

## ボランティア活動とは？

ボランティアは、自発的に他者や社会のために金銭的な報酬を求めずにする活動のことです。

はじめたいと思うきっかけはひとそれぞれ。ボランティアは自分の関心のあるテーマや自分にできることから始められる身近な活動です。ボランティア活動は地域や社会をよりよくしていくことに役立つとともに、活動する自分自身も豊かにしてくれる力を持っています。

## ボランティア活動の特徴！

### 自発性

自ら何かしたいという個人の自由意志で行う行動です。他者からの強制や義務ではなく自分の考えで参加したり、取り組んだりするものだからこそ、多様な問題に柔軟に取り組むことができ、人の心に働きかける力を持っています。

### 無償性・無給性

金銭などの報酬や見返りを求めない活動です。活動を通して精神的な報酬を得ることができます。

※交通費などの活動に伴う経費が依頼者から支払われることがあります。これを「実費弁償」といいます。

### 社会性

お互いを尊重し、支え合い、学び合いながら進めていく活動です。その中で、感動や喜び、充実感、達成感などが得られたりするなど活動を通じてさまざまな体験をしたり、人や社会、自分について新しく気づくことがあったり、さまざまな人と知り合い協力することで人とのつながりを広げることもできます。

### 創造性・先駆性

自由な意思で取り組む活動なので、既存概念にとらわれずに今、何が必要とされるかを考えて実施することができる創造的な活動です。

# どんなボランティアがあるの？

## ボランティアの種類

### ① 福祉施設でのボランティア

どのようなところ？	対象団体等	主な活動
<p>子どもが利用する施設</p> <p>（仕事などで親が子どもを見るのが出来ないときに預かったり、様々な事情で親と一緒に生活できない子どものサポートをしたりする施設）</p>	<p>保育園・幼稚園・こども園・児童クラブ・地域子育て支援施設・児童養護施設など。</p>	<p>子どもの見守りや一緒に遊ぶ、イベント時の準備の手伝い、学習支援等。</p>
<p>高齢者が利用する施設</p> <p>（主に65歳以上の高齢者の方の生活をサポートする施設）</p>	<p>特別養護老人ホーム・養護老人ホーム・軽費老人ホーム・介護老人保健施設・デイサービスセンター・有料老人ホーム・グループホームなど。</p>	<p>話し相手、お茶やおやつを用意、囲碁や将棋カラオケの相手、タオルたたみ、清掃、レクリエーションの手伝いなど。</p>
<p>障害者が利用する施設</p> <p>（身体障害・知的障害・精神障害・発達障害の方の生活をサポートする施設です）</p>	<p>障害者支援施設・障害児デイサービス・就労支援施設・養護学校。</p>	<p>軽作業のサポート、外出時の付き添い、イベントの手伝いなど。</p>

### ボランティアの種類

#### ② 当事者団体でのボランティア

どんな団体？	主な活動
<p>例えば障害がある人や難病を抱えているなど、生活する上で同じ課題を抱える本人や家族が集まって作られている団体。</p> <p>情報交換やレクリエーション活動、社会参加のための啓発活動などを自分たちで企画して行っている。</p>	<p>レクリエーションの補助、外出活動、広報誌の作成、啓発活動のサポートなど。</p>

#### ③ 地域活動ボランティア

どんな活動？	対象団体等	主な活動
<p>自分の暮らす町で必要と思われることを、自分たちで考えて行う活動。</p>	<p>自治会町内会・地区社会福祉協議会・民生委員児童委員・子ども会・ボランティアグループ。</p>	<p>町内会館や地区センターを使った高齢者サロン、子育て支援、レクリエーションの補助、外出活動、広報誌の作成、啓発活動のサポートなど。</p>



### ボランティアの種類



#### ④ 寄付・収集活動ボランティア

どんな活動？	主な活動
寄付ボランティア ・自ら募金等の寄付をする ・周囲に寄付を呼びかけ募る	赤い羽根共同募金や、日本赤十字社が行う募金、被災地への義援金へ自ら募金をしたり、24時間テレビなど民間団体が、街頭で募金を呼びかけて募金を募ったりする。
収集ボランティア	使用済み切手や書き損じはがき、ペットボトルキャップ、ベルマークなど。

#### ⑤ その他のボランティア

どんな活動？	主な活動
専門的な技術を活かした活動	視覚障害者の方への点訳(文字を点字にする)や音声訳(文字を音にする) 聴覚障害者の方への情報伝達手段として手話通訳や筆記通訳など。



