



おさらい！ボランティア入門！



活動を始める前に...

情報を集める

ボランティアといっても、福祉や災害、国際、医療、まちづくり、環境など様々な分野の活動があります。自分の興味があることや、やってみたいことはどんなことなのか考えてみましょう！そして、『ボラみみ』をはじめとする情報誌やホームページなどで、いろいろな情報を集めることから始めましょう。



できる活動を選ぶ

無理なくできる、楽しくできる、長くできる、この3つの「できる」を基準に考えてみましょう！活動そのものや仲間との交流を楽しむ気持ちの余裕がボランティアの意欲を高めます。通いやすい場所での活動や、自分の空いている時間をあてられる活動を選ぶことも、ボランティアを長く続けるためのコツと言えます。



マナーとルールを守る

興味のある活動が見つかり、先方に連絡をとるときには、まず自分の名前を名乗りボランティアをしたい旨を伝えましょう！アポなしでの参加や先方の都合を無視して突然押しかけないように。

P5の「ボランティア初めの一歩 大切なマナー&ルール」も読んでね。



もしもの場合に備える

安心して活動するために、「ボランティア活動保険」への加入をお勧めします。この保険は、ボランティア活動中や活動場所への往復途中でケガをしてしまった、あるいは人にケガをさせてしまった、物を壊してしまった、そんな万が一の事故を補償する保険です。

掛 金：年間250円～480円(プランによって異なります)
加入できる人：ボランティア個人またはグループ、特定非営利活動法人
補償期間：毎年4月1日から翌年3月31日まで
加入手続きや問合せは地域の市区町村の社会福祉協議会へ



活動を始めたら...

- ・できることから始めましょう
- ・相手の立場に立って考えましょう
- ・約束を守りましょう
- ・秘密は守りましょう
- ・周りの人との関係を大切にしましょう
- ・困ったときは相談しましょう
- ・安全に気をつけましょう
- ・時には自分の活動を振り返りましょう



『ボラみみ』の掲載団体から、「当日連絡もなく欠席したり、夜遅くに携帯へ連絡される方などがいて、困りました」「参加するか否かの返事が間際までもらえず、最終的には断りの連絡がはいることも...残念でした」といった声が寄せられることもあります。気持ちよく活動に参加できるように、マナーは守りましょう！



できる時に、できることを



瀬川さんより

少しでも役に立てればと思い始めたボランティアですが、活動されている方々の熱い姿勢に刺激を受け、今では自分のためにならなくてもいい活動になっています。僕のようにできる範囲(イベントは年に数回)で活動することもできますよ。

ある日の瀬川さんの1日

- 8:30 ポラみみ事務所に集合
- 9:30 会場入り
- 10:00 イベントスタート
- 11:00 イベントのプログラム「ウォーキング」に参加
- 12:00～ 食事・休憩
- 16:00～ 片付け

イベント会場のボラみみのブースで活躍中の瀬川さん。ボラみみの活動を紹介するだけでなく、新しいメンバーにボラみみのことやイベント当日の活動内容を丁寧に説明し、ボランティアをしたい人の相談に乗ることもあります。

瀬川さんのボランティアの始まりは中学生の時、高齢者施設でのお手伝いでした。その時の「ありがとう」という言葉がとてうれしかったことを覚えているそうです。その後は部活動などもあり、継続してボランティアをしていたわけではありませんが、時間ができた時には学校の回りの掃除をするなど、その時々でできることをやっていたそうです。そして、長野オリンピックが開催された1998年。当時、長野で大学生活を送っていた瀬川さんもオリンピックのボランティアに参加しました。職員、アルバイトだけではなく、非常に多くの方がボランティアとして関わっていて、すごい盛り上がりを感じたそうです。

社会人になってからはずっと忙しく、ボランティア活動から離れていましたが、名古屋に引っ越し、仕事も落ち着いてきた頃に見つけたのが『ボラみみ』でした。2011年1月号に載っていた「イベントを

楽しみたいボランティアさん募集」の記事を見て、「ボラみみ探検隊」のメンバーになりました。「ボラみみ探検隊」とは、ボラみみのチームの1つで、主にイベントなどで、ボラみみの活動紹介や会員募集をしています。当初、イベントに参加するだけだと思っていたところ、打ち合わせや準備を入念に行うのが印象的だったそうです。打ち合わせでは、どうすれば会員を増やせるかなどを熱心に話し合います。また、瀬川さんが入った頃はダイレクトダイアログ()用のツールを作っている時期だったので、その内容についても話し合いました。最近では「ぼらチャリ」というイベントで、ステージ上で活動紹介をするために、みんなで作本を考えました。「結局、司会者からのインタビュー形式での活動紹介になり、きっちりとした台本は必要なくなったのですが、みんなで考える過程がとても楽しかった」とのこと。

走ることやバドミントンが好きなスポーツマンの瀬川さん。「ボラみみ探検隊」は、瀬川さん以外のメンバーも走ることが好きで、2年連続「TEAMボラみみ」としてハーフ駅伝に参加しています。昨年から始まった「ぼらチャリRUN」にも出場しました。「イベントやその準備だけではなく、共通の趣味を通じて楽しく活動しています。こうしたボランティアメンバーとの交流や、イベントなどで出会うたくさんの人との交流が活動の喜びの1つです」と話す瀬川さん。イベントでは「『ボラみみ』読んでいますよ」と言ってくださる方が必ずいることが本当にうれしいそうです。

何か機会があって、タイミングが合えば活動をするというスタイルで、これからも無理なく楽しみながら活動を続けていってくださいね。



学生ボランティアに当日の活動内容を説明します

(ダイレクトダイアログ...1人ひとりに話しかけ、非営利団体が取り組む課題やその活動を紹介し、財政支援も含めた団体への協力を依頼する、資金調達的手法です。