



ハーティ

# 富山市 ボランティア センター

ハーティは富山県ボランティア活動マスコットマークです

富山市社会福祉協議会では、5か所のボランティアセンターを開設しています。ボランティアセンターは、ボランティア活動への参加を広く呼びかけたり、ボランティアグループやボランティア個人に対して支援したりすることを目的としています。ボランティアに関することは、ボランティアセンターにご相談ください。

## も く じ

- 1 ボランティア活動をはじめよう！ …… 1 P
- 2 ボランティアセンターの役割 …… 2 P
- 3 ボランティアセンターのしごと …… 3～6 P
- 4 安全なボランティア活動のための10大ポイント …… 7 P



# 1 ボランティア活動をはじめよう！



「何をしたいのか」  
を考える

自分が興味を持っていることや、自分にできることを探してみよう。



「いつ活動できるのか」  
を考える

活動できる頻度や時間を考慮して活動しよう。家族などに理解を求めよう。



「どこで活動するのか」  
を考える

自分が無理をしない範囲で活動しよう。

## ボランティア活動の心構え

### ①自分にできることから…

ボランティア活動は特別なことではありません。まずは自分の身の回りに目を向けて、小さなことから始めましょう。

### ②相手の気持ちを…

ボランティア活動は、相手と会話をして、相手の気持ちを考えて行動することが大切です。また押しつけは禁物です。

### ③無理をしないで活動を…

ボランティア活動は、短時間ですぐに成果が現れるものではなく、継続して行うことで成果も現れてきます。自分の時間や目的に合わせて無理のない活動をしよう。

### ④責任ある活動を…

活動先の決まりや約束を守りましょう。悩みごとができたなら一人で抱え込まないで活動先の人やボランティアセンターに相談してみよう。

### ⑤秘密を守ることから信頼関係へ…

活動を通して知りえた個人情報を他言してはいけません。相手からの信頼そのものを失います。相手の立場を考え、思いやりの気持ちをもつことが信頼関係を深めます。

### ⑥家族や周囲の理解を…

ボランティア活動は時によって、休日や長時間にわたる場合があります。活動を継続するためにも家族や仕事を犠牲にした活動とならないように十分理解を得てから取り組みましょう。

### ⑦学習しよう…

何のための活動なのか、まわりの人の立場や気持ちを考えながら、自分の活動を振り返って評価をし、新たな活動に活かして自分も成長しよう。

### ⑧謙虚な気持ちで…

長く活動を続けていると「してやっている」という傲慢な態度になりやすいので、いつも初心を忘れずに謙虚な気持ちを持って活動に心がけよう。

### ⑨安全対策を怠らないように…

活動内容の点検や潜在的な危険の予防、緊急時の処置方法などの安全対策も必要です。また、ボランティア活動保険に加入し、安心して活動に取り組もう。

### ⑩みんなに知らせよう…

ボランティアを始めたいと思っていてもどうすればよいかわからない人がまだまだ沢山います。ボランティア活動についてみんなに知らせることも大切です。ボランティアの輪を広めよう！

