

ボランティアガイドブック

# Abiranteer

あびらんていあ



発行 社会福祉法人 安平町社会福祉協議会

ボランティアガイドブック  
『Abiranteer～あびらんていあ』は



ボランティアをしたいけれど、  
どんな活動があるかわからない。

ボランティアを通じて、  
仲間の輪を広げたい。



自分のできることで、  
人の役に立ちたい。



こんな思いをお持ちの方のための

ガイドブックです。

---

ひとくちにボランティア活動と言っても福祉や文化支援、国際協力、人権問題など  
様々な分野があります。また、個人でできることから、団体に所属して行う活動も  
あります。

このガイドブックでは、主に福祉の分野の活動を中心に町内で取り組まれている  
活動を紹介しています。

---





『あびらんていあ～Abiranteer』は……………1

目次……………3

1 はじめてみよう「ボランティア活動」……………4

2 ボランティアセンターについて……………6

3 ボランティア団体の紹介……………11

安平町老人と共に歩む会……………12

給食サービス……………14

さくら会……………16

夢（ドリーム）212……………18

安平町点訳赤十字奉仕団……………20

水泳介助ボランティア……………22

追分更生保護女性会……………24

読み聞かせボランティアありんこ会……………26

読み聞かせひまわり会……………28

読み聞かせボランティア赤ずきん……………30

乳幼児読み聞かせ会トントン……………32

学校図書ボランティア陽だまり……………34

子育てサポーターの会アリス……………36

追分カーネーション……………38

傾聴ボランティア……………40

こども安全パトロール……………42

4 個人で出来るボランティア活動……………44

5 災害時のボランティア活動……………46

# はじめてみよう ボランティア活動

ボランティア活動のきっかけは人それぞれです。  
ボランティアは無償で行う活動ですが、出会いや感動、喜びがあります。



まずは社協へ

ご相談ください

安平町社会福祉協議会（ボラ

ンティアセンター）では、ボラ

ンティアを始められる方のご

相談に応じ、登録や紹介、研修

の案内などを行っています。

まずは、安平町社協窓口まで

ご相談ください。



## ボランティアの心得



ボランティアは、利用者や施設の職員、一緒に活動する仲間など、色々な人との関わりの中で活動を行います。周りの方々と気持ちよく活動を続ける為にも、次のことに気を付けて活動しましょう。

### ① 秘密の厳守

ボランティア活動を通して得た個人情報、決して他言してはいけません。



### ② 約束は守りましょう

無償の活動とは言え、相手や仲間がいます。約束した場合は守る。無理な約束はしない。どうしても都合が悪くなった場合は、事前に連絡することが大切です。

### ③ 政党や宗教活動

#### に利用しない

ボランティア活動を利用して特定の政党や宗教への勧誘などを行ってはなりません。

### ④ 声掛けを大切に

善意の押し売りではいけません。相手のことを気にかけて「おせっかい」は必要な場合があります。声かけから相手の本音や隠れた問題に気が付くこともあります。

### ⑤ 相手の話を

#### 良く聞きましょう

人間関係を大切にするのが、活動の基本になります。相手の目を見てきちんととうなづく等、聴く姿勢も大切です。



### ⑥ 無理のない活動を

あまり高い目標を立ててしまふと、本来の目的を見失ってしまうこともあります。ひとりでも喜んでくれる人がいれば立派な活動です。無理をしないことが継続の秘訣です。



### ⑦ 活動を振り返る

地域の状況や福祉に関する考え方も時代により変化していきます。研修の参加や仲間との話し合いなど、活動を見直し、活動内容を変えていくことも大切です。



# ボランティアセンターについて

社会福祉協議会にはボランティアセンターが設置され、ボランティア活動をされる方の活動を支援しています。

これからボランティア活動を始めようという方はお気軽にご相談ください。

## ボランティアセンター

### 活動内容

#### ○ボランティア情報提供

ボランティアの活動状況や募集状況などの情報を提供します。

#### ○相談、登録

活動を希望する方の相談に応じ、登録された方を必要とされる施設、団体等に紹介します。（登録された方すべてに活動を紹介できない場合もありますのでご了承ください。）



#### ○研修

研修会の開催や道内のボランティアに関する研修会への参加を支援します。



#### ○保険の受付

ボランティア活動保険の受付を行っています。

#### ○活動支援

・ボランティア団体の助成  
ボランティア団体を対象に希望する団体を公募し、助成金を交付しています。



↑ホンダステップワゴン



↑ニッサンキャラバン

・**車両の貸出**  
ボランティア団体を対象に  
公用車の貸出を行っています。

↑ぬくもりのセンターミー  
ティングスペース



↑かしわ館会議室



・**ミーティング  
スペースの利用**  
ボランティアセンターのミ  
ーティングスペースを利用でき  
ます。



↑輪投げ



↓室内用ボーリング



↑スロットボール

・**遊具等の貸出**  
行事等に使用する遊  
具の貸出を行っています。



↓台風ドカン



↑綿あめ機



↑ストライクナイン



↓フロアカーリング

↓ポップコーン機



↑ピンゴゲーム機



↓思い出カルタ



↑百人一首



・ボランティア関係図書の貸出

レクリエーション参考図書、傾聴等、ボランティア活動に役立つ参考図書の貸し出しを行っています。



安平町のボランティア数の推移

安平町のボランティア人数 (実人数)

年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度
人数	371名	349名	373名	394名	414名	412名

※ボランティア人数については、ボランティア活動保険の加入者数となっております。

※福祉協力員、防犯協会等を含む。

ボランティアセンター窓口



《 本 所 》

安平町早来大町 41 かしわ館内  
電 話 22-3061 / F A X 26-2915

《追分支所》

安平町追分中央 1 番地 40 ぬくもりセンター内  
電 話 25-2263 / F A X 25-4133



メール abirashakyo@able.ocn.ne.jp  
営業時間 午前 8 時 30 分～午後 5 時 30 分/月～金 ※土日祝日除く

# ボランティア活動保険

国内での「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」を対象とした保険です。※有償のボランティア活動は対象となりません。(交通費・昼食代等は無償とみなします。)

