

ボランティアの“力”

雲南市で
活動されている
ボランティア団体を
紹介します！



雲南市ボランティアセンター
(雲南市社会福祉協議会)

※ 本冊子では、研修会参加団体(グループ)のみ紹介しています。

雲南市内には、本冊子内で紹介した以外のボランティア団体も活動されています。

【2023年2月更新】

はじめに

ボランティアってどんなこと？

ボランティアは、福祉や医療に限らず、多様な分野で取り組まれています。
自分の得意なこと、やってみたいこと、気になること、好きなこと、放つておけないことなど…を誰かのために活動することです。

ボランティアは、誰もが自分らしく豊かに暮らしていける社会を目指し、自分から進んで、また、自分の考えで身近な様々な活動に取り組んでいくことです。決して、特別なものではありません。

ボランティアは、自分以外の誰かのために活動することによって、感動や喜びを得ることが出来ます。さらには、活動を通じて、一緒に活動する仲間ができたり、自分の視野を広げたりすることの出来る、自分のためになる活動もあります。

雲南市ボランティアセンターは、
あなたの「やってみたい！」という思いを応援します！

ボランティアをする上で大切なポイント

ボランティアのチカラ

…「**自分以外の誰か**のため」の活動が「**自分自身**を成長させる」こと

＼誰かのためになってうれしい／ + 自分もうれしい！

ボランティア活動

一般的なイメージ…

自分以外の誰か のための活動



こんな一面も！

自分自身 を成長させる機会

誰かも、**自分**も…
お互いが豊かになれるもの



＼これが…／

ボランティア
のチカラ



もくじ

◆はじめに	1
◆もくじ	2
◆音訳ボランティア	3
◆手話ボランティア	6
◆点訳ボランティア	7
◆配食ボランティア	8
◆読み語りボランティア	9
◆介護予防はつらつボランティア	10
◆有償助け合い団体	11
◆図書館ボランティア	15
◆病院ボランティア	16
◆精神保健ボランティア	17
◆絵手紙ボランティア	18
◆要約筆記ボランティア	19
◆料理ボランティア	20
◆その他ボランティア活動	21

この『ボランティアのカタチ』は…

「ボランティア活動に興味がある！」
「ボランティアに参加してみたいけど…どんな活動があるの？」

このような思いをお持ちの皆様へ情報を届けし、何か活動のきっかけとなれば幸いです。

※新型コロナウイルス感染拡大等の影響により、活動を縮小・中止されている場合があります。
活動へのご参加を検討される際には、雲南省ボランティアセンター（雲南省社会福祉協議会）
へお気軽にお問い合わせください。

◆音訳ボランティア



【令和4年度 音訳ボランティア代表者会議の様子】



【令和4年度 音訳ボランティア研修会の様子】



私たち雲南市で活動する
音訳ボランティアです。

音訳ボランティアグループの
取り組みを紹介する動画を作
成いたしました！

音訳ボランティアは、雲南市の6町ごとに活動グループがあります。「視覚障がい者や高齢者の方の生活を豊かにしたい」という願いを持った皆さんで結成されたグループです。

主な活動内容は、「市報うんなん」等を朗読(音訳)してCDに録音し、希望される皆さんへお配りしています。

【お問い合わせ】

雲南市社会福祉協議会：☎0854-45-9888

さくらの会(大東町)

ボランティア数	11名
主な活動場所	大東町内
利用者数	2名

【お問い合わせ】
雲南市社会福祉協議会 大東支所
☎ 0854-43-5610



ひばりの会(加茂町)

ボランティア数	8名
主な活動場所	加茂町内
利用者数	4名

【お問い合わせ】
雲南市社会福祉協議会 加茂支所
☎ 0854-49-7306



ともしび会(木次町)

ボランティア数	16名
主な活動場所	木次町内
利用者数	2名

【お問い合わせ】
雲南市社会福祉協議会 木次支所
☎ 0854-42-9080



こだまの会(三刀屋町)

ボランティア数	18名
主な活動場所	三刀屋町内
利用者数	6名



【お問い合わせ】
雲南市社会福祉協議会 本所(三刀屋)
☎ 0854-45-9888

こもれび(吉田町)

