



VOLUNTEER GUIDANCE

ボランティアガイダンス2022

特定非営利活動法人静岡県ボランティア協会

Contents

I. ボランティアってなあに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1
はじめてのボランティアのために	
ボランティア活動の4原則	
ボランティアはこころのビタミン!?	
どんな活動があるの?	
どうやって活動をはじめたらいいの?	
II. ボランティアのこころえ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	8
1. 無理のない計画を立てる	6. 謙虚であること
2. 約束を守り責任ある行動を	7. 家族や職場の理解を得る
3. 相手の立場を考えて活動する	8. 活動で知り得た秘密は守ろう
4. 学習し自分を成長させる	9. 安全対策を充分にする
5. 活動を点検し、記録する	
III. タイプ別活動先紹介・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	12
児童福祉の施設 / 高齢者福祉の施設 / 障がい者福祉の施設 / 保護施設	
地域福祉の施設 / その他 / ほかにこんな活動が	
IV. 障害をもつ方と接するとき・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	15
・身体に障害のある方	
車いすの介助者の心がまえと介助の方法	
・目の不自由(視覚障害)な方	
エチケット、アイメイト(盲導犬)、点字	
・耳の不自由(聴覚障害)な方	
「聞こえない」ってどんなこと? / 「聞こえない」こともさまざま	
コミュニケーションの方法もさまざま / 「手話」とは?	
「要約筆記」とは?聴覚障害者に関する活動 / 「手話」をおぼえましょう	
V. 福祉の仕事について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	29
・福祉Q&A	
・社会福祉士 / 介護福祉士 / 介護支援専門員 / 精神保健福祉士 / 保育士	
医療ソーシャルワーカー / 臨床心理士 / 理学療法士 / 作業療法士	
言語聴覚士 / 視能訓練士 / 義肢装具士 / 盲導犬訓練士	
VI. 参考資料・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	34
・収集活動 ～収集先のご案内～	
・災害ボランティアをしたい!と思ったときに	
・ボランティアの用語	
・かならずボランティア保険に加入しよう!!	
・県内の社会福祉協議会・ボランティアセンター一覧	
VII. おわりに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	44
ボランティアガイダンス発行に寄せて	
静岡県ボランティア協会のご案内	

ボランティアってなあに

ボランティアとは、「自発的に、自由に行動する人」という意味で一人ひとりの人間の尊厳や、自由な意思を大事にする理念が込められています。

ボランティア活動は、社会的・身体的ハンディ、経済的豊かさのあるなし、国境、人権、年齢の違い、社会的な地位を問わず、すべての人が「誰もが安心して暮らせる社会」の実現のために参加し、暴力のない、平和で平等な社会を築く大きな力となっています。

自然災害の多発する近年は、被災した人の力になろうとする災害ボランティア活動など、その領域は広がりつつあります。

自分たちの暮らしや文化をより豊かにするために、ボランティア活動の果たす役割は大きくなっています。



はじめてのボランティアのために

ボランティア活動は自分の得意なことや自分の時間や技能を自発的に社会や人々に役立てて、自分も楽しみ、いきいきとすることです。

また、社会に役立つと同時に、活動場所やさまざまな人たちとの出会いから「視野を広め、新しい自分を発見し、向上する」よろこびもあります。

ボランティア活動の第一歩は、自分の身近なことからはじめることです。



ボランティア活動の4原則

Point.1

自発性

(自由意志・主体性)

ボランティア活動は、個人の自由意志に基づいてなされる活動です。他から強制されたり、義務とするものではありません。「ほっとけない」「なんとかしたい」…そんな心の中から湧き上がる思いからはじまります。

Point.2

公益性

(普遍性・社会性)

