

ここからはじめる ボランティア入門講座



真鶴町ボランティアセンター（真鶴町社会福祉協議会）

も く じ

- 1, ボランティアとは
- 2, ボランティアの語源
- 3, ボランティアの4つの原則
- 4, ボランティアを始めるために
- 5, いろいろな活動
- 6, 自分にあった活動を探してみる
- 7, 活動の前に知っておきたいこと
- 8, ボランティア活動保険について

1, ボランティアとは

誰もが人間らしく豊かに暮らしていける社会を目指し、身近なところでできることを、自らすすんで活動すること。一般的には「自発的な意志に基づき他人や社会に貢献する行為」を指してボランティア活動とされています。

自分や家族がしてもらって嬉しいことを少しずつ広げて、他の人や社会に当てはめて考えてみると、ボランティアがずっと身近なものに感じられると思います。

まずは身近なところから考え、少しずつ視野を広げていくことが大切です。

2, ボランティアの語源

ボランティアの語源は、ラテン語の「ボランタス」や「ボランティウス」だと言われています。その意味は、「自由意思・自らすすんでやること」。自分でできることを自分の意志で、周囲と協力しながら行う活動のことをいいます。

3, ボランティアの4つの原則

ボランティアとは一般に、次のような原則があります。

自主性・主体性 …自分からすすんで行動する

他から強制されたり、義務としてではなく、自分の意思で行う活動。「これをやりたい」という自然にわき上がる気持ちが行動の源です。

社会性・連帯性 …ともに支え合い、学び合う

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。お互いの気持ちを尊重し、助け合って活動します。

無償性・無給性・非営利性 …見返りを求めない

報酬や金銭的な見返りを求めない活動です。報酬を期待するのではなく、心の充足感が大きな財産です。

創造性・開拓性・先駆性 …より良い社会をつくる

今、何が必要とされるのかを考えながらより良い社会を私たちが創る活動です。新しい分野や課題に、積極的に取り組みます。

4. ボランティアを始めるために

ボランティア活動に対するイメージや想い、活動を始める動機などは人それぞれです。ただ一つ言えるのは、ボランティアは「人に言われてやるものではない」ということ。「これをしなくてはならない」という決められた活動ではないのです。

まず自分が「何をしたいのか」というところから考えるといいかもしれません。

・ 興味のあること、好きなことはなんですか？

⇒たとえば本が好きなら読み聞かせの活動、花が好きなら、花を増やして公園に植える活動など。

・ 得意なことはなんですか？

⇒たとえば、パソコンに詳しい、趣味でピアノを弾いている、野鳥のことなら誰にも負けないなどという人は、得意なことを活かして活動することも考えられます。

・ 困っていることはありますか？

⇒たとえば、国道の脇がいつもゴミだらけといったことがあったら道路の清掃活動をするなど、問題を解決するための活動に参加してみたらどうでしょうか。

・ 他の人がやっていることで気になることはありますか？

⇒たとえば、身近な人の活動やテレビや新聞で見た、気になる活動に参加してもよいのではないのでしょうか。

・ ボランティアをするとこんなことも

色々な人やいろいろな体験に出会うことにより、視野や活動範囲が広がり、環境や地域や人の喜ぶことができる、自分の勉強になるなど、楽しく活動することにより、仲間も増えます。

5, いろいろな活動

環境、医療、福祉、子育て、芸術・文化、まちづくり、男女共同参画、人権、平和、国際協力など市民による自発的・自主的な活動が、社会の様々な分野で大きく広がっています。

障害があっても地域で暮らせるようにしたい、街に花を増やしたい、緑を残したい、高齢者がいきいきと暮らすための手助けをしたい、文化や芸術を後世に伝えたい、などなど目的も様々です。

こうした活動は、個人的な活動の場合もありますし、団体での活動もあります。団体の活動に個人が加わることもありますし、実際、多くの団体の活動はそうしたボランティアによって支えられています。

○一般的なボランティア活動の一部をご紹介します。

・収集活動、寄付、基金

使用済み切手・ハガキ・テレホンカード・プリペイドカード・アルミ缶・ベルマークなど収集活動など

・保健、福祉

高齢者支援、子育て支援、障害者支援、食事サービスなど

・教育、文化

生涯学習ボランティア、図書館・博物館ボランティア、学校支援ボランティアなど

・スポーツ

スポーツ行事の運営ボランティアなど

・まちづくり、観光

地域おこし、街並み保存、観光ガイド、地域情報誌の発行など

・地域安全

防災ボランティア、自主消防活動、防犯パトロールなど

・環境、自然

道路清掃、リサイクル活動、花いっぱい運動、動物・植物の保護活動など

・災害支援

災害時のボランティア活動。炊き出しや片付け、情報発信、物資の運搬など

6, 自分にあった活動を探してみる

・ボランティアセンターに相談してみる

ボランティアを始めたい人やボランティアについて知りたい人のために、ボランティアについての相談を受けたり、ボランティア団体の紹介をいたします。また、ボランティア募集やイベントのチラシ等をご紹介いたします。

