

ブラザ催しなど	●
ボランティア・市民活動団体催しで 市民活動センターで行われるもの	▲
市内の他の場所で行われるもの	■
ぼらぷら休業日	■

日 曜日	催し物	
1 火		
2 水	さくら草の会交流会	▲
3 木		
4 金		
5 土	みきおもちゃ病院 パソコン定期相談	▲
6 日	認知症しあわせ計画 2026	▲
7 月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
8 火		
9 水	みみな草会	▲
10 木		
11 金		
12 土		
13 日	きらきら書道	▲
14 月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
15 火		
16 水	さくら草の会交流会	▲
17 木	市民活動センター 休館日	
18 金	託児ボランティア養成講座	●
19 土	みきおもちゃ病院 パソコン定期相談	▲
20 日		
21 月		
22 火		
23 水		
24 木		
25 金	育児ファミサポ サポート講座	●
26 土		
27 日		
28 月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
29 火		
30 水	さくら草の会交流会	▲

お知らせ みきボランティアフェスタ2026
11月15日(日)
市民活動センターにて開催!

受講者募集中

託児ボランティア養成講座

子育て中のママやパパが安心して学習やリフレッシュできる環境や時間づくりを応援する託児ボランティアを養成します。

- 日時・内容：① 9月18日(金)
子ども、赤ちゃんを対象とした心肺蘇生法とAED
② 10月16日(金)
子どもの発達に応じた「遊び」
③ 11月 6日(金)
現在の子育て事情と託児ボランティア活動



■時 間：10:00～12:00
■受講料：1,000円
■申込先：ボランティア活動プラザみき
☎0794-83-0090
←2次元コードからもお申込みいただけます
単日のみの参加でもOKです!

受講者募集中

10月開講 ボランティア養成講座

盲ろう者通訳介助ボランティア入門講座

視覚と聴覚に重複して障がいがある方(盲ろう者)の閉じこもりがちな日常やコミュニケーションの困難さを理解し、通訳・介助ボランティア養成のきっかけづくりとして開催します。

聞こえのサポートボランティア入門講座

聞こえにくい人の困りごとへの理解を深め、話している内容を短くまとめて文字で伝える「要約筆記」について学びます。

音楽療法ボランティア入門講座

音楽遊びを通して、高齢者や障がいのある方の余暇を楽しくサポートするボランティアを育てる講座です。音楽が初めての方も、楽器がなくても安心してご参加いただけます。



■申込先：ボランティア活動 プラザみき
☎0794-83-0090
←2次元コードからもお申込みいただけます

ボランティア・市民活動情報



ボランティア・市民活動者のための活動応援情報

ボランティア・市民活動情報「マガジン」は、ボランティア活動 ホームページ
プラザみきのホームページからでもご覧いただけます はこちら →



(発行)
三木市社会福祉協議会
ボランティア活動プラザみき
〒673-0403
三木市末広 1-6-46
(市民活動センター内)
TEL 0794-83-0090
Fax 0794-82-6666
E-mail mvsc@miki.or.jp

9

Vol.345

2026.9.1

認知症になっても、安心して暮らせる地域をめざして



2024年1月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」により、9月21日が「認知症の日」、9月は「認知症月間」と定められました。この機会に、認知症に関する正しい知識と理解を深め、認知症のご本人やご家族の支援について考えてみませんか。認知症になっても安心して暮らせる地域づくりに向け、できることから始めてみましょう。

公開講座「認知症しあわせ計画 2026」

～わがこと 認知症～

日時

9/6 日
14:00～16:00

会場

三木市立市民活動センター
(3階 大会議室)

参加者募集中!

講演と寸劇で
認知症を楽しく
学びましょう!



講師・監修：かきぎしあわせクリニック院長 医学博士 柿木達也氏

定員：200名

参加費：無料

主催：認知症しあわせ計画2026実行委員会

後援：三木市／三木市社会福祉協議会

※駐車場は台数に限りがあります。
満車の場合は、美囊川沿いの
無料駐車場をご利用ください。

申し込み・問い合わせ先：ボランティア活動プラザみき ☎0794-83-0090

あなたなら、どう生きたいですか?
あなたは、大切な人をどう支えたいですか?

「認知症になっても、この地域で暮らしたい」そんな願いを叶えるために、
認知症について正しく知り、**あなた自身のこととして**考えてみませんか?

災害時にも強い 支えあう地域をめざして

～支えあい協働会議で災害に備える～

◆ 支えあい協働会議って？

支えあい協働会議とは、日常から住民の暮らしや生活の様子を気にかけたり、地域での見守りあい等の取組を展開する活動者（注1）が活動を通して把握した個別の困りごとなどを共有し、みんなの課題として対応を話し合ったり考えたりする場のことです。

7月には、三木南・細川地区で「防災」をテーマに開催し、台風や長雨による風水害、地震による災害を警戒した避難支援や発災直後の初動体制について話し合い、地域内で支援が必要な方について情報共有を行いました。

（注1）区長、民生委員・児童委員、民生協力委員、地域内活動者など

◆ 災害に備える「支えあいマップ」

今回の支えあい協働会議では、自治会ごとに分かれ、災害時に支援が必要となる可能性のある方の状況や支援方法について情報共有を行い、「支えあいマップづくり」に取り組みました。

