

あったか♥ハート あなたもボランティア

何かひとつ すこしずつ あなたにできることを始めてみませんか？



鳥取県社会福祉協議会ボランティア・市民活動センターでは、
“で愛・ふれ愛・ささえ愛”をモットーに、
県民一人ひとりの手によって人と人とのつながりを深め、
一人ひとりが安心して暮らせるまちづくりを目的に
取り組みを行っています。

ふれ愛

で愛

ささえ愛

地域(CHIIKI)には
3つの愛(I)があります

出会いがふれ合いと支え合いにつながり、
また新たな出会いが生まれていきます。

は一ちゃんのおレンジ色のかばんには、ハートの種がたくさん詰まっています。
はじめは、たった一人の思いやりだったとしても、それが翼を付けてはばたくように、
人から人へとつながっていくことを願って、は一ちゃんは毎日ハートの種を届けています。



1

私たちはこんな社会で暮らしたい

誰もが人間らしく豊かに安心して暮らせる社会とはどのような社会でしょうか。
たとえば…

自分の持っている力を
発揮できる社会

持っている悩みを
分かち合える社会

人々が協力し合って
地域の課題解決へ
取り組める社会

自由な意見が言えて、
自分らしい生き方
ができる社会

結果だけを
求めるのではなく、
プロセスを大切に
できる社会

異なる文化を
認め合える社会

地球の環境・資源を
守り、未来へ引き継ぐ
ことのできる社会

自分自身の価値観
を見つけ、
自己成長・自己実現
できる社会

このような社会の主役はわたしたち一人ひとりです。
わたしたちの手による社会づくりの一つとして、ボランティア活動の果たす役割・可能性に大きな期待がよせられています。

ボランティア活動ってなあに？

ボランティア活動は、誰もが人間らしく豊かに安心して暮らせる社会を目指し、それぞれ自分の身近なところで、日々の生活の中でできることを考え、自発的に行動することです。

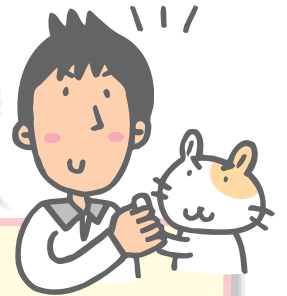
ボランティア活動5つのキーワード

**自主性
主体性**



誰かから強制されるとか、義務として活動をするのではなく、あなた自身から「やりたい！」という気持ちをもって行うのが、ボランティア活動です。

**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、みんなで支え合い、またともに学び合うのがボランティア活動です。

継続性

「継続は力なり」

という言葉にもあるように、活動が続ける事が大切です。自分に合った計画を立て、持続性をもって活動しましょう。



**無償性
無給性**



報酬を目当てに行うのがボランティア活動ではありません。お金では得られない、人との出会いや発見、そしてさまざまな感動や喜びを得ることができるのが、ボランティア活動です。

**先駆性
開拓性**



今、私たちの住む社会で何が必要とされているのかを考え、さまざまな視点から活動を見直し、進めていくことが大切です。つまり、よりよい社会を自分たちの力と手で創るのが、ボランティア活動です。

●福祉

- 高齢者家庭への見守り・声かけ訪問
- 一人暮らし高齢者等への食事・家事サービス
- 高齢者、障がい者、子育て家庭などを対象とした「サロン」開設
- 高齢者・障がい者の通院つきそい、外出・買い物支援
- 老人ホームでの食事介助・話し相手等の活動
- 障がい者施設等での外出支援・理美容サービス
- 障がい児のためのおもちゃづくり
- 視覚障がい者のための点訳・音訳（朗読）・ガイドヘルプ
- 聴覚障がい者のための手話通訳・要約筆記
- 障がい児の療育キャンプ支援
- 福祉マップづくり
- 留守家庭児童の一時預かり・里親
- 「いのちの電話」活動
- 古切手・ベルマーク等の収集
- 福祉バザーへの協力
- 赤い羽根共同募金などの募金活動
- 児童福祉施設での学習支援



