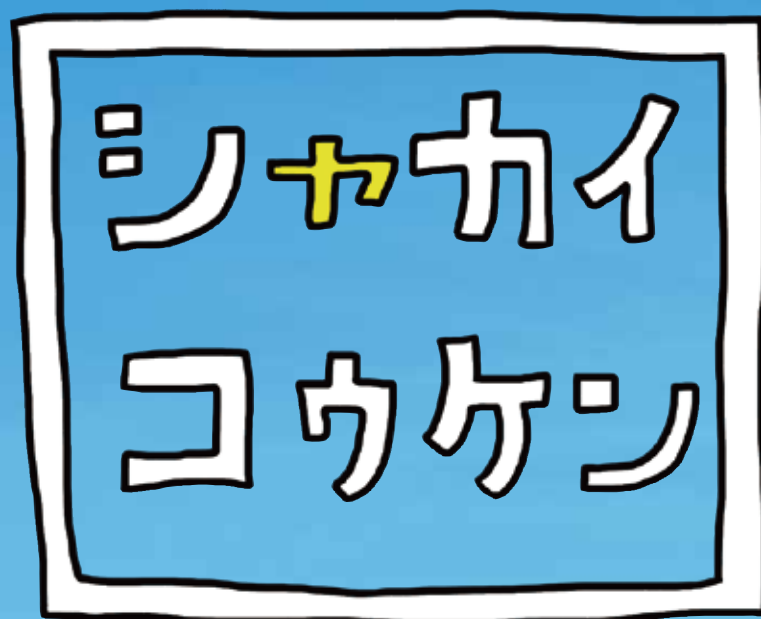


考えてみない？自分にできるコト。



HANDBOOK

はじめに…

いま、私たちの社会では、福祉や子どもの健全育成、まちづくり、文化、環境、国際交流などに関して、多様なニーズが生まれています。

これらの社会的ニーズに働きかけることを、ラコルタは「社会貢献」ととらえます。

そして、そのような働きかけをしたいと思う人と人をつなぎ、

その思いを形にするための様々なヒントを、この一冊にまとめてみました。

私たちの住む社会を知り、私も関わりたい、と思う人が一人でも増え、
未来を考えるきっかけとなりますように。



も く じ

2-3

社 会 貢 献 と は ・ ・ ・ ？

ど ん な こ と か ら は じ め た ら い い の ？

4-9

わ た し た ち に と っ て の 社 会 貢 献

大 学 生 が 語 る ！ 座 談 会

10-11

小 さ な 活 動 か ら 社 会 を 考 え る

エッセイ・長井一浩さん（特定非営利活動法人「明日育」）

12-13

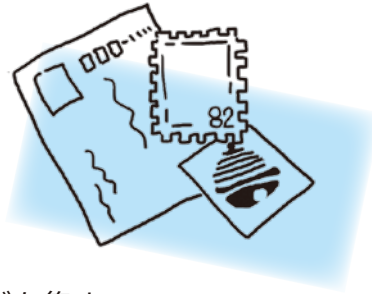
ボ ラ ン テ ィ ア お 役 立 ち 情 報

ま ず は 探 し て み よ う ！

社会貢献とは・・・？

どんなことから始めたらいいの？

き ふ する



- 古切手や書き損じハガキ、ベルマークなどを集めて
取り扱い団体へ寄付をする
- 手作りの手芸品や身の回りの不用品などを
地域のチャリティーバザーに提供する
- クリックするだけで募金ができるウェブサイトをチェックする



