



みうら ボランティアハンドブック (第一版)



2009年 6月 発行

編集：三浦市民生活向上会議

ボランティア活動推進部会

発行：三浦市社会福祉協議会

三浦市ボランティアセンター

はじめに・・・

「こんな活動がしたい・何かボランティア始めたいんだけど・・・」そんな希望をもったことはありますか？

このガイドブックは、そんな希望を実際の活動の場までつなげていきたいと願う、ボランティア活動推進部会の声から作成されました。ボランティア活動推進部会では、ボランティアセンターの運営を推進し、ボランティアや当事者活動を支援していくため、検討を重ねています。このガイドブックを活用し、市民のみなさんがボランティアに関心を持ち、気軽にボランティアに参加していただくきっかけとして利用していただけるのはもちろんのこと、関係団体がより連携を深め、活動が展開されていけばと思っています。

このガイドブックは、三浦市ボランティア連絡協議会に登録する団体を中心に、各機関にご協力をいただき、作成しています。これからも、皆様のご意見を反映し、よりよい情報誌にしていきたいと思っています。

平成21年6月

目 次

ボランティア活動について

ボランティアって何??	3
活動参加までのチェックポイント	4
ちょっと一息 その1	5
＜ボランティアの入口、活動に利用できる主な公共施設＞	
誰にでもできる!! 収集ボランティア	6
ボランティアセンターの紹介	7

市内で活動する団体の紹介

ボランティア団体

三浦市手話サークルともしび会・みなみ手話サークル	10
初声手話サークル・三浦市スポーツクラブさざなみ	11
みどり会・菊名地区地域福祉推進委員会	12
福井記念病院ボランティアサークル・三浦市精神保健福祉ボランティア連絡協議会	13
三浦点字サークル・三浦市地域婦人団体連絡協議会	14
ひばりの会・ガイドヘルプの会	15
コスモスの家・みうら楽農クラブ	16
三浦半島パソコンサポートネット・七夕会	17
こだま会・三浦市在宅栄養士会	18
ちょっと一息 その2	19
＜ボランティア用語説明＞	

ボランティアを募集する当事者団体

三浦市手をつなぐ育成会（三浦まんぼうクラブ）	20
育児サークル にっこにこ	20
つくしクラブ	21

ボランティア活動をサポートする

ボランティア保険について	22
ちょっと一息 その3	23
＜すでに活動中のみなさまへ・・・助成金制度＞	
相談・情報窓口	24
おわりに	25

ボランティアって何??

ボランティアとは、一般的に「自発的な意志に基づいて、人や社会に貢献すること」と言われています。また、地域や社会における新たな課題や潜在的な（気づきにくい）ニーズへの対応、マイノリティ（社会的少数者）の代弁や支援活動などに率先して取り組み、自ら問題解決を図りつつ、社会への課題提起を行うなど、先駆的・開拓的な役割を果たしています。

同時に、他者のための活動にとどまるのではなく、自らの地域社会づくり、自治につながる活動であることや、活動を通して活動者自身が生きがいや自己実現の機会、さらに学びや成長を得られることも、広く認識されています。



＜ボランティアの4原則＞

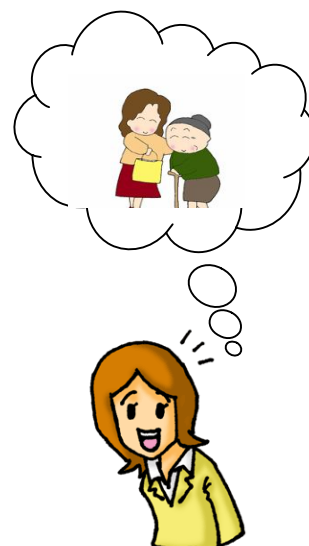
- ☆ じはつせい **自発性**…自分自身の「やってみよう」という気持ちを大切にする
- ☆ むしょうせい **無償性**…個人的な利益や報酬を第一の目的とした活動ではない
- ☆ しゃかいせい **社会性**…地域社会の一員として住みよい地域となるよう、互いに
支え合い、学び合う活動
- ☆ そうどうせい **創造性**…従来の考え方にとらわれず、自由な発想やアイデアを
大切にし、作り出す活動

ここまで読むと、意外とボランティアは難しそう??と感じてしまう方もいるかもしれません。しかし、実際には、ごく当たり前のことなのです。誰もが持っている、人の役に立ちたい、人を助けたい、という気持ちを素直に実行していくこと、つまり「自分の気持ちを表現すること」それが、ボランティア活動となっていくのです。

参加することで、思いがけない出会いや発見や感動があり、ネットワークが広がり、人生の可能性が広がっていきます。自分のささやかな行為が誰かの役に立っている、地域の変化につながっていると実感することができ、他では得られない達成感や充実感を得ることができるのがボランティアの醍醐味です。

普段の生活をちょっと広げてみる、ちょっと視点を変えてみる、ちょっと行動してみる。たったそれだけで「ボランティア活動」はできるのです。

では、実際にボランティアを始めるにはどうしたらいいのか?見ていきましょう。



活動参加までのチェックポイント

Step1

自分に合った活動を考える

イメージ
I *image*

(想像する)

- ☐ 活動内容は何かいい？

お年寄りや子ども、障がい者など、活動の中で接する人はさまざまです。また、環境美化活動や海外への支援物資を送るなど、直接人と接することのない活動などもあります。

- ☐ 曜日や時間はいつがいい？

平日か休日か？また、どの程度の頻度・時間かなど。

- ☐ 活動場所はどんなところ？

自宅・学校・職場など、普段の生活範囲の中か。福祉施設や病院など外に出てか？

- ☐ 誰と参加する？

自分一人で活動したいのか、友人などと一緒に活動したいのか・既存のグループに参加するのか？



Step2

自分に合った活動を探す

サーチ
S *e* *a* *r* *c* *h* & *C* *h* *o* *i* *c* *e*

(探す・選ぶ)

- ☐ ボランティアハンドブックから市内の活動団体を探してみる。

→ P9 へ

- ☐ 自分のイメージした活動があるのか、相談してみる。

ボランティアは活動先に出向くことだけがボランティアではありません。活動のきっかけは様々なところにあります。イメージはあるが、なかなか実践と結びつかない場合は相談してみることもからボランティアは始まります。