●保健・医療

- 献 血
- 臓器バンク登録
- 健康づくり・体力づくりの支援
- 病院内の案内・車いす・歩行器の介助
- 患者の話し相手等の活動
- 院内図書 of 整理・貸し出し



●教育

- 子ども会活動への参加
- PTA活動への参加
- ボーイスカウト・ガールスカウトの指導
- 子どもの遊び場づくり
- おもちゃ・遊具の製作



●文化・芸術

- 昔話・遊び等の伝承
- 芸能の伝承
- 郷土史・文化財保護
- 博物館・美術館・史跡ガイド
- 公民館での学習指導
- 図書館での図書の配架・読みきかせ

●スポーツ・レクリエーション

- 少年野球・サッカー等のスポーツ指導
- レクリエーション指導
- ハイク・オリエンテーリング等のイベント
- 観光ガイド

●自然・環境

- 不要品のリサイクル活動
- 「〇〇を守る会」等の自然保護・動植物保護運動
- 環境美化・緑化活動
- エネルギー問題への取り組み（節電から原子力発電まで）



●コミュニティ（まちづくり）

- 自治会・町内会活動
- お祭り・運動会等への協力
- 町内清掃・花いっぱい運動
- 公園・遊び場等の環境改善活動

●国際協力

- 開発途上国への生活・教育支援活動
- 留学生のホームステイ
- 在日外国人の生活相談・日本語教育
- 外国人旅行者への観光ガイド
- 青年海外協力隊
- 難民救援援助活動
- フォスターペアレント（途上国児童への経済的支援）
- ユニセフ活動

●防災・防犯

- 交通安全指導
- 子ども・高齢者を事故から守る運動
- 災害時救援（震災・大雨災害等）

できることから
始めよう!

4

“ボランティア”タイプテスト

あなたの活動タイプをチェック!

ボランティア活動をいざ始めようと思っても、何から始めていいのかわからないという人は多いのではないのでしょうか。ボランティア活動への入口は、あなたの身近にたくさんあります。そこで、その中から自分に向いているボランティア活動を次のチェックで見つけてみましょう。

チェックの方法 30問の質問に対して、YESにを入れてください。今の自分に質問が該当しない人は、今までを振り返って答えてみてください。

チェックリスト

A

- 1 家族の親友の名前を5人以上挙げられる。
- 2 家族の誕生日、記念日などをきちんと覚えている。
- 3 家族が病気になれば、看病を優先する。
- 4 料理や洗濯など、家事をすることに抵抗や不満がない。
- 5 食事はなるべく家族と一緒に取るようにしている。

B

- 6 スケジュール帳の予定は、ほとんどが仕事関係である。
- 7 自分や周囲の人の肩書きにはこだわる方である。
- 8 アフター5でも、私用よりも仕事上のつき合いを優先する。
- 9 仕事を辞めたら、他にすることが思い浮かばない。
- 10 自分が3日間でも休んだら、職場は大変なことになるだろう。

C

- 11 近所の人たちと出会ったら、挨拶を交わす。
- 12 町内のお祭りや掃除などの行事には、なるべく参加する。
- 13 町内会の役員などがまわってきたら、できる範囲で引き受ける。
- 14 見知らぬ人でも、すぐに親しくなれる方である。
- 15 地域の施設の場所や行事の予定などを知っている。

D

- 16 家でゴロゴロするのは、時間ももったいないと思う。
- 17 体を動かすのは苦にならない。
- 18 リサイクルに関心があり、ゴミの分別は几帳面に行っている。
- 19 たばこの吸い殻や空き缶のポイ捨てはしない。
- 20 中古品でも機能が充分であれば、気にせず購入する。

E

- 21 外国の人や違う世代の人たちとも交流を持ちたい。
- 22 自分の知らない世界へも飛び込んでいく勇氣がある。
- 23 パソコンやインターネットを使いこなせる。また、挑戦してみたい。
- 24 今からでも語学の勉強をするのは遅くないと思う。
- 25 機会があれば、海外で活躍してみたい。