ふ れ あ う

- 児童会館・児童センターや
放課後教室、学童保育などで子どもと一緒に遊ぶ
- 地域に住む外国人たちとふれあい、多文化交流をする

社会貢献活動と聞くと、堅苦しく、何か特別なスキルが必要に感じられるかもしれませんが、

実は身近なところから、誰にでもできる活動がたくさんあります。

まずは気軽に始めてみませんか？

こんなことでもシャカイコウケンすることができます。

て っ だう



- 施設や病院、自治会などの清掃や園芸活動に参加する
- 地域の祭や文化祭などの催しを手伝う

み ま も る



- 犬の散歩をする時に、地域の防犯にも役立てる
- 買い物や掃除のついでに、登下校の子どもたちの見守りをする

わたしたちにとっての社会貢献

大学生が語る！座談会

参加者プロフィール

渡邊 誠秀さん（関西大学社会学部 2 年）

福島県双葉町出身。被災者の立場から東日本大震災の復興支援ボランティアグループ「Up to you」を立ち上げた。



山口 侑賀子さん（神戸女学院大学文学部総合文化学科 2 年）

神戸女学院大学サークル「日本国際学生協会 I.S.A.」所属。
豊中市千里文化センターにて「コラボサポーター」を務める。



馬場 しずかさん（滋賀県立大学人間文化学部人間関係学科 2 年）

不登校児童生徒の居場所づくりに取り組む
「NPO 法人ここ」のスタッフ。



齊藤 泰信さん（大阪大学法学部国際公共政策学科 3 年）

大阪大学 災害ボランティアサークル「すずらん」所属。
東日本大震災の被災地でのボランティア活動をしている。



山野 瞳さん（関西大学法学部法学政治学科 4 年）

市民参画及び協働に関して審議する
「吹田市市民自治推進委員会」の公募委員。
大学のゼミで NPO について研究中。



■進行・ラコルタスタッフ/ 李 ハオ

（大阪大学大学院国際公共政策研究科博士後期課程 2 年）
吹田市国際交流協会にて日本語学習ボランティアをしている。

2013 年 9 月 26 日（木）、ボランティア活動に携わる
現役大学生 5 名をラコルタに迎え、
「あなたが考える社会貢献」をテーマとした座談会を開催しました。

早速ですが、みなさんがボランティア活動を始めたきっかけをご紹介いただけますか？ちなみに私は、転学先のカナダの高校の卒業条件の1つが、「在学中に40時間の社会奉仕活動をする事」でしたので、ホストマザーからガールスカウトの活動を手伝わされました。今ではそのことが、ボランティア活動のきっかけになったと思っています。

山野.. 小学校の福祉ボランティアのクラブ活動で、老人ホームでお年寄りのお話し相手をしたり、点字の勉強をしていました。地元は隣近所のつきあいが多く、そんな環境で育ったからすんなり始められたのかなと思います。

渡邊.. 僕も小学生の時に母からボーイスカウトの活動を薦められたことがきっかけです。面倒くさいと思いますが、高2まで続いて、今思い返すと自分にとってすごくよい経験になったと思います。あと東北支援団体の「Up to you」を大学で立ち上げて活動しています。いつもあたふたばかりで（笑）、こういう形の支援活動が必要とされているのかを考えてます。

馬場.. 高校3年生の時に山田駅前のゆいぴあ（吹田市立子育て青少年拠点夢つながり未来館）で「NPO法人ここ」を紹介され、そこでいろいろな人に出会い、それをきっかけに年下の子どもたちと一緒に不登校児の居場所づくりの活動をしています。

山口.. 私は保育士への憧れがあったので、高校2年生の時に短期間で地域の保育ボランティアに参加してみたことがきっかけですね。

齊藤.. 東日本大震災を受けて立ち上がった大阪大学の災害ボランティアサークル「すずらん」で岩手県の野田村に行ったことです。ボランティアを通じて知り合いが増え、やめられなくなっただけで感じですね。（笑）

みなさん活動を始められたきっかけも年代もさまざまですね。いつでもボランティアを始めるきっかけはあるということなのかもしれません。やめられなくなっただけという発言もありましたが、ボランティア活動を続けている理由はなんですか？

齊藤…友達づきあいというのもあるけれど、初めて野田村へ行った時、現地の方に足湯に浸ってもらいながら、肩もみをしてお話を聞くっていう活動をして。その時に、「震災後、一番くつろげたひと時でした」と言われた感謝の言葉が自分の中に強く残っています。もうやめようかなと思って、あの言葉があるので、また野田村に行きたいなっていう気持ちが湧き出てきます。

渡邊…人との関係はあるかな。うちは母がめっちゃ英才教育をしたかったらしく、小さい頃は習い事をたくさんさせられました。パンクしそうになって、ほとんど全部やめました。ボーイスカウトの先生だけはいつも連絡してくれるのでまた行きたくなって…（笑）。その先生が、自分の成長をずっと見守ってくれる親みたいな存在に感じたからやめられなかった。

