ボランティア活動に参加したい！　市民のためのボランティア情報誌

TUNAGU（つなぐ）

NO. ３６０

発行日：2026.11.19

●住所　〒720-8512　福山市三吉町南２－１１－２２　福山すこやかセンター内
●電話　（０８４）９２８－１３４６　FAX　（０８４）９２８－１３３１
●ホームページ　http://www.f-shakyo.net/
●メールアドレス　fukumachi@f-shakyo.net

編集・発行　福山市社会福祉協議会　地域共生社会推進課（ボランティアセンター）

ボランティア募集　NO.19　クリスマス会のボランティアを募集中！

生活支援センターゆいねっとは、**障がいのある方への余暇の支援**を行っています。**今回はクリスマス会**を企画しました。障がいのある方と一緒に、楽しみながらお手伝いいただける方を募集しています。ご連絡をお待ちしております。

■開催日　:2026 年 12 月 20日(日)
■時　　間:14 時～16 時 40 分　■集合時間:13 時 30 分
■場　　所:御野交流館(住所:福山市神辺町下御領 46-2）※施設駐車場をご利用ください。
■内　　容:会場準備片づけ、会場飾りつけ、ビンゴゲームのお手伝い、プレゼント準備、音楽鑑賞の準備
■募集人数:3 人
■申込締切:2026 年 12 月 5 日(土)

問い合わせ先　社会福祉協議会 ボランティアセンター
電話 :084－928－1346　FAX :084－928－1331

リングプルを集めています



※「リングプル」とは、缶ジュースなどのふたの部分です。プルタブやプルトップとも呼ばれています。

集めるとどうなるの？

リングプルは、資源としてリサイクルすることができます。
（捨てなくても、もう一度使うことができます。）



リングプルは袋にまとめます



業者に買い取ってもらいます

買い取ってもらったお金は、車いすの整備費用（パンク修理）等やボランティア活動に活用しています。
また、車いすは、貸出用や小学校等での福祉教育（体験学習）として使用されています。



問い合わせ先　社会福祉協議会　地域福祉担当
電話（084）928-1333　ＦＡＸ（084）928-1331　Ｅメール f-shakyo@blue.ocn.ne.jp

ボランティア募集　NO.20

託児ボランティアを募集中です！

ひろしま多胎ネットが、双子・三つ子など**多胎を妊娠している方、そのご家族、多胎支援者等の方々の情報交換、交流のイベントを開催**します。来場された方の、お子さんの託児をお願いします。

■日　程：**2026年12 月 6 日(日)　午前 10 時00分～12時00分(集合時間　9 時 30 分)**
■会　場：龍淵寺(福山市西町 1 丁目 11-8、駅から徒歩 15 分)
■内　容：保護者の方が交流される間の託児をお願いいたします。乳児から 3 歳くらいまでのお子さんの託児をしていただきます。
■定　員：5人程度
■募集期間：**2026年11月30日(月)まで**
■対　象：保育士さん、看護学生さん等赤ちゃんに慣れている方にお願いしたいです。
■留意点：会場には駐車場がありません。近隣の駐車場を使っていただくか、駅周辺の駐車場をご利用ください。駐車代は各自でご負担ください。

問い合わせ先　社会福祉協議会 ボランティアセンター
電話 ：084－928－1346　FAX ：084－928－1331

ボランティア募集　NO.21

「冒険遊び場てんぐりかっぱ」からボランティア募集！

冒険遊び場は、土(つち)・水(みず)・火(ひ)・木(き)などの自然素材や金づち・スコップなどの道具を使って**こどもたちの「やりたい！」を実現していく遊び場**です。禁止するのではなく**一緒に考えてやってみる、自分らしくホッとできること**を大切にしています。少しの時間でも大丈夫です。都合のつく時間にお手伝いをしていただける方を募集します。

■こどもたちの遊び場
１１月２６日(木)　10:00～13:00
１１月２９日(日)　10:00～15:00
こどもたちの遊びの見守り、たき火の番、片付け、お店屋さんなどをお願いします。子育てが終わった中高年の方、学生さん、大歓迎！こどもたちからたくさんパワーをもらえますよ。

■環境整備の作業日
１１月２６日(木)　10:00～13:00
１２月１０日(木)　10:00～13:00
机・イス・遊具の製作・修理、草刈り、落葉集め、たき木拾いなど、自分の得意なことを活かして自然の中で楽しく作業しています。

活 動 場 所　福山市千田町薮路506(冒険遊び場てんぐりかっぱ)
問い合わせ先　090-9738-6582(三好)