F

- 26 どちらかと言うと、集団よりも一人で行動したい。
- 27 コツコツと取り組むのが得意である。
- 28 短時間ずつしか、ボランティア活動に充てる時間がない。
- 29 初対面の人に自分から話しかけるのは苦手である。
- 30 外出するよりも家にいる方が好きである。

それぞれの質問に対して、YESの数を下のボックスの番号に記入してください。一番YESの数が多かった部分があなたのタイプになります。

あなたはどのタイプに当てはまりましたか？右記の診断結果を参考にして、自分に合ったボランティア活動を見つけてください。

チェック(YES)の数

A 1~5	B 6~10	C 11~15	D 16~20	E 21~25	F 26~30
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

診断結果

あなたの
ボランティアタイプ

A

マイホームタイプ

ホストファミリー、里親、スポーツ、レクリエーション指導、フリースクール支援など

B

ビジネスタイプ

募金。職場周辺のまちづくりやイベントへの参加、ボランティア情報の発信など

C

コミュニティタイプ

図書館・美術館・博物館ボランティア、訪問ボランティア（独居老人、病院、老人ホーム、児童福祉施設など）、伝統文化保存、福祉・環境マップづくりなど

D

エコロジータイプ

リサイクル、分別収集、ビーチクリーン運動、植林ボランティア、フリーマーケットの開催など

E

国際ナショナルタイプ

災害救援、観光通訳ガイド、海外での技術協力、教育支援、在日外国人支援（通訳、カウンセリングなど）など

F

パーソナルタイプ

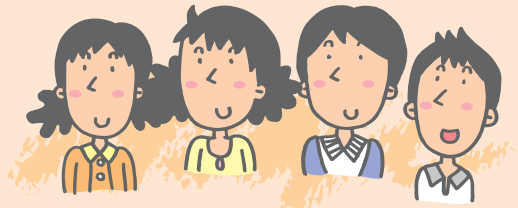
点訳、音訳、翻訳、拡大写本、立体絵本づくり、ベルマーク・使用済みプリペイドカード収集、小物づくりなど

ボランティア・市民活動センターって どんなところ？

社会福祉協議会のボランティア・市民活動センターは、ボランティア活動をしたい人と、ボランティア活動を求める人のプラットフォーム。
みんなの幸せを創り出すボランティア活動をサポートする拠点です。

市町村社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター (P7、8参照)

市町村社協ボランティア・市民活動センター(以下「市町村社協」という)は、それぞれの地域の実情に合わせて課題を設定し、地域住民やボランティアを含め、多様な団体・組織と協働・連携等、力を合わせながら、課題の解決、または予防に向けて取り組んでいます。



最も多いサポートは、「ボランティア活動してみたい」という人をボランティアグループや市民活動に誘うことです。そうした「つながる先」がない場合にも「あなたが初めてでも、仲間を集めてやってみましょう」とアドバイスを含めて促します。

また、実際にボランティア活動をしている人からも相談があります。「活動がマンネリ化して…」「仲間が増えなくて…」「機材がほしいけど、お金が…」など、様々あります。こうしたことにも、研修会や交流会を開催して有効な手立てを情報提供したり、広報誌を使って仲間を募集したり、助成金情報や申請書を書く際の添削アドバイスなど、ボランティア・市民活動の下支えを行っています。

さらに、ボランティアのしたいことだけを支援するのではなく、地域の「求め」とボランティアの「したい」を対等に調整しながら、活動プログラムの開発を関係者の理解と協力を得て行っています。例えば、本来、別の目的で結成されたボランティアグループに、少子高齢化、人口減少が著しい過疎地で、除雪活動に取り組んでいただくように調整したこともあります。

このように、ボランティア活動をしたい人と、ボランティア活動を求める人のコーディネートを行っています。

県社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター (P9～11参照)

県社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター(以下「県社協」という)は、市町村圏域での取り組みでは馴染めない広域的な支援を行っています。



