

ハッボラガイド 2021

わたし、
ボランティアするき。

夏の
ボランティア
体験

ナツボラとは？

高知県内の福祉施設やNPO、ボランティアグループなどでボランティア体験ができるプログラムです。

「新しいことを始めたい」

「いろんな人と出会いたい」そんなあなたの背中をそっと後押しするのがナツボラです。あなたにぴったりのボランティアがきっと見つかるはず！

中学生から社会人の方までぜひご参加ください。

ボランティアが初めての方も大歓迎です。

ナツボラ期間

7月20日🔥～8月31日🔥

参加するには

STEP① 探す

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。



ナツボラメインキャラクター

なっちゃん

新しいことに挑戦するのが好きな高校生2年生。

STEP② 申し込む



体験したいボランティアの担当者に直接連絡。日時や場所、準備物、ボランティア保険などを確認しよう。

ナツボラサブキャラクター

ボラ次郎

なっちゃんの愛犬。
見かけによらず活動的

STEP③ 参加する

ボランティア開始！



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内）
共催 高知県
後援 高知県教育委員会、高知市教育委員会、高知市

今年のナツボラ

- のべ500人を超えるボランティアが活動に参加!
- アンケート回答者の99%以上が参加して良かったと回答!



子どもとの活動



- 子ども(乳幼児～小学生)とのふれあい
- 遊び相手、親子のサポート



受入先の声

スタッフのモチベーションの向上にもつながりました

将来の夢につながることをたくさん学ぶことができました



参加者の声

高齢者との活動



- 利用者のお話し相手
- レクリエーションのお手伝い



受入先の声

利用者の方も明るい表情になるのが印象的でした

想像だけじゃ知ることのできないことがたくさんあると感じました



参加者の声

地域交流の活動



- 農作物の栽培体験
- 農村の耕作放棄地拡大の現状を知ってもらう
- 野菜の収穫と味見



受入先の声

プラスの経験ができたのならよかったと思います

経験したことがなかったためとても新鮮だった



参加者の声



過去の活動の様子はナツボラブログ

(<https://blog.canpan.info/natsubora/>)をチェック!



ボランティア活動にあたっての

参加の
前に！

5つの心がまえ

やりがいや楽しさを感じながら活動ができ、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。まずは、自分が興味・関心のあるテーマからボランティアに参加してみませんか？

1



無理をしない

自分の身近なこと、できることから活動を始めましょう。



相手の気持ちを大切に

相手の状況や立場に立って、考え行動しましょう。

2



約束・秘密を守る

待ち合わせの時間など、決められたルールはきちんと守りましょう。

3



学習を大切にする

日頃の知識や経験を活動に役立てるため、学びを大切にしましょう。

4



安全に気をつける

万が一に備えて、ボランティア活動保険に加入しましょう。

ボランティアに申し込もう

電話で申し込む

【事前準備】

- ① メモと筆記用具を用意しよう
- ② 受入先の担当者の名前を確認しておこう
- ③ 受付時間内に電話をかけよう

会話例

【電話で伝えること】

まずは自分の名前を名乗ろう

こんにちは。〇〇高校〇年生の△△△と申します。

担当者に代わってもらおう

ナツボラガイドのボランティア募集を見てお電話いたしました。担当の〇〇さんはいらっしゃいますでしょうか？

活動希望の日時を伝えよう

〇月〇日に募集している〇〇ボランティアに応募したいのですが、まだ募集していますでしょうか

ボランティア保険や持ち物について確認しよう

ボランティア保険に加入をしておいたほうがよろしいですか？

当日、持参するものがあれば教えていただけますか？

お礼を言って電話を切ろう

ありがとうございました。

当日は、よろしくお願いします。失礼します。

メール・FAXで申し込む

何度もやりとりしなくて済むように、必要なことを丁寧に伝えよう。

【文章作成のイロハ】

- ① 件名 ㊦ 宛名 ㊦ 挨拶と名前
② 本題 ㊦ 結び ㊦ 署名

例文

【メール・FAXで伝えること】

Ⅰ. 件名 ㊦. 宛名 ㊦. 挨拶と名前

Ⅱ. 本題 ㊦. 結び ㊦. 署名

件名：ナツボラへの参加申し込みについて
本文：

NPO法人〇〇〇

〇〇（名前）様

宛名

本文の内容が分かるように

こんにちは、〇〇高校〇年生の〇〇（名前）と申します。

挨拶と名前

ナツボラガイドのボランティア募集を拝見し、連絡させていただきました。——本題

〇月〇日の〇〇〇ボランティアに参加したいと思っているのですが、まだ応募は可能でしょうか。

※グループで申込み場合は、まとめて送る。

お忙しいところ恐れいりますが、ご返信をお待ちしています。——結び

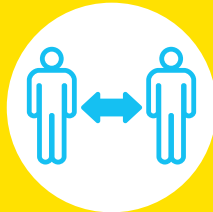
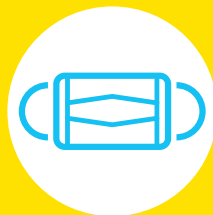
どうぞよろしくお願いいたします。

夏 ボラ子 署名



※新型コロナウイルスの感染状況によっては、受入を中止している場合があります。必ず事前に各団体にご確認ください。

ボランティアに参加される皆様、
そして、ボランティアを受け入れて
くださる施設や団体の皆様。
今年のナツボラは、挨拶や身だしなみ、
受け入れ体制以外にも、気をつけて
いただきたいことが色々あります。
せんまつ
僭越ながらボラ次郎、
説明するバウ。



Withコロナ

ボランティアに参加するあなたへ 守ってほしいこと

- ◆ボランティアに行く朝には熱や体調を確認するバウ。もし熱があつたり、体調
がおかしい場合は、ボランティアする場所に連絡して相談してほしいバウ。
- ◆マスクは、必ず持っていて欲しいバウ。
- ◆ボランティアの前と後に、手洗い、うがい、手指の消毒など
を行ってほしいバウ。
- ◆ボランティア中にも、換気やうがい、手洗い、その他、ボランティア先の人の指
示に従うバウ。今年は本当に守ってほしいバウ。本当にバウ。
- ◆相手と距離をとるように心がけるバウ。心の距離は近づけるバウ。
- ◆自分がすでに感染しているつもりで行動するバウ。咳やくしゃみの
時には気をつけるバウ。
- ◆その他不安なことがあつたら、ボランティア先の人に相談するバウ。



予防。
いっしょに



ボランティアは、
やさしい時間
バウ。

のナツボラマナー

ボランティアを受け入れてくださる
団体の方に気にかけていただきたいこと

◆スタッフや利用者の検温などを行い、ボランティア参加に心配ない環境を作してほしいバウ。

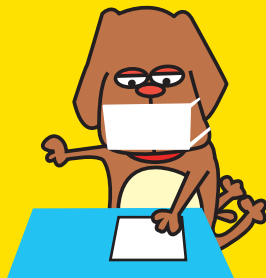
◆手洗いやうがい、手指などの消毒など、感染予防の準備をよろしくお願ひしたいバウ。

