

ボランティアとは

ボランティア

ボランティアという言葉は、“自由意志”を表すラテン語の Voluntas からきています。一般的に「自分の意志で、人や社会のために活動すること」と言われていて、4つの原則があります。

＜ボランティア活動の4つの原則＞

①「自主性・主体性」

人に言われてするものではなく、自分で考え、自らすすんで行動するもの

②「社会性・連帯性」

みんなが地域の中でいきいきと暮らしていくために、共に支え合い、学び合う

③「無償性・無給性」

金銭的な見返りを求めるのではなく、達成感や自身の成長に価値をおく

④「創造性・先駆性」

よりよい社会をつくるために、新しい仕組みやボランティアだからできることに挑戦できる

ボランティアを始める時は

ボランティア活動に決まりはありません。誰でも自由に活動することができます。普段の生活から、“ちょっと”視野を広げてみる・行動してみることで、「ボランティア活動」することができます。まずは、自分のやりたいボランティアについて考えてみましょう。

＜ボランティアを始めるポイント＞

【自分を見つめなおす】



【情報をキャッチ！】

ボランティア | 🔍
 ・窓口
 ・インターネット
 ・情報紙
 などで

【活動先に電話してみよう】

活動先に電話して、どうやって始めると良いか確認してみましょう。

ボランティアセンターとは

ボランティア活動の推進や啓発を目的に、「ボランティア活動に関する相談や情報提供」「小・中学校、高校等でボランティアに関する講座や学習会の開催」「活動中の事故等を補償するためのボランティア保険の受付」などを行っています。

当センターでは「閲覧コーナー」を設けています。ボランティア活動に関する相談やボランティア情報を調べたいというときにご利用ください。



ボランティアセンターでは、こんな事業もおこなっています

・「視覚障害者の情報・コミュニケーション支援事業」

区内在住の視覚障害者を対象に、情報収集や代読・代筆を行います。

・「地域福祉サポーター」（令和2年度までCSW(コミュニティウォーカー)担当事業)

地域の小さなアンテナ役。生活をしながら緩やかな見守り活動を行い、気づき・声かけや社協の事業のサポートなどをしてもらいます。

・「助成事業」

“歳末たすけあい・地域福祉活動募金”を財源とし、地域のサロンや団体、町会・自治会のイベント活動の助成事業を行っています。

・「親子ふれあい助成」

障がいのあるお子さんがいる家庭やひとり親世帯を対象に、宿泊施設の利用料や観劇・レクリエーションなどの参加費の一部助成を行っています。

としまボランティアセンターだより

発行：社会福祉法人 豊島区民社会福祉協議会
豊島ボランティアセンター

〒170-0013 豊島区東池袋1-39-2 区役所東池袋分庁舎4階

TEL 03-3984-9375 FAX 03-3981-2946

Eメール tomonii@t.toshima.ne.jp

URL http://toshima-shakyo.or.jp

月～金曜日 8:30～17:15 (土日・祝日・年末年始は休み)

