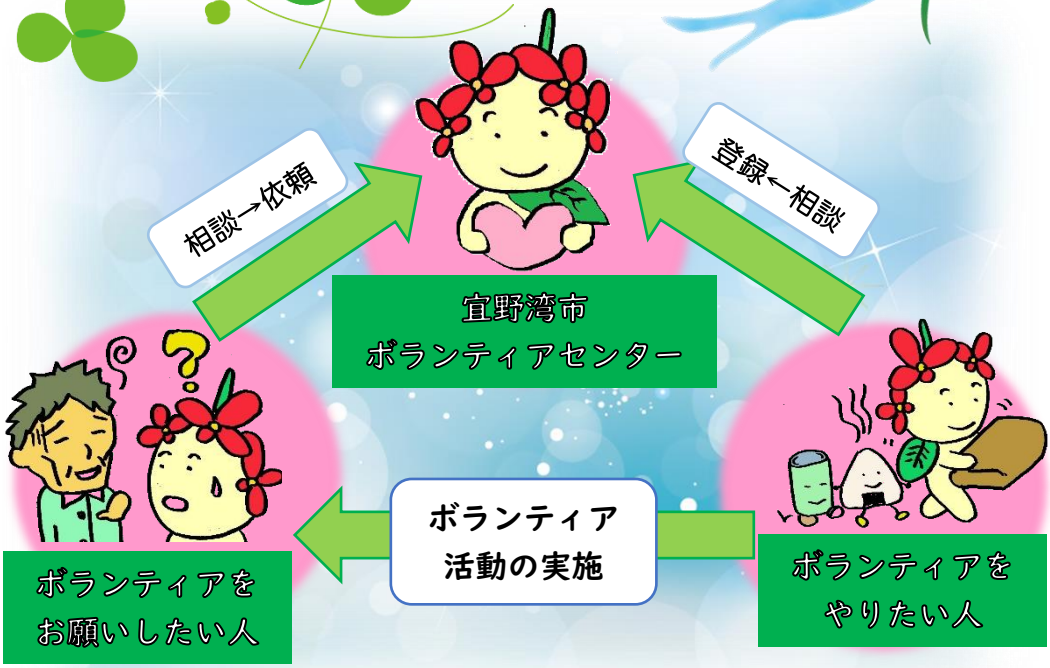
宜野湾市ボランティア ガイドブック



宜野湾市ボランティアセンターでは、
ボランティアをやりたい人の登録、
ボランティアをお願いしたい人の声を集めて、ボランティアコーディネーターがマッチングのお手伝いをします！
ボランティアについて気軽にご相談くださいね(^^♪

宜野湾市社会福祉協議会/宜野湾市ボランティアセンター
宜野湾市赤道２－７－１宜野湾市社会福祉センター内
TEL（098）892-6525　FAX（098）892-0843
MAIL sandankun@ginowanshakyo.or.jp

ボランティア活動で得られるもの

人とのつながり

ボランティアは自分ができることを通して、多くの人と輪が広がることで、いろいろな知識を得ることができるんだヨ。
ボランティアは、いろんな考えを持つ方々と一緒に活動するから、自分にとっても新しい考え方を学んだりできるんだ！

人からの感謝や達成感

ボランティアは“誰かの助けになりたい”という想いから、自分の時間やエネルギー、技術が助けになる活動。
ボランティアは、お金や見返りを求めない活動だけど、ボランティアを通して得られる達成感や「ありがとう」の言葉は、自分にとっても新しい活力がもらえるんだヨ！

“自分からやりたい!”という主体性

ボランティアの現場では、自主的に活動に取り組んでいる人達がたくさんいるんだヨ！
ボランティアは、地域に住む一人ひとりが“自分でやろう”という想いから動いているものなんだ。
ボランティアの経験からリーダーシップや主体性を学ぶ事もできる！

