

# 1 ボランティア体験講座

## 1 障がいのある人もない人も一緒にボランティア交流会

活動 茨木市社会福祉協議会：茨木市駅前4-7-55  
場所 阪急「茨木市」駅、JR「茨木」駅 いずれも徒歩10分

日時 1/30(月)10:30~12:00

受入 先着20名程度  
人数

持ち物 筆記用具

### 活動内容

お喋りしたり、障がいがあってもなくても、みんなが楽しめる居場所やイベントを考えて見ませんか？

## 2 災害ボランティア養成講座

活動 茨木市社会福祉協議会：茨木市駅前4-7-55  
場所 阪急「茨木市」駅、JR「茨木」駅 いずれも徒歩10分

日時 2/28(火)10:00~12:00

受入 先着20名程度  
人数

持ち物 筆記用具

### 活動内容

一部：災害や災害ボランティアについて学ぶ  
二部：災害ボランティアセンター運営シミュレーションの体験

# 2 すべての方を対象にした活動

## 5 ポラ♡かふえ みんなが集まれるカフェのお手伝い

活動 社会福祉協議会分室：茨木市主原町6-1 Mゾン茨木主原101  
場所 阪急「茨木市」駅 徒歩10分、JR「茨木」駅 徒歩20分  
毎週火・木曜日

日時 13:30~16:00

受入 3人/日  
人数

持ち物 エプロン、三角巾

### 活動内容

- ①飲み物を淹れてお渡しする
- ②お客さんのお話相手
- ③カフェのレイアウト
- ④イベントの企画 など

## 6 ポラ♡かふえ～やさしい健康麻雀～ 初心者の方歓迎

活動 社会福祉協議会分室：茨木市主原町6-1 Mゾン茨木主原101  
場所 阪急「茨木市」駅 徒歩10分、JR「茨木」駅 徒歩20分  
毎週月曜日

日時 13:00~16:00

受入 3人/日  
人数

持ち物 特になし

### 活動内容

- ①会場の設営
- ②飲み物を淹れてお渡しする
- ③お客さんと一緒に麻雀を楽しむ（初心者の方は教えていただきます）



### 3 障がい者関係

#### 7 茨木ローザ ふうせんバレーをしてみよう

活動 茨木小学校体育館：茨木市片桐町8-40  
場所 阪急「茨木市」駅 徒歩9分・JR「茨木」駅 徒歩15分

日時	毎月第2日曜日(※8月除く) 15：45～18：00	活動内容 障がいのある人もない人も公平に楽しめる競技です。 一緒にふうせんバレーをプレーしましょう♪
受入人数	3～4人/日	
持ち物	上靴、運動できる服装 水分補給できるもの	

#### 8 夢ふうせん 精神障がいをお持ちの方と関わろう

活動 障害福祉センターハートフル：茨木市片桐町4-26  
場所 阪急「茨木市」駅 徒歩9分・JR「茨木」駅 徒歩15分

日時	右記参照	活動内容
受入人数	2～3人/日	①昼食会 毎月第1(土) 10：00～13：00 ②お茶会 毎月第2(水) 13：00～15：30 ③卓球 毎月第3(日) 13：00～16：00 ④囲碁将棋毎月第3(日) 13：00～16：00
持ち物	①昼食会：エプロン、三角巾 ③卓球：動きやすい服装	

### 4 子ども関係

#### 9 白川地区福祉委員会 子育てサロンのお手伝い

活動 白川公民館：茨木市鮎川1-8-17  
場所 京阪バス「鮎川」駅 徒歩3分(阪急「茨木市」駅 徒歩20分)

日時	7/25・9/26・11/28 2/27・3/27 いずれも月曜日 10：00～12：30	活動内容 ①親子が集まるサロンの運営お手伝い ②親子のお話・遊び相手
受入人数	3人/日	
持ち物	特になし	

#### 10 みらい食堂えこんち 子ども食堂のお手伝い

活動 水餃子の店「ハルビン」：茨木市西駅前町8-5  
場所 JR「茨木」駅 徒歩2分

日時	毎月第3土曜日12：00～14：00 ※Instagram参照 (suigyozanomise_harubin)	活動内容 ①接客やお話相手 ②配膳や片付けなど
受入人数	2人/日	
持ち物	エプロン、三角巾	