馬場…私は活動が辛いと思ったことがないですよ。人と関わって一緒に何かができることがすごく好きなので。そもそも活動に興味があって関わっているんだから、自己満足でやっているようなものとも言えるかな。

山口…普段は自宅近くにあるコラボ（豊中市千里文化センター）から紹介を受けた小学校の地域子ども教室のボランティア活動をしています。コラボでは人のつながりと情報発信による「地域づくり」の取り組みがあるので、私もボランティアで地域づくりに貢献したいなと思いました。大学でも国際交流などのサークルに入っています。

山野…私は吹田市民自治推進委員として会議に出席したりしていますが、このことも1つの社会貢献活動だと思っています。市民自治を推進していくうえの課題を知って、解決に向けて少しでも役に立ちたいと思ってやっています。でも、よく考えると、もともと誰かの話を聞いて学んだり、話し合うことが好きだったり、NPOについて興味があるので、「ただやりたくてやっている」という気持ちの方が強いかもしれません。

大学では出会わないような人たちとの出会いや交流もたくさんありそうですね。私は学部生の時、「ユニセフ・オン・キャンパス」というボランティア・サークルで、イベントの企画運営やボランティア・マネジ

メントなどを学び、非営利組織についての認識も深まりました。今NPO法人で働いているのもボランティア活動をしてきた結果なのかなと思っています。みなさん、卒業後の就職も大きな選択となりますが、ボランティア活動と将来の仕事につながりはあると思いますか？

山口.. はっきりしたものはないんですけど、地域に関わる仕事があればそういう職に就きたいとは思いますが。今まではすごい消極的で、人から誘われたら何かするって感じだったけど、ボランティア活動を通じて自発的に行動することは身に付けられましたね。

馬場.. ボランティアをしたことで、フットワークが軽くなったし、関わってみたい団体が海外も含め増え、興味の幅や自分の世界が広がった実感はあるかな。将来の夢はラジオのDJなんですけど、いつか番組で「NPO法人ここ」の活動を伝えて、誰かがじゃあ自分もボランティアやってみようってなったらすごくいいなって。そういう意味ではボランティアが自分の将来にもつながっていると思う。

山野.. ボランティア活動から、NPOにも興味を持ち、現在はNPOの研究をしています。でも将来的には、仕事とボランティア活動は分けたりして、民間とか全然関係ない方に行くかもしれない。あまり難しく考えずに進んでいけたらいいのかなって。

齊藤.. 芥川龍之介が関東大震災後に書いた本から、「共に生きるためなら人助けでも、なんでもしよう」みたいな彼の覚悟が伝わってきて。その影響からなんとなく作家になりたいなと思っています。ボランティア活動を続けてきたことが、自分の考え方の基軸にはなってきたてはいるかな。

渡邊.. 被災した東北のことを考えて辛くなった時に、友人に、「辛いのはお前だけと違う、俺だって自動車事故で親父を亡くした」って言われ、人それぞれのストーリーがあることを改めて気づかされたことがあって。特に辛い経験をした人や社会的に弱い立場にある人の言葉や存在を、社会へ伝えたいと思ってマスコミ専攻に決めました。それは活動を通じて見えてきたことではあると思う。

ボランティア活動で人や地域とつながりが生まれ、社会への関心が広がったと思いますが、よく言われる『社会貢献』ってどういうことだと思いますか？

馬場.. ボランティアしたからってその人の人生や社会が大きく変わったりしないかもしれないけど、とりあえず目の前の気になることからやってみたらいいんじゃないかな。達成感とかそういうのが目に見えるわけじゃないから、人に説明してもわかりづらいですね。でも楽しいことはみんなやりたいと思ってくれるし、そういう場所作りも大切なのかなと思います。

山野.. 活動の意味とか方向性、問題解決への課題を意識して、自分に何ができるのかなって考えることが社会貢献への気づきと思う。たとえば周りから見れば自己満足に思われたとしても、世のため人のためにも思っ

