

# 心の種、咲かせてみませんか

## ―ボランティアはじめの二歩―



東日本大震災をはじめとする被災地での活動が報道され、注目を集めているボランティア活動。「人助け」「災害地での活動」「活動が大変」などのイメージがあるかもしれませんが、それだけボランティアではありません。今回は意外と身近にあるボランティア活動を紹介します。



●お問い合わせ／市まちづくり推進課地域づくり係 ☎26-5725、酒田市社会福祉協議会 ☎23-5765、酒田市ボランティアセンター〔酒田市地域福祉センター内 ☎24-2626〕〔交流ひろば内 ☎43-8165〕

### 意外と身近なボランティア

あなたは「ボランティア」というと、どんな活動を思い浮かべますか？

#### ●多様なボランティア活動（一例）

- 【高齢者・障がい者支援】
- 食事サービス・こみ出し・除雪などの日常生活支援、見守り・訪問活動、社会参加支援、絵手紙、傾聴、点訳、朗読、手話など
- 【子ども・青少年のために】
- レクリエーション活動、子供会育成、読み聞かせ、保育・託児協力、地域での子育て応援、学習支援など
- 【災害などでの被災者の支援】
- 被災家屋・農地の片付け、生活支援、被災者（地）との交流、支援物資の拠出・仕分け、募金活動、避難者の支援など
- 【自然・環境保護】
- 道路・公園・森林・河川（敷）・海浜などの清掃、動物保護など
- 【芸術文化・健康づくり活動】
- 伝統文化の継承、軽スポーツ・レクリエーションによる健康づくりなど
- 【安全・安心なまちづくり】
- 防災活動、防犯、交通安全など
- 【国際交流】
- 国内に住む外国出身者への支援活動など

こんなにたくさんあるんだね!



大規模・多人数・長期間の活動を思い浮かべて敬遠してしまいがちですが、生活のあらゆる場面に存在するボランティアは、本来もっと身近なもの。「こうしたらもっと（生活・地域・社会などが）良くなるのでは」「あの人（誰か）のために何かがしたい」「これなら自分にもできるかも」という気持ちをあなたが抱いたら、それはもう、立派な「ボランティアの種」です。





## みんなで広げようボランティアのふるさと —酒田市ボランティアセンター—

生活のさまざまな場面に存在する「ボランティアの種」。その種を見つけていても、なかなか一歩を踏み出せないでいる人も多いのでは。そんなときは酒田市ボランティアセンターに相談してみましよう。

### ボランティアセンターって どんなところ？

酒田市社会福祉協議会が運営する酒田市ボランティアセンターでは、市のボランティア振興のため、さまざまな事業に取り組んでいます。

**主な業務**／ボランティア・市民活動に関する相談の受け付け（ボランティアをした人にとって必要としている人のマッチングなど）、ボランティア関連の講座の企画・実施、情報発信、活動者の交流の場づくりなど  
窓口／酒田市地域福祉センター（新橋二丁目）、交流ひろば（中町三丁目）

### あなたのボランティア魂に 灯をつける!! かもしれない!?

「ボランティアをやってみたいがどうすればいいかわからない」「どんな感じか体験してみたい」という人のために、ボランティアセンターでは、

ボランティア体験会を実施しています。体験会のサブタイトルは「あなたのボランティア魂に灯をつける!! かもしれない!」。参加者からは「人の役に立ちたいという気持ちが強まった」「また参加したい」などの感想が寄せられています。今後も開催予定ですので、参加して、ボランティア魂に灯をつけてみては?

酒田市ボランティアセンターでは、ボランティアに取り組んでいる方ももちろん、ボランティアに興味を持っている方の相談も受け付けています。皆さんそれぞれの参加の形を一緒に考えます。スタッフ一同お待ちしております。



気軽に相談  
してください!



