

ボランティアセンター
情報誌

Vol.3

2024年2月発行



社会福祉法人西都市社会福祉協議会
西都市ボランティアセンター

も く じ

■ この冊子について	3
■ ボランティアとは?	4
■ ボランティア活動を行うときに守ってほしい 10のコト	5
■ 身近にあるボランティア活動って?	6
■ 西都市ボランティアセンターをご存じですか?	8
■ 災害ボランティアセンターについて	9
■ ボランティア活動保険について	10
■ 西都市ボランティアセンター登録団体・登録者 活動紹介 ...	11
■ ボランティア活動の依頼について	19

この冊子について

はじめに

この冊子を手にとっていただきありがとうございます。
この冊子では西都市内のボランティア団体やボランティア活動をされている方の活動紹介、ボランティアに関する情報をまとめています。

ボランティアに興味はあるけど、
どうしていいかわからない…

ボランティアになるかわからないけど、
何か人の役に立てればいいな…

趣味や仕事の経験が
生かせる場所や機会はないかな…

一緒に楽しく活動できる
仲間が欲しいな…

ボランティアの方に
お手伝いしてほしいな…



ボランティア活動に興味をもっているあなたの
一歩踏み出すヒントになれば幸いです。

ボランティアとは？

「ボランティア」とは「自由意志」や「自ら進んでやること」の意味をもつ、“voluntus”が語源であるといわれています。本来の言葉のもつ意味から「自発的な意思によって、進んで行動すること」と定義されます。

『 ボランティア活動の 4 原則 』

1

自主性・自発性

主体的に、自分から進んで行う活動です。
「してみたいこと」や「できること」が活動の原点！

2

無償性

お金や物、名誉などの見返りを求めて行う行動ではありません。
お金では得られない充実感や喜び、発見、出会いがあるはずです。

3

社会性・公共性

身近な人や社会のために、一人ひとりを尊重しながら考え行う活動です。
お互いを尊重し、対等な関係を築きましょう。

4

先駆性・創造性

「今」または「これから」社会や地域で何が必要とされているのかを自ら考え、経験や知識を活かした活動をすること。
自由で制度に縛られない活動ができます。

▶▶▶▶▶ そして、継続性も大切です♪ ▶▶▶▶▶

ボランティア活動を行うときに守ってほしい

10のコト

1

自分の生活のなかで、無理のないように楽しく活動しましょう

2

相手が必要としていることを判断し、行動しましょう

3

約束や秘密は守りましょう

4

相手の安全はもちろん、自分の安全は自分で守りましょう
ボランティア活動保険加入がベスト!

5

積極的に、かつ、謙虚な姿勢を忘れずに!

6

自分の言葉や行動に責任を持ちましょう
周りの人との関係を大切に作る姿勢が大切です

7

「待つ」のではなく「今、何ができるか」を考えましょう

8

さまざまな考え方を受け入れて協力しましょう
価値観や考え方はさまざま、お互いを尊重し、対等な関係を築きましょう

9

「やってあげる」「してあげた」という気持ちや姿勢は厳禁
ボランティアを行う側、お願いする側に上下関係はありません
活動を通して相手から学ぶことや得ることも多いはずですよ

10

楽しんで活動し、仲間を増やしていきましょう♪



身近にあるボランティア活動って？

ボランティアは「自らの意志により、無理せず身近な人や社会のために行う非営利の活動」です。

具体的にはどんなボランティア活動があるのでしょうか？

趣味や特技をいかした活動

歌、踊り、楽器演奏、手品、朗読、スポーツなどを通し地域や人と交流を深める活動など

高齢者とかかわる活動

外出介助、施設でのボランティア活動、家事援助、食事の配食、訪問活動、傾聴ボランティアなど

障がい児や障がい者とかかわる活動

生活支援、外出支援、点訳や音訳、手話通訳など

子どもとかかわる活動

子ども達の学習サポート、おもちゃライブラリー活動(おもちゃの貸し出しなど)、絵本の読み聞かせなど

自然や環境を守る活動

ゴミ拾い、リサイクル活動、自然保護など

文化・スポーツにかかわる活動

伝統文化の伝承・技術の伝授、博物館や美術館での案内ボランティアなど

国際協力活動

発展途上国への支援、通訳、ガイド、留学生への支援など

収集活動

募金、寄付

災害ボランティア

被災地に出向いての活動、後方支援活動など



ボランティア活動は私たちの暮らしや地域、社会、そして自分自身を豊かにする活動です。
ボランティア活動をはじめとしたみなさんの支え合いが地域をつくり、地域を守ります！！

