

し ころ じゅっ か じょう 知っておきたい心がまえ十ヶ条

1 じぶん あ み まわ
自分に合った身の回りのこと
からてがけましょう。

ボランティア活動は、まずあいさつや、
高齢者・身体の不自由な人に席をゆずること
から始めましょう。

2 あいて もと あ
相手の求めていることに合わ
せて活動しましょう。

自分勝手な計画をたてたり、善意の名をかり
て押し付けることはやめ、相手の立場に立っ
て行動しましょう。

3 お り けいかく
無理のない計画をたてましょう。

自分自身やグループの力量にあわせて無理
のない計画をたて、細く長く自分の生活リズ
ムに組み入れた活動にしましょう。

4 やくそく まも
約束は守りましょう。

人と人との信頼関係によって成り立つもの
です。
活動の場での約束は守り、責任ある行動をと
りましょう。

5 ひみつ まも
秘密は守りましょう。

いろいろな人の悩みや問題の相談を受ける
ことも多くあります。個人のプライバシー
に関することは決して他言しないこと
です。秘密を守ることは活動における信頼
関係を深めるために不可欠です。

6 がくしゅう じぶん せいちょう
たえず学習し、自分を成長さ
せましょう。

いろいろな問題にぶつかります。活動の反省
をし、評価を行い次の活動が効果的に行わ
れるように備えることが望めます。そのた
めには、学習していかなければなりません。

7 しゅうきょう せいじかつどう くべつ
宗教や政治活動と区別しましょう。

自分の信仰している宗教や支持している
政党などを活動の中で相手に勧めたり強要し
てはいけません。
信仰の自由、思想・信条の自由をお互い守り、
尊重しましょう。ボランティア活動は、人権
尊重そのものであるという重い意味をかみ
しめましょう。

8 けんきょ たいせつ
謙虚さも大切にしましょう。

善意というものは、押しつけになればかえ
ってマイナスです。
決して「してあげる」という発想ではなく、
協力者であり援助者であるという立場で
尋ねる姿勢、学ぶ姿勢が必要です。

9 りかい きょうりよく え
まわりの理解と協力を得て
おきましょう。

家族の理解と協力を得ておきましょう。
また、職場、学校などで理解や関心を持っ
てもらうことが、ボランティアの輪を広げ
ることにつながります。

10 あんぜんたいさく じゅうぶん
安全対策を充分にしましょう。

万一の事故に備えて安心して活動できるよ
うに活動場所の点検をしたり、事故が起こ
った場合の対応を学習することも必要で
す。ボランティア保険への加入をお勧めし
ます。