

サポセン

今月の内容

- ◇お知らせ
- ◇助成金情報
- ◇イベント情報



■発行日
■発行
■企画・編集

2025.12.1

高知市市民活動サポートセンター

認定特定非営利活動法人 NPO 高知市民会議

Tel 780-0862 高知市鷹匠町 2 丁目 1-43 号

高知市たかじょう庁舎 2 階

高知市市民活動サポートセンター

月～金/10:00～21:00 土/10:00～18:00

日・祝・年末年始/休み

TEL: 088-820-1540 / FAX: 088-820-1665

E-mail: info@shiminkaigi.org

<https://kochi-saposen.net/>



このまちで和紙を漉く ~51歳からの新しい生き方~



土佐和紙と出会い、50歳でサラリーマン人生から和紙職人へと大きく方向転換。

現在は土佐市の自宅工房で和紙製作の傍ら、海外の方への体験活動や「土佐和紙キャラバン」として県内外で出張体験を行うなど手漉き和紙の魅力を発信しています。自然と人に寄り添う手仕事を通して見えてきた「和紙づくりの魅力とその未来への想い」をお聞きします。当時は、簡単な体験ワークショップも準備しています。

*ワークショップは人数に限りがあります。詳細は下記までお問合せ下さい。

日時 | 2025年12月3日（水）18:30～20:30
場所 | 高知市市民活動サポートセンター 大会議室

参加費：300円（材料費）

要予約



ゲストスピーカー 井上 みどりさん

(土佐和紙井上手漉き工房 代表 兼 和紙職人)

ワークショップ 和紙から作る ミニパネル



和紙を手づくりし
その上に色和紙を
貼り付けてオリジナル
ミニパネルを作ります。
当日お持ち帰り頂けます。

2025「市民と共に防災・減災について考える場の提供事業」

そのときどう動く？避難行動とトイレのリアル

～座学と実技で学ぶ、災害時の“本当に困ること”～

今年7月、高知県に津波注意報が発令され、避難指示が出されました。再度その時が来たら、私たちは適切に動けるでしょうか。今回は避難行動の講座に加え、簡易トイレの組み立てや処理方法を実技で学べる体験講座を開催します。災害時に欠かせない「避難」と「トイレ」の備えと一緒に考えてみませんか？

12/21(日) 9:30～12:30 参加無料

【トイレ問題実技】
ディフェラント Différentのみなさん（高知国際高校）

【避難行動講座】
山崎 水紀夫さん（さんすい防災研究所）

場所 高知市たかじょう庁舎6階 大会議室
駐車場あり（※台数に限りがあります）

定員 先着40名程度（要申込）

上記お申込フォームか、メール、電話またはFAXでお申し込みください。
E-mail : k.yamamoto@shiminkaigi.org (担当: 山本)

〆切 12/14 (日)

詳細

お申込み

★お問い合わせは、高知市市民活動サポートセンターまで★

★紙面の都合により、必要最低限な情報のみを抜粋しています。詳細につきましては各団体のホームページをご覧いただかずか、直接お問い合わせ下さい。

助成金情報

RKC 高齢者支援基金

高齢者福祉を目的とする特定非営利活動法人、及びこれに類するボランティア団体等の諸活動を支援することにより、高齢者福祉の推進及び高齢者の社会貢献活動の活性化を図ることを目的とします。

【応募締切】

2025年12月19日（金）必着

【助成金額】

上限 50 万円（総額 300 万円）

【助成対象】

高知県内を拠点に、高齢者福祉を目的とした社会貢献活動等を継続的に行う特定非営利活動法人、及びこれに類するボランティア団体

【助成対象事業】

高齢者福祉の推進及び高齢者の社会貢献活動の活性化を図ることを目的とした次に掲げる活動で、広く地域に還元されるものを対象とします。

- ①高齢者の生活支援活動
- ②ボランティア活動
- ③文化活動
- ④創作・生産活動
- ⑤地域の支え合いの仕組みづくり
- ⑥その他地域の特色を生かした活動で、高齢者福祉の推進及び高齢者の社会貢献活動の活性化を目的としたもの



【助成期間】

2026年4月1日～2027年3月31日

【応募方法】

申込書に記入し、郵送にて送付ください。

https://www.pippikochi.or.jp/informations.cgi?new_info_id=2117

<応募・お問合せ先>

- ▼高知県社会福祉協議会
高知県ボランティア・NPOセンター（山本）
- ▼〒780-8567 高知市朝倉戊 375-1
- ▼TEL：088-850-9100
- ▼FAX：088-844-3852