## 2 ボランティアセンターの役割

ボランティアセンターでは、ボランティアコーディネーターや専門の相談員がボランティア活動に関する相談に応じています。

### 「相談・紹介」

ボランティア活動を始めたい人、ボランティアを必要としている人や施設からの相談を受け付け、必要に応じて紹介します。



### 「情報収集・提供」

ボランティア募集やボランティア活動者の紹介などの情報提供を行います。ホームページやフェイスブックでも情報を発信しています。



### 「調査・研究」

ボランティアの現状を知るための調査、ボランティアに関するニーズ調査を行い、これからのボランティアについて研究します。



### 「講座・研修会」

ボランティア活動について学びたい人、すでに活動中の人に、ボランティア講座や研修会を開催しています。



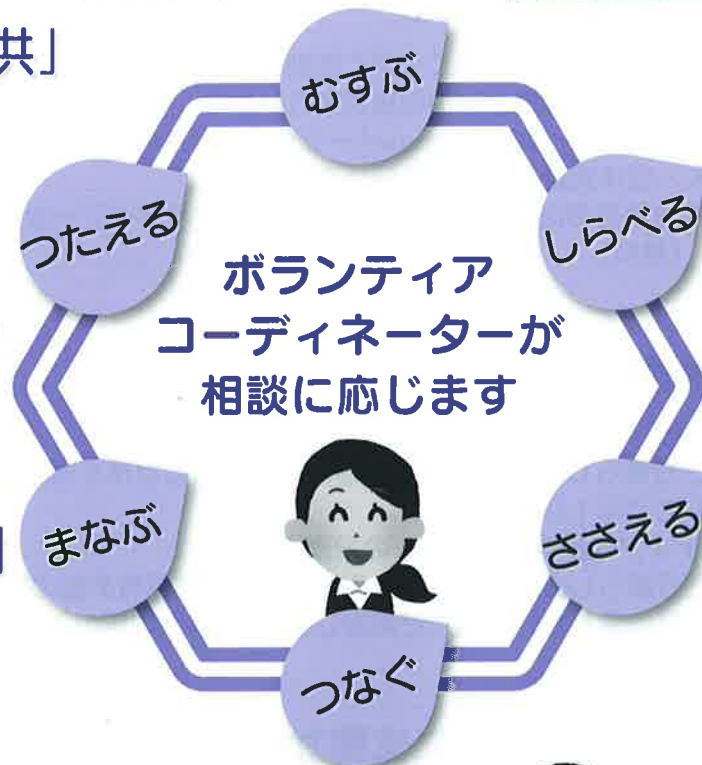
### 「連絡調整」

ボランティア活動の推進を図るために、ボランティアグループや関係機関等との連絡調整を行っています。



### 「活動支援」

ボランティア活動に必要な機材・備品の貸出、活動の場の提供、会議室や印刷機の貸出、活動資金の助成情報やボランティア活動保険の取り扱いを行います。



これだけは  
知っておこう!

## 災害ボランティアに関心がある方へ

発生直後は特に被災地は混乱していることが多いため、やみくもに現地に向かうのではなく、まずは情報を集めることが大切です。

### 正しい情報入手

事前の的確な情報を入手してください。

### 十分な準備

災害によって活動時に必要な服装が違いますので、十分な準備をお願いします。

### ボランティア保険

被災地に行く前に加入しましょう。

### 識別できる服装

ボランティア活動中であることが識別できるようにすることが大切です。

### 必要な支援物資

支援物資は、現地が必要とされている場合のみ送付してください。

### 募金は大切な支援

被災地で活動するだけでなく、募金は大切な支援の一つとなります。



# 3 富山市ボランティアセンターのしごと

## ボランティア情報誌の発行

身近なボランティア情報や施設等のボランティア募集情報を掲載した『ボランティア情報誌』を奇数月に発行、また、センターに登録されているボランティア団体・個人の活動を紹介する『ぼらんていあの声』を年2回発行し、市内地区センター、学校、施設などに配布します。

## ボランティア情報サービス

ボランティアを必要とする施設等のニーズと活動を希望する個人・グループのニーズの需給調整を円滑に行うため、ニーズ調査及び情報提供を行います。

また、ボランティアセンター独自のホームページ(<http://www.toyamacity-vc.jp/>)により、様々な情報発信や個人・団体登録への啓発を図っています。

市内の希望する視覚障害のある方へ、音訳ボランティアがデイジー版CDやテープに録音し毎月郵送貸出します。(無料)

## 建具修理・除排雪ボランティアの派遣

### ① 建具修理ボランティアの派遣

75歳以上のひとり暮らしの方で建具の修理に困っている世帯を対象に、「富山地区建築組合青年部協議会」の協力で年1回実施します。

### ② 除排雪ボランティア（屋根雪おろし）の派遣

60歳以上のひとり暮らしの方や高齢者のみの世帯等、要援護家庭の屋根雪の除排雪を「建設ボランティアクラブ富山建友会」の協力で実施します。(富山地域のみ)

## おらっちゃ雪かき隊（主に玄関から生活道路までの除雪）

自力で除雪が困難なひとり暮らし高齢者世帯等を対象に、市民から募った除雪ボランティアを派遣します。また、市民のボランティア意識の高揚を図ることも目的としています。

## 生活支援ボランティア「ささえサン」の派遣

ちょっとした困りごとのある高齢者世帯等に、市民から募ったボランティアを派遣します。

対象者／近隣に親族などがない方や地域の助け合い（ケアネット活動）の支援が得られない方など

活動内容／専門的な技術や知識を必要としない1時間以内でできる不定期な活動  
例えば…

- 家具の移動や簡単な組み立て
- 家周りの小修繕（蛍光灯交換）
- 低木の枝落とし
- 窓ふき など



## ボランティア講座の開催

ボランティア活動を始めたい人や関心のある人への活動参加のきっかけづくりとして、またボランティアの育成のため、知識と技術を学ぶ場を提供します。

- 手話講座
- 点訳講座
- 音訳講座
- 傾聴ボランティア養成講座
- 災害ボランティア・支援者養成講座
- ほか



## サマーボランティア体験

社会福祉やボランティア活動への理解と関心を深めてもらうために社会福祉施設でのボランティア体験を行います。幅広い年代の方々にも生きがいや社会参加のきっかけとなるような場の提供を行います。

