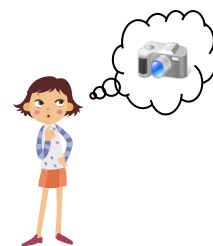


## 活動にあたり

1. 私たちは同じ志をもった仲間です  
交流を深め、お互いの行動に気を配り得意な分野は率先して協力し、助け合  
って活動しましょう。そして単独行動は慎みましょう。
2. 現地の人々へ配慮しましょう  
地元の人々からすると、私たちはボランティアとは言え『見知らぬ来訪者』  
です。安心して受入れていただけるよう、自ら挨拶をしましょう。  
私たちの不用意な発言や振る舞いで、人を傷つけることのないよう配慮しま  
しょう。
  - ◆ プライバシーに配慮  
見聞きした個人情報は、活動終了後他で話すことは避けて下さい。
  - ◆ 写真撮影について  
撮影する際は住民の人々の気持ちを考え、常に周りから見られてい  
るという意識を持ち、粛々と記録として撮影してください。  
住民の人々との記念撮影など行う場合は、本人に了解を取ってから  
スタッフに一声掛けてください。
3. 自己完結・自己責任を実践しましょう  
自分自身の身の回りの安全管理や健康管理について気を付け、他の参加者に  
心配や迷惑を掛けないようにしましょう。健康あってのボランティア活動で  
す。  
活動を開始するとつい夢中になりがちです。スタッフも適宜声かけはしま  
すが、自分自身でも無理することなく、柔軟に対応をしてください。  
万が一、けがをしたときはスタッフに声を掛けてください。  
ゴミの持ち帰りはもちろん、私たちが行う活動の他、現地に気遣いや迷惑を  
掛けないようにしましょう。活動結果以外何も残さないようにしましょう。
4. 現地でのボランティア活動の目的を明確にしましょう  
私たちの活動は、現地の人々が日常を取り戻すためのお手伝いです。必要以  
上に手を出すことは、自立を妨げることになります。  
生活実感を取り戻し、未来に目を向けることが出来るようになること。  
孤独感、孤立感を和らげ、希望の気持ちが持てるようになること。  
外に出るきっかけとなり、笑顔を取り戻すその過程で何かお手伝いになれる  
こと。 など



## 5. 自己満足だけでおわらせないようにしましょう

「やってあげる」ではありません。相手とは対等な立場で、協力者として接しましょう。

活動時間には限りがあります。物足りなさを感じるかもしれませんが、それもボランティア活動であると理解しましょう。

状況によっては作業ができないこと、途中で作業を終わらせることもあります。そのような体験を帰ってきてから周りの人に伝えることもボランティア活動です。

## 6. 聞くことも大切です

住民の方々が話しをしようとしていたら、活動の手を止めて聞くようにしましょう。話しをするのがその方にとって心の支えになっている場合があります。『傾聴』が大切になります。

### 《傾聴ボランティアの注意点》

- ① 途中で会話を妨げない、共感する姿勢で話す。
- ② 相手の気持ちを聴き、感情をありのまま受け止める
- ③ 無理に聞き出すことは避ける
- ④ 安易な励ましや助言は避ける



## 7. もしものことを考えましょう

活動中、事故に遭わないために安全確認をしましょう。気になることがあったら、自分だけで判断せずにスタッフに相談してください。

大きな地震が起こったら、まず自分の身を守る行動をとってください。スタッフは、速やかに情報の収集（ラジオ・防災無線などで）を行い次の行動を決定します。

## 8. アルコールはガマン

ボランティアではお酒は控えてください。バス出発時に酔っているとみられるかたは、乗車をお断りする場合があります。