内ともに色々な活動を行なっています。お気軽にお問い合わせ下さい。
何か一緒にできることがあると思います。

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市井ノ内広海道42-3

電話 075-953-9212

FAX 075-953-9215

E-mail
aragusa@nifty.com

NPO法人乙訓やよい福祉会

やよい工房 久貝事業所

●施設種別

多機能事業所（就労継続支援B型事業・生活訓練事業）

●募集内容・募集日時

作業のお手伝い（箱折りなどの内職作業、お菓子作り）、行事のお手伝い（外出時の引率、簡単な調理補助）、販売のお手伝い（出店販売時の接客など）
月曜～金曜日、曜日・時間は応相談



住所 長岡京市久貝2丁目2-11

電話 075-952-9567

FAX 075-468-9654

わいわいプラス 乙訓教室

●施設種別

放課後等デイサービス

●募集内容・募集日時

活動サポート、調理実習等イベント、行事のお手伝い。子ども達と楽しく過ごしましょう。※時間応相談

●ボランティアさんへのメッセージ

学生ボランティアさん限定の募集です。定期・不定期の月1回からでも大丈夫です。予定に合わせて相談可能。子ども達の発達、成長のサポートをしてみませんか？明るい雰囲気ですアットホームな教室です

●長期休みの学生ボランティア受入 可



住所 長岡京市馬場見場通り5-12

電話 075-952-7788

FAX 075-952-7789

E-mail
info17@waiwai-plus.com

もしもの時に
備えて

ボランティア保険と福祉行事保険

社協ボランティアセンターでは、活動中の万が一のケガや事故に備えて、

ボランティア保険と福祉行事保険の申込み受付を行なっています。

安心して活動していただくために、加入をお勧めしています。

ボランティア保険

①国内におけるボランティア活動中の急激かつ偶然な外来の事故によりボランティア自身がケガをした場合の「損害保険」

②国内におけるボランティア活動中に第三者の身体や財物に対して損害を与えたことにより、法律上の賠償責任を負った場合の「賠償責任保険」

①②の場合を補償する保険です

※保険料は補償内容、プランにより変わります

福祉行事保険

国内において、福祉活動やボランティア活動などを目的として、または市民活動の一環として、非営利の団体が主催する行事参加中に

①行事参加者が偶然な事故でケガをした場合の「損害補償」

②行事主催者が行事参加者など他人の身体や財物に損害を与え、行事主催者が法律上の賠償責任を負った場合の「賠償責任補償」

①②の2つの補償がセットになった保険です

※保険料は行事内容により変わります

※保険の補償内容は年度ごとに変更しますのでご注意ください。

※詳しいプラン・補償内容・対象となる活動はパンフレットをご確認ください。

※ボランティアセンター窓口にパンフレット・申込み手続きに必要な書類をご用意しております。

お気軽にお問合せください。

Q&A: ボランティアさんに来てほしいとき

ちょっとした困り事や地域の行事、福祉施設のイベント等でボランティアさんに来てほしい、

そんなときは社協ボランティアセンターまでお問合せください。

ボランティアグループ・個人ボランティアとのコーディネートします。

流れ

社協ボランティアセンターへ電話もしくは来所

ボランティアさんに来てほしい日時・場所・希望のボランティアグループ、
もしくは内容を教えてください。
決まっていない場合は、行事・イベント内容を聞き取りした上で、
一緒に考え、ご提案します。

お願い

グループによっては機材の運搬が伴う場合があります。会場までの機材の運搬のお手伝い・送迎・交通費の配慮をお願いします

ボランティアグループのスケジュールの確認
依頼可否のご連絡

ボランティアグループと当日の詳細の打合せ

長岡京市社会福祉協議会 ボランティアセンター

ボランティアに関する相談・情報提供

ボランティア活動を始めたい方、活動中の方の相談・情報提供

ボランティアに関するコーディネート

「ボランティア活動をしたい人」「ボランティアを必要としている人」をつなぎます

ボランティア講座・研修会の開催

ボランティアに関する講座、研修会の開催

ボランティアに関する情報発信・広報・啓発活動

ボランティアだより、社協広報誌「とーく」、社協ホームページ、instagram等による情報発信
社協ボランティア連絡会と共催による「ながおかきょう福祉まつり」の開催

ボランティア保険・福祉行事保険の受付

安心して活動していただくためのボランティア保険、福祉行事保険の加入受付



NVC.NAGASHA
instagram



youtube

社協ボランティアセンターに登録しませんか？

- ① ボランティア情報の案内・広報発信
 - ・ボランティアだより、その他ボランティア情報の案内
 - ・登録グループのイベントやボランティア募集の情報発信
- ② 活動に必要な助成金情報のご案内
- ③ 会議室等の利用（総合生活支援センター内）
 - ・グループの会議や活動の場として無料でご利用いただけます。※事前予約が必要
- ④ コピー機の使用（有料）
 - ・コピー機…コピーカードにより使用可。

長岡京市社会福祉協議会 ボランティアセンター
〒617-0833 京都府長岡京市神足2丁目3番1号（長岡京市総合交流センター2階）
開所時間：月～土（祝日を除く） 9時～17時
TEL:075-958-6912 FAX:075-958-6909 E-mail:info@nagaokakyo-shakyo.jp

様々な年代の方と一緒に活動し

元気をもらえる場所

その時々思いを込めて

地域がつながる活動を目指して

自由な発想で地域貢献

「わたしにもできることが、きっとある」

ふれあいパートナー

ボランティア活動紹介パンフレット 07

発行日：令和5年3月

—

発行：長岡京市社会福祉協議会

—

デザイン：ichi_d 岡本一平

—

※本書の収録内容の無断転載・複写・複製等を禁じます。