▲酒田市ボランティアセンタースタッフ

## さまざまなボランティアのカタチ — 心に種を持つあなたへ —

取り組む人の数だけ、ボランティアの形は存在し、その動機やきっかけもさまざまです。市内在住の3人の方に話を聞きました。

### 地域への思いを後世へ



三十六区自治会官軍墓地を守る有志  
代表代理 高橋政光氏

われているもの。まだボランティアの概念などなかった時代、地域を良くするための活動は、人々にとって当たり前のものであったと思います。現在、保全活動に携わる人々も「先輩がやってきたことを続けているだけ」と言っています。

### ●活動の後世へ

現在、保全活動に従事している方々の高齢化が進んでいます。私は、墓地と保存活動の歴史を調査していますが、それは地域の若い人や、他地域の人に活動を知ってほしいからです。

明治時代の戊辰戦争で酒田に駐留した官軍のうち、病気で亡くなった8人の兵士が、南新町一丁目地内、光丘神社裏にある墓地に眠っています。この墓地の保全活動を行っており、平成26年度公益のまちづくり賞を受賞した「三十六区自治会官軍墓地を守る有志」の高橋政光代表代理に話を聞きました。

### ●「当たり前」を150年

墓地の保全活動は、約150年前から継続して行われていると思います。

以前は墓地の周辺に草木が生い茂ったこともあったようですが、現在は、地域の老人クラブ「山王寿楽会」や「山王森の緑を育てる会」の協力で、樹木の整備や清掃が行き届いています。また春と秋の彼岸に、地域の方が花をお供えます。

これらの活動は、全て自主的に

行っています。若い世代は仕事、子育てと忙しいと思いますが、活動を知り、地域の歴史遺産を守り伝えてほしいと思います。



▲清掃が行き届いた官軍墓地

## 被災者の心に寄り添う歌声



SAKATAローゼンコール  
代表 佐藤留美子氏

東日本大震災の被災地である、宮城県七ヶ浜町を訪問し、歌を通じて慰問活動を行っている団体「SAKATAローゼンコール」。代表の佐藤さんに活動の内容を聞きました。

### ●ステージではなく同じ目線で

SAKATAローゼンコールは、1988（昭和63）年、市立第三中学校の学校関係者や保護者などを中心に結成、定期演奏会の開催、市内で開催される音楽祭への出演などの活動を行ってきました。現在のメンバーは、30代〜70代の25人です。

東日本大震災の後、自分たちに何かできることはないかと考えました。思い浮かんだのは「歌」。自分の考えを他のメンバーに提案したところ、全員が賛成してくれました。以来、年2回、これまでに5回被災地を訪問し、現地の方とも顔見知りになりました。

私たちの活動の場は、仮設住宅に

隣接する集会場。集まってくれる方と同じ目線で、童謡や唱歌、懐メロなどを一緒に歌い、手遊びや、簡単な楽器で楽しんでいきます。

### ●「また来てね」

初めのころは、歌を聞いて泣いてしまう人が多く、歌や言葉の選択に迷いました。しかし、最近では泣く方はほとんどいなくなり、心の状態が少しずつ回復しているのを感じます。活動は一度きりではなく、継続することに意味があるのだと思います。「また来てね」の言葉は、何よりの喜びです。

ボランティア活動に興味を持ちながら、どうすればいいかわからないという人は多いと思います。私たちも最初はそうでした。

私たちは一緒に活動する仲間を探しています。興味がある方の連絡を待っています。一緒に歌いましょう。



▲七ヶ浜町での慰問活動の様子



## 誰かのために、できること

さまざまなボランティア活動を行っている人がいます。活動の動機や、続ける秘訣を聞きました。

### ● ボランティアを楽しむ

私は現在、音訳ボランティア、傾聴、絵手紙、読み聞かせなどの活動を行っています。15年、16年前に「誰かのために何かできることがあれば」と思い立ち、音訳ボランティアサークル「風と光と」の門をたたいたことです。それ以来、広報紙や地域の新聞などの音訳を行っています。

