

活動者の皆さんにインタビュー!



ボランティア活動プラザみきでは、毎年各種団体と協働し、ボランティア養成講座を開講しています。来年度の講座に向けて、受講から活動を始めたボランティアの皆さんに、きっかけや感想を伺いました。あなたもボランティア養成講座で、新しい一歩を踏み出してみませんか。

講座名		講座名	
★	聴き上手ボランティア講座	★	点訳ボランティア初級技術講座
★	聞こえのサポートボランティア入門講座	★	託児ボランティア養成講座
★	音楽療法ボランティア入門講座	★	伴走・伴歩ボランティア養成講座
★	盲ろう者通訳介助ボランティア養成講座		

Q1. ボランティア養成講座を受講しようと思ったきっかけを教えてください。

- 以前から関心を持っており、ちょうど退職して時間があつた時に講座の募集を知りました。
- 自分でも人の役に立つことができることがあるかなと思い、講座を申し込みました。人とつながりたいという思いもありました。
- 他のボランティアで一緒になった人に誘われて受講してみました。

Q2. 講座を受けた感想や印象に残っていることを教えてください。

- 点字で表現することはむずかしい。でもそのむずかしさを「おもしろい」と感じました。
- 講座を受けたことで当事者の存在や、多様なボランティア活動など全然知らない世界の話を知ることができたことが楽しかったです。自分の価値観や世界観が広がりました。
- 「楽器が弾けなくても、一緒に歌って音を鳴らして楽しんだらいい」という言葉が印象に残っています。講座をきっかけに友達ができ、一緒に活動をはじめられたことも心強かったです。
- パソコンが苦手だという事をメンバーに相談したところ、パソコンや手書きでの要約筆記だけでなく当事者団体の運営サポートもあることを知り、活動をやっていこうと思いました。

Q3. 講座から実際に活動をはじめてみて感想や、やりがいを聞かせてください。

- お花を持って自宅に訪問し、お話をすることが楽しい。「来月も来てくれるのを楽しみにしているよ」と言ってもらえると嬉しくなります。
- メンバー同士、得意不得意を補い合っていて活動しています。また、活動を通じて高齢者から子どもまでいろんな人と関わることも楽しみです。毎回反応がさまざま、その都度勉強になっています。
- 退職してから仕事以外のことを知ることができて楽しいです。託児で関わる子どもたちに私たちが励まされ、パワーをいただいています。

Q4. これから講座に参加しようとしている方へメッセージをお願いします!

- ボランティアは誰かのためとよく言われるけれど、「自分のため」のボランティア活動があっても良いと思います。男性は特に仕事中心になりがちだと思いますが、自分自身は講座受講をきっかけに社会参加ができ、コミュニケーションの大切さを学びました。気構えず、リラックスした気持ちで参加してください。
- 受講すると何か活動しないといけないと思ってしまふかもしれないけど、とりあえず知ってみようかなという気軽な気持ちでまずは参加してみたいです。
- 「音楽療法」と聞くとむずかしく感じるかもしれませんが、歌と音楽が好きなら大丈夫です。興味があつたら気軽に受講してみてください。体感することが一番です。

令和8年度のボランティア養成講座については順次ご案内いたします!

助成金情報

助成金等名称 〔申請等期日・期間〕	助成内容	問合せ・申込先
やさしさにありがとう ひょうごプロジェクト 第10回助成団体 募集 〔募集期間〕 2026年2月11日 ～5月20日	社会的課題を新しい手法で解決しようとしている意欲あふれる市民団体を賛同企業・コープこうべとともに応援していく助成制度です。 〔助成対象団体の要件*抜粋〕 兵庫県で公益的な活動を行い、2026年4月1日現在、団体設立から1年以上経過しているNPO法人・ボランティアグループ・一般社団法人・その他 〔助成内容・助成金額〕 ●地域の課題解決事業 人と人が助け合い、支え合い、誰もが安心して地域の中で暮らせるように、取り組む活動を助成 【1団体 上限50万円】 ●食に関する緊急助成 物価高騰の中、食に関する支援を行っている団体を助成 ※対象者に子ども、若者が必ず含まれること 【1団体 上限10万円】 〔オンライン説明会〕※両日とも同じ内容です 第1回 3月6日(金) 15:00～15:45 第2回 4月7日(火) 11:00～11:45	(公財) コープともしび ボランティア振興財団 〒658-0081 神戸市東灘区田中町 5丁目3-20 生活文化センター 本館2階 TEL: 078-412-3930 FAX: 078-412-3871 ※募集要項、申請書はホームページからダウンロードできます。 https://www.tomoshibi-found.or.jp/ \ HPはこちらから/ 

お忘れ
ない
ですか?

令和7年度 県民ボランティア活動助成(交付申請)

エントリー(事前申請)が受理されたグループ・団体は、申請条件が整いましたら交付申請書兼請求書をご提出ください。

《申請条件》令和7年4月1日～令和8年3月31日の間で、次の条件を満たしていること。

- 12日以上(事業)を実施
- 4万円(税込金額)以上の対象経費の支出

※最終提出期限は、令和8年4月1日(水)までです。
3月末頃は窓口が混み合うことが予想されます。
既に条件を満たされているグループ・団体は、早めの相談・提出をお願いいたします。



三木市在住の65歳以上の方へ!

高齢者ボランティアポイント事業



三木市高齢者ボランティアポイント事業は、活動者として登録を行い、指定の施設で活動します。活動1時間につき1ポイント(1日上限2ポイント)もらえます。貯まったポイントは年間50ポイントが上限で年間5,000円と交換できます。

- 対象者
三木市在住の65歳以上の方
- 活動内容
・施設行事の手伝い
・ドライバーかけの補助
・将棋などゲームの相手
・利用者の話し相手 など

登録は随時受付中!
お気軽にご相談ください!



研修会のご案内

- 日時
3月6日(金) 10:00～
- 会場
三木市立市民活動センター
- 研修内容
高齢者の口腔ケアについて
- 参加対象者
本事業の対象でない方も、どなたでも参加できます。

問い合わせ先: ☎0794-83-0090