

ボランティア ハンドブック

『ラブとピース』

ボランティアとマスコットキャラクター



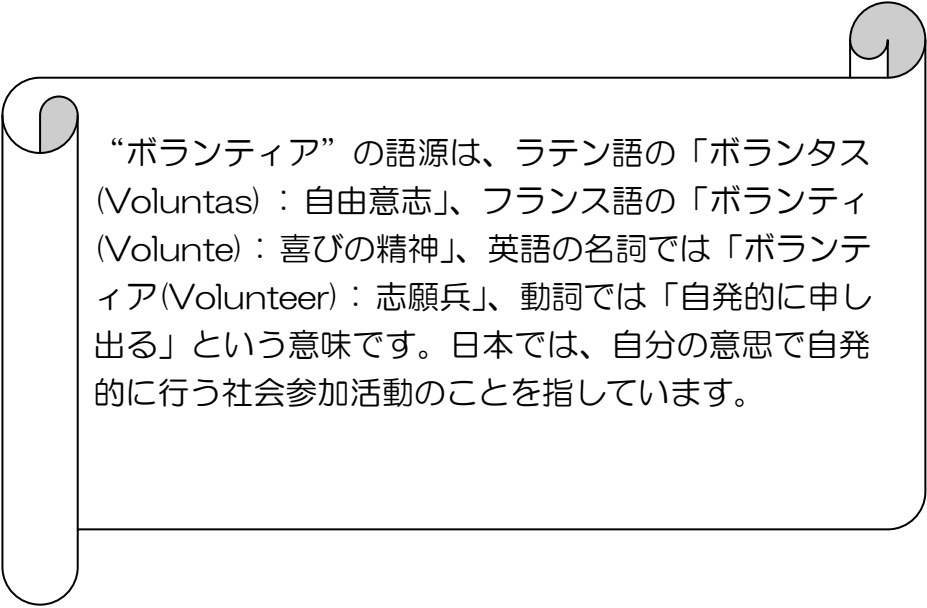
社会福祉法人
都留市社会福祉協議会

～ボランティア活動を始めるための基礎知識～

みんな ボランティア！

私たちは、だれもが幸せに生きる社会を目指しています。ボランティア活動は、私たちの生活環境をよりよくする積極的な行為から始まり、社会に向かって創造的に働きかけていくものです。そして、その活動は福祉・教育・医療・環境・国際問題など、さまざまな分野にわたって活動が広がっています。

活動の最初の一步を踏み出すために、また、すでに活動している人が自分の活動をふりかえっていただくためにお読みください。



“ボランティア”の語源は、ラテン語の「ボランタス (Voluntas)：自由意志」、フランス語の「ボランティ (Volunte)：喜びの精神」、英語の名詞では「ボランティア (Volunteer)：志願兵」、動詞では「自発的に申し出る」という意味です。日本では、自分の意思で自発的に行う社会参加活動のことを指しています。

ボランティア活動の理念と社会的役割

ボランティア活動は以下の基本理念があります。

自主性・主体性

他から強制されたり、義務としてではなく、自分の意志で行う活動

社会性・連帯性

誰もがいきいきと豊かに暮らしていけるように、お互いに支え合い学び合う活動

無償性・無給性・非営利性

金銭的な報酬を期待して行う活動ではありません。しかし、お金では得られない出会いや発見、活動、喜びを得ることができる活動

創造性・開拓性・先駆性

今、何が必要とされるのかを考えながらよりよい社会を私たちが創る活動

様々なボランティア活動

1 家でできるボランティア

- ごみ拾い
- バザーに協力（購入や物品寄付）
- 収集ボランティア
- リサイクル活動（分別・収集活動） など

2 学校でできるボランティア

- 募金活動
- バザーに協力
- 外国への援助
- 自然保護運動
- 収集活動
- 学校行事への招待
- 養護学校との交流 など

3 会社でできるボランティア（企業の社会貢献活動）

- 募金活動
- バザーに協力（購入や品物寄附）
- 外国への援助
- 自然保護運動・美化活動
- 物資・備品等の寄附
- 収集活動
- 講習会等での学習 など



自分にできるボランティア活動を探す！

1 活動場所で選んでみよう！

- [自宅で] …収集・パソコン関係・相談・編集・翻訳など
- [地域で] …ボランティアグループ・当事者団体・様々な施設
スクールガード・ふれあいいいきサロンなど
- [国内で] …森林や海辺の保護・被災地の支援・難病支援など
- [海外で] …貧困地域への支援・熱帯林の保護・文化交流など