ボランティア数	18名
主な活動場所	吉田町内
利用者数	1名



【お問い合わせ】
雲南市社会福祉協議会 吉田支所
☎ 0854-74-0078



ほほえみ(掛合町)

ボランティア数	14名
主な活動場所	掛合町内
利用者数	3名



【お問い合わせ】
雲南市社会福祉協議会 掛合支所
☎ 0854-62-1121

※ボランティア数・利用者数は R4.4月現在のものです。

◆手話ボランティア



＼ボランティアの声／
手話ボランティアの仲間が増え、
聴覚に障がいがある方が安心し
て生活できるよう力を合わせて
活動します。



手話ボランティアは「聴覚障がい者と健聴者の思いをつなぎたい、聴覚障がい者に様々な情報を伝えたい」という思いを持った皆さんで結成されたグループです。

活動に必要な手話や障がい者についての知識は、雲南広域福祉会が主催する『手話奉仕員養成講習会』等で勉強します。修了後も、当事者の皆さんと交流し、手話を習ったり障がいについて理解するよう努められています。

【お問い合わせ】

雲南市社会福祉協議会 : ☎0854-45-9888
雲南広域福祉会 : ☎0854-45-0020

◆点訳ボランティア



点訳ボランティアは「視覚障がい者の社会参加を支援したい」という願いを持った皆さんで結成されたグループです。
主な活動内容は、小説などを、点字盤やパソコンを使って点字書籍にし、視覚障がいの方に伝えていきます。

【お問い合わせ】

雲南市社会福祉協議会 : ☎0854-45-9888

◆配食ボランティア



配食ボランティアは、「高齢者の方の生活を豊かにしたい」という気持ちを持った皆さんのが活動されています。

主な活動内容は、地域で作られた食事を届け、声かけとともに安心・安全な地域生活の支援を行っています。

【お問い合わせ】

雲南市社会福祉協議会:☎ 0854-45-9888

◆読み語りボランティア



読み語りボランティアは、「地域のつながりの中で子育て支援をしたい」という願いを持った皆さんで結成されたグループです。主な活動内容は、地域の読書会や学校等での読み語りやお話し相手などをしています。

【お問い合わせ】

雲南市社会福祉協議会:☎ 0854-45-9888

◆介護予防はつらつボランティア



介護予防はつらつボランティアは、「高齢者の方の生活を豊かにしたい」という気持ちを持った皆さんのが活動されています。

主な活動内容は、お茶を出したり、レクリエーションに参加したりする等、ボランティアも一緒に楽しみながら取り組まれています。

【連絡先】

雲南市社会福祉協議会 在宅福祉部:☎0854-45-9888

◆有償助け合い団体



有償助け合い団体は、「困ったときはお互いに助け合おう」という気持ちを持った皆さんのが集まってできた団体です。

主な活動内容は、公的サービスでは対応できない日常生活上の困りごとなどに対応しています。利用料は団体ごとに設定されています(13 ページ参照)。

活動は、営利目的(収入を得ること)ではなく、「いつでも遠慮なく利用してもらうため」そして柔軟な活動ができる「自立した組織運営のため」に有償で行っています。

特定非営利法人 ほっと大東

活動エリア	大東町
団体の特徴	介護保険事業を運営する一方で、助け合い活動・福祉サービス・子育て支援など、幅広く地域貢献活動に取り組んでいます。



【連絡先】

特定非営利法人 ほっと大東
☎:0854-43-8008

生活支援互助ネット けあきの会

活動エリア	雲南市内(要相談)
団体の特徴	一般ボランティアだけでなくハンディキャップのある方やお年寄りさんが自身、その家族もサービスの担い手となり、お互いの生活を支援します。



一緒に活動する協力者も募集しています！



【連絡先】

生活支援互助ネット けあきの会
☎ 080-2886-0983

おたがいさま雲南(雲南市・奥出雲町・飯南町)

活動エリア	雲南市・奥出雲町・飯南町
団体の特徴	利用者と応援者をつなぎ、その人らしく生きることを大切にします。 誰でも、どんなことでも「おたがいさま」の気持ちで助け合います。