高知県福祉活動支援基金

県民福祉の増進を図るために民間社会福祉施設及び民間社会福祉団体等に対する支援を行い、社会福祉の増進に資することを目的として助成及び貸付事業を行います。

【応募締切】

2025年12月22日（月）



【助成金額】

総額 1,000 万円以内

小地域福祉・交流のための事業 15 万円

研修・イベント開催・広報啓発等に係る事業 30 万円

制度外サービス提供・調査研究等に係る事業 30 万円

備品購入に係る事業 50 万円

【助成対象団体】

高知県内で活動する法人及び団体であって次のいずれかの者

- ・民間福祉団体等(営利法人を除く)
※県及び市町村もしくは所在地の市町村社会福祉協議会の推薦が必要です。
- ・社会福祉法第2条に定める第一種社会福祉事業及び第二種社会福祉事業（貸付事業を除く）を実施する社会福祉法人、独立行政法人
- ・社会福祉の向上を図るための事業を実施する公益社団法人、公益財団法人、一般社団法人、一般財団法人、N P O 法人
- ・社会福祉協議会

【助成対象事業】

高齢者（要支援・要介護高齢者を含む）、障害者、子ども、子育て家庭、生活困窮者、ひきこもりの人等を対象とした地域福祉の増進に寄与すると認められる事業

- (ア) 地域社会のつながりの希薄化や生活課題を抱えた人への支援といった地域課題の解決や地域社会の維持に向けた効果が期待できると認められるもの
- (イ) 一過性の活動ではなく、様々な機関・団体との連携を図ることなどにより、継続性・発展性が認められるもの
- (ウ) 財源確保等、当該団体の自助努力が認められるもの

【助成期間】

2026年4月1日～2027年3月31日

【申込方法】

以下をご確認ください。

<https://www.kochiken-shakyo.or.jp/function-volunteer-3/fukushi-katsudou-shienkikin-2>



<応募・お問合せ先>

- ▼高知県社会福祉協議会 地域・生活支援課
- ▼高知市朝倉戸 375-1
高知県立ふくし交流プラザ 4 階
- ▼TEL : 088-844-9019
- ▼FAX : 088-844-3852

高知市共同募金委員会助成

誰もが安心していきいきと暮らせる地域社会を実現するため、地域をよくしていく活動する福祉団体やボランティア団体等を支援することを目的としています。

【応募締切】

2025年12月26日（金）

【助成金額】

- ①高知市広域福祉活動支援事業
総事業費の 90%、最大 20 万円
- ②小地域福祉活動支援事業
総事業費の 90%、最大 10 万円



【助成対象団体】

高知県内で活動する社会福祉法人、特定非営利活動法人、町内会等の地域団体、福祉団体及びボランティア団体など社会福祉活動を行う団体でつぎのものを助成対象とする

1. 法人格の有無を問わず、団体の活動計画等を備えているもの
2. 営利又は宗教を活動または手段としない者
3. 活動の実績、内容お飛び財務の状況を自ら公開できるもの
4. 設立後 1 年以上経過しているもの。ただし活動準備行為などを助成対象とすることが必要と認める場合は、この限りでない。

【助成対象事業】

- ①社会福祉団体、特定非営利法人、ボランティア団体等が行う広域的で公益性の高い地域課題の解決を目的とした活動・事業
- ②小地域により良い具体的な変化が期待される活動・事業

【助成期間】

2026年4月1日～2028年3月31日

【申込方法】

HP から申請書を入手し、必要書類を添えて提出して下さい。詳しくは HP をご確認ください。

<https://kochi-csw.or.jp/donation/d1/>

<応募・お問合せ先>

- ▼高知県共同募金会高知市共同募金委員会
- ▼〒780-0870 高知市丸ノ内 1-7-45
総合あんしんセンター 3 階
- ▼TEL : 088-823-9570
- ▼FAX : 088-856-5549

LIFULL HOME'S 基金

「DV 被害を受けている方々」「経済困窮しているひとり親家庭」「家族に頼れない子ども・若者」「日本に逃れてきた難民」「ホームレスなど生活困窮者」といった方々を対象にした生命を守るためのシェルター・一時的な住まい提供を行う非営利団体への助成を行うことで、当事者の住まいや一時的な住まいを確保するための事業継続を後押しします。

【応募締切】

2025年12月15日（月）17:00

【助成金額】

上限 100 万円（総額 1,500 万円）



【助成対象団体】

- 社団法人・財団法人（一般及び公益）、社会福祉法人、特定非営利活動法人など非営利活動・公益事業を行う団体
※ 任意団体や営利を目的とした組織（株式会社等）は含みません。
- 以下の方々などを対象にした民間シェルターを運営していること
DV 被害を受けている方、経済困窮しているひとり親家庭、家族に頼れない子ども・若者、日本に逃れてきた難民、ホームレスなど生活困窮者

