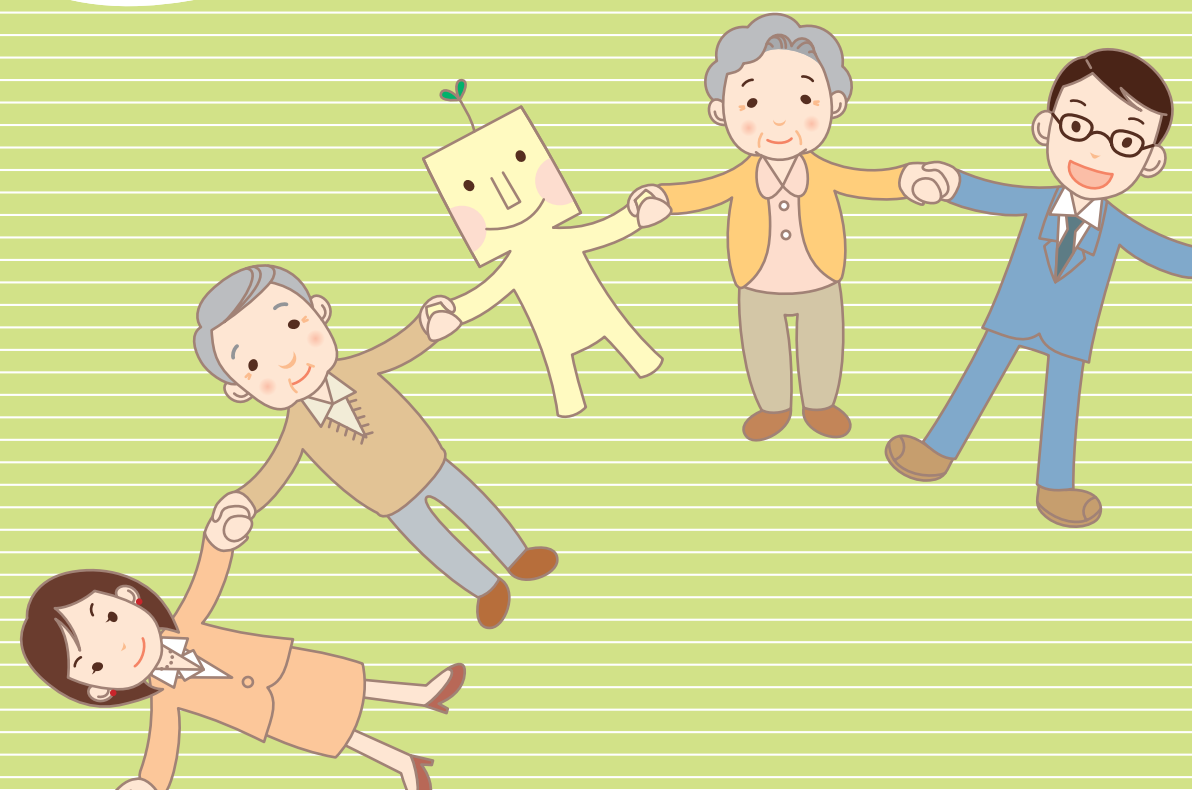


青少年の ボランティア ハンドブック

はじめてみよう!
ボランティア

今、自分に
できること





もくじ

はじめに 1

青少年ボランティアにインタビュー！ 2

- 1 イルムの里ゆーすくる中学生ボランティア体験隊「ちゅぼら隊」
- 2 沼田町高校生ボランティアグループ「ゆきんこレンジャー」

具体的なボランティア活動の実践例 10

- 1 遠別町読み聞かせボランティア実行委員会 くう・ちょき・ぱぁ～
- 2 八雲町地域教育力活性化推進協議会 ボランティア教室
- 3 東川町青少年問題協議会 清掃ボランティア活動
- 4 北斗市立茂辺地中学校「ふれ合う 伝え合う 学びあう」ボランティア活動
- 5 旭川西高等学校・旭川盲学校 交流演奏会

ボランティアって何だろう？ 20

- 1 ボランティアって何語なの？
- 2 ボランティアってむずかしいの？
- 3 ボランティア活動の4つの原則

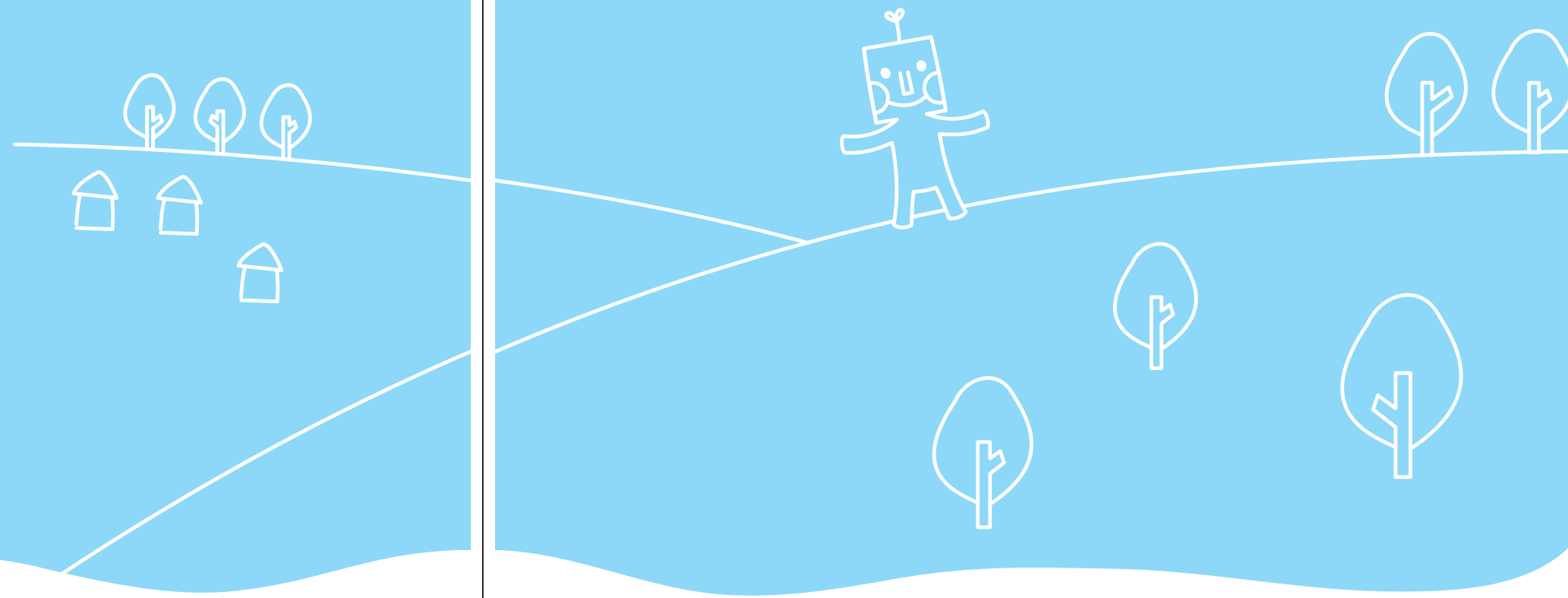
ボランティア活動のすすめ 22

- 1 ボランティア活動を始めるにあたって
- 2 ボランティア活動を始めたいとき

青少年のためのボランティア活動 25

- 1 いろいろなボランティア活動
- 2 ボランティア活動の心がまえ
- 3 ボランティアリーダーの役割
- 4 主体的な学びを促す参加型・体験型学習の方法

資料 38

- 1 ボランティア活動の窓口一覧
 - 2 青少年教育施設一覧
 - 3 ボランティアに関するホームページ
 - 4 ボランティア関連の保険制度
 - 5 地域ボランティア活動推進事業の概要
 - 6 平成17年度地域ボランティア活動推進事業 実施実行委員会一覧
- 

はじめに

「ボランティア」という言葉が、ごく普通に使われるようになり、今では、何か特別なことをしなければならないといった感覚から、日常的なごく普通の活動としてとらえられるようになってきています。

しかし、ボランティアに興味があっても、きっかけがなく、なかなか一歩を踏み出せない人がいるのではないのでしょうか。

この「青少年のボランティアハンドブック」は、ボランティア活動をすすめるにあたっての意義や心構えを、皆さんにわかりやすく伝えるとともに、皆さんと同じ世代の中学生、高校生へのインタビューや、ボランティア活動の実践例などを掲載しています。

柔軟な思考力と行動力を持った皆さんが、勇気を出してボランティア活動への一歩踏み出してくれることを期待しています。

1

ちゅぼら隊

会員の戸田健斗君(中1)と奈良柚紀さん(中1)、成田潤生君(中2)、高橋綾乃さん(中3)にインタビューしました。

Q1

どうしてボランティア活動をしようと思いましたか？



高橋さん

私は、たくさんの人たちと交流したかったので、ボランティアをはじめようと思いました。

成田くん ぼくは、他の人にたくさん喜んでもらうためです。

奈良さん 私も人の役に立てたらいいなあと思ったからです。

戸田くん ぼくは、他の人というより自分のためにもなるからをはじめました。

Q2

ちゅぼら隊のメンバーはどのように集めているのですか？



成田くん

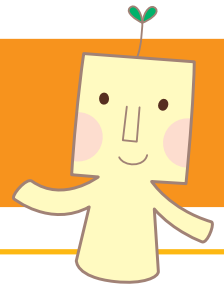
最初の活動だけは、プリントで呼びかけ、その後は「ちゅぼら通信」などで活動を確認めて、基本的には都合のいい人が自由に参加しています。

奈良さん 担任の先生や青年の家からの呼びかけで集めています。

高橋さん 私は、友だち同士で誘い合ったりしました。

Q3

「ボランティア活動をして、よかった」と思ったできごとを教えてください。



戸田くん

交通安全キャンペーンや青年の家の主催事業など、いろいろな体験ができてよかったです。

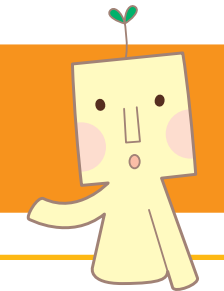
奈良さん いろいろな人から「ありがとう!」と言われてもらったことがよかったです。