支えあいマップは、災害時に支援が必要な方がどこに住んでいるのか、どのような支援が必要なのかを地域で把握し、発災前後の支援や日頃の見守り活動に役立てるためのものです。参加者それぞれが持つ情報を持ち寄り、自力での避難が難しい方や情報が届きにくい方のいる世帯を地図上に記入しながら、地域の状況を確認しました。

また、空き家についても情報共有を行いました。あらかじめ空き家の場所を把握しておくことで、災害時の安否確認や避難の呼びかけを効率的に行うことができます。さらに、空き家の管理状況などを確認することで、倒壊の危険性についても把握する機会となりました。

地図への情報整理が終わった後は、安全に避難するための避難ルートについて、建物や塀の倒壊の危険が少なく、土砂災害や浸水のおそれがない経路を確認し、より安全な避難方法についても話し合いました。

支えあい協働会議を通じて、地域の状況や住民同士のつながりを改めて確認するとともに、災害時の支援体制や日頃の見守り活動について考える機会となりました。



◆ 各地域の課題から見えてきた大切な備え

支えあい協働会議で支えあいマップを作成すると、地域ごとの特徴や課題が見えてきます。災害時のリスクや必要な備えは異なるため、話し合いの内容もそれぞれの地区の実情に応じたものとなりました。

三木南地区では、自治会の境界にとらわれず、安全な場所へ避難すること。また、状況によっては自治会の枠を超えた避難も必要であることが確認されました。

一方、細川地区では、多くの住宅が土砂災害警戒区域や浸水想定区域に位置していることから、ハザードマップを確認しながら、災害の状況に応じた避難所や安全な避難ルートについて話し合いが行われました。

このように、地域によって抱える課題や必要な備えは異なります。しかし、どの地域にも共通しているのは、「災害はいつ、どこで発生するかわからない」ということです。そのため、災害が発生してから考えるのではなく、日頃から顔の見える関係づくりを進め、地域でできる備えについて話し合っておくことが、いざという時の安心につながります。

皆さんの地域でも、地域の実情に合った支えあい協働会議を開催してみませんか。地域のことを知り、話し合いを重ねることが、誰もが安心して暮らせる地域づくりへの第一歩となります。

三木市共同募金委員会では、「令和8年熊本地震義援金」を受け付けています。詳しくは2次元コードからご確認ください。



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
公益財団法人 大和証券財団 2026年度 ボランティア活動 助成 〔申込締切〕 9月15日（火）	高齢者・障がい児者・子どもへの支援活動および社会的意義の高いボランティア活動や、地震・豪雨等による大規模自然災害の被災者支援活動に対し助成します。 〔応募資格〕 5名以上で活動する営利を目的としない任意団体、NPO法人、財団法人、社団法人、大学のボランティアサークル等 〔助成金額〕 1団体あたり上限30万円	公益財団法人 大和証券財団 事務局 〒104-0031 東京都中央区京橋 1-2-1 大和八重州ビル ☎ 03-5555-4640 ✉ zaidan@daiwa.co.jp 
公益財団法人 大和証券財団 2026年度 子ども支援活動 助成 〔申込締切〕 9月15日（火）	安全で安心できる社会環境のもとで、子どもたちが平等に将来の夢を描けることができる支援活動に対し助成します。 （例）子どもの居場所づくり、学習支援、貧困家庭の子ども支援、育児放棄や子どもの虐待防止活動等 〔応募資格〕 20名以上で活動する営利を目的としない任意団体、NPO法人、財団法人、社団法人、大学のボランティアサークル等 〔助成金額〕 1団体あたり上限50万円	※応募方法 電子申請システム（Graain）にアクセスし、必要事項を入力および提出書類（活動状況に関するコメント）をアップロードのうえ申請してください。 ★申請者の利便性向上および手続きの円滑化を図るため、オンライン申請システムを導入しました。

Vol.5

地域活動のタネ



ボランティア活動や地域活動のちょっとした役立つタネを紹介します！

サロンで頭の健康チェックをしてみませんか？



「物忘れが多くなってきた？」「あれ？おかしいな…」と思うことはありませんか？頭の健康チェックは、簡単に操作ができるタッチパネルを活用した「物忘れチェック」と、保健師など専門職による「個別相談」です。ふれあいサロンでの体験を希望する場合は問い合わせ先まで連絡してください。物忘れが気になる、認知症について知りたいことなども気軽にご相談ください。

- 費用
無料
- 内容
 - ・対話形式の記憶力チェック（5分程度）
 - ・結果説明
- ※1人ずつ5～10分程度の個別対応
- 開催時間
原則平日9時～16時（土日祝除く）

- 準備物
 - ・コンセント
 - ・いす
 - ・机
- その他
 - ・別途、お部屋が必要となります。
 - ・各団体、年に1回を限度



公民館等の公共施設では定期的に相談日が設定されており個別相談ができます！

三木市のホームページ、広報みきに相談日などの詳細を掲載しています。こちらの2次元コードから確認できます。



【問い合わせ先】

三木市高齢福祉課 中央地域包括支援センター
住所：三木市大塚1丁目6番40号
（三木市総合保健福祉センター1階）
電話：0794-89-2337