## ○補償期間

4月1日から翌年3月31日まで(年度の途中に加入の場合でも3月31日までになりません。)加入した翌日から補償が始まります。

## ○保険金が支払われる例

### ①傷害事故

・清掃ボランティア活動中、転んでケガをした。  
・ボランティア活動に向かう途中、交通事故にあった。

### ②賠償事故

・介助ボランティアの活動中、誤ってお年寄りにケガをさせた。  
・自転車でボランティア活動に向かう途中、誤って他人にケ

ガをさせた。

※車の運転による対人、対物事故の損害賠償は対象となりません。

## ○申し込み手続き

ボランティアセンター窓口  
に印鑑と保険料をお持ちください。

## 年間掛金・補償金額

掛金	A 300円	B 450円
死亡保険金	1,200万円	1,800万円
入院保険金	6,500円	10,000円
通院保険金	4,000円	6,000円
賠償責任保険	5億円 (限度額)	5億円 (限度額)





# 安平町老人と共に歩む会



●地域のお年寄りが安心して暮らせるように、  
支援活動を行うボランティア団体です。



連絡先 安平町社協 (本所: 22 - 3061 / 追分支所: 25 - 2263)

## 住み慣れた地域で 劳わり合いを

安平町追分老人と共に歩む会は、追分地区の70歳以上の高齢者を対象に、電話相談や訪問活動による安否確認を行っています。また、講師を招き独自に学習会の開催や町外のボランティア研修会への参加など、福祉や認知症への理解を深める機会も定期的に設けています。



学習会の様子

## 活動の内容

70歳以上のお一人暮らしの高齢者を対象に、安否確認や相談活動、ふれあい会などの行事を行います。

### ●電話活動

対象者に電話を掛け、安否確認や相談業務を行います。

・時間 午前10時～12時

・場所 ぬくもりセンターボランティア室

・頻度 月に2回(2人1組のローテーションで行います)

### ●訪問活動

月に1回程度、班ごとに分かれて、対象者のお宅を訪問します。

### ●ふれあい会

- ・頻度 年に2回
- ・場所 追分公民館

### ●グラントゴルフ大会

- ・頻度 年に1回
- ・場所 追分多目的スポーツセンター

### ●絵手紙年賀状の作成

- ・時期 年末
- ・場所 ぬくもりセンターボラ  
ンティア室

### ●定例会

- ・頻度 月に1回
- ・場所 ぬくもりセンターボラ  
ンティア室

### ●その他

研修会や講座の開催、福祉施設への慰問活動など。

## 会について



### ●会員対象者

安平町在住で、福祉に興味のある方。

### ●発足

平成2年

### ●会員数

22名

## 地域での福祉の向上を

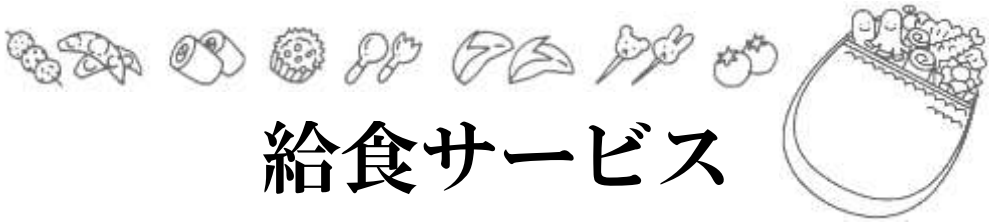
住み慣れた地域の中でも、高齢になるにつれ家の中に引きこもりがちになってしまったり、孤独を感じる方も多いそうです。

会長の野澤洋行さんは会での活動についてこう話して下さい

ました。「電話や訪問などの活動をしていると、お一人暮らしのお年寄りには話し相手がおらず、心細い思いをしている方が多いことに気がきます。電話相談の際に『最近体調が悪い』と話されていたので、すぐに自宅に伺うとかがみこむようにして倒れており、救急車を呼んだということも過去にありました。」

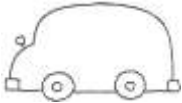


ふれあい会の様子



# 給食サービス

●町内の住む 65 歳以上のお一人暮らし・ご夫婦の方にお弁当を作り届け、食事の提供と安否確認を行うボランティアです。



連絡先 安平町社協 (本所: 22 - 3061 / 追分支所: 25 - 2263)

## 一つ一つ心を込めて

町内の高齢者を対象に、お弁当の調理・配達を行います。現在、毎週水曜日に早来地区と追分地区に分かれて調理を行い、早来地区では約 50 名、追分地区では約 25 名の方へお弁当をお届けしています。

お弁当の献立はボランティアさんが季節感や栄養のバランスを考えて決め、利用者さんからも好評です。



## 活動の内容

### ・給食ボランティア

地区ごとに班に分かれてお弁当を調理します。(当番制で活動は月 1 回程度です。)

### ●日時 水曜日

早来 8 時 30 分〜午後 1 時頃  
追分 8 時 45 分〜午後 1 時頃

### ●場所

早来公民館調理室 (早来地区)  
追分公民館調理室 (追分地区)



## 活動の内容

### ・運転ボランティア

家用車を使い、利用者へのお弁当の配達、安否確認を実施します。当番制となっており、月1回程度担当して頂きます。(ガソリン代実費支給)

### ●時間

水曜日、11時～12時

### ●配達数 10食程度



## 会について



### ●対象者

安平町在住の方。

### ●発足

早来 昭和63年  
追分 平成20年

### ●会員数

給食ボランティア  
早来 49名  
追分 25名

### 運転ボランティア

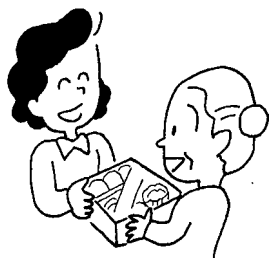
早来 17名・追分8名  
(述べ25名)

(述べ74名)

## 喜ぶ笑顔が

## 何よりの栄養

ボランティアに参加している方は『お弁当を届けた時の笑顔や“ありがとう”の言葉を聞くと、このボランティアをやっているのが良かったと思います。』とおっしゃいます。また利用者の方は『いつも水曜日が待ち遠しい』『お弁当を食べると元気が出ます』と、とても喜ばれています。





# さくら会

●青葉町内会で認知症予防教室を運営している  
ボランティア団体です。

連絡先 代表：米川恵美子 (25-2326)