ボランティア・市民活動団体の中には、市町村圏域を超えて活動する団体もあります。また、例えば、もともと広域的に設置されている児童養護施設における児童への学習支援のボランティア活動についても、施設が所在する市町村社協だけが支援するというのではおかしいと思います。県社協はこうした広域的な課題に対して調整や支援を行っています。

社会福祉協議会ボランテ

ボランティア活動をしたい人と、ボランテ
みんなの幸せを創り出すボランテ

ボランティア活動
に必要な備品や機材が
使用できます。

私書箱やボランティアグル
ープの専用ロッカーなどを設け、
ボランティアグループの拠
点として活用できます。

印刷コーナー

ボランティア団体のチラシや、
資料のコピーができます

ボランティア・市民活動センターに
登録すると、ほとんど無料みたい
な価格でコピーができる。うれしー!

ボランティア・市民活動セ
ンターに登録すると、抽選
でロッカーが使えるぞ!

ボランティア活動
の企画検討や、ほかの
ボランティアグループと協
働実践を話し合える拠点です。
【知らせる】【求める】【受け
止める】【まとめる】【創る】
…など

あの団体に呼び
かけてみたら

こんなこと
したいなあ!

あら!
この本
いいわねー

共用スペース

待ち合わせや簡単な
打ち合わせ、交流の場
として活用できます。

今度こんな企画をし
てみたいんだけど。

そうだなあ〜。

情報コーナー

ボランティア・市民活動センター
案内や、助成金の情報、団体のイ
ボランティア活動に関する情報発
ボランティア団体の紹介やメンバ
報発信ができます。

※ボランティア・市民活動センターのイメージ図です。市町村によって異なります。

ィア・市民活動センター

ィア活動を求める人のプラットフォーム。
ィア活動をサポートする拠点です。

ボランティア団体 専用ロッカー

団体の備品・資料の保管場所として利用できます。
鍵は団体で保管します。

ボランティア団体用 情報ボックス

団体用のレターボックスです。ボランティア・市民活動センターや団体間の情報提供ができます。
団体の住所地をセンター内におき、郵便物の私書箱として利用できます。

ボランティアは気軽に!

ボランティアに必要な基本的な知識や心構えをオリエンテーションしたり、より高度な技術を身に付けるための研修を行います。
また、ボランティア活動を通じた福祉学習を市民に広げます。
【知らせる】【高める】
…など

ボランティア会議室

団体の研修や作業場として利用できます。
パワーポイントやDVDを利用した研修もできます。

ボランティア活動を「したい人」と「求める人」を調整します。
そのために、事前登録制を設け、ニーズの受付、調査を行います。
【受け止める】【求める】【集める】【結ぶ】…など

ふむー

こんなことがしたいんですが。

Webサイトや、ボランティア募集のチラシ、ボランティアグループの広報誌、情報誌などを整備し、市民に必要なボランティア情報を集めています。

【集める】【知らせる】

こんな活動がありますよ。ボランティア保険に加入しますか?

主催の研修会のイベント情報など、信を行います。一募集など、情

ボランティア・市民活動を振興するためには、まずは「その気」になっていただくことが必要です。ボランティア活動の必要性については、座学や情報提供でも理解を促すことはできますが、実際に「ボランティア活動をやってみることは、なかなか、はじめの一步が踏み出せません。そこで県社協と市町村社協が共催してボランティア体験事業に取り組み、「きっかけ」と「お試し」の機会を提供しています。県社協が体験者の募集と受入先(体験先)との調整を担い、体験後には、市町村社協が実際の活動紹介を行うなど協力・連携して取り組み、体験をもとに継続的なボランティア活動に踏み出すことへの成果を上げてきました。

次に、その気になった方々の活動先を下支えする必要があります。それには、ボランティア・市民活動団体向けの研修・セミナーや、基盤整備に向けた助成事業、または、活動自体を市民に広めるという支援も必要となります。