ボランティア募集　NO.22

マラソンイベントをお手伝いしてくださる方を募集中！

広島県内初の大規模フルマラソン事業。西日本最大の年末マラソンにするべく、当年は第一段階として目標 1200 人以上の参加者を目標に大会を実施します。参加するランナーの皆様が最高の思い出になるように各エリアで選手の背中を押すスタッフを広く募集しています。ぜひ福山市の地域活性化のために新しいチャレンジを一緒にしませんか。



■開催日　:**2026 年 12 月 27 日(日)**

■場　所　:福山市かわまち広場を中心とした場所

■大会 HP:http://fukuyama-yearend-marathon.com/

■内　　容:大会運営にかかわる各エリアの対応

① 選手受付、荷物管理
② 選手応援、整列、ゴール対応など
③ 各ブース運営サポート(給水、おもてなしブース、応援ブース補助など)
④ プロジェクトへの企画参加(自発的な企画を持って大会への参加していくこと)

■返礼品　:クオカード 1000 円分、昼食対応(クーポン形式 or お弁当)、大会オリジナルスタッフウェア
参加賞などのお土産

■募集期限:**2026年 11 月 30 日(月)**

■事前説明会:**2026年12月12日(土)19時～21時予定(18時開場)**
会場はまなびの館ローズコム　3階　中会議室(福山市霞町一丁目10番1号)
※可能な限り事前説明会にご参加ください。

■注意事項:

・参加申し込み後、不参加になる場合は必ずご連絡ください。

・参加者とトラブルにならないように大会スタッフとしてマナー・ルールを守り、主催の指示に従ってください。

・大会中のトラブルや必要に応じて電話や LINE などの連絡が必要になるので情報交換に同意いただき、問題や連絡事項が入った場合は、すみやかに主催や関係者にご連絡いただけるようお願いします。必ずメールアドレスを教えていただきます。

・大会中に知り得た個人情報や社外事項を対外に持ち出すことを禁止します。また、スタッフ間で同意なく個人間のやり取りをした場合、退会していただく可能性があります。

問い合わせ先　社会福祉協議会 ボランティアセンター
電話 :084－928－1346　FAX :084－928－1331





ボランティアグループからのお知らせ

参加者募集！ボランティアによる創作活動「絵はがき」

創作活動「絵はがき」をしながら、参加者同士の交流を図っています。
「絵はがき」は、絵の具や色鉛筆などで色をつけ作品を完成させます。
誰でも簡単にできます。毎回、終了後にはみんなでお茶を飲みながら楽しく交流しています。
時には小物づくり等もやることもあります。ぜひご参加ください。

■日　　時　**12 月2日(水)10:00～12:00**　※毎月第1水曜日開催
■場　　所　福山すこやかセンター2階　ボランティア活動センター
■募集人数　15人程度
■持 参 物　色鉛筆を使いたい場合は色鉛筆
■費　　用　無料





問い合わせ先　社会福祉協議会　ボランティアセンター
電話　:084－928－1346　FAX　:084－928－1331

ボランティアグループからのお知らせ

「おいで～ね」で楽しくお話しませんか？

「おいで～ね」は、**ボランティア入門講座を受講したボランティアが運営する交流の場**です。おしゃべりをしたり、歌ったり、だれかに話を聞いてほしい人も、人の話を聞きたいだけの人も、どなたでも無料で参加できます。予約も必要ありません。ぜひ、お気軽にお越しください。

■日　　時　**毎月第4火曜　10:00～11:30**（時間内の入退出自由）
今月は、**11 月24 日(火)**です。
■場　　所　福山すこやかセンター2階　地域ケア研修室
■参加費　無料



問い合わせ先　社会福祉協議会　ボランティアセンター
電話　:084－928－1346　FAX　:084－928－1331



ボランティアグループからのお知らせ

ボランティアが行っているサロン「ほっこり」を開催します！

ボランティアをする中での悩みや喜びなどを話し合って、気持ちがほっこりする場になっています。
ボランティア活動に興味のある方や、初めての方でも大丈夫です。楽しくみんなで学びましょう。

■日　　時　　**12月10日(木)13:30～15:00**
■内　　容　　みんなでワイワイ伝達ゲームとビンゴで楽しみましょう
■場　　所　　福山すこやかセンター2階　ボランティアセンター
■参 加 費　　100円(飲み物他)