活動期間／7月下旬～8月末の間で連続5日以上

参加対象／市内在住または市内に通勤・通学する高校生以上の方

活動先／市内にある特別養護老人ホーム、児童養護施設、障害者施設、ほか多数



## 災害が起きたときの支援

大規模な災害が起きた時に、富山市、富山市災害ボランティアネットワーク会議と協議し、災害ボランティアセンターを立ち上げ、運営します。その運営が円滑に行われるよう、日頃から訓練や研修会などを行います。

また、必要に応じて災害ボランティアコーディネーターとして社協職員を被災地へ派遣しています。



## ボランティア活動強調月間

10月を「ボランティア活動強調月間」と位置づけてボランティア活動を広く市民にPRし、ボランティア活動の啓発・啓蒙に努めます。



# あなたもボランティアセンターに登録しませんか？

登録すると、いいこといっぱい！～7つのメリット

- ①ボランティア活動保険の掛金を一部助成します！  
ボランティア活動保険は、活動中のケガや損害賠償責任を補償する保険です。  
万が一のため、加入をお勧めします。
- ②活動に必要な機材・備品購入のための助成金情報を提供
- ③活動のための情報提供、活動先の紹介
- ④ボランティア活動のPRやお知らせを掲示することができます。  
(富山市総合社会福祉センター 1階ロビー「ボランティアのひろば」)
- ⑤活動のために使用（練習や会議など）する場所が低料金で使用可能
- ⑥ボランティアに関する講演会、活動者同士の交流会の開催を案内
- ⑦毎年開催される社協主催のイベント「ふれあい広場」でのPR活動

### ボランティア活動の魅力

さまざまな出会い、新しい発見や学びがあり、やりがいと充実感が得られるとともに、豊かで潤いのある社会づくりに貢献することができます。

#### 掲示板

ボランティアのPRができる  
なんでも掲示板です。



●ホームページ「富山市ボランティアセンター」で検索してください。



## 福祉の講師派遣事業

小・中学校や地域の各種団体、企業などに福祉の講師を派遣し、福祉への理解と関心を深め、「思いやりの心」や「ともに生きていく心」を育むことを目的に実施しています。



- 対 象：**富山市内の小学校・中学校・高校・支援学校等及び地域の各種団体。  
**申 請：**派遣を希望する時は、福祉の講師派遣事業実施計画書兼承認通知書（所定の様式が必要）を原則として2か月前までに富山市社会福祉協議会に提出。  
**時 間：**派遣は1回につき1時間程度。  
**費 用：**講師謝礼・交通費は富山市社会福祉協議会が負担する。  
**報 告：**派遣を受けた学校・団体は、当該事業終了後1か月以内に福祉の講師派遣事業実施報告書（所定の様式が必要です）を富山市社会福祉協議会に提出。



No.	講座名	講座の内容	講師	No.	講座名	講座の内容	講師
1	車いす体験	●車いすの操作方法や注意事項 ●車いす介助体験	富山県義肢製作所	13	富山型デイサービスってなあに？	●年齢や障害の有無にかかわらず、住み慣れた地域で暮らし、若い、生きることは ●富山型デイサービスの特徴	富山型デイサービス職員
2	高齢者疑似体験	●疑似体験を通じて高齢者を理解する	理学療法士	14	レクリエーション講座	●サロンや研修などで気軽に楽しむコツ	レクリエーションコーディネーター
3	点字ってなあに？	●点字体験 教材費一人当たり、10円程度負担をお願いします	点訳サークル「アイサポートkirara」	15	子どものお金教育	●お金の役割・大切さを理解し、適切なお金の管理などを学ぶ	金融広報アドバイザー
4	手話ってなあに？	●聴こえないってどんなこと？ ●聴覚障害者の生活	手話サークルとわの会	16	収集ボランティアについて	●古切手の収集について ●インクカートリッジについて等	収集ボランティアグループ
5	盲導犬ってなあに？	●視覚障害者の生活について ●盲導犬ユーザーとして	盲導犬ユーザー	17	福祉推進員について	●役割と活動内容	富山市社会福祉協議会職員
6	視覚障害者への理解	●雅楽演奏 ●障害者登山、マラソン等について	元国語教諭 坂田清さん	18	ケアネット活動について	●ご近所助け合い活動のすすめ方	
7	こころのバリアフリー	●実体験をとおしての命の尊さ ●障害児・者への理解	大山地区身体障害者協会 坂本倫章さん	19	ふれあいサロンの立ち上げ方	●ふれあいサロンの効果 ●運営のポイント	
8	車椅子使用者からみた今のまち、昔の町	●車椅子での生活を通じて感じた「まち」のあれこれ ●当たり前前に生活している「まち」を見直すきっかけに	NPO法人 文福理事長 八木勝自さん	20	ボランティア活動ってどんなこと？	●ボランティア活動のポイント ●ボランティアセンターの役割	
9	障害者からみた社会	●肢体障害者の生活について	富山市身体障害者福祉協議会	21	社協の総合相談	●就労や生活などでお困りの方の総合的な支援を行う社協の相談事業を紹介	
10	介護の職場について	●福祉施設の仕事 ●介護の現場について	富山県老人福祉施設協議会 富山ブロック	22	成年後見制度について	●制度の内容と利用方法	
11	老人ホームってどんなところ？	●老人ホームへ行ってみよう（施設見学）	富山県老人福祉施設協議会 富山ブロック	23	日常生活自立支援事業について	●事業の内容と利用方法	
12	いい聴き方ってなあに？（傾聴）	●人の話をじっくり聴ける傾聴のコツ	傾聴ボランティアピアの会 松岡節子さん	24	共同募金	●赤い羽根共同募金の仕組みと使い道	

