夏のボランティア体験

ナツボラ

ガイド

2019

「私、ボランティアするき！」

7/20 sat ~ 8/31 sat

ナツボラとは？

ナツボラとは、「夏のボランティア体験キャンペーン」のこと。略して「ナツボラ」です。

今年で６回目となるナツボラ。昨年はのべ**1070人**もの方々がナツボラを通じてボランティア活動に参加しました。ナツボラをきっかけにボランティアの輪が広がっています！

今年のキャンペーン期間は**7月20日(土)**から**8月31日(土)**まで。

体験できるボランティア活動は、子どもや高齢者とかかわる活動、自然体験イベントのサポートなどさまざま。活動地域も高知市をはじめ室戸市、香南市、黒潮町など、幅広い地域で活動できます。

あなたもボランティアを始めてみませんか？ぴったりのボランティアがきっと見つかるはずです！

ナツボラに参加するには

STEP 1

ナツボラガイドで体験したいボランティア活動をチェック！

STEP 2

してみたいボランティアの担当者に連絡して申し込む。
日時や場所、準備物、ボランティア保険などを確認！

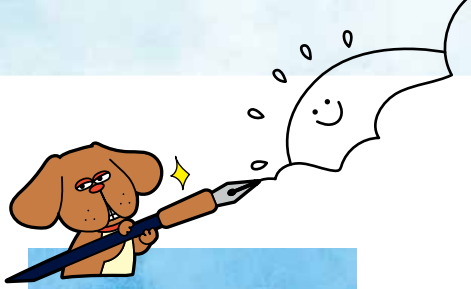
STEP 3

活動開始！

ボランティアをやってみよう！

主催　高知県ボランティア・ＮＰＯセンター
高知県社会福祉協議会

後援　高知県教育委員会、高知市教育委員会、高知県、高知市



ナツボラガイド制作者紹介

ナツボラ（夏のボランティア体験キャンペーン）が始まって6年目。

毎年、ガイドブックの表紙の制作には、大学生が関わってくれています。
今年も、高知大学デザイン研究室・吉岡先生のご協力のもと、同大学で「グラフィックデザイン」を履修する学生さんに作成していただきました。

今年のガイドブックをデザインしてくれたのは、教育学部学校教育教員養成課程3年生（美術専攻）の尾崎水音さんと野崎真悟さんです。瑞々しい感性を持つ2人が、イメージをふくらませて素敵なデザインに仕上げてくれました。

夏っぽさや
爽やかさを意識して
デザインしました！

表紙担当：尾崎さん

躍動感が出るよう
ボラ次郎に
リアリティを
持たせました。

裏表紙担当：野崎さん

野崎さん、尾崎さん、吉岡先生、本当にありがとうございました。

昨年のナツボラ

- のべ1070人のボランティアが活動に参加しました!
- アンケート回答者の全員が参加して良かったと回答！

昨年の様子

使用済み切手整理しながら、楽しくおしゃべり！
使用済み切手は換金され、災害時のボランティア支援に使われます。

老人保健施設でのボランティア。皆さんの前で自己紹介のシーン。

職人技にチャレンジ！シーツ交換

元気いっぱいの子どもたちに囲まれてのボランティア。

100歳体操の運営ボランティア
受付や会場の設営や片づけなどお手伝い

ボランティア活動保険について

ボランティア活動保険に加入すると、ボランティア活動中や活動先への往復途中でケガをしたとき、活動中に他人にケガをさせたり物を壊したときなどに保険が支払われます。一度加入すれば、来年の３月31日まで有効です。

加入するには？

ボランティア活動保険の加入申込書は、高知県ボランティア・NPOセンター（高知県立ふくし交流プラザ４階 ☎088-850-9100）や最寄りの社会福祉協議会に置いていますので、そこで加入手続きをとってください。

保険金額

基本タイプ

A・・・・・350円
B・・・・・510円

天災タイプ（地震・噴火・津波が補償に入るタイプ）

天災A・・・500円
天災B・・・710円

※詳しくは31ページをご覧ください。

ボランティア活動にあたっての心がまえ

やりがいや楽しさを感じながら活動ができて、それが誰かの助けになったり、社会の役に立ったらすてきですね。そのために、心にとめておいて欲しいことがあります。

• 自分の「活動希望内容」や「できる範囲・頻度」を伝えましょう

“自分サイズ”で無理なく活動をするには、自分の希望する活動内容や、できる範囲・頻度を活動先に伝えることが必要です。「できない」「自分には合わない」と思ったときは、お断りしてもいいのです。

• 活動先の「組織の目的」や「お手伝いして欲しいこと」もよく聞きましょう

「よかれ」と思ってやったことでも、それが必ずしも善意で受け取られるとは限りません。自己中心や自己満足に陥ってしまわないように、「自分の思いや考えを主張すること」と「人の思いや考えを受容すること」のバランスを上手にとりましょう。

• 相手に必要以上に気をつかっていませんか？

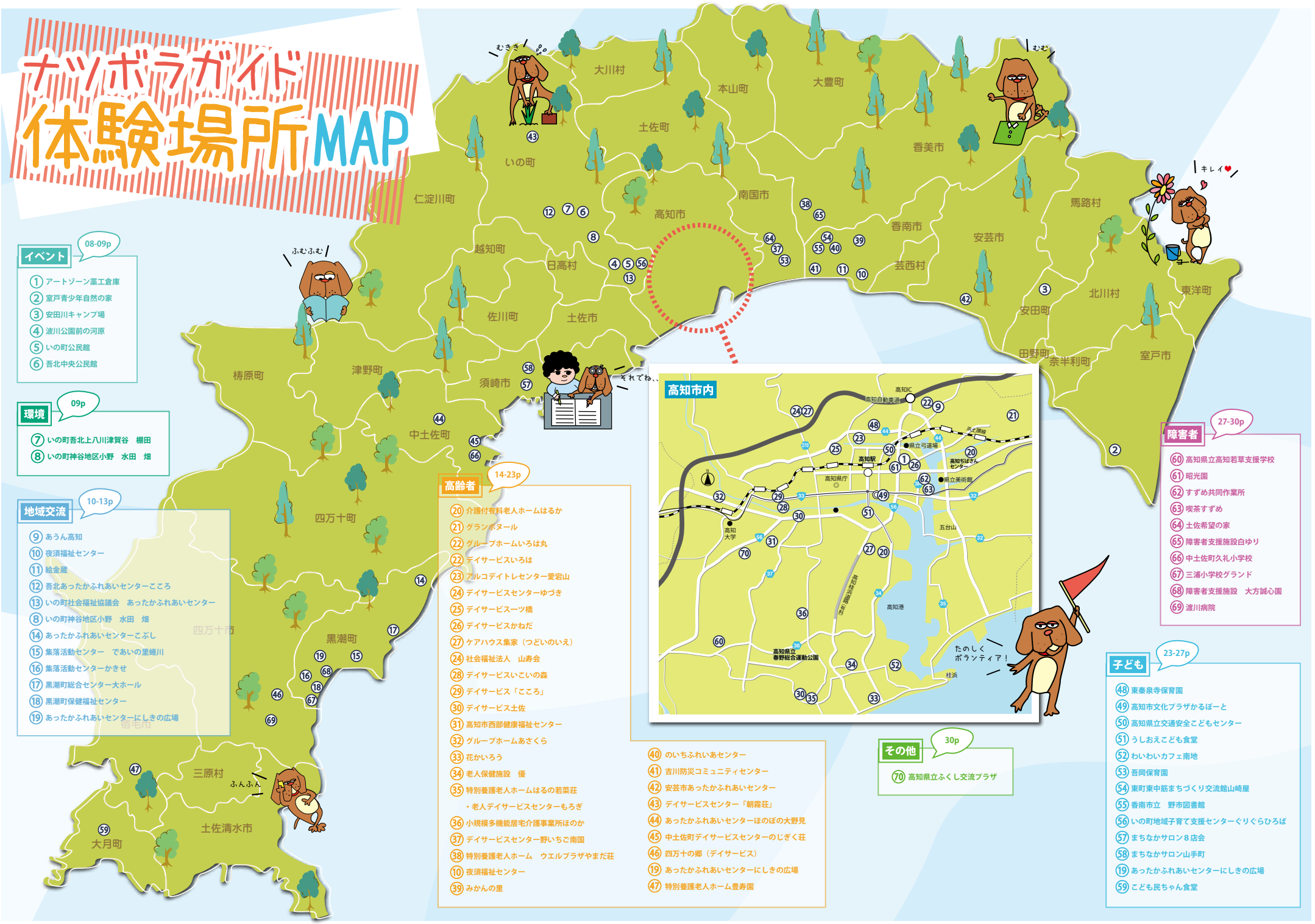
ボランティアの基本は、自分でできることは自分でして、できない部分だけをサポートすることです。また、ボランティアする側とされる側の関係は対等です。「相手の依頼が納得できない」「ここまでやる必要がない」と感じる時は、もやもやしたままやるのではなく、自分の考えを伝えて話し合ってみましょう。