→ P7 へ

- ☐ 活動先と連絡を取る。



Step3

実際に活動してみる

ドゥ
D *o* (実行する)

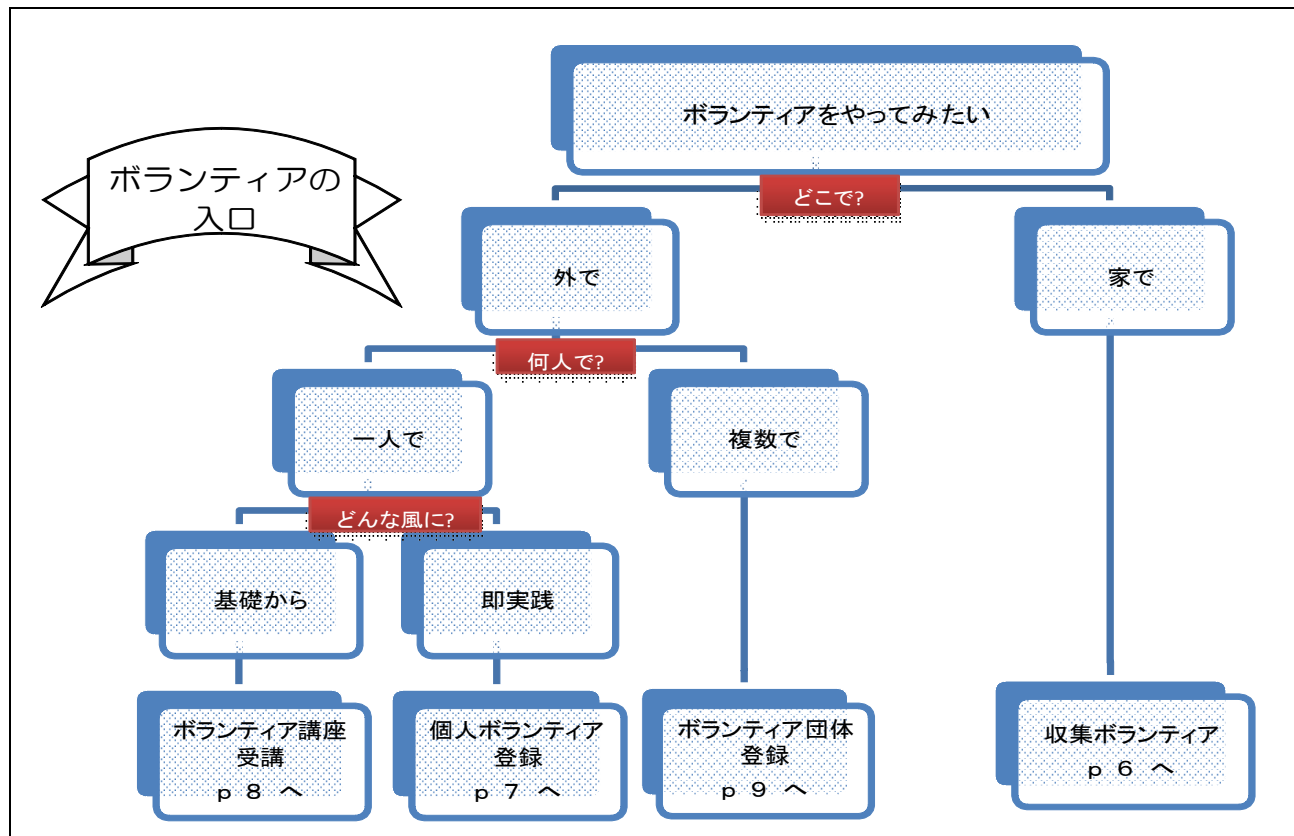


- ☐ 基本はあいさつ…気持ちのよいあいさつ・自己紹介は相手に対して好印象を与えるだけでなく、信頼感もアップします。
- ☐ 相手の立場に立つ…善意の押しつけにならないように、コミュニケーションを大切に。
- ☐ 秘密を守る…相手の立場を考え、思いやりの気持ちを持つことで、信頼関係も強めていきます。
- ☐ 身を守る…自身だけでなく、相手のことも考え、万が一の事故等に備え保険に加入しましょう。
- ☐ 無理をしない…頑張り過ぎて無理しても、長続きしません。継続が一番。無理な時ははっきり断る勇気もつことも必要。
- ☐ 楽しむ…楽しむ心を忘れずに。笑顔はみんなの力になります。



ちょっと一息・・・その1

ここまで読んで、まだイメージが湧かない・・・何から考えたらいいのか、まったく分からない。そんな人はここから start ♪ やりたいものが見えてくるかもしれません！



活動に利用できる 主な公共施設

ボランティア活動を行う中で、拠点となる場所は必要不可欠になります。また、各施設では、そこを拠点に活動するボランティア団体の活動案内などが掲示してある場合もあります。活動場所からボランティアの情報を探るのも一つの方法でしょう。

施設名	住所	開放施設	時間	休館日	料金	問合せ先
三浦市総合福祉センター	南下浦町菊名1258-3	多目的ホール・会議室・交流スペース	9:00-22:00	年末年始	無料	三浦市社会福祉協議会 Tel888-7347
南下浦市民センター	南下浦町上宮田3274	講堂・講義室・実習室・和室・研修室・集会室	9:00-22:00	月曜・年末年始	有料	南下浦市民センター Tel888-1111
初声市民センター	初声町入江200	講堂・講義室・実習室・和室・研修室・集会室	9:00-22:00	月曜・年末年始	有料	初声市民センター Tel888-6111
勤労市民センター	天神町4-19	大会議室・料理特別室・和室・中会議室・談話室	8:00-22:00	月曜・年末年始	有料(一部無料)	勤労市民センター Tel881-3766
三浦市青少年会館	城山町6-9	ホール・会合室・和室・スタジオ	9:00-21:00 (日曜は17:00まで)	月曜・国民の祝日・年末年始	有料	青少年会館 Tel882-2765

