



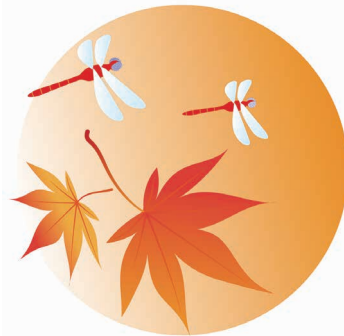
ひめじNPO・ボランティア通信

9月に入ったとは言え、まだまだ油断できない残暑が今もなお続いており、秋の訪れを待ち遠しく思う今日この頃であります。皆さんは夏の疲れなど出ていませんか？

ひめじの秋は“ボランティアの秋”。

ひめじおんでは毎年恒例となっている、11月開催の「ひめじ de ボランティア」ひめボラ・ひめボラ市の準備を着々と進めています。

登録団体だけでなくさまざまな方にご協力いただいております、ボランティア初心者の方でも気軽に参加できる企画となっています。「ボラスタ！in ひめじ」の対象事業になっていますので、デジタルスタンプラリーを楽しみながらボランティアに参加して、オリジナルの活動履歴証明書をゲットしちゃいましょう♪



センター訪問記

おじゃま
します
No140

自分を信じて!! 心豊かな暮らしを取り戻すお手伝い

特定非営利活動法人 ローゼ



友禅染めで交流を深めるローゼの
皆さん。タペストリーの完成が楽しみです



▲坪田久子さんに手ほどきを受け、
手書き友禅に挑戦



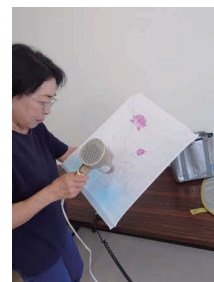
代表の清野佳代子さん
だじょうぶだじょうぶ
自分を信じて!!と語る



活動の記録は
可愛いイラスト
入りで▼



和やかな雰囲気
作業を進めます



ドライヤーで乾かしながら
染料を重ね、美しいグレース
ーションを表現

NPO 法人ローゼは、育児や家庭生活で、心や体に不安や悩みを抱える方のための相談会をはじめ、昔遊びや紙芝居、折り紙などを通した世代間交流や、地域の子どもの健やかな成長につながる活動を行っています。

メンタル心理士でもある代表の清野佳代子さんがこの活動を始めたきっかけは、「悩みを受け止めてくれる会をつくってほしいという周囲からの後押しを受け、“話をする会”を立ち上げました」とのこと。

現在はNPOとして、月に1度交流会を開催しています。この日は、友禅作家で当会メンバーの坪田久子さんを中心に、友禅のタペストリー作りに取り組まれました。皆さんが明るく和気あいあいと交流する姿が印象的でしたが、お一人お一人に話を伺うと、大きな

病気や家庭での悩みを乗り越えてこられた方が多く、「清野さんの、ことばの音に心をのせた“ことだま”に救われました」と口をそろえて話してくださいました。さまざまな人生経験を重ねてきたメンバーなので、気持ちに寄り添い、幅広い視点からアドバイスできることが、ローゼの大きな強みとなっています。

当会は昨年7月、大阪・関西万博のイベントに出演し、ラジオ関西「清野佳代子のあさピカ」で放送中の“生命の樹”を紙芝居仕立てで披露。また、日本の伝統遊びであるお手玉や折り紙の体験会を通して、多くの来場者と交流しました。

「ご希望があればこの紙芝居をボランティアで披露しますよ」と清野さん。命とは何か、生きるとは何か、子育てとはなにか一緒に考えてみませんか？

◆掲載情報は、変更になる場合があります。

ピンクリボンひめじ「学生ボランティア」 & 「イベント参加者」 募集

●姫路城ピンクスカイランタン 学生ボランティア募集

ピンクリボンひめじは「乳がんが悲しむ人をひとりでも減らしたい」とそんな想いを原点に、乳がんの早期発見のための検診啓発や正しい知識啓発の活動をしています。今回、ピンクにライトアップされる姫路城をバックに、想いをのせてランタンを上げます。このイベントをお手伝いいただく学生ボランティアを募集します。

【日時・内容】 令和8年10月3日(土)

- ①ランタン作成 11:00 ~ 18:30
- ②会場案内・撤収 16:30 ~ 20:00
- ③動画撮影 16:30 ~ 19:00

- ・機材をご用意ください
- ・撮っていただいた動画は団体で使用させていただきます

※雨天・強風の場合は10月4日(日)に順延
開催可否については前日・当日HPに記載

【場所】 大手前公園(姫路市本町 68-24-1)

【定員】 ①~③あわせて10名程度
(応募多数の場合は、先着か選考)

【応募方法】 webで申込

【応募締切】 9月15日(火)



▲HP



▲スカイランタン
ボランティア
申込はこちら



▲スカイランタン
参加申込は
こちら



●ブレスト・アウェアネスセミナー 2026 参加者募集

【日時】 10月24日(土) 14:00 ~ 16:00 (13:30 開場)