支え合いのかたちとは…



～ 地域をつくり、地域を守るのは、ここに暮らすみなさんの支え合いです ～

地域にある

ひと

もの

場所

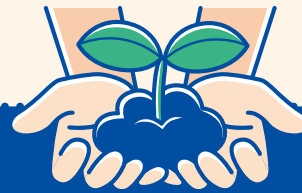
活動

情報

など

地域資源であり、

地域の宝です



地域の宝を活かして

わたしの
『できること』

+

あなたの
『できないこと』

わたしの
『できないこと』

+

あなたの
『できること』

“ 「わたし」と「あなた」の
『できること』と『できないこと』の交換 = 支え合いのかたち ”



西都市ボランティアセンターをご存じですか？

西都市ボランティアセンターは、西都市社会福祉協議会の中にあるボランティア活動を支援する機関です。ボランティア活動を行っている方、関心がある方、手伝ってほしい方などのために、さまざまな情報を集めてみなさんのボランティア活動を支援しています。

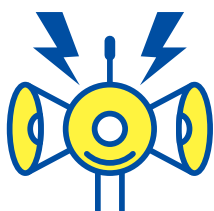
例えば・・・

- ✔ ボランティアによるお手伝いが必要な方に対しての、相談やボランティア活動の紹介・情報提供
- ✔ 個人やグループでボランティア活動をしたい方に対しての相談や情報提供、ボランティア登録の受付
- ✔ 学校や地域で行われる福祉教育や研修の支援、講師等の紹介・派遣
- ✔ 地域の行事等でのレクリエーション用具等の貸出
- ✔ 広報活動を通じてのボランティア団体・個人の活動紹介、ボランティア活動の啓発
- ✔ ボランティア活動中の事故に備えるためのボランティア活動保険やボランティア行事用保険などの相談・加入受付
- ✔ 災害発生時に開設する災害ボランティアセンターの設置や運営訓練の実施等による、防災や減災の推進

などを行っています。

災害ボランティアセンターについて

市民の暮らしに大きな影響を与えるような災害が発生した時には、「災害ボランティアセンター」が設置されます。



1995年の阪神淡路大震災をきっかけに全国的に知られるものとなり、2011年東日本大震災でさらに多くの人に知られる存在となりました。

災害ボランティアセンターってどんなところ？

災害ボランティアセンターには、被災されたひとり一人の住民のさまざまな困りごとが寄せられます。また、市内外から被災者の助けになりたいというさまざまな思いを持ったボランティアの方が集まります。災害ボランティアセンターでは、被災時に困りごとを抱える被災者と被災者を支援しようとするボランティアの方をつなぎ、多くの方と協働して被災者の暮らしの再建に向けた支援を行う場所です。



平常時から、地域の方とともに支え合いのネットワークをつくるために、西都市ボランティアセンターでは

「災害ボランティア事前登録」

をすすめています。

災害ボランティア事前登録を希望される方は、西都市ボランティアセンターまでお問い合わせください。



ボランティア活動保険について

ボランティア活動を行うなかで起こる、さまざまな事故による「ケガ」や「損害賠償責任」を補償する保険になります。

ボランティア登録とともに、ボランティア保険の加入を各市町村のボランティアセンター（市町村社会福祉協議会）で受け付けています。加入手続きの方法や保険の内容などについて、お気軽に西都市ボランティアセンターにお問い合わせください。

令和5年度ボランティア活動保険パンフレットより抜粋

加入対象者(ご加入いただける方)

社会福祉協議会およびその構成員・会員なら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

被保険者(保険の補償を受けられる方・ご加入者)

ケガの補償 ボランティア個人

賠償責任の補償 ボランティア個人、ボランティアの監督義務者(活動者が未成年の場合など)、NPO法人(活動者がNPO法人に所属している場合)

対象となるボランティア活動

日本国内における「自発的な意思により他人や社会に貢献する無償のボランティア活動」で次の①から③までのいずれかに該当する活動とします。

- ① グループの会則に則り企画、立案された活動であること。
- 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。

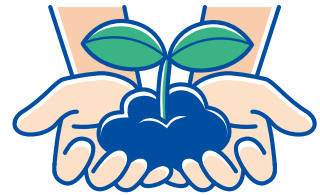
対象とならないボランティア活動

- ◎ 自発的な意思による活動とは考え難いもの
- ◎ PTA、自治会、町内会、老人クラブ、子ども会などボランティア活動以外の目的でつくられた団体・グループ(組織活動)や団体構成員の親睦のための活動
- ◎ 有償のボランティア活動(交通費、昼食代、活動のための原材料費などの実費の支給については無償とみなします。)
- ◎ 自宅で行う活動
- ◎ 企業等の営利事業の一環として行う活動や、業務出張等を含む業務として行うボランティア活動
- ◎ 保険上対象外となっているボランティア活動