• とにかくいろいろやってみましょう

一つの活動をして、「私にボランティアは向いてない」と考えていませんか？それは、たまたまあなたとの相性が悪かっただけかもしれません。相性の合う活動はきっとあります。いろいろな活動を見学、体験して、自分にぴったりな活動を見つけましょう。

ボランティアって、はじめるときはちょっと勇気がいるかもしれないけれど、その一歩をふみ出してみたら、きっと今までと違う世界にふれられると思います。
さぁ、あなたも新しい自分に会いに行きませんか？

ナツボラガイド 体験場所MAP



イベント 08-09p

- ① アートゾーン藁工倉庫
- ② 室戸青少年自然の家
- ③ 安田川キャンプ場
- ④ 波川公園前の河原
- ⑤ いの町公民館
- ⑥ 吾北中央公民館

環境 09p

- ⑦ いの町吾北上八川津賀谷　棚田
- ⑧ いの町神谷地区小野　水田　畑

地域交流 10-13p

- ⑨ あうん高知
- ⑩ 夜須福祉センター
- ⑪ 絵金蔵
- ⑫ 吾北あったかふれあいセンターこころ
- ⑬ いの町社会福祉協議会　あったかふれあいセンター
- ⑧ いの町神谷地区小野　水田　畑
- ⑭ あったかふれあいセンターこぶし
- ⑮ 集落活動センター　であいの里蜷川
- ⑯ 集落活動センターかきそ
- ⑰ 黒潮町総合センター大ホール
- ⑱ 黒潮町保健福祉センター
- ⑲ あったかふれあいセンターにしきの広場

高齢者 14-23p

- ⑳ 介護付有料老人ホームはるか
- ㉑ グランボヌール
- ㉒ グループホームいろは丸
- ㉒ デイサービスいろは
- ㉓ アルコデイトレセンター愛宕山
- ㉔ デイサービスセンターゆづき
- ㉕ デイサービスーツ橋
- ㉖ デイサービスかねだ
- ㉗ ケアハウス集家（つどいのいえ）
- ㉔ 社会福祉法人　山寿会
- ㉘ デイサービスいこいの森
- ㉙ デイサービス「こころ」
- ㉚ デイサービス土佐
- ㉛ 高知市西部健康福祉センター
- ㉜ グループホームあさくら
- ㉝ 花かいろう
- ㉞ 老人保健施設　優
- ㉟ 特別養護老人ホームはるの若菜荘
  - ・老人デイサービスセンターもろぎ
- ㊱ 小規模多機能居宅介護事業所ほのか
- ㊲ デイサービスセンター野いちご南国
- ㊳ 特別養護老人ホーム　ウエルプラザやまだ荘
- ⑩ 夜須福祉センター
- ㊴ みかんの里
- ㊵ のいちふれいあセンター
- ㊶ 吉川防災コミュニティセンター
- ㊷ 安芸市あったかふれあいセンター
- ㊸ デイサービスセンター「朝霧荘」
- ㊹ あったかふれあいセンターほのぼの大野見
- ㊺ 中土佐町デイサービスセンターのじぎく荘
- ㊻ 四万十の郷（デイサービス）
- ⑲ あったかふれあいセンターにしきの広場
- ㊼ 特別養護老人ホーム豊寿園

その他 30p

- ㊿ 高知県立ふくし交流プラザ

障害者 27-30p

- (60) 高知県立高知若草支援学校
- (61) 昭光園
- (62) すずめ共同作業所
- (63) 喫茶すずめ
- (64) 土佐希望の家
- (65) 障害者支援施設白ゆり
- (66) 中土佐町久礼小学校
- (67) 三浦小学校グランド
- (68) 障害者支援施設　大方誠心園
- (69) 渡川病院

子ども 23-27p

- (48) 東秦泉寺保育園
- (49) 高知市文化プラザかるぽーと
- (50) 高知県立交通安全こどもセンター
- (51) うしおえこども食堂
- (52) わいわいカフェ南地
- (53) 吾岡保育園
- (54) 東町東中筋まちづくり交流館山崎屋
- (55) 香南市立　野市図書館
- (56) いの町地域子育て支援センターぐりぐらひろば
- (57) まちなかサロン８店会
- (58) まちなかサロン山手町
- (19) あったかふれあいセンターにしきの広場
- (59) こども民ちゃん食堂

高知市　アートのお祭り、いっしょに作ろう！

アートゾーン藁工倉庫には、藁工ミュージアムという美術館と、蛸蔵という小さな劇場があります。ここで年に１度、地域の方にアートゾーン藁工倉庫に親しんでもらおうと、夏祭りを開催します。ちょっと変わったアートなお祭りをいっしょに作りましょう！

内　容 ● お祭り当日の会場設営
　　ゲームコーナーや屋台の運営を手伝ってもらいます。
場　所 ● アートゾーン藁工倉庫(高知市南金田28)
期　間 ● 8月17日(土)
締　切 ● 7月31日(水)
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は受入れ側で加入
申　込 ● ☎ 088-879-6800　FAX 088-879-6800
　　✉ info@warakoh.com
　　わらこう夏祭り実行委員会　担当:松本

MAP①

室戸市　子どもたちと室戸の海・山・川で思いっきり自然体験を！

「チャレンジ・アドベンチャーワールド」ようこそ室戸ジオパークの世界へ。子どもたちと共に、この豊かな大自然の中で体験活動を堪能する夏の思い出に参加してみませんか！

内　容 ● 磯遊び、魚釣りなどの海浜活動、川魚とりなどの川遊び、野外炊事、レクなど
場　所 ● 室戸青少年自然の家、室戸岬とろむ　他(室戸市元乙1721　他)
期　間 ● 8月21(水)～23日(金)
締　切 ● 8月5日(月)　※定員になり次第締切
条　件 ● 高校生以上、昼食あり、最寄駅等への送迎可、
　　ボランティア保険は受入れ側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ✉ geigeinomori@yahoo.co.jp
　　特定非営利活動法人　夢創房室戸迎鯨の杜　担当:横山

MAP②

安田町　自然の中で元気な子ども達とサバイバル体験！

「いさなキッズ・サバイバルサマーキャンプ 2019」豊かな自然の中で、キャンプ体験。子ども達と思いっきり遊んでみませんか！

内　容 ● キャンプ活動…設営、川遊び、野外炊事、野外レク、クラフトなどのサポート
場　所 ● 安田川キャンプ場　他(安芸郡安田町)
期　間 ● 8月1(木)～2日(金)
締　切 ● 7月20日(土)※定員になり次第締切
条　件 ● 大学生以上、昼食あり、最寄駅等への送迎可、
　　ボランティア保険は受入れ側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ✉ geigeinomori@yahoo.co.jp
　　特定非営利活動法人　夢創房室戸迎鯨の杜　担当:横山

MAP③

いの町　仁淀川のまつりをいっしょに創造しましょう！

仁淀川が主人公のイベントです。みんなが本気（マジ）になって遊んでいます。あなたの原風景を見つけて下さい。笑顔が我々の勇気です。

内　容 ● 「仁淀川国際水切り大会」の会場で運営をお手伝いください。
　　設営、案内、記録、賞品の管理、片付け等
場　所 ● 吾川郡いの町波川　波川公園前の河原　（※紙のこいのぼりの会場です。）
期　間 ● 8月24日(土)10:00～16:00(大会前日)
　　8月25日(日)7:00～17:00(大会当日)
　　※1日だけでも可
締　切 ● 7月31日(水)
条　件 ● 高校生以上、帽子・タオル・スニーカー
　　事前の説明会に参加のこと(日程はお問いあわせください)
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可　ボランティア保険は受入側で加入
申　込 ● FAX 088-893-3275　✉ shono@niyodoriver.com
　　仁淀川お宝探偵団　担当:生野

MAP④

いの町　大人気のボランティア！子どもたちと演劇をつくろう

毎年大人気のボランティアです。早めに応募お待ちしています！ダンス、演劇、舞台、芸術が好き。思い出深い夏を送りたい人はぜひ応募してください

内　容 ● 舞台公演の準備、片付け、受付のお手伝いなど
場　所 ● 1)いの町公民館(吾川郡いの町3597)
　　2)吾北中央公民館(吾川郡いの町上八川甲2010)
期　間 ● 8月13日(火)～18日(日)
締　切 ● 8月8日(木)
条　件 ● 高校生以上、送迎は応相談
　　ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ✉ washi.future.project@gmail.com
　　Washi+Performing　Arts?未来Project実行委員会　担当:浜田

MAP⑤,⑥

いの町　美しい農村の景観を一緒に取り戻しませんか

山がどんどん荒れています。一緒に耕作放棄地を再生して、美しい景観を取り戻す活動に参加してみませんか。

内　容 ● 耕作放棄地を再生して、農薬などを使わない安心安全にこだわった栽培を実践しています。
場　所 ● いの町吾北上八川津賀谷&いの町神谷地区小野(この)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)　随時
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 高校生以上、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎ 090-1003-3419
　　✉ Toyotoyo1500_1123@yahoo.co.jp
　　棚田再生&耕作放棄地再生PJ　担当:伊藤

MAP⑦,⑧

高知市　一宮ふれあいカフェでオレンジリングを Get !!