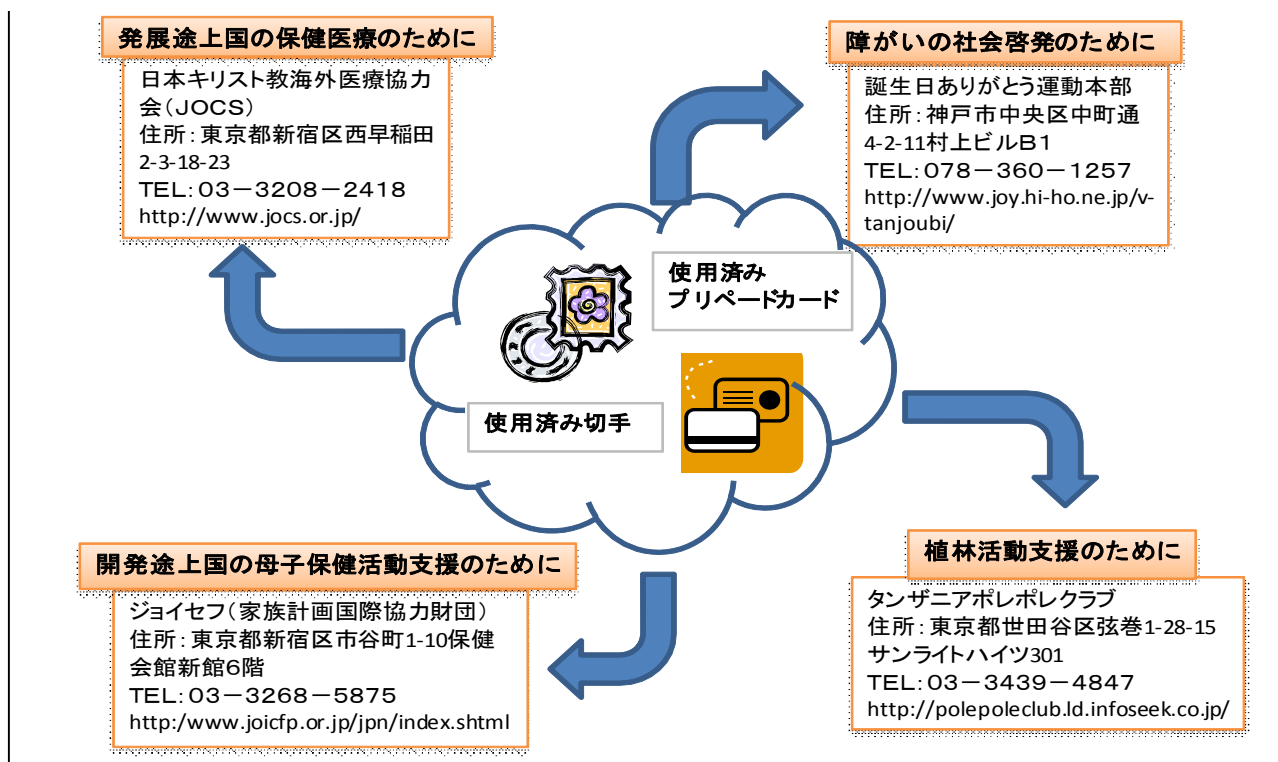
誰にでもできる！収集ボランティア

ボランティアは外に出て活動するだけではありません。学校や仕事で忙しい方でも実践できるのが「収集ボランティア」です。「ちりも積もれば山となる」ように、一人ひとりの小さなやさしさが集まれば、大きな力に変わります。

収集しているものの一例

- 書き損じ葉書 ○ 中古衣料 ○ プルタブ ○ ペットボトルキャップ
○ ベルマーク ○ ロータスクーポン 等

【一例】 使用済み切手・フリペードカードの送付先



収集するものは同じでも、送付する団体によって活用方法は様々です。自分の関心に合わせて収集・送付してみましょう。また、市内のボランティア・当事者団体でも回収を行っているところがありますので、そんなきっかけから地域のボランティア活動も知ることができます。

＜参考ホームページ＞

Yahoo!ボランティア-収集ボランティアからはじめよう特集

<http://volunteer.yahoo.co.jp/feature/collect/>

JOICFP (ジョイセフ)

http://www.joicfp.or.jp/jpn/kokusai_camp/index.shtml

横浜市ボランティアセンター 集めてボランティア！

http://www.yokohamashakyo.jp/yvc/012_gaa_syuusyuu.html

ボランティアセンターの紹介

(通称ボラセン)

ボランティアセンターは、ボランティア・市民活動に関する様々な相談に応じ、人材の需給調整や関係機関との連携、情報交換を行い、市民の皆さんと一緒に地域福祉の推進やまちづくりに貢献していく場です。ボランティア活動したい人はもちろん、ボランティアを依頼したい人にとっても、情報の発信基地となれるよう、「当たり前のようにあらゆる人たちが利用でき、集まれる場所へ・・・」をテーマに様々な活動を行っています。