◆感染予防に必要なことがあれば、あらかじめボランティア参加者に伝えてほしいバウ。

◆マスク越しだと、指示が聞き取りづらい子もいると思うバウ。声のボリュームを少しあげていただいたり、紙に書いた文章などでボランティア内容を伝えてほしいバウ。

◆感染予防に対応しない場合には、きっちり注意をしてほしいバウ。それはボランティア以前の話になるバウ。

うつさない。
うつらない。
バウ。



ナツボラガイド 体験場所 MAP

ピックアップ

- ① 社会福祉法人 南海福祉会
- ② 梶原町学校応援団
- ③ 就労継続支援B型事業所 きずな
- ④ 土佐清水市社会福祉協議会
- ⑤ 公益財団法人 こうち男女共同参画社会づくり財団

12~16p

イベント

- ⑥ 仁淀川お宝探偵団
- ⑦⑧⑨ 特定非営利活動法人 夢創房室戸迎鯨の杜
- ⑩ NPO法人 GIFT
- ⑪ 岸本地区集落活動センター推進協議会

17~18p

環境

- ⑫ 棚田再生&耕作放棄地再生PJ
- ⑬ 高知県青年団協議会

19p

地域交流

- ⑭ NPO法人ぐりと
- ⑮ NPO法人しいのみ
あったかふれあいセンター にしきの広場
- ⑯ こども食堂がじゅまるの木 実行委員会
- ⑰ 香美市立図書館
- ⑱ 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
- ⑲ 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
- ⑳ アラクモチを再生する会

19~21p



高齢者

27~30 p

- ③⑨ デイサービスセンター朝霧荘
- ④⑩ デイサービスセンター ウィークリハ
- ④⑪ デイサービス こころ
- ④⑫ デイサービス いこいの森
- ④⑬ 社会福祉法人 四万十市社会福祉協議会
- ④⑭ 高知医療生活協同組合デイサービスせきようやまもも
- ④⑮④⑯④⑰ 社会福祉法人 香南市社会福祉協議会
- ④⑱ ケアハウスいの
- ③⑳ いの町社会福祉協議会 あったかふれあいセンター

31 p

障害者

- ⑤⑩ NPO法人あさひ会
- ⑤⑪ ワークセンター白ゆり

その他

32 p

- ⑤⑫ 特定非営利活動法人 たびびと
- ⑤⑬ 高知県ボランティア・NPOセンター

子ども

22~27 p

- ②① 高知聖園天使園
- ②② 社会福祉法人 土佐わらべ会 東山保育園
- ②③ 社会福祉法人 香南市社会福祉協議会
- ②④ のいち子ども図書館クラブ
- ②⑤ 社会福祉法人 香南市社会福祉協議会
- ②⑥ みんな笑顔 こども食堂
- ②⑦②⑧②⑨③⑩ 黒潮町放課後子ども教室
- ③① た・つくる子ども食堂
- ③②③③ 土佐市子どもの居場所づくり
- ③④ いの町社会福祉協議会 あったかふれあいセンター
- ③⑤ 土佐市青年団
- ③⑥ くろしおごなまの会
- ②⑦ 黒潮町社会福祉協議会 あったかふれあいセンターさが
- ③⑧ 四万十市地域子育て支援センターなかもら ぼっぽ
- ③⑨ あすなろキッズ食堂
- ③⑩ 放課後等デイサービス ママズクラブ



2021年 ナツボラ

CALENDAR

期間中いつでも



【環境】P.19



【地域交流】P.21



【子ども】P.22



【障害者】P.31

随時



【ピックアップ】P.12.13



【イベント】P.18



【地域交流】P.19.21



【子ども】P.22.24.26.27



【高齢者】P.27.28.29.30



【障害者】P.31



【その他】P.32

7月

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

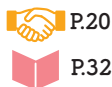
SAT

18

19

20

21



22



24



25



26



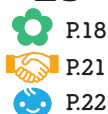
27



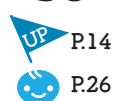
28



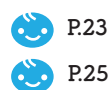
29



30



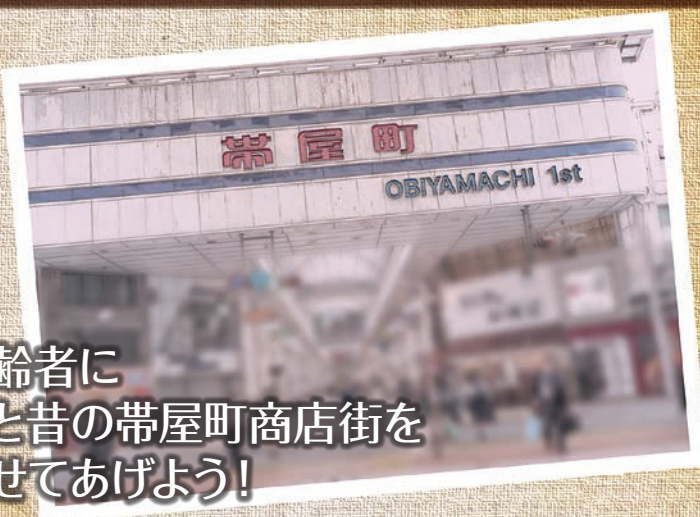
31





8月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1  P.22  P.23  P.25	2  P.14	3  P.21  P.25	4  P.18  P.21  P.25	5  P.18  P.21  P.32	6  P.14  P.20	7  P.20  P.23  P.26
8	9  P.14	10  P.19	11  P.32	12  P.22	13  P.14  P.20	14  P.23
15	16  P.14  P.26  P.32	17  P.21	18  P.17  P.20  P.21  P.27	19  P.17  P.22	20  P.14  P.17  P.20	21  P.17  P.20  P.23
22  P.17  P.20	23  P.14	24  P.16  P.18	25  P.18	26  P.18  P.21  P.22	27  P.14	28  P.23  P.24
29	30  P.14	31				



高齢者に
今と昔の帯屋町商店街を
見せてあげよう！

高知市

高齢者も若い頃はよく行った帯屋町商店街。
懐かしく思い出す『50年前から営業している店舗』を
見てもらい、昔話に花を咲かせてもらいましょう！

- 内 容 地域の課題研究に関心のある中学生の取材等のサポート
(準備・取材・編集など) ※店舗との交渉はなし。
- 場 所 取材先：帯屋町商店街
打ち合わせ：協力中学校教室(詳細は申し込み時)
- 期 間 8月中(事前打ち合わせ・取材・編集など3～4日程度)
※日時は中学生との打ち合わせ時に決定。
- 締 切 7月31日(土)
- 条 件 高校生・大学生・専門学校生のみ
ボランティア保険は各自で加入
- その他 【福祉】【地域】【教育】分野に興味がある、またはすでに学んでいる方
- 申 込 <https://forms.gle/pNRX4SLqL4736nRX7> (随時)

社会福祉法人 南海福祉会
担当／岡田





雲の上のまちで
子どもと一緒に活動しましょう!