【助成対象事業】

「DV 被害を受けている方々」「経済困窮しているひとり親家庭」「家族に頼れない子ども・若者」「日本に逃れてきた難民」「ホームレスなど生活困窮者」といった方々を対象にした生命を守るためのシェルター・一時的な住まいの提供を行う事業。

【助成期間】

2026年2月1日～2026年6月30日

【申込方法】

成電子申請システム「Graain」から、必要書類・団体情報をご提出いただきます。詳細は必ず募集要項をご確認ください。

<https://np-foundation.or.jp/information/000316.html>

<応募・お問合せ先>

応募に関するお問い合わせは、事務局代表メールアドレスにお送りください。問い合わせメールは、件名を「LIFULL HOME'S 基金」として、氏名・電話番号を必ず記載ください。

▼日本フィランソロピック財団

▼E-mail : info@np-foundation.or.jp



【助成期間】

2026年4月1日～2027年3月31日

【申込方法】

助成電子申請システム「Graain」から、必要書類・団体情報をご提出いただきます。詳細は必ず募集要項をご確認ください。

<https://np-foundation.or.jp/information/000320.html>

＜応募・お問合せ先＞

応募に関してのお問い合わせは、件名を「日本の学び応援基金」として、団体名、担当者名を記載の上、財団の代表メールアドレスまでお送りください。

▼日本フランソロピック財団事務局

▼E-mail : info@np-foundation.or.jp

<https://www.hc-zaidan.or.jp/program.html>

＜応募・お問合せ先＞

▼一般財団法人ハウジング＆コミュニティ財団

(助成係)

▼〒105-0014 東京都港区芝浦 2-31-19

バンザイビル 7 階

▼TEL : 03-6453-9213

住まいとコミュニティづくり活動助成

「住まいとコミュニティづくり活動助成」は、1993年度から開始したユニークな助成プログラムで、市民の自発的な住まいづくりやコミュニティの創出、そして、地域づくり活動を一貫して支援してきました。2026年度は「今日の住まいとコミュニティに関する多様な社会的課題に取り組む活動」に助成を行います。

【応募締切】

2026年1月9日（金）必着



【助成対象団体】

営利を目的としない民間団体（特定非営利活動法人、法人化されていない任意の団体など）。
団体として、代表責任者が明確であること、意思決定のしくみが確立され、予算決算を含む会計処理や口座の管理等が適切に行われていること。

【助成対象事業】

今日の人口減少社会、少子高齢化社会等を背景にした住まいとコミュニティに関する課題に取り組む市民の自発的な地域づくり・住まいづくり活動で、地域住民が主体的に関わっている次に掲げるもの。

- ・社会のニーズに対応した地域活動
- ・地域環境の保全と向上に資する活動
- ・地域コミュニティの創造・活性化の活動
- ・安心・安全に暮らせる地域の実現に向けた活動
- ・その他、豊かな住環境の実現に繋がる活動

【助成期間】

2026年4月1日～2027年3月10日

【申込方法】

申請書と参考資料等を添付し、郵送でお送りください。
メールまたはFAXによる送付は固くお断りいたします。

イベント情報

人権啓発フェスティバル 「こころんフェスタ」

◆日程

2025年12月7日（日）9：30～15：30

◆内容

【ステージイベント（予定）】

※手話通訳・要約筆記があります

- ◇オープニングセレモニー
- ◇人権作文コンテスト表彰式
- ◇キャラクターショー（午前と午後の2回公演）
- ◇「障害者週間の集い」表彰式
- ◇手話体験（高知県立大学 UOK 手話サークル）
- ◇ザ・オイオイズの手話パフォーマンス
- ◇留学生と多文化共生を考えよう（龍馬学園）
- ◇シャボン玉パフォーマンス（Bubbooo）
- ◇馬場俊英ミニライブ

【会場イベント（予定）】

- ◇啓発・体験コーナー
- ◇飲食・物産コーナー
- ◇楽しみながら人権について学ぶスタンプクイズラリー
- ◇子ども広場
- ◇障害者週間の集いコーナー
- ◇家族写真館
- ◇ツーライスサンタによるあんぱんと牛乳のふるまい