## 地域が主体の

## 認知症予防

高齢化や認知症への関心が高まっている中、さくら会は、町内会事業の一環として、青葉町内会の住民を対象とした認知症予防教室の運営を行っています。

「地域の皆で集まり、交流することが一番の脳の活性化です。」と会員の一人は語ります。



『はなまるの集い』の様子

## 活動の内容

認知症予防教室

『はなまるの集い』の運営

頻度 月2回(第2・第4月曜日)

時間 午前10時から12時

場所 青葉会館

『はなまるの集い』の内容

●童謡や手話

●簡単な計算式  
(小学校一年生程度。)

●ぬりえや朗読

●折り紙作り

(季節の行事に因んだ折り紙を作り、町内の高齢者を対象とした給食サービスの際に配ります。)

●その他、会員が実施内容を決めます。

# 会について

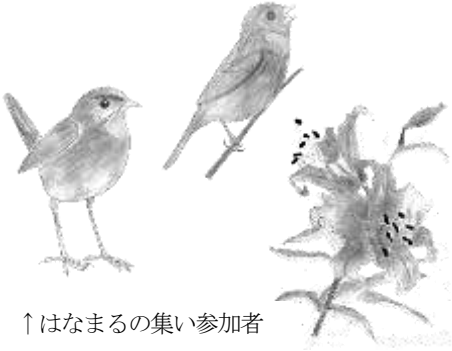


## ● 会員対象者

青葉町内会に在住の方。

## ● 発足 平成19年5月

## ● 会員数 4名



↑はなまるの集い参加者  
によるぬりえ

## 生活に結びつく教室

計算式練習の合間には「認知症になると小銭の計算がわからなくなり、お札ばかり出し、小銭がたまる場合がある」、「足し算引き算が出来なくなると金銭管理も出来なくなるので良い訓練になる」との声。舌を動かしたり口の開け閉めをする健口体操では、噛む力を維持



『はなまるの集い』参加者の様子



さくら会会員の皆さん

し、誤嚥防止に役立つため、いつまでも食事をおいしく食べたいとの思いから、一生懸命に取り組んでいました。

参加者には92歳の方もいて、これまで生きて来た時代や沢山の思い出話の中から、さくら会のメンバーが教えていただけでなくも多々あるそうです。ちよつとした考え事や思い出をたぐり寄せ、会話を楽しむことが認知症予防に繋がっている様子です。



# 夢 (ドリーム) 212

●スマイル4Beat (視覚障がい者による音楽グループ) の活動を支援するボランティア団体です。

連絡先 第2 富門華寮通所部 (22-4650)



## 『スマイル4Beat』 について

スマイル4Beatは、社会福祉施設・第二富門華寮の利用者4名からなる音楽グループです。メンバーは皆、視覚障がいと知的障がいを合わせ持っています。が、音楽の才能に恵まれ、平成4年に活動を開始して以来これまで道内75市町村・538公演を行っています。



↑スマイル4Beatのメンバー

## 活動の内容

### ●活動支援会員

年会費千円で「スマイル4Beat」の活動を経済的に支援します。

### ●公演サポーター会員

「スマイル4Beat」の公演に同行し、移動介助や楽器の運搬などを行います。長時間の公演では演奏の合間に手話や福祉についての解説も行います。※公演は年間約30回程度で、日程を合わせて10名程が同行します。

### ●夢おっかけ隊

楽器を持ちスマイル4Beatの演奏に参加します。



## ● 会員対象者

音楽や福祉に興味がある方。

## ● 発足

平成13年

## ● 会員数

活動支援会員 約2百名  
公演サポート会員 10名

## 音楽で広がる『輪』

夢(ドリーム)212の会員は会社員や主婦、学生など様々です。小さな子どもからお年寄りまで、どんなリクエストにも応えてくれるスマイル4Beatの演奏は聞く人に感動を与えます。

夢(ドリーム)212の「212」という数字は市町村合併前の道内の市町村数を意味し、「全道くまなく回り、スマイル4Beatの音楽を沢山の方々に聞いてほ



↑ドリーム212の皆さん

←代表の高橋真理子さん(写真右)。平成23年道新ボランティア奨励賞受賞の時の様子。



しい」という思いが込められています。

代表の高橋真理子さんは「十数年前に町内のある喫茶店でスマイル4Beatの演奏を初めて聞きとても感動しました。そのことがきっかけで彼らの活動をサポート出来たらと思いましたが。」と語ります。

高橋さんや支援する全ての人々の思いは、大きな輪となって全道に広がっています。

# 安平町点訳赤十字奉仕団

●視覚障がいの方が利用する点訳本を  
作成しているボランティア団体です。

連絡先 代表：飛田文也 (22-2240)

## 点訳奉仕とは？

『点訳』とは視力障がいにより、通常の本が読めない人の為に、文章を点字（凹凸のある6点）に直すことです。通常、文章は仮名文字や漢字で書かれますが、点字の場合、全ての文字がカナ文字として表記される為、点字特有の文法や句切りなどが使われます。

安平町点訳赤十字奉仕団は昭和55年9月に「千歳市点訳奉仕



「分団」として発足し、その後昭和61年に早来町点訳赤十字奉仕団として独立しました。会員に活動のきっかけを聞くと、富門華寮の職員として働いたのをきっかけに興味を持った方や友人の手話を見て福祉に関わる技術を身に付けたいと思った方、友人の誘いで点訳の講習会に行き興味を持った方など、きっかけは様々です。



## 活動の内容

例会 月2回（第2・第4木曜日）

時間 午前9時半から午後3時半

場所 みなくる

内容 広報や蔵書の点訳作業。

※初心者の方は始めの2〜3年は研修期間になります。



### ●会員対象者

点訳に興味のある方、点訳の校正をお手伝いして下さる方。

●発足 昭和61年5月

●会員数 7名

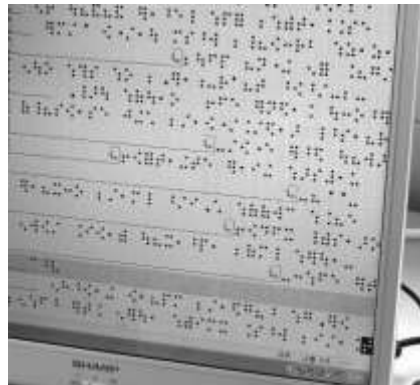
## 点訳の修得まで

点訳者の育成は各奉仕団に一任されており、団内で2、3年の研修を行います。読み方から始まり練習文、自由文の書き方と進み、最終段階の日赤蔵書検定試験に合格すると正式な蔵書点訳を行うことが出来ます。発足当初は会員のほとんどが子育て中だった為、育児の合