梶原町

夏休みは工作したり、川遊びをしたり、地域の方と交流したり
色んな体験活動を計画しています。

子どもと一緒に色んな活動をしませんか？

- 内 容 梶原町立梶原小中学校(梶原学園)の敷地内で、小学校1～6年生を
対象に安全・安心な子どもの居場所づくりを行っています。
- 場 所 梶原町立梶原小中学校(梶原学園)の敷地内
(高岡郡梶原町川西路2370番地)
- 期 間 7月21日(水)～8月27日(金)
※短時間の活動可、土日祝日はお休み
- 締 切 活動希望日の1週間前
- 条 件 大学生・専門生のみ
ボランティア保険は各自で加入
- その他 動きやすい服装・帽子・水筒・
お弁当持参(調理実習がある日は除く)
- 申 込 ☎0889-65-0120
✉60-yusuhara@town.yusuhara.lg.jp
(平日 10:00～15:00)



梶原町学校応援団
担当/中越





夏のオクラは伸び盛り

高知市

障がい者と一緒に夏野菜を収穫しませんか？
野菜の収穫で流す汗は一味違います。作業は短時間で終わりますので気軽に来てください。

- 内 容 障がい者と野菜の収穫体験
- 場 所 長浜公園西 きずな農園（高知市長浜）
- 期 間 月曜日・金曜日の10時頃から11時頃
夏野菜の出来次第で活動日の変更はあると思います。
- 締 切 活動希望日の1週間前
- 条 件 中学生以上
ボランティア保険は各自で加入
- その他 動きやすい汚れても良い服装。長靴あればなお良い。
タオル、水筒、帽子。
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 TEL088-873-7790（平日の8:30～17:00）
✉asahi-kizuna@kochi-csw.or.jp



就労継続支援B型事業所
きずな
担当／野村



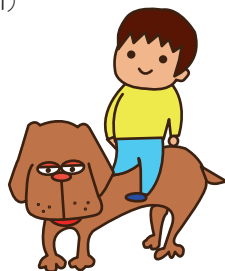


子ども達と一緒に楽しい時間を
過ごしませんか？

土佐清水市

清水小にこにこクラブでは、子ども達と一緒に、遊んだり勉強したりして過ごしてくれるボランティアを募集しています。

- 内 容 子ども達の見守り、遊び相手、宿題の指導等
- 場 所 清水小学校敷地内学童保育所（土佐清水市幸町7-1）
- 期 間 夏休み期間（7月下旬～ 8月31日）
8:00 ～ 17:30の間で活動可能な時間
- 締 切 活動希望日の3日前
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門学校生のみ
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 ☎0880-82-3500（平日 8:30 ～ 17:30）
✉shakyou-s@viola.ocn.ne.jp



土佐清水市社会福祉協議会
担当／平野





ソレで『新聞クリッピング』を体験しよう！

高知市

ソレは、男女共同参画を推進するための施設です。
男女共同参画について、簡単な新聞クリッピングで見て・感じる
夏ボラ体験に参加しませんか？！

- 内 容 男女共同参画に関する新聞記事を切り抜き、レイアウトしてソレ館内に展示します。
- 場 所 こうち男女共同参画センターソレ（高知市旭町3丁目115番地）
- 期 間 ①7月27日（火） ②8月24日（火）
活動時間：9時30分～12時（集合時間9時20分）
- 締 切 ①7月21日（水） ②8月18日（水） 各活動希望日の5日前となります
- 条 件 高校生
ボランティア保険は受入側で加入
- 申 込 TEL088-873-9100 FAX088-873-9292
✉s-kumogata@sole-kochi.or.jp
（電話に限っては、9時～17時
但し、第2水曜日、祝日除く）

公益財団法人
こうち男女共同
参画社会づくり財団
担当／雲形



いの町

青春に一石を投じる日!

MAP⑥

仁淀川国際水切り大会、今年はやります。あの仁淀川でキラキラしましょう。
人生に残る明るい思い出をつくりましょう。

- 内 容 水切り大会のスタッフとして運営を手伝って下さい。
受付や案内、記録など
- 場 所 波川公園前の仁淀川の川原（吾川郡いの町波川）
- 期 間 8月21日（土）15:00～18:00（前日の準備）
22日（日）7:00～16:00（当日）
- 締 切 7月31日（土）
- 条 件 高校生・大学生・専門学校生のみ
ボランティア保険は受入側で加入
- その他 説明会に参加してもらいます（8月上旬予定）
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☒shono@niyodoriver.com



仁淀川お宝探偵団
担当／生野



室戸市

元気な子供たちと室戸の海・山・川で思いっきり自然体験を!

MAP⑦

「チャレンジ・アドベンチャーワールド2021」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 室戸ジオパークの各サイトをステージに、海・山・川での自然体験を行うグリーンツーリズムを実施
磯遊び、魚釣りなど海の活動、川魚取りなど川遊び、野外炊事などの補助
- 場 所 室戸青少年自然の家 他（室戸市元乙1721）
- 期 間 8月18日（水）～20日（金）
- 締 切 8月5日（木）まで（但し、定数になり次第締め切ります）
- 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 最寄り駅への送迎可
昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☒geiginomori@yahoo.co.jp（終日）

特定非営利活動法人
夢創房室戸迎鯨の杜
担当／横山



室戸市

元気な子供たちと室戸の海・山・川で思いっきり自然体験を!

MAP⑧

「海の生物観察会」黒潮の海には、どんな生き物がいるかな?
もう一度ふるさとを振り返ってみませんか!

- 内 容 室戸岬にほど近い坂本海岸での観察会と海辺の遊び
- 場 所 室戸岬坂本海岸 他（室戸市浮津71番地）
- 期 間 7月24日（土）
- 締 切 7月20日（火）まで（但し、定数になり次第締め切ります）
- 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 最寄り駅等への送迎は応相談
昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☒geiginomori@yahoo.co.jp（終日）

特定非営利活動法人
夢創房室戸迎鯨の杜
担当／横山



室戸市

自然の中で元気な子供たちとサバイバル体験を!

MAP⑨

「いさなキッズ、サバイバルサマーキャンプ2021」大自然の中で、キャンプ体験。
夏の思い出に参加してみませんか!

- 内 容 キャンプ活動(川遊び、野外炊事、設営、野外レクなどの補助)
- 場 所 安田川キャンプ場 他(安芸郡安田町船倉500)
- 期 間 8月4日(水)～5日(木)
- 締 切 7月25日(日)まで(但し、定数になり次第締め切ります)
- 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 最寄り駅への送迎可
昼食あり
- 申 込 ☒geiginomori@yahoo.co.jp (終日)

特定非営利活動法人
夢創房室戸迎鯨の杜
担当/横山



高知市

サマーキャンプ2021 高校生ボランティア募集

MAP⑦・⑩

子どもと大学生が企画したサマーキャンプを今年も開催します! 地域の小学生・
中学生の班リーダーとなって一緒に自然体験しませんか。詳しい内容はHPに!