#### 11 はいはい♡あんよルーム 親子ひろばのお手伝い

活動 日程によります。(コミセンやイバラボ広場など)  
場所 ※Instagram参照 (ibaraki\_meroni)

日時	2/12(日) 豊川コミュニティセンター 10：00～12：00	活動内容 3歳くらいまでの子どもの遊び相手や見守り おもちゃの消毒 など
受入人数	5人/日	
持ち物	動きやすい服装、飲み物	

#### 12 ユースプラザ「プラザあい」 軽食づくりや学習支援

活動 府営茨木安威住宅：茨木市南安威2-4-5 B-5棟103号  
場所 阪急バス「安威団地」駅 徒歩3分

日時	毎週火・木・金曜日 16：00～20：00 毎週土曜日10：00～14：00	活動内容 高校生までを対象にした居場所です。 遊び相手や軽食づくり、学習の見守りなどをお願いします。 ※軽食づくりは土曜日のみ
受入人数	3人/日	
持ち物	土曜日はエプロン	

### 5 高齢者関係

#### 13 沢池地区福祉委員会 カフェ運営のお手伝い・スマホ相談

活動 丘の家～愉楽～：茨木市南春日丘3-2-3(沢池幼稚園となり)  
場所 近鉄バス「春日丘公園」行き「桜町」駅 徒歩5分

日時	毎週木曜日 (8月11日は休み) 13：00～16：30	活動内容 ①カフェ運営のお手伝い ②お客さんのお話相手やスマホの使い方相談 ※スマホを持っているけど操作が苦手な高齢者が多いので、お話をしながら操作方法の相談などにも乗ってもらえたら嬉しいです♪
受入人数	3人/日	
持ち物	スリッパとエプロンがあれば持ってきてください。(なければ構いません。)	

#### 14 白川地区福祉委員会 カフェ運営のお手伝い・お話相手

活動 白川公民館：茨木市鮎川1-8-17  
場所 京阪バス「鮎川」駅 徒歩3分(阪急「茨木市」駅 徒歩20分)

日時	毎月第3金曜日 9：30～12：30	活動内容 ①カフェ運営のお手伝い ②お客さんのお話相手
受入人数	3人/日	
持ち物	特になし	

## 15 老人介護家族の会（茨木市社会福祉協議会） 介護者を抱えるご家族とのお話相手

①茨木市社会福祉協議会：茨木市駅前4-7-55

**活動** 阪急「茨木市」駅、JR「茨木」駅 いずれも徒歩10分

**場所** ②社会福祉協議会分室：茨木市主原町6-1 メゾン茨木主原101

阪急「茨木市」駅 徒歩10分、JR「茨木」駅 徒歩20分

①毎月第3火曜日

### 活動内容

**日時** ②毎月第2木曜日

いずれも13：00～15：30

**受入** ①何人でも

**人数** ②3人/日

高齢者を介護している家族が、介護の悩みを話し合い、励まし合って、介護の負担が少しでも軽くなるようにと願い、介護をしやすい方法を伝え合うために生まれた会です。

①「つどい」：話し合いの場の

設営や議事録作成

②「カフェ」：お話相手 など

継続して会に関わってくれるボランティア

さんを募集しています♪

**持ち物** 特になし

## 6 その他

### 16 茨木市社会福祉協議会ボランティアセンター 寄附をしてみよう

**活動** 茨木市社会福祉協議会：茨木市駅前4-7-55

**場所** 阪急「茨木市」駅、JR「茨木」駅 いずれも徒歩10分

**日時** いつでも可能

### 活動内容

**受入** 何人でも

**人数**

**持ち物** 特になし

プルタブや使用済み切手を  
集めて寄附をしよう！

一人やみんなで集めてボラ  
ンティアセンターまで持ってき  
てね♪

お金に交換されてベビーカー  
や車いすを買うことができま  
す。