→過去に使用していた手打ちの点字版（写真上）と点字タイプライター（写真下）。現在はパソコンで点字を入力し、フロッピーを札幌点字図書センターに提出します。

## ←点訳の入力画面



間を縫い、夜間に例会を行ったそうです。

会員の一人は『点訳は入団後にすぐ活動出来る訳ではありませんし、点訳習得後も日々勉強が大変な時もありますが、蔵書が完成したときの達成感という言葉には出来ません。』と語ります。



# 水泳介助ボランティア



●視覚障がいの方を対象に水泳の介助を行う、  
ボランティア団体です。

連絡先 安平町社協（本所：22 - 3061／追分支所：25 - 2263）

## 福祉の理解や

### 交流の場として

水泳介助ボランティアは、福祉施設・第二富門華寮から水泳介助の依頼があり、協力者を募ったのがきっかけとなり、平成12年に発足しました。

利用される方たちは、第二富門華寮に入所・通所されている方で、視覚障がいと知的障がいをお互い合わせ持っています。富門華寮は早来富岡と千歳市の境に位置している為、日常的な地域との交流も限られ、水泳介助ボランティアは大切な交流の場ともなっています。

## 活動の内容

●場所 早来町民プール

●時間 午後6時45分～8時

●対象 視覚障がいの方

●頻度 月に2回程度（金曜日）  
※町民センタープールが冬期間閉まる為、1月～3月はお休みです。

●内容 利用者が他の人とぶつからないで泳げるよう介助します。プール内で歩いて介助しますので水泳経験が無くても構いません。

また、更衣室やトイレの場所を案内するなど、簡単な移動介助も行います。



## ● 会員対象者

福祉について関心のある方。

## ● 発足 平成12年

## ● 会員数 12名



## コミュニケーションを通して



活動日程は、年度ごとに富門華寮の職員、ボランティアさんの都合を調整して年間の日程を決定します。1回の利用に6〜7名の利用者さんがプールを訪れ、ボランティアが一人づつき添います。

“介助”という「手助け」や「支援」というイメージが先に来てしまいがちですが、活動

でのコミュニケーションを通して学ばせてもらえることや勇気をもたらえることも多くあります。

ボランティアの一人は活動についてこう語ってくれました。

『このボランティアを続けていくうちに、利用者の方と水泳に限らず日々の生活のことなど、色々なことをお話しできるようになりました。毎回の活動を私自身楽しんでいきます。また、時には利用者の方々の純粋な気持ちを感じ、勇気づけられることもあります。』





# 追分更生保護女性会



●犯罪・非行のない明るい社会づくりを支援する

全国組織の女性ボランティア団体です。

連絡先 安平町社協 (本所: 22 - 3061 / 追分支所: 25 - 2263)



児童館クリスマス会準備の様子

犯罪防止や更生活動  
に向けて

追分更生保護女性会は、地域から犯罪や非行をなくし、誰もが心豊かに生きられる平和な社会をつくるため、地域の犯罪防止・青少年の健全育成・更生施設への支援等、明るい社会づくりを目指して活動しています。

## 活動の内容

- ・少年院（2か所）の行事参加や矯正施設への支援
  - ・交通安全運動
  - ・子どもサポート隊の協力
  - ・児童館事業への協力
  - ・町事業への協力
  - ・花壇整備
  - ・定例会
- ※その他、他団体と連携を図り、社会を明るくする運動への協力。



### ●会員対象者

安平町内の女性保護司、女性民生委員、保護司夫人、その他の会の趣旨に賛同した女性

### ●発足 昭和45年4月25日

### ●会員数 37名



## 更生保護女性会綱領

一、私たちは、一人ひとりが人として尊重され、社会の一員として連帯し、心豊かに生きられる明るい社会をめざします。

一、私たちは、更生保護の心を広め、次代を担う青少年の健全育成に努めるとともに、関係団体と連携しつつ、過ちに陥った人たちの更生のための支えとなります。

一、私たちは、知識を求め自己研鑽に励むとともに、あたたかな人間愛をもって明るい社会づくりのために行動します。



追分更生保護女性会の皆さん

会長の井内キミ子さんは、会について『どんな活動も仲良く、楽しくないと長続きは難しいものです。私達も、地域の活動を基盤に自分たちの出来ることを出来る範囲で、出来る限り、明るく・楽しく・仲良く・安心・安全な地域づくりを会員一同で活動していきたい。』と話して下さいました。



読み聞かせボランティア

# ありんこ会

●町内の子どもたちを対象に読み聞かせやレクリエーションを行っているボランティア団体です。

連絡先 代表：丸子みさ子 (22-2543)



**レクやゲームを  
取り入れて**

発足から30年以上経つ読み聞かせ団体「ありんこ会」では、絵本の読み聞かせにレクリエーションを取り入れた活動を行っています。レクリエーションでは季節感を大切にするため、ハロウィンかぼちゃ作りや年賀状づくり、しゃぼん玉、かるたなどをを行い、毎回10名前後の子どもたちが集まります。

12月に開催するクリスマス

会では、クリスマスをテーマとした大型絵本の読み聞かせやペーパーサート、ミュージックシアター、ゲーム大会などを計画し、大いに盛り上がります。

## 活動の内容

### ●読み聞かせと

レクリエーション

場所 みなくる

対象 幼児から小学生

頻度 月に1回

(第2又は第3土曜の午後2時半～3時半)

### ●早来子育て支援センター

の読み聞かせ

場所 早来子育て支援センター

頻度 月に1回

### ●あそびのひろばの手伝い

場所 早来公民館

頻度 年に1回

内容 子ども達を対象とした絵本の読み聞かせ

● 定例会議 (月1回)

● その他 (依頼があれば出張で読み聞かせを実施)