・インターネットで検索する

いろいろなボランティアの情報がえられるものから、個々の団体のものまで、様々なホームページがあります。

☆主なボランティア関連ページ（神奈川県内のボランティア情報が見られます。）

- かながわボランティアセンター（神奈川県社会福祉協議会）

<http://www.knsyk.jp/>

- 神奈川県ホームページ

<http://www.pref.kanagawa.jp/>

7, 活動の前に知っておきたいこと

ボランティア活動には、さまざまな人との交流や自然や文化との触れ合いがあります。人の輪の広がりの中では、基本的な人間関係に注意して、誠意を持って行うことが基本です。

ちょっとした心構えの違いが、その活動が楽しく膨らんでいくか、淋しくしぼんでいくかを定めるかもしれません。

基本的な心構え

・約束や秘密は守る。

活動にあたって連絡もなく遅刻したり、勝手に休んだりすること、また、活動中に知った個人的な情報を他人に漏らすことは、人との信頼関係を損ないます。もし、自分との約束の日に相手が来なかったら・・・秘密を他人に口外されてしまったら・・・どう思うでしょう。ボランティア活動のみではなく、人とのかわりに共通することなので注意しましょう。

・無理はしない。がんばりすぎない。

自分の好きなこと・身近なこと・関心のあることから始めましょう。自分の生活や体調まで壊れてしまうような活動は好ましくありません。自分のできることから少しずつ活動範囲を広げ、無理せずに続けていくことが大切です。自分には無理だと思ったら、はっきり断る勇気を持つことも必要です。できない時はできないと断る勇気は、対等な関係を築くうえでも大切なことといえるのではないのでしょうか。

・対等な関係を積極的に、そして謙虚に

「してあげる」「してもらう」こんな関係では対等と言えるでしょうか。ボランティアはやりたいからやる活動です。どちらかがどちらかに依存的だったり、上下関係を示すようでは、活動は長続きせず、お互いの関係も良くなりません。

ボランティア活動は自分が望んで選んだ活動であり、一方通行的なものでなく、活動を通して相手から学ぶ機会にもなります。

人との関わりであることを意識して、交流の輪を広げるような気持ちで臨むと良いのではないのでしょうか。

- なんでもやってしまうわない

相手のできること、できそうなことまでやってしまう必要はありません。

できない部分をできるように、サポートしましょう。

もちろん手助けしてもらえば楽なこと、早いことはたくさんありますが、見守ることやその人に合った方法へ導くことの方が大切ではないでしょうか。

- 活動を振り返ってみましょう

活動をやり切りにしないで、自分の行動を振り返り、次はさらに良い活動ができるようにしましょう。

- 安全も考えて行動する

活動中に事故にあったり、ケガをしてしまったりは元も子もありません。活動内容の点検、潜在的な危険の予防、用具の確認などの安全対策をして活動しましょう。

- 悩みを抱え込まないこと

活動をしていくうえで、様々な疑問や悩みが発生することと思います。それらを抱え込んでしまうと、次から活動へ参加すること自体が苦しくなってしまう。

ボランティアグループのリーダーや仲間、施設の担当職員などへ相談することも良いでしょう。

- 宗教や政治活動とは区別すること

ボランティア活動の中では自分の信仰している宗教や支持している政党などを相手に勧めたり強要してはいけません。信仰の自由や思想・信条の自由をお互いに尊重しましょう。

- 保険の加入も忘れずに

万が一の時のためにボランティア保険に加入しておきましょう。

活動中に起きた事故などに対応できる保険が各種用意されていますので、自分の活動内容に合ったものを選んで加入するようにしましょう。

8. ボランティア活動保険について

ボランティアを行う上でケガをしてしまったり、周りの人に何らかの被害を与えてしまった場合に、補償が受けられるボランティア保険というものがあります。ここでは、全国社会福祉協議会が管理するボランティア活動保険についてご紹介します。

ボランティアに入る条件や特徴

ボランティア保険には、ボランティアを行う個人、または団体が加入します。加入にあたっては、団体が社会福祉協議会に登録されていること、その活動が社会福祉協議会に届けられている活動であること、社会福祉協議会に委嘱されたものであることのいずれかに該当する必要があります。年間の保険料は、保険のプラン等により差がありますが、一人当たり 300 円前後です。

ボランティア保険の補償内容

保険の内容は、大きく二つに分かれます。「ケガの補償」と「賠償責任の補償」です。

「ケガの補償」に関しては、加入者本人がボランティア活動中、偶然な事故によってケガを負った、入院した、死亡したなどのときに保険金が支払われるものです。

「賠償責任の補償」というのは、加入者が他人にケガをさせたり、他人のものを壊してしまった際、損害賠償金として保険料が支払われるものです。

無償でボランティアをするのだから、保険もいらないと考える方もいらっしゃるかもしれませんが、故意ではないにしろ自らの責任で賠償責任が生じてしまった際に、きちんと相手に支払ができないというのでは元も子もありません。万が一に備え、活動の前に保険に加入しておくことで安心です。

ボランティア保険についてのご相談・申込みは、真鶴町ボランティアセンター（真鶴町社会福祉協議会）にて受け付けております。お気軽にお問合せください。

真鶴町ボランティアセンター（真鶴町社会福祉協議会）
TEL：0465-68-3313