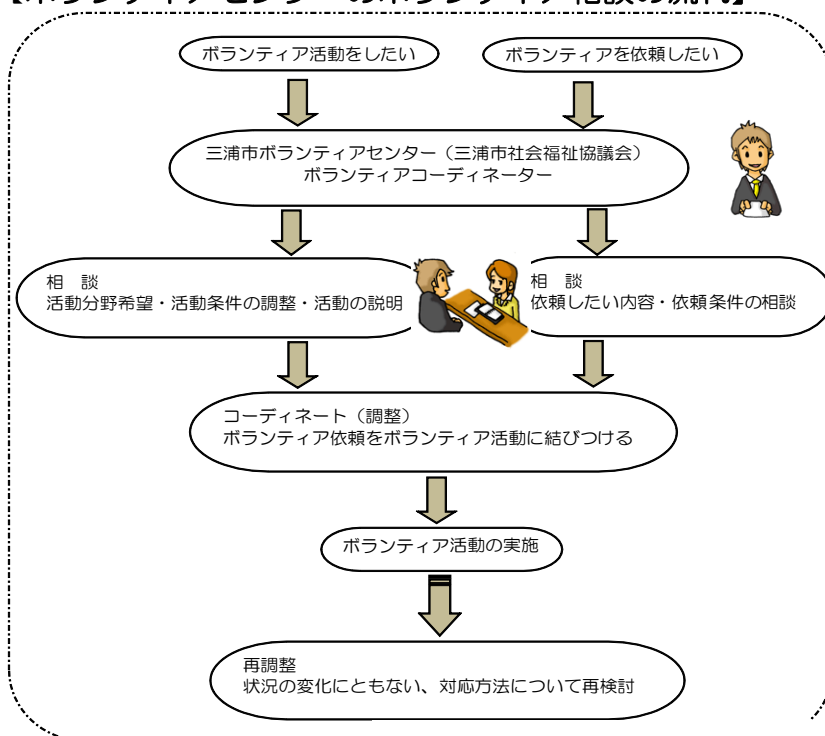
【主な役割】

むすぶ

これからボランティアを始めたい人やボランティアを必要とする人・団体からご相談を受け、紹介を行います。また、ボランティア活動の推進を図るため、ボランティアグループや関係機関との連絡調整や個人ボランティアの登録も行っています。



【ボランティアセンターのボランティア相談の流れ】



<相談受付>

月～金曜日 9:00～17:00

<休館日>

土・日・祝日

※ただし、建物は年中無休で開館していますので、印刷機などは利用できます。
相談についても、事前にご連絡いただければ柔軟に対応いたします。

参考資料：茅ヶ崎市社会福祉協議会 HP

伝える

情報誌の発行やボランティア活動に関する資料や情報の収集・提供を行っています。

掲載したいチラシなどを
お持ちください



学ぶ

ボランティア活動について学びたい人、すでに活動中の人に各種講座や研修会を開催しています。

＜主なボランティア講座＞

☆青少年ワーカー研修

☆子ども防災ボランティア研修

☆障害ボランティア研修

☆介護予防教室 など

また、体験学習機材（車イス・高齢者疑似体験セット等）の貸し出しも行っています。



広める

児童・生徒を対象とした福祉教育の推進や、ボランティア活動に関する講師派遣などを通じ、ボランティア活動の啓発を行っています。

ご希望・ご要望に合わせて、プログラムから一緒に企画していきます。



支える

各種研修会の開催をはじめ、マイク等の機材や印刷機及び、会議室などの貸し出しを行っています。



【利用設備案内】

○事前予約（申請書記入）が必要

- ・ 3階 多目的ホール（70 畳 和室） ・ 1階 会議室

※ご予約は3か月前より受け付けています。

○事前予約不要

- ・ 1階 交流スペース
- ・ コピー機（1部 10円） ・ 印刷機（1製版 100円）

○要相談（その他、貸出し物品）

- ・ マイク・プロジェクター・高齢者疑似体験セット・スクリーン
- ・ 車イス など

※数に限りがあるため、事前のご連絡・確認が必要になります。



市内で活動する団体の紹介

今回、掲載している団体は、三浦市ボランティアセンター及び三浦市ボランティア連絡協議会に登録しているボランティア団体、また当事者団体でボランティアを募集している団体の情報を以下のように掲載しています。

<例>

活動団体の種別を記載。
今回の冊子では、ボランティア団体と当事者団体のみになります（※）

ボランティア団体

各団体にご協力いただきながら作ったPR文です。

団体名：	子ども・高齢者・障害者・その他（地域活動）の4つの会
概要：地域活動の中心として、主に携わる分野を記入しています。	イベントに子育て中の親も気軽に参加できるよう、催育児サークルの卒業生が中心になって活動する団体です。
＜活動写真＆メッセージ＞	活動種別： 子ども
	活動日： イベントに合わせて随時
	活動場所： 三浦市総合福祉センター
	会員数： 30名 会費 有・無
	連絡先／代表者名： 三浦 花子
＜ボラセンからの一言＞	

活動の様子や活動で使ったものなど紹介しています。

活動見学させて頂いたり、お話を聞く中での、各団体の印象や感想をボランティアセンターからの一言として紹介しています。

※ 当事者団体とは…p19参照

団体名： 三浦市手話サークル ともしび会	
概要： 発足３３年目、市内で一番長い歴史を持つ手話サークルです。手話通訳・要約筆記の資格を持つ者も所属しており、手話の学習や公開講座など行っています。	
<活動写真&メッセージ> 	活動分野： 障害者
	活動日： 毎週金曜 19:00～20:30
	活動場所： 青少年会館
	会員数： 30名 会費： ①・無
	代表者名： 石井 仁美
<ボラセンからの一言> 夕方からの活動なので、仕事のある方でも参加しやすい！公開講座もあるので、そんなところから参加してみては??	

団体名： みなみ手話サークル	
概要： 聴覚障害者と健常者の交流・相互理解を深めていくため、手話の勉強会や講演会を行っています。その他各種行事に参加し、手話コーラスの発表も行っています。	
<活動写真&メッセージ> 	活動分野： 障害者
	活動日： 第1～3水曜 10:00～12:00
	活動場所： 南下浦市民センター
	会員数： 28名 会費： ①・無
	代表者名： 若杉 恵美子
<ボラセンからの一言> 聴覚障害を持つ方も所属しているので、自然と手話も身についていきそう。とっても親しみやすい雰囲気印象的でした。	

団体名： 初声手話サークル	
概要：手話を広めると共に、聴覚障害者への理解を広めていくため、手話の学習やボランティアを行い、ろう者と交流しています。	
＜活動写真&メッセージ＞  	活動分野： 障害者
	活動日： 毎週土曜 10:00～12:00
	活動場所： 初声市民センター
	会員数： 22名 会費： ④・無
	代表者名： 古澤 あつ子
＜ボラセンからの一言＞ 一言で言えば・・・「明るい！！」 子どもも参加していて、親子で楽しく学べそうな感じです♪	

団体名： 三浦市スポーツクラブ さざなみ	
概要：幼児から高齢者まで、軽スポーツやレクリエーションを通した生涯スポーツを目的としています。障害者への体力づくりやレクリエーション活動も行っています。	
＜活動写真&メッセージ＞ 障害の有無に問わず、一般の方も対象として幅広く活動しています。   	活動分野： 高齢者・障害者・子ども・その他（市民）
	活動日： 活動に応じ随時（週2～3回）
	活動場所： 青少年会館・市立体育館・県内体育施設 等
	会員数： 10名 会費： ④・無
	代表者名： 世古 久枝
＜ボラセンからの一言＞ 「気持ちのある方なら、誰でも大歓迎！！」 運動好きの方には最適♪とにかく一度、参加・体験してみてください。	