渡邊.. ボランティアは善意の塊という堅いイメージもあるけれど、楽しい活動でもあって。社会貢献って、要するに社会に対しての気遣いで、「人が困ってたら

助けるのが当たり前でしょ」みたいな感じですよ。

山口.. 世界中のみんなが笑顔で生きていくために続けたい活動だね。一人でも多くの人がよりよい暮らしを送れるよう、積極的に社会貢献に取り組みたいです。

齊藤.. 社会をよりよくするための活動。僕は周りから、「東北のボランティアやってるちよつと変なやつ」って思われているけど、夏休みのボランティアツアーには友達2人が参加してくれました。身近にボランティアしている人がいると、周りはそういう活動があることに気づき、気になって参加してくれる人も出てくる。自分が活動が続けていることが他の人の始めるきっかけになるのかなって思います。



新たな出会い、

人とのつながりが

楽しいから

シャカイコウケン

している。

小さな活動から社会を考える

エッセイ・長井一浩さん（特定非営利活動法人「明日育」）

子どもたちや若者にとって、「社会の一員として社会に対して何かをしている」という実感を得ることは少ないかもしれません。主体ではなく、どちらかというと受け手（受益者）となる場合が多く、そこに参加したり協力したりということの方が多いと思います。そんな若い世代に、社会貢献といってもピンとこないかもしれません。

その中で、私たちNPO法人明日育（あすいく）が応援している「高校生自治会 STUDENT FORCES」は、東日本大震災を機に、富山県内の高校生が震災支援のために何かできることをやろうと立ち上がった団体です。高校単位の枠を超え、仲間を募り同じ志を持つ高校生が集まっています。震災支援の活動を通して、「高校生のチカラ」で他にもできることがあると実感し、この力をもっと他にも活かせるんじゃないかと考え出しました。

きっかけは震災支援という形でしたが、そ

れ以外にも社会や地域のためにできることをしていこうと、わずか数人の会員から現在は約30人の仲間が集まっています。週1度のペースでミーティングを行い、少額ながらも自らが会費を出し合って、会の運営をしています。今では、明日育の行う「市民が主体になる公園づくり（パークデザイン事業）」を進めるパートナーとして参画したり、地域のお祭りやイベントにも参加してくれています。

地域の色々な場面に高校生の姿が増え、地域の皆さんからは、「なんで高校生が来てくれるの?」と言われることも多々あります。一方で高校生は、地域での活動を通して地域の自治が多くの人の手によって支えられ、運営されていることをリアルに感じています。顔見知りになった地域の人からは、「本当にありがとつ、また来てね!」と言われ、高校生も、「また、イベントがあつたら呼んでくださいね、ありがとございます。」と、お互いにとっても良い関係が出来てきています。

「高校生自治会 STUDENT FORCES」は、震災支援から地域活動のボランティアへ広がりを見せました。このような高校生ネットワークが県を超えて活動を発展させていけば、日本の高校生全体が動き出し、日本の社会のために活動をはじめられるかもしれません。同じ年代の若者は世界にもいますから、世界の仲間が動き出せば世界のために、地球という社会のためにできることに取り組んでいくかもしれません。

大げさかもしれませんが、広がりの可能性は無限です。小さな活動から同志が集まり、それが大きなムーブメントになれば、社会は変わります。そんなことも夢ではありません。

しかし、「世界のために何ができる？地球のために何ができる？」そう考えると大きすぎて何から手を付けてよいか分からなくなってきました。まずは、身近な自分の関心ごとや興味のあることから取り組んでみてはいかがでしょうか。

私たち、明日育は「育つことのすべてを。」という言葉を胸に活動し、様々な「育ち」を応援しサポートしています。そして、「だれもが自由になりたい自分を夢見て目指せる社会をつくる。」ことが大きなビジョン（目標）です。この高校生の活動もその一つとして、明日育は応援を続けていきたいと考えています。

「社会が自分に何をしてくれるのか」ではなく「社会のため

に自分は何ができるか」と考える「人」を育て、多くの人が動き出せば社会はもつと良くなる
と信じています。



特定非営利
活動法人
明日育

平成 25 年 4 月に富山県黒部市で設立された明日育(あすいく)は、誰もが自由に「なりたい自分」を夢見て目指せる社会をつくることをビジョンとし、「育つことのすべて」に関わることをミッションとする。社会を支える「人」を育てるために PA (プロジェクトアドベンチャー)の手法を用いた体験型学習を提供し、人材育成事業などを展開。

