

2026
10月ぼらぶら
月間情報

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	■
ぼらぶら休業日	■

日	曜日	催し物	
1	木		
2	金		
		みきおもちゃ病院	▲
3	土	パソコン定期相談	▲
		オレンジカフェ すまいる	▲
4	日	きらきら書道	▲
5	月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
6	火	盲ろう者通訳介助ボランティア入門講座	●
7	水	聞こえのサポートボランティア入門講座	●
		さくら草の会交流会	▲
8	木		
9	金		
10	土		
11	日		
12	月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
13	火		
14	水	聞こえのサポートボランティア入門講座	●
		さくら草の会交流会	▲
15	木	市民活動センター 休館日	
16	金	託児ボランティア養成講座	●
		難病者・家族の会『つどいの広場』	▲
17	土	みきおもちゃ病院	▲
		パソコン定期相談	▲
18	日		
19	月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
20	火		
21	水	聞こえのサポートボランティア入門講座	●
		さくら草の会交流会	▲
22	木		
23	金	音楽療法ボランティア入門講座	●
24	土		
25	日		
26	月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
27	火		
28	水		
29	木		
30	金		
31	土		



受講者募集中

聞こえのサポート
ボランティア入門講座

託児あり

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。

■日 時：10月7日⑧・14日⑧・21日⑧
10:00～12:00

■会 場：三木市立市民活動センター

■受講料：500円

■申込先：ボランティア活動プラザみき

☎0794-83-0090

二次元コードから
申込できます→

高齢者ボランティアポイント事業
説明会随時開催中！！

市内の施設でボランティアすることで、
地域貢献や社会参加をしてみませんか？
説明・登録は随時受け付けております！

■対象者：三木市在住の65歳以上の方

■活動例：ドライヤーかけの補助
将棋などのゲームの相手
利用者の話し相手など

■場 所：三木市立市民活動センター

■問合先：ボランティア活動プラザみき

☎0794-83-0090

詳細はこちらから→

難病者・家族の会
『つどいの広場』

難病患者の方、ご家族の方と意見・情報交換、
各地域患者会との交流会、音楽療法など、多彩
な活動をしています。

これらを通じて病気の進行を遅らせるよう努
力し、会員同士の友好を深めます。

仲間と共に充実した日々をおくりませんか。

■開催日：10月16日⑨

13:00～15:00

■会 場：三木市立市民活動センター

■問合先：ボランティア活動プラザみき

☎0794-83-0090

ボランティア・市民活動情報

マガジン

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
プラザみきのホームページからでもご覧いただけます

(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



10

Vol.346

2026.10.1

令和8年度 防災の集い勉強会

今、気になる！

災害時の薬事情

先着
40名まで

～ 薬剤師さんに聞いてみよう！～

災害が起きたとき、普段飲んでいる薬が手元になかったら――。
避難生活の中で薬が必要になったら、どこでどのように薬を受け取ることができるのでしょうか。
本研修では、薬剤師を講師に迎え、災害時の「薬」を取り巻く状況や日頃からできる備えについて
学びます。

「もしものとき」に、自分や家族や身近な人の命と健康を守るために、災害時の薬事情を知り、
今からできる備えを一緒に考えてみませんか。

日時 11月26日(木) 13:30～15:00

場所 三木市立障害者総合支援センターはばたきの丘
(三木市志染町青山1-25)講師 ひまわり薬局 サンテラス店
管理薬剤師 山本 雅弘 氏対象者 障がいがあるご本人、ご家族、支援者
防災に関心のある方 など薬剤師さんへの
質問も募集します！

お申し込みは、電話もしくは申込みフォームから

ボランティア活動プラザみき ☎0794-83-0090

三木市立障害者総合支援センターはばたきの丘 ☎0794-68-9005



主 催：災害時の備えと構えを当事者、家族、支援者で考える集い
ボランティア活動プラザみき、三木市立障害者総合支援センターはばたきの丘
協 力：ひまわり薬局、三木防災リーダーの会

【開催報告】第4回不登校・ひきこもりをみんなで考える集い

～明日へのステップ～

ボラ・プラみきの アクション・レポート (58) ～市民のチカラ～

◆ 不登校・ひきこもりを「みんなで考える」機会に

不登校・ひきこもりの方やその家族の相談、居場所づくりに取り組む団体の協働ネットワーク「三木市不登校・ひきこもり支援ネットワーク ほっぷ☆すてつぷ（以下、ほっぷ☆すてつぷ）」は、8月24日に「第4回不登校・ひきこもりをみんなで考える集い～明日へのステップ～」を開催しました。本事業は、不登校やひきこもりについて、当事者の声を聞きながら理解を深めるとともに、それぞれの立場でできる支援や関わり方について考えることを目的として開催しています。

今回は、初の試みとして三木市教育委員会との共催で開催しました。当日は、不登校・ひきこもりの当事者やその家族、支援者、学校関係者など65名が参加し、さまざまな立場から考える貴重な機会となりました。