● 会員対象者

安平町在住で

読み聞かせに興味がある方。

● 発足 昭和52年5月

● 会員数 7名

## 様々な活動を通して

ありんこ会では、平成23年に町内のケアハウスで利用者を対象とした絵本の読み聞かせを行うなど、子どもたちを対象とした活動以外にも地域での活動を大切にしています。

また、過去には、子どもたちに生の舞台の素晴らしさを体験してほしいとの思いから「人形劇団えりっこ」、「絵本パフォ



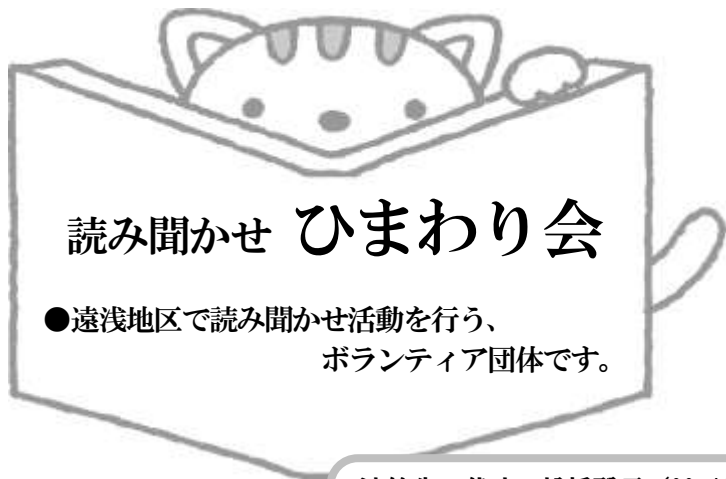
平成23年度「あそびのひろば」の様子



ケアハウスでの読み聞かせ活動の様子

「マー岸田典大氏」によるイベントの主催や実行委員会メンバーとして「劇団さつぽろ」、「デフ・パペットシアターひとみ」などの演劇団を招く活動も行ってきました。

平成10年に北海道読書推進運動協議会より優良読書グループとして表彰、平成12年に「子どもと本の出会い実践記録集 “子どもに翼をあたえるために”」に掲載されるなど、活動が高く評価されています。



# 読み聞かせ ひまわり会

●遠浅地区で読み聞かせ活動を行う、ボランティア団体です。

連絡先 代表：松橋聡子 (22-4328)

## 家庭的な雰囲気

読み聞かせひまわり会では、月に1回定期的な活動を行っています。絵本の読み聞かせにこだわらず、紙芝居や季節の催し物、ゲームなど毎回工夫をこらした企画に子どもたちも大喜び。この活動を楽しみにして何度も足を運んでくれる子ども達もいるそうです。

子ども達は毎回5〜6名参加してくれるそうで、家庭的な雰囲気の中で会員達と子どもたちが和気あいあいとしたひと時を過ごします。



## 活動の内容

### ●読み聞かせ活動

場所 遠浅公民館

対象 乳児や小学生

頻度 月に1回

(第3土曜日の午後1時〜3時)

内容 絵本の読み聞かせや紙芝居、ゲーム、季節の行事(ひな祭りやクリスマス会など)を行います。1回の活動を会員2〜3名で担当します。

## 会について



### ● 会員対象者

読み聞かせに興味のある方は、どなたでも。

### ● 発足 昭和53年

### ● 会員数 5名



## 地域の子どもを

### 見守り続け



会員の中には発足当時から読み聞かせ活動が続けている方もおり、30年以上も地域の子どもたちを見守り続けています。

会長の松橋聡子さんは『自分子どもが小さいときも読み聞かせをしてあげたので、今こうして地域の子どもたちを対象に活動していると、当時のことを思い出し、懐かしく思います。』と語ってくれました。

最近、大人も子どもも忙しい日々を過ごすことが多いですが、月に1度絵本や紙芝居を通して、ゆったりとした時間を楽しんでみませんか？

活動の様子は、お子さんに限らず、どなたでもご覧になれます。読み聞かせに興味のある方は、大歓迎です。

ぜひ一度足をお運びください。



読み聞かせボランティア

# 赤ずきん



●追分地区の子どもたちを対象に読み聞かせ活動を行っているボランティア団体です。

連絡先 代表：岩佐喜久子 (25-3087)



↑子育て支援センターでの読み聞かせ活動の様子 (クリスマス会)

## ブックスタートを

## きっかけに

読み聞かせボランティア赤ずきんは町のブックスタート事業(7～8か月の乳児に絵本を渡し、本との触れ合いを作る活動)をきっかけに発足しました。会員は主婦が多く、読み聞かせの経験がない方がほとんどでしたが、活動を通して絵本が子どもにも与える安心感や想像力を育てる力などの学びも沢山あったそうです。

## 活動の内容

●子育て支援センターでの

読み聞かせ活動

場所 子育て支援センター(追分)

対象 乳幼児/頻度 月に1回

(第2火曜日の午前11時～11時半)

●安平の郷での読み聞かせ活動

場所 安平の郷/頻度 年に数回

対象 安平の郷の利用者・入居者

●あそびの広場への参加

(生涯学習フェスティバル)

●ブックスタート事業の参加

場所 ぬくもりセンター

頻度 年に3回

内容 7～8ヶ月の乳児を対象と

した、絵本との触れ合いを作る活動です。

●おはなしこうみんかん

場所 追分公民館/頻度 年に1回

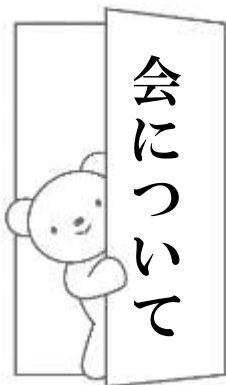
## 内容

子ども達を対象とした企画。絵本の読み聞かせや、テープサート、手遊び歌を取り入れた企画。

● スクールバス乗車時間を活用した読書活動への協力

● 定例会議（月1回）

● その他（依頼があれば出張で読み聞かせを行っています。）



● 会員対象者

読み聞かせに興味がある方。

● 発足 平成18年8月

● 会員数 11名

## 新しいアイデアを取り入れて

読み聞かせボランティア赤ずきんでは、読み聞かせ以外にも新しいアイデアを取り入れて活発に活動しています。

これまでに、町での行事（高齢者芸能発表会や福祉大会）のアトラクションとして読み聞かせや朗読を行ったり、『たるたるハウス（追分センターブリッジ近く）や



お寺で読み聞かせを行ってきたそうです。それぞれの活動は、月に1回の定例会の際に予定の空いている会員を募り、準備を行います。

活動を終える度、定例会で反省会を行います。次から次へと会員から新しいアイデアが湧き出てきます。「絵本や言葉の魅力をもっと伝えたい」そんな思いが赤ずきんのエネルギーの素のようです。