団体名： みどり会	
概要： 地域の中の助け合いをテーマに、一人暮らし高齢者等への配食サービスや見守り活動を行うと同時にサロン事業を定期開催しています。また、環境美化活動や地域の各種団体との交流やバザーによる活動資金作りなど、様々な活動を行っています	
＜活動写真&メッセージ＞    	活動分野： 高齢者・障害者・その他（環境）
	活動日： 水曜・第1・3土曜・第2金曜
	活動場所： みどりの家 （上宮田）
	会員数： 34名 会費： 有・無
	代表者名： 鈴木 秀子
＜ボラセンからの一言＞ ボランティアとは何かを知りたいならココ！！活動の種類も多いので、参加できるものから参加してみてくださいは??	

団体名： 菊名地区地域福祉推進委員会	
概要： 昭和59年12月に発足し、区内に住む70歳以上の希望する高齢者に対しての集いを年に6回行っています。また、独居高齢者の見守りや訪問活動、きくな作業所へもボランティア活動へ行っています。	
＜活動写真&メッセージ＞    	活動分野： 高齢者
	活動日： 活動に合わせて随時
	活動場所： 菊名児童会館
	会員数： 21名 会費： 有・無
	代表者名： 高梨 テイ
＜ボラセンからの一言＞ そこにいるだけで、自然と笑顔が溢れます。料理が好きな人は、こんなところからのボランティア参加しては??	

団体名： 福井記念病院 ボランティアサークル	
概要： 福井記念病院の認知症治療病棟において、ウエス切りや洗濯物の整理などの活動を行っています。患者さんの話し相手として直接ふれ合い、同じ目線で生活する時間を持ち、理解を高めていくことを大切にしながら活動をしています。	
＜活動写真&メッセージ＞   ☆洗濯物整理の様子☆  	活動分野： 高齢者
	活動日： 月～金曜
	活動場所： 福井記念病院
	会員数： 10名 会費： 有・ 
	代表者名： 北川 尚子
＜ボラセンからの一言＞ 自分の空いた時間に気軽に参加できるボランティア。ウエス切りや洗濯物の整理など、自分にできることから始めてみませんか？	

団体名： 三浦市精神保健福祉ボランティア連絡協議会	
概要： 精神保健福祉ボランティア講座の修了者で会を立ちあげ、三崎保健福祉事務所主催の生活教室の中で、工作教室・レクリエーション教室の指導を行い精神障害者の社会復帰支援を行っています。また、地域の老人会などの活動にも参加しています。	
☆生活教室での作品☆    	活動分野： 障害者
	活動日： 行事に応じて（月1～2回）
	活動場所： 三崎保健福祉事務所
	会員数： 16名 会費：  ・無
	代表者名： 柳田 一郎
＜ボラセンからの一言＞ 精神保健の講習や勉強をしたことはあるが、活用したことがない…といった方大集合！！ 自分の特技や知識を生かしていきましょう☆	

団体名： 三浦点字サークル	
概要：視覚障害者のため、「三浦市民」や「社協みうら」・「明るい歩み」などの点訳活動を行っています。	
＜活動写真&メッセージ＞ 毎月の広報以外に、依頼により要望書や書物・刊行物の点訳をしたり、小・中学校で生徒の点字学習の指導や、視覚障害者の方に点字を教える（月1回）などの活動を行っています。また、点字のカレンダーの作成にも取り組んでいます。  	活動分野： 障害者
	活動日： 第1木曜（定期）・第3火曜（不定期）
	活動場所： 三浦市福社会館（毎月/製本） 南下浦市民センター
	会員数： 11名 会費： 有・無
	代表者名： 浅井 喜弥子
＜ボラセンからの一言＞ パソコンを使った点訳作業なので、自宅の都合に合わせた活動ができます。まずは、製本作業の日から参加してみてもいい？	

団体名： 三浦市地域婦人団体連絡協議会	
概要：婦人会員の資質の向上や教養を深めると共に、各団体との連絡・連携を密にし、明るい地域づくりと健康な家庭生活を送れるよう活動しています。交通安全指導や市民スポーツ大会などの各種イベントに参加しています。	
＜活動写真&メッセージ＞  花の即売会の様子 	活動分野：高齢者・障害者・子ども・その他（環境）
	活動日： 活動に応じて随時
	活動場所： 市内各所
	会員数： 60名 会費： 有・無
	代表者名： 山田 フジエ
＜ボラセンからの一言＞ 市の事業の場で大活躍！！とても存在感のある団体です。金原会館で講習会も開催しているので、そこから参加してみてもいい？	

団体名： ひばりの会	
概要：朗読の勉強会を行いながら、保育園や高齢者施設などへの朗読や紙芝居のボランティアに行っています。また、「三浦市民」や「社協みうら」などの音訳ボランティアも行っています。	
<活動写真&メッセージ>    	活動分野： 高齢者・子ども
	活動日： 第2、4金曜 10:00~15:00・その他 (午前 勉強会、午後 施設訪問)
	活動場所： 初声市民センター など
	会員数： 13名 会費： 有・無
	代表者名： 脇坂 清子
<ボラセンからの一言> 子どもから高齢者まで、幅広い活動をしています。内容も豊富で、まずは勉強会から参加してみてもいい？	

団体名： ガイドヘルプの会	
概要：知的障害者・児の外出支援を目的として、車による送迎を含めたガイドヘルプを行っています。また、障害を持つ方の多様なニーズに答えられるよう、お泊まり会などのイベントも実施しています。	
<活動写真&メッセージ> お泊まり会にて  お気に入りの車で「いってきまーす」  	活動分野： 障害者（知的）
	活動日： 随時・第4金曜（定例会）
	活動場所： 総合福祉センター など
	会員数： 12名 会費： 有・無
	代表者名： 秋葉 紀子
<ボラセンからの一言> 年間200件以上の活動実績があり、三浦市にとってはなくてはならない活動！！車の運転が好きな方にはオススメ♪	

