

# あなたのとなりに、尼社協ボランティア情報だより

第329号/2026年1月発行



# ゆうりん



公式SNS、  
ぜひご覧  
ください♪



@AMASYAKYO.9043

新年明けましておめでとうございます。旧年中は、当センターの活動に温かいご支援とご協力を賜り、誠にありがとうございました。

「共感をつむぐ」昨年4月、私達が決めたありがたい姿です。ボランティアは、特別な行動ではなく、日々の小さな思いやり=共感から生まれる「幸せの循環」です。その魅力や意義をより多くの方に感じていただき、こんな素敵なボランティアの世界があるんだ、ということより多くの方に共感して頂けるよう、職員一同取り組んでまいります。

本年も変わらぬご支援のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。皆さまにとって希望あふれる一年となりますよう、お祈り申し上げます。

【ボランティアセンター所長・中村】

## おらせ

2026年1月から  
ボラセンの窓口時間が  
次の通り、変わります。

【9時から17時まで】

お手数をおかけしますが  
ご了承ください。



ありがとう  
ございました

2025年10月～12月「赤い羽根共同募金」の期間に、昨年度に引き続き、小中学生が作ったオリジナル募金箱を、たくさんのお店や施設に設置いただき、多くのみなさんといっしょに募金活動を行うことができました！



今回も、南武庫之荘中学校ボランティア部の1年生が、設置いただくお店の協力呼掛けに同行してくれたこともあり、「じぶんの町を良くするしくみ」を、たくさんの人に知っていただく機会になりました。みなさん、ありがとうございました！

【ご協力いただいたお店・施設のみなさん】(敬称略、順不同)

濱商店／フレッシュマートかどわき／coffee ミッキー／フレンドマート尼崎水堂店／  
手焼き煎餅の店中田屋／plum／紅茶専門店Teaチャイ茶房／  
Coffee and sweets めばえ／さつき菓子店／キッチン工房洋食屋／  
女性センタートレピエ／ほっかほっか亭南武庫店／讃岐家めんどん／  
N COFFEE FACTORY／きりん接骨鍼灸院／にこ整骨院／駄菓子屋きなこ



## ぼちボラの会

1月15日(木)10時から11時30分

尼社協ほっと館1階ロビーにて

- 当日参加できます(申込みなし)
  - いつ来ても、いつ帰っても大丈夫です
  - エコ封筒づくりや雑巾縫いなどをします
- \*ボランティアのご相談も、お気軽に！



★2月と3月は、  
いずれも13日(金)  
の予定です！

初めての方、お一人での  
参加も大歓迎です！見学  
だけでもお待ちしております！



## 尼社協ボラセンは1年後、 50歳に？！

昭和52年(1977年)にボランティアセンターが開所して、令和9年(2027年)4月で50周年を迎えます。誕生から半世紀を迎えるボランティアセンター。2026年は50周年プレ期間の1年です。

50年の節目を目前に、ボランティア活動のあんなこと、こんなことについて、いろいろと考えていけるといいなと思っています♪

50年前当初のボラセン、みなさんは覚えていますか？



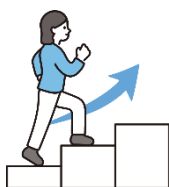
あけましておめでとうございます。

2026年の干支は、丙午(ひのえうま)！丙は陽の「火」を表し、午は「行動力」を象徴します。つまり、今年は「情熱と行動力で突き進む」「燃え盛るようなエネルギーで道を切り開く」といった、開運を引き寄せる素敵な意味があるようです。こんな話を聞くと、なんだか今年1年がとっても楽しみになってきませんか？



もちろん、この1年がどうなるかは、自分の「行動」あつてのこと。それを肝に銘じつつ、一日一日を大切に過ごしていきたいですね。

さて、勝手に宣言、今年の抱負ですが、「脱・運動不足、基礎体力の向上」です。近年、自分の運動不足に見て見ぬふりをしてきましたが、私ももういいお年頃。このまま自分の体を甘やかしては先が思いやられます…。

