



ボランティアする際の心構え

1. 「してあげる」ではなく自分のために

ボランティアは良いことですが、善意の押しつけになってはいけません。自分の思い込みだけではなく、まず何事も相手の気持ちを察してみるようにしてください。

2. あいさつはきちんと

仲間だけでなく、利用者の方や他のボランティア仲間とも打ち解けるためにも、あいさつをしましょう。

3. 遅れたり休む時には連絡をする

受け入れる側は人数を調整したり、準備をしているので、どうしても休んだり遅れたりする場合は事前に受け入れ先に電話を入れるようにお願いします。

4. 約束、ルールは必ず守る

相手がある活動として何事も責任が伴います。活動内容や時間、持ち物や服装等、いろいろな約束事がありますが目的のためや安全を配慮して決められたものだから必ず守りましょう。

特に、活動で知り得た個人情報をむやみに話さないなど、個人情報には気を付けるようにお願いします。

5. わからないことは聞く

最初はわからなくて当たり前です。聞かずに勝手な判断ですすすめると迷惑をかけることがあります。わからないことは周りの方に聞いてください。

6. いろんな人と交流を

初めての方とは気恥ずかしいかもしれませんが、出会いの貴重な機会ですから交流を大切にしましょう。(ただし、活動中のおしゃべりはほどほどに…。)

7. 無理なく継続できる計画を

長続きの秘訣は無理しないことです。自分の生活にあったペースで行動できるように調整しましょう。特にご家族に理解、協力してもらうように、きちんと話しておくことも大切です。

8. 相手を認め、立場を尊重する

考え方の違う方がいたり、好き嫌いが表れてしまうのは仕方ないかもしれません。ですが、共通の目標があつてのボランティア活動ですから、それを忘れないでそれぞれの事情や性格の違いを認め合うことが大切です。