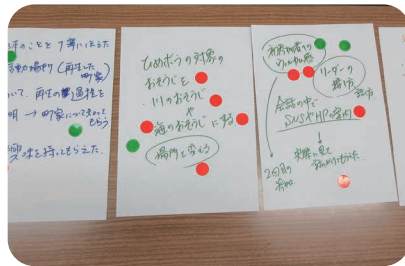


## ひめじdeボランティア2025 ふりかえり交流会 & センター公式ホームページ リニューアル説明会 を開催しました！

### ●「ひめボラ」「ひめボラ市」 ふりかえり交流会



昨年12月20日(土)、11月に実施した「ひめじ de ボランティア(ひめボラ、ひめボラ市)」のふりかえり交流会を開催しました。

この交流会は、来年度以降に向けた事業のふりかえりと、参加団体同士のつながりづくりが目的です。今年度は20団体・26名の参加団体の皆さんに加え、ひめボラ市の運営サポーター(ボランティアスタッフ)からも6名ご参加いただき、5グループに分かれてワークショップを行いました。

まずは、グループ内での自己紹介の後、それぞれ「活動に参加したきっかけ」や「自団体の活動の魅力」を掘り下げ、「ひめボラやひめボラ市でその魅力を伝えられたか？」を紙に書きながらふりかえり。

その後、ひめボラやひめボラ市で【工夫したこと／もっとこうすればよかったこと】を共有し合い、運営サポーターからも意見をもらいながら、共感した！真似できそう！な意見にシールを貼り貼り♪  
こうして他団体と話すことで、自団体の魅力を再認識したり、新たなアイデアが広がったりするのが交流会のいいところです★  
今年度も(毎年ですが)時間が足りないほど、どのグループ也大盛り上がりでした。

ひめボラやひめボラ市は団体や活動の魅力を伝える絶好のチャンス！  
来年度もたくさんの団体の皆さんのご参加をお待ちしています。

### ●センター公式ホームページ「市民活動ネットひめじ」リニューアルに伴う利用説明会



ひめじおんでは、市民活動・ボランティアに関する情報発信を行う公式ホームページ「市民活動ネットひめじ」を運営しています。

サイト利用登録団体(ひめじおん登録団体に限る)は、団体情報や活動紹介、各種告知記事を直接投稿、更新することができます。

その「市民活動ネットひめじ」をより見やすく、より使いやすいように昨夏リニューアル！

たくさんの方に利用していただけるよう、登録団体の皆さんにあらためてご説明しました。

詳しくは4面をご覧ください

## 「心のサポーター養成講座」受講者募集

受講料無料

姫路市保健所では、「心のサポーター養成講座」の受講者を募集します。

心のサポーターとは、身近な人の心の不調に気づき、耳を傾け「てあて」ができる人のことです。

養成講座を受講するのに特別な資格はいりません。

心をケアする方法を一緒に学びませんか。

【日時】 令和8年2月25日(水) 13:30~16:00

【場所】 姫路市総合福祉会館5階 第1会議室  
(姫路市安田3-1)

【内容】 心の病気や、サポート方法についての講座とグループワーク

※受講終了後に認定証を発行します

【対象】 姫路市内に在住・在勤・在学している方  
(小学生以上)

【定員】 60名(先着順)

【応募方法】 webで申込

【応募期間】 2月10日(火) 9:00

~2月16日(月) 10:00



▲HP  
(web申込)



こころの不調に悩む人に寄り添い、安心できる社会をつくるために、メンタルヘルスの基礎知識や、相手の気持ちを大切にしながら話を聴くコツなどを学ぶ研修を受けた人を「心のサポーター」と呼んでいます。

【問い合わせ】

姫路市保健所健康課

Tel:079-289-1645 Fax:079-289-0210

## 姫路市文化国際交流財団「やさしい日本語講座」受講者募集

受講料無料

外国語が話せないという理由で、外国人との交流をあきらめていませんか？

実際は、普段使っている日本語に少し工夫をすれば伝わる人が多いのです。

「やさしい日本語」を学べば、近所の在住外国人やインバウンド旅行者とのコミュニケーションに役立ちます。

この講座では、「やさしい日本語」の会話および文章の書き方を学ぶことができます。

ぜひいっしょに学びましょう！

【日時】 令和8年3月4日(水) 14:00~17:00

【場所】 イーグレひめじ4階 セミナー室A

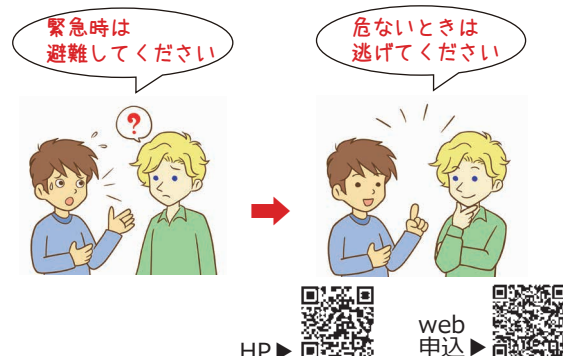
【講師】 神戸日語学院 主任講師 斎藤 明子 氏

【内容】 「やさしい日本語」の会話と文章の書き方

【定員】 20名(先着順)

