

ボランティアがちょっと気になったら…

「毎日忙しくて、ボランティアを始めるなんてハードルが高そう」
 「どこかに登録したり定期的に参加しないとイケないのでは」と思っているあなたへ、
 こんな暮らしのシーンのなかで関わりを持つことができます。

スーパーの駐車場に置き忘れた買い物カート置き場にさりげなく戻す。
 「なんかちょっといいコトしたかも」
 って気分になる

交通事故を防いだり、子どもやお年寄りの歩きやすさの助けにもなるすてきな行動

ポスターやチラシ、新聞、広報誌、SNSでボランティアに関することを見かけてなんとなく気になる

まずは知ることが
 はじめの一歩

いいことしてるな～
 がんばってるな～って思えたら、
 SNSでいいねしたり
 コメントを残してみる

された人は励みになって
 次へのモチベーションに
 もつながるみたい

気が向いた時だけでもいいので、
 家前から少し範囲を広げてゴミ拾いしたり、自治会の清掃活動で
 ちょっとがんばって動いてみる

まちがきれいなのはみんな気持ちがいい。そして自分も汗をかいていい運動になる！

ボランティアって、やるぞ！
 て思わずでもできそうなことが
 たくさんあるんだなあ。

ボランティアセンターのSNSをフォローする



「ボラカフェ彦根」

オンライン相談コーナーもあります

たまには聞き役、うなづき担当に徹する

話を聞いてくれるだけの人って意外とあまりいないものです

「みんなで一緒にやろう」はちょっと気が進まないから、マイペースに。近所の子どもの下校時間に合わせて、玄関先でみずやり。「おかえり～」って声かけたら元気に「ただいま～」って声が返ってきてルンルン

気軽にできる地域の見守り活動

「彦根 ボランティア」をググってみる



彦根市社会福祉協議会ホームページ
 ボランティア募集情報

琵琶湖の流木や貝殻、レイクグラス(ガラス片)を拾い、琵琶湖をきれいにしてながら工作の材料を集める

休日、子どもとのレクリエーションにおすすめ

地域づくりボランティアセンター

所在地 彦根市平田町670番地(福祉センター別館)
 営業時間 平日 8:30～17:15
 TEL 0749-22-2821
 FAX 0749-22-2841
 メールアドレス hikoshachiiki@mirror.ocn.ne.jp

ボランティアコーディネーターとちょっと話をしてみようかな～と
 軽い気持ちでボランティアセンターを訪ねる

駅前街頭募金を見かけたら
 お気持ちだけでいいので
 寄付してみる

募金も小さなボランティア
 この冊子も赤い羽根共同募金に寄せられたお気持ちでつくられているんです

ボランティア コーディネーターの 編集後記

ご協力いただいた方々のおかげで、ボランティアを前よりちょっと身近に感じたり、暮らしのことをちょっと立ち止まって考えたり、いろいろな話題を散りばめた七色感のある冊子ができました。あなたは何色にビビっときましたか？ボランティアを選択肢のひとつとして提案しながら、皆さんの暮らしにささやかな彩りを、日々の何気ない幸せづくりのお手伝いができたらいいなと思っています。ぜひボランティアセンターへお立ち寄りください。(沼波)

社協が発行するボランティアの冊子。凝り固まりがちなイメージから脱却し、いい意味で“社協っぽくない”ものが完成！したのは、多くのボランティアやデザインのプロ、社協のボランティアコーディネーターなど、多様な世代や価値観が交わりながらみんなで作品を創り上げたから。やっぱり多様性っていいなと感じました。とはいえ、この冊子を開いて読むかには手に取った方次第。少しでも目を通し、なにかを感じていただけたら幸いです。(田中)

カバー作品：上田三佳 タイトル「refreshing color day」

発行 社会福祉法人彦根市社会福祉協議会

ボランティアがちょっと身近になる小冊子



七色story



かさねる

- ・あなたの暮らしにフィットしたボランティア
- ・ボランティアにまつわる七色エピソード
- ・なないろトーク「働く世代、子育て世代のよりよい暮らしと自分のやりたいこと」 北川 雄士さん × 柳生 麻里さん

あなたの暮らしに フィットした ボランティア

仕事/家事/育児/自治会の役やPTA/子どもの習い事の送り迎え
読書や音楽、趣味/なんでもないぼーっとする充電時間、
私たちはとにかく日々のあれこれに時間を使うという暮らしをしている。
ボランティアは、あくまでも時間の使い方の一つ。
暮らしが違えばフィットするポイントも違う。
暮らしにフィットするボランティア、そう考えれば、
ボランティアの世界が少し近くに見えてきませんか？