問い合わせ先　社会福祉協議会　ボランティアセンター
電話 ：084－928－1346　FAX ：084－928－1331

ボランティアグループからのお知らせ



福山オレンジの会より『認知症の人って、なんでそんなことをするの？』

福山オレンジの会は、認知症に関心のある高齢者や家族の方、認知症リスクを減らしたいと考えている人たちが集う団体です。「不安」を「スッキリ」に。
「認知症を持っている人との付き合い方」など　初参加の方も常連さんも一緒に考えてみましょう。

■11月の予定　**11月26日(木) 13:30～15:00　第113回「若年性認知症の人の話を聴いてみませんか」**
■12月の予定　**12月24日(木) 13:30～15:00　第114回「内容は毎回変わります」**
（途中出席・途中退席可）
■場　　所　福山すこやかセンター2階　ボランティアセンター
■参 加 費　無料

Q.認知症クイズ
認知症の人はどうしてトイレの場所がわからなくなるのだろう？
答えは、会場にて

問い合わせ先　社会福祉協議会　ボランティアセンター
電話 ：084-928-1346
FAX ：084-928-1331

◆オレンジの会の活動の様子が見られます！
オレンジの会　公式 Instagram

©FUKUYAMA.ORANGENOKAI

初心者の方は手ぶらでどうぞ

認知症のある人の不安を安心へとつなぐ
「認知症ケアマフ」を一緒に作りませんか？
（編み物好きな方、誰かの役に立ちたい方）
ぜひ一緒に作ってみませんか？



日時　毎月第１木曜日　13:30～15:00
（参加費無料）
場所　福山すこやかセンター２階

ボランティア情報誌の発送作業・ほほえみ封入作業をお手伝いください。

社会福祉協議会では、ボランティア情報誌の発送作業・ほほえみ封入作業等にご協力いただけるボランティアを募集しています。どなたでも気軽に参加できる活動です。

NO	活　動	活動日	活動時間	内　容
1	ほほえみ 発送作業	11月25日(水)	10:00 ～ 11:30	福祉だより「ほほえみ」を用紙に書いてある枚数を数える、ビニール袋に封入する等の簡単な作業
	活動場所	福山すこやかセンター２階　地域ケア研修室（三吉町南２－１１－２２）		
2	再生封筒 づくり	12月 3日(木)	10:00 ～ 11:30	不要になった紙を再利用して、封筒を作る作業
	活動場所	福山すこやかセンター２階　地域ケア研修室（三吉町南２－１１－２２）		
3	ボランティア 情報誌 発送作業	12月17日(木)	10:00 ～ 11:30	封筒のサイズに合わせて情報誌やチラシを折る、宛名シールを貼る、封入する等の簡単な作業
	活動場所	福山すこやかセンター２階　地域ケア研修室（三吉町南２－１１－２２）		

■ご協力いただける方は、当日直接、活動場所へお越しください。

次回の「TUNAGU(つなぐ)NO. 361」(12月17日発行予定)へ記事掲載依頼・ボランティア募集依頼希望のグループ・団体は、**12月 11日(金)午前中まで** にご連絡ください。

あなたの活動をみんなの活動へ！ボランティア活動の体験談募集

社会福祉協議会・ボランティアセンターでは、**ボランティア活動の体験談**を募集しています。体験談はボランティア情報誌「ＴＵＮＡＧＵ（つなぐ）」に掲載させていただきます。例えば、参加したボランティアで**こんなうれしい場面があった**という経験談や、**こんな事をやってみたい**んだという夢、**こんな活動があったらいいのになあ**という希望などボランティアに関わることなら、何でも大歓迎です。

まだ活動していない方に情報提供をし、現在活動しているみなさんと一緒に活動の輪を広げていきたいと思っています。

現在活動中のみなさんにぜひご協力いただければと思います。随時募集しておりますので、よろしくお願いします。（個人でもグループ（グループの紹介・メンバー募集）でも構いません。）

ボランティア募集・会員募集・参加者募集・体験談募集の申込先

社会福祉協議会　ボランティアセンター

電話：０８４－９２８－１３４６　ＦＡＸ：０８４－９２８－１３３１

メールでも申し込みができます。上のＱＲコード読み取り後、「メール作成」ボタンを押し、名前・電話番号・募集№を入力し送信してください。

お知らせ　過去にゲートキーパー養成研修を受けられた皆さまへ

ゲートキーパーステップアップ研修を開催します！

テーマは、　実践力アップ～いのちを守るゲートキーパーの「つなぐ」を考える～　です。
ゲートキーパーとして話を聴く中で、「こんなとき、どう声をかけたらいいのだろう」「どこに、どのようにつないだらいいのだろう」と悩んだ経験はありませんか。
この研修では、講義やグループワークを通して、相談機関へつなぐポイントや対応のコツを学びます。一人で抱え込まず、地域で支えあうための実践力を一緒に高めましょう。