団体名： コスモスの家	
概要： 高齢者をはじめ、誰もが気軽に入れ、くつろげるような場所を提供したいと考え、始めた、ミニデイサービスです。	
<活動写真&メッセージ>  	活動種別： 高齢者
	活動日： 木・土曜
	活動場所： コスモスの家（諸磯）
	会員数： 30名ほど 会費： ④・無
	代表者名： 湯浅 里子
<ボラセンからの一言> デイサービス内でのボランティアだけでなく、送迎のボランティアなど、多様な関わり方ができる場所。みなさんの笑顔が印象的♪	

団体名： みうら楽農クラブ	
概要： 三浦市教育委員会主催の「趣味の農業」や親子農業体験教室の講義・実習ボランティア、はまゆう作業所への無農薬野菜の提供、平塚農業高校初声分校の講座指導などの活動を行っています。（65歳以上で、教育委員会の講座を終了した人）	
<活動写真&メッセージ>  	活動種別： 障害者・子ども
	活動日： 第1～4水曜・木曜・その他
	活動場所： 初声分校・南下浦市民センター
	会員数： 46名 会費： ④・無
	代表者名： 古敷谷 具省
<ボラセンからの一言> 講座は受講したが、趣味にとどまらず、幅広く地域貢献してみたい人。仲間と一緒に汗を流して活動したい方にはピッタリ☆	

団体名： 三浦半島パソコンサポートネット	
概要： 三浦半島地域で、シニアと障害のある人のパソコン操作をお助けします。活動予定はホームページ http://mpsnet.blogspot.com/ をご覧ください。	
 パソコン無料相談会の光景（2008年11月開催）	活動種別： 高齢者・障害者
	活動日： 奇数月の第2水曜の午後
	活動場所： 三浦市青少年会館
	会員数： 35名 会費： ⑦・無
	代表者名： 河田 房雄
＜ボラセンからの一言＞ 男性が中心の団体さんです。パソコン初心者でも大歓迎。自分自身も一緒に学びながらボランティアに参加してみては？	

団体名： セタ会	
概要： 三浦の地域振興活性化のお手伝いと青少年育成に携わるボランティア活動へ参加している団体です。主には、国際マラソンや鉄火巻き大会、クリーンウォークなどの行事におけるボランティア活動を行っています。	
＜活動写真&メッセージ＞ 青少年指導員のOBがちょっと集まって何かしよう！！そんな所からスタートした団体です。年齢層も幅広く、指導員経験の有無に関わらず、みんなで楽しく活動をしています。 	活動分野： 子ども（青少年）・その他（地域）
	活動日： 定例会（3か月に1回） イベントに合わせて随時
	活動場所： 三浦市内
	会員数： 18名 会費： ⑦・無
	代表者名： 山田 明和
＜ボラセンからの一言＞ イベント時のボランティア活動を行う団体なので、活動にも気軽に参加できそう。とっても明るい雰囲気が印象的。	

団体名： こだま会	
概要：高齢者施設や作業所での外出介助や傾聴ボランティア、院内ボランティアや通院介助などニーズに合わせた様々な活動を行っています。また、高齢者ふれあいセンターのお菓子作り教室の講師や身体障害者スポーツの介助なども行っています。	
＜活動写真＆メッセージ＞  車いすでの外出介助の様子  お菓子作り教室の様子	活動分野： 高齢者・障害者
	活動日： 月～土曜（活動に合わせて随時）
	活動場所： 市内福祉施設・勤労市民センター 等
	会員数： 9名 会費： 有・無
	代表者名： 佐藤 和子
＜ボラセンからの一言＞ 個々のニーズに合わせて、柔軟に活動している団体なので、自分に合った活動が見つかるかも！！	

団体名： 三浦市在宅栄養士会	
概要：H18年に発足し、三崎保健福祉事務所や市の事業に参加・協力しています。また、専門の知識や技能の習得のため、研修会などにも参加しています。入会資格は管理栄養士又は栄養士の資格を有し、三浦市に住んでいる方になります。	
＜活動写真＆メッセージ＞  市民まつりでの一コマ 	活動分野： 高齢者・障害者・子ども・その他（市民）
	活動日： 不特定（活動に合わせて随時）
	活動場所： 三崎保健福祉事務所
	会員数： 5名 会費： 有・無
	代表者名： 相澤 公代
＜ボラセンからの一言＞ 笑顔が素敵なメンバーが勢ぞろい♪ 会員も募集中なので、専門性を生かして活動したい方はぜひご一報を…！！	

ちょっと一息・・・ その2

ここまで読んで見たけど、よく分からない言葉がたくさんある！！と感じた方へ。この冊子でも出てくる、ボランティア用語のほんの一部を解説します。

ボランティア連絡協議会

市内で活動するボランティア団体の連携づくりのために設立された会です。情報交換会や研修を行い、会員の資質の向上を図り、「ともに生きる」社会の実現のため、地域福祉活動の推進を行っています。



交流研修会の様子

ウエスの材料と仕上がり



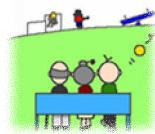
ウエス

古着や古布を開き、使いやすい大きさに切って再加工し、汚れ・不純物などを拭き取るために用いる布のことです。工場によく使われていますが、福祉現場や家庭でも雑巾として利用されています。市内には、このウエスづくりを行い、施設に提供する団体（みどり会 p12）もあります。

友愛活動

同じ地域に住む、寝たきり高齢者またはひとり暮らしの虚弱な高齢者やその家族を訪問する活動のことをいいます。高齢者の孤独感を解消し、安心して日常生活が送れることや地域社会の中に相互支援（お互いさま）の精神を作っていくことを目的としています。