【応募方法】 所定の申込用紙に必要事項を記入し、  
郵送、持参、Fax、メールまたは  
webで申込 ※電話での申込不可

【対象】 やさしい日本語に興味のある方や、それを使ったボランティア活動に関心のある方



【申込み・問い合わせ】

姫路市文化国際交流財団 国際交流担当

〒670-0012 姫路市本町68-290 イーグレひめじ3階

Tel : 079-282-8950 Fax : 079-282-8955

メール : info-iec@himeji-iec.or.jp

## 「あんさんぶる べっちょない」メンバー募集♪

「あんさんぶる べっちょない」は、姫路市を拠点に活動する少人数の混声合唱団で、主に日本語のアカペラ曲に取り組んでいます。

団体名の「べっちょない」は、播州弁で「大丈夫」「問題ない」という意味で、地域に根ざした団体でありたいという思いを込めて命名されました。

一緒に、音楽の時間を楽しみませんか！

【活動内容】

①技術の向上のための活動

日々の練習や審査を伴うコンテスト等への参加

②本団体の音楽を広く伝える活動

地域内外で行われる合唱や音楽のイベントに出演

③地域社会に貢献する活動

社会福祉施設等での訪問演奏による地域社会への貢献

【対象】 自分で音取りができる18歳以上の方  
(高校生不可)

【練習場所】 姫路市立城南公民館

【練習日程】 月2~3回、金曜日 19:00~21:00

【応募方法】 メールかwebで申込

※まずは練習見学・体験にお越しください

【応募期間】 随時



▲練習見学  
web申込



▲HP



【申込み・問い合わせ】

あんさんぶる べっちょない

メール : ensemble.becchonai@gmail.com



## 姫路歴遊会「2月のふれあいハイキング」参加者募集

### ①世界遺産・国宝姫路城冬の特別公開を見る

～姫路城小天守、渡櫓（わたりやぐら）各3棟を一挙公開～

【日時】 令和8年2月7日(土)

集合 9:30 JR 姫路駅中央改札口前

【コース】 JR 姫路駅中央改札口前<9:30>—大手門—世界遺産姫路城(特別公開)—姫路城出口<解散 12:30 頃> 【歩程】 約 3km

※当日 6:00 に姫路地域に気象警報が発表されている場合は中止

#### 【参加費】

①②共に 500 円

(保険料・ガイド料 など)

①は別途姫路城入城料

・特別公開観覧料自己負担



### ②増位山ウォーク

～播磨の由緒ある、随願寺の鬼追い式～

【日時】 2月11日(水・祝)

集合 9:45 JR 播但線・野里駅

【コース】 野里駅<9:45>—東尾根(有明の峰)—増位山随願寺(鬼追い神事)—随願寺表参道—野里駅<解散 16:00 頃> 【歩程】 約 8km

※前日 17:00 に翌日の姫路地域の降水確率が 60% 以上の場合は中止

※トレッキングシューズ推奨・室内はスリッパ要

#### 【申込み・問い合わせ】

姫路歴遊会事務局(姫路城下町ギルド内)

Tel : 079-280-1296 Fax : 079-288-2146

(11:00～17:00 水曜休み)

【緊急連絡先】 Tel : 090-7110-9305 (木村)

Tel : 090-4495-9384 (奥野)

## 姫路市男女共同参画推進センターからのお知らせ

### ひめじ男女共同参画情報誌「ウエーブレット」編集委員募集

ひめじ男女共同参画情報誌「ウエーブレット」は男女共同参画社会への理解や関心を深めるための情報誌です。

公募による編集委員の皆さんが、企画や編集を行い、年2回発行しています。

文章を書くのが好きな方や

情報誌の企画立案、取材活動、

男女共同参画に興味がある方、

ご応募ください。



【内容】 「ウエーブレット」の企画、取材、パソコンを使用して原稿作成など編集作業全般。数カ月で 1 回程度の編集会議に出席(謝礼として薄謝あり)

【対象】 姫路市内に在住・在勤・在学の満 18 歳以上(令和 8 年 4 月 1 日現在)の方

【募集人数】 数名

【期間】 令和 8 年 4 月～令和 10 年 3 月(2 年間)

【応募方法】 応募用紙に必要事項を記入し、「あなたが普段身近で感じる男女共同参画について」の考えをまとめた作文(800 字以内・様式自由)を添えて、男女共同参画推進センターへ持参、郵送、またはホームページの応募フォームで申込

【応募締切】 令和 8 年 2 月 27 日(金)必着

【選考方法】 書類選考の上、面接により決定(選考結果は、応募者全員に通知)