- 内 容 ①森林活動、カレー作り、キャンプファイヤー、ドルフィンタッチなど
②森林活動、シーカヤック、スキndaイビングなど
- 場 所 ①国立室戸青少年自然の家(室戸市元乙1721)
②幡多青年の家(幡多郡黒潮町上川口1166番地)
- 期 間 ①7月28日(水)～29日(木) 1泊2日
②8月24日(火)～26日(木) 2泊3日
- 締 切 活動日希望の2週間前 ①②それぞれ募集定員7名程度
募集定員に達し次第、受付は終了します
- 条 件 高校生のみ、ボランティア保険は受入側で加入
- その他 参加費①食費2,000円 ②食費3,500円
受入条件: 事前ミーティングに参加できる方
当日集合場所は高知大学(朝倉キャンパス)を予定しています
- 申 込 ☎088-881-7503 (9:00～18:00) ☎088-881-7555
✉npogift8@gmail.com



NPO法人 GIFT
担当/眞鍋



香南市

第2回かがみ花フェスタ ひまわり・クレオメまつり

MAP⑪

今年で14回目の開催となった「かがみ花フェスタチューリップまつり」の夏期イベント
として「ひまわりまつり」を昨年よりスタートしました。
花の野外イベントで一緒に来園者をおもてなししましょう。

- 内 容 ・受付、園内整備、駐車場案内など会場スタッフ
・イベント終了後の園内整備、片付けなど
- 場 所 かがみ花フェスタ会場
(香南市香我美町岸本415 [土佐くろしお鉄道香我美駅すぐ北])
- 期 間 7月24日(土)～8月15日(日) 9:30～16:30(短時間可)
※開花状況により一部変更の可能性あり
- 締 切 活動希望日の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 最寄り駅等への送迎は応相談、ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎0887-57-8503 (平日 8:30～17:00)
✉pc-classroom@motto-kishimoto.com



岸本地区集落活動
センター推進協議会
担当/中谷(香南市
地域支援課)



いの町

美しい農村の景観を一緒に取り戻しませんか

MAP(12)

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
- 期 間 7月20日(火)～8月31日(火)
- 締 切 活動予定日の1週間前
- 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
✉Toyo.niyodo.blue1500.1123@gmail.com



棚田再生&
耕作放棄地再生PJ
担当/伊藤



いの町

元気モリモリ(森・盛・守)自然体験ボランティア!

MAP(13)

私たちは高知県で元気に様々な地域活動をしています。全国でナンバー1の森林面積の高知県。一緒に楽しく学び、実際に触れて、自然体験しませんか?

- 内 容 薪割り・森や山についての学習・体験発表や皆で意見交換&交流
- 場 所 高知県立高知青少年の家(吾川郡いの町天王北1-14)
- 期 間 8月10日(火) 12:30～17:00頃まで
- 締 切 8月3日(火)
- 条 件 高校生・大学生・専門学校生のみ
ボランティア保険は受入側で加入
- その他 最寄り駅等への送迎可、昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎090-5275-5157(いつでも可能)
✉nsmrhkr19964@yahoo.co.jp

高知県青年団協議会
担当/西村



室戸市

輪っハッハで楽しみましょう

MAP(14)

子どもから高齢者、障害をお持ちの人との交流の場で楽しく過ごしていけるようお手伝いをお願いします。

- 内 容 子どもや高齢者との話し相手、見守り、歌や体操・ゲームなど
- 場 所 室戸市あったかふれあいセンター(室戸市元甲1902番地)
- 期 間 期間中の月～金 9:00～15:00(短時間可)
- 締 切 特になし
- 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 最寄り駅等への送迎は応相談
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎0887-23-1551(9:00～17:00) ☎0887-23-1551
✉qqra8dy9k@lime.ocn.ne.jp

NPO法人 ぐりーと
担当/山本



黒潮町

地域の方と一緒に楽しい時間を過ごしませんか？

MAP⑮

若い皆さんの力をお借りして、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 こども食堂、なないろカフェ 調理補助(料理ができなくても大丈夫です)・接客
- 場 所 あったかふれあいセンターにしきの広場(黒潮町入野5191-22)
- 期 間 こども食堂：第3水曜日(7/21、8/18) なないろカフェ：第1、3土曜日(8/7、8/21)
- 締 切 活動希望日の前日
- 条 件 中学生以上、ボランティア保険は各自で加入
- その他 最寄り駅への送迎可
昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎0880-43-3630(月～金 8:30～17:00)
☎0880-43-3630
✉nishikinohiroba@iwk.ne.jp

NPO法人 しいのみ
あったかふれあいセンター
にしきの広場
担当/松本



高知市

はじめの一步がみんなの笑顔につながるボランティア♡

MAP⑯

時間は有限。夏休みの1日を有意義に過ごそう!!
若いパワーを地域活動に活かしていただけたら嬉しいです。

- 内 容 調理補助、配膳、子どもに絵本読みきかせ
- 場 所 弥右衛門ふれあいセンター(高知市北御座2-60)
- 期 間 ①7/25(日) ②8/22(日)
- 締 切 ①7/23(金) ②8/15(日)
- 条 件 高校生以上、ボランティア保険は各自で加入
- その他 昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎090-7784-5770
✉y.dream.love.peace2020@docomo.ne.jp
メールはいつでも
電話は19時半以降(日はいつでも)

こども食堂がじゅまるの木
実行委員会
担当/上村



香美市

開館目前、新図書館！新しいラベルでスタートしよう！

MAP⑰

令和4年度に開館する新図書館に向けて、ラベル貼替をすすめています。あなたの貼替えた本が新図書館に並びますよ。分類記号の仕組みも司書が伝授します♪

- 内 容 図書館資料のラベル貼替および貼替えた本の書架への返却
- 場 所 香美市立図書館(香美市土佐山田町東本町2-1-20)
- 期 間 8/6(金) 13:00～16:00、8/13(金) 13:00～16:00、
8/20(金) 13:00～16:00
7月30日(金)
- 締 切 7月30日(金)
- 条 件 高校生のみ、ボランティア保険は受入側で加入
- その他 制服または私服(タオル・飲み物持参) ※各回4名まで(先着順)
- 申 込 ☎0887-53-0301(休館日[月・第3木]を除く10:00～18:00)
☎0887-53-0307
✉y-tosho@city.kami.lg.jp



香美市立図書館
担当/宗石



※E-mailおよびFAXでの申し込みは①氏名(ふりがな)②住所③生年月日
④TEL⑤参加希望日⑥高校名、学年 を必ず明記してください。

黒潮町

地域の集い場で一緒に笑いませんか？

MAP18

こどもから高齢者までたくさんの笑顔と思いやりがあふれる場所で、
夏休みに大きく成長できるチャンス♪きっと新たな発見があるはずです！

- 内 容 地域住民との交流、健康づくり、買い物、レクリエーションの手伝いなど
- 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 7月20日（火）～8月31日（火）（10:00～16:00）※平日や短時間の活動も可能、土日祝日休み
- 締 切 活動希望日の5日前
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門生のみ、ボランティア保険は各自で加入
- その他 最寄り駅等への送迎は応相談
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎0880-55-7350
（月曜日～金曜日 9:00～17:00）

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



いの町

やってみよう！田舎でのボランティア！！

MAP19

吾北地区の小学生を対象とした“子どもの集い”で一緒に工作やゲーム、夏休みの宿題のお手伝いをしてみませんか？他にも、高齢者と交流が出来る、集いでのボランティア活動もあります。ぜひ、お待ちしております！

- 内 容 小学生と一緒に創作活動や軽スポーツ、夏休みの宿題の手伝い。高齢者とは、脳トレや介護予防体操のサポートなど。
- 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 吾北山村開発センター2階）
- 期 間 子どもの集い：7/28、7/29
あったか集い：8/3、8/4、8/5、8/17、8/18、8/26
- 締 切 各活動1週間前
- 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 ☎088-867-2755（平日 8:30～17:15）
☎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／山崎



