

考えてみよう

ボランティアをする前に…

- 1. 自分の好きなこと・関心のあることから始めよう!**
自分のできることの中から、できる範囲で始めていくことが大切。
- 2. 相手の気持ちを忘れずに**
自分中心に考えず、相手の気持ちを十分考えて!
- 3. 約束・秘密は守ろう**
活動にあたって時間・約束・秘密は守りましょう。信頼関係を強め、活動を実りあるものにします。
- 4. 細く長く無理しない**
活動を継続していくには無理をしないことも大切。できることやできないことをお互い確認しましょう。
- 5. 活動を振り返り、自分を成長させよう**
活動をやりきりにしないで、自分の行動を思い起こして反省し、次はさらにより活動ができるようにしましょう。
- 6. 安全対策には充分配慮**
安心して活動ができるように、活動前の打ち合わせ、下見や健康のチェックをしましょう!また万一の事故に備えボランティア活動保険に加入しましょう。
- 7. 家族や職場の理解を得よう**
家族は一番の理解者であって欲しいものです。常に自分の行っている活動や思っていること等を周りの人たちと話し合い理解と協力を得ましょう。
- 8. 楽しむ心を忘れずに!**
ボランティアは上手・下手、経験あるなしに関らず、社会のために何かをしたいという同じ気持ちのある人達とともに力を合わせて行う活動です。

ボランティア登録 のご案内



個人で、もしくは仲間と、
やってみよう!と思ったら…



自分にできる「何か」を探してみましょ

あなたのできること、得意なこと、やってみたいこと、好きなこと何でもいいので、できるだけ挙げてみましょう。

- 例** ▶ 私は“料理が得意です”
▶ 私は“人と話をするのが好きです”
▶ 私は“〇〇の資格を持っています”

私は、

私は、

私は、

私は、

糸魚川市ボランティアセンター

〒941-0058 新潟県糸魚川市寺町4-3-1 ビーチホールまがたま内
TEL.025-552-7700 FAX.025-553-1657
E-mail i-shakyo@lapis.plala.or.jp
U R L <http://www6.plala.or.jp/i-shakyo/>

集まれ! ボランティア

ボランティアミニガイド

Volunteer Mini Guide

ボランティアを
はじめたいと
思ったら

ボランティア
って何?



糸魚川市 ボランティアセンター



ボランティアセンターってどういうところ？



♥ ボランティアしたい人をお手伝い

ご紹介

- いろいろな種類の活動内容の紹介
- グループ、団体、個人、施設など仲間や活動先の紹介

相談・情報提供

ボランティアに関する相談や情報の収集・提供

♥ ボランティアしている人を応援

イベント・交流会

ボランティア活動者が集う交流会を開催します

ボランティア保険の加入受付

万一の事故・ケガに備えるための「ボランティア活動保険」の加入受付、手続きを行います

活動場所と機材の貸し出し

活動に必要なスペースや機材を貸し出します

講座・研修の開催

はじめたい人向け、活動者向け等のそれぞれのレベルにあわせた講座・研修会を開催します

情報提供

外部研修、助成金や表彰などボランティア活動に関する情報を提供します

♥ ボランティアの輪を広げる

ボランティア活動の啓発・広報

ボランティア活動を地域に広めていくための啓発・広報、またはボランティア活動に関する調査・研究を行います

ネットワークづくり

ボランティアグループ間の交流や関係機関との連携を図りネットワークを広げていきます



おもちゃの修理



特技披露



手話勉強会



お弁当調理



音声訳(朗読)



～糸魚川で活動中のボランティアさん～



救急法



車いす送迎



施設訪問



地域清掃



街頭募金



ボランティアする人も、してほしい人も
気持ちよく活動ができるようにお手伝いします！



ボランティアは、誰もが持っているやさしさや思いやりを、周囲の人や生物、自然や環境のために自らすすんで何かに役立つことをする活動を言います。ボランティア活動に枠はありません。ボランティア次第で活動の種類は無限！自分に合った活動を見つけてみましょう！