音声版は当協議会の閲覧コーナーにあります。

特別号

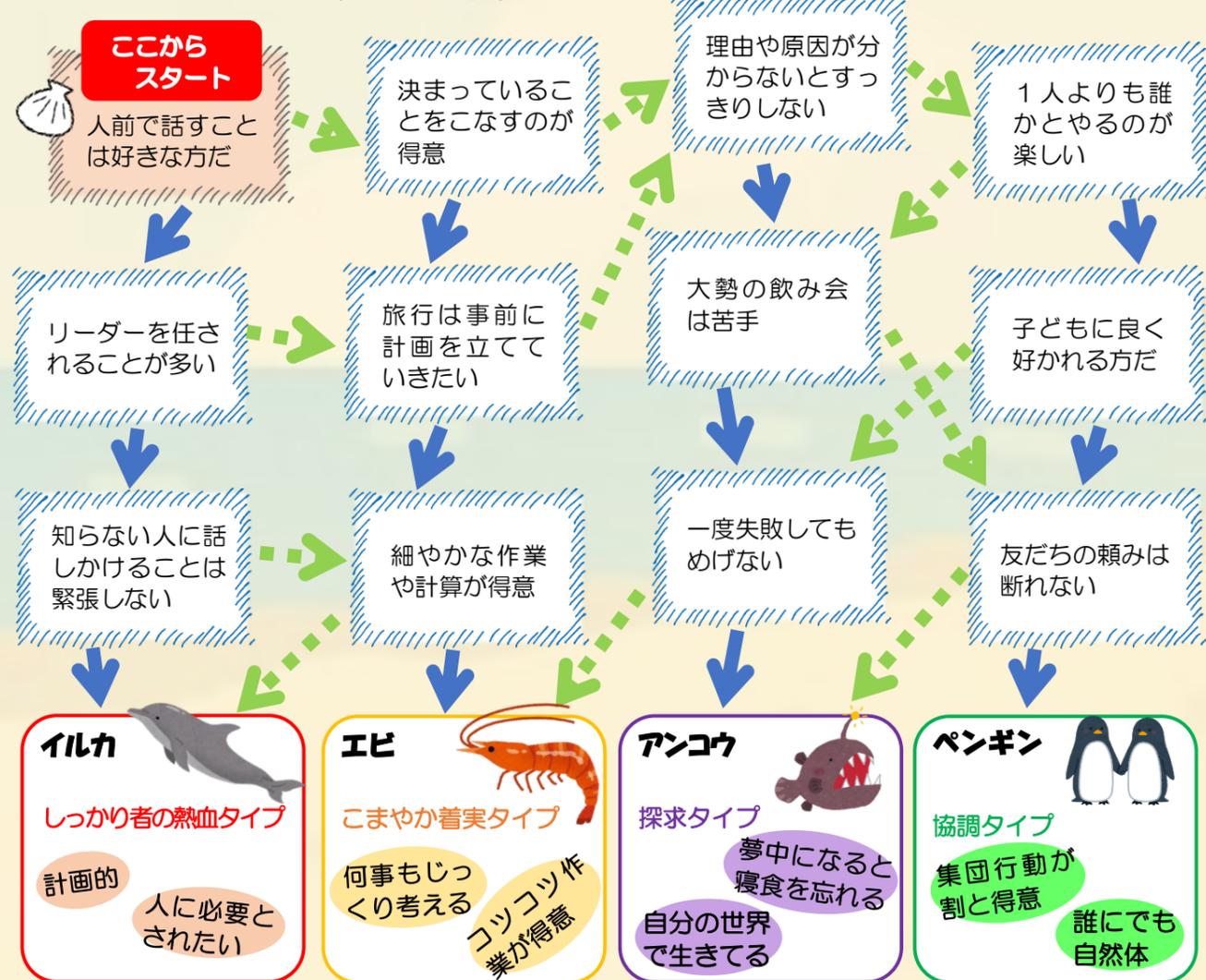
2021年3月31日

ボランティア診断

フローチャート

→ …はい
 → …いいえ

ボランティアを始めたいけど、何をしたらいいのかわからないあなた！
 オススメの活動を紹介します。



→ オススメの活動紹介は2・3ページをご覧ください。目印はそれぞれのタイプの動物です！

豊島区民社会福祉協議会が実施しているボランティア活動です。フローチャートの結果は、そのボランティアしかできないというものではありません。やりたい思いと活動の目的に共感できれば、どなたでも好きな活動ができるのがボランティアです。ボランティア活動をはじめのヒントにしてみてください。



リボンサービス



人と接するのが好きな方・
整理整頓が好きな方にオススメ

【活動内容】

日常生活で不便を感じている高齢の方・障がいのある方のご自宅で掃除などの家事サポートや病院などの外出同行です。

好奇心旺盛な方、人と接するのが好きな方、整理整頓が得意な方、優しい方！一つでも当てはまったあなたは、リボンサービスの協力会員にぴったりです。連絡お待ちしております♪

【対象】

18歳以上で地域福祉に理解のある健康な方

問合せ：リボンサービス
03-3981-9250

～先輩からメッセージ～
体と相談しながら
まずはやってみて！



▲協力会員のY. Kさん



困りごと援助サービス



体を動かすのが好きな方・
まずは活動してみたい方にオススメ

【活動内容】

軽量な物の移動や体調不良時の買い物、蛍光灯の交換など、30分以内で終わる継続性のない活動です。

例えば、「足が痛いからミシンを隣の部屋に運んでほしい」「電球を換えたいけれど、椅子から落ちたらと思うと怖い」という相談が高齢の方や障がいのある方からあります。

あなたも協力員になって活動してみませんか？

【対象】

18歳以上で地域福祉に理解のある健康な方

問合せ：困りごと援助サービス
03-3981-3166



災害ボランティア



チームで活動することが好きな方にオススメ

【活動内容】

大規模災害が発生した時に、災害ボランティアセンターのスタッフとして活動したり、被災現場に行って活動したりしていただくボランティアです。

緊急時でないときは、災害に備えて研修会や訓練も実施しています。

【対象】

区内に在住・在勤・在学の方

問合せ：豊島ボランティアセンター
03-3984-9375



家でできる ボランティア



一人で活動したい・
家でできる活動をしたいという方にオススメ

【活動内容】

ボランティア活動に行く時間はないけれど、地域の役に立ちたい。自分のペースで活動したい。知らない人と話すのは緊張するので、一人で活動したいという方には、家でできるボランティアや間接的に地域の力になれる活動があります。地域を陰で支える縁の下の力持ちになってみませんか？

【家でできること】

- ・クラフトマスクや雑巾などを手作りして社協に寄付
- ・社協会員になって社協の事業を応援
- ・赤い羽根募金（10月実施）、歳末たすけあい募金（12月実施）に協力

問合せ：豊島ボランティアセンター
03-3984-9375



それぞれの活動の詳細については、HPやパンフレットをご覧ください。
◆パンフレットは当センター事務所で配布しています。
◆HPへは右記QRコードからアクセスできます。



【社協HP QRコード】



ハンディキャブ



運転・車好きの方にオススメ

【活動内容】

障がいのある方や高齢の方が、車いすに乗ったまま乗り降りできるリフト付き自動車の運行をする活動です。現在、自動車メーカーの営業やディーラーをご退職された方、福祉施設の送迎ドライバー業務と掛け持ちをされている方等、車や運転がお好きな方にご活躍頂いております！

好きなことを生かしてボランティア活動をしてみませんか？

【対象】

自動車運転免許をお持ちの方。
登録日の年齢が21歳以上65歳位の方。

問合せ：ハンディキャブ 03-5396-4954



豊島区高齢者 元気あとおし事業



いろいろな活動してみたい方にオススメ

【活動内容】

元気あとおし事業では、施設でのボランティアから地域でのボランティアまで、幅広いメニューが用意されています。今後も増えていく予定です。また、手帳にポイントを貯めていくことで、自分の活動を目に見える形で記録できます。同じ手帳を持っていることで、活動先でお友だちができる方も多数いらっしゃいますよ。

【対象】

60歳以上の健康な区民。または介護予防サポーター等。

問合せ：豊島ボランティアセンター
03-3984-9375