地域の皆さんとの交流と認知症サポーター養成講座に参加して、オレンジリングでつながりませんか？

内　容 ● 一宮地域で定期的に開催されている「一宮ふれあいカフェ」での交流
　　認知症サポーター養成講座に出席、お手伝い
場　所 ● あうん高知(高知市一宮西町一丁目7-25)⇒一宮ふれあいカフェ開催会場へ移動
期　間 ● 7月23日(火)　13:00～16:00
締　切 ● 7月16日(火)
条　件 ● 高校生以上、おやつあり、派手でない動きやすい服装、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-846-1515
　　老人保健施設　あうん高知　担当:小松

MAP ⑨

香南市　ちょっこり来てみいや～

地元力！こども食堂「やすまるちょっこりくん」。地元のボランティアさん、生産者の皆さんの大協力のもと、元気に活動中 !! ぜひ、一緒にわいわいしませんか？

内　容 ● 調理、片付け、子どもの対応　料理好き・子どもが好きな方大歓迎☆
場　所 ● 夜須福祉センター2階(香南市夜須町坪井16-1)
期　間 ● 第1日曜日　9:30～14:00
　　※連休の場合は、翌週日曜日に実施
締　切 ● 活動日の2日前
条　件 ● 中学生以上、昼食あり、
　　ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0887-57-7300　FAX 0887-57-7305
　　✉konan-fs@ca.pikara.ne.jp
　　香南市社会福祉協議会　担当:山中・前田

MAP ⑩

香南市　絵金の語り部となり幕末より続く文化を伝えませんか？

絵金蔵では 2019 年 7 月に開催される須留田八幡宮神祭・絵金祭りにおいて、芝居絵屏風の守番・解説を手伝ってくださる学生ボランティアを募集しています。プレゼン力が養えますよ！

内　容 ● 絵金祭り時、芝居絵屏風展示中、守番・解説をしていただきます。
場　所 ● 絵金蔵・香南市赤岡町本町1・2区　横町2区(香南市赤岡町)
期　間 ● 7月20日(土)、21日(日)　18:00～21:30
締　切 ● 7月9日(火)
条　件 ● 大学生・高専生のみ、夕食あり、最寄駅等への送迎可
　　ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0887-57-7117　FAX 0887-57-7117
　　✉akaoka@ekingura.com
　　絵金蔵　担当:福原

MAP ⑪

いの町　やってみよう！田舎でのボランティア !!

田舎で育った小学生達と宿題や創作・ゲームなどを一緒にしたり、おじいちゃん、おばあちゃんと一緒に過ごすことで、夏休み、いや！青春の 1 ページに「ボランティア」の文字を刻みませんか？

内　容 ● 小学生の宿題や創作お手伝い。高齢者の脳トレや体操などのサポートをします。
場　所 ● 吾北あったかふれあいセンターこころ(吾川郡いの町小川東津賀才53-1)
期　間 ● 子どもの集い:8/8、8/28※時間の詳細はお問合わせください。
　　あったか集い:8/6、8/7、8/8、8/20、8/21、8/22(午前)
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 中学生・高校生・大学生・専門学生、ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-867-2755　FAX 088-850-5336
　　いの町社会福祉協議会
　　吾北あったかふれあいセンターこころ　担当:松丸

MAP ⑫

いの町　今年も集まれ！小学生と高齢者との集いに

来たれ！今年も開催します。子どもの集い。小学生と一緒に宿題・ゲーム・創作活動・福祉体験等をしてみませんか。今年は多世代との交流もあります。

内　容 ● 宿題のヒントを出す。創作活動や福祉体験を楽しんでもらう。多世代で音楽を楽しむ。
場　所 ● あったかふれあいセンター
　　(吾川郡いの町1400すこやかセンター内)
期　間 ● 7/30(火)、31(水)
締　切 ● 7月20日(土)
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は受入れ側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-893-5920　FAX 088-893-5920
　　いの町社会福祉協議会
　　あったかふれあいセンター　担当:近藤

MAP ⑬

いの町　幻のもち米アラキモチを一緒に栽培しませんか！

山間部では、耕作放棄地が増えています。そんな農地を再生して美しい景観を取り戻そうとアラキモチという芳香がして粘りのある珍しいもち米を栽培しています。

内　容 ● アラキモチの栽培、その他の作物の栽培に参加していただき、農村の耕作放棄地拡大の現状を知ってもらいます。
場　所 ● いの町小野(この)地区の農地(吾川郡いの町小野)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)　9:00～12:00
締　切 ● 活動日の3日前
条　件 ● 高校生以上、作業のできる服装、長靴、手袋、飲料水持参
　　ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎090-1003-3419　✉Toyotoyo1500_1123@yahoo.co.jp
　　アラキモチを再生する会　担当:事務局長　伊藤

MAP ⑧

地域交流

黒潮町 自然いっぱいの場所で一緒に笑いませんか？

たくさんの思いやりに触れ合う事が出来る場所です。夏休みに大きく成長できる経験のお手伝いをさせていただきます。きっと新たな発見が見つかるはずです！

内　容 ● 利用者との交流、介護予防体操・外出支援
　　レクリエーションのお手伝い、配膳・掃除
場　所 ● あったかふれあいセンターこぶし（幡多郡黒潮町拳ノ川46-1）
期　間 ● 期間中（7/20～8/31）の9:00～16:00　半日や短時間も可
締　切 ● 活動日の5日前
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0880-55-7350
　　黒潮町社会福祉協議会
　　あったかふれあいセンターこぶし　担当:清藤

MAP⑭

黒潮町 地域貢献に若い力と笑顔を !!

地区内外から来られるお客さまにステキな笑顔で接客をお願いします。おいしい昼食付き !!

内　容 ● モーニングを食べに来られる方に接客したり、お話しをする。
場　所 ● 集落活動センター　であいの里蜷川（幡多郡黒潮町蜷川666）
期　間 ● 期間中（7/20～8/31）の第1・第3日曜日・月曜日　8:00～12:00
締　切 ● 活動日の5日前
条　件 ● 高校生以上、昼食あり、動きやすい服装、エプロン、三角巾
　　ボランティア保険は受入側で加入
申　込 ● ☎0880-44-2010
　　集落活動センター　であいの里蜷川（みながわ）　担当:金子

MAP⑮

黒潮町 気持ちもおなかもいっぱいな 1 日を !!

地域の小学生やお年寄りと一緒に流しそうめんを楽しみませんか♪ゲームもあるよ！

内　容 ● 一緒に流しそうめんを楽しむ、調理、準備のお手伝いなど
場　所 ● 集落活動センターかきせ（幡多郡黒潮町馬荷3259）
期　間 ● 8月26日（月）8:30～15:00
締　切 ● 8月23日（金）
条　件 ● 中学生以上、昼食あり、三角巾、エプロン持参
　　ボランティア保険は各自で加入
申　込 ● FAX 0880-43-3306　✉ kakisegawa@iwk.ne.jp
　　集落活動センターかきせ　担当:坂本

MAP⑯

黒潮町 みんなでボッチャをやってみよう♪

赤・青・白の手のひらサイズのボールを使って遊ぶ『ボッチャ』を、地域の方々と一緒に楽しみませんか♪初めての方も安心してください！

内　容 ● 準備・競技補助・一緒に練習に参加する
場　所 ● 黒潮町総合センター大ホール（幡多郡黒潮町佐賀1080番地1）
期　間 ● 8月1日（木）13:00～16:00
締　切 ● 7月31日（水）
条　件 ● 中学生以上、動きやすい服装
　　ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0880-43-2835　✉ k.syakyoo@iwk.ne.jp
　　黒潮町社会福祉協議会　　担当:吉尾

MAP⑰

黒潮町 皆で一緒に夏休み !!