県社協では、県民や企業から寄せられる寄付金を積み立て、「ボランティア活動振興基金」を設置しています。この基金を活用して「ボランティア・市民活動助成事業」を実施し、延べ146団体に対し、総額2,000万円を超える助成(平成15~21年度)をしてきました。ボランティア・市民活動団体の「ボランティアの仲間を増やしたい」「活動の質を高めたい」「活動を継続させるために機材を購入したい」といった要望に応えつつ、ボランティア・市民活動を下支えし、地域福祉の推進に努めてきました。

この助成事業も県社協と市町村社協が協力実施しています。中山間地域では、産業衰退、少子高齢化、人口減少、過疎化といった問題があり、地域が地域を支える必要があっても、その地域だけでは支えきれないといった課題もあります。このように、研修・セミナーや情報発信なども、広域的な取り組みによってスケールメリットを生かしながら行っています。

レポート①

「ボランティア体験事業」

1985年から続くこの事業は、高校生以上を対象に、高齢、障がい、児童等社会福祉施設の方々との出会いや交流を通して共に生きる社会の大切さを学び、さらには今後の福祉活動参加のきっかけづくりとすることを目的に実施しています。

以下は、福祉の情報誌「HOTeye」2009秋号に掲載された体験者の様子です。

夏休みを利用して保育園で活動した高校2年生のIさんは、去年に続いての参加です。「保護者の方に積極的に挨拶できるようになったり、分からないことや気になることが起こればきちんと保育士の先生に相談できるようになった」と去年から一回り成長した自分を感じ取っていました。子どもが泣き出した時の対応など難しいこともありますが、「子どもたちの笑顔を見ると、疲れも吹き飛びます」とIさんも笑顔を見せてくれました。

園長は「現代の中・高生は異世代間の交流が少なく、親になるまで子どもを抱く経験もなかなかありません。『子どもは思い通りにならない』ということを知るだけでも、とても貴重なことです」と話します。そこには園長の「色々なことに参加して経験したことは、きっと役に立つ時が来る」という思いも込められています。

知らない場所に行き、ボランティア活動をはじめるとは勇気のいることです。しかしながら、そこでの出会い、体験は大きな財産となります。想像と違うことが起こるかもしれませんが、考え方の幅も広がり、福祉やボランティアへの認識を深めることにもなります。また、これまで気づかなかった自分の価値観を知ること、新たな興味、関心が生まれ、これからの活動につながることでしよう。

「子どもたちが顔を覚えてくれて、給食の時にはひっぱりだこにあってうれしかった」Iさんからはこんな言葉も聞くことができました。Iさんにとって、今回の体験が自身を見つめる機会となり、新しい自分を発見することにもつながっているように見えました。



Volunteer

レポート②

「ボランティア・市民活動助成事業 寄付者へのありがとうメッセージより」

県社協では、県民の方々から寄せられる寄付金を基金として積み立て運用し、草の根的な地域福祉活動に関わるボランティア・市民活動に対し、市町村社協の協力を得て助成事業を行っています。以下は助成団体による寄付者へのお礼メッセージです。

はじめまして、私たちは鳥取市若葉台地区を中心にボランティア活動を行っている「若葉台おやじの会」と申します。私たちは「みんなで作る顔の見えるまち・若葉台」をスローガンに、「環境・科学・交流」の3つのキーワードを基本理念に平成14年7月より、子ども達、学校、地域と一緒にいろいろな行事や防犯パトロールを行い、地域コミュニティを図っています。とりわけ、防犯パトロールは、子ども達を取り巻く環境が悪化しつつある現状を鑑み、特に会員一体となり取り組んでいます。



しかしながら、私たちは任意団体のため予算も少なく、パトロールに必要な制服、ライト、腕章等が慢性的に不足していました。

今回、皆様方のご寄付により、ボランティア・市民活動助成金で、新しく制服、ライト等を揃えることができました。会員一同大変喜んでおります。私たちはこれを受け、さらなる活動の拡大、継続に精進していきたいと思っています。