高橋さん 活動の中で「楽しそうな笑顔」が見られた時です。



Q4

ボランティア活動で、苦労したことや失敗したことを教えてください。



奈良さん

すべて楽しいので、今のところ特にありません。

成田くん 知らない人に声をかけることが苦労しました。

高橋さん ボランティアで野菜の販売などもしましたが、あまり売れなかった時は困ってしまいました。



Q5

ボランティア活動で感動したことは
どんなことですか？



成田くん

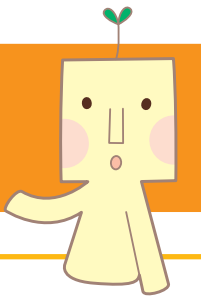
ぼくは、「青年の家まつり」を成功させたことです。

奈良さん ボランティアをしても、されても嬉しいということが
わかった時です。

戸田くん 大学生からいろいろなことを教えてもらい、活動がで
きたことです。

Q6

これからどんな活動を
してみたいですか？



高橋さん

地域のお年寄りや小さな子どもたちとも
交流を深めていけるような活動してみたいです。

戸田くん 高校生とも一緒に活動してみたいです。

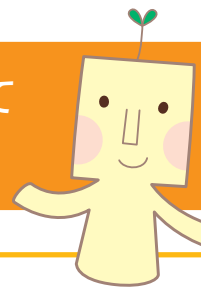
成田くん 高齢者宅の除雪などを活動に取り入れたいです。

奈良さん みんなで街頭募金をしてみたいです。



Q7

これからボランティア活動をしようとして
いる人に一言メッセージをお願いします。



戸田くん

活動してみるとけっこう楽しいので、
みんなもこの楽しさを味わってください。

成田くん 一生懸命頑張れば、きっとよいことがあると思います。

奈良さん ボランティアは大変ですが、やりきると心の中がすっ
きりするので、ぜひ、チャレンジしてみてください。

高橋さん ボランティアをとおして、学校では学ぶことのできな
いことを学ぶことができました。

Q8

最後に、ちゅぼら隊の素敵なところは
どんなところですか？



奈良さん

中学生と大学生、そして大人の人と
楽しくボランティアができるところです。

戸田くん 活動すると決めたら、最後まであきらめずにやり遂げ
るところです。

成田くん みんなで団結して一つ一つの活動を一生懸命やり遂げ
ているところです。

高橋さん 一人ではできないことをみんなと協力して可能にでき
るところです。

イルムの里ゆーすくる中学生ボランティア体験隊

活動内容

道立青年の家の施設ボランティアとともに行っている、深川市立音江中学校の
生徒によるボランティア活動です。子どもの居場所づくりとしてスタートし、
交通安全キャンペーンや青年の家祭でのボランティア体験など、年間を通じて
活動しています。くわしくは、道立青年の家のホームページをご覧ください。

事務局

北海道立青年の家 TEL 0164 - 25 - 2059
ホームページ <http://wa.manabi.pref.hokkaido.jp/doritu/>

ゆきんこレンジャー



赤いジャージで元気に活動！

Q1

メンバーをどのように集めたのですか？



高校生ボランティアを立ち上げたという話が、町教育委員会からあり、以前からボランティア活動をしていた同級生や後輩のほか、沼田町に在住している高校生に声をかけたらすぐに集まりました。今は23人います。沼田町は「雪との共生によるまちづくり」をしているので、ボラ

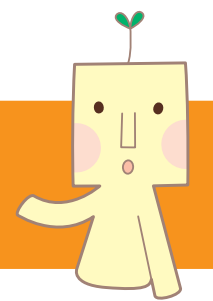


赤いジャージがトレードマークの「ゆきんこレンジャー」

ンティアグループ「ゆきんこレンジャー」と名付けました。赤いジャージがとてもカッコよく、これを着ると、みんな元気に活動します！

Q2

なぜボランティア活動をしようと思ったのですか？

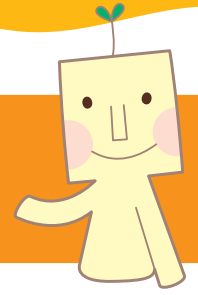


初代会長の渡辺侑斗君

いろいろな人と交流したり役に立ちたかったからです。自分たちも様々なことにチャレンジできるし……。地域を今以上に、もっと活気付けたいと思っています。

Q3

どんなボランティア活動をしているのですか？



主な活動として、街の花壇整備や駅前の庭を清掃したり、町民体育祭や町民芸術祭の運営を手伝っています。また、少年の自然体験事業やリーダー育成事業などにも積極的に参加しています。子どもたちとキャンプや釣りに行ったりして、いろいろなことを教えたり、私たちも学んだりしています。



子どもたちから「笑顔パワー」もらって自分たちも元気に！

Q4

ボランティア活動をして良かったと思うことは？



やっぱり、地域のいろいろな人と交流ができたことですね。「ありがとう」って、言われるとうれしいし、そして、自分たちもたくさんのが学べるから、私たちからも「ありがとう」って思えるんです。ボランティアは単なる社会貢献ではなく、



子どもたちから「笑顔パワー」注入！

人と人が感謝の気持ちを共有しあえるものだと思います。お互い心が豊かになるというか……。感謝の気持ちは本当に大事なんだなあをつくづく感じました。

それから、子どもたちとのかかわりも多いので、たくさんのパワーがもらえます！ 自然体験や研修事業など、長時間にわたって子どものお世話をするのは、責任も重大なので結構大変ですが、あ

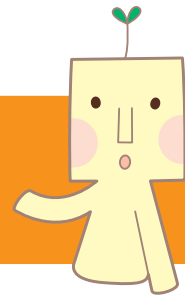


水辺の学校で子どもたちに釣りを教えています

の笑顔を見たらやめられませんね。子どもたちから笑顔パワーをもらって、自分たちも元気になれるし、逆に教えられることもあるんですよ……。

Q5

活動で苦労したことは？



メンバーは、他にもいろいろな学校での活動を行っているので連絡がうまくとれず、集まりが悪い場合もあります。でも、ボランティアは「頼まれたからする」ものではないし、ボランティアする側も「やってあげる」の押し付けになってもいけないから、「自分たちのできる事を、できる時にさせていただく」をモットーにしていますので、苦労を感じたことはありません。



声をかければすぐに人が集まる……



ずっと引き継いでくれば……、
きっと住みやすい町に

Q6

これからどんな活動をしていきたいですか？



この活動をもっと知ってもらうためにも、地域はもちろん地域以外の行事や人とも交流をしたいです。学校間のボランティア交流なんかも行ってみたいと思います。



町民芸術祭では裏方として活躍

それから、子どもたちとのかかわりは、ぜひ続けて行きたいです！ 私たちの活動を見て、子どもたちも将来、高校生ボランティアとして活動してくれたら、これ以上嬉しいことはないじゃないですか？



自然体験キャンプで子どもたちとご飯づくり

そしてこの先、沼田町の高校生がずっと引き継いでくれて、たくさんさんの「ゆきんこレンジャーOB」が沼田町に定住したり、帰ってくるようになれば、いろいろな人材がまちづくりにかかわってくれると思うし……。きっと住みやすい町になると思います！ ですから、高校を卒業しても、今度は社会人としてかかわっていくつもりです。

Q7

最後にゆきんこレンジャーの アピールポイントは？



元気な挨拶！
……そして笑顔です！

沼田町高校生シニアリーダー実行委員会

活動内容

沼田町在住の高校生及び沼田高校在学学生23名で活動しています。町内美化活動や高齢者宅の除雪を行う福祉ボランティア活動、図書館ボランティア活動などを行っています。今後は託児ボランティアをはじめ、活動範囲をさらに広げていきたいと考えています。

事務局

沼田町教育委員会 TEL 0164 - 35 - 2132

ぐう・ちょき・ぱあ～

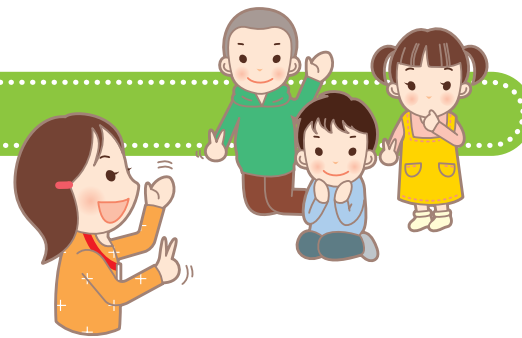
活動の目的

読書普及活動の一環として、高校生・一般ボランティアによる読み聞かせや手あそび等を通して読書の魅力を紹介するとともに、地域でのボランティア活動の推進を図り、豊かで住みよい地域社会の実現を図る。



活動プログラム（平成17年度）

遠別町在住の高校生を主体としたボランティア22名で、子どもたちへの読み聞かせボランティアの活動を行っている。



また、研修会や学習会を通して、読み聞かせの技術の向上を図っている。

日 程	プログラム	場 所
5月14日(土)	お話の部屋	生涯学習センター
6月11日(土)	お話の部屋	〃
7月 9日(土)	読み聞かせ会(ライブ)	遠別保育園
8月13日(土)	お話の部屋	生涯学習センター
9月10日(土)	お話の部屋	〃
10月 8日(土)	お話の部屋	〃
11月 6日(日)	読み聞かせ会(ライブ)	〃
12月10日(土)	お話の部屋	〃
1月28日(土)	読み聞かせ会	遠別保育園
2月18日(土)	読み聞かせ会(ライブ)	生涯学習センター

活動の中の一コマ

11月6日(日) 読み聞かせ会*ライブ*

町民文化祭の会場で、読み聞かせのライブを行いました。大型絵本を使った読み聞かせ、紙芝居、エプロンのポケットから次々といろいろなものが出てくるエプロンシアター、手遊び・うた遊びなど、盛りだくさんの1時間です。



当日、子どもたちがきてくれるか不安だったけれど、たくさん集まってくれました。みんな

の前で大きな声で話すのは、最初すごく緊張したけれど、少しずつ、慣れてきました。みんな熱心に聞いてくれて、すごくうれしかったです。



このボランティア活動に参加してみようと思ったのは、子どもが好きなことと、人前で読み聞かせをして自信をつけたい、自分を変えてみたい、自分も小さいときに絵本を読んでもらったことを覚えていたからです。活動してみると、読み聞かせは奥が深く、とてもおもしろいです。これからもいろいろな工夫しながら、もっと上手になりたいです。

