

## ボランティア実践講座を開催しました



令和3年11月25日、させぼ市民活動交流プラザにて『ボランティア実践講座～車椅子の使い方を学んでみよう～』を開催し、ボランティア活動者7名が参加されました。

講師は佐世保市社会福祉協議会 地域福祉課職員が務め、車椅子の使い方及び障がいを持たれている方へのバリアフリーについて講話と、実際に車椅子を使った実習を行いました。

実習では「車椅子の操作をおぼえることはもちろん大切ですが『車椅子の方と一緒に出かけることを楽しむこと』が一番のポイントです。障がいのあるなしに関わらず、お互いの理解を深めてコミュニケーションをとりましょう」との説明があり、参加者は二人組みに別れてお互いの自己紹介をしてから車椅子操作の練習を行いました。

参加者からは「介助者の顔を見て話しかけることを忘れないように気をつけようと思いました」「以前から車椅子講習を待っていました。大変参考になり、何度でも開催してほしいです」との感想をいただきました。

今後も当センターではボランティアの皆さんの活動の幅を広げられるよう、知識や情報の提供、相談などの支援を行っていきます。



講話の様子  
感染症予防を行い開催しました。



実習の様子  
笑い声も聞こえる楽しい実習でした。

## 登録ボランティアの皆さん 登録の更新をお願いします

ボランティアセンターに登録しておられる個人ボランティアの方、登録団体の方に登録更新の書類を送付いたします。

●登録団体は登録を継続される場合、2021年度の活動報告書、2022年度登録票の提出をお願いします。

登録を取り消される団体は、所定の用紙を送付いたしますのでご連絡ください。

●個人の方は新年度の「個人ボランティア希望申込書」の提出または、電話等でのご連絡をお願いします。  
登録を取り消される方は、その旨をご連絡ください。

皆さんの新しく  
やってみたい活動  
を教えてください！



安心して活動を行うために！

## ボランティア活動保険 の更新のお知らせ

2021年度のボランティア活動保険の補償期間は **2022年3月31日** で終了します。

2022年度の4月以降の加入については、3月から申し込みができますので、ボランティアセンターまたは社会福祉協議会でお早めに手続きをお願いします。

	基本プラン	天災・地震 補償プラン
保険料	350円	500円

# あなたらしさで広がるボランティア くれよん KUREYON



2021年度 第6号  
令和4年2月1日

## ボランティア実践講座を開催しました ～目指すは、車椅子介助マスターへの道！～



### ◆特集◆ どんな活動をしたい？あなたに合ったボランティアの選び方

佐世保市ボランティアセンター(社会福祉協議会)  
〒857-0864 佐世保市戸尾町5-1 させぼ市民活動交流プラザ1階  
TEL: 0956-23-3905 / FAX: 0956-42-0102 E-mail: kureyon@sasebo-shakyo.or.jp  
時間 / 10:00～18:45 (火～土) 10:00～17:00 (日)  
休館日 / 月曜・祝日・年末年始・プラザの休館日