※ ボランティア活動保険のほか、地域福祉活動やボランティア活動の一環として行われる各種行事が対象の「ボランティア行事用保険」などもあります。

※ 保険の補償内容や条件等は年度ごとに変更されますので、最新のものをご確認ください。

西都市ボランティアセンター 登録団体・登録者 活動紹介



西都市ボランティアセンターに登録のあるボランティア・市民活動団体、および個人ボランティアの方の活動の一部をご紹介します。



あじさい会

西都市生きがい交流広場で西都おもちゃライブラリーを運営しています。子どもの健全育成の場、子育て世代の親の情報交換の場として、おもちゃで遊ぶ、おもちゃ等の貸し出し、おもちゃの修理など、親しまれています。夏休みには小学生向けの工作教室も実施しています。

定期的な活動日

毎週土曜日
13時～15時(祝祭日を除く)

活動拠点

西都市生きがい交流広場



オカリナアンサンブル スカーレット

土から作られる楽器で、優しい音色が特徴のオカリナ。オカリナの音には、リラックスした時の脳波α波を起こす働きがあると言われています。アンサンブル(合奏)はメロディーにいろいろな音を加えるためバランスをとるのが難しいですが、その優しくやわらかな音色をお届けしたいと日々練習に励んでいます。高齢者施設などでの演奏やさまざまなイベントにも出演しています。ぜひオカリナの音色を楽しんでみてください。

定期的な活動日

毎週日曜日
13時30分～15時30分

活動拠点

西都市公民館



音声訳ボランティア「ひかり」

「市のお知らせ」、「広報さいと」の中から抜粋してテープに吹き込み、ダビングして視覚障がいのある方へ郵送や直接手渡しでお届けしています。西都市福祉事務所、西都市立図書館、西都市社会福祉協議会には貸し出し用のテープも置いてあります。令和5年8月からは西都市の公式YouTubeでも発信しています。また、西都市内の中学生を対象とした福祉教育支援の講師としても活動しています。

定期的な活動日

毎月第1土曜日 13時～16時

活動拠点

西都市生きがい交流広場



西都市観光ボランティアガイド協議会

西都原古墳群・記紀の道・国分寺跡等のボランティアガイドを行っています。レンタサイクルを利用した古墳巡り(秋～冬～春)がとても楽しいのでチャレンジしてみませんか？

定期的な活動日

休館日(月曜日)以外の10時～15時

活動拠点

西都原ガイダンスセンター



西都市赤十字奉仕団

各種講習会(救急救命法、幼児安全法等)や団員の研修、及び街頭募金活動、移動献血車へのサポート、地域福祉活動への参加を行っています。また、年2回の防災食づくりを実施して災害救護に関する奉仕活動に備えています。

定期的な活動日

毎月第1月曜日 10時～12時

活動拠点

西都市内



西都市地域婦人連絡協議会

結核撲滅運動として、毎年、複十字シール運動で募金をお願いしています。また、交通安全では、春と秋に児童生徒が登校する時間帯に街角に立って交通安全を呼びかけています。地域づくりでは、西都古墳まつりで雑炊の振る舞い、菜の花の時期には豚汁の振る舞いを行っています。

定期的な活動日

活動内容によって異なる

活動拠点

西都市内



西都市ボランティア連絡協議会

ボランティア活動を行っている団体および個人で構成されており、毎月1回の役員会で各団体の活動報告や情報交換、ボランティア連絡協議会の活動計画の協議を行っています。記紀の道、逢初ガーデンの美化活動および維持管理などを行っています。

定期的な活動日 月に1回の役員会

活動拠点 活動内容によって異なる



西都手話サークルひまわり

聴覚障がい者との交流や行事における手話通訳、市内の小中高等学校に出向いて手話体験の指導を行っています。広報さいと掲載の「今月の手話」の撮影協力や手話奉仕員養成講座の講師としても活動しています。

定期的な活動日

毎週火曜日
19時30分～21時30分

活動拠点

西都市公民館



西都童謡を歌う会

デイサービス施設を中心にコーラスのボランティアをしています。平均年齢も80才に届こうとしている団体ですが、一緒に元気になれば良いと思っています。

定期的な活動日

毎週火曜日 10時～12時

活動拠点

フリースペースうからや



西都ハーモニカクラブ

週に1回楽しく練習を行い、毎月曲を変え季節感も出しながら、なつかしい童謡などを演奏しています。福祉施設や公民会行事での演奏では、ハーモニカに合わせ大きな声で歌っていただき、皆さんのにこにこ顔に私達も元気もらっています。一緒に楽しく練習してくださる方大歓迎です!!