連絡先と活動団体から一言

- 住所** 〒098-3543 北海道天塩郡遠別町字本町4丁目1-25
- 団体名** 遠別町読み聞かせボランティア実行委員会
- 電話** 01632-7-3000
- E-mail** k.gakushu@town.embetsu.hokkaido.jp



興味のある方は(高校生大歓迎!)
ご連絡ください。
読み聞かせにも遊びにきてください。

ボランティア教室

活動の目的

学習会や障がいのある人との活動を通して、ボランティアについて学び、「何かで役に立ちたい」と思っている人、今までなかなかきっかけがなかった人、どのように始めたらよいかかわからない人」のための入門段階として、ボランティア活動を始めるきっかけづくりの場にする。

特に、今年度は福祉をテーマとし、障がいのある人との交流を通して、ボランティアを養成する。



活動プログラム（平成17年度）

子どもから大人までの地域住民を対象とし、学習会・ボランティア活動を交互に行い、ボランティア活動について理解を深める。



学習会

日 程	プログラム	場 所
8月27日(土)	八雲養護学校を知ろう	八雲養護学校
10月 1日(土)	手話と点字体験	八雲町公民館
11月12日(土)	障がいのある人と交流を持とう	シルバープラザ

ボランティア活動

日 程	プログラム	場 所
7月16日(土)	オリエンテーション～簡単なボランティアから始めよう 車いす体験 施設や町の中の「バリア」に気づこう	八雲養護学校
7月29日(金)	「サマースクールin八雲」のボランティア活動	〃
9月10日(土)	「PTAレク」のボランティア活動	〃
11月26日(土)	点訳本を作って送ろう	八雲町公民館

活動の中の一コマ

11月12日(土) 学習会 *障がいのある人と交流を持とう*



シルバープラザに「ハダース函館車椅子バスケットボール部」の皆さんにきていただき、車いすバスケットを体験しながら、障害者スポーツについて親切に教えていただきました。

体育館には、見たことのない競技用のかっこいい車椅子がたくさん並びました。最初に車椅子バスケットのルールを教わったあと、デモンストレーションをみせてもらいました。迫力満点です！次に参加者も車椅子に乗り、バスケットを体験しました。普段と違う目線に気づいたり、ゴールにボールを入れるには、腕の力が必要なことがわかりました。（思わず椅子ごとひっくりかえってしまう人もいました！）



この学習会で、車椅子に乗る人々の感覚や、どういう場面で不自由を感じるのかが、少しずつわかってきました。もっと、こういう場を増やして障がい者スポーツとふれあえる場が増えてほしいと思います。とてもおもしろかったです。

連絡先と活動団体から一言

住 所	〒049-3112 二海郡八雲町末広町154 八雲町公民館内
団体名	八雲町地域教育力活性化推進協議会
電 話	0137-64-3131
E-mail	syakyo@town.yakumo.lg.jp

楽しく活動してるので、
興味がある人は連絡してください。



清掃ボランティア活動

活動の目的

東川町にあるふれあいの路～せせらぎ水路～の清掃活動ボランティアに、子どもから大人まで地域全体で取り組むことにより、町民一人一人が自然にボランティア活動を行い、相互に支え合うまちづくりを目指す。



活動プログラム（平成17年度）

ふれあいの路（町道北4条道路）せせらぎ水路清掃活動

5月から10月末にかけて、通学路にあるせせらぎ水路内とその周辺を定期的に清掃し、みんなが気持ちよい水路を維持している。



延長236mの区間を、定期的に団体毎で1～2回清掃活動を実施。

ブラシ32本、竹ぼうき10本、平スコップ2本、ゴミ袋等利用。

体験活動ボランティア活動支援センター指導員2名の指導により実施。

参加団体～中学生、高校生、PTA連合会、北電社員、役場職員親交会、都市建設課・教育委員会職員

ボランティア活動が地域に理解され、企業の参加など次第に地域からの参加者が増えてきている。

水路の清掃は、定期的な活動が必要なことから、地域の住民や団体等に参加を呼びかけて、生徒と一般の人が合同で実施できるようにしていきたい。



活動の中のコマ

6月20日(月) 東川中学校の活動

【鈴木 隼くん(中2)】

思った以上に汚くて、きれいにするのに苦労しました。せせらぎ水路をきれいに保つには、今後もこのような活動をしなければならないと思いました。

【千田紗緒理さん(中2)】

通学路にあるせせらぎ水路がとても汚いのが気になっていました。いざ清掃してみると見ていた時よりも汚く、大変でしたが、きれいになった時は、嬉しかったです。より良い町を目指すために、このような活動を続けていく必要があると思います。

【高森紫織さん(中1)】

水路の中は汚く、清掃するとすぐに川は濁ってしまいました。今後は、もっと川がきれいになっていくといいなと思います。

6月14日(火)・7月26日(火) 東川高校の活動

生徒指導部を中心に取り組み、6・7月に1回ずつ実施しました。6月は体育系部活動、7月には文化系部活動のそれぞれ40名程度の生徒と顧問が協力して活動しました。

【田中沙知さん(高3)】

2年続けて、それも体育系部活動のマネージャーと文化系の部活動にも入っているので、計4回参加しました。毎日の通学路、清掃後の澄んだ水が流れているのを見るのは実に気持ちの良いものです。今後も他の団体と協力し、綺麗な「せせらぎ水路」を維持して欲しいものです。

【中村竜弘くん(高2)】

文化系部活動に所属し、通学路傍なので毎日見えています。1時間程度汗をかきながらの作業、少し疲れますが、夏休みが始まると「写真甲子園」で、全国から高校生が来町するので、少しでも綺麗な「せせらぎ水路」を見てもらいたく頑張ってブラシで擦りました。

連絡先と活動団体から一言

住所 〒071-1423 北海道上川郡東川町東町1丁目15番3号

団体名 東川町青少年問題協議会

電話 0166-82-3200

東川町にお越しの際は、是非せせらぎ水路を散歩してみてください。



「ふれ合う 伝え合う 学びあう」 ボランティア活動

活動の目的

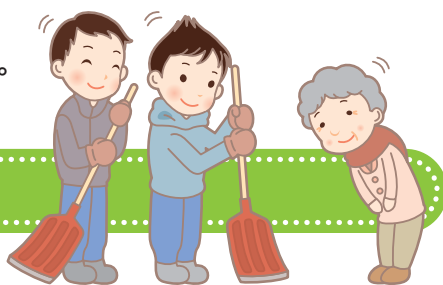


地域に住む一人暮らしのお年寄り訪問などの活動を通して、お年寄りや地域の人々と積極的にふれあい交流することで、地域の一員としての意識を高め、共に生きる人間として、自分たちができることを考え、実行できる「共生の精神」を育てる。



この活動を通して次の力をつけていきたい。

- 自らを振り返り、自分の意見を持つことができる。
- 他人の意見を聴くことができ、自分の意見を言える。
- 他人の良さを発見し、認め合う事ができる。
- 地域の中で生きている「ひとり」という自覚が持てる。



活動プログラム（平成17年度）

全校38名の縦割り班編成による活動

- 5月**
(3時間) 一人暮らしのお年寄り訪問（運動会への招待）
計画 訪問 運動会への招待 運動会での接待 評価
- 9月**
(2時間) 一人暮らしのお年寄り訪問（文化祭への招待）
計画 訪問 文化祭への招待 文化祭での接待 評価
- 12月**
(1時間) 一人暮らしのお年寄りへの年賀状書き
- 1月**
(6時間) 一人暮らしのお年寄り宅の雪かき訪問
まとめ（感想文）



ボランティアで海浜清掃も行っています。

活動の中の一コマ（生徒の感想文）

お年寄り宅を訪問して 2年女子

今年も行った雪かき。去年よりは雪は少なかったけれど、固まっている雪はすごく硬く感じました。私と輪嶋さんは、担当が4軒でしたが、当日は留守が多くあっという間に終わってしまいました。しかし、私たちは、一人のお年寄りに出会い、たくさんの事を聞くことができました。その方は「茂辺地が好きだ」と言いました。その方はとても元気な方で、自分が若かった頃のことなどいろいろ話してくださいました。私たちが中学2年生だと聞いて「今が一番楽しい時期で、中学校生活はとても貴重なんだよ。」と。

私たちよりもっと生きてきている人の話を聞くのってすごく大切だし、「勉強になるな。」と思いました。特に、お年寄りの人たちは、戦争などの経験から、話したい事や伝えたい事がたくさんあるはずです。私は、これからもそういう話に耳を傾けていこうと思いました。

今回は、雪かきは本当に少ししかできなかったけれど、地域の人のお話を聞いて良かったです。そして雪の多いときには、自分から積極的に手伝おうと思いました。

お年寄り宅訪問を終えて 3年男子

僕はこの雪かきをやって、人のために働くことは、良いことなのだと思えてきました。お年寄りの方は雪かきをすると、腰を痛くするから大変。雪かきは力仕事だし、こういう仕事はやはり若者がやらないといけないと思います。

雪かきが終わって、お年寄りから「どうもありがとね。」と言われると「やってよかった。」と実感しました。今回は及川君と一緒にいきましたが、二人とも汗をかいたし、長靴には雪が入って大変でした。

本当は、僕は力仕事が苦手な逃げ出しの方でしたが、やってみると寒さに負けていた今までの自分がバカだったと感じました。

お年寄りからの「ありがとう。またお願いしますね。」の一言で自然に笑顔になれました。

連絡先と活動団体から一言

- 住所** 〒049-0281 北斗市茂辺地3丁目3番17号
- 団体名** 北斗市立茂辺地中学校
- 電話** 0138-75-2034
- E-mail** mohejityu@kamiiso.ed.jp

全校生徒数38名と少ないけれど、何事にも一生懸命な学校です。



交流演奏会

活動の目的

音楽活動を通して、日常生活ではあまり接点を持たない障害のある人と交流活動を行う。また、体験学習会によって障害のある人の世界の一端を知り、通常の生活の中にある健常者では感じ得ない事柄を体験する。

これらの体験・交流活動の中から、今までとは違う相手を思いやる視点に立てるような言動ができるきっかけとしたい。



活動プログラム（平成17年度）

【旭川西高校参加】吹奏楽部員、インターアクト部員

【旭川盲学校参加】幼稚部、小学部、中学部の全校児童生徒・教職員・保護者



午前 交流演奏会（盲学校体育館）
 8:20～ 楽器搬入、セッティング、リハーサル
 10:00～ 交流演奏会開演
 前半3曲、後半3曲演奏
 楽器当てクイズ（前半）
 休憩中に盲学校生の楽器体験



