

# ボランティア活動心得

ボランティア活動をしてみたい！社会や地域、だれかのために何か役に立つことをしてみたい」という想いを持ったとき、身近なところで自分の関心のあることからはじめてみましょう。ボランティア活動をするときは次の心得に注意しましょう。

## 心得1 ☆約束は守りましょう

ボランティアだからといっても無責任でよいというわけではありません。相手との約束の時間に遅れたり、欠席すると信頼関係が築けないだけでなく活動全体が予定どおり運ばなくなることもあります。やむを得ない場合は必ず連絡を入れましょう。

## 心得2 ☆秘密を守りましょう

ボランティア活動を通して、いろいろな個人的な情報を知ることもあります。しかし、個人の秘密に関することは決して他の人に話してはいけません。ボランティア活動で信頼関係をつくるためにも秘密を守ることは大切なことです。

## 心得3 ☆相手の立場に立ちましょう

「ボランティアをしてあげる」という態度では善意のおしつけでしかありません。相手の立場になって考え、相手の意見をきちんと聞いて行動しましょう。

## 心得4 ☆無理のない活動を心がけましょう

ボランティアは無理のない活動を長く続けることに本当の意義があります。無理なスケジュールでボランティア活動を行うと、続けていくことが困難になります。出来ないときは断る勇気も必要です。

ボランティア活動を始める動機は人それぞれです。  
まず、自分が出来ること、やりたいことを考えてみましょう。

- ★ 自分の特技（特性）を活かした活動
- ★ 自宅／福祉施設／地域など自分の活動したい場所はどこか
- ★ 環境美化・リサイクル活動／福祉／文化・芸術／国際協力など

一見地味に見えることでも、あなたの価値観を変えてしまうことが待っているかもしれません。自分の出来ることを探しましょう。