# ボランティア活動の選び方

## 対象・目的・活動分野で選ぶ

### ① 高齢者・障害者を対象にした活動

施設での話し相手やイベントの手伝い、地域のサロン等交流の場づくり、就労支援の作業の補助、着替え等の手伝いなど

### ② 子どもや青少年等を対象にした活動

レクリエーション活動、スポーツ教室、キャンプの手伝い、工作教室等の補助など

### ③ 災害で被災した方を支援する活動

被災地での活動(家屋の片付け、避難所支援など)  
被災地外での活動(被災地への支援物資の仕分け、募金活動、避難している方への励まし等)

### ④ 自然や環境を守るための活動

森林や海辺の清掃活動、リサイクル活動、動物保護など

### ⑤ 芸術・文化

美術館や博物館での活動、伝統文化の継承・普及など

### ⑥ 安心・安全なまちづくり

防災活動・防犯・交通安全など

### ⑦ 各種イベント等の運営スタッフ

スポーツ・エコイベント・まちづくり・地域のお祭りなど

### ⑧ 国際交流・国際協力活動

日本にいる外国人への支援活動、開発途上国のコミュニティの援助活動など

### ⑨ その他

募金活動、パソコンの設定や操作の指導、路上生活者への支援活動など

## 活動場所を選ぶ

## ①身近な地域で

在住している地域の市民活動団体やボランティアグループ、福祉施設などでの活動

## ②国内の目的別に地域で

農山漁村(農業ボランティア等)、森林(森林保護等)、被災地(被災地支援等)などでの活動

## ③海外で

スタディツアー、ワークキャンプなど

## ④自宅で

使用済み切手の回収などの収集、活動先の会報・チラシ作成など

## 活動時間や頻度で選ぶ

## ①平日の昼・夜

## ②週末・夏休み等の長期休み

## ③都合に合わせて短時間で

## ④週に2回、月に1回等定期的に

## ⑤単発で

## 自分の特性を活かして選ぶ

①趣味や特技を生かす、部活動の経験、ゼミや専攻科目等の経験やそこで得た知識などを生かす

②「体を動かすのが好き」「人と話すのが好き」など自分のやりたい希望に合わせて選ぶ

※ボランティア活動は意外と身近なところに色々な活動があります。  
少しでも関心が沸いたら、とりあえず“はじめの一歩”を踏み出してみませんか♪

# ボランティア活動を始めてみよう

## 活動までの流れ

### ①活動先を探す

●学校の支援センターを利用

ボランティアの募集を学校へ直接依頼をしている団体等もあり、学校の掲示  
板等や学生課等の担当部所で受付しています。

●インターネットで情報を収集する

ボランティア募集をしている団体やグループ等は、インターネットで簡単に  
検索できます。ただし、情報量が多いので、自分の関心のある活動分野、活動  
場所、活動時間等条件を絞って検索をすると知りたい情報が見つけやすくなり  
ます。

●地域の社会福祉協議会やボランティアセンターへ相談する

ホームページにボランティア情報を掲載しているところもあります。確認し  
て、メールや電話または直接窓口へ相談する。

### ②活動先に連絡する

申し込み方法や、活動までの流れを確認する。

自分でインターネット等を利用して探した場合は、活動先に直接連絡をしてボ  
ランティア活動の受入の有無、活動内容、頻度、期間等を確認しましょう。

なお、学校の支援センターや社会福祉協議会を通して探した場合は、まずそれ  
ぞれの窓口へ聞いてください。

### ③ボランティア保険に加入

活動中や往復途上でケガや事故が起きた場合など、万一の備えとして低額で  
加入できるボランティア活動保険へご加入ください。なお、加入は最寄りの社会  
福祉協議会で受け付けできます。(令和2年度の保険の詳細については巻末参照。)

### ④活動先に行く

活動先でオリエンテーションや研修をうけます

### ⑤活動スタート!!

# ボランティア活動をするうえで 気をつけたいこと

## 興味や関心のあることから始めよう♪

興味や関心のないことから始めても長続きしません。今の自分にできる身近で興味・関心のあることから参加しましょう。

## 無理をしない!

何事も無理をしないことが大切です。最初から欲張ってたくさんのをしようとせず、余裕をもってできることから始めましょう。

## 約束・ルールは必ず守りましょう

活動には色々な人が関わっています。時間や禁止事項など約束やルールは必ず守りましょう。個人情報などの秘密の厳守も大切なことです。

## 相手の立場を尊重しましょう

活動先の人や団体のスタッフ、他のボランティアとのコミュニケーション、チームワークを大切にしましょう。

## 災害ボランティアに関心のある方へ

最近では、災害が発生したら被災地にボランティアが駆けつけることが当たり前のように見られるようになりました。

しかし、発災直後は特に被災地は混乱していることが多いため、やみくもに現地へ向かうのではなく、まずは情報を集めることが大切です。

被災地のホームページやフェイスブック、「全社協 被災地支援・災害ボランティア情報」(<http://www.saigaivc.com/>)等で状況を確認してください。