小学生と一緒に、子ども食堂のボランティアや夏休みの工作ワークショップの補助のボランティアをしませんか？

内　容 ● 子ども食堂の手伝い、工作の準備・手伝い
場　所 ● 黒潮町保健福祉センター（幡多郡黒潮町入野2017-1）
期　間 ● 8月4日（日）8:30～16:00
締　切 ● 7月28日（日）
条　件 ● 中学生以上、昼食あり、エプロン・三角巾・タオル持参
　　ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎090-3785-1446
　　✉ Korokorokokoro82@gmail.com
　　ケアラーズカフェsmile　担当:岩本

MAP⑱

黒潮町 地域の方と一緒に楽しい時間を過ごしませんか♪

人は互いに助けあい、声をかけあって安心を得られます。若い皆さんの力をぜひおかりして、地域の方々に笑顔と元気をおすそわけしたいと思います。

内　容 ● ないろカフェのお手伝い、フロアのお掃除
場　所 ● あったかふれあいセンターにしきの広場（幡多郡黒潮町入野5191-22）
期　間 ● 第1・第3土曜日　8:00～13:00
締　切 ● 活動日の3日前
条　件 ● 中学生以上、昼食あり、エプロン・三角巾持参、最寄駅等への送迎可
　　ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0880-43-3630
　　あったかふれあいセンターにしきの広場　担当:松本

MAP⑲

高知市 一緒に楽しく体操・レクリエーション

平均年齢 90 歳の入居者さんたちと身体と口の体操やレクリエーションを一緒にしましょう！お互い愉しいこと間違いなしです。

内　容 ● 施設内で入居者さん10～20人と一緒に体操･レクリエーション
場　所 ● 介護付有料老人ホームはるか(高知市大津乙2705-1(高知高須病院6F))
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の平日　10:00～11:30
締　切 ● 活動日前週の金曜日
条　件 ● 中学生以上､ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-878-3316　FAX 088-878-3317　masamiyama@takasuhp.or.jp
介護付有料老人ホーム　はるか　担当:岡林

MAP ⑳

高知市 ふくしの道の第一歩、気持ちにふれる仕事です！

デイサービスで高齢者の皆さんと、一緒の時間を過ごしてみませんか？参加は友達同士でも、お一人でも大丈夫です。あなたの笑顔が喜んでもらえる場所です。

内　容 ● 高齢者と一緒に話す､歩く､脳トレ(計算･ぬり絵)､創作活動(折り紙など)
場　所 ● グランボヌール(デイサービス)(高知市布師田字宮ノ辺1362)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の水･木　13:00～16:30　短時間可
締　切 ● 活動日の2日前
条　件 ● 高校生･大学生･専門学校生のみ､動きやすい服装
体育館シューズ､タオル､飲み物持参
ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-845-5400　FAX 088-845-5551
通所介護事業所　グランボヌール　担当:藤田

MAP ㉑

高知市 新しくなった“とさのさと”探検隊募集中！

北御座にリニューアルオープンした農協特産センターとさのさと。皆さんはもう行きましたか？　美味しいものを発見するという重大任務を果たす為に協力してくれる隊員を募集しています。

内　容 ● 施設入居者ととさのさとに出かけ､買い物の同行
場　所 ● グループホームいろは丸(高知市一宮西町一丁目5-17)⇒施設の車で高知市北御座へ
⇒施設に戻り昼食とおやつ
期　間 ● ①7月29日(月)　②8月19日(月)　　各10:00～15:00
締　切 ● ①7月19日(金)　②8月9日(金)
条　件 ● 高校生以上､昼食･おやつあり､動きやすい服装､暑さ対策
ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-846-1515
老人保健施設　あうん高知　担当:小松

MAP ㉒

高知市 夏だ！祭りだ！いろはに集合

デイサービスで納涼祭を行います。準備から片付けまで、一緒に楽しんでくれる方を募集します。

内　容 ● 夏祭りの準備､一緒に楽しむ､片付け
場　所 ● デイサービスいろは(高知市一宮西町一丁目5-17)
期　間 ● ①8月21日(水)　　②8月22日(木)　いずれも 13:00～16:00
締　切 ● 8月13日(火)
条　件 ● 高校生以上､おやつあり､派手でない動きやすい服装､ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-846-1515
老人保健施設　あうん高知　担当:小松

MAP ㉒

高知市 高齢者と共に笑顔になれる活動です

高齢者様へ若さのエネルギーを提供し、高齢者様からは豊富な経験談を吸収してください。

内　容 ● カフェタイムなどで会話をし､飲みものなどを提供する
場　所 ● アルコデイトレセンター愛宕山(高知市前里335-15)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の月～金　9:00～16:00　短時間可
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 高校生以上､動きやすい服装､ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-856-5338　FAX 088-856-5336
アルコデイトレセンター愛宕山　担当:岡本

MAP ㉓

高知市 笑顔の輪を広げてみませんか

いつも賑やかな雰囲気のゆづきです。毎日さまざまなレクリエーションや趣味活動を行っています。ぜひ一緒にその一員になってみませんか？

内　容 ● 高齢者の方々(優しい人ばかり)とのお話し､ゲームや
創作活動への参加､ドライヤーで髪を乾かすなど
場　所 ● デイサービスセンターゆづき(高知市円行寺52-10)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の平日　9:30～12:00
※1時間だけでも可
締　切 ● 活動日の3日前
条　件 ● 中学生以上､動きやすい服装
ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-823-3030
社会福祉法人　山寿会　担当:宮内

MAP ㉔

高知市 若い皆さん募集中 !!

ボランティアって難しそうで大変と思っていませんか。自分にできることを自分のできる時に。若い皆さんを待っています。

内　容 ● 高齢者の方々(優しい人ばかり)とのお話し、ゲームや
　　創作活動への参加、ドライヤーで髪を乾かすなど
場　所 ● デイサービス一ツ橋(高知市一ツ橋1-38)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の平日　10:00～16:00
　　※1時間だけでも可
締　切 ● 活動日の3日前
条　件 ● 中学生以上、動きやすい服装
　　ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-803-7720
　　社会福祉法人　山寿会　担当:横山

MAP㉕

高知市 若い皆さんを待っています !!

高齢者の方々に我が家のようにくつろいで笑顔あふれる時間を過ごしていただけることをこころがけています。ぜひその一員になってみませんか？

内　容 ● 高齢者の方々(優しい人ばかり)とのお話し、ゲームや
　　創作活動への参加、ドライヤーで髪を乾かすなど
場　所 ● デイサービスかねだ(高知市南金田15-12)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の平日　10:00～16:00　1時間だけでも可
締　切 ● 活動日の3日前
条　件 ● 中学生以上、動きやすい服装
　　ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-855-3228
　　社会福祉法人　山寿会　担当:山中

MAP㉖

高知市 「なごみかふぇ・つどい」オープンします

高齢者分野の仕事に興味のある学生さんから、自分の時間を人のために活かしたい方まで、自分に合った無理のない範囲でボランティアをしてみませんか

内　容 ● 喫茶コーナー「なごみかふぇ・つどい」のお手伝い、お皿洗い、高齢者の方々とのお話し
場　所 ● ケアハウス集家(つどいのいえ)(高知市円行寺52-13)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の随時
　　10:00～11:30又は14:00～16:00の都合いい時間
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 中学生以上、動きやすい服装
　　ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-820-7412
　　社会福祉法人　山寿会　担当:中山

MAP㉗

高知市 発表の場を探している方へ

クラブ活動など日頃の成果を発表しませんか（ステージ、ピアノあり）大勢の前は苦手という方は、少人数の高齢者の前での発表もあり。お気軽にご相談ください。

内　容 ● 施設、デイサービス利用中の皆さまへレクリエーション提供
場　所 ● 社会福祉法人　山寿会(高知市円行寺52-10)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の平日
　　14:00～15:00を目途にお願いします。
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 中学生以上
　　ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-823-3030
　　社会福祉法人　山寿会　担当:宮内

MAP㉔

高知市 お年寄りと交流がもてる活動です

お年寄りのお世話をすることによって、大切な何かを感じることができるかもしれません。この体験が将来、目指したいお仕事になればと思います。

内　容 ● 利用者様とのコミュニケーション、集団レクのお手伝い等
場　所 ● デイサービスいこいの森(高知市旭町2丁目38-5)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の月～土　9:30～16:00　短時間可
締　切 ● 活動日の2日前
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-872-6655
　　(株)スノーフォレスト　デイサービスいこいの森　担当:植松

MAP㉘

高知市 " 新しい自分 " を再発見 !!