2 時間帯で選んでみよう！

- [平日の日中] …様々な施設・地域での活動など
- [平日の夜間] …ボランティアグループ・NPO・NGO・学習会など
- [土・日・祝祭日] …各種イベント、余暇活動支援など
- [夏休みなど] …体験学習・各種イベント・各施設・団体の活動他
- [その他] …動物保護・リサイクル活動・収集活動など

3 自分にできそうなことで選んでみよう！

- [技！] … ①仕事で得た技術を活かした活動/コンピュータ操作他
②専門知識を活かした活動/語学/介護技術など
③趣味や特技を活かした活動/音楽・スポーツ・茶道他
④経験を活かした活動/家事・育児・教育・文化伝承他
⑤単発な活動/イベント・世代間交流・収集活動など
- [力！] …テント設営・キャンプ指導・災害時物資積み降ろし他
- [気持ち] …資金、古着などの寄附・リサイクル・美化活動他

4 学習会、講習会等に参加し仲間を作って働き出そう！

- [教育講座] …パソコン・写真・習字・音楽・翻訳など
- [地域講座] …介護・子育てサポート・精神保健・移送迎・災害など
- [シンポジウム] …森林等の保護・被災地への支援・動物愛護など
- [講習会] …手話・手話読み聞かせ・料理・衣服のリフォームなど

5 情報を集めよう！

- [窓口] …市及び地区社会福祉協議会・都留市ボランティアセンター
都留市まちづくり市民活動支援センターなど
- [広報誌] …地域のミニコミ誌・各団体の広報誌・新聞広告など

[掲示物] …ボランティアNPO ボード・公民館・学校・スーパー等での
ポスターやチラシでの募集など

興味・関心で活動を考えてみる!

1 高齢者・障害児者対象ボランティア

- 車椅子・ガイドヘルプ・ガイドマップの作成
- 手話通訳・要約筆記・拡大写本・点字翻訳・OHP
- 口話・筆談・指文字・朗読ボランティア
- 友愛訪問・福祉電話・食事サービス・サロン
- 学校の送迎・余暇活動・保育ボランティア
- 移送サービス・ハンディキャブ・デイサービス
- リハビリ教室・家庭でのリハビリ補助
- 布のおもちゃ、手で触る絵本の作成・おもちゃ図書館
- 病院ボランティア・施設でのイベントボランティア
- 日用品や衣類などの制作
- 専門技術・技能・特技等の提供

2 福祉救援ボランティア

- 募金活動・炊き出しなどの活動
- 物資・備品等の寄附
- 防災・災害ボランティア

3 スポーツ・教育ボランティア

- レクリエーション
- レクリエーションスポーツ
- フリースクール
- 学習ボランティア
- 相談・援助ボランティア
- 里親

4 文化・芸術ボランティア

- 図書館ボランティア
- シルバーガイド
- 伝承文化活動
- 美術館・博物館ボランティア

5 技術・技能・特技を活かしたボランティア

- ちょっぴり先生
- パソコン
- 語学
- 修繕(土木・建築ほか)
- レクリエーション
- 遊び・話し相手や付き添い
- 発展途上国等での井戸掘り・救援物資の積み下ろしなど
- 運転
- 機関紙作成・広報関係
- 理容
- 医療関係(医師・看護師ほか)
- キャンプ指導
- 家事などの手伝い