- facebook ページ 日々の動き <https://www.facebook.com/npoasuiku>
- ホームページ <http://www.asuiku.or.jp/>

ボランティアお役立ち情報

まずは探してみよう！

■インターネット

- ・ラコルタ（吹田市立市民公益活動センター） <http://suita-koueki.org/>
（吹田市内で活動するボランティアグループ・NPO の団体情報。）
- ・ボランティアスタイル <http://osakavol.org/01/vstyle/index.php>
（主に大阪市内で、週末などに「3 時間でできるボランティア活動」を紹介。）
- ・KV ネット <http://www.kvnet.jp>
（関西圏のボランティア募集、講座・イベント、登録団体情報。）
- ・YAHOO! ボランティア <http://volunteer.yahoo.co.jp/>
（全国の NPO・NGO・ボランティア団体の情報。）
- ・ボランティアプラットフォーム <http://b.volunteer-platform.org/volunteer/>
（東日本大震災直後に開設された、国内最大級のポータルサイト。）
- ・Volunteer Japan <http://volunteerjapan.jp/project/go>
（被災地に赴いて、チームでの肉体作業などで支援をしたい方向けの情報。）
- ・もんじゅ <http://monju.in/>
（社会問題に関心がある個人と、そのスキルや経験を必要としている団体をつなげるサイト。）

■情報誌

- ・市報すいた 吹田市の広報誌
（吹田市が毎月 1 日に発行。吹田市内全戸配布。吹田市内の施設のボランティアの募集や活動情報も。）
- ・COMVO ボランティアをはじめたい方に向けたフリーペーパー
（大阪市ボランティア・市民活動センターが毎月 15 日発行。大阪市内配布。）
※電子ブック版 <http://comvo.weblogs.jp>



短時間のボランティアなど、様々なタイプのボランティアがあります。

興味のあることから探してみても？

「何からはじめたらいいの…」という場合は、ラコルタへお気軽に相談に来てください。

■ ボランティア活動の相談窓口

吹田市

・ラコルタ（吹田市立市民公益活動センター）

吹田のボランティア、NPO、地域の活動を支援し促進するための施設。ボランティアを始めてみたい方への入門講座、相談コーナー、交流スペースがある。

ラコルタ・サポーター ラコルタの活動を一緒にしてくださるボランティア募集中。

〒565-0862 吹田市津雲台 1-2-1 千里ニュータウンプラザ 6 階

TEL：06-6155-3167 FAX：06-6833-9851

E-mail：info@suita-koueki.org HP：http://suita-koueki.org/

・社会福祉法人吹田市社会福祉協議会／ボランティアセンター

社会福祉協議会は、全国の各市町村に 1 つずつ設置されており、主に福祉系のボランティアの育成・相談、広報・啓発活動、各種ボランティア講座開催、活動に関する情報の提供を行う。

〒564-0072 吹田市出口町 19-2 TEL：06-6339-1210 FAX：06-6339-1202

E-mail：suisyakyo@mua.biglobe.ne.jp HP：http://www.suisyakyo.or.jp/

大阪府

・社会福祉法人大阪ボランティア協会

「ボランティア・NPO 推進センター」「企業市民活動推進センター」の 2 つの部門で、ボランティア、NPO、企業市民活動を支援する NPO。

〒540-001 大阪市中央区谷町 2 丁目 2-20 2 階 市民活動スクエア CANVAS 谷町

Tel：06-6809-4901 Fax：06-6809-4902

E-mail：office@osakavol.org http://www.osakavol.org/

・大阪市ボランティア・市民活動センター

市町村社協と連携して、地域に根ざしたボランティア、市民活動を推進している。

〒542-0065 大阪市中央区中寺 1-1-54 大阪社会福祉指導センター内

TEL：06-6762-9631 FAX：06-6762-9679 E-mail：osakavc@osakafusyakyo.or.jp

http://www.osakafusyakyo.or.jp/vcenter/vcenter.html

大阪府内の窓口一覧（pdf リスト）

http://www.osakafusyakyo