趣味の活動など
生活を豊かにする
応援もします！



【連絡先】

おたがいさま雲南
☎:0854-45-0119

※ 各団体の詳細については次ページのチラシ又は各団体へお問い合わせください。

～あなたの困ったをお手伝いする～

思いやり3団体の紹介

☆雲南市内で活動する有償助け合い団体の紹介☆

団体名	私たちの願い	団体の特徴	活動エリア	利用可能日
特定非営利法人 ほっと大東	心安らぐサービスを目指して 利用者やその家族がほっと安心できる サービスをホットな思いで提供します。	介護保険事業を運営する一方で、助け合い 活動・福祉サービス・子育て支援など、幅 広く地域貢献活動に取り組んでいます。	大東町	要相談
生活支援互助ネット けあきの会	ともに暮らそうこのまちで	一般ボランティアだけでなくハンディキ ヤップのある方やお年寄りさんが自身、そ の家族もサービスの担い手となり、お互 いの生活を支援します。	雲南市内（要相談）	要相談
おたがいさま雲南	誰もが安心してくらせる 地域づくりをめざします。	☆利用者と応援者をつなぎ、その人らしく 生きることを大切にします。 ☆誰でも、どんなことでも「おたがいさま」 の気持ちで助け合います。	雲南市・奥出雲町・飯南町	年中可

13

団体名	入会費・年会費	利用料金	詳細問合せ先(平日)
特定非営利法人 ほっと大東	年会費 1,000円	平日：1時間 1,000円 土・日・祝日：1時間 1,200円 別途 交通費・器具使用料等あり	0854-43-8008
生活支援互助ネット けあきの会	入会金 1,000円 年会費 なし	1時間 700円 別途 交通費・器具使用料等あり	受付 9時～17時 080-2886-0983
おたがいさま雲南	なし	1時間 1,000円 別途 交通費・器具使用料等あり	受付 10時～16時 TEL 0854-45-0119 FAX 0854-45-0122

発行元
雲南市ボランティアセンター
(雲南市社会福祉協議会)
TEL 0854-45-9888
更新日 2022.5月

※各団体の活動内容は次ページをご覧ください。

紙面の都合上、各団体、全ての活動内容を記載していません。

記載以外の活動内容・活動の詳細は問合せ先にご連絡ください。



団体名	食事づくり	買物	洗濯	障子張り	掃除(家屋)	庭の草取り	庭の草刈	庭木・植木の手入れ
特定非営利法人 ほっと大東	○	○	○	○	○	○	○	
生活支援互助ネット けあきの会	○	○	○	△	○	○	○	△
おたがいさま雲南	○	○	○	○	○	○	○	○

団体名	墓掃除	ごみの分別・処理	雪かき	話相手	通院介助	通院の付き添い	病院の薬とり	産前産後の手伝い	託児
特定非営利法人 ほっと大東		○	○	○	○	○	○		
生活支援互助ネット けあきの会	○	○	△	○	△	△	○		
おたがいさま雲南	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※ △…要相談



◆図書館ボランティア



図書館ボランティアは、「図書館が市民に親しまれ、たくさんの方が集い交流してほしい」という願いを持った皆さんのが活動されています。主な活動内容は、花壇の整備、読み語り、作品展示、図書館まつりの企画・運営などです。

【お問い合わせ】

雲南市社会福祉協議会 ☎: 0854-45-9888

◆病院ボランティア



病院ボランティアは、ボランティアと病院スタッフが、手と手を取り合いながら一緒に活動し、地域の皆さんに愛される病院を目指している皆さんで集まってできた団体です。

主な活動内容は、病院周辺の美化活動や外来患者の案内、病院内の清掃・車いす介助・点検、季節の行事などを行っています。

【連絡先】

雲南市立病院 ☎:0854-47-7533

◆精神保健ボランティア



精神保健ボランティアは、心の病を持つ人々と諸活動を通じて、共に自己実現を目指し、障がい者と共に生きる地域社会を創り出すボランティアです。

主な活動は、各町によって異なりますが、作業所での共同作業、話し相手、各イベントのお手伝いなどです。

【お問い合わせ】

雲南市社会福祉協議会 ☎:0854-45-9888

◆絵手紙ボランティア



三刀屋高校掛合分校生の作品



絵手紙ボランティアは、自分の特技を活かし、受け取る方の生活を「豊かに」し、「ほっこり」とした気持ちも生み出すボランティアです。主な活動は、配食サービスのお弁当に添えるおたよりや郵便による見守り活動のおたよりづくりをされています。