【日時】2027年（令和９年）１月18日（月）13：30～15：30（受付13：00～）
【場所】福山すこやかセンター　１階　多目的ホール
【講師】臨床心理士・公認心理師・保健師　西田眞由美さん
【対象】**ゲートキーパー養成研修を受けたことがある市民（定員：30名）※要申込**
【内容】・ゲートキーパーとして「つなぐ」際のポイント、関わり方について
・福山市の相談窓口について
・グループワーク
【参加費】無料

【申込期間】12月１日（火）～12月27日（日）
【申込方法】健康推進課へ電話もしくは電子申請にてお申込みください。
健康推進課：（084）928-3421
受付時間　８：30～17：15（土日祝日除く）
電子申請はこちらから→
（24時間受付）

「フードたすけあいネット」に引き続きご協力をお願いします。

さまざまな事情で日々の食事に困っている方の支援を目的に、社協では、家庭で眠っている食品や日用品をご提供いただき、必要とされている方々に配布する「フードたすけあいネット」に取り組んでいます。
ご提供いただける食品・日用品がありましたら、引き続きご協力をお願いします。

【ご提供いただきたい食料品・日用品】
●玄米・白米・パックご飯　●麺類（袋麺・カップ麺・乾麺）
●保存食品（缶詰・瓶詰など）●レトルト食品（レトルトカレー・丼など）
●トイレットペーパー・ティッシュペーパー等
※食料品は賞味期限が１か月以上残っているもの



問い合わせ先　社会福祉協議会　ボランティアセンター
電話　：　０８４－９２８－１３４６　　FAX　：　０８４－９２８－１３３１

当日の参加でも大歓迎！

お知らせ　福山市社会福祉協議会

災害ボランティア・カレッジ開催！！

～みんなで守る地域の安全、地域で支え合う力を育てる～

近年、地震や豪雨など、日本各地で大規模な自然災害が頻発しています。非常時に被災された方を支え、一日も早い復旧・復興を進めるためには、行政の力に加え、地元住民による助け合いや地域を超えた支え合い、すなわち「災害ボランティア」の力が不可欠です。

災害ボランティアの経験がない方でも、基礎から学べる内容をお伝えします。**地域のために何かしたい、防災に関心があるという皆様の積極的なご参加をお待ちしております。**

■日時：**2026 年 11 月 24 日(火) 10 時～16 時**
■場所：福山すこやかセンター1階　多目的ホール(福山市三吉町南 2-11-22)
■対象：災害時のボランティア活動に関心があり、可能な範囲で災害ボランティアに参加できる方
■講師：**日野ボランティアネットワーク(ひのぼらねっと　鳥取県日野郡日野町)**
山下　弘彦さん
■内容：災害ボランティアの役割と心構え、災害ボランティアセンターの役割、災害ボランティアからの実践報告など
■参加費：無料　募集人数：30 人(先着順)持ち物：筆記用具、飲み物
■申込方法：申し込みフォーム(右 QR 参照)・電話・メール・FAX のいずれかで、「災害ボランティア・カレッジ申込」と明記の上、お名前・連絡先をお知らせください。

申込み・問い合せ先地域福祉担当　電話(084)928-1333　FAX(084)928-1331

申し込みフォーム→

近頃急に気温が下がり、朝晩は凍えるように感じることも多くなりました。皆様体調を崩されてはいないでしょうか。私はなんだか頭が痛くなってきました。コロナやインフルエンザも流行していると頻繁に聞こえてきますね。ぜひとも皆様ご自愛ください。

外は寒いですが、秋の深まりにつれ、これから寒い季節ならではのイベントも増えていきます。だれかを思いやる気持ちや、ちょっとした行動が、人と人とのつながりを生み、地域をより温かくしてくれます。私は近所の人や出会った人に元気にあいさつをすることから始めています。ぜひ皆さんも身近なことから活動に参加して、地域の笑顔を増やしていきましょう。

社会福祉協議会　地域共生社会推進課　ボランティアセンター担当より

次回 TUNAGU(つなぐ)No.361(12月17日発行予定)へチラシ等の封入希望のグループ・団体は、12月15日(火)午前中まで にご持参ください。