12:00～ 交流演奏会終演
午後 体験学習会（盲学校体育館及び廊下・階段 等）
 13:00～ 体験学習会（盲学校教職員の御協力による）
 アイマスク着用での歩行及びサポートについて
 14:30～ 楽器撤収、後片付け

活動の中の一コマ

午前 交流演奏会

今回は12月下旬の開催ということで、クリスマスにちなんだ曲目も取り混ぜたプログラムを編成してみました。音に対する感受性の高さは強いものと思っはいましたが、事前に配付したタンバリンや鈴を打鳴らす姿や楽器当てクイズの盛況、更には楽器体験時等での純粹で生き生きとした表情が実に印象的なものでした。

盛会の内に演奏会を終えることができ、盲学校生徒代表の「来年は卒業してしまうのもう聞けません」と言う挨拶を聞いた時に、本当に良かったと感じました。



午後 体験学習会

旭川盲学校教職員の皆様方のご協力により、「目が見えないこと」とはどういうことかを体験し、サポートする時にはどのような注意が必要かを体験させていただきました。アイマスクを装着し、日常生活の何気ない行動がどんなに難しいことであるかを認識し、それをサポートする時にどのような点に注意すべきかを体験をしようというものです。

椅子に座ったり階段を上下するといった我々健常者なら何でもない動作でも困難を感じ、いざサポートする側に立つとなると様々な注意点が潜んでいることを認識させられました。我々はこれらの点をエンジョイしながら、ごく自然に気付き、感じ取ることができました。

連絡先と活動団体から一言

住所 〒080-0815 旭川市川端町5条9丁目 旭川西高等学校
団体名 吹奏楽部、インターアクト部
電話 0164-52-1215



吹奏楽部はコンクールや定期演奏会その他、様々な演奏活動に一生懸命取り組んでいます。インターアクト部は募金活動や交流活動に重きを置いて活動中です。ご協力できることがあれば、是非ともご一報ください。

ボランティアって何だろう？

1 ボランティアって何語なの？

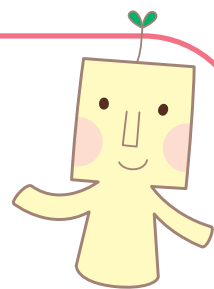
「ボランティア」は英語でvolunteerと書きますが、その語源はラテン語のvolō（ウォロー）です。volōは自分の意思で、何かを行うという意味を持っており、これから派生して「自分の自由意思で働く人」をボランティアと呼ぶようになったといわれています。

2 ボランティアってむずかしいの？

ボランティアは、自ら進んで自分たちの住んでいる社会をよりよくするために活動する人々のことをいいます。

ですから、そんなに大がかりなことや特別なことをするわけではありません。むしろ、あなたの身近なところで簡単にできるボランティアがたくさんあります。

例えば
まちをきれいにする
ボランティア



道路や公園、山や川などはみんなの財産です。それをきれいにするのもボランティアの一つです。

ちょっとした心づかいで美しく住みよいまちをつくります。

空き缶クリーン作戦
公園やバス停の清掃
花壇づくりと手入れ など

アルミ缶やペットボトルなどのリサイクル活動は、ボランティア活動の中でも、私たちの生活に最も密着した活動です。

家庭で不用になった物をバザーに出すなどの活動をとおして、家族や近所の人と、リサイクルについての意識を高めましょう。

例えば
リサイクルで
ボランティア



3 ボランティア活動の4つの原則

「自分にできること」
「自分がしたいこと」を探そう

ボランティアのきっかけは誰かが与えてくれるものではありません。もちろん強制されるものではなく、自由な活動であり、それゆえに多様性があるものです。「自分にできること」

ボランティアの4原則
1 自発性

「自分がしたいこと」を探ることがボランティア活動の始まりです。自分から積極的に探してみましょう。

心はいつも
「みんなのために」

ボランティア活動は、たとえ自由な意思にもとづいた自発的な活動であっても、決して独りよがりの活動ではなく、世の中の役に立つことでなければなりません。どんなに小さな行いでも、心はいつも「みんなのために」という公共性が大切です。

ボランティアの4原則
2 公共性

お金では買えない
「心の財産」を

ボランティアは、義務や仕事ではありません。だから、お金や品物などの報酬や代償は

ボランティアの4原則
3 無償性

ありません。自ら進んで行う自由意思による活動ですから、報酬を求めたり、活動に対する対価を期待して行うものではありません。「ありがとう」の感謝の言葉や活動を通じて得られる友人など、「心の財産」がたくさんできます。

「より暮らしやすい社会」
をつくるために

ボランティア活動は、活動する人のアイデアや自由な考えから生まれ、ちょっとした発想が次の活動を創り出していきます。時代の動きや住民ニーズなどを考慮し、「今、何が求められているか」を判断し、自分自身のやり方で誰もが暮らしやすい社会を目指していくことが大切です。

ボランティアの4原則
4 創造性

ボランティア活動 のすすめ

1 ボランティア活動を始めるにあたって

初めてのボランティア

誰でも初めは慣れないため、心配したり、戸惑ったりするものです。始める人の心に大きく2通りあります。1つは、活動していることをボランティアと意識していない場合です。例えば活動している本人は、趣味で始めたぐらいに感じていても、結果として他の人の役に立っていたり、助けになっていて、感謝される場合があるでしょう。もう1つは、ボランティア活動をはっきり意識して始める場合です。

気持ちの持ち方

自分の身近なところから始めましょう。活動は、目立たなくても無理せず、長く続けるという気持ち大切です。

長続きするには

あまり「他人のために」や「自己犠牲精神」の意識をせず、「楽しんで活動しよう」という気持ちを持ちましょう。

周囲とのかかわり方

ボランティア活動は、いろいろな人が活動していますが、活動が本当に必要とされているかを考えなければなりません。ボランティア活動が、いかに善意から出発するものであっても、受け手の人々から迷惑に思われたり、うるさく感じられたりすることもあります。

周囲の人々の満足感や充実感を大切にしたいものです。

2 ボランティア活動を始めたいとき

ボランティアの活動をしてみたいと思ったらどうすればよいのでしょうか。どこに申し込んでよいのか、何をすればよいのか戸惑っている人も多いことでしょう。

ボランティアになりたい人と活動を求める人を組織的に案内・相談・申込みをする窓口が用意されています。

教育委員会

各市町村の教育委員会が窓口となり、ボランティアの養成・相談・開発を進めています。また、教育委員会では、生涯学習の推進の中で、子どもから高齢者まで、学習をしながら成長するとの考えのもとに、ボランティア活動を位置付け、参加を呼びかけています。

社会福祉協議会

各市町村の社会福祉協議会のボランティアセンターなども窓口の1つです。

社会福祉協議会は、地域の代表者が集まり、どうしたらみんなが幸せな暮らしができるかを協議し、事業を行っています。特に、子ども、障害者、高齢者などへの援助を行っています。

社会教育施設

道内には、公民館や図書館、博物館、美術館、青少年教育施設などの社会教育施設では、必要に応じて協力をしてくれるボランティアを募集しています。



社会福祉施設

身近な地域には、赤ちゃんや子どもたち、障害者、高齢者のためのたくさんの社会福祉施設があり、一緒に買い物をしたり、遊んだり、話をしたりするボランティアを待っています。

ボランティアグループ

ボランティアの多くは仲間と一緒に活動しており、グループやサークルでは、実際の活動をしているので、どこに課題があるか、どこにボランティアを必要としているかをよく知っています。

インターネット

インターネットで「ボランティア募集」や「収集ボランティア」などで検索するとたくさんの情報ができます。

また、地域のボランティア団体のホームページにもボランティア情報が載っていることがあります。



情報誌やパンフレット

ボランティア情報誌や活動団体のパンフレットなどから募集情報を見つけることができます。

各種募金、海外協力隊、その他

多くの人々が共同募金活動に参加したり、お金を出したり、労力や技術を社会のために役立てようとしています。それらは、日本だけではなく広く世界にまで活動が及んでおり、新聞やテレビ、ラジオ、雑誌等でも紹介されています。自分ができるところから参加してみましょう。

青少年のための ボランティア活動

1 いろいろなボランティア活動

ボランティア活動は障害のある方や高齢者の世話をする活動と考えたり、手話や点訳など、特別な能力を持っていないとできないと思われがちでした。

しかし、今日のボランティア活動は、私たちの生活を取り巻くあらゆる場面に広がっており、新たな「公共」のための活動として評価されるようになってきています。

子どもの健全育成を図る活動

(例) 地域子ども会などの少年団体での支援活動、少年自然の家・青年の家等での青少年の体験活動への指導補助、子育て支援センター等での子どもの世話や遊びへの協力、図書館等での読み聞かせ 等

保健、医療又は福祉の増進を図る活動

(例) 老人ホームや障害者施設等の社会福祉施設での支援活動（食事や家事援助、洗濯や清掃、入浴介助などの協力、声かけ、見守り）や交流活動（話し相手、スポーツ交流、紙芝居や音楽演奏）、病院ボランティア、福祉マップ作成、手話や点訳ボランティア 等

まちづくりの推進を図る活動

(例) 地域おこし、まち並み保存、商店街の活性化、花いっぱい運動、まちの清掃、都市と農村の交流、地域情報誌の発行、まちづくりの政策提言 等

環境保全を図る活動

(例) リサイクル、募金、大気汚染調査、公園ボランティア、野鳥・森林の保護、道路や河川、港湾の清掃 等

文化、芸術又はスポーツの振興を図る活動

(例) 音楽会、演劇や映画などの運営補助、博物館・美術館等のボランティア、祭りなど伝統文化の継承・発展、スポーツ大会の運営補助 等

国際協力活動

(例) 発展途上国・紛争地域への人道支援（募金、援助物資送付）、外国人への観光案内 等

災害救援活動

(例) 震災・風水害被害復旧支援、災害ボランティア、防災 等

地域安全活動

(例) 防犯ボランティア、安全マップの作成 等

2 ボランティア活動の心がまえ

1 身のまわりのことから始めましょう

私たちの身のまわりには、たくさん問題があります。「道路の端にゴミが多い。」「あそこの家は、おばあちゃんの一人ぐらして除雪が大変なようだ。」などです。ボランティア活動は、身近で小さなことから始めてほしいに大きな課題に取り組んでいきましょう。