仕事のスキルアップ、 キャリアアップに なったらいいな。



仕事の延長線にあるもの、たとえ仕事とは関係ないものでも、考えや視野が広がる、スキルアップやキャリアアップにつながるような経験も。

たとえばこんなボランティア

プロボノ(ライター、カメラ)、学習支援、日本語教室、手話、点訳、要約筆記、イベントスタッフ(企画・広報)

自分の好きなことを再確認できた EPISODE

転職を考えており、新しいことに挑戦しようと電話したのが参加のきっかけ。転職活動中に身も心も疲れていましたが、「人と関わること、接すること、話すことがやっぱり好き」と改めて感じた。コミュニティの輪に参加することの大切さを感じつつ、仕事にも活かされている気がする。(30代)

遊び仲間、友達を作りたい。



わざわざ予定を合わせて時間をつくるのもめんどくさい。スポーツや共通の趣味などを楽しめるよう、公共施設を使って定期的集まる場をつくれば、いつの間にか新しい友達ができるかも。場のセッティングもボランティアのひとつ。

たとえばこんなボランティア

サークルなどの立ち上げと運営
居場所・子育てサロン

毎日の生活に 新しい出会いや刺激がほしい。



いつも同じ人、同じ世界の人とばかり顔を合わせるより、異なる世代、異なる世界の人と出会って交流できるのもボランティアの魅力。仕事にもプライベートにも役立つネットワークや情報、気づきが得られるかも。引越して間もない、どこへ行けば新しい出会いがあるのだろうと迷ったときにも。

たとえばこんなボランティア

イベントスタッフ、清掃活動
フードパントリー、子ども服・制服リユース

人と交流することに 少しずつ慣れていきたい。



ちょっと人生一休みしていたり、仕事のブランクが長くて少し自信がないときは、社会と関わるきっかけとして気軽に参加してみる。ボランティアの強制されないゆるさがちょうどよい。少し心配なときは、サポーターが付き添ってくれることもある。

たとえばこんなボランティア

清掃活動、文通
フードパントリー、子ども食堂

好きなことに夢中になりたい。 上達したい。

好きなことをして、一人きりの時間を過ごすのもいい。仲間と一緒にでもいい。誰かのために、描いたり、つくったり、演奏したりを楽しみつつ、成果発表を目標にすることで腕を磨くことも。



たとえばこんなボランティア

描画やデザイン、楽器演奏、裁縫、ものづくり
料理好きなら子ども食堂

居心地のいい雰囲気があります EPISODE

何か新しいことを始めようと考え、選択したのがボランティア。あまり美しい動機ではないかもしれないが、多くの人と接することで、生活にハリが生まれた。ボランティア活動で出会う方々は暖かく、和やかで居心地の良い雰囲気を一人一人が作り上げているようだ。私も皆さんのようになりたい。(20代)

自分の力を試してみたい。

インストラクターを目指している、講師をしたい、自分のお店を持ちたいなど、夢があって将来的にチャレンジできる機会があったらいいと思うけど、独立や起業はまだハードルが高い。夢実現に向けステップアップの通過点として、今の自分の力を試すところから。



たとえばこんなボランティア

子育てサロン・高齢者サロン・学習支援などでの講師

ボランティアは、軽い気持ちで参加してはいけないもの、と思っていませんか？
そんなことはなくて、
本当のところはこんな感じなんです
フィットさせるためのコツ...
暮らしの中の超個人的な動機からイメージする



イベントスタッフ
集客イベントでテント設置や道案内、交通整理などに協力しイベントを支える活動。



学習支援
地域の大人や大学生が、子どもたちの勉強の指導や、成長を見守る活動。

日本語教室

外国にルーツのある子どもにも日本語や学校の勉強の指導、文化体験などを支援する活動。



清掃活動
市内でいくつかの団体が活動。琵琶湖や河川、歩道などの定期的な清掃活動。



子ども服
制服リユース
まだ着られる子ども服、制服、体操服を回収し、必要な人へ届ける活動。



フードパントリー
家庭で食べられない食材、規格外の食材の寄付を集めて、必要な人へ届ける活動

こんな活動があります
一例をご紹介します

あなたのファンです!

私は、障がい者手帳一級保持者です。膝関節にバイ菌感染して、右膝関節は抜去して軸固定。バイ菌を除去する時に使用した薬の副作用で両耳とも音を無くし、難聴者として今を生きている一人です。中途失聴者になって15年になります。

友人、グループから次第に遠のいて行く。どんどん人との輪から離れてしまい、当初はどんどん閉じこもり、人と出会う事もなくなり、身も心も、全て閉ざして、前向きな生き方を見つける事も出来なくなりました。

詰まる心の中を「詩」に綴り、その数々の「詩」が病院スタッフの目に留まり、イベントでの展示、またその後、恩師と出会え「随筆」にも体験を書き出し、少しずつ

つ社会に進出して、要約筆記を介して前向きな気持ちになり、このような障害者でも、人の為になれないものかと考えている時に、包括支援センターの担当者との出会いがありました。