本当にありがとうございました。

レポート③

「災害ボランティア活動への支援」

平成21年7月から8月にかけて、全国各地で豪雨等による災害が発生し、甚大な被害をもたらしました。中国ブロック管内においても、山口県における豪雨災害、台風9号による岡山県の水害発生に伴い、被災地では災害ボランティアセンターの設置・運営が行われました。多くの市民が被災者の支援・生活復旧のためにボランティア活動を行いました。社協も「中国ブロック県・指定都市社会福祉協議会災害時の相互支援に関する協定」に基づき、県内の社協からもボランティアコーディネーター（スタッフ役）を派遣しました。

災害発生直後は、少なからず混乱します。平時から「今、災害が起きたら…」を考え、シミュレーションを行うとともに、被災地へ出向き、支援の経験を積むことも必要です。

災害時には、自助・共助・公助の力を結集して、一人でも多くの命を守り、さらに災害ボランティア活動や医療・保健・福祉等の連携により、被災地の一人ひとりを支えていくことが求められます。そのためには、平時から顔と顔でつながる関係づくりや、ボランティア精神の醸成を積み重ねていくことが大切です。



敷地内には10tほどの泥が堆積していました



→ ボランティア活動 →



3週間かかって
ここまできれいになりました

ボランティア関係資料のご紹介

鳥取県社会福祉協議会ボランティア・市民活動センターでは、さまざまな世代、用途にあわせて各種資料を作成しています。希望される方は、ぜひご連絡ください。



とも生きる
(小学生版)

福祉について理解・関心を深め実践していく手引きとして作成しました。学校の総合的な学習の時間や各地域で実施される各種研修会等で御活用ください。



とも生きる
(中学生版)



とも生きる
(先生版)



とも生きる
(地域版)

地域で取り組む福祉教育のすゝめとして、子どもも大人もみんなで「福祉のまちづくり」を考える、学習する際の参考となるようにガイドブックを作成しました。地域で実施される各種研修会等で御活用ください。



ビデオライブラリー

視聴覚教材として、鳥取県社会福祉協議会で所有しているビデオ及びDVDの一覧です。スキルアップのための個人勉強、また会議・研修会等に御活用ください。



1st action
はじめよう! ボランティア体験学習



2nd action
感じよう! ボランティア体験学習



3rd action
つなげよう! ボランティア体験学習

施設ではじめるボランティア体験 (1~3action)

社会福祉施設でボランティア活動をする方のために、活動前、活動中、活動後の3つの場面で、楽しい活動にするためのコツや、特に心に留めておきたい点を分かりやすく説明しています。これからボランティア活動をはじめられる方、ボランティアを受け入れている施設のオリエンテーション等に御活用ください。



福祉の職場体験年間受入プログラム

県内の社会福祉施設および公共施設等に調査を行い、年間を通じて職場体験が受入可能な施設を紹介しています。地域・分野別に登録された情報の中から、活動場所を探すことができます。なお、登録内容は、本会ホームページでもご覧になれます。



情報誌「Hot eye」

心と心のかよあう福祉の情報誌。県内の福祉やボランティア活動に関する事例や研修会の報告等について掲載しています。



『ワーク・ライフ・ボランティア』バランスのすすめ

定年退職世代をはじめ、これから地域活動を始めようとする方に、退職する前から活動についてのイメージを広げていただき、積極的にボランティア・市民活動団体に参加していただくために作成しました。これからの地域デビュー、地域デビュー応援に是非活用してください。



(シニア向け)



(企業向け)

ボランティア活動啓発リーフレット

ボランティア活動を取り巻く環境や活動事例を、活動をする対象別に紹介しています。地域、職場等でご活用ください。

社会福祉法人 鳥取県社会福祉協議会 ボランティア・市民活動センター

〒689-0201 鳥取市伏野1729-5
鳥取県立福祉人材研修センター内
TEL.0857-59-6332 FAX.0857-59-6340
URL <http://www.tottori-wel.or.jp>
Eメール: vc@tottori-wel.or.jp