普段は関わることの少ない高齢者と一緒に楽しい時間を過ごしてみませんか？スタッフが主導するので安心です。気軽に来てみて下さい。新しい自分を再発見できると思います。

内　容 ● 高齢者の方達(優しい人達ばかり)との会話を通じてのコミュニケーション
　　一緒に脳トレや花の世話、体操など
場　所 ● デイサービス「こころ」(高知市南元町3-4)
期　間 ● 7月22日(月)～8月31日(土)の月～土
　　10:00～11:30または14:00～15:00
締　切 ● 活動日の3日前
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-802-2700
　　デイサービスこころ　担当:尾﨑

MAP㉙

高知市 共に生きることの大切さを一緒に学びませんか？

子どもから大人、高齢者、障害者が共に生きる事の大切さを肌で感じてみませんか？

内　容 ● 高齢者と唄ったり、運動をしたり、ゲームや創作活動をしたりして楽しいひと時を過ごす
場　所 ● デイサービス土佐(高知市城山町23-1)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)月～土　9:30～16:00
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 中学生・高校生・専門学生・大学生、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-803-5788
デイサービス土佐　担当:髙市

MAP㉚

高知市 高知市発祥で全国でも行われている百歳体操を体験してみない？

いきいき百歳体操って知っていますか？取りあえずのぞいてみて！高齢者の笑顔とパワーを感じながら一緒に体操をしたり、会話を楽しんでください。

内　容 ● 会場設営や体操のサポート、体操後の会場整理やマイレージノートの押印等
場　所 ● 高知市西部健康福祉センター3F大ホール(高知市鴨部860-1)
期　間 ● 毎週金曜日13:00～15:00
締　切 ● 活動日の午前中(電話のみ)
FAXでの申込は前日までに。
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎080-3929-4324　FAX 088-843-4324
いきいき百歳西部教室　担当:松本

MAP㉛

高知市 認知症高齢者と笑顔になれる活動です

認知症高齢者とふれあい、会話を通して認知症やグループホームについて学んでみませんか？

内　容 ● 高齢者の方々とおしゃべりや洗濯や料理のお手伝い。体操やレクリエーションを一緒にしたり、そのお手伝いをお願いします。
場　所 ● グループホームあさくら(高知市朝倉丙533-1)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の毎日　9:00～16:00　応相談
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 高校生のみ、動きやすい服装(昼食、タオル、飲み物、室内シューズ持参)、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-856-8030
医療法人みずほ会　グループホームあさくら　担当:片岡、中村、山脇

MAP㉜

高知市 暑い夏、体はひんやり、心はホットになりましょう。

冷たいデザートを利用者様と用意して、お話しながら食べましょう。介護の仕事に対する理解が深まります。

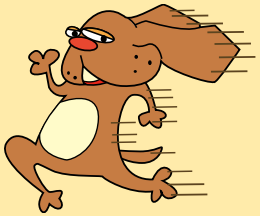
内　容 ● 冷たいデザートを一緒に食べながら利用者様と交流、スイカ割り又は、かき氷作りを行います。
場　所 ● 花かいろう(高知市長浜4450-8)
期　間 ● 8月第2、第4日曜日　14:00～15:00
締　切 ● 8月2日(金)
条　件 ● 中学生・高校生・大学生、おやつあり、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-842-2138　FAX 088-842-2151
地域密着型特定施設　花かいろう　担当:近藤、鍋島

MAP㉝

高知市 高齢者の皆さんを元気にする活動です

施設は、周りを田畑に囲まれ、駐車場も広く陽当りよく明るい環境です。そして、利用者様からたくさんの笑顔をいただける職場です。

内　容 ● レクリエーション活動、散歩、体操、創作活動、生け花など
場　所 ● 老人保健施設　優(高知市長浜小日出1681-1)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の毎週水曜日　13:00～15:00
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-842-7770　(日曜日以外の9:00～17:00)
老人保健施設　優　担当:藤田



MAP㉞

高知市 ふくしのせかいであなたを待っています

ふくしに興味・関心のある方、その一歩を踏み出してみませんか。あなたの笑顔を届けにきてください。

内　容 ● 高齢者の生活のお手伝い(散歩、整容など)ゲームや体操を一緒に行います。
場　所 ● 1)特別養護老人ホームはるの若菜荘 2)老人デイサービスセンターもろぎ(高知市春野町東諸木3058-1)、3)小規模多機能居宅介護事業所ほのか(高知市春野町南ヶ丘1-8-2)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の月～土　9:00～17:00　短時間可
締　切 ● 活動日の5日前
条　件 ● 中学生以上、昼食あり、動きやすい服装、飲み物、室内シューズ持参、送迎は応相談、ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-842-7555　FAX 088-842-7625
特別養護老人ホームはるの若菜荘　担当:水田、川竹

MAP㉟,㊱

南国市　高知在住の芸能人大集合！（素人も可）

クラブ活動やお稽古の発表の場所を探している方を大募集しています！100 名以上の大勢の皆様の前で日頃の練習の成果を発表してみませんか？

内　容 ● デイサービス利用中の利用者様へレクリエーションの提供をお願いします。
場　所 ● デイサービスセンター野いちご南国（南国市篠原1954-1）
期　間 ● 期間中（7/20～8/31）の可能な日　14:00～15:00
締　切 ● なし
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● FAX 088-863-1181　✉ takagi@noichigo-odani.com
デイサービスセンター野いちご南国　担当:高木

MAP 37

香美市　みなさんができる事はたくさんあります。是非いろいろとお手伝い下さい。

みなさんができる事、していただきたい事がたくさんあります。人生の先輩である高齢者と様々な活動を通して接することで、これからの人生にきっと役に立つ体験をしてみませんか？

内　容 ● ご利用者とのコミュニケーション、レクリエーション補助、施設内の清掃など
場　所 ● 特別養護老人ホーム　ウエルプラザやまだ荘（香美市土佐山田町秦山町3-4-20）
期　間 ● 期間中（7/20～8/31）いつでも　8:30～17:30　短時間可
締　切 ● 活動日の2日前
条　件 ● 中学生以上、送迎は応相談、ボランティア保険は受入れ側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎ 0887-52-3223　FAX 0887-52-3220　✉ yamada@welplaza.or.jp
特別養護老人ホームウエルプラザやまだ荘　担当:小笠原

MAP 38

香南市　ワハハ！と笑って達者になろう

介護予防事業「お達者教室」。人生の先輩であるみなさんから生きる知恵やパワーをもらえることまちがいなし。いっしょに楽しい時間を過ごしましょう！

内　容 ● お話し相手、食事の準備・片付けなど
場　所 ● ①みかんの里②のいちふれいあセンター③夜須福祉センター④吉川防災コミュニティセンター
（①香我美町下分2645-1②野市町西野534-1③夜須町坪井16-1④吉川町吉原287-1）
期　間 ● ①、②月～金9:00～15:30
③　月・火・水・金9:00～15:30④金9:00～15:30
締　切 ● 活動日の5日前
条　件 ● 中学生以上、半日でもOK、保険は受入側が加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎ 0887-57-7300
✉ vc-genki@mxi.netwave.or.jp
香南市社会福祉協議会　担当:永野

MAP ⑩, ㊴～㊶

安芸市　子どもから高齢者まで元気に楽しく過ごせる居場所づくり

ボランティアの方々ひとりひとり、それぞれができることを無理なくお手伝いいただけたらと思います。よろしくお願いいたします。

内　容 ● 午前:百歳体操、ミニ講座
午後:カラオケ、ものづくり、ボッチャ交流、卓球バレーなど
場　所 ● 安芸市あったかふれあいセンター 西田順天堂東部店内（安芸市庄之芝町3-3鯨ビル2F）
期　間 ● 期間中（7/20～8/31）の月～金　9:00～15:00　短時間可
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 中学生以上、保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎ 0887-34-8991
安芸市あったかふれあいセンター　担当:秋本

MAP ㊷

いの町　自然豊かな本川で、ボランティア体験しませんか！

介護のお仕事を体験しませんか。将来福祉関係の職場への就職をお考えでしたら、介護施設のお仕事を経験されてはどうでしょうか。利用者の皆さんと楽しい時間を過ごしましょう。

内　容 ● 利用者の食事や入浴、衣類の着脱や移動の介助及びレクリエーションの実施など。
場　所 ● デイサービスセンター「朝霧荘」（吾川郡いの町長沢254-20）
期　間 ● 期間中（7/20～8/31）の8:15～16:30（応相談）
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 高校生以上、昼食は各自持参か、1食500円で準備できます。（要予約）
介護職員初任者研修（旧ホームヘルパー2級）修了者※応相談
ボランティア保険は各自で加入
申　込 ● ☎ 088-869-2071　FAX 088-869-2038
生活支援ハウス「朝霧荘」　担当:宗我部

MAP ㊸

中土佐町　認知症カフェ「ひだまり」で一緒にお話しませんか？

「ひだまり」では、“楽しく学び、気軽に話せる場”を目指しています。笑顔あふれるカフェになるようにお手伝いください。

内　容 ● 会場の設置、グループワークのサポート
場　所 ● あったかふれあいセンターほのぼの大野見
（高岡郡中土佐町久礼大野見吉野234　大野見保険センター内）
期　間 ● 8月7日（水）9:30～12:00
締　切 ● 8月2日（金）
条　件 ● 高校生以上、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎ 0889-57-2217　FAX 0889-57-2190
中土佐町社会福祉協議会
あったかふれあいセンターほのぼの大野見　担当:青井

