

かわにし

ボランティア情報 にじ

編集・発行：川西市社会福祉協議会ボランティア活動センター・川西市ボランティア連絡協議会

3つのボランティアグループを紹介

グループ紹介No.1

居場所「心家」
こころや

阪急川西能勢口駅近くにあります。

だまって本を読む、お茶を飲む、いるだけでいい、
誰でも気軽に立ち寄れる地域の居場所です。

心家 ブログ

開所日

毎週木曜日・金曜日と第1・3土曜日 11:00~16:00

利用料 200円

どなたでも出入り自由

お茶・コーヒー、お菓子を用意しています。

相談日

第4土曜日 13:00~16:00 (ひとり50分)

利用料 200円

ゆっくりお話を聞きます。辛い、悲しいとき
一人で悩まないで誰かに話すことで
気持ちが楽になることも。
悩みに大小はありません。
安心してお話しください。
秘密は厳守いたします。

こども食堂

第2土曜日 12:00~14:00

利用料

子ども100円 保護者200円

乳幼児は無料

ワイワイガヤガヤ

みんなで楽しくご飯を食べよう!!

ピアサポート

第2水曜日 11:00~15:30

利用料 200円

ピアとは仲間の意味です。お互いを尊重しながら話し、聴き、考えます。
人間関係の悩み 家族のこと 介護のこと子育て 引きこもり 不登校 心の病
老後の不安 日々の生活で誰にでも起こりうる悩みや心配事
しんどい気持ちを置きにきてください。少しでも心が軽くなったら幸いです。
どんな生き方でもよい 人とつながることは大事です。「いつでも、あなたのそばにいるよ」そんな思いで集まった
ボランティアグループ「心」が運営しています。

問い合わせ 川西市ボランティア活動センター 略して「ぼらせん」です😊

住所：川西市火打1-12-16キセラ川西プラザ福祉棟1階

電話：072-759-5200 FAX：072-759-5203

E-mail：vc@k-shakyo.or.jp



公式 Instagram

けん び おん 健美音 あ～すくる

一緒に創る、世代を超えて繋がる、心のふれあいボランティア



あなたの特技を社会に

私たちは、趣味や特技を活かして、誰かを笑顔にしたいという想いで、昨年9月にグループを立ち上げました。

音楽を通じて集まった仲間と共に学び、共に楽しみながら活動をしています。

現在は、ダンスや歌を地域のイベントなどで披露する機会が多く、みなさんの心に響く感動を創り、それがまた地域の活力になればと願い、練習に励んでいます。

初めての方も大歓迎！



自分の好きなことを活かしたい…歌やダンスだけでなく、体操、マジックなど何でも！特技を活かして一緒に活動しませんか？

歌やダンスを始めてみたい方は、プロの方もいるので教えてもらうこともできます♪

気軽に覗きにきてください！

活動日

日時：金曜日 11:00～

場所：キセラ川西プラザ2階

(川西市火打1丁目12-16)

持ち物：飲み物、筆記用具

主な活動内容

- ☆地域のイベントで歌やダンスパフォーマンス
- ☆病院や福祉施設への慰問活動
- ☆子どもたちへのワークショップ
- ☆地域のお祭りへの参加 など



お待ちしております♪
お問い合わせは
ぼらせんへ♪



オハイ・アライ `Ohai Ali`i

花言葉「自分らしく生きる 輝く個性」

生き生きと自分らしく 活躍できる場を

サークル名にもなっている`Ohai Ali`i（オハイ・アライ）は、鮮やかな蝶のような形をした赤や黄色、オレンジ色の花です。この花のように障がいがあってもなくても、参加者それぞれが、自分らしく輝く個性を発揮し生き生きと自分らしく活躍できる場を提供したいという思いから、このサークルを立ち上げました。