新しい自分の可能性

新しい自分を発見することに、遅すぎる事はないんだヨ！
ボランティアは、自分にとって新しいスキルや趣味、本当にやりたい事を見つけるキッカケになるんだ。
ボランティアは、自分の可能性を広げる、とってもいい機会なんだヨ！

宜野湾市社会福祉協議会
イメージキャラクター　サンダンくん
ぎのわんに咲くサンダンカの妖精。
好奇心旺盛で、色々な事に挑戦したがる明るい性格です。趣味は日光浴、特技は剣道で三段の腕前。
サンダンくん LINE スタンプ好評発売中！
スタンプショップで「宜野湾市社会福祉協議会」を検索してね♪

ボランティア保険について

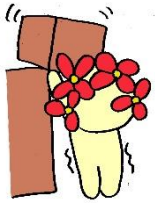
万が一、ケガや事故が起こった時などのために、活動前にボランティア活動保険へのご加入をお願い致します。（日本全国のボランティア活動で適用されます）

◆補償内容◆

ボランティア
ご自身のケガ

ボランティア先の
相手をケガさせてしまった

活動中に相手の物を
壊してしまった



など、様々な場合で補償されます。何か活動中に事故等がありましたら、まずはボランティアセンターまでご相談ください。

◆保険料◆　※2021 年度時点

加入プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン
保険料（１名）	350 円	500 円

※加入年度内有効。（申し込み翌日～３月３１日まで）
※基本プランでは地震、噴火、津波が起因する死傷は補償されません。災害ボランティア活動への参加は、「天災・地震補償プラン」への加入をおすすめします。

SNS の紹介

宜野湾市ボランティアセンターでは各種 SNS で日々のいろいろな活動や情報を公開しています。ぜひご登録お願いします！！
※LINE をご登録いただくとボランティア活動のやりとりをすることもできます！

◆LINE◆　◆Twitter◆　◆YouTube◆

ガイドブックの内容は
こちらの QR コードから
動画で見ることもできるヨ！

はじめてのボランティア

ボランティアの心得～７箇条～

ボランティア活動は、人と人との関係上に成り立つ活動です。相手の気持ちを尊重し、無理なく続けていくために次のことを心得ましょう。

１．約束を守りましょう

約束を守ることで信頼関係が生まれ、より良い活動につながります。約束が果たせないときは、事前に事情を伝え、センターへ相談するなど責任を持って活動しましょう。また、相手と独自で活動内容や次回の活動の約束などはしないようにし、ボランティアセンターを通して活動を行いましょう。

２．秘密を守りましょう

個人のプライバシーに関する情報や、その他知り得たことについては他言せず、秘密を守りましょう。また、ボランティア自身の個人情報も、むやみに相手に教えないようにしましょう。

３．無理のない計画を立てましょう

自分を犠牲にした活動では長続きしません。無理のない計画で自分の生活リズムに組み入れ、依頼された活動の範囲を守って活動しましょう。家族、職場、学校などで理解を得ることも大切です。

４．安全対策に十分配慮しましょう

事故のないように安全に配慮して活動をしましょう。自身の健康チェックにも気を配り、万一に備えてボランティア保険に加入しましょう。

５．相手が求めることに合わせて必要な手助けをしましょう

一方的な善意の押しつけは、かえって迷惑になることがあります。「してあげる」という発想ではなく、相手がどんな手助けを必要としているか「尋ねる」姿勢と謙虚さが大切です。

６．相手の家庭内のことには立ち入らないようにしましょう

家族関係や家庭内の問題に立ち入ってしまうと、ボランティア自身がその問題に巻き込まれ、活動の継続が難しくなってしまいます。問題に直面したり、相手から過度な要求があった場合は、必ずセンターに相談して下さい。

７．困ったことがあったらすぐに相談しましょう

どんなに小さなことでも気になることがあったら、すぐにセンターへ連絡して下さい。

ボランティアの心得はこちらの QR コード
読み取りから動画でいつでもご覧いただけます

ボランティアの心得