ほか、楽しいイベント盛りだくさん♪

☆ご来場先着200名様に「花のポット苗」プレゼント。

☆アンケートにご協力いただいた方に、農福れんげい商品等を差し上げます。

◆会場

東洋電化中央公園（高知市帯屋町1-11）

◆参加費

無料

◆主催

高知県、高知県教育委員会
(公財)高知県人権啓発センター



<お問合せ>

- 公益財団法人 高知県人権啓発センター
- 〒780-0870 高知市本町 4 丁目 1 番 37 号
- TEL : 088-821-4681
- FAX : 088-821-4440
- <https://www.kochi-jinken.or.jp/>

年輪で作るクリスマスリース

◆日程

2025 年 12 月 7 日 (日)

①午前の部 10:00~ ②午後の部 13:00~

◆内容

スギの輪切り板（直径 20cm くらい）を使って作ります。
ヒノキの葉っぱや木の実など自然の素材で飾り付けします。
リースの真ん中に写真やメモなどを貼ることもできます。

◆会場

高知県立森林研修センター情報交流館

(香美市土佐山田町大平 80)

◆参加費

材料費 500 円

(作るのはお子様のみとさせていただきます)

◆対象

お子さまと保護者の方



◆定員

各 30 名

◆主催

高知県立森林研修センター情報交流館

<お問合せ・お申込み先>

- 高知県立森林研修センター情報交流館
- TEL : 0887-52-0087
- 受付時間 9:00~17:00 (休館日 : 月曜日)

災害復興 生活再建のための法制度とお金の基本

◆日程

2025 年 12 月 14 日 13:00~16:00

◆内容

本市では、市民と行政が協働のもと、市民の防災や災害に関する意識啓発と知識・技能の習得、地域防災力のさらなる向上を目的として、毎年、防災フォーラムを開催しています。

今回のフォーラムでは、第 1 部で銀座パートナーズ法律事務所弁護士の岡本講師に「被災したあなたを助けるお金と暮らしの話～災害後の法支援制度～」と題しまして、基調講演をしていただきます。

第 2 部では、3 団体による防災の取り組み発表、防災展示等を実施します。

第 1 部の基調講演及び第 2 部の防災の取り組み発表については、オンライン配信も行いますので、ご自宅等からでもご視聴いただけます（申し込み要）。

【プログラム】

12:30 開場

13:00 開会挨拶

<第 1 部>

13:10 講演

14:40 休憩

<第 2 部>

14:50 活動報告

・株式会社白獅子（VR 機器を用いた防災の取り組み）

・高知市下知地区減災連絡会

（地区防災計画と広域避難訓練）

・高知大学防災すけっと隊（活動報告）

15:50 閉会挨拶

16:00 閉場



◆会場

総合あんしんセンター 3 階大会議室

◆参加費

無料



◆定員

100 名 (先着順)

◆申込

氏名・連絡先を明記し、Fax・電子メール、または電話で申し込みください。

◆主催

市民とつくる防災フォーラム実行委員会・高知市

<お問合せ先>

- 高知市地域防災推進課
- TEL : 088-823-9040
- FAX : 088-823-9008
- E-mail : kc-080300@city.kochi.lg.jp



クラフト工作・本とともにだちコンサート 本のミニバザー

◆日程

2025年12月21日(日) 12:00~15:30

◆内容

楽しいイベントがたくさんあるので、素敵な時間を過ごしましょう。
お待ちしています。

【タイムスケジュール】

12:00~15:30 本のミニバザー
12:30~13:30 クラフト工作1
13:40~14:10 ~本とともにだちコンサート～
絵本とピアノでクリスマス
14:20~15:20 クラフト工作2

【クラフト工作】

講師：宮崎信一さん・宮崎聰美さん
(高知県シェアリングネイチャー協会)
森の贈り物を使ってクリスマスの飾りを作ろう！
クリスマスリース・スワッグ・ミニツリーなど
参加費：100円～300円

【第69回本とともにだちコンサート】

あかちゃんから楽しめる絵本とピアノでクリスマス！
鳴り物も自由に持参してね
参加費：無料

もうすぐクリスマス♪

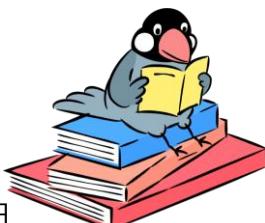
手作りのぬくもりを感じながら、みんなでツリーを飾ります
素敵なお演奏と絵本で楽しいひとときを過ごしましよう

◆会場

高知こどもの図書館あとりえほん
(高知市丸の内1-1-10)