2 相手の立場を考え、約束や秘密を守りましょう

ボランティア活動には相手があります。相手が何を求めているのか、相手と同じ気持ちになって考え、声かけをしてから始めましょう。また、どんなに小さなことでも約束を果たすことが大切ですし、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。

3 積極的に、そして謙虚に活動しましょう

活動は、待っていても始まりません。自分から積極的に声をかけ、自分のできることを探しましょう。「してあげる」という気持ちではなく、「一緒にしようね」という気持ちで取り組みましょう。ただし、相手のできることでサポートする必要はありません。相手のできない部分をできるようにサポートしましょう。

4 時々活動の点検をし、よりよい活動にしましょう

たえず記録をとることは、活動の反省や専門の先生にアドバイスを受ける時の資料になりますし、定期的に活動の点検をし、ボランティアを行う相手方や自分たちで話し合いをして、よりよい活動にしていきましょう。

また、たえず学習し、自分の持っている知識や技術をみがき、社会のあり方などについて正しい目を養うことが大切です。

5 自分の活動に適した保険に忘れずに加入しましょう

ボランティア活動中やその行き帰りで起きた事故などに対する保険が各種用意されていますので、自分の活動に適した保険を選んで加入するようにしましょう。

3 ボランティアリーダーの役割

ボランティア活動は、個人でも、グループでもできますが、できるだけ仲間とともに行うことが、中・高校生年代の活動として意義があり、ふさわしいと思います。

グループで活動するためには、リーダーが必要ですが、その役割について考えてみましょう。

1 ボランティア活動の目標、計画、実施方法などについてメンバーと話し合い、意見をまとめましょう。

2 メンバーが、生き生きと責任をもって活動するために、活動の組織づくりをすすめ、メンバーの能力や個性にあった役割分担をしましょう。

3 メンバーの一人一人に思いやりの心をもって接し、メンバーが相互に信頼し合い、協力し合う雰囲気をつくりましょう。

4 グループの目的に心から共鳴し、情熱をもって参加し、一人一人の「やる気」を高めましょう。

5 グループ活動の状況をいつも把握し、計画がスムーズに進行するよう心がけましょう。

6 いつもボランティア活動のあり方やグループ活動のあり方について考え、より望ましい活動が行えるようメンバーと話し合いましょう。

7 担当の先生、専門の先生や地域の大人の人たちとの連絡を密にし、活動上の問題や課題について適切な指導を受けましょう。



4 主体的な学びを促す参加型・体験型学習の方法

参加型学習の基本的なスタイル(ワークショップ)

最近、ワークショップという言葉が耳にすることが多くなりました。演劇、美術、まちづくりから、開発教育、環境教育など幅広い分野で使われています。ここでは、ボランティアの学習や活動におけるワークショップとして、「参加型学習の場あるいは方法」すなわち「すべての参加者が相互に学び合う過程を通じて様々な気づきや発見をするための場や方法」と位置づけておきます。

ワークショップは、ファシリテーターと呼ばれる学習支援者が作り上げた学習プログラムに従って運営されます。導入(アイスブレイク)ののち、学習プログラムを構成する「個々の活動の単位」(アクティビティ)が展開され、最後にまとめとして、学習者自身による「ふりかえり」と「わかちあい」が行われるのが基本的なスタイルです。

学習プログラムの基本的な流れ

流れ	アクティビティの展開	学習内容
導入	アイスブレイク	参加者の心の緊張を解きほぐし、参加者同士のコミュニケーションを円滑にします。 自分を知り、仲間を知る時間です。
展開	アクティビティ アクティビティ アクティビティ アクティビティ	学習テーマの「起」の部分 学習テーマの「承」の部分 学習テーマの「転」の部分 学習テーマの「結」の部分
まとめ	「ふりかえり」と 「わかちあい」	参加者それぞれに何を学んだか、学習を通じてどう感じたかをふりかえります。個人の「ふりかえり」のあとで、その結果についてグループで話し合う「わかちあい」を行います。

それぞれのアクティビティでは、学習テーマや内容に応じて、次のページ以降で紹介している「参加型学習の手法」を用います。

参加型学習のさまざまな手法

1* ゲームの活用

概要

プログラムの中でゲームを活用することはしばしば用いられます。導入の段階でアイスブレイクで使用されることはその典型的ケースです。しかし、学習活動そのものとして各種のゲームを活用することも参加型学習を進めるうえで有意義です。例えば、伝言ゲームには様々なバリエーションがありますが、参加者間のコミュニケーションを活性化するとともに、情報の伝達の在り方を考える手法として有効です。ほかにも、問題解決能力や意志決定力を育てる、NASAゲーム等各種の手法があります。

進め方

- ① 導入 プログラムの全体像や当該ゲームの意義とねらいについて説明します。
- ② 実施 ゲームを実施し、ゲームの結果について分析します。
- ③ 評価 ゲーム結果の分析から、何が学べたのかを参加者が討議等により評価します。指導者の講評を行います。

留意点

ゲームはあくまでも手段であることに留意します。ゲーム結果の優劣等のみで心を奪われるとねらいがあいまいになってしまうので注意しましょう。分析の際には、参加者が自ら考えた結果が尊重されるとともに、ねらいの方向性が的確に助言されることも必要です。

2* ランキング

概要

様々なテーマについて、10個前後の権利・命題、具体的品物名等をカード等に記入し、参加者が自分にとって重要と考える順序にダイヤモンド型等にランキング(順位づけ)して、その根拠等を整理し、その結果について参加者相互が意見交換・討議を実施します。討議のプロセスでは一つの結果を導き出すということではなく、他者の考えを理解するとともに、コンセンサスを得ることに関する能力をトレーニングする観点で実施します。

進め方

- ① 導入 実施するランキングの内容と目的・進め方の説明
- ② 展開 1. カードの配布と参加者によるランキングの実施 数字は優先順位
2. ランキングの結果について参加者を小グループに分けて話し合いを実施します。 3. 話し合いの後に自己のランキングの修正をしたり、各自の結果を研修会場に掲示して相互の理解を深めることもできます。
- ③ 評価 講師による評価や参加者相互の評価を実施します。

留意点

他者との比較にのみ注意が向いてしまうことがないように留意します。自分の考えを大切にするとともに、他者の考えを受け入れるという観点で実施します。

3 * ブレインストーミング

概要

数多くある討議方法の中で、自由な発想で討議し、創造的に問題解決を目指す代表的手法。特定の目標の実現のためにアイデアを出し合ったり、様々な考え方ができる事柄についてグループとしての行動方針を設定したりします。その際、「他者の意見を正誤の判断をせずに受け入れる」「自由奔放な型破りなアイデアを奨励する」「どんな意見でも多数出す」「他人のアイデアを活用したり組み合わせたりする」「シンプルな表現を心がける」という5つの約束ごとを原則として進めます。5人～10人くらいでの討議が一般的ですが、多人数の場合はグループ分けして実施することもできます。

進め方

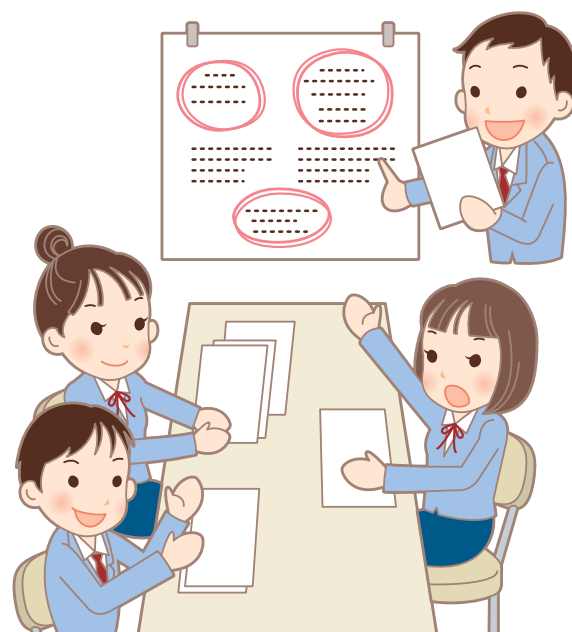
- ① 導入 ブレインストーミングの意義と目的の説明・進め方の説明
- ② 問題提起 司会が討議するテーマについて投げかけます。
- ③ 討議 司会の進行により討議を進めます。記録者がわかるよう黒板に記録します。グループの場合カードに記録することも可。
- ④ 評価 出た意見を並べたり、並べ替えたり、組み合わせたりして新しい情報としてまとめたり、アイデアとして提示したりします。

留意点

全体で実施する場合は、発言しない人が出ないように司会が配慮してください。グループで実施する場合は、グループの人数や発言の状況に応じて助言者や学習支援者がアドバイスする場面も考えられます。

こんなふうにまとめました

ブレインストーミング5つの約束



4 * KJ法

概要

東京工業大学名誉教授川喜田二郎氏の考察した問題解決方法であり、参加者すべてのどのような意見も大切に扱われ、集団で創造的に問題解決が図られる点に特徴があります。

収集した膨大なデータを整理するためにカードを使って一枚の図に収め、全体を見ながら討議します。収集したデータがすべて生かされて、全体図の中で“自己主張”していることで、思わぬ発想につながります。

情報をカード化して整理するので、参加者の全ての意見を集約でき、カードの匿名性から自由な発想や、本音の意見を引き出すこともできます。

進め方

- ① 導入 使用する物品（カード、サインペン、クリップ、模造紙等）の準備、主旨・実施方法の説明
- ② カード作成 参加者全員がテーマに基づくカードを作成します。
- ③ グルーピング 作成されたカードを全員で、類似した意見ごとにグループ分けします。
- ④ 表札づくり グルーピングしたものに見出し（表札）をつけます。
- ⑤ 図解 グルーピングしたカードを模造紙等に貼り付け、グループ間の関係を明確にしていきます。
- ⑥ 評価 全体について意見交換し、討議の成果をまとめます。

留意点

カード作成が中途半端になると全体の集約につながらないので、カード作成の参加者の責任を理解してもらいましょう。また、その一方グルーピングでは、1つ1つのカードを尊重するよう心がけましょう。