# 乳幼児読み聞かせ会 トントン

- 乳幼児を対象に読み聞かせ活動を行う、ボランティア団体です。

連絡先 安平町社協（本所：22 - 3061 / 追分支所：25 - 2263）

子どもの心を

静かにノックして

乳幼児読み聞かせ会トントンは、安平町ブックスタートプロジェクトのローアツプ事業として平成16年に発足しました。月1回の読み聞かせ活動には毎回3〜4組の親子が足を運んでくれる一方で、お母さん同士・赤ちゃん同士のつながりの場にもなっています。

団体名の『トントン』は、戸をノックする「とんつ、とんつ」という音から来ており、「絵本を通して、赤ちゃんの心を静かにノックしてみよう」という思いが込められています。

## 活動の内容



### ●読み聞かせ活動

場所 早来町民センター

対象 乳幼児

頻度 月に1回

（第1木曜日の午前10時〜10時半）

### ●あそびの広場への参加

（生涯学習フェスティバル）

### ●乳幼児検診での絵本の紹介

場所 早来保健センター

### ●定例会

年に2回（下半期・上半期）活動内での反省や活動の時間帯などを検討します。



早来町民センター図書館の読み聞かせスペース



### ●会員対象者

安平町在住で、読み聞かせに興味のある方。

### ●発足 平成16年

### ●会員数 10名



## 絵本は遊びの道具の

一つとして

月1回の読み聞かせ活動は会員2人がローテーションで担当します。会のテーマ曲「トントンの歌」から始まり、絵本の読み聞かせや手遊び歌、紙芝居、折り紙などを実施します。内容は基本的に担当者が決めますが、絵本の読み聞かせは必ず行うようにしているそうです。

読み聞かせの帰りに絵本を借りて行くお母さんもいるそう

で、時にはお母さんが絵本選びに夢中になっている時に、会員が子守りをすることも…。

会長の横井慈子さんは、「聞きに来て下さるお母さんの中には“字も読めない子どもに絵本の内容はわからないのでは？”と言われる方もいますが、あくまで絵本は遊びの道具の一つとして・コミュニケーションの一つとして生活の場に置いてもらえればと思います。」と語ります。



会のイメージキャラクター『こぶたのトントン』のペーパーサート

# 学校図書ボランティア 陽だまり



- 早来小学校「朝読書の時間」に読み聞かせを行う、ボランティア団体です。

連絡先 安平町社協（本所：22 - 3061 / 追分支所：25 - 2263）

## 地元の小学校で

### 読み聞かせ活動を

学校図書ボランティア陽だまりは平成13年に施行された『子ども読書推進法』を受けて、平成15年に発足しました。

代表の横井慈子さんは「地元の小学校に読み聞かせ団体が無いと知り、保護者や地域の方々に集まり会を立ち上げました。」と当時のことを語って下さいました。

早来小学校に活動の相談をした時は、学校側も好意的に受け入れて下さり、すぐに活動を始めることが出来たそうです。

## 活動の内容

### ●早来小学校での

### 読み聞かせ活動

場所 早来小学校 各教室

対象 小学生

頻度 週に1回程度

時間 午前8時15分～25分の10分間

内容 朝読書の時間に各クラスに入り、絵本の読み聞かせを行います。1クラスに会員1名が担当となります。

## 会について



### ● 会員対象者

安平町在住で、読み聞かせに興味のある方。

### ● 発足 平成 16 年

### ● 会員数 9 名



## 絵本と子ども達の 架け橋に

早来地区は歴史ある読み聞かせ団体が活発に活動している地域ということもあり、読み聞かせが始まると子どもたちはすぐに物語に集中します。学期末には、今まで各クラスで読んだ絵本の表紙を壁に貼り、本のストーリーや保管場所、会員のコメントを添えます。『子どもたちがいつでも絵本を手にとって、読み返してくれるように』そんな心遣いが伝わります。



通常は朝読書の10分間のみの活動ですが、6年生には卒業のプレゼントも兼ねて30分に延長して大型絵本や音楽付きの読み聞かせを行います。1年生の時、見上げるように絵本を眺めていた子ども達も、会員と同じ目線で絵本を見つめます。『読み聞かせを通して地域の子ども達の成長を実感できる。』そんな貴重な経験が出来る、ボランティアではないでしょうか。





# 子育てサポーターの会 アリス

●安平町内で託児活動を行う、  
有償のボランティア団体です。



連絡先 代表：川崎知子 (22-4587)

## 地域の子育てを

## サポート

子育てサポーターの会アリスでは、安平町内の子ども達を対象に有償の託児活動を行っています。発足当初は無料での活動でしたが、利用者の方から「長時間の場合、無料だと申し訳なく逆に利用しづらい」との声があり、現在は1時間500円（以降30分ごとに200円）の利用料をもらっています。

利用される方は、『急な用事が出来たので子どもを見てほしい』『学校行事がある』など理由は様々です。



## 活動の内容

安平町内で有償の託児活動・子育てサポートを行います。

### 託児対象

1歳～小学3年生まで

### 活動時間

午前8時～午後7時  
の間で活動

### 活動場所

町民センター、子育て支援ルーム、依頼者の自宅、サポーター宅等（※依頼によって活動場所は異なります）

### 活動日程

月1回の定例会議で次の月の託児件数やスケジュールの確認を行います。

## その他

● 依頼者宅での託児では、お子さん一人に対して、会員1名が託児を行います。

● 公共施設での集団託児の活動もあります。



## ● 会員対象者

安平町在住で、託児活動に興味のある方。

● 発足 平成 17 年

● 会員数 15 名

## 母親同士の交流の場

会に参加する際、保育士などの資格は特に必要ありませんが、教育委員会が主催する「乳幼児子育て講座」を受講するとサポーターになることが出来ます。

また、子育てサポーターの会アリスでは託児活動を行うほかに、会員同士の交流も盛んです。会長の川崎知子さんは会につ



乳幼児子育て講座の様子



託児活動中の様子

いてこう語って下さいました。「団体名には“子育てサポーター”と入っていますが、母親同士の交流も目的の一つです。育児活動が難しい方は定例会への参加でも大丈夫です。様々な年齢層の方がそれぞれ育児のエキスパートを語り合ったり、相談や助言をし合う場になればと思います。若いお母さん達にもぜひ参加していただきたいですね！」