【場所】 はりま姫路総合医療センター
教育研修棟 1 階 講堂(姫路市神屋町 3-264)

【内容】

第1部 乳がん検診の流れや内容、早期発見の大切さを
乳がん専門医がわかりやすく解説

第2部 専門講師からセルフチェックのポイントや
変化への気づきを実践を交え学びます

【受講料】 無料

【応募方法】 webで申込

【応募締切】 10月23日(金)

セミナー
申込はこちら▶



●姫路城ピンクライトアップ

【日時】 10月1日(木) 日没 ~ 22:00

10月3日(土) 日没 ~ 22:00

※雨天の場合は10月4日(日)

●ピンクリボン街頭キャンペーン

【日時】 10月1日(木) 16:00 ~ 18:00

【場所】 姫路駅北にぎわい交流広場

【問い合わせ】

ピンクリボンひめじ 担当：川元

Tel : 080-9476-6613

メール : pinkribbonhimeji@gmail.com

「姫路市成年後見支援センター公開講座」受講者募集

受講料無料

姫路市成年後見支援センターでは、市民の方や福祉関係者が成年後見制度の内容や仕組み等について学ぶ公開講座を開催します。ぜひご参加ください。

【日時・内容】 ※いずれも14:00 ~ 16:00

第1回 10月22日(木)

「成年後見制度の基本 ~手続きの流れからかかる費用まで~」

講師：兵庫県弁護士会 弁護士

第2回 11月6日(金)

「意思決定を支える ~本人らしい生活を支えるために~」

講師：兵庫県社会福祉士会 ばあとなあ兵庫
社会福祉士

第3回 11月30日(月)

「成年後見制度がいるのはどんな時? ~もしもの時に備えて今できること~」

講師：公益社団法人 成年後見センター・リーガルサポート兵庫支部 司法書士

【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)

【定員】 各回100名(ZOOM配信は人数制限なし)

※複数の受講可能。申込多数の場合、抽選。

【応募方法】

Tel・Fax・ハガキ・メールで申込。

Fax・ハガキ・メールの場合は、参加希望日、氏名、ふりがな、郵便番号、住所、電話番号、参加方法(来場またはZOOM配信)、メールアドレス(ZOOM配信希望者のみ)、事業所名(福祉関係者のみ)を記入。

【応募締切】 10月16日(金)



【申込み・問い合わせ】

姫路市成年後見支援センター

〒670-0955 姫路市安田 3-1 姫路市総合福祉会館2階

Tel : 079-262-9000 Fax : 079-262-9001

メール : seinenkoukensien@himeji-wel.or.jp

飾磨ひろめ隊「飾磨まち歩き～祭準備 夜の屋台蔵巡り～」参加者募集

飾磨ひろめ隊は、歴史散策やまち歩き、小学校の課外活動でのガイドなどを通して、古き良きものが残る飾磨地区の魅力を発信しています。

本年も「飾磨祭り」として親しまれる恵美酒宮天満神社の秋季例大祭の目前に、説明を受けながら屋台蔵を巡ります

祭り直前ならではの高揚感を体感してみませんか？

【集合日時】 令和8年10月6日(火) 18:40

終了は 21:00 頃

【集合場所】 山陽電車 飾磨駅北出口

【コース】 飾磨駅ー玉地屋台蔵ー東堀屋台蔵ー御幸屋台蔵ー栄町屋台蔵ー北細江屋台蔵ー清水屋台蔵ー小瀬屋台蔵ー都倉町屋台蔵ー亀山駅

【定員】 30名(先着順・定員になりしだい締切)

【参加費】 大人 1,000 円、小人(中学まで)500 円
(資料代・保険料など)

【応募方法】 Tel か web で申込

※夜間のまち歩きなので、懐中電灯をご持参ください。

web 申込
はこちら▶



【申込み・問い合わせ】

飾磨ひろめ隊

担当：下津

Tel : 090-6024-3491



令和8年度「あんしんサポーター養成研修」受講者募集！

受講料無料

高齢者の自宅や施設等でゴミ出しや話し相手、趣味のお付き合いなどボランティア活動を行う「あんしんサポーター」を養成します。

研修終了後、希望者は姫路市の介護支援ボランティア事業(40歳以上の方が行う所定のボランティア活動に対しポイントが付与される仕組み)に参加できます。

【日程・場所】 全て同じ内容ですので、いずれか1回を受講してください。

9月18日(金) 14:00～16:30

姫路市立夢前福祉センター(ばるむ)多目的研修室

10月19日(月) 9:30～12:00

姫路市総合福祉会館 第2会議室

11月24日(火) 14:00～16:30

姫路市立安室東公民館 第1、2会議室

12月17日(木) 14:00～16:30

姫路市大市民センター 会議室

【対象】 高齢者の生活や介護を支援するボランティア活動に関心があり、受講後「あんしんサポーター」として活動が可能な方

【内容】 介護支援ボランティアの仕組みなどの講義

【定員】 各回 40名(先着順)