【お問い合わせ】

雲南市社会福祉協議会 ☎:0854-45-9888

◆要約筆記ボランティア



要約筆記ボランティアは「聴覚障がい者の社会参加を支援したい」という願いを持った皆さんで結成されたグループです。

主な活動内容は、聴覚障がいの方へ各種会議や講演会などの内容を要約し、OHC(オーバーヘッドカメラ)や手作りの小さいホワイトボード等を用いて文字による情報保障をしています。

聞こえの不自由な方とのコミュニケーションに、筆談用の携帯ホワイトボードを使うと便利ですよ。だれでも簡単に作れます。DVDを使って作り方のお手伝いをします。(布と材料費 500 円が必要です。)

【連絡先】

要約筆記サークルみとやだんだん
雲南省三刀屋町三刀屋 1216-7
代表 木色玲子
☎:0854-45-2468

◆料理ボランティア



料理ボランティアは、「『食』を通じて子どもの豊かな成長と地域住民の生きがいを支援したい」という願いを持った皆さんで結成されたグループです。主な活動は、小中学生と一緒に調理実習、地域行事(交流会)の食事づくりや料理教室などです。

【連絡先】

雲南市社会福祉協議会 ☎:0854-45-9888

◆その他のボランティア活動

今まで紹介した団体や活動の他にも、雲南市内では以下のようなボランティア活動があります。

災害ボランティア(令和3年7月実施)

令和3年7月上旬の記録的な豪雨により、市内では様々な被害が発生しました。雲南市社会福祉協議会では、雲南市災害対策本部との連携のもと、被災された皆様を支援するため、雲南市ボランティアセンターを開設しました。ボランティアの皆様には、主に家屋内からの泥出しや片付け、家屋周辺の土砂撤去などの活動にご協力いただきました。

新型コロナ対策として、雲南市・奥出雲町・飯南町を範囲としたボランティア募集となりましたが、318名の方にボランティア登録をいただき、のべ78回の活動に463人(累計)の皆様にご協力いただきました。ご協力いただきました全ての皆様に心からお礼を申し上げます。ありがとうございました。

収集ボランティア

私たちの身近にある物を集めるだけで、簡単に気軽にはじめることができるボランティア活動です。

現在、「使用済みの古切手・プリペイドカード・フルタブ・ベルマーク」を回収しています。回収後の送り先や回収方法については、21ページのチラシをご覧ください。収集物は雲南市社会福祉協議会本所又は各支所などで受け付けています。



お問合せ先

雲南市ボランティアセンター(雲南市社会福祉協議会)

【本所(三刀屋舎)】☎0854-45-9888 【大東支所】☎0854-43-5610

【加茂支所】☎0854-49-7306 【木次支所】☎0854-42-9080

【吉田支所】☎0854-74-0078

【掛合支所】☎0854-62-1121

収集ボランティアって何？

雲南市ボランティアセンターは

皆様の思いを大切に受け取り、つなぎます



→ わたしたちの身近にある物を集めるだけで
簡単・気軽にはじめることができるボランティアです。

例えば…

- ・**使用済みの切手**
..プリペイドカード(テレホンカードなど)
..プルタブ(アルミ)
..ベルマーク
- を集めています。



集めたものはどうなるの？

どうやって集めたら良いの？

古切手(使用済み)



切手に押してある
消印ごと切り取ってください。
日本(普通・記念)はもちろん、
海外のものでも構いません。

プリペイドカード(テレホンカードなど)



日本の景色や動植物・乗り物、アニメなど…
デザインの入っているものが対象です。
度数が残っているものや、未使用でも構いません。

切り取る際には、怪我をしないように注意してください

※タブはすべてアルミ製です

プルタブ(アルミ)



空き缶(アルミ・スチール)から、タブを切り取ってください

一般社団法人 環公害防止連絡協議会へ送付します。
合計800kg集めると車いすと交換してもらえます。
交換した車いすは市内の福祉施設へ寄付いたします。

これらは **NPO法人 誕生日ありがとう運動本部**へお送りします。
団体によって分類・整理され、商品として生まれ変わります。
商品はバザーなどで販売され、福祉活動の資金になります。

雲南市ボランティアセンター

お問い合わせ 雲南市社会福祉協議会 本所
TEL:0854-45-9888