◆ 集い当日の様子

第1部は進行役であるIMAMURA企画の今村代表と不登校・ひきこもり経験者によるトークセッション、第2部は小グループに分かれて参加者同士で意見交換を行いました。

第1部では、フリースクールS-BASEより、不登校を経験した高校生Aさんと中学生Bさんの2名が登壇。登壇者からは、学校に通えなくなった当時の気持ちや先生との関わり、フリースクールとの出会い、自分らしさを取り戻していくまでの過程について語られました。その中で、先生に求めるサポートについてAさんは「安全基地である家に近づいてほしくなかった。何もしてほしくなかったが近いのかも」と話す一方で、Bさんは「喋りたくはなかった。でも気にかけてほしかった」と振り返りました。2人が当時求めていた支援の形が異なっていたことが印象的でした。また、「なんで学校に行かないの？」と聞かれても、自分もなぜ行けないのかわからないのに答えられない。解決策を求める気持ちはわかるけど、答えを求めないでほしい」と当時、他者に対して抱えていた想いを聞くことが出来ました。進行役の今村代表は、「不登校に関して、誰が悪いということはない」と繰り返し参加者に語りかけながら、登壇者の想いを丁寧に引き出して進行しました。参加者は熱心に耳を傾け、理解を深めていました。

第2部では小グループに分かれて意見交換を行いました。本人や家族、支援者、学校関係者などさまざまな立場の参加者が、今後の支援のあり方について語りあいました。



◆ 答えは1つではない

今回の集いは、不登校に至る背景や抱える想いは一人ひとり異なり、「支援の答えは1つではない」ということを改めて学ぶ機会となりました。また、さまざまな立場の人が集い、意見交換する中で「正解は1つではなく、誰もが正解がわからず悩んでいる」ことを共有しながら、「では、明日から自分に何ができるだろう」と考える貴重な機会となりました。学校関係者にとっても、これまでの関わりが間違いではなかったことを確認するとともに、今後の支援にどう活かしていくかを考える機会となりました。1つの考え方や支援の形に当てはめるのではなく、本人の声に耳を傾け、それぞれに寄り添った関わりを考えていくことが大切です。

アンケートからも、「いきいきと自分の言葉で話す登壇者の2人を見ていると、不登校に対する偏った考えが変わった。自分を見つめ直す時間なのだと伝えたい」「“正解がない”ということを頭の片隅に置き、子どもたちと接していきたい」などの感想が寄せられました。

ほっぷ☆すてつぷでは今後も、本人や家族が安心してつながることのできる場づくりを進めるとともに、多様な人や機関が連携し、地域全体で支えあう仕組みづくりに取り組んでいきます。（尾上 天海）

FM みっきいの番組「ほっぷ☆すてつぷ」放送中!

ほっぷ☆すてつぷで活動する7団体が順番に登場し、活動内容をインタビュー形式で紹介します!

放送時間：毎週金曜日 22:00～22:30
毎週日曜日 17:30～18:00
※毎月第1金曜日に放送内容を更新します



◀過去の放送分はこちらから!▶



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
(公財) コープともしびボランティア振興財団 2027年度ボランティア活動助成	市民がお互いに支え合い、安心して暮らせることを願い、地域に根ざした活動をしているボランティア団体(個人)を応援する助成を行っています。	(公財) コープともしびボランティア振興財団 ☎ 078-412-3930 ✉ tomosibi@kobe.coop.or.jp ホームページはこちら ▼  https://www.tomoshibi-found.or.jp/prospective/activity-general/activity
〔説明会開催日〕 11月5日(土)～ 12月5日(土)	〔助成額〕 ■ともしび助成 団体：30万円／個人：3万円 ■きらり助成 1.5万円 〔助成対象〕 ・法人格を持たない団体または個人 ・2027年4月1日時点で1年以上の活動実績があること 〔申請条件〕 2027年度ボランティア活動助成申請にあたっての説明会を県内9会場で行います。説明会参加の申込は不要ですが、申請を希望される団体(個人)は、説明会へ必ずご参加ください。開催日時と会場は、ホームページをご覧ください。	

Vol.6 地域活動のタネ

デマンド型交通を利用してみませんか？

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!



デマンド型交通とは？

- ご利用者の乗降希望時刻にお応えしながら、最適な運行ルートで送迎する事前予約制の乗り合い交通です。
- あらかじめ無料の会員登録した後、事前に予約することで利用できます。
- ご利用者の自宅又は自宅付近から所定の乗降場所まで直接送迎できます。
- 市内では、吉川・三木南・別所・志染地区内で運行しています。

利用条件

「会員登録」を行った方で、ご自身で、または、保護者もしくは介助者の補助により(株)吉川交通への連絡、乗降場所への移動および車両への乗降ができるかた。
※車いす車両をご希望の場合は予約時にお申し出下さい。

運行日時

- ・月曜～金曜日 ※祝日運行
- ・8時～17時
(最終16時30分)
- ※土日・年始(1月1日～3日)運休

乗車場所

運行地区のうち、自宅(又は自宅付近)公共施設、自治会公民館、学校、認定こども園、病院、福祉施設、買い物施設、郵便局・金融機関、路線バスのバス停など所定の乗降場所。

※路線バスのバス停からおおむね半径300m以内(幹線エリア内)については「チョイソコみき」をご利用できない場合があります。

運賃

乗車1回あたりのお1人の運賃
・大人(中学生以上) 300円
・小児(小学生) 150円
・障がい者および障がい者の介助者 150円
※未就学児は無料
(ただし保護者同伴に限る)

問合せ先
三木市役所
交通政策課 交通政策
☎ 82-2000