定期的な活動日

毎週水曜日 10時～12時

活動拠点

西都市公民館



西都原ひめ蛸を守る会

西都原に生息する希少種「ひめ蛸」を守る活動を行っています。蛸の舞う自然豊かな古墳群の森を守り、子どもから大人まで安心して蛸を楽しめる環境を次世代につないでいくことが私達の願いです。

定期的な活動日 毎年5月

活動拠点 西都原



西都原ボランティア協議会(事務局: NPO法人iさいと)

西都原考古博物館の展示解説ガイドや古墳群の案内、古代生活体験館では、まが玉作りやはにわ作りのサポートなど活躍しています。ボランティアによる解説は県内外のお客様に大好評です。初心者でも研修を受けながらガイドデビューされています。

定期的な活動日

9時～16時30分(休館日を除く)

活動拠点

宮崎県立西都原考古博物館、
古代生活体験館、西都原古墳群



西都マジシャンクラブ

公民館行事や福祉施設などでボランティア活動としてマジックを披露し、地域の方との交流を深めています。

定期的な活動日

毎月第2土曜日 9時30分～11時

活動拠点

清水兼公民館



社会福祉法人 晴陽会 フリースペースうからや

- ① 施設の一部を一般に開放し、無償で利用していただいています。(コーラス・ダンス等のサークル)
- ② 夏季・冬季休暇中、小学生を対象に学習会を計画し、妻高校生(ボランティア部)との交流を開催。
- ③ 地域のごみ拾い等、環境美化活動に取り組んでいます。
- ④ 併設するカフェにおいて「こども食堂」、「高齢者食堂」等を開催。

定期的な活動日

- ・環境美化活動…毎週月曜日 8時～(30分程度)
- ・こども食堂…夏季休業中の木曜日 11時～14時
冬季休業中の6日間 11時～14時

活動拠点

社会福祉法人 晴陽会 フリースペースうからや



たいようのたまご

各種イベントの企画、他のボランティア活動の参加、イベントの共同企画、ボランティア活動の新たな担い手の育成を行っています。

定期的な活動日

活動内容によって異なる

活動拠点

宮崎県内、九州管内



なごみアンサンブル(琴伝流 大正琴)

ソプラノ・アルト・テナー・ベース4種の音域の違う大正琴でいろいろな分野の曲のアンサンブル(合奏)を楽しめます。楽譜は数文字で読みやすく、小学生から大人まで楽しめます。90代の方も活躍されています。

定期的な活動日

毎月3回(火曜日) 13時30分~15時30分

活動拠点

西都市生きがい交流広場



認定 NPO法人 東米良創生会

1000年続く村、東米良創生プロジェクト循環型山村づくりを掲げて、東米良地区の創生活動を行っています。活性化のために様々な活動を行っています。自然が好き、山、川、神楽などに興味のある方でボランティア募集をしています。

定期的な活動日

毎月第3土曜日 10時~
(尾八重高原星空キャンプ場整備活動)
その他イベント開催時活動

活動拠点

東米良地区



夢蔵(個人ボランティア)

ギター弾き語りを行っています。地域の行事等で童謡やなつかしの歌を地域の方と一緒に歌う活動を行っています。

定期的な活動日

活動内容によって異なる

活動拠点

活動内容によって異なる



西都市地域づくり協議会

自治会や集落の枠を少し広げた「小学校区」を単位とし、7つの協議会が活動しています。地区住民自らが地区にあるさまざまな資源や特色を生かしながら、クリーン活動や子どもの見守り等、地域に根ざした活動や地域活性化に取り組んでいます。部員も募集しています。

定期的な活動日

活動内容によって異なる

活動拠点

あいそめ館、西都市公民館、各地区館



西都市民生委員児童委員協議会

地域住民の身近な相談相手として、高齢者や障がいのある方、子ども達の見守り等を行っています。医療や介護、子育て、経済的困窮など生活のさまざまな相談に応じ、専門機関へのつなぎ役として活動しています。月初めに理事会を開催後、6地区（妻・穂北・三納・都於郡・三財・東米良）に組織されている地区民生委員児童委員協議会で定例会を開催し、委員の資質の向上にも努めています。福祉協力委員や区長・公民館長とも連携しながら、日々の活動に取り組んでいます。