# 追分カーネーション



●町内の老人福祉施設で、演芸を披露する活動を行っているボランティア団体です。

連絡先 事務局：米川恵美子 (25-2326)

## 老人福祉施設で

### 演芸発表

追分カーネーションは、日頃、歌や踊りを習っている有志の人達が集まり、町内の老人福祉施設を訪問して、演芸を披露する活動を行っている団体です。利用者の方にも一緒に歌ってもらうなど、楽しく活動しています。



## 活動の内容

町内の福祉施設を訪問し、演芸を披露する活動を行っています。

**頻度** 年4回程度

**時間** 発表の時間は1時間程度

### 場所

特別養護老人ホーム、ケアハウ・グループホームなどの老人福祉施設

### 発表内容

舞踊、民謡、歌、アコーデイオン演奏など、日頃練習している演目を発表します。

## 会について



### ●会員対象者

安平町在住で、舞踊や楽器演奏に興味のある方。

### ●発足

平成23年12月

### ●会員数

8名



## 楽しいひとときを過ごしてもらうために

会の事務局をされている米川さんは、「以前、施設を訪れた際に、テレビを見て、座っている方がいるのに気が付き、自分のできることで何か楽しんでもらえることは無いか」と考えていたところ、会員の一人から「施設入所をしている身内に何か喜んでもらえることがしたい。」と声が上り会を結成したと語ってくれました。

活動している中で、自分達の演目を見てもらうだけでなく、見てくれている方々も何か一緒に参加してもらえないかと考え、アコーディオンを弾いて、皆さんが知っている

童謡や唱歌と一緒に歌ったり、盆踊りを踊るなど一緒に楽しめるような演目を考えています。

また、「この活動を通して、自分達の自己満足で終わるのではなく、見てくれる方たちに楽しんでもらうことを第一に考えて活動しています。手拍子や拍手をもらえると私達も元気をもらい、また施設に来て歌や踊りを見てもらいたいと感じます。」と活動への想いを語ってくれました。





# 傾聴ボランティア

●話し手の心に寄り添い、耳を傾ける  
ボランティア活動です。



連絡先 安平町社協 (本所: 22 - 3061 / 追分支所: 25 - 2263)

## 傾聴とは

傾聴は、話し手の気持ちに寄り添い、ありのままに話を受け止めることで、話し手の気持ち落ち着いたり、悩んでいることについて、考え方が整理されるなどの効果があるとされています。

ボランティアは社協に登録して、施設や事業所の紹介を受けて、利用者を訪問します。



傾聴基礎講座の様子

## 活動の内容

### グループ傾聴

福祉施設を訪問し、グループの中で傾聴を行います。

### 個人傾聴

個人宅や施設の個室を訪問し、傾聴を行います。

### 頻度

ボランティアの都合に合わせて、毎月1回程度から活動出来ます。

### 時間

1回の傾聴は45分程度

### 研修

個人傾聴を行う方は、所定の研修を受けて頂きます。

## 会について



### ●会員対象者

福祉に関心があり、相手のお話をじっくり聴くことができる方。

### ●発足 平成23年

### ●会員数 17名

## 悩みを話せない

### つらさを知って

ボランティアのひとりとは、「自分が病気になったのがきつかけで、悩みを話せない辛さを知り、同じ気持ちを持つ

ている人の手助けが出来たら」と活動を始めたきっかけを話してくれました。

また、「活動では、お年寄りのお話しをお聴きすることが多いですが、若い世代も含め、話を聴いてもらいたいという思いを抱えている人はたくさんいると思います。」とこの活動の必要性を話してくださいました。

## 活動を通して

### 人が好きになる

「お年寄りのお話しをお聴きする中で、自分の人生を振り返る時、こういう道を選んだよかったのだろうか」と、

繰り返しお話しされる方がいます。何十年もたった今でも両親や当時の周りの人の気持ちを考え、思い悩む姿に、その人の純真さを感じます。色々な方のお話しをお聴きするなかで、それぞれに純真な思いに触れ、人が好きになる活動だと思えます。」と活動の魅力を話してくださいました。

また、「傾聴は相手が話してくれたことにマルをつける。『そうだね』と肯定することが大事だと感じています。ただ聴く事しか出来ないけど悩みや不安を抱えている人達の手助けが出来たらと思っています。」と活動への想いを語ってくださいました。

# こども安全パトロール

●安平町内で自家用車を使ったパトロール活動を行い、地域の安全を啓発するボランティア団体です。

連絡先 代表：米川恵美子 (25-2326)



## 町内で安全啓発を

こども安全パトロールでは、「変質者や犯罪者による児童・生徒への声掛けや待ち伏せ行為の防止」を目的に、青色回転灯によるパトロールを行っています。パトロールの効果により、犯罪の抑止につながり、安全な町づくりに貢献しています。

発足当時は、町内で青色回転灯による防犯活動の前例がなく、警察署への書類提出など大変だったそうです。現在は町からの支援を受けられるようになり、必要な手続きは全て役場で行えるようになりました。



## 活動の内容

### ●町内の

### パトロール活動

**活動範囲** 安平町追分地区

**活動内容** 青色回転灯を点けて、パトロール活動を行います。

**頻度** 不定期

※会員それぞれが都合の良い時間に、町内をパトロールします。

### その他

・入会する際には、青色回転灯取り付けの書類申請をしていただきます。

・自動車の車体に団体の名称を表示します。

・適切な自主防犯パトロールを継続するため2年ごとに「青色防犯パトロール講習」の受講が必要です。



### ●会員対象者

安平町内にお住みで、自家用車をお持ちの方。

●発足 平成18年4月

●会員数 7名

●パトロール車 3台

## 青色回転灯について

青色回転灯による自主防犯活動は、平成16年から警察庁・国土交通省によって認められた活動です。通常、一般の自家用車への回転灯の装備は法令によって禁止されていますが、警察からの証明を受けた団体は青色回転灯を装備し、パトロール活動を実施することが出来ます。