中途失聴者は言葉を話すことができます。死の淵を彷徨いながらも、今を生きている喜び、辛かった日々の体験をもとに講演するボランティアを始めました。講演を通して、皆さんから頂く拍手、感動の涙、「ありがとう」の言葉に、私自身が勇気と感動を頂いております。

最初から講演に参加してくれている方からの「私はあなたのファンの一人数です」。この言葉には、人生で最高の喜びを感じました。支えてくれる人達がいてくれてこそ出来るボランティア活動。これからも、命の大切さを「講演ボランティア活動」を通して伝えたい。前向きに歩いて行きたい。(70代)

ボランティアにまつわる七色エピソード

「どうしてそこまでしてボランティアをするの?」と周囲には不思議に映ることもあるかもしれない。じゃあボランティアの魅力ってなんなんだろう。

漫画やイラストは挿し絵・イラストボランティアさんによる作品です



子どもたちのためにと古民家でチェロの小さな演奏会を開催。最後のパプリカダンスの盛り上がりを目の前に、演奏中の皆さんの顔がほころんで、演奏後思いがけず「子どもたちに元気をいただきました」とお礼を言われてしまいました。(30代)



一人暮らしの男性のお宅の家事サポートをしていました。お料理が得意ではない方で、私がたまに卵焼きや炊き込みご飯を持っていくと嬉しそうに召し上がってられました。(60代)



自分にとってなんだか幸せな時間が訪れる

夏休みの障がい児さんの居場所でのレクリエーション。回を重ねることに子どもたちが「自分もやりたい!」とみんなの前でできてくれるようになる。そんな姿に感動したり癒されたり、楽しそうな笑顔がうれしいし、優しい気持ちになれます。楽しみにしているのは私の方かもしれません。(40代)

毎回来るわけでもない。だけど楽しく活動できる。あたたかく迎えてくれる。食品ロスを減らしたいという思いもあるが、たくさんの人と話してみたいという目的で来るように。雑貨を仕分けしながら、私が生まれる前につくられたであろうものもたまに見つける。それを見て「なんやこれ」「これは何ですか?」と聞いて笑いあう、それが楽しい。(20代)

キャラ博ボランティアで中毒症状(笑)

彦根城をはじめとする文化遺産を有する彦根市では、数多くのイベントが開催されている。その中で最大の集客イベントが毎年秋に開催される『ご当地キャラ博 in彦根』である。実は、このイベント、その運営の大半をボランティアが担っていることをご存知だろうか。

「キャラ博のボランティアの連絡が来たら『やった! ついに来た!』って思うんですよ」イベントボランティア歴10年のHさんの言葉だ。

「毎年秋にはキャラ博があるから、それに合わせて仕事やプライベートの予定を空けてます!」同じくイベントボランティア歴8年のMさんの言葉だ。

Hさんは、普段は彦根市内に住む40代男性で、特にイベントや観光に関わる仕事をしているわけではないが、キャラ博をはじめとするイベントのボランティアには欠かせない存在の一人だ。

Mさんは、なんと関東圏に住む30代男性で、毎年秋のキャラ博でボランティアをするために自費で彦根

まで来てくださっている、キャラ博ボランティアの中毒症状(笑)にかかってしまった一人だ。

イベントのボランティアという「やりがい搾取」だと批判されがちだ。確かに、イベントによっては、無料の労働力であるかのような役割を強いられることもある。でも、決してすべてがそうではない。イベントのボランティアをやることで、得られるものはたくさんある。

「ありがとう」と感謝されたり、「楽しかったよ」と笑顔であいさつされたり、一緒に汗をかく仲間ができたり、そこに自分の役割や価値、居場所ができたり、「やりがい」は搾取されるんじゃないって、たくさんの得るもので満たされることを意味するのではないだろうか。(40代)

あのときの思いが今につながっている



我が子の子育てからよその子の子育てに広がり、官民力を合わせて彦根の子育て基盤を作ってきた。きっかけとなったのは講座での講師の一言。講師への恩返しのためのボランティア活動がはじまり。(60代)

自身が発達障害の子を持つ母。自分の子育て経験を活かして「目で見てわかる! 笑いヨガ」をしようと決意。日々奮闘するママたち、子どもたちを笑顔にしたいと思った。(40代)

アメリカ在住時、図書館の本の整理をするボランティアに参加。ある日、本を並べていたら、女性が「きれいに並べてくれてありがとう」と声をかけてくれた。言葉や習慣が分からず、助けをもらうことばかりだったが、このときは自分が役に立っていると感じ、とてもうれしかった。このときの感覚が自分の根っこにある。(60代)



オレンジの人

(40代)