また、災害の規模によっては、被災地だけでなく、避難者の生活支援など離れた地域での活動が行われる場合もあります。最寄りの社会福祉協議会のホームページもご確認ください。



## ●ボランティア募集をしている主な公的機関

※この一覧は、令和元年度に大学・短期大学の所在する地域でボランティアを募集している主な公的機関です。予告無しで変更になる場合もあります。なお、この一覧に掲載されていないところでも募集をしていますので、最寄りの社会福祉協議会へお問い合わせください。

NO	主催者名	地区	ボランティア内容
1	鹿児島市 心身障害者総合 福祉センター ゆうあい館	市内全域	講座・レクリエーション等のサポートをして いただける方 スポーツ交流会 (年3回開催される交流会が中心)
2	鹿児島市 東部親子つどい の広場 なかまっち	中央地区	なかまっち内での見守りや遊具の修繕等のお 手伝いをお願いします。遊び相手、ゲーム・ レクリエーション、文化・芸術活動、子育て 支援、託児、遊具・絵本づくり (イベントの内容に応じて託児をお願いする 場合もあり)
3	かごしま国体 ボランティア隊	鹿児島市全域	2020年に鹿児島県で開催される「燃ゆる感 動かごしま国体」のボランティアです。広報活 動や競技会場運営などの活動があります。ボ ランティア活動内容、応募方法等はHPをご 覧ください。《kagoshimacity-kokutai.jp》 (ボランティアについてはR2.5月頃まで募集)
4	鹿児島市 保健政策課	鹿児島市全域	地域の行事、イベントでの各ブースの補助業 務
5	鹿児島市水道局 応急給水活動 ボランティア	鴨池地区	災害により市内で大規模な断水が発生した場 合に、市民への応急給水を実施するにあたり、 水道局職員と一緒に市内に設置される給水拠 点において、給水活動を行うボランティア
6	鹿児島市 知的障害者福祉 センター 地域活動支援 センター ふれあい館	谷山地区	講座の指導補助、準備品の製作(スポーツ、レ クが半数)・イベント時の手伝い・演奏等披 露・利用者の話し相手など 仕事や学校でお忙しい方にも、月や週の空い た時間で活躍して頂けるものがあります。(災 害時にかけつけて頂ける方も大歓迎です。)ま ずは、一度見学に来てください。
7	鹿児島県歴史 資料センター 黎明館	鹿児島市	図書の整理(図書登録、図書配架、刊行物の整 理全般)・広報活動の補助、講座・講演の準備 など

## ●ボランティア募集をしている主な公的機関

NO	主催者名	地区	ボランティア内容
8	燃ゆる感動 かごしま国体・ かごしま大会実 行委員会事務局	県内全域	令和2年10月に開催する第75回国民体育大会「燃ゆる感動かごしま国体」と第20回全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動かごしま大会」の開催気運の醸成を図るため、県内各地のイベント等でPR活動等を行っていただく広報ボランティア。
9	鹿児島市 身体障害者協会	鴨池地区	障害者の作品展、1日レクリエーション等、1年を通して様々な行事を行っています。手話通訳、要約筆記、会場設営などその行事にあったボランティア。
10	鹿児島市 南部保健センター	谷山地区	子育て世代の母親向けに開催される料理教室の参加の託児。(乳児がいる時もあります)
11	学習支援事業 マナビバ	始良市社会福 祉協議会	始良市社会福祉協議会で学童の見守り(遊びや学習の支援など)基本的に子どもたちの「見守り」をお願いしています。 もちろん、子どもたちが教えてほしいという時には、勉強を教えてくださいと助かります。

## ◆学校の所在地にある社会福祉協議会

以下の社会福祉協議会の窓口でもボランティアの相談が出来ます。

地 域	住 所	電 話 番 号
鹿 児 島 市	鹿児島市山下町15-1かごしま市民福祉プラザ内	099-221-6072
霧 島 市	霧島市国分中央3-33-10 総合福祉センター内	0995-45-1557
始 良 市	始良市宮島町26番地19	0995-65-7757
薩 摩 川 内 市	薩摩川内市永利町107-1 薩摩川内市総合福祉会館内	0996-22-2355
鹿 屋 市	鹿屋市大手町1-1鹿屋市市民交流センター福祉プラザ内	0994-44-2951

本誌を見てボランティア活動をしてみたいと思った方、迷っている方等、どうぞお気軽に鹿児島県社会福祉協議会へご連絡ください。

◆社会福祉法人 鹿児島県社会福祉協議会 ボランティアセンター

〒890-8517 鹿児島市鴨池新町1-7県社会福祉センター6階  
TEL 099-253-6922  
FAX 099-285-6160  
E-mail: vorasen4@kaken-shakyo.jp