

ボランティア
興味あるけど
**まずは何から
はじめたら
いいの？**

**そもそもボランティアって何？
どんな種類の活動があるの？**

学校の授業課題で
活動証明書が必要。
おすすめの活動は？

スキマ時間を
有効に使える
活動ってある？

数十年務めた
会社を退職。
空いた時間を
誰かのために
つかいたい。

自分にできる
ことってある？

子どもと一緒に
ボランティアを
してみたい。

土曜か日曜の
午前中だけの
活動ってある？

はじめての ボランティア 説明会 **毎月3回開催中**

対面&
オンライン

参加費
無料

申込
必要

自分と**同世代の人**が多く
参加してる活動ってある？

2025年度 今後の開催予定

2025年 10月	1日(水) 19:30~ オンライン	18日(土) 14:30~ 対面	30日(木) 13:30~ 対面	2026年 1月		17日(土) 14:30~ 対面	28日(水) 19:30~ オンライン
11月	5日(水) 19:30~ オンライン	15日(土) 14:30~ 対面	26日(水) 19:00~ 対面	2月	4日(水) 11:00~ 対面	14日(土) 14:30~ 対面	25日(水) 19:30~ オンライン
12月	10日(水) 19:30~ オンライン	20日(土) 14:30~ 対面		3月	12日(木) 19:00~ 対面	21日(土) 14:30~ 対面	29日(日) 14:00~ オンライン

場所

○対面開催日程
大阪市中央区谷町二丁目2-20 2階
市民活動スクエア CANVAS谷町
○オンライン開催日程
Zoom(オンライン会議システム)

その他

- ・各回60分、個別相談も含めて
最大90分程度の開催です。
- ・定員は5人(先着順)です。

参加申込みは
こちらから



[https://osakavol.org/
volunteer/session.html](https://osakavol.org/volunteer/session.html)
※お申込みは2か月前から
できます。

※大阪市に在住・在学・在勤・市内で活動している方のご相談については、「大阪市福祉ボランティアコーディネーション事業」(委託者: 大阪市福祉局)の一環として取り組んでいます。

主催: 社会福祉法人 大阪ボランティア協会

はじめてのボランティア説明会って？

これから、はじめて
ボランティア活動しようという
個人を対象にした
基本的なオリエンテーションを
開催しています。
「ボランティアってなに？」
「どうやって活動始めるの？」などの、
素朴な質問にお答えします。
お気軽にご参加ください。

- 説明会内容
 - ・ボランティア活動に関する簡単な説明
 - ・具体的な活動例の紹介
 - ・活動のご相談など、一人ひとりの希望に
応じて活動と一緒に探します。
- こんな人におすすめ
 - ・ボランティアについて**一から学んでみたい方**
 - ・**自分にあった活動を紹介してほしい方**
 - ・活動の始め方がわからなくて、ボランティア
コーディネーターに**相談したい方**



参加者の声



満足度平均

95.1点※

※過去2年度の参加者
283人のアンケートより



20代 Aさん

ボランティアって
すごく覚悟が有ると
思ってたけど、
こんなに気軽に
いいんだと思いました！



60代 Bさん

自分の興味があること
からでいいと聞いて
ホッとしました。
マイペースに始めて
みたいです。

説明会担当コーディネーターの紹介



杉浦 健

阪神・淡路大震災で「ボランティ
ア」なるものを知りました。東日本
大震災を契機に共働プラットフォーム
を設立し多くの学生たちと共に災害
支援活動に従事してきました。関西
学院大学、大阪ボランティア協会を
経て現在は守口市中部エリアコミュ
ニティセンターに入職、地域の皆さ
まのさまざまな活動のお手伝いをし
ています。



木下 通理

大学入学後に大学ボランティアセン
ターを通して活動に参加したことが
きっかけで、ボランティアのおもしろ
さを知りました。活動していく中
で感じたボランティアに対する偏見
や固定観念が少しでもフラットにな
ればいいと思い、活動者としてだ
けではなく伝え手として大阪ボラン
ティア協会で活動希望者のサポート
を行っています。



市居 利絵

阪神・淡路大震災での被災を機に
ボランティア活動に取り組みました。
2011年から、ボランティア・市民活
動のコーディネートに関わっていま
す。好きなものは、旅行、植物、お
いしい食べ物。人の話を聞くことが
好きで、ボランティアや市民活動を
したい・している人たちから、それ
ぞれの思いや願い・活動の話を知る
ことを楽しみに、日々活動していま
す。



森本 聡

50代半ばでボランティアデビュー。
以来、会社勤めのかたわら、ボラン
ティアスタッフとして大阪ボラン
ティア協会の様々な事業運営に関
わっています。
主な活動分野は、ボランティア初心
者向けプログラムの企画や運営、災
害ボランティアなど。定年退職を機
にセカンドライフにおけるボラン
ティア活動をもっと推進していきた
いと考えています。

※上記以外にも多彩な講師陣が担当いたします。

お問い合わせ先



社会福祉法人
大阪ボランティア協会

社会福祉法人 大阪ボランティア協会 担当：市居(いちい)、森本(もりもと)

〒540-0012
大阪市中央区谷町2丁目2-20 2階
市民活動スクエアCANVAS谷町

TEL:06-6809-4901(代表)
FAX:06-6809-4902
MAIL:office@osakavol.org