いの町

幻のもち米アラキモチを一緒に栽培しませんか！

MAP20

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 いの町小野地区の農地（いの町小野）
- 期 間 7月20日（火）～8月31日（火） 夏は暑いので午前中の活動（午前9時から正午まで）
- 締 切 活動希望日の3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 作業のできる服装、長靴、手袋。飲料水を持参してください。
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎090-1003-3419
✉Toyo.niyodo.bluel500.1123@gmail.com

アラキモチを再生する会
担当／伊藤



高知市

元気な子どもたちと一緒に楽しい時間をつくりましょう

MAP 21

かわいい子どもたちと触れ合ってみませんか。一緒に遊んだり、ごはんを食べたり、楽しい時間を過ごしましょう。

- 内 容 2歳～20歳までの子どもたちの日常生活(食事・洗濯・掃除・学習等)のお世話をして頂きます。
- 場 所 高知聖園天使園(高知市新本町1丁目7-30)
- 期 間 期間中の9:00～21:00の間で4時間～6時間程度。相談可。
- 締 切 活動希望日の1週間前
- 条 件 高校生・大学生・専門学校生のみ、ボランティア保険は各自で加入
- その他 コロナの状況によっては、お断りすることがあります。事前の検温チェック。動きやすい服装。昼食あり
- 申 込 ナツボラ期間以外も受入可
TEL 088-872-1996 FAX 088-822-3845
✉ tenshien-iwamura@snow.ocn.ne.jp
(メール・FAX: 終日 電話: 9:00～18:00)

高知聖園天使園
担当/岩村



高知市

あなたが輝く場所—それは子どもが育つ場所です

MAP 22

沢山の小さな命を守り育てる仕事です。子供達の小さな成長に気づき、喜びを感じ、仕草や言葉に癒される場所です。保育士と一緒に感動を共有しませんか。

- 内 容 保育士の日常業務(子ども達と遊ぶ、食事の介助、おもつ交換)の補助
- 場 所 東山保育園(高知市一宮東町2丁目22-2)
- 期 間 月曜日～金曜日の午前中 ※期間、活動開始日等は話し合いで決定します。
- 締 切 活動希望日の2週間前
- 条 件 大学生・専門学校生のみ、ボランティア保険は受入側で加入
- その他 汚れても良い服装(必要あれば着替え)・帽子・タオル・飲み物・エプロンを持参
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 TEL 088-845-8568
(土・日・祝を除く 9:30～16:00)

社会福祉法人 土佐わらべ会
東山保育園
担当/藤中



香南市

ちょっこり来てみいや～

MAP 23

地元の力がすごい!! みんなでアイディアを出し合い、素敵なこども食堂を運営中!

- 内 容 調理、片づけ、こどもの対応
- 場 所 夜須福祉センター 2階(香南市夜須町坪井16-1)
(当日の連絡先: 080-9836-4923)
- 期 間 第1日曜日 9:30～14:30 ※連休の場合は、翌週日曜日に実施
夏季休暇中(7/29、8/12、8/19、8/26 木曜日)
10:00～13:00予定 ※8/12はイベント予定
- 締 切 開催週の水曜日
- 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 昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 TEL 0887-57-7300 FAX 0887-57-7305
✉ konan-fs@ca.pikara.ne.jp
7月～ ※新型コロナウイルスの影響にもよります



社会福祉法人
香南市社会福祉協議会
担当/山中・前田



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！

MAP24

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。
思い出の絵本を探して読みかかせてみませんか。

- 内 容 絵本や紙しばいの読みかせ
- 場 所 香南市立野市図書館（香南市野市町西野594）
- 期 間 期間中の土曜日（7/24、7/31、8/7、8/14、8/21、8/28）
10:00～11:30
- 締 切 活動希望日の1週間前
- 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 ☎070-5680-6864（高塚）
（平日 8:30～20:00）



のいち子ども図書館クラブ
担当／高塚



香南市

「こども食堂コトコト」でコトコトボランティア

MAP25

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作りませんか。

- 内 容 調理、片付け、配付など
- 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（8/1）9:00～14:00
- 締 切 活動希望日の5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 昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎0887-57-7300（平日 8:30～17:15）
✉vc-genki@mxi.netwave.or.jp（随時）

社会福祉法人
香南市社会福祉協議会
担当／永野



いの町

おいしいお弁当でみんなに元気になってもらいましょう！

MAP26

コロナ禍のなか、100人という沢山の方に今迄のバイキング方式は不可能です。初対面
と思わせない心おきないおばちゃん達と楽しく、おいしいお弁当を一緒に作りませんか？

- 内 容 調理・お弁当作り・お弁当の配布・清掃・消毒
- 場 所 20区-3集会所（吾川郡いの町6032-2 ウェルネス伊野内）
- 期 間 毎月第4土曜日（7/24、8/28）9:00～14:00
- 締 切 活動希望日の3日前
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門生のみ
ボランティア保険は各自で加入
- その他 エプロン・三角巾・マスク持参。上履きがあれば持参。
最寄り駅等への送迎可、昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎088-892-0515（平日の8:30～17:15）
☎088-893-4870
✉ino-shakyou@shirt.ocn.ne.jp



みんな笑顔 こども食堂
担当／下川
（いの町社会福祉協議会）



黒潮町

子どもたちと元気にすごしてみませんか？

MAP 27/28/29/30

元気いっぱい子どもたちが待ってます。
子どもたちと一緒に楽しい時間をすごしてみませんか？

- 内 容 子どもたちの放課後や夏休みの居場所づくりを行っています。宿題のサポート、遊びや運動などの活動とおして、子どもたちを見守ります。
- 場 所 町内に4教室あります。
①佐賀教室（幡多郡黒潮町佐賀920 黒潮町立佐賀交流センター7みらい内）、②くじら教室（幡多郡黒潮町入野5556 黒潮町立入野小学校内）、③三浦教室（幡多郡黒潮町出口2480 黒潮町立三浦小学校内）、④田ノ口教室（幡多郡黒潮町下田の口1925 黒潮町立田ノ口小学校内）
- 期 間 期間中の月～金（8:00～18:00）※短時間也可
- 締 切 活動希望日の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 最寄り駅等への送迎は応相談、ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎0880-55-2114（平日の9:15～18:00）
✉harakara0541@iwk.ne.jp

黒潮町
放課後子ども教室
担当／川崎・竹中



いの町

中山間の自然に囲まれた中

MAP 31

中山間地域での新しい交流の場の1つになればと思い立ち上げました。
その日、集まった人達と交流しながら一緒に居心地の良い居場所をつくりませんか？

- 内 容 食事作りと提供、コロナ対策のサポート、地域子ども達との交流（学習補助を含む）など
- 場 所 小野公民館（吾川郡いの町小野）
- 期 間 第4土曜日10:00～14:00（準備は9:00頃からしています）
- 締 切 活動希望日の2日前
- 条 件 高校生・大学生・専門学校生のみ、ボランティア保険は受入側で加入
- その他 動きやすい服装、タオル、飲み物
最寄り駅等への送迎は応相談
昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎090-1325-0656 ☎088-842-2444
✉awana471y.m@gmail.com