ご興味のある方どなたでも

3歳から参加できる視覚障がいのある方との囲碁を楽しむ活動も行っています。視覚障がいのある方が積極的に外出できるよう、これからは活動に力を入れていきます。



主な活動内容

視覚障がいのある方と一緒に踊る社交ダンスです。プロの先生による指導で、社交ダンス初心者の方やブランクがある方でも基礎から学べます。

活動の成果を発揮する場として、日本ダンス協会が開催する大会などにも参加しています。

活動日

日時：隔週木曜・土曜日 9:00~17:00 場所：キセラ川西プラザ2階

手話まつりの報告

わくわく陽明2・3年



手話サークル パピヨン

わくわく陽明4・5・6年



花花たんぽぽ

ウエノサウルス

第2回 手話まつり in 川西
2024.9.23
アステホール
川西ろうあ協会主催
手話言語の国際デー
記念イベント

清和台民生サインメロディ



手話サークル クローバ



裸足の楽園



大和地区福祉委員会

ボランティア部手話グループ



子ども手話教室



スマイルナビゲーター



お楽しみ抽選会



手話まつり賞は
コッシー(市長)に
お願いしました

今年も来場者300名以上

ありがとうございました！

おしらせ

子どもボランティアサミット 子ども福祉茶話会

令和6年12月14日(土) 令和7年3月8日(土) 12:30~

場所：多田コミュニティ会館（川西市多田院1丁目5-1）

多田公民館（行政センター）の裏手にあります。

詳細は、参加者にお知らせします！

内容：みんなの食堂体験 お菓子や飲み物を楽しむ茶話会

ウェル・ビーイングとは？についてのスライドショー等

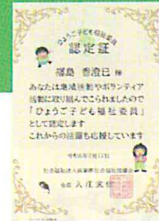
申込締切日
12月1日(日)
先着80名

高校生以下
子ども無料



問合せ 申し込み

「ひょうご子ども福祉委員」としていっしょに
クリスマス会を盛り上げる子どもたち集まれ！



講座のご案内

傾聴ボランティア入門講座

日時：12月4日、11日毎週水曜日（全2回）
午前10時～正午
場所：キセラ川西プラザ2階
受講料：500円（18歳以下半額）
講師：1日目 いなまつ ゆかさん
2日目 傾聴ボランティア よりそい
内容：1日目 傾聴、コミュニケーションの基本
2日目 ワークショップで学ぶ傾聴
定員：30名（市内在住、在勤優先）
締切：11月27日（水）17時

子ども手話教室

日時：12月7日～2月1日の毎週土曜日（全7回）
※12月28日、1月4日は休講
午前10時～正午
場所：キセラ川西プラザ2階
受講料：300円（18歳以下半額）
講師：ろうあ協会、手話サークルクローバ
内容：手話を通じて聴覚障がい児・者との理解と交流
定員：30名（市内在住、在勤優先）
締切：12月5日（木）17時

お料理レシピNo. 2

中華おこわ風炊き込みご飯

材料5人分

米	2合	甘栗	50g
餅	100g	干しえび	10g
焼き豚	100g	しょう油	大さじ1
にんじん	15g	オイスターソース	大さじ1
干し椎茸	2枚	ごま油	大さじ1.1/2
水煮たけのこ	80g		

作り方

- ① 米は洗ってザルにあげておく。
- ② 干し椎茸、干しえびはそれぞれお湯で戻しておく。
- ③ ②の椎茸、にんじん、たけのこは角に切る。
- ④ 焼き豚は1cm角に切り、しょう油、オイスターソースに漬ける。
- ⑤ 餅は6等分に切る。
- ⑥ 炊飯器に米、戻し汁を入れ目盛りまで水を入れる。
- ⑦ 干しえび、③、④、甘栗、餅、ごま油を入れて全体を軽く混ぜて炊く。
- ⑧ 炊き上がったら、全体に混ぜる。



熱量 (Kcal)	352
たんぱく質 (g)	9.2
脂質 (g)	5.7
食塩相当量 (g)	1.5

1人分の栄養価