ボランティア活動は、生命の尊さを考え、それを守り、育てあう活動です。そして、「誰もが安心して生活していくことができる社会」を目指していく活動です。

Point.3

無償性

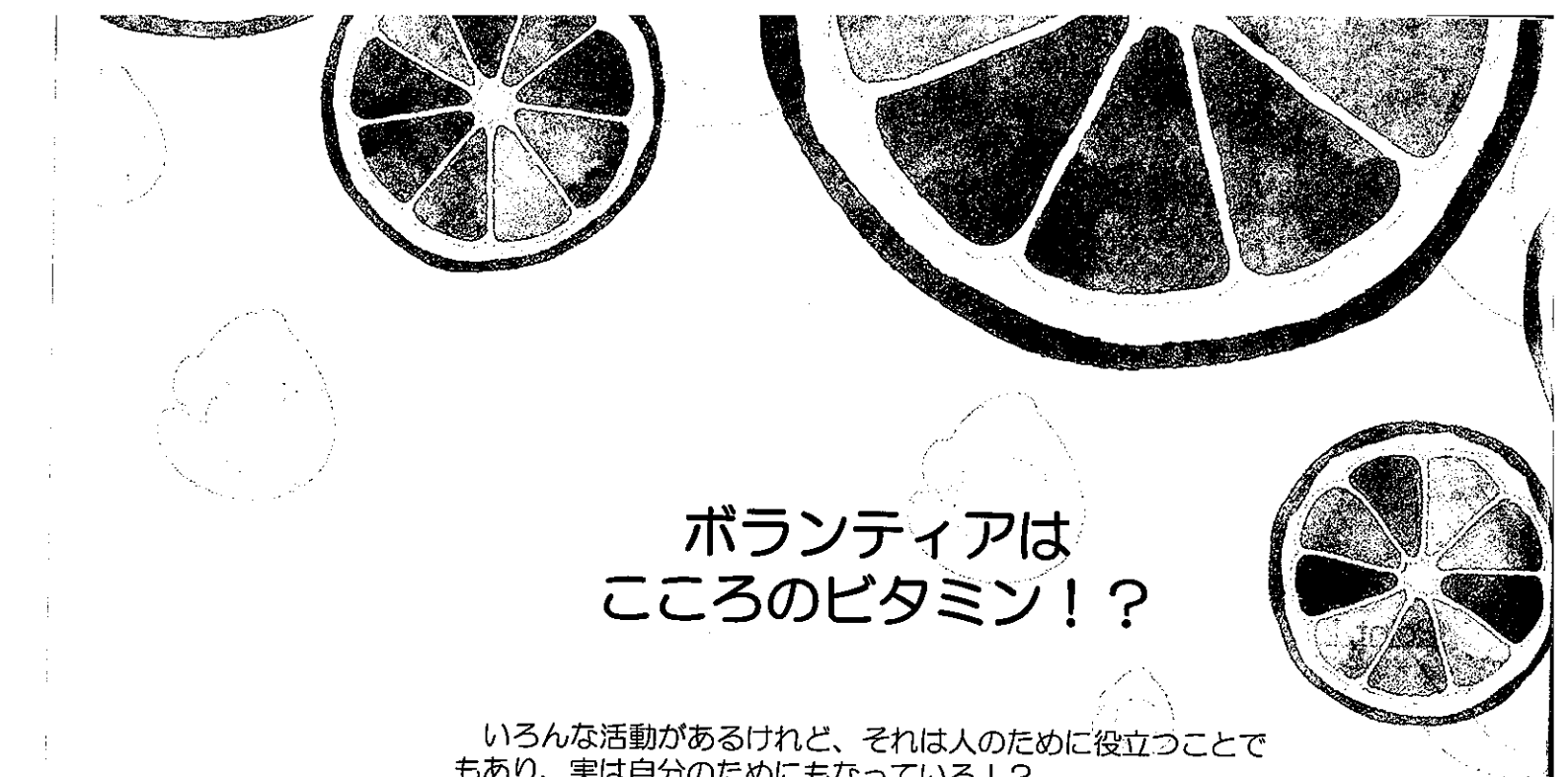
(無報酬性・非営利性)

琴線の報酬を期待して行う活動ではありません。「お金儲け」ではなく、活動を通じてさまざまな人との出会いや感動を得ることができる活動です。

Point.4

創造性・開拓性・ 教育性

変動する社会のニーズに積極的に関わり、より豊かな社会をめざすことが期待されます。また、活動する人自身が活動をとおして社会の仕組みや人の生き方を学ぶことができます。



ボランティアは こころのビタミン!?

いろんな活動があるけれど、それは人のために役立つことでもあり、実は自分のためにもなっている!?

アルバイトのようにお金ももらえないし、けっこうめんどくさそうだし、自分のトクにもならないから、ボランティアってちょっと…。そんな風に思っている人もいると思います。

でも、ボランティアには学校でも、家でも、会社でも得られない自分へのプラスアルファがあります。ここに紹介するのは、そのほんの一例。ひょっとしたら、これからの自分にとって何が大切なのか、ボランティア活動を通じて発見することができるかもしれません。

いろいろな人と知り
合いになり、
新しい世界が広がる

社会のしくみが
わかってくる

世の中、お金が
すべてではない

もう1人の自分に
出会える

積極的な気持ちに
なれる

自分が好きになれる。
やさしくなれる