活動を行うチームは、地区の老人クラブの会員から構成されており、対象者の自宅や施設の訪問を月1回程度実施し、話し相手や相談援助を行っています。



<三浦市内の友愛チーム>

上宮田団地友愛チーム…上宮田団地の高齢者を対象に活動を行っています。

上宮田かもめ会友愛チーム…上宮田地区を対象とし、みどり会と協働し、ウエス切りや配食活動を通じた友愛訪問も行っています。

千鳥会友愛チーム…地域内の施設への訪問が中心で、併せて施設のボランティア活動も行っています。

入江ひまわり会…入江区の高齢者を対象とした活動を行っています。



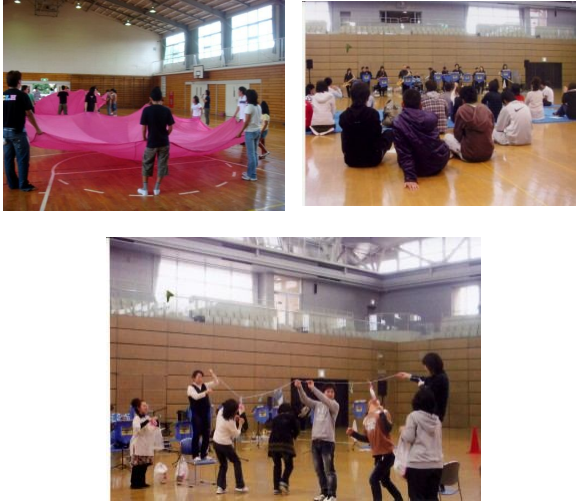
当事者団体

障がいを持つ方やその親など、同じ生活課題を持つ人々が結成している団体です。お互いの悩みや心配ごとを共有して、助け合い励ましあったり、情報交換をする中で、自分たちの問題解決に必要な課題の把握・整理や解決のための取り組みを行ったりしています。



団体名： 育児サークル にっこにこ	
概要： 障害児やその家族の日常生活の充実・向上を目的として、余暇活動を行う団体です。 障害児の社会参加や社会経験のための、育児サークル・水泳・乗馬・学童保育（レスパイト）などの各種活動に携わるボランティアさんを募集しています。	
＜活動写真＆メッセージ＞ 	活動種別： 障害者（児）
	活 動 日： 毎週月・水曜・その他
	活動場所： 総合福祉センター・くりはま花の国プール など
	ボランティア活動者数： 15名
	代表者名： 町山 理江
＜ボラセンからの一言＞ 多様な活動が常時行われているので、ご予定に合わせて、元気な子どもたちと一緒に動き回って、汗を流してみては??	

団体名： 三浦市手をつなぐ育成会 （三浦まんぼうクラブ）	
概要： 知的障害のある人達の余暇の充実と体力づくりを目的とした、軽い運動や体操を行っており、一緒に体を動かしてくださるボランティアさんを募集しています。	
＜活動写真＆メッセージ＞ 	活動種別： 障害者
	活 動 日： 毎月第2・4土曜日
	活動場所： 初声小学校 体育館
	ボランティア活動者数： 5名
	代表者名： 飯嶋 和子
	＜ボラセンからの一言＞ 見守りや支援・・・というより一緒に汗を流しましょう。そんなところから体験してみるのもアリ?

団体名： つくしクラブ	
概要： 知的に障害を持つ子どもたちの親が中心となり、障がい児と社会の関わりを深め、子どもたちの地域参加の機会づくりを行っています。バーベキューやクリスマス会など企画から一緒に考えて下さるボランティアさんを大募集しています。	
<活動写真&メッセージ> 	活動種別： 障害者
	活動日： 活動に応じて随時
	活動場所： 潮風アリーナ など
	ボランティア活動者数： 5名
	代表者名： 田川 佳代子
<ボラセンからの一言> レクリエーションやコンサートなど、イベントがいっぱい!!『みんなで一緒に楽しもう!』がコンセプト♪	

問い合わせ・ご相談は 三浦市ボランティアセンターまで



TEL：046-888-7347

FAX：046-889-1561

相談時間

月～金曜 9：00～17：00

ボランティア保険について

安心してボランティア活動に参加していくためには、万が一に備えた体制をとっておくことが大切になります。自分はもちろんのこと、ボランティアで関わる相手に対しても備えをしておくことが、ボランティアを行う上での責任でもあります。そこで、ここでは三浦市ボランティアセンターで取り扱う保険について紹介しておきます。

全国社会福祉協議会 ボランティア活動保険

ボランティア活動保険は、日本国内におけるボランティア活動中におこる様々な事故からボランティアの方々を補償する保険です。この保険は、ボランティア活動者のための補償制度として昭和52年度に発足し、活動実態に合わせた補償とすべく、毎年ボランティア活動保険の内容の充実も行っています。ボランティア活動中の事故はもちろんのこと、活動先への移動中の事故などにも対応しています。

加入できる方：社会福祉協議会構成員・会員並びに社会福祉協議会が運営するボランティア・市民活動センターなどに登録されているボランティア・ボランティアグループ・団体

対象となるボランティア活動：以下のいずれかに該当する活動

- (1) グループの会則に則り企画・立案された活動（社協の登録グループであることが条件）
- (2) 社会福祉協議会に届け出た活動であること
- (3) 社会福祉協議会に委嘱された活動であること

補償期間：加入手続き完了日翌日から翌年3月31日まで

加入申込・問い合わせ：三浦市社会福祉協議会 TEL 046(888)7347

神奈川県青少年協会 神奈川県ボランティア事故共済

神奈川県ボランティア事故共済保険は、全国社会福祉協議会が実施するボランティア活動保険を基盤とし、見舞金制度などの共済を組み合わせたものです。社協登録の有無に関わらず、ボランティア活動を行う個人単位で加入できる保険です。

加入できる方：日本国内でボランティア活動をする県民の方

県内施設や県内の団体等が主催している活動を対象としてボランティア活動をする県外の方

対象となるボランティア活動：自発的な意思により他人や社会に貢献することを目的とする無償の活動で、事前に計画・立案されたり定期的・継続的に行われている活動
例えば、「青少年を育成する少年サッカーや少年野球の指導者等、様々なスポーツを通して青少年育成に関わるコーチの方」なども対象になりますのでお気軽にお問い合わせください。