6 自然保護・環境保全ボランティア

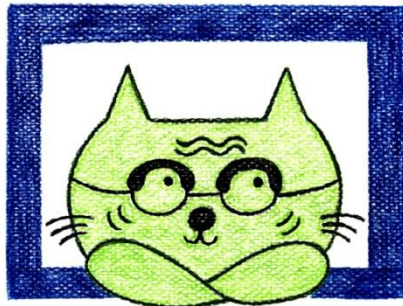
- 森林保全・緑化(植林)
- 緑・青の羽の募金
- 美化活動
- リサイクル活動
- ビーチクリーンアップ活動

7 国際交流ボランティア

- 国際手話
- 識字学級ボランティア
- 子育て支援・交流
- 里親(教育費の援助など)
- 外国語ボランティア
- 在日外国人支援
- ホストファミリー

8 その他ボランティア

- 臓器提供(骨髄バンク・アイバンクなど)
- ホームレスへの支援
- 分類・整理ボランティア
- いのちの電話などの傾聴ボランティア
- 医療・毛布などの援助



ボランティア活動

— 心得 —

☆約束を守りましょう

ボランティアは職員ではありませんが、大切な役割を担っています。活動先での時間やルールを守って、楽しい時間を共有できるよう努めましょう。

やむを得ず休む場合は、担当職員にその旨を必ず連絡しましょう。

☆秘密は守りましょう

ボランティア活動の場では、多くの方と交流をします。交流した方の病気や家族構成・生活暦等を知ってしまうことがあります。活動中に知り得た個人情報は、他人に話さないようにしましょう。個人情報の流出として、犯罪行為になる可能性があります。

☆活動前後・活動中は自分自身の健康に十分気をつけましょう

高齢者や乳幼児、障害のある方と接する機会があります。十分健康に気をつけ活動に参加しましょう。また、活動中に怪我をしたり、気分が悪くなった時は、遠慮せず担当職員に申し出ましょう。

☆身なりは、清潔で活動しやすくしましょう

服装は、清潔で動きやすいものを着用し、運動靴で参加しましょう。爪は短く、香水、マニキュア、装飾品は、相手に不快感や怪我をさせてしまうことがあります。身なりに気をつけて参加しましょう。

☆笑顔で挨拶する事がコミュニケーションの第一

はじめて顔を見る方には、誰もが心を開きにくいものです。まず、とびきりの笑顔で「はじめまして！ OOと言います。」のあいさつをしてください。そこから、相手の方との信頼関係がはじまります。

☆相手を尊重し、ニーズに合わせて活動しましょう

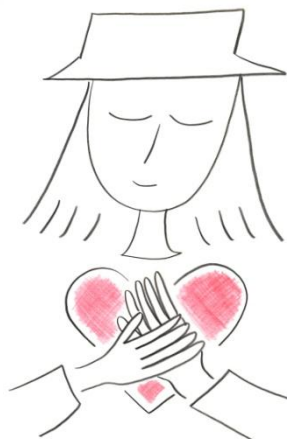
相手が障害のある方でも、高齢者でも、乳幼児でも一人の人間です。相手に不快感を与えないように会話をしましょう。また、良かれと思ってしたことが、信頼関係をそこなうこともあります。相手の気持ちになり、相手のペースに応じて、一緒に活動しましょう。

☆職員とのコミュニケーションを大切にしましょう

活動する場所により、さまざまなルールがあります。またボランティア活動の範囲もさまざまです。事前に職員・当事者の注意や指示をきき、自己判断をせずに必ず職員に相談しましょう。

☆謙虚に行動しましょう

ボランティア活動は、お金では得られない喜びや感動、そして出会いを得ることができます。積極性と謙虚さをもち、「してやっている」のではなく、「させていただく」という気持ちが大切です。



参考 「ボランティアハンドブック」

社会福祉法人 川崎市社会福祉協議会 ボランティア活動振興センター発行

都留市ボランティアセンター

～ボランティア活動に関する相談窓口～

稼働日 : 月曜日～金曜日 AM8:30～PM5:15
休日 : 土・日・祝日、年末年始
〒 : 402-0051
住所 : 都留市下谷 2,516 番地1 いきいきプラザ都留
電話 : 46-5115
FAX : 46-5103
E-mail: tsuru-vc@ceres.ocn.ne.jp