MAP ㊹

中土佐町　優しく楽しいメンバーがあなたをお待ちしています！

介護の経験がなくても構いません。デイサービスでのボランティアに興味・関心のある方、ぜひお気軽にお越しください。

内　容 ● レクリエーション等の補助業務やデイサービスに来られている方と会話をする
場　所 ● 中土佐町デイサービスセンターのじぎく荘(高岡郡中土佐町久礼6551-1)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の月～土　9:00～16:00
締　切 ● 活動日の前日
条　件 ● 中学生以上、動きやすい服装、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0889-52-3496
中土佐町社会福祉協議会　中土佐町通所介護事業所のじぎく荘　担当:柳野

MAP㊺

四万十市　ふくしの道の第一歩、気持ちにふれる仕事です！

デイサービスで高齢者の皆さんと、一緒の時間を過ごしてみませんか？参加は友達同士でも、お一人でも大丈夫です。あなたの笑顔が喜んでもらえる場所です。

内　容 ● 高齢者と一緒に話す、歩く、脳トレ(計算・ぬり絵)、創作活動(折り紙など)
場　所 ● 四万十の郷(デイサービス)(四万十市安並字東丸5803)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の毎週水・木　10:00～17:00　短時間可
締　切 ● 活動日の2日前
条　件 ● 中学生・高校生・大学生・専門学生のみ、
昼食あり、動きやすい服装、体育館シューズ
タオル、飲み物持参、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0880-34-1888　FAX 0880-34-1888
通所介護事業所　四万十の郷　担当:吉川

MAP㊻

黒潮町　地域の方と一緒に楽しい時間を過ごしませんか♪

人は互いに助けあい、声をかけあって安心を得られます。若い皆さんの力をぜひおかりして、地域の方々に笑顔と元気をおすそわけしたいと思います。

内　容 ● にしきの広場に集う方達との交流、介護予防・認知症予防の取組みのお手伝い
場　所 ● あったかふれあいセンターにしきの広場(幡多郡黒潮町入野5191-22)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の平日月・火・木・金　9:00～16:00
締　切 ● 活動日の3日前
条　件 ● 中学生以上、昼食あり、最寄駅への送迎可、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0880-43-3630
あったかふれあいセンターにしきの広場　担当:松本

MAP⑲

宿毛市　３千発の花火と共に楽しい夏の思い出を作りませんか

毎年恒例のやいとがわ納涼祭、屋台も多数あり大変盛り上がります。おいしいソフトクリームも食べられるので、気軽に参加してくださいね。

内　容 ● 出店のお手伝い(ビール屋さん、金魚すくい)、車いすを押してお年寄りを会場まで案内する等
場　所 ● 特別養護老人ホーム豊寿園(宿毛市平田町戸内1813-1)
期　間 ● 7月20日(土)17:00～20:45
締　切 ● 7月10日(水)
条　件 ● 中学生以上、軽食あり、動きやすい服装
ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可(高校生以上)
申　込 ● ☎0880-66-1188　特別養護老人ホーム豊寿園　担当:江﨑・家本

MAP㊼

高知市　子どもたちと一緒に笑顔になれる活動です

新しい自分を発見できたり、夢のある、楽しくてやりがいのある活動です。子どもが楽しく過ごせるためにお手伝いください。きっと素敵な体験ができますよ。

内　容 ● 保育士の補助(子どもと遊ぶ、食事のお世話、絵本の読み聞かせ等)
場　所 ● 東秦泉寺保育園(高知市薊野北町1-2-1)
期　間 ● 期間中(7/22～8/30)の随時
締　切 ● 活動日の2日前
条　件 ● 高校生以上、昼食あり、持ち物:主食、コップ、お箸、水筒、
帽子、着替え、タオル、水着、ビーチサンダル、上履き
ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-823-2552　社会福祉法人幸の会　東秦泉寺保育園　担当:佐藤

MAP㊽

高知市　「とさっ子タウン 2019」で学生ボランティア大募集！

子ども支援や地域づくりに興味のある方にピッタリです。学生から大人まで、協力しながら活動しています。初めてのボランティアとしてぜひ♪

内　容 ● ①お仕事ブースなどで子どもたちの補助やアドバイスを行う
②とさっ子タウン会場の設営・準備等
場　所 ● 高知市文化プラザかるぽーと(高知市九反田2-1)
期　間 ● 【準備日】8月15日(木)、16日(金)【本　番】8月17日(土)、18日(日)
※いずれも9:15～19:00(予定)※休憩含む
締　切 ● 7月26日(金)
条　件 ● 高校生・大学生のみ、保険は受入側で加入
条件1.下記、事前ボランティア説明会のいずれかに参加できる方(30分程度)
①8月3日(土)13:00～　②8月3日(土)17:00～　③8月8日(木)13:00～　④8月8日(木)17:00～
場所:高知市市民活動サポートセンター(鷹匠町2-1-43たかじょう庁舎2階)
条件2.活動日全日程(8月15日～18日)に参加出来る方
申　込 ● ※HPにある申込フォーム又は、申込用紙に記載の上、メール・FAXからお申込みください。
☎088-820-1540　FAX 088-820-1665　info@shiminkaigi.org
https://tosacco-town.com/volunteer/
高知市市民活動サポートセンター　担当:尾崎

MAP㊾

高知市 バス図書館の大そうじ

子どもたちに人気のバス図書館を年に一度の大そうじ。車内も絵本もキレイにしてくれるボランティア大募集。

内　容 ● 1日目:車内清掃、絵本の拭き上げ
　　2日目:冊数の確認と戻入作業
場　所 ● 高知県立交通安全こどもセンター(高知市比島町4-8)
期　間 ● 7月26日(金)、7月27日(土)　10:00～12:00
締　切 ● 7月19日(金)
条　件 ● 高校生以上、ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● FAX 088-822-0777　kotsukoen@shirt.ocn.ne.jp
　　県立交通安全こどもセンター(NPO法人たびびと)　担当:山﨑

MAP 50

高知市 おいしい☆たのしい☆なかよし☆こども食堂 !!

調理が得意な人歓迎！そうでない人も大歓迎！何かとすることがあり。大丈夫な時間だけの参加も OK。

内　容 ● 調理・配膳・皿洗いなどの台所仕事、受付、雑用、宿題の指導、
　　一緒に遊ぶ、一緒にごはんを食べる
場　所 ● SDA高知キリスト教会食堂(高知市百石町1-16-23)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の毎週日曜日　9:00～15:00
締　切 ● 活動日の2日前
条　件 ● 中学生以上、昼食あり、三角巾・エプロンを持参
　　ボランティア保険は受入側で加入、募集は10人程度
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可(毎月第1日曜日)
申　込 ● Kanzakikumiko0193@gmail.com
　　うしおえこども食堂　担当:神﨑

MAP 51

高知市 若いあなたの力を貸してください！

地域の子どもたちと大人の交流の場としての子ども食堂です。子ども食堂に来た子どもたちが楽しく過ごせるようお手伝いください。

内　容 ● 夏休みの宿題をみてあげる、一緒に遊ぶ、机やイスの設置、片づけ、食事運び
場　所 ● 子ども食堂わいわいカフェ南地(高知市長浜4966-1　ココスポーツ内<南地バス停前>)
期　間 ● 8月3日(土)10:00～14:00
締　切 ● 7月25日(木)
条　件 ● 高校生以上、昼食あり、エプロン、三角巾持参、ボランティア保険は各自で加入
　　募集人数5人
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可(毎月第1土曜日)
申　込 ● FAX 088-841-5468　midoriyoneda.0425@docomo.ne.jp
　　子ども食堂わいわいカフェ南地　担当:米田

MAP 52

南国市 あなたもステキな保育士さんに！～笑顔になれるお仕事です～

子どもたちとのふれあいの中で、自分自身が一回り成長できる活動がたくさんあります。子どもたちが毎日過ごす生活と遊びの環境作りをお手伝い下さい。

内　容 ● 保育士助手(子どもたちとのあそび、食事、排泄のお世話)、
　　園周辺の清掃、環境整備、手作りおもちゃ作り等
場　所 ● 吾岡保育園(南国市大埇乙3553-1)
期　間 ● 7/22(月)～8/31(土)の平日　9:00～17:00
　　(短時間、半日でも可)
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 高校生以上、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-863-1001
　　吾岡保育園　担当:岡本

MAP 53

香南市 「こども食堂コトコト」でコトコトボランティア

みんなで食事を楽しみ、自由に過ごせる空間「こども食堂コトコト」。こども同士の集いの場、こどもを通じた家族の交流の場を一緒につくりませんか。

内　容 ● 調理、配膳、片付け、話し相手
場　所 ● 東町東中筋まちづくり交流館山崎屋(香南市野市町西野570)
期　間 ● 毎月第1日曜日　9:00～15:00　短時間でもOK
締　切 ● 活動日の5日前
条　件 ● 高校生以上、昼食あり、保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0887-57-7300　vc-genki@mxi.netwave.or.jp
　　香南市社会福祉協議会　担当:永野