※ 対象学年、人数、時間などは事前にお聞かせください。  
 ※ 車いす、高齢者疑似体験グッズ、点字板は依頼者でご準備ください。いずれも富山市社会福祉協議会で貸出しています。（要予約）  
 ※ その他ご希望があればお問い合わせください。



## 福祉機材の貸出

地域活動で必要となる機材（視聴覚機材、イベント用機材など）を広く市民に無料で貸し出しています。

利用の対象：市内在住の方で富山市社会福祉協議会長が必要と認めた方。

利用の期間：原則として7日以内。ただし、7日を超える場合は市社会福祉協議会にご相談ください。

利用料：原則として無料。利用中の機材等の破損等は、すべて利用者の責任において修復することとし、事故、盗難等が発生した場合、利用者が一切の責任を負うものとします。

申し込み：6ヶ月前から受付。事前に申請書の提出が必要です。

### 本所保管

	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量
調理器具 資機材	綿菓子機	1	ポップコーン機	1	かき氷機	2	スクリーン	2	メガホン	2
	たこ焼き器(84穴)	1	焼き鳥機	1	グリドル(大 ヘラ付2)	1	CDラジカセ	1	電工ドラム(大2、小2)	4
	グリドル(小)	1	テント小(1.5間×2間)	4	組立式合板	40	ワイヤレスアンプ	2	プロジェクター	2
レク	輪投げ	3	安全ボーリングセット	1	フライングディスクドライブ	1	釣りっこゲームV	1	たいこ相撲	1
	ディスクゲッター9	1	回転式アニマルダーツ	1	マグダーツ	1	ピンゴゲーム	1	カーレット【ライト版】	1
	ピンダー	1	スカットボールセット	2	バグダー	1	福祉図書	多数	釣りっこゲームII	1
	ディスクコンゲーム	1	ソフトチーズボード	1	スカイクロス	1				
福祉	シニア体力測定用具セット	1	点字器	40	高齢者疑似体験セット(キッズ)	20	高齢者疑似体験セット(大人)	6		

### 大沢野細入支所保管

	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量
調理器具 資機材	電気炊飯器(2升)	1	鍋(大・φ36cm)	4	鍋(中・φ30cm)	5	プラスチックトレイ	99		
	ザル(大・φ40cm)	3	ザル(中・φ30cm)	3	ザル(小・φ20cm)	3				
レク	友・遊ボウリング	1	ディスクゲッター9	1	ナンバーピッチング	1	アゴゴ	1	ファミリー卓球台	1
	ストラックアウト	1	手裏剣ダーツ	1	スカットボールセット	1	マレット	1	鈴	5
	ディスクコンゲーム	1	ラダーゲッター	2	カーレット【ライト版】	1	パッファロードラム	1	タンプリン	1
	スクヤキ・ジャンケンゲーム	1	魚魚あわせ	1	たいこ相撲	3	カスタンネット	1	キーボード	1
	釣りっこゲームI	1	釣りっこゲームII	1	羽根っこゲーム	1	トライアングル	1	マラカス	22
	ゲームレール	1	バリアフリー地球儀	1	皿回しセット	14	マラカス	22		
福祉	シニア体力測定用具セット	1	点字器	40						