た・つくる子ども食堂
担当／池上



土佐市

もっと遊び隊

MAP 32/33

子どもたちと遊ぶことで、新たな発見もあり！昔に戻って一緒に楽しんでネ

- 内 容 水曜日は体育館でスポーツ、木曜日は「つな一で」の図書館で読み聞かせや折り紙、金曜日は「つな一で」で創作や案内ゲーム
- 場 所 ①土佐市民体育館（土佐市高岡町甲2165-1）
②つな一で（土佐市高岡町乙3451-1）
- 期 間 水・金曜日（16:00～18:00） 木曜日（16:00～17:00）
- 締 切 活動希望日の1週間前
- 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 ☎088-852-4060（日・火・木・金 13:00～17:00）
（留守番電話あり）
✉ibasyo@mb.pikara.ne.jp



土佐市子どもの居場所づくり
担当／小松・森岡



いの町

ボランティア初心者の方もぜひチャレンジしてください

MAP34

あったかふれあいセンターは、子供から高齢者・障害の有無にかかわらず誰もが気軽に集える場所です。楽しみながら福祉の仕事を体験してみませんか

- 内 容 8/3 Gの会(男性の集い)とベンチづくり体験
8/4 書道・福祉体験
両日小学生の宿題のサポートなど
- 場 所 あったかふれあいセンター
(吾川郡いの町1401 すこやかセンター伊野内)
- 期 間 8/3(火)、8/4(水) 午前中(9:00 ~ 12:00)
- 締 切 7/26(月)
- 条 件 中学生・高校生のみ、ボランティア保険は受入側で加入
- 申 込 088-893-5920(平日 9:00 ~ 16:00)
088-893-5920
attakaino1400@live.jp



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



土佐市

ドラゴン夜市♪子ども達に夏の思い出、届け隊!

MAP33

私たちは土佐市で楽しく元気に暮らそう!と様々な活動をしています。
今年もしっかり対策をとって縁日!素敵な夏の思い出を一緒に届けませんか?

- 内 容 青年団のお兄さんお姉さんと一緒に縁日スタッフ♪
店員さん(ヨーヨーなど)・着ぐるみ・司会など
- 場 所 複合文化施設「つなで」(土佐市高岡町乙3451-1)
- 期 間 7月31日(土)午後12:00 ~ 19:00頃(終わりの時間は調整できます)
- 締 切 7月23日(金)
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門学校生のみ
ボランティア保険は受入側で加入
最寄り駅等への送迎可・休憩中の飲み物や軽食あります
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 090-5715-7267 igbar.chil8a@gmail.com
いつでも可能(電話の場合、出れないときは折り返しさせていただきます)



土佐市青年団
担当/森岡



黒潮町

パラスポーツで交流しよう!

MAP35

パラリンピックの種目にもなっているボッチャやフライングディスクを通した親子交流会です。はじめて体験する子供たちと一緒にパラスポーツを楽しみませんか?

- 内 容 ボッチャ・フライングディスクの体験補助、ミュージックケアの補助
- 場 所 黒潮町保健福祉センター(黒潮町入野2017-1)
- 期 間 8月1日(日) 9:00 ~ 12:00
- 締 切 活動希望日の5日前
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門学校生のみ、ボランティア保険は各自で加入
- その他 動きやすい服装で
- 申 込 0880-43-2835(平日 8:30 ~ 17:15) 0880-43-0317
k.syakyou@iwnk.ne.jp

くろしおっこなかまの会
担当/西野・秋田



黒潮町

こども食堂でおいしいものを一緒につくろう！

MAP27

いっぱい遊んで腹ペコのこどもたちに、おいしい食事をつくりましょう！
料理が苦手な人には会場の準備や遊び相手などのボランティアをお願いします！

- 内 容 食事作りの補助、会場設営や片付け、こどもたちとの楽しい昼食など
- 場 所 黒潮町立佐賀交流センターみらい（黒潮町佐賀920）
- 期 間 7月30日（金）・8月7日（土）9:00～14:00
- 締 切 活動希望日の5日前
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門学校生のみ、ボランティア保険は各自で加入
- その他 動きやすい服装、あればエプロン持参
最寄り駅等への送迎は応相談
昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ①0880-31-4807 ②0880-31-4807
月～金（土日祝は休み）8:30～17:15

黒潮町社会福祉協議会
あったかふれあいセンターさが
担当／山下



黒潮町

黒潮町の子ども達の思い出作りを一緒に！

MAP27

黒潮町の子ども達と夏休みのイベントと一緒に盛りあげ楽しみましょう

- 内 容 夏休みの工作活動の支援
- 場 所 黒潮町立佐賀交流センターみらい（黒潮町佐賀920）
- 期 間 8月16日（月）13:00～15:30
- 締 切 活動希望日の5日前
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門学校生のみ
ボランティア保険は各自で加入
- その他 動きやすい服装
最寄り駅等への送迎は応相談
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ①0880-31-4807 ②0880-31-4807
月～金（土日祝は休み）8:30～17:15



黒潮町社会福祉協議会
あったかふれあいセンターさが
担当／山下



四万十市

親子の笑顔に会える楽しい時間を体験してみませんか？

MAP36

0～3歳の子ども達と遊んだり、子育て中のお母さん達の声を聞いてみませんか？
保育士のお手伝いをしたい方、お待ちしてまーす！

- 内 容 子ども達とのふれあいや、遊び相手（0～3歳児）、保護者のサポート
- 場 所 四万十市地域子育て支援センターなかむら ぼっぱ（四万十市右山元町1丁目2-10）
- 期 間 7月29日（木）～8月17日（火）の月～金 9:30～12:00
- 締 切 活動希望日の1週間前
- 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 ①0880-35-3748（平日の8:30～12:00／13:30～17:15）

四万十市地域子育て
支援センターなかむら
ぼっぱ 担当／渡辺



高知市

子ども達と夏休みの思い出をつくりましょう!!

MAP37

あすなろキッズ食堂は地域の小学生を対象に、食事の提供や学習支援を行っています。

- 内 容 食事づくりのお手伝い、学習支援など
- 場 所 (株)あすなろ四国支社 施設内(高知市塚ノ原433-2)
- 期 間 8月18日(水) 15:00 ~ 18:00
- 締 切 8月10日(火) 募集人数4名
- 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 昼食あり(食事の時間はお昼ではなく、開催日の空き時間に食べて頂きます)
- 申 込 ☎088-843-8012(平日 8:15 ~ 17:00)

✉asunaro-sikoku@ceres.ocn.ne.jp

あすなろキッズ食堂
担当/川上、濱田、山中



高知市

ひと夏の子供たちの成長を一緒に感じとりましょう!

MAP38

色々な活動を通して、子供たち(発達障害児)の
「できた」喜びを一緒に感じてみませんか?