MAP 54

香南市 子どもたちといっしょに絵本にふれてみませんか！

図書館クラブにはたくさんの絵本、紙しばい、大型絵本があります。思い出の絵本、懐かしい絵本を探して読み聞かせしてみませんか。

内　容 ● 絵本や紙しばいの読み聞かせ、折り紙など
場　所 ● 香南市立野市図書館(香南市野市町西野594)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の土曜日　10:00～11:30
締　切 ● 7月分:7/16(火)　8月分:7/30(火)
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎070-5680-6864
　　のいち子ども図書館クラブ　担当:高塚

MAP 55

いの町　子どもが好きな方「この指とまれ♪」

ぐりぐらひろばに来所する親子と一緒に、夏の遊びや生活を楽しみながら、子どもたちの未知なるパワーを肌で感じてみませんか？

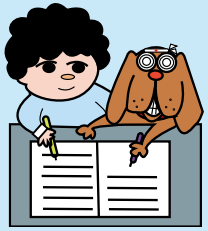
内　容 ● 子ども(乳幼児～小学生)とのふれあいや、遊び相手、親子のサポート
場　所 ● いの町地域子育て支援センターぐりぐらひろば
　　いの町総合健康センター内(吾川郡いの町1510-1)
期　間 ● 7/22～8/30の9:00～16:00 ※土日祝除く、短時間可
締　切 ● 活動日の2日前17:00まで
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-892-3151
　　いの町地域子育て支援センターぐりぐらひろば　担当:岩﨑・武田

MAP 56

須崎市　小学生としゅわしゅわ体験 !!

「子ども好き」なあなたにぴったりなイベントです。バスボム作りを通して、子どもたちとワイワイ楽しく接して頂けると嬉しいです！

内　容 ● 講師の説明に沿って子どもたちがバスボムを作るサポート。
　　自由研究目的の小学生へのアドバイス
場　所 ● ①まちなかサロン8店会(須崎市西糺町4-18)
　　②まちなかサロン山手町(須崎市山手町4)
期　間 ● ①8月14日(水)12:30～15:30
　　②8月5日(月)12:30～15:30
締　切 ● 7月31日(水)
条　件 ● 高校生・大学生のみ、ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0889-42-0736
　　須崎市社会福祉協議会　担当:山中



MAP 57, 58

黒潮町　地域の方と一緒に楽しい時間を過ごしませんか♪

人は互いに助けあい、声をかけあって安心を得られます。若い皆さんの力をぜひおかりして、地域の方々に笑顔と元気をおすそわけしたいと思います。

内　容 ● 子ども食堂「ききょう」の調理のお手伝い・フロアのお手伝い
場　所 ● あったかふれあいセンターにしきの広場(幡多郡黒潮町入野5191-22)
期　間 ● 8月21日(第3水曜日)　15:00～19:00の可能な時間
締　切 ● 8月17日(土)
条　件 ● 中学生以上、夕食あり、エプロン・三角巾持参、最寄駅等への送迎可
　　ボランティア保険は各自で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0880-43-3630
　　あったかふれあいセンターにしきの広場　担当:松本

MAP 19

大月町　来たらえいよ、大月の子ども食堂

民生委員さんがやさしく何でも教えてくれるので安心して参加してください。地域でのボランティア活動がきっと好きになる！

内　容 ● 調理実習の補助、準備や洗い物、子どもたちとの昼食、お話し等
場　所 ● 「こども民ちゃん食堂」ほっとセンター(幡多郡大月町弘見1058)
期　間 ● 8月23日(金)9:00～15:00
締　切 ● 8月16日(金)
条　件 ● 高校生以上、昼食あり、ボランティア保険は各自で加入
　　持ち物:エプロン、三角巾、室内シューズ
申　込 ● ☎0880-73-1119
　　大月町社会福祉協議会　担当:松岡

MAP 59

高知市　あなたの時間を少しください

一緒に過ごすことで障がい者の困っている事、したい事を知る機会となります。参加する事で自然と手助けの仕方が分かると思います。

内　容 ● 訓練をしている人の簡単なサポート、食事の配膳、後片付け、掃除、障がい者の話し相手や介助
場　所 ● 高知県立高知若草支援学校(高知市春野町弘岡下2980-1)
期　間 ● 8月16日(金)～8月20日(火)9:00～17:00、
　　8月21日(水)9:00～15:00※宿泊あり、短時間可
締　切 ● 8月10日(土)
条　件 ● 高校生以上、昼食あり、送迎は応相談、
　　ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎090-5910-8007　FAX 088-855-0946
　　高知県フェニックス親の会　担当:野中

MAP 60

高知市　昭光園の夏まつり「今年は盆おどり大会」だ！

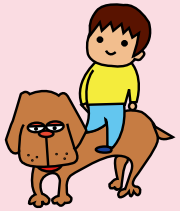
昭光園での「盆おどり」で今年の夏を一緒に楽しみましょう

内　容 ● 夏まつりの準備(会場設営)、おどりへの参加、販売補助、片付け等
場　所 ● 昭光園(高知市北本町4-2-49)
期　間 ● 8月3日(土)　1)11:00～14:00　2)14:00～17:00　3)15:00～20:00※組合わせてもOK
締　切 ● 7月24日(水)
条　件 ● 高校生以上、軽食あり、保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-884-6128
　　昭光園　担当:池知

MAP 61

高知市　障がいのある子ども達とこの夏一緒に楽しみませんか？

福祉に関して興味のある方、将来福祉の仕事に就きたいとお考えの方、きっとここでの経験は将来を考えるキッカケ作りになるはずです。お待ちしています！



内　容 ● 子ども達と一緒に遊ぶ(プール、体育館、公園など)
介助や支援が必要な方は、食事介助、トイレ介助を行う
場　所 ● 1)すずめ共同作業所(高知市丸池町1-1-15)
2)喫茶すずめ(高知市丸池町1-1-14)
期　間 ● 7/29(月)～8/2(金)、8/5(月)～8/9(金)
8/19(月)～8/23(金)の9:30～15:30　※半日でも可
締　切 ● 7/12(金)17:00まで
条　件 ● 大学生・専門学校生以上、昼食あり、ボランティア保険は受入側で加入
申　込 ● ☎088-883-6011
すずめ共同作業所　すずめ日中活動支援センター　担当:川田、斎藤

MAP 62, 63

南国市　きぼうの家でみなさんにお会いできることを楽しみにしています!!

少しでも希望の家に興味がある方お待ちしています。笑顔あふれる希望の家で素敵な出会いがきっとあるはずです。見学だけでも OK!

内　容 ● 介護手伝い(車椅子散歩、ドライヤーかけ)、日中活動の手伝い(レクリエーション、創作活動など)、話し相手や本の読み聞かせ、施設内の環境整備など
場　所 ● 土佐希望の家病棟および通園事業所内(南国市小籠107)
期　間 ● 7月20日～8月下旬の希望日時
締　切 ● 活動日の3日前※申込はなるべく平日にお願いします。
条　件 ● 高校生以上、昼食あり(1日の場合)、ボランティア保険は各自で加入※応相談
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎088-863-2131　FAX 088-863-2133　✉ ishikawa@tosakibou.jp
土佐希望の家　医療福祉センター　担当:石川・中屋

MAP 64

香美市　知的障害のある方と、楽しく買い物に行きませんか

知的障害のある利用者さんたちが楽しく、買い物に出掛ける活動をお手伝いください。利用者さんの笑顔があふれる活動に参加してみませんか。

内　容 ● 土佐山田町内に出掛け、商品選びのお手伝い、話し相手。
場　所 ● 障害者支援施設白ゆり及び土佐山田町商店街など
(香美市土佐山田町山田1192-1)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)の10:00～16:00　短時間可
締　切 ● 活動日の3日前
条　件 ● 高校生以上、昼食あり、ハッピ等貸出あり
ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0887-52-4131　FAX 0887-52-1167　✉ sirayuri@cronos.ocn.ne.jp
障害者支援施設　白ゆり　担当:楠瀬

MAP 65

中土佐町　子どもたちとわいわい楽しくすごそう！

障がいのある子どもたちが楽しくすごすための活動をお手伝いください。

内　容 ● 障がいのある子どもと一緒にあそぶ、学習の見守り。
場　所 ● 中土佐町久礼小学校　地域の部屋※変更の可能性あり
(高岡郡中土佐町久礼7758-1)
期　間 ● 7/23～8/31の火・水・金　8:30～15:30　短時間可
締　切 ● 活動日の3日前
条　件 ● 中学生以上、ボランティア保険は受入側で加入
申　込 ● ☎0889-52-2880　FAX 0889-52-2880
中土佐町社会福祉協議会　中土佐町地域活動支援センターつどい処　担当:坂上