定期的な活動日

理事会 毎月1回、
各地区定例会 毎月1回

活動拠点

各地区館、
西都市コミュニティセンター等



西都市社会福祉協議会「ふれあい・いきいきサロン」

西都市内の区や公民館エリア等、身近な生活圏域において、各地区の住民が主体的に、かつ気軽に集まって交流を深めています。地域住民の生きがいや仲間づくり、住民同士のつながりを築きながら、共に支え合う地域づくりを目的とし、定期的(月1回程度)に実施されています。

定期的な活動日

各地区によって異なる

活動拠点

各地区公民館、集会所等



本冊子でご紹介したボランティア団体・個人の方以外にも、多くの方が西都市を拠点としてさまざまなボランティア活動を行われています。西都市ボランティアセンター登録団体の一覧等は、西都市社会福祉協議会 HPでも随時掲載いたしますので、ご覧ください。



ボランティア活動の依頼について

西都市ボランティアセンターに登録されているボランティア団体・個人へボランティア活動をお願いしたい場合は、西都市ボランティアセンターへご連絡ください。各団体の代表者等と日程の調整を行った上で、改めてご連絡いたします。また、施設訪問ボランティア活動依頼書を西都市社会福祉協議会 HPにも掲載していますので、ご活用いただきお申込みください。

必ずしもボランティア活動の調整ができるとは限りませんので、ご理解いただきますようお願いいたします。

ご依頼の前に…

- 依頼をする時期について

活動の希望日から1か月程度の余裕をもってご連絡ください。

- 依頼内容や活動場所／設備の状況について

どんなことをボランティアの方をお願いしたいのか、活動場所の状況などを具体的に教えていただくようお願いします。

- 交通費等の負担について

施設等の訪問ボランティアを行っている団体は、西都市内外の多くの施設等で活動しています。ボランティア活動は無償の活動になりますが、回数が多くなると長期的な活動に無理が生じる場合があります。

活動場所までの自家用車燃料代等の交通費や実費相当の弁償については、依頼者側でご検討いただきますようよろしくお願いいたします。

依頼の手順

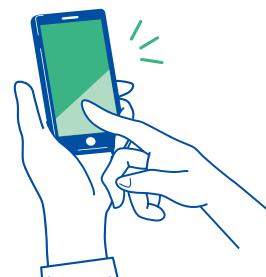
活動依頼書提出、または、電話による相談

西都市ボランティアセンターから
ボランティア団体・個人に依頼、調整

西都市ボランティアセンターから
依頼者へ訪問の可否を連絡

訪問可能な場合、
依頼者とボランティア団体・個人の間で詳細を確認

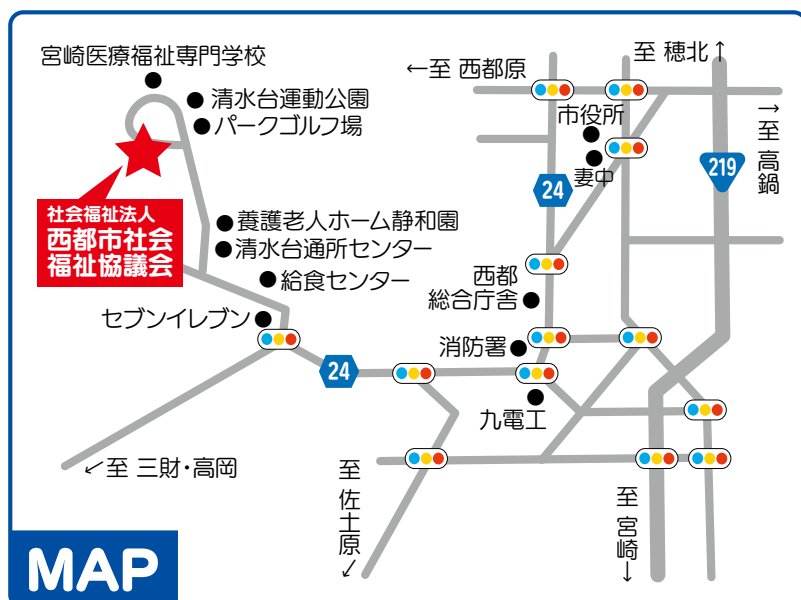
訪問後、依頼者から
西都市ボランティアセンターへ報告





社会福祉法人西都市社会福祉協議会

総務課 地域福祉係 西都市ボランティアセンター



〒 881-0004

宮崎県西都市大字清水 1035番地 1

電話 0983-43-3160

FAX 0983-42-4743

開所時間 8時30分～17時15分

(土曜日、日曜日、祝日、年末年始を除く)

西都市社会福祉協議会 HP

<https://www.saito-shakyo.jp>



お気軽にお問い合わせください