「くれよん」はボランティアの方々のご協力によって発行されています。

# あなたに合ったボランティア活動の選び方

ボランティアを始めてみたいけど、どんな活動を選べばいいかわからない…そのように悩まれる方は多いのではないのでしょうか。

ひと口にボランティア活動と言っても、その内容はさまざまです。

今回は、自分に合った活動を見つける『ボランティアの選び方』をご提案します。

自分に合ったボランティア活動って、何を基準にして選べばいいのかわからないなあ…

**ポイントは、ずばり！**

## 『あなたのライフスタイルに合う基準で選ぶ』です！

### 1. ボランティア先で選ぶ

子ども関係、高齢者関係、障がい者関係、地域活動、イベントのお手伝いなど、支援したい人や場所が思い浮かぶ方におすすめです。



### 2. 活動時間で選ぶ

平日や、土日祝日など特定の曜日、長期休暇のみ限定の活動など、特定の時期や時間に募集されている活動で選びます。

普段は忙しくて活動ができない学生さんや社会人の皆さんも『活動できる時期』で探すことができます。



### 3. 場所で選ぶ

自宅や職場、学校から近い場所、公共交通機関が通る場所、車の駐車場がある場所など、無理なく行ける範囲で活動先を探します。

逆に、普段はあまり関わりがない場所での活動もおすすめです。新しい出会いや発見が、たくさん見つけれられるかもしれません。



### 4. 自分の特性を活かして選ぶ

あなたが、今まで培ってきたものを活動に活かします！

#### ☆趣味や特技を活かす☆

音楽や演芸の披露、芸術や遊び、スポーツの指導など

#### ☆知識や技術を活かす☆

語学、学習の指導、機械修理、裁縫技術、子育て支援など

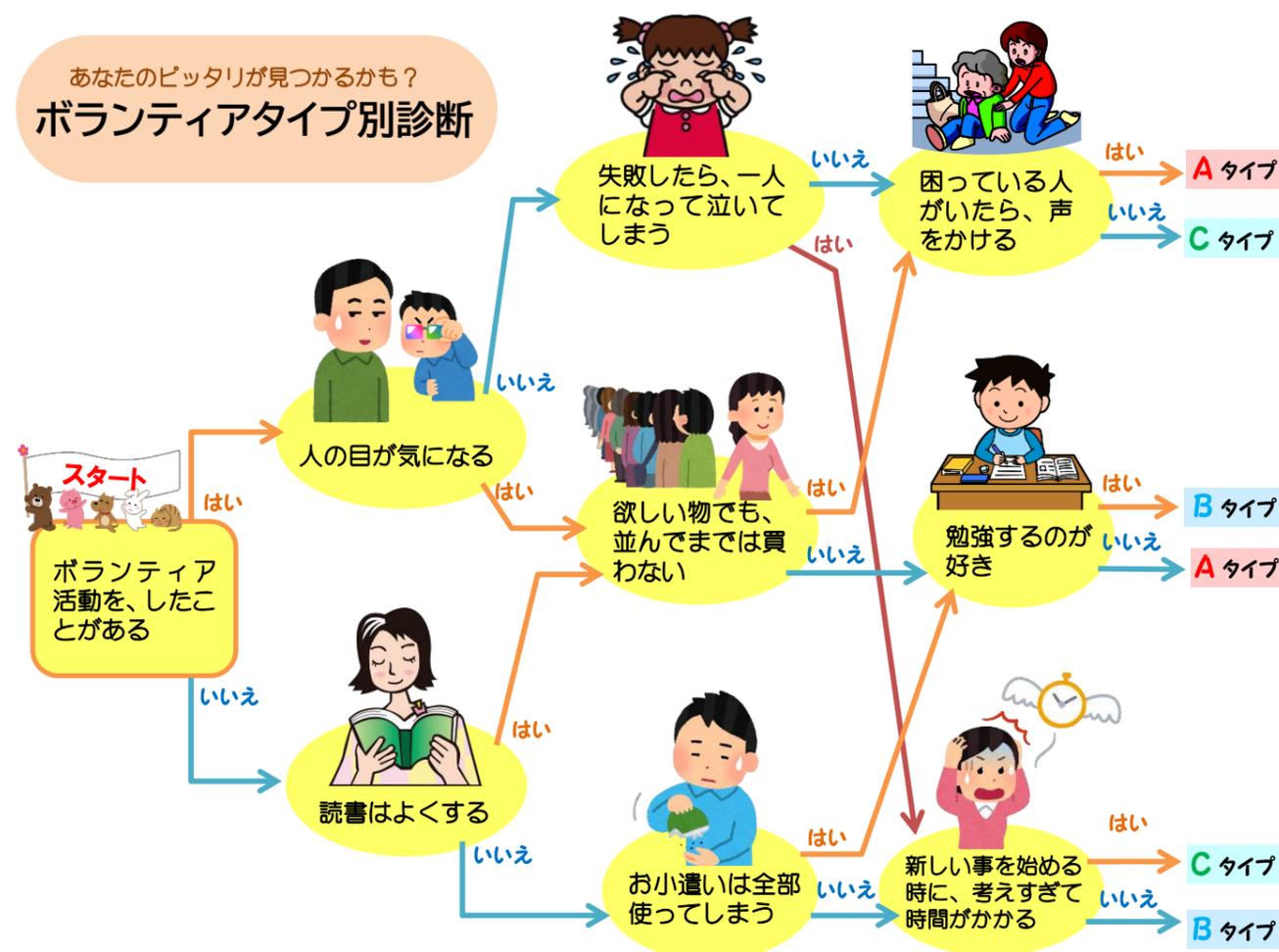
#### ☆自分の性格を活かす☆

話をするのが好きならば、高齢者との話し相手など  
集中して作業をするのが好きならば、仕分け作業など



まだまだ自分に合った活動がわからない…そんな皆さん、こちらをお試しください！

## あなたのピッタリが見つかるかも？ ボランティアタイプ別診断



### A 行動派タイプ

おおらかで積極的なあなたは行動派タイプのボランティアが向いているかも！

イベントのお手伝いや、子どもや高齢者の見守りなど積極的に行動してみたいはかがでしょうか！



### B こつこつタイプ

色々な楽しみを持っているあなたは少しずつやれる、こつこつタイプのボランティアが向いているかも！

古切手やプルタブ集めを始めたいはかがでしょうか！



### C 慎重派タイプ

じっくり取り組みあなたは納得して行動する慎重派タイプかも！  
まずは色々な情報を調べて、ボランティア入門講座や講演会などに参加してみたいはかがでしょうか！



いかがでしょう、ボランティアの選び方の参考になったでしょうか？  
あなたの「やってみたい」をボランティアセンターは応援しています。ボランティアの事ならボランティアセンターへ、お気軽にご相談ください。

**※新型コロナウイルスの拡大状況により、ボランティア活動が中止になる場合があります。あらかじめ、ご了承ください。**