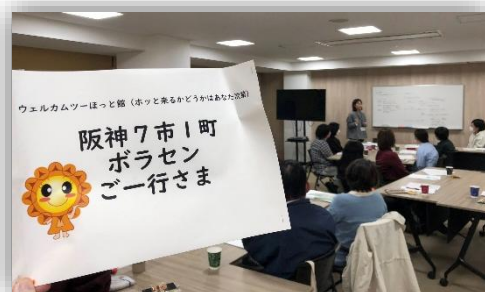


まずは、エレベーターをできるだけ使わない、こどもと公園に行ってもベンチを探さない、などから初めていきたいと思います！（え？簡単すぎるって？）いえいえ、無理せず継続できる小さな目標を立てるのがポイントなんです。健康診断で「普段から運動していますか？」の問いに、胸を張って「はい！」と答えられるような自分でいれるよう、頑張りたいと思います♪今年も一年、ボランティアセンターをどうぞよろしくお願いいたします。

## 【全国どこでも、あなたの町にはボラセンが！】

西宮、芦屋、伊丹、宝塚、川西、三田、猪名川、そして尼崎の「阪神7市1町」では、行政や様々な団体が、ご近所さん同士での情報交換や合同事業等に取り組むことがあります。社会福祉協議会（社協）でも、ボランティアセンターを担当する職員が年2回程度集まる連絡会があります。

今回は尼社協が担当ということで、ウェルカムトゥーニ社協ほっと館！今年度、尼社協ボラセンが力を入れていることを話題提供、その後、各担当者が日頃感じているモヤモヤをおしゃべり。



尼社協ほっと館に初めて来られた方も多かったので、館内ツアーをしながら普段のボラセンをご案内。

社協の中での連携やボラセンの立ち位置、新しくボランティアを始める人と継続的に繋がれないジレンマ、何よりボランティア（“参加”のちから）の可能性など。経験年数は数か月から20年！まで様々でしたが、うなずきと共感あふれる時間でした。

安心してください！みなさんが尼崎から引っ越しされても、阪神7市1町にはどこでも、いや全国どこにでも、ボラセンはありますので、ぜひボランティアしたいなと感じたその時は、社協ボラセンまでお越しくださいね！

昨年もたくさんの方にご協力いただきました。  
ありがとうございます！

本年もどうぞ、よろしくお願いいたします！  
—順不同・敬称略—



【切手】相談支援わかば

【切手・プルタブ】大正琴スイートピー/ふれあいサロンわいわい広場/川崎和恵★/劉成朝/演劇グループ淡海プロデュース/ハピネス/花道会

昨年は約370kgの  
プルタブが集まりました！  
収集活動へのご参加、  
ありがとうございます！



【プルタブ】杉谷操/西留明義・智恵子/加藤サチエ/平田哲也★/なかよし食堂/NPO法人神戸救急グループ/大源製菓株式会社/こども食堂晴れるや/大庄中央第5福祉協会・中山/まんぶく食堂/井上正勝/次屋東福祉協会/塩川/武庫民協第3ブロックB/赤龍神リュウ牙/阪神尼崎ラジオ体操会/竹谷ふれあい広場/藤木芳博/美馬秀淑/浦富健二「★」は期間内に2回以上、お持ちいただいた方です。

\*昨年12月上旬までに、ボラセンにお持ちいただいた方を掲載しています。それ以降の分は2月号に掲載します！

【発行】尼崎市社会福祉協議会ボランティアセンター 〒661-0033 尼崎市南武庫之荘3-24-5 尼社協ほっと館3階  
電話 06-4950-8863（平日9時～17時）／ファクシミリ 06-4950-8913／メール amavc@dream.ocn.ne.jp

■「ゆうりん」をメール配信で受け取りたい方は、メールにてご連絡ください。