### 大山支所保管

	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量
資機材	丸椅子	15	スクリーン	1	CDラジカセ	2				
レク	輪投げ	2	ワーリング	1	布製ボウリングセット	1	開運お手玉ボード	1	ピンゴゲーム	1
	ディスクゲッター9	1	フープディスクゲッター	2	スマイル射的	1	パネルシアター	1	点鳥ルーレット	1
	マグネット式ダーツ	2	安全ソフトダーツ	1	スカットボールセット	1	手のひら健康パレー	2	ゲームレール	1
	バグダー	1	ディスクコンゲーム	1	ソフトチーズボード	1	パーラック	4	お手玉	多数
	カーレット【ライト版】	1	唱歌かるた	2	思い出かるた	3	布製サイコロ	7	打楽器セット	1
	思い出かるたII	1	思い出かるたIII	3	思い出かるたVI	1	紅白の玉	1	羽根っこゲーム	2
	大きなトランプ	1	野菜カード	1	スクヤキ・ジャンケンゲーム	1	ボール	20	イカグリボール	20
	日本トランプ	3	たいこ相撲	1	マンカラDX	5	童謡と唱歌の本	各1	釣りっこゲームII	1
	エルジバズル	1								
	福祉	シニア体力測定用具セット	1	体脂肪計	2	自動血圧計	6	アイマスク	18	

### 八尾山田支所保管

	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量
調理器具 資機材	綿菓子機	1	ポップコーン機	1	プロジェクター	1				
レク	輪投げ	2	スマイル射的	1	マグダーツ	1	十二支ピンゴゲーム	1	羽根っこゲーム	3
	安全ソフトダーツ	1	スカットボールセット	3	カーレット【ライト版】	2	釣りっこゲームI	1	唱歌かるた	1
	釣りっこゲームII	1	野菜カード	1	ジェンガ	1	釣りっこゲームII	1		
健康福祉	高齢者疑似体験セット(大人)	4	白杖	15	アイマスク	30				

### 婦中支所

	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量	品名	数量
調理器具 資機材	綿菓子機	2	かき氷機	1	ワイヤレスアンプ	1				
レク	輪投げ	3	ストライクボーリング	1	ディスクゲッター9	1	マンカラ	5	富山弁かるた	1
	マグダーツ	2	スカットボールセット	2	バグダー	1	マンカラDX	1	たいこ相撲	1
	ディスクコンゲーム	1	ラダーゲッター	1	ソフトチーズボード	1	鳴子	70	白黒ゲーム	1
	カーレット【ライト版】	1	唱歌かるた	1	思い出かるたI	1	羽根っこゲーム	1	点鳥ルーレット	1
	思い出かるたII	1	大きなトランプ	1	野菜カード	1	釣りっこゲームI	1	釣りっこゲームII	1
	スクヤキ・ジャンケンゲーム	1	防災グッズ・カードゲーム	1	どうぶつあわせ	1				
	健康	シニア体力測定用具セット	1							

# 安全なボランティア活動のための 10大ポイント

- ① 転倒防止のため、日頃から体力づくりに努めましょう。
- ② 足元の安全を確認する習慣をつけましょう。
- ③ 自転車の運転には細心の注意を払いましょう。
- ④ 活動当日の体調を把握しましょう。
- ⑤ 活動内容に適した服装を心がけましょう。
- ⑥ 準備運動で身体をほぐしてから活動しましょう。
- ⑦ 今の自分にできることか、見極めながら活動しましょう。
- ⑧ 疲れを感じたら、必ず休憩しましょう。
- ⑨ 不用意に犬に近づくのはやめましょう。
- ⑩ ヒヤリとしたこと、ハツとしたことはメンバー内で共有しましょう。

## ボランティア活動についての問い合わせは

### 富山市ボランティアセンター



住所：〒939-8640 富山市今泉83-1  
TEL：076-422-2456  
FAX：076-422-2684  
<http://www.toyamacity-vc.jp/>  
メール t.volunteer@toyama-sfk.jp



### 大沢野細入ボランティアセンター



住所：〒939-2224  
春日96-1  
TEL：076-467-1294  
FAX：076-468-3563

### 婦中ボランティアセンター



住所：〒939-2603  
婦中町羽根1105-7  
TEL：076-469-0775  
FAX：076-469-0779

### 大山ボランティアセンター



住所：〒930-1312  
上滝523-1  
TEL：076-483-4111  
FAX：076-483-4155

### 八尾山田ボランティアセンター



住所：〒939-2376  
八尾町福島200  
TEL：076-454-2390  
FAX：076-454-2356