補償期間：加入手続き完了日翌日から翌年3月31日まで

加入申込・問い合わせ：神奈川県青少年協会 TEL 045(402)0346

※ どちらも、ボランティアセンターにてパンフレット等用意していますので、お気軽にご相談下さい。

ちょっと一息・・・ その3

【すでに活動中のみなさまへ・・・】

ボランティア活動を継続していくためには、「人」「もの（拠点）」「資金」「情報」この4本柱をしっかりと機能させていくことがポイントになります。中でも、「活動資金」はどここの団体においても大きな課題となっています。

三浦市ボランティアセンターでは、独自の助成金制度を設けることはもちろんのこと、民間団体等の助成金情報の紹介・ご相談もお受けしています。「今よりもっとパワフルに活動したい。」「〇〇な人たちのためにこの活動を継続させたい」そんな悩みを一緒に考えていきます。



三浦市社会福祉協議会（ボランティアセンター） 活動助成

内 容：広く社会貢献の心を持って、創造的に福祉活動を実施している団体・グループ等に対して助成を行うことにより、住民参加型の地域活動を促進し、共に支え合うまちづくりに資することを目的としています。

対象事業：①ボランティアグループ活動経費助成
②福祉・当事者団体活動経費助成
③地域ふれあいサロン事業助成

備 考：この活動助成は、三浦市社会福祉協議会の会費と共同募金の収入で賄われています。

その他、助成制度を設けている団体例

① 神奈川県社会福祉協議会（地域福祉（ともしび）推進助成金）

地域社会での新たなニーズ解決や、新たな仕組みの開発につながる事業等を対象としています。

② かながわボランタリー活動推進基金21

地域社会が抱える課題の解決に向けて自発的に取り組む事業や、社会システムの改革を目指してチャレンジするなどの事業の支援を対象としています。

その他にも、各種福祉財団・企業等、様々な助成金制度を通年に渡って募集しています。ボランティアセンターでは、それらの情報も随時公開しています。

相談or情報窓口

ボランティアには様々な種類があり、それぞれの活動に合わせて情報提供している場があるので、その一部をご紹介します。自分の関心に合わせ、これらの場所に足を運んでみるところからもボランティアはスタートするのではないのでしょうか？

<市内の相談・情報窓口>

三浦市ボランティアセンター

住所：三浦市南下浦町菊名 1258-3 三浦市総合福祉センター内
TEL：046-888-7347

ボランティアコーディネーターが、これからボランティアを始めたい人や、ボランティアを必要とする個人・団体からご相談を受け、紹介を行っています。また、ボランティア活動に関する資料や情報の収集・提供も行っています。

詳細 P7

福祉・まちづくり・総合相談

三浦市役所 協働推進課

住所：三浦市城山町1-1 TEL：046-882-1111
市内のボランティア登録及び情報発信を行っています。

市内のボランティア全般に関すること

<その他の相談・情報窓口機関>

かながわボランティアセンター

横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2（かながわ県民センター内）
TEL：045-312-6308

ボランティア・当事者・NPO法人などを対象に、活動や運営に関する専門相談を行ったり、各種情報の提供や研修等の実施による学習の機会を提供しています。

県内全域のボランティア相談・研修

市民活動サポートセンター

福祉・社会教育・まちづくり・文化・環境・国際災害救援など、あらゆる分野の垣根を超えた活動を広く支援する施設です。活動の場や活動における情報提供を行うため、ミーティングルームや図書コーナーを設けており、市民活動団体の活動に関する打ち合わせや、作業・情報発信・情報収集・交流の場として利用できます。現在、県内には 38箇所のサポートセンターがあり、近くでは、横須賀市にもあります。

情報収集

おわりに・・・

ボランティア活動が持つ力

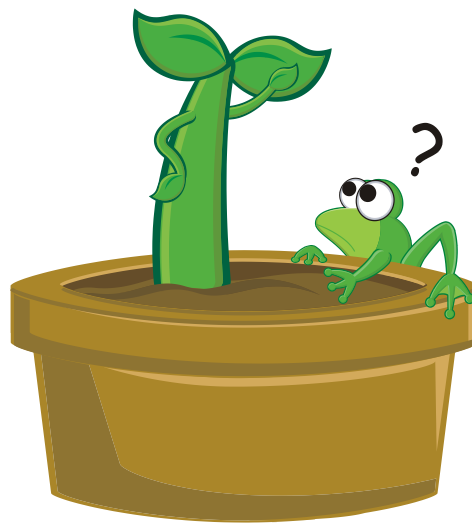
- ☆ 「人と人」、「人と社会」のかけ橋
- ☆ ボランティア対象者にとってのよき友人
- ☆ 地域連帯を強めるかなめ役
- ☆ 偏見、差別をなくす提言者
- ☆ 新しい分野への先駆者

神戸市社会福祉協議会 HP より引用

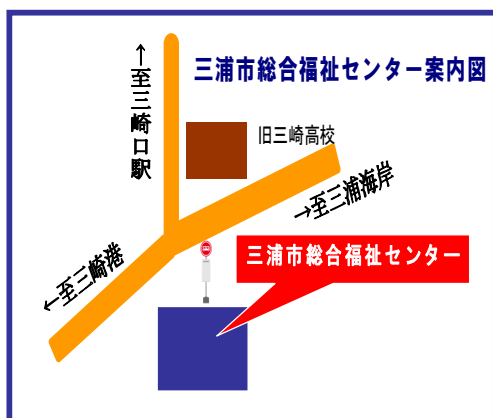
ボランティア活動は、住民として広く地域を見守り、社会の様々な課題を自発的に解決していこうとする善意の活動であり、個性や能力を発揮して多くの人に社会参加する機会を与えてくれます。また、ボランティア活動では、他者との関わりの中で、社会福祉や地域への理解を深め、その本質を学び、自己の成長を高める力も持っています。

まずは、自分の「やってみよう」という気持ちを大切に。どんなに小さなことでもその一歩を踏み出してみてください。





ボランティアの小さな「種」が「芽」になりますように・・・



【交通アクセス】

京急「三浦海岸駅」より
「引橋経由」三崎港または三崎東岡行きバス
京急「三崎口駅」より
三崎東岡・三崎港または油壺行きバス

ともに「引橋」バス停 下車

〒238-0102

三浦市南下浦町菊名 1258-3 三浦市総合福祉センター内

TEL：046-888-7347 FAX：046-889-1561