【応募方法】 郵送または Fax で申込

【応募期間】 各開催日の2週間前まで(必着)

※土日祝は除く

※講座は、あと1回開催予定です。

詳細が決まり次第、ホームページに掲載しますので、ご確認ください。



【申込み・問い合わせ】

姫路市社会福祉協議会 地域福祉課

〒670-0955 姫路市安田3-1 姫路市総合福祉会館4階

Tel : 079-222-4212 Fax : 079-222-4256

HP▶



「姫マルシェフェス2026」を開催します！

公益社団法人姫路青年会議所では「姫マルシェフェス2026～笑顔溢れるまちへ～」を開催します。

姫路の「食」「産業」「文化」などの地域資源を活かし、市民や姫路を訪れる人、参加団体に姫路への愛を深めていただき、みんなでまちづくりに取り組む意識を育むことを目的に開催します。体験・グルメ・ステージで楽しい1日を過ごしませんか？

【日時】 令和8年9月20日(日) 11:00～21:00

【場所】 姫路市中央卸売市場(姫路市白浜町甲 1920-54)

【内容】

★職業体験ブース 11:00～17:00

姫路市内の企業・団体が出展し、さまざまな職業体験を通じて、地場産業の魅力を体感していただけます。

看護体験 ドローン操縦体験 教員体験 本節削り体験

建設業務体験 革細工製作体験 大工・塗装体験

ネイル体験 運転免許取得体験 競り体験

★飲食・物販ブース & キッチンカー 11:00～21:00

姫路市中央卸売市場ならではの新鮮なお魚や野菜を使ったおいしいグルメや姫路の特産品、オリジナル商品などが大集合

★ステージ発信 13:00～17:20

姫路を拠点に活動する多彩なジャンルの出演者によるパフォーマンスを行います。

漫才コンビの「スマイル」

さんを司会者に迎え、会場

を盛り上げていただきます。



【問い合わせ】

公益社団法人 姫路青年会議所

Tel : 079-281-0887 Fax : 079-281-0864

メール : info@himejijc.or.jp

★ ひめじ de ボランティア 2026

ひめボラ

参加者募集

／ ちょっとボランティア体験、
してみない？



ボラスタ in ひめじ
詳しくはこちらから

ひめボラ は 11月をボランティア体験月間として、市民活動やボランティア活動を
実際に体験していただくイベントです。

活動団体、施設などのご協力で、

- ①自然・環境 ②レクリエーション・スポーツ ③福祉 ④地域づくり・暮らし
の 4 つのジャンルで、37 団体、39 メニューがそろいました。
子どもから大人まで、親子で体験できるメニューもあります。

「ひめじdeボランティア」は、市民活動やボランティア活動を“実際にやってみる”
“ちょこっと触れてみる”**2つの企画**で構成されたトライアルプログラムです。

やってみる

ひめじ de ボランティア

触れてみる

ボランティア体験月間

★
ひめボラ

団体・施設での活動体験

1dayふれあいイベント

★
ひめボラ市

活動団体による
体験・物販ブース、ステージ発表等

募集概要

【体験日】 令和 8 年 **11/1 (日) ▶ 30 (月)**
のうち、体験先の受入日

【対象者】 姫路市または近隣市町に在住、在勤、在学
の方（子どもから大人までどなたでも！）
※小学生以下は保護者同伴。高校生以下は
保護者の同意が必要です。

【体験先】 姫路市内を中心に活動する市民活動・
ボランティア団体、社会福祉施設など

【応募方法】

- ①所定の参加申込書に必要事項を記入し、センター
まで持参、郵送、Fax、メール
②web申込

【応募締切】

10/5 (月) 必着



体験プログラム
参加申込書
web申込
はこちらから

HP

★ひめボラ市の運営サポーター募集

11 月 3 日に姫路駅前で開催する「★ひめボラ市」
当日のお手伝いをさせていただく運営サポーター
（ボランティアスタッフ）を募集します。

【活動日時】 令和 8 年 11 月 3 日（火・祝）
8:30 ～ 17:00 頃（予定）

【対象・定員】 ボランティア活動やイベント運営
に興味のある方などなたでも！ 20 名

【活動内容】 来場者への受付・案内、出展者や
ステージ出演者の補助、会場準備・片付けほか

【応募方法】 所定の応募用紙またはweb 申込
（応募多数の場合は選考）

【応募締切】 **9/25 (金) 必着**

※10 月 3 日（土）14:00 ～事前説明会あり
※交通費や昼食など、活動や事前説明会に
かかる費用は自己負担になります。



▲応募用紙
web申込
はこちらから

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。

12 月までの施設点検日は次のとおりです。

- ・ 9 月 16 日（水）・10 月 16 日（金）
- ・ 11 月 9 日（月）・12 月 17 日（木）

※上記以外の日は 9:00 ～ 19:00 開館