- 内 容 子供たちの支援(郊外支援、集団活動、個別活動等)や生活動作
(手洗い、歯磨き、あいさつ等)のお手伝い
- 場 所 放課後等デイサービス ママズクラブ(高知市葛島4丁目1-30 2F)
- 期 間 期間中の月~土曜日(9:00 ~ 17:00) ※短時間也可
- 締 切 活動希望日の2日前
- 条 件 大学生以上、ボランティア保険は受入側で加入
- その他 動きやすい服装(タオル、飲み物持参)
最寄り駅等への送迎は応相談、昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎088-856-5816(月~土曜日 10:00 ~ 17:00)

✉info@mamas.company

放課後等デイサービス
ママズクラブ
担当/野口



いの町

山間のアットホームな通所介護の事業所です

MAP39

いの町本川地区にある地域密着型の通所介護(定員10名)の施設です。アットホームな雰囲気運営しています。気温も涼しく夏でも30度を超えることはほとんどありません。緑も多く清流吉野川の源流を眺めながらひと夏を過ごしてみませんか。

- 内 容 通所介護利用者の送迎や利用者さんとおしゃべり、レクリエーションなどです。
- 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 期間中の月~金 9:00 ~ 17:00(相談に応じます)
- 締 切 活動希望日の3日前
- 条 件 高校生・大学生・専門学校生のみ、ボランティア保険は各自で加入
- その他 昼食あり(有料¥500)
- 申 込 ☎088-869-2929(平日 9:00 ~ 16:00)

☎088-869-2038

✉ino.swc.hongawa@sun.dreamcom.ne.jp

デイサービスセンター朝霧荘
担当/宗我部



高知市

♪みんなで楽しく体操・おしゃべり♪

MAP 40

若いスタッフと一緒に明るく元気に体操をしたり、利用者さんとおしゃべりしませんか？皆の参加を待ってまーす♪

- 内 容 利用者さんとおしゃべりや体操を一緒にしましょう♪
- 場 所 デイサービスセンター ウィークリハ施設内
(高知市南はりまや町1丁目3番7号 サンコート南はりまや1階)
- 期 間 期間中の月～金曜(9:00～16:15) 何時に来て、何時に帰ってもOK!
- 締 切 活動希望日の3日前
- 条 件 中学生以上、ボランティア保険は各自・受入側どちらでも加入OK!
- その他 動きやすい服装
最寄り駅等への送迎は応相談、昼食あり(お昼をまたぐ場合)
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎088-821-9322
✉week-reha@kochi-weeks.co.jp (いつでもOK!)

デイサービスセンター
ウィークリハ
担当/今田



高知市

「こころ」をあたためませんか？

MAP 41

高齢者の方達と触れ合って「感謝され」「感謝する」事で自分の存在意義が再確認できます。また、活動を通じて貴方が社会の一員である事が実感できます。お気軽に来てみて下さい。

- 内 容 高齢者の方達と一緒にお話しをしたり、体操やレクリエーションを通じてコミュニケーションを図ります。※新型コロナウイルスの感染状況により、ボランティアをお断りする事があります。
- 場 所 デイサービス こころ(高知市南元町3-4)
- 期 間 7/20(火)～8/31(火)の月曜から土曜日の間 10:00～11:30
または 14:00～15:00
- 締 切 活動希望日の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 (月曜日～金曜日 9:00～17:00)



デイサービス こころ
担当/尾崎



高知市

ぜひ、参加してみませんか！

MAP 42

1日20名程度の高齢者の方が利用されています。皆様、楽しく過ごされていますが、その時間を一緒に共有してみませんか？

- 内 容 主は高齢者とのコミュニケーションになります。
体操やレクリエーションへの参加、入浴の補助的な業務など(希望時)
- 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 期間中の月～土曜日(9:30～16:00) ※短時間也可
- 締 切 活動希望日の前日
- 条 件 中学生以上、ボランティア保険は各自で加入
- その他 動きやすい服装、上ばき
最寄り駅等への送迎は応相談
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎088-872-6655 (9:30～16:00)

デイサービス いこいの森
担当/植松



まちなかサロンでは65歳以上の方が自主的に集まって、介護予防体操・カラオケ・卓球・わなげなど介護予防、生きがいづくりに取り組んでいます。一緒に交流して、新たな自己発見につなげてください。

- 内 容 話し相手やレクリエーションの手伝い、一緒に交流など。
企画してみたいことがあれば一緒に検討します。
- 場 所 四万十市多目的デイ・ケアセンター「一条の里」
(四万十市中村東町2丁目4番13号)
- 期 間 月・火・木・金 9:00～16:00
- 締 切 活動希望日の5日前
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門学校生のみ
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 0880-35-3011 (平日 8:00～17:15)
✉ssk@shimanto-s.or.jp



社会福祉法人
四万十市社会福祉協議会
担当/小倉



あなたが思う介護施設の常識がきっと変わります!!

- 内 容 自立支援の見守り
- 場 所 デイサービスせいきょうやまも (高知市南竹島町4-5)
- 期 間 期間中毎週月～金 8:30～17:00 (短時間・曜日希望可)
祝日も営業中
前日までに!!
- 締 切 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 最寄り駅等への送迎は応相談
利用者と一緒の食事が格安で提供出来ます。ご相談下さい。
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 088-831-8141 FAX 088-821-8241
✉yamamomo-2042@yahoo.co.jp
(日曜日以外受付可能)

高知医療生活協同組合
デイサービスせいきょうやまも
担当/田副(タゾエ)



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 話し相手、レクリエーションの手伝いなど
- 場 所 ①みかんの里(香我美町下分2645-1) ②のいちふれあいセンター(野市町西野534-1) ③夜須公民館(夜須町坪井219)
④吉川防災コミュニティセンター(吉川町吉原287-1)
- 期 間 ①2月～金 10:00～15:30
③月・火・水・金 10:00～15:30 ④金 10:00～15:30
- 締 切 活動希望日の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 0887-57-7300 (平日 8:30～17:15)
✉vc-genki@mxi.netwave.or.jp (随時)



社会福祉法人
香南市社会福祉協議会
担当/永野



高知市

遠くて近い！紙芝居と折り紙で、心をつなぐオンライン

会えないかわりにオンラインで、一緒に時間をすごしませんか？
あなたが得意なことで、喜んで頂けます。一人でも、グループでの参加もOKです！

- 内 容 デイサービスにて、Zoomで紙芝居か折り紙の先生をして頂きます。
打ち合わせもZoomなので、操作の練習もできます。
- 場 所 来園されて活動を行うことはしません(感染症対策の為)。オンライン(メールやZoom)・電話での打ち合わせとなります。
- 期 間 紙芝居：期間中の、日曜日以外 折り紙：期間中の、火曜日と木曜日 ※時間は午前・午後でそれぞれ予定しています。内容や希望日などをお聞きして決定します。
- 締 切 活動希望日の1週間前
※候補日は2～3日考えて頂けると嬉しいです(他のオンライン業務が入る場合あり)
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門生のみ、ボランティア保険は各自で加入
- その他 郵送・メール・FAXまたは下記のグーグルフォームで対応します。
<https://bit.ly/3pdGiSK>
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎088-845-5400 (月～金曜、9:30～18:00) ☎088-845-5551 (随時)
✉Nankai-fujita@aiores.ocn.ne.jp (随時)



社会福祉法人
南海福祉社会
担当／藤田



いの町

君の笑顔で夏祭りを盛り上げよう

MAP49

私たち職員と一緒に入居者様達に楽しい時間を提供してみませんか？

- 内 容 夏祭りの手伝い
- 場 所 ケアハウスいの (吾川郡いの町波川560-2)
- 期 間 令和3年7月23日(金) 10:00～14:00
- 締 切 活動希望日の3日前
- 条 件 中学生・高校生・大学生・専門生のみ
ボランティア保険は各自で加入
- その他 最寄り駅等への送迎は応相談
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎088-892-4976 (月～金曜日 8:30～17:30)