ユニークな見出しをつけてみよう

さあ、ラベルに記入しよう



5 * フィールドワーク

概要

実際に自分の体を動かして現地に赴き、五感を働かせて歴史的な事実や現実から、裏に潜んでいるものをつかみ取る学習。実際に体験的に学ぶことにより、過去の人々の生きざまを想像したり、事実を事実として自らの中に取り入れることができる技法です。この意味から、感性を揺さぶる効果的な学習方法の一つとも言えます。可能な限り地域の中で具体的事実を学べる史跡や歴史資料、事物等を掘り起こし、フィールドワーク学習ができる教材づくりを進めておく必要があります。

進め方

- ① 導入 フィールドワークの意義と目的の説明・日程等の説明（事前学習として実施します。）
- ② 実習1 関係史跡等の見学と説明・質疑応答
- ③ 実習2 関係者との交流及び意見交換
- ④ 実習3 本日の学習についてのグループ協議等
- ⑤ 評価 指導者による講評や、参加者が学習成果をまとめたレポートなどで評価。

留意点

担当者は、綿密な事前調査のもと、関係者との連絡を十分行い、学習の目的を明確にしておきます。

現地での指導者やボランティアの依頼をする等、学習内容を深めるための配慮を行います。

交流を深めるため食事会等を行うことも考えられます。

6 * ディベート

概要

あるテーマについて相対する2組が、一定のルールに従って討論を行い、主張の論理性、実証性を競うゲーム的な討議法をいいます。テーマを設定し、資料や情報の収集・検討を行い、討論の論理を構築し、討論会を実施し、評価することで全体が構成されます。

進め方

- ① テーマの設定
テーマは、議論が肯定・否定に明確に分かれ、肯定・否定のいずれも極端に有利にならないように設定します。資料や情報の収集がしやすいテーマを設定します。

② グループの編成と役割

参加者全員にディベートを体験させるため、参加者を数グループに編成し、各グループが肯定・否定のいずれに立つかが決定します。テーマは人数に応じて複数設定することも考えられます。各グループの立場の分担は、他者理解を図るために、テーマに対する個人的見解によるものでなく、抽選により決定します。討論は、テーマA、B、Cの順番に45分又は50分とします。例えば、グループaとグループbでディベートを行います。討論に参加しないグループの役割を決定します。例えば、司会、審判、計時、記録はグループc、d、e、f等が分担します。

③ 資料や情報の収集、検討

グループの主張、立論を組み立て、予想される反論に対する資料を得るため、資料や情報の収集などの調査活動を行います。調査のために図書館、新聞、アンケート等を活用します。収集した資料や情報を事実と意見とに区別し、出典を明示してカードに整理します。このカードをグループの主張、立論の組立てや発表に活用します。その際、図表パネル、写真等の活用も工夫します。

④ 討議の展開（50分の例）

- ア テーマの確認（2分）
- イ 立論：肯定側（6分）否定側（6分）〔作戦タイム（1分）〕
- ウ 反対尋問：否定側（5分）肯定側（5分）〔作戦タイム（1分）〕
- エ 反ばく：否定側（5分）肯定側（5分）〔作戦タイム（1分）〕
- オ 最終弁論：否定側（4分）肯定側（4分）
- カ 審判による判定と指導者の講評（5分）

⑤ 司会、審判、計時、記録

ディベートの方法や判定基準をよく理解します。

⑥ 判定

判定基準は立論、反対尋問、反ばく、最終弁論に分けて設定すると活用しやすくなります。

留意点

ディベート実施前に参加者に対しアイスブレイクを実施するプログラムを設定して、参加者が十分な仲間意識を持った状態で実施するようにすることです。あくまでも、討論の手法の優劣を競うのであって、討論の結果が目標であったり、結論であったりするのではないことに留意しましょう。

7 * ロールプレイ

概要

学習の内容に応じた場面設定（シチュエーション）をし、その中で参加者が役割（話し手・聞き手・観察者等）を持って演技をすることにより、学習目的に迫る方法。

現実の問題を模擬的に演ずることにより、自分の心を感情のままに自由に表現することができ、人間関係の改善などを迫ることができます。

「ロール」は役割、「プレイ」は演技の意。様々な教育訓練や心理療法として行われてきました。

実際に経験したことがない場合でも、様々な場面を設定して実施することにより、他者の立場に立って考えたり感じたりすることができ、共感的な理解を図ることができます。

進め方

- ① 導入 ロールプレイの意義と目的の説明・進め方の説明・場面の設定
- ② 役割決定 「演技者」、「観察者」等の決定
- ③ 役割演技 演技者が演技を開始し、観察者は感想等を記録します。
- ④ 評価 演技者自身の感想の発表、観察者の感想、指導者の講評等により、フィードバックを行います。
- ⑤ 再演技 役割を交換して再演技を行い再評価して学習を深めます。

留意点

演技遂行のみに集中するのではなく、研修の目的のために行っていることに留意し、演技を振り返るフィードバックで学ぶことを大切にします。演技が自由に行えるように、説明を十分行い、アイスブレイクにも時間をかけます。

こんな設定が考えられます

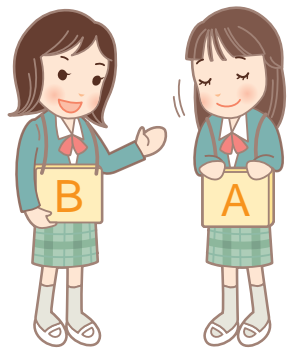
例1

- A. いじめ役
- B. いじめられ役



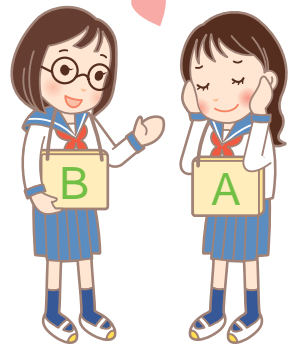
例2

- A. ボランティア活動の相談
- B. 相談を受ける人



例3

- A. 男女交際を考えている人
- B. アドバイスをする人



8 * シミュレーション

概要

模擬演技・類似体験のことです。重要であると考えられる要素を現実から取り出して、一定の状況を模擬的に設定して、その中で体験的に行動、活動する方法です。障害者の状況を体験する、アイマスク・車椅子体験等が代表的ですが、仮想の国家間での貿易ゲームや、参加者の中に仮の権力関係を設定して多数者と少数者の関係について体験する体験ゲームなど様々な疑似体験が考えられています。

進め方

- ① 導入 実施するシミュレーションの内容と目的の説明・進め方の説明
- ② 模擬演技 シミュレーションの実施
- ③ 評価 実施したシミュレーションについて参加者の意見交換及び指導者による講評

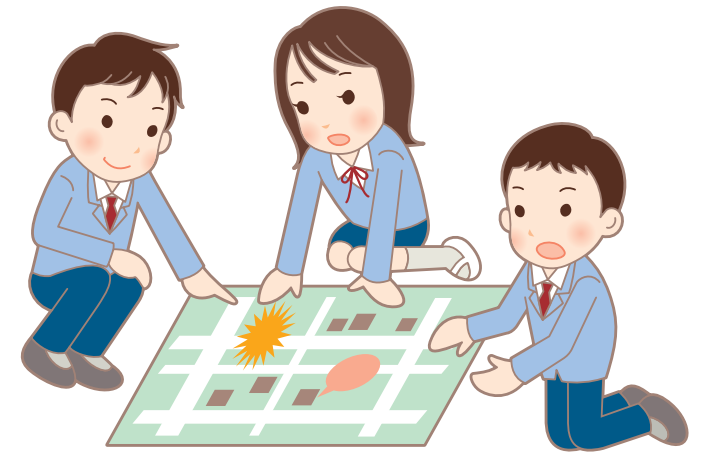
留意点

ややもするとゲーム性の類似体験であるため、安易な態度で実施してしまうことで、研修の目的が不明確になる場合があります。気楽に取り組みながらも、その成果の確認については参加者の主体的な意見交換の中で相互に影響を与え合えるような進捗に配慮します。

高齢者疑似体験



高齢者の視点で地図をつくろう



9 * アサーティブトレーニング

概要

日常生活の場面設定（シチュエーション）の中でのコミュニケーションの在り方についてのトレーニング。アサーティブネス（非攻撃的自己主張・相手を傷つけずに自己主張するという考え方と方法論）を磨きます。

a「非主張的スタイル」、b「攻撃的スタイル」のどちらでもない、c「自分も相手ともに大切にしようという相互尊重のコミュニケーションのスタイル」を学びます。（下表参照）

具体例：列に並んでいたら割り込まれた場合について考える事例

- a - 「黙ってあきらめる」 b - 「怒鳴りつける」
c - 「_____」（あなたの対応についての考え方）

進め方

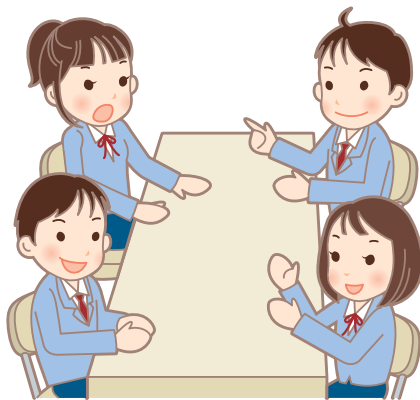
- ① 導入 アサーティブトレーニングの意義と目的の説明・進め方の説明
- ② 課題解決1 基本的な在り方の理解のための練習問題
- ③ 課題解決2 研修目的に対応した課題の解決と発表・意見交換
- ④ ま と め 目的とした人権感覚を持ったコミュニケーションの技法について指導者の講評等により評価します。

留意点

導入時に、「相手とのコミュニケーションがうまくいかず気まずい思いをした経験」等を引き出し、参加者の学習意欲を喚起します。

課題解決は個別的ですが、評価の発表にかえてロールプレイを実施することも有効でしょう。

コミュニケーションの3つのスタイル



アサーティブなコミュニケーションを

非主張的	攻撃的	アサーティブ
引っ込み思案 卑屈 消極的 自己否定的 依存的 他人本位 相手任せ 承認を期待 服従的 黙る 弁解がましい 「私はOKではない、あなたはOK」	強がり 尊大 無頓着 他者否定的 操作的 自分本位 相手に指示 優越を誇る 支配的 一方的に主張する 責任転嫁 「私はOK、あなたはOKではない」	正直 率直 積極的 自己尊重 自発的 自他調和 自他協力 自己選択で決める 歩み寄り 柔軟に対応する 自己責任で行動 「私はOK、あなたもOK」