この活動は全国的に広がっており、約5千5百団体、2万



↑青色回転灯

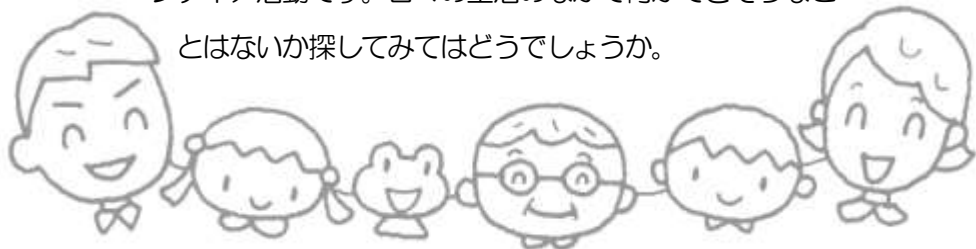


台以上の自動車（平成19年時点）がパトロール活動を行っており、実施地域ではパトロール活動によって、車上狙いなどの犯罪が減少したという事例が多数挙がっています。

この活動では都合の良い時間に、出来る範囲で行うことで継続的な防犯活動が出来ます。また、パトロールを通して地域での安心感や連帯感を育てることも活動の大きな役割です。

# 個人で出来る ボランティア活動

特別なことではなくても、他人のことを考えて、行動することがボランティア活動です。日々の生活のなかで何かできそうなことはないか探してみてもいいでしょうか。



## 趣味や特技を生かして

自分の趣味を生かして、生きがい作りをお手伝いすることも大切なボランティア活動です。

## ○囲碁ボランティア

福祉施設利用者の囲碁の相手をするボランティアです。

## ○演芸ボランティア

施設の行事などで、演奏、踊り、手品などの披露をする活動です。



## 高齢者や障がいの

## ある人のために

## ○生活支援ボランティア

高齢者宅の照明器具の清掃、草刈、煙突掃除などの軽作業を行うボランティア活動です。

※また、列車やバスなどで席を譲る、身体の不自由な方が困っていたら声をかける、ひとり暮らしの高齢者や障がい者のお宅をさりげなく見守っていくなど、身近な方へ気配りしていくことも大切な活動です。



## 集めて届ける

### 収集ボランティア

安平町社協ではリングプル、古切手、書き損じ葉書などを集めています。リングプルは、車イスなどの福祉用具に交換され、古切手、書き損じ葉書は売却され、発展途上国等での医療活動の費用として活用されています。収集ボランティアは気軽に誰もができるボランティアとして多くの人に取り組みられています。



※この他にも、「こんなことならしてみたい」ということがあります。もしたらぜひボランティア登録をしてください。

### ボランティアの登録

個人でのボランティア活動を希望する方は、ボランティアセンターで登録の手続きをさせていただきます。

登録内容は、氏名、連絡先、活動の希望、特技や資格などとなっています。

なお、受け入れ施設などのニーズと活動のご希望が合わず、



活動を紹介できない場合や紹介まで時間のかかる場合もあります。

※万一に備えて、活動前にボランティア活動保険へ加入することを勧めます。詳細は本冊子10ページの『ボランティア活動保険』をご覧ください。

# 災害時のボランティア

災害ボランティアは、被災地での支援活動に大きな役割を果たしています。被災された方々の負担や迷惑にならないよう自分自身の行動と安全に責任を持って活動することが大切です。

## 活動の基本

災害ボランティア活動は、ボランティア本人の自発的な意思と責任により被災地での活動に参加することが基本です。

## 事前の情報収集

必ず現地に設置されている災害ボランティアセンターに事前連絡し、ボランティア活動への参加方法や注意点について確認してください。

## 安全・体調の管理

被災地での活動は、危険が伴うことや重労働となる場合があります。安全や健康については自分自身で管理することを理解したうえで参加してください。

体調が悪ければ、参加を中止することが肝心です。

## 宿所・食事の確保

被災地で活動する際の宿所は、ボランティア自身が事前に被災地の状況を確認し、手配してください。水、食料、その他身の回りのものについてもボランティア自身が事前に用意し、携行してください。



## ボランティア登録

被災地に到着した後は、必ず災害ボランティアセンターを訪れ、ボランティア活動の登録を行ってください。

## 現地の情報収集

被災地における緊急連絡先・連絡網を必ず確認するとともに、地理や気候等周辺環境を把握したうえで活動してください。

## 被災者への配慮

被災地では、被災した方々の気持ちやプライバシーに十分配慮し、マナーある行動と言葉づかいでボランティア活動に参加してください。

## 組織的な行動

被災地では、必ず災害ボランティアセンターやボランティアコーディネーター等、現地受け入れ機関の指示に従って活動してください。単独行動はできるだけ避けてください。組織的に活動することで、より大きな力となることができます。

## 災害ボランティア保険

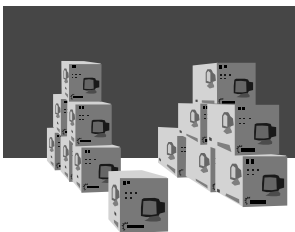
まずは事故に合わないよう、休憩等に心がけ、無理な活動をしないようにしましょう。

また、事故が起きた時の備えとしてボランティア活動保険の天災タイプに加入してください。加入は、安平町社協で手続きできます。(現地ボランティアセンターの負担にならないよ

う、できるだけ事前に安平町社協で加入してください。)

## 支援物資の注意

被災地に、個人から多くの物資が送られると、仕分けの困難さ等がかえって、被災地に大きな負担をかけることがあります。現地によく確認して、必要な物資を的確に送ってください。現地に何の連絡もせずを送付することは厳禁です。





思いやりと、誰もが安心して暮らせる  
福祉のまち <sup>あびら</sup>安平

ボランティアガイドブック  
Abiranteer～あびらんていあ

平成 26 年 1 月 30 日 第 2 版

発行元 社会福祉法人 安平町社会福祉協議会

本所 〒059-1501 北海道勇払郡安平町早来大町 41 番地 かし  
館内

電話 0145-22-3061

Fax 0145-26-2915

URL <http://www1.ocn.ne.jp/~abirasha/>

Mail [abirashakyo@able.ocn.ne.jp](mailto:abirashakyo@able.ocn.ne.jp)

追分支所 〒059-1931 北海道勇払郡安平町追分  
中央 1 番地 40 ぬくもりセンター内

電話 0145-25-2263

Fax 0145-25-4133