仕事をしているので、自分の都合に合わせてできる活動が中心。「誰かのために」も重要ですが、長く続けるためには自分が楽しむことが重要。私の活動はそういうものを中心となっています。

以前介護タクシーの仕事をしてたとき、役に立つのではと傾聴を学び、以来、訪問活動をしています。絵手紙は、一人暮らしのお年寄りへ



小林順子氏



▲バリエーション豊かな絵手紙

配られる弁当に添えるものですが、筆だけではなく割り箸などさまざまな素材・技法で、楽しんで描いています。月に一度、施設を訪問して読み聞かせでは、私の訪問を待っていてくれる人の存在が、活動を続ける大きな活力になっています。また活動を通じて出会った仲間との絆もかけがえのない財産です。

楽しいことが多いボランティア活動ですが、無償の活動とはいえず、相手のあることなので、行けないときは連絡するなど、最低限のマナーは必要です。

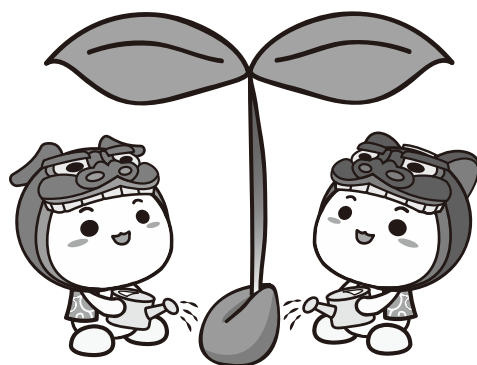
### ● やりたいことをできる範囲で

「忙しい」「定年になってから」などと言わず、今のうちにやりたいことを見つけてほしいと思います。興味を持ったなら、ボランティアセンターなどの事業に参加して体験してみてもいい。できることを無理のない範囲で続けることがボランティアの秘訣だと私は思います。

## 心の種、咲かせてみませんか

「地域を良くしたい」「誰かのために」「楽しむ」「出来る範囲で」きっかけや動機、活動の内容は人によってそれぞれで、取り組む人の数だけ、ボランティアの形はあります。

心にボランティアの種を感じたら、少しだけ勇気を出して一歩を踏み出してみましよう。



## 今年予定されているボランティア関連のイベント

【酒田市ボランティアセンター関連】 ☎43-8165  
(土曜・日曜日、祝日を除く8:30~17:15)

### ● 第2回しりあうつながる何か生まれる!! かもしれない!? 交流会 ーボランティア・市民活動交流会ー

日時/2月21日(土)午後3時~6時30分(2時30分開場) ▶場所/酒田市地域福祉センター ▶対象/ボランティア・市民活動団体の方、これから活動してみたい方、興味のある方 ▶定員/先着50人 ▶内容/活動紹介、交流会など ▶費用/1,500円 ▶申し込み/2月13日(金)まで酒田市ボランティアセンターへ

### ● バルーンアートお試し講座

日時/3月21日(祝)午後1時30分~3時30分 ▶場所/酒田市地域福祉センター ▶対象/中学生以上のバルーンアート初心者 ▶費用/200円  
◆詳しくは酒田市ボランティアセンターへ問い合わせください。

### ● 夏のボランティア体験

開催期間/7月~8月(予定) ▶内容/ボランティア活動の体験  
◆詳しくは酒田市ボランティアセンターへ問い合わせください。

### 日向地区除雪ボランティア

活動日/2月14日(土) ▶作業時間/午前9時20分~午後0時30分  
◆詳しくは本紙12ページを参照するか、市福祉課地域福祉係 ☎26-5731へ問い合わせください。

### SAKATAローゼンコール被災地慰問活動

時期/5月、11月(予定) ▶場所/宮城県七ヶ浜町  
◆詳しくはローゼンコール、佐藤へ ☎24-2907。