ケアハウスいの
担当／石垣



いの町

ボランティア初心者の方もぜひチャレンジしてください

MAP34

あったかふれあいセンターは、子供から高齢者・障害の有無にかかわらず誰もが気軽に集える場所です。楽しみながら福祉の仕事を体験してみませんか

- 内 容 高齢者との交流
- 場 所 あったかふれあいセンター
(吾川郡いの町1400 すこやかセンター伊野内)
- 期 間 8/3、8/4と木曜日を除く 7/26(月)～8/27(金)
午前中 9:00～12:00
- 締 切 活動希望日の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 ☎088-893-5920 (平日 9:00～16:00)
☎088-893-5920
✉attakaino1400@live.jp



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



高知市

アットホームな職場です。気軽に参加して下さい。まっています。 MAP⁵⁰

障害を持った方の仕事のお手伝いをしてみませんか。

- 内 容 電気線のビニールはぎや内職の仕事(封筒入れなど)をしています。
- 場 所 あさひ共同作業所(高知市赤石町73-2)
- 期 間 期間中の月～金(9:00～15:00)
- 締 切 活動希望日の2日前
- 条 件 高校生・大学生・専門学校生のみ、ボランティア保険は受入側で加入
- その他 昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎088-822-5023(8:30～16:00)
FAX088-803-6162

NPO法人 あさひ会
担当/山田

香美市

知的障害の方々と楽しく作業等の活動を楽しませんか? MAP⁵¹

知的に障害がある利用者の方々が、日々「自立と社会参加」のために取り組んでいる作業等の活動のお手伝いをお願いします。

- 内 容 施設でのクリーニング作業等の活動への参加
利用者の方々との会話等を通じた交流など
- 場 所 ワークセンター白ゆり(香美市土佐山田町山田1319 ※ワークセンター第二白ゆりと隣接している施設です)
- 期 間 7/20(火)～8/31(火) 8:30～17:30
(7/24・25・31、8/1・7・8・12・15・19・22・28・29は休み)
- 締 切 活動希望日の10日前
- 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 最寄り駅等への送迎は応相談、昼食あり
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☎0887-52-1160 FAX0887-57-0337
✉1-sirayuri@iaa.itkeeper.ne.jp
(電話・FAXは平日8:30～17:30、メールは随時)

ワークセンター
白ゆり
担当/中里

高知市

本好き歓迎! まんが図書室をリフレッシュ!

MAP 52

塩見記念青少年プラザには、約4000冊の本が自由に読めるまんが図書室があります。年に一度の本の清掃で、あなたの参加をお待ちしています。

- 内 容 書籍のクリーニングと並べ替えなど
- 場 所 高知県立塩見記念青少年プラザ（高知市小津町6-4）
- 期 間 7月21日（水）9時～12時
- 締 切 7月11日（日）
- 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 定員10名
ナツボラ期間以外も受入可
- 申 込 ☒info@shiomi-plaza.com（水曜日以外）

特定非営利活動法人
たびびと
担当/瀬理



高知市

はさみでできるコツコツボランティア♪

MAP 53

はさみでできる社会貢献! 使用済み切手の再利用で気楽にボランティア活動♪

- 内 容 使用済み切手の整理
- 場 所 県立ふくし交流プラザ（高知市朝倉戊375-1）
- 期 間 8/5（木）、8/11（水）10:00～11:30
8/16（月）①10:00～11:30 ②15:30～17:00
- 締 切 活動希望日の5日前 ※各回先着50名
- 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（毎週金曜日）
- 申 込 ☎088-850-9100 ☎088-844-3852
☒kvnc@pippikochi.or.jp
（平日 8:30～17:15）



高知県ボランティア・NPOセンター
担当/鳴川・濱田



高知県内

ボランティア活動をつなげよう!”ナツボラ取材班”募集

一緒にボランティアの輪を広げる活動をしませんか?
みなさんの力が誰かの”次”につながります!!

- 内 容 ナツボラの取材、動画作成など
- 場 所 ナツボラ活動場所
- 期 間 応相談。日程は後日調整します。 ※事前説明会あり
- 締 切 8/5（木） ※先着5名程度
- 条 件 高校生・大学生・専門学校生のみ
ボランティア保険は受入側で加入
- その他 送迎可（集合場所は応相談）
- 申 込 ☎088-850-9100 ☎088-844-3852
☒kvnc@pippikochi.or.jp
（平日 8:30～17:15）



高知県ボランティア・NPOセンター
担当/鳴川



目指せボランティア達人!

ボランティアポイントカード

【例】

ボランティアをしたら
ハンコをもらおう!



1



活動場所/ なつぼら子ども食堂

活動日/ 7月25日(日)

1

活動場所/

活動日/

2

活動場所/

活動日/

3

活動場所/

活動日/

4

活動場所/

活動日/

自分をまもる 相手をまもる

ボランティア活動保険に加入しよう

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のケガや、誤って相手にケガをさせたり、物を壊したときなどに保険金が支払われます。一度の加入で複数のボランティア活動をカバーでき、次年度の3月31日まで補償が続きます。

特徴

- 往復途上の事故を補償
- 熱中症(日射病や熱射病)を補償
- 食中毒や特定感染症(※)を補償

(※)新型コロナウイルス感染症も含まれます。



加入するには?

ボランティア活動保険は、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で加入できます。補償開始は、加入手続きが完了した翌日からです。活動日に間に合うように、余裕を持って加入しましょう。

保険料

(1名あたり・年間)

プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン
保険料	350円	500円

※詳しくは次のページをご覧ください。

令和3年度

https://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



保険金額・年間保険料 (1名あたり)

商品パンフレットは
コチラ(ふくしの保険
ホームページ)

保険金の種類		基本プラン	天災・地震補償プラン
ケガの補償	死亡保険金	1,040万円	
	後遺障害保険金	1,040万円(限度額)	
	入院保険金日額	6,500円	
	手術保険金	入院中の手術	65,000円
		外来の手術	32,500円
	通院保険金日額	4,000円	
	地震・噴火・津波による死傷	×	○
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		350円	500円

団体割引 20%適用済 / 過去の損害率による割増引適用

<基本プランに加入される方へ>

基本プランでは、地震・噴火・津波が起因する死傷は補償されません。

◆災害ボランティア活動の参加は、「天災・地震補償プラン」への加入をおすすめします。

※被災地でのボランティア活動では、予測できない様々な事態が想定されます。二次被害への備えとしても、あらかじめ「天災・地震補償プラン」に加入いただきますと、より安心してボランティア活動に参加いただけます。

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!

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!

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!

● 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

取扱代理店 株式会社 福祉保険サービス

(引受幹事) 損害保険ジャパン株式会社 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、年末年始を除きます。)

〒100-0013 東京都千代田区豊が関3丁目3番2号 新豊が関ビル17F

TEL: 03(3581)4667 FAX: 03(3581)4763

受付時間: 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。

(8J20-12S08 2020.12.28 作成)

お問い合わせ先

高知県ボランティア・NPO センター
(社会福祉法人 高知県社会福祉協議会内)

〒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 FAX 088-844-3852

E-mail kvnc@pippikochi.or.jp

ピッピネット <https://www.pippikochi.or.jp>

表紙デザイン 高橋萌瑛（高知大学 地域協働学部）