◆参加費

クラフト工作：100円～300円
コンサート：無料



◆主催

認定特定非営利活動法人高知こどもの図書館

<お申込み・お問合せ先>

【お問合せ URL】

<https://kodomonotoshokan.org/contact/>
■認定特定非営利活動法人高知こどもの図書館
■〒780-0850 高知市丸ノ内1-1-10
■TEL：088-820-8250
■FAX：088-820-8251
(開館日時) 金・土・日・月 10:00~17:00

小中高生学習ボランティア募集！

◆内容

①探求学習プロジェクト（中高生対象）

活動：高知の魅力的な産業を「生きた教材」として、体験学習プログラムをゼロから企画します。協力企業への交渉や当日の運営まで、アイデアを形にする全プロセスを経験できます。

場所：鴨部周辺

(高知国際中学校・高等学校の近くです。)

②学習支援プロジェクト（小中学生対象）

活動：子ども食堂の一角で、小学生を対象にした学習支援を行います。宿題のサポートだけでなく、子どもたちが安心して過ごせる「第三の居場所」として、大学生が「ななめ上の先輩」として寄り添います。

場所：秦ふれあいセンター

(毎月第三土曜日を中心に拡大中)

【こんな方を歓迎します】

- ・学生時代に何か本気で打ち込めるものを探している方
 - ・高知の地域活性化や教育問題に関心がある方
 - ・企画や組織運営に興味がある方
 - ・子どもたちとコミュニケーションを取りたい方
- ボランティアや教育支援が未経験の方も大歓迎です！
学業や就活と両立しながら、柔軟に参加できる体制を整えています。

◆募集形態

継続ボランティア



◆募集対象

社会人、大学生・専門学生、高校生

◆主催

NPO法人 BORDER FREE 高知ベース

<お問合せ>

下記担当者までご連絡ください。

- NPO法人 BORDER FREE 高知ベース
担当：竹中
- E-mail：border.free.hina.takenaka@gmail.com
- TEL：090-1326-2966
<https://border-free.jp/>

不定期編集後記

とうとう師走、新年も目前です。最近読んでいた漫画で、昔は誰もが元日に歳を重ねていたと知りました。俗にいう数え年ですね。由来を調べてみたら、仏教では「胎内期間も命」と考え、神道では「歳神様(としがみさま)を迎える元日に、神様から新たな魂(お年玉)を授かる」と考えられていたそうで。医術が未発達な時代に、無事に歳を重ねられることは、さぞかし喜ばしかったのでしょうか。

誕生日の考え方が変わって久しいですが、平穀に生きていられることへの感謝は肝に銘じておきたいものです。

…あえて言えば、誕生日を素直に喜べない年齢が悲しいですが。

サポセン事業紹介 ~こんなこともやります!~



(全3回) 想いが伝わる プレゼンテーション講座

ステップ1
1月21日(水)

「プレゼン成功への第一歩」
アドバイザー
岡田一水さん (NPO高知市民会議理事)

ステップ2
2月4日(水)

「よいプレゼンとは?」
アドバイザー
小崎百葉さん (ミタニ建設工業株式会社)

ステップ3
2月18日(水)

「ブラッシュアップ発表会」
アドバイザー
岡田一水さん・小崎百葉さん

活動報告や助成金申請のプレゼンテーションで
「上手く伝わったかな」と不安になることありませんか?
「簡潔に想いを伝える」プレゼンテーションの
コツ教えます!

会場 高知市市民活動サポートセンター
(高知市たかじょう庁舎2階)

参加費 無料

定員 先着5名(組)
※パソコンをご持参ください。

お問合せ・お申し込み先

高知市市民活動サポートセンター 担当:矢田
電話 088-820-1540 メール skillup@shiminkaigi.org
URL <https://kochi-saposen.net/> 詳細→



ボランティア ガイダンス 2025

みんな集まれ!!!



ボランティアガイダンスとは、「自分に合ったボランティア活動を見つける人」と「ボランティアを募集したい団体」との出会いの場です。

2026年 1月31日(土) 13:30~16:00

in 高知市文化プラザかるぽーと1階 大講義室

動物の
お世話

子ども
食堂

イベント

生活
支援

国際交流

3つ以上の団体に
話を聞くとささやかな
プレゼントあり!

子どもの
お世話

出展団体や申込み等の
詳細はHPをチェック!

13:30 開会
13:35 ボランティア
“はじめの一歩”講座
14:05 ボランティア団体の
活動紹介
14:50 団体のブースごとに
個別相談
16:00 終了

問合せ
申込



高知市市民活動サポートセンター

TEL: 088-820-1540 E-mail: info@shiminkaigi.org

高知市鷹匠町2丁目1-43 高知市たかじょう庁舎2階(担当:松本)