HP▶

上記の募集の申込み・問い合わせは共通です。



### 姫路市男女共同参画推進センター「運営会議」委員募集

姫路市男女共同参画推進センター“あいめっせ”では、センターの積極的な運営を図るため、センター運営会議を開催しています。このたび、運営会議に出席して幅広い意見を述べていただく委員の募集を行います。皆さんのご応募をお待ちしています。

【内容】 男女共同参画推進センター運営会議委員として、原則、平日の昼間に年2回程度開催する会議に出席し、センター事業について意見を述べていただきます。1回の出席ごとに、市の規定による謝礼をお支払いします。

【対象】 姫路市内に在住・在勤・在学の満 18 歳以上(令和 8 年 4 月 1 日現在)で、男女共同参画に関心のある方 ※国・地方公共団体の議員および常勤の公務員を除く。

【募集人数】 若干名

【期間】 令和 8 年 4 月～令和 10 年 3 月(2 年間)

【応募方法】 応募用紙に必要事項を記入し、「男女共同参画推進センター事業について」の考えをまとめた作文(800 字以内・様式自由)を添えて、男女共同参画推進センターへ持参、郵送、またはホームページの応募フォームで応募。なお、会議出席の際、一時保育(満 1 歳～就学前の幼児)の必要な方は、あわせてご記入ください。

【応募締切】 令和 8 年 2 月 27 日(金)必着

【選考方法】 書類選考により決定(選考結果は、応募者全員に通知)



HP▶

#### 【申込み・問い合わせ】

姫路市男女共同参画推進センター“あいめっせ”

〒670-0012 姫路市本町68番地290 イーグレひめじ3階

Tel : 079-287-0803 Fax:079-287-0805

## 「市民活動ネットひめじ」をぜひご活用ください！

### 市民の皆さん、各種施設・団体の皆さんへ

#### ● ボランティアに関する情報収集ができます♪

センターの紹介や市が実施する事業のほか、各種助成金情報、市内を中心に活動するボランティア団体とその活動内容、行事・ボランティア募集情報等をサイトで紹介しています。

- ★ボランティアをやってみたい
- ★ボランティア団体を探している
- ★活動のための助成金を探している など

皆さんの知りたい情報にあわせて、サイトをご利用ください。

「ひめじおん」で検索

パソコンでも／

スマホでも／



▲HP

「欲しい情報がどこにあるか分からない」  
「サイトに情報を載せたい」  
といったご相談にも応じます。

利用方法や操作方法など、随時センター職員がフォローします。

いつでもお問い合わせ・ご相談ください。

### ひめじおん登録団体の皆さんへ

#### ● サイト利用登録を随時受付中です！

サイト利用登録団体は、団体の基本情報、活動紹介やイベント告知、ボランティア募集等の情報を投稿、更新できます。

お手元にインターネット接続環境がない場合は、センターに設置している端末を利用することもできます。

#### 【利用登録の流れ】

① サイト利用希望の旨をセンターへ連絡

② センターにて団体基本情報ページを作成

③ 団体にアカウント（ログインID、パスワード）を発行し、操作説明書などとあわせて後日郵送

④ 発行されたアカウントでログインし、各団体で団体情報の更新や告知記事等を作成

#### ● 定期的に記事を更新しましょう

- ・ 団体情報の更新やお知らせ・募集記事を定期的に投稿することで、より多くの方に見えていただけるサイトとなります。
- ・ 投稿記事にリンク設定することで、団体独自のHPやSNSに誘導することができます。

## ～団体・施設の皆さんへ～ 「ハジメのイッポ」に登録しませんか？

“ひめじおん”では、ボランティア初心者が気軽に・簡単に参加できる通年での体験プログラム「ハジメのイッポ」を用意しています。

現在 28 団体より 29 のプログラムをご登録いただいております、センター内にプログラムを掲出するほか、「市民活動ネットひめじ（HP）」に掲載しています。

団体の活動PRや新たなメンバー確保のきっかけとして、「ハジメのイッポ」を活用しませんか？

登録のお申込み・問い合わせは

姫路市市民活動・ボランティアサポートセンターまで。



募集要項・登録申込書、現在の体験プログラムはこちら（HP）



◆掲載情報は、変更になる場合があります。

発行：姫路市市民活動・ボランティアサポートセンター“ひめじおん”

〒670-0015 姫路市総社本町112 市民会館3階

Tel: 079-281-2660 Fax: 079-281-2662

メール: shimin-support@city.himeji.lg.jp

ホームページ：市民活動ネットひめじ <https://himejion.jp>



▲ホームページ



▲Instagram



▲Facebook



▲市公式note



▲市公式LINE

※受信設定⇒  
「暮らし・イベント」から  
「ひめじおん」を選択

### ひめじおん 休館日のお知らせ

毎週月曜日と月に一度の施設点検日がお休みです。

5月までの施設点検日は次のとおりです。

- ・ 2月12日（木）・3月17日（火）
- ・ 4月17日（金）・5月14日（木）

※上記以外の日は 9:00 ～ 19:00 開館