出典：平木典子「アサーショントレーニング」金子書房、1998

10 * パネルディスカッション

概要

ある特定のテーマ（課題）について、専門的知識を持っている人や、その問題について代表的意見を持っている人がパネルメンバーとして登壇し、司会の進行に基づき意見発表や討議を行い、会場の参加者（フロアー）との意見交換・討議も行います。多人数の参加者が効果的に研修することができ、意見を発表することで研修の達成感を高めることができます。

進め方

- ① 準備 パネルメンバーの選出
- ② 討議 1. 各パネルメンバーの主たる意見の発表 2. 各パネルメンバー間の討議 3. 各パネルメンバーの補足意見発表 4. フロアーとの意見交換 5. 司会のまとめ

留意点

司会、パネルメンバーの事前の打ち合わせ時間を十分にとり、参加者間の意見の基本的な方法を相互理解した上で進めると討議の方向性がフロアーに伝わり、フロアー全体を含めた討議とすることができます。司会が柔軟にパネルメンバーの討議に参加したり、フロアーに代わって質問したりすることも効果的です。

11 * フィルムフォーラム

概要

研修の課題をテーマとした、映画やVTR等を参加者全体で視聴し、その後司会者のもとで参加者全体による討議等を行います。討議等の方法は、バズ・セッション、パネル・ディスカッション等研修の人数や位置づけなどに応じて工夫します。討議にかえて講師によるミニレクチャーと質疑というような方法も考えられます。

進め方

- ① 導入 視聴の前に、課題に関する事前の学習や、研修目的の説明を行います。
- ② 視聴 当該フィルム等の上映
- ③ 討議 上映内容について、討議を行います。
- ④ 評価 討議の内容等について参加者の自己評価や講師によるまとめを行い評価します。

留意点

研修のねらいや目的を明確にし、それに対応した教材を選定します。時間配分を考慮し、話し合いの時間が十分確保できるようにします。

討議は、できる限り少人数で設定するようにして、グループごとに助言者をつけるなどの工夫をします。

1 ボランティア活動の窓口一覧

ボランティア活動についての相談や問い合わせの窓口としてたくさんの機関や団体がありますが、主なものを紹介しますので気軽におたずねください。

窓口名	住所	電話番号
北海道ボランティア・市民活動センター	060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目 かでの2・7ビル 2階	011-271-0683
市区町村ボランティアセンター	各市区町村の社会福祉協議会におたずねください。	

北海道社会福祉協議会地区事務所

地区名	住所	電話番号
石狩地区事務所	札幌市中央区北2条西7丁目 道社協内	011-241-3977
渡島地区 "	函館市美原4丁目6-16 渡島支庁内	0138-34-6965
檜山地区 "	江差町字中歌町198-6 江差町地域振興センター内	01395-2-2971
後志地区 "	倶知安町北1条東2丁目 後志支庁内	0136-21-2945
空知地区 "	岩見沢市8条西5丁目 空知支庁内	0126-31-5617
上川地区 "	旭川市永山6条19丁目 上川支庁内	0166-49-6711
留萌地区 "	留萌市住之江町2丁目1-2 留萌支庁内	0164-49-5045
宗谷地区 "	稚内市末広4丁目2-27 宗谷支庁内	0162-34-9117
網走地区 "	網走市北7条西3丁目 網走支庁内	0152-61-1111
胆振地区 "	室蘭市幸町9-11 胆振支庁内	0143-25-4178
日高地区 "	浦河町栄丘東通56号 日高支庁内	01462-4-4100
十勝地区 "	帯広市東3条南3丁目 十勝支庁内	0155-20-6001
釧路地区 "	釧路市浦見2丁目2-54 釧路支庁内	0154-44-5887
根室地区 "	根室市常盤町3丁目28 根室支庁内	0153-29-3121

体験活動ボランティア活動支援センター(平成17年度)

番号	名称	設置場所	所在地/電話
	北海道体験活動ボランティア活動支援センター	北海道立生涯学習推進センター	札幌市中央区北2条西7丁目かでの2・7ビル 011-231-4111(内線36-330)
1	江別市体験活動・ボランティア活動支援センター	教育研究所	江別市高砂町24-6 011-381-1162
2	千歳市子ども活動支援センター	教育委員会	千歳市東雲町2丁目34 0123-24-3131(内線384)
3	当別町体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	当別町白樺町2792番地当別町総合体育館内 01332-2-3834
4	石狩市体験活動ボランティア活動支援センター	保健福祉部こども室	石狩市花川北6条1丁目30番地2 0133-72-3631
5	函館市青少年体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	函館市東雲町4番13号 0138-21-3469
6	松前町生涯学習ボランティア活動支援センター	教育委員会	松前町字神明30番地 01394-2-3060
7	知内町子ども体験活動支援センター	教育委員会	知内町字重内21-1 01392-5-6855
8	八雲町子ども体験活動支援センター	教育委員会	八雲町末広町154 0137-63-3131
9	大成町ボランティア活動支援センター	教育委員会	大成町字都427 01398-4-5511

番号	名称	設置場所	所在地/電話
10	瀬棚町ボランティアセンター	老人と母と子の家 (ふれあいサロン)	瀬棚町字本町764番地の1 01378-7-3320
11	岩内町ボランティアセンター	ボランティアセンター	岩内町字清住167 0135-62-3328
12	夢・きらり黒松内子どもセンター	ふれあいの森情報館 マネージャー	黒松内町字黒松内 0136-77-2828
13	小樽市ボランティア・市民活動センター	総合福祉センター	小樽市富岡1-5-10 0134-33-5299
14	岩見沢市体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	岩見沢市鳩が丘1丁目1番1号 0126-23-4111
15	砂川市体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	砂川市西8条北3丁目 0125-54-2121
16	北竜町体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	北竜町字和10-1 0164-34-2553
17	芦別市体験活動ボランティア活動支援センター	青年センター	芦別市北1条東2丁目4 01242-2-3110
18	奈井江町奉仕・体験ボランティア活動支援センター	教育委員会	奈井江町字奈井江152番地 0125-65-5381
19	上砂川町子どもボランティア・体験活動支援センター	公民館	上砂川町字上砂川町134番地19 0125-62-2242
20	月形町体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	月形町字知来乙264番地2 0126-53-3443
21	妹背牛町ボランティアセンター	社会福祉協議会	雨竜郡妹背牛町字妹背牛5200番地 0164-32-2411(内線721)
22	浦臼町ボランティアセンター	社会福祉協議会	樺戸郡浦臼町字ウクラシナイ183番地27 0125-69-2188
23	新十津川町ボランティアセンター	総合健康福祉センター (ゆめりあ)	新十津川町字中央307-1 0125-76-2600
24	雨竜町なんでもチャレンジ活動支援センター	教育委員会	雨竜町第8町内 0125-77-2322
25	士別市学校内外活動支援センター	市立博物館	士別市西士別町2554番地 01652-2-3320
26	風連町体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	風連町南町85番地の2 01655-3-2531
27	中富良野町学社融合推進会議	教育委員会	空知郡中富良野町本町9番2号 0167-44-2323
28	東川町体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	上川郡東川町東町1丁目15番3号 0166-82-3200
29	美深町子どもセンター	教育委員会	中川郡美深町字西町22番地 01656-2-1744
30	浜頓別町体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	浜頓別町中央南1番地 01634-2-2525
31	枝幸町体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	枝幸町本町916番地 01636-2-1364
32	豊富町体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	豊富町字西豊富 0162-82-1355
33	利尻町体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	利尻町杓形字富士見町2番地2 01638-4-2445
34	東藻琴村体験活動ボランティア活動支援センター	教育委員会	東藻琴村360番地の1 0152-66-2805
35	佐呂間町体験・ボランティア活動支援センター	教育委員会	佐呂間町字永代町166-1 01587-2-1295
36	美幌町体験活動ボランティア活動支援センター	マナビティセンター	美幌町字稲美137-3 01527-2-2300
37	訓子府町体験ボランティア活動支援センター	教育委員会	訓子府町東町400番地 0157-47-2121
38	常呂町ボランティアセンター	社会福祉協議会	常呂町字常呂338番地 0152-54-1200
39	網走市市民活動センター	社会福祉協議会	網走市南2条西3丁目 0152-61-4822

番号	名 称	設置場所	所在地 / 電話
40	小清水町ボランティアセンター	社会福祉協議会	小清水町字小清水共和1 0152-62-3988
41	登別市「子ども地域交流プラザ」 運営委員会	教育委員会	登別市富士町7丁目33番地 0143-83-1154
42	豊浦町中央公民館	教育委員会	豊浦町字船見町95 0142-83-2239
43	早来町体験活動ボランティア活動 支援センター	教育委員会	早来町字北進102番地4 01452-2-3224
44	苫小牧市体験活動ボランティア 活動支援センター	教育委員会	苫小牧市旭町4丁目5-6 0144-32-6756
45	穂別町ボランティア活動バック アップセンター	教育委員会	勇払郡穂別町字穂別2番地 01454-2-2144
46	様似町子どもセンター	中央公民館	様似町大通1丁目21番地 0146-36-2521
47	平取町ボランティアセンター	ふれあいセンターびらとり	平取町本町35番地 01457-4-2267
48	浦河町子どもセンター	教育委員会	浦河町大通3丁目52番地 0146-22-5000
49	上士幌町ボランティアセンター	社会福祉協議会	河東郡上士幌町字上士幌東3-237 01564-2-4688
50	鹿追町体験活動ボランティア活動 支援センター	教育委員会ピュアモルトクラブ ハウス	鹿追町元町3丁目19-1 01566-9-7122
51	新得町体験活動ボランティア活動 支援センター	教育委員会	新得町4条南4丁目 01566-4-0532
52	更別村ボランティアセンター	社会福祉協議会	河西郡更別村字更別190番地1 0155-53-3500
53	芽室町ボランティアセンター	社会福祉協議会	芽室町東4条4丁目5 0155-61-3631
54	広尾町学校内外ボランティア活動 支援センター	教育委員会	広尾町西4条7丁目 01558-2-0181 (内線161)
55	池田町体験活動ボランティア活動 支援センター	教育委員会	池田町西1条1丁目 01557-2-4411
56	豊頃町える夢子どもセンター協 議会	える夢館	中川郡豊頃町茂岩本町166 01557-9-5801
57	根室市体験活動ボランティア活動 支援センター	教育委員会	根室市大正町1-30 0153-23-6111 (内線2422)
58	NYESS (ニーズ) 中標津町青 少年体験活動サポートシステム	教育委員会	中標津町丸山2丁目22番地 0153-73-3111 (内線278)