MAP 66

黒潮町　三浦（地区）の夏祭りを一緒に盛り上げませんか？

子供からお年寄り、障がいを持つ人持たない人、地域に暮らす全ての人が集う夏祭です。あなたの協力で人と人が繋がるふれあいの場が広がります。

内　容 ● 模擬店(準備販売)、障がい者の引率
※昼間準備10:00～17:00※夜間納涼祭18:00～21:00
場　所 ● 三浦小学校グランド※雨天体育館(幡多郡黒潮町出口2480)
期　間 ● 7月21日(日)10:00～21:00　短時間可
締　切 ● 7月10日(水)
条　件 ● 高校生・大学生・専門学生のみ、昼食あり、
動きやすい服装、タオル持参
送迎は応相談、ボランティア保険は受入れ側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0880-43-3666　FAX 0880-43-3886
✉ ogataseikaen@able.ocn.ne.jp
障害者支援施設大方生華園　担当:桐田

MAP 67

黒潮町　障害者と一緒に夏まつりを楽しみましょう。

障害のある方と楽しくお祭りを過ごしましょう。若い力をぜひお貸しください！盛り上げてください♪

内　容 ● 障害者と一緒に演奏を聴いたり、買い物の手伝いをしたり、盆おどりを盛りあげてもらいます。
場　所 ● 障害者支援施設　大方誠心園(黒潮町加持33)
期　間 ● 8月5日(月)10:00～16:00　短時間可
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 高校生・大学生・専門学校生のみ、動きやすい服装、最寄駅等への送迎可
ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0880-43-2139　FAX 0880-43-2186　✉ seisinen@citrus.ocn.ne.jp
障害者支援施設　大方誠心園　担当:金子

MAP 68

四万十市 精神病や認知症の患者の気持ちに寄り添ってみませんか

人生 100 歳時代に向け、大きく変化する社会環境で精神障害や認知症に罹った皆様と過ごし、その立場の理解とケア経験を次の職業選択に活かしてみませんか

内　容 ● 患者様との会話、身の回りの整理整頓、昼食時や散歩の介助等
場　所 ● 渡川病院(四万十市具同2278-1)
期　間 ● 期間中(7/20～8/31)月～金の可能な日
締　切 ● 活動日の7日前
条　件 ● 昼食あり、ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可
申　込 ● ☎0880-37-2220 FAX 0880-37-2218 ✉ wh2218@vega.ocn.ne.jp
医療法人一条会　渡川病院　担当:髙木

MAP ㊾

高知市 はさみでできるコツコツボランティア！

みなさん、使用済み切手のゆくえに興味はありませんか？
はさみでできる社会貢献活動です。たくさんの方の参加を待っています。

内　容 ● 使用済み切手の整理
場　所 ● 高知県立ふくし交流プラザ(高知市朝倉戊375-1)
期　間 ● 8月の毎週金曜日10:00～11:30　※1回でも可
締　切 ● 活動日の2日前
条　件 ● はさみ持参が望ましい、ボランティア保険は受入側で加入
その他 ● ナツボラ期間以外も受入可(毎週金曜日)
申　込 ● ☎088-850-9100
✉ kvnc@pippikochi.or.jp
高知県ボランティア・NPOセンター　担当:坂田

MAP ㊿

県内各地 頑張るみんなを応援しよう！“ナツボラ記者”募集♪

高校生や大学生に広がりつつあるナツボラ。活動現場で輝くその姿を取材し、HP 等で伝える活動を一緒にしてみませんか？

内　容 ● ナツボラの取材、記事の作成、HP等の更新など
場　所 ● 本冊子P８～P３０に掲載しているナツボラ受入施設等を当センター職員と訪問します。
期　間 ● 応相談、希望日・時間を調整します。
※期間中３日程度活動ができる方
締　切 ● ７月２６日(金)先着５名程度
条　件 ● 高校生・大学生・専門学校生のみ、動きやすい服装(飲み物持参)
パソコンやスマホが使える方希望、ボランティア保険は受入側で加入
送迎可(集合場所は、学校・JRの駅周辺を相談のうえ決めさせてもらいます)
申　込 ● ☎088-850-9100
✉ kvnc@pippikochi.or.jp
高知県ボランティア・NPOセンター　担当:坂田

MAP ①～⑳

平成31年度

http://www.fukushihoken.co.jp
ふくしの保険 検索

全国200万人加入!! 日本国内でのボランティア活動中のケガや賠償責任を補償

ボランティア活動保険

対象となるボランティア活動

◆グループの会則に則り企画、立案された活動であること
(グループが社会福祉協議会に登録されていることが必要です。)
◆社会福祉協議会に届け出た活動であること
◆社会福祉協議会に委嘱された活動であること
※活動のための学習会または会議などを含みます。
※自宅などとボランティア活動を行う場所との通常の経路による往復途上を含みます。(自宅以外から出発する場合は、その場所と活動場所への往復途上となります。)

保険金をお支払いする主な場合

- 清掃ボランティア活動中、転んでケガをして通院した。(ケガの補償)
- 活動に向かう途中、交通事故にあって亡くなられた。(ケガの補償)
- 活動中、食べた弁当でボランティア自身が食中毒になって入院した。(ケガの補償)
- 家事援助ボランティア活動で清掃中、誤って花びんを落としてこわした。(賠償責任の補償)
- 自転車でボランティア活動に向かう途中、誤って他人にケガをさせた。(賠償責任の補償)

保険金額・年間保険料(1名あたり)

			Aプラン	Bプラン
ケガの補償	死亡保険金		1,040万円	1,400万円
	後遺障害保険金		1,040万円(限度額)	1,400万円(限度額)
	入院保険金日額		6,500円	10,000円
	手術保険金	入院中の手術	65,000円	100,000円
		外来の手術	32,500円	50,000円
	通院保険金日額		4,000円	6,000円
	特定感染症の補償		上記後遺障害、入院、通院の各補償金額(保険金額)に同じ	
	葬祭費用保険金(特定感染症)		300万円(限度額)	
賠償責任の補償	賠償責任保険金(対人・対物共通)		5億円(限度額)	
年間保険料	基本タイプ		350円	510円
	天災タイプ(※)(基本タイプ+地震・噴火・津波)		500円	710円

団体割引 20%適用済／過去の損害率による割増引適用

(※)天災タイプでは、天災(地震、噴火または津波)に起因する被保険者自身のケガを補償します(天災危険担保特約条項)が、賠償責任の補償については、天災に起因する場合は対象になりません。

ボランティア行事用保険(傷害保険、国内旅行傷害保険特約付傷害保険、賠償責任保険)

地域福祉活動やボランティア活動の一環として行われる各種行事におけるケガや賠償責任を補償!

● 行事参加者(主催者〔個人〕を含みます。)全員のケガを補償　● 行事主催者の損害賠償責任も補償

送迎サービス補償(傷害保険)

送迎・移送サービス中の自動車事故などによるケガを補償!

● 送迎・移送サービス利用者を特定したAプラン
● 送迎・移送サービスのための自動車を特定したBプラン

福祉サービス総合補償(傷害保険、賠償責任保険、約定履行費用保険(オプション))

ヘルパー・ケアマネジャーなどの活動中のケガや賠償責任を補償!

● 在宅福祉サービス(公的介護保険対象外サービスを含みます。)　● 障害福祉サービス
● 児童福祉サービス
● 障害者地域生活支援事業
● 地域福祉サービス　● 介護保険サービス　など

● このご案内は概要を説明したものです。お申込み、パンフレット・詳しい内容のお問い合わせは、あなたの地域の社会福祉協議会へ ●

団体契約者 社会福祉法人 全国社会福祉協議会
〈引受幹事保険会社〉損害保険ジャパン日本興亜株式会社 医療・福祉開発部 第二課
TEL:03(3349)5137
受付時間:平日の9:00～17:00(土日・祝日、12/31～1/3を除きます。)

取扱代理店 株式会社 福祉保険サービス
〒100-0013 東京都千代田区霞が関3丁目3番2号 新霞が関ビル17F
TEL:03(3581)4667　FAX:03(3581)4763
営業時間:平日の 9:30～17:30(12/29～1/3 を除きます。)

●この保険は、全国社会福祉協議会が損害保険会社と一括して締結する団体契約です。

〈SJNK18-13566　2019.1.16 作成〉

お問い合わせ先

社会福祉法人　高知県社会福祉協議会

高知県ボランティア・NPO センター

〒780-8567 高知県高知市朝倉戊 375-1　ふくし交流プラザ
TEL 088-850-9100 FAX088-844-3852
E-mail:kvnc@pippikochi.or.jp
URL:http://www.pippikochi.or.jp
ナツボラブログ　http://blog.canpan.info/natsubora

表紙デザイン
尾崎水音：高知大学 教育学部 学校教育教員養成課程
裏表紙デザイン
野崎真悟：高知大学 教育学部 学校教育教員養成課程