2 青少年教育施設一覧

道内の青少年教育施設では、多くの人がボランティアとして施設の運営や利用者の活動の支援を行っています。詳しいことについては、青少年教育施設に直接おたずねください。

	施設名	住 所	電話番号
道 立	北海道立青年の家	074-1273 深川市音江町2丁目7-1	0164-25-2059
	洞爺少年自然の家	049-5811 虻田郡洞爺村字岩屋	0142-82-5131
	砂川少年自然の家	073-0108 砂川市北光496	0125-53-2246
	常呂少年自然の家	093-0216 常呂郡常呂町字栄浦365	0152-54-2584
	厚岸少年自然の家	088-1113 厚岸郡厚岸町愛冠6	0153-52-1151
	森少年自然の家	049-2141 茅部郡森町駒ヶ岳657-15	01374-5-2110
	足寄少年自然の家	089-3734 足寄郡足寄町常盤3	01562-5-6111

	施設名	住 所	電話番号
国 立	国立大雪青年の家	071-0235 上川郡美瑛町字白金	0166-94-3121
	国立日高少年自然の家	079-2315 沙流郡日高町字富岡	01457-6-2311
市 町 村 立 等	恵庭市青少年研修センター	061-1417 恵庭市駒場町3丁目3-16	0123-33-2766
	函館市青少年研修センター	040-0046 函館市谷地頭町5番14号	0138-23-5961
	函館市青年センター	040-0013 函館市千代台町27番5号	0138-51-3390
	つくも青少年の家	095-0007 士別市東7条北9丁目	01652-3-2224
	稚内少年自然の家	097-0027 稚内市富士見4丁目	0162-28-1632
	オホーツク青年の家	094-0015 紋別市花園町8丁目2-4	01582-3-2474
	利尻町自然の家	097-0311 利尻郡利尻町仙法志字久連	01638-5-1820
	日高判官館青年の家	059-2413 新冠郡新冠町高江16-2	01464-7-2258
	北海道青年会館札幌ハウス	060-0806 札幌市北区北6条西6丁目	011-726-4235
	北海道青年会館	005-0022 札幌市南区真駒内柏丘7丁目9-1	011-581-1141
	青少年山の家	005-0862 札幌市南区滝野247番地	011-591-0303

3 ボランティアに関するホームページ

ボランティアに関する情報を提供している主なホームページを掲載しましたので参考にしてください。

北海道体験活動ボラン
ティア活動支援センター

<http://manabi.pref.hokkaido.jp/htvc/>
様々な体験活動やボランティア活動の情報を知ることができます

道立市民活動促進センター

<http://www.fureaizaidan.or.jp/npo.html>
NPOの活動情報やボランティアの募集情報など

北海道社会福祉協議会

<http://www.dosyakyo.or.jp/>
福祉活動の様々な情報、ボランティア・市民活動センターへのリンクも

北海道共同募金会

<http://www.akaihane-hokkaido.jp/>
赤い羽根共同募金についての情報、子どもや先生のページも

日本赤十字社

<http://www.jrc.or.jp/>
ボランティアや青少年赤十字などについて

日本ユニセフ協会

<http://www.unicef.or.jp/>
ユニセフ募金など一人で家族でできることなど

NHKボランティアネット

<http://www.nhk.or.jp/nhkvnet/>
様々なボランティアの情報や基礎知識を知ることができます

ボランティアポスト
(郵便局のボランティア情報)

<http://www.yu-cho.japanpost.jp/volunteer-post/index.htm>
国際ボランティア貯金などのボランティア情報

アルミ缶リサイクル協会

<http://www.alumi-can.or.jp/>
リサイクルの方法や学校回収プログラムの紹介など

財団法人オイスカ

<http://www.oisca.org/indexj.htm>
ベルマークを集めて「子供の森」計画を支援するボランティアなど

4 ボランティア関連の保険制度

ボランティア活動保険.....ボランティア活動中の様々な事故によるケガや賠償責任を補償します。

[加入できる人] ボランティア個人または、ボランティアグループ、NPO法人またはその所属の無償のボランティア

[掛金(平成18年度)] 基本タイプ **A** 300円 **B** 500円 **C** 700円
天災タイプ **A** 650円 **B** 1,120円 **C** 1,630円

[問い合わせ先] 各市区町村社会福祉協議会
北海道社会福祉協議会
060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目 かでる2・7ビル 3階
電話 011-241-3976 <http://www.fukushihoken.co.jp>

スポーツ安全保険.....スポーツ活動やボランティア活動中の事故によるケガや賠償責任を補償します。(学校管理下における活動中の事故を除く)

[加入区分、掛金(平成18年度)]

団体	区分	対象となる団体	対象範囲	掛金(1人年額)
子どもの団体	A	・中学生以下の子ども ・スポーツ活動を行わない大人	団体活動中とその往復中	500円
	AW	・中学生以下の子ども	団体活動中とその往復中 " 以外	1,050円
	AC	・子どもと一緒にスポーツ活動を行う大人 (指導者)	団体活動中とその往復中	1,000円
	C			1,500円
大人の団体	A	大人の文化活動・ボランティア活動、地域活動	団体活動中とその往復中	500円
	B	老人クラブなど(60歳以上)		800円
	C	大人のスポーツ活動(野外活動、身体運動を含む)		1,500円
	D	危険度の高いスポーツ活動		9,000円

大人とは、高校生以上の生徒・学生、社会人をいいます。

[問い合わせ先] スポーツ安全協会北海道支部
062-0904 札幌市豊平区豊平5条11丁目1番1号
北海道立総合体育センター内
電話 011-820-1709 <http://www.sportsanzen.org/hoken1.html>

これらの保険には、加入制限や保険金の支払いができないケガ、事故などがありますので、詳細はお問い合わせください。

5 地域ボランティア活動推進事業の概要

平成17年度 文部科学省委託事業 地域教育力再生プラン

地域ボランティア活動推進事業

1. 高校生対象事業

年間を通じて定期的又は長期休業期間中におけるボランティア活動の実施
高等学校における単位化につながるボランティア活動の実施

[ボランティア活動の例]

- *ホームヘルプ、デイケアなどの介護ボランティア活動
- *幼児(子ども)への本の読み聞かせボランティア活動
- *地域の祭りやスポーツ大会でのイベント支援ボランティア活動 など

2. 市町村ぐるみの事業

年間を通じて定期的又はある程度長期にわたって行うボランティア活動の実施
子どもから高齢者までの地域住民全体を対象としたボランティア活動の実施と、地域の大学生・企業人を対象としたボランティア活動の実施
「ボランティア週間」、「親子で取り組むボランティア」、「ボランティアパスポート」などの活動プログラムの開発

[ボランティア活動の例]

- *子どもから高齢者までが一緒に参加する花植えボランティア活動
- *公園、道路、河川などの清掃ボランティア活動
- *子どもと大学生を対象とした、子どもの環境学習支援ボランティア活動
- *高齢者と企業人を対象とした、パソコン支援ボランティア活動 など

3. 支援センターの機能の充実

地元の大学や企業と連携・協力し、機能の充実を図る。
NPO、ボランティア団体等との連携により、行政に代わり支援センターの機能を引き継ぐような体制の整備。(官から民へ)

地域社会の活性化と、その下での地域の教育力の再生
ボランティア活動の継続的・総合的な推進

6 平成17年度 地域ボランティア活動推進事業 実行委員会一覧

番号	市町村名	実行委員会名称	高校生 対象事業		市町村 ぐるみ の 事業	支援センター の機能の充実		(参考) その他事業	
			定期的 又はある 程度長期	連続した 長期		独立運営 委員会の 設置	マネジメ ント研修 の実施	地域 子ども教室 推進事業	文化体験 プログラム 支援事業
			2	0	14	2	1		
1	八雲町	八雲町地域教育力活性化 推進協議会							
2	ニセコ町	ニセコ町図書ボランティ ア活動実行委員会							
3	芦別市	「星の郷・市民活動推進支 援センター」実行委員会							
4	沼田町	沼田町高校生シニアリー ダー実行委員会							
5	上富良野町	上富良野町ボランティア会							
6	東川町	東川町青少年問題協議会							
7	美深町	美深町地域教育力推進事 業実行委員会							
8	富良野市	富良野市ボランティア活 動推進実行委員会							
9	中富良野町	なかふらのボランティア 支援委員会							
10	鷹栖町	鷹栖町地域育成実行委員会							
11	羽幌町	羽幌町子どもパトロール 隊実行委員会							
12	遠別町	遠別町読み聞かせボラン ティア実行委員会							
13	稚内市	稚内市子どもの安全を守 る市民会議							
14	歌登町	歌登町ボランティア連絡 協議会							
15	北見市	北見市地域ボランティア 活動推進実行委員会							
16	平取町	平取町花灯路実行委員会							
17	根室市	根室市読み聞かせ推進実 行委員会							

この冊子の編集に携わった皆さんです



北海道地域教育力向上協議会地域ボランティア活動推進部会委員 (敬称略)

部会長 武田 巨明(北星学園大学短期大学部助教授)
 副部会長 児玉 佳範(北海道札幌平岡高等学校教頭)
 委員 赤井 圭二(沼田町教育委員会主査)
 " 大原 裕介(どさん子学生ボランティアネットワークしえあコーディネーター)
 " 北村 律子(北海道青年団体協議会副会長)
 " 桜庭 望(北海道立生涯学習推進センター学習情報課長)
 " 竹林 亨(北海道教育庁生涯学習部小中・特殊教育課指導主事)
 " 千田浩一朗(東川町教育委員会社会教育係長)
 " 中村 達也(北海道経営者協会プロジェクトマネージャー)
 " 森田麻美子(NPO法人ボラナビ倶楽部代表理事)

参考にさせていただいたハンドブック

「青少年のボランティア&体験活動ハンドブック」(佐賀県教育委員会)
 「やってみよう!ボランティア」(NPO法人ボラナビ倶楽部)

はじめてみよう!ボランティア
 青少年のボランティアハンドブック
 今、自分にできること

平成18年3月発行

編集・発行

北海道地域教育力向上協議会
 060-8544 札幌市中央区北3条西7丁目
 北海道教育庁生涯学習部生涯学習課社会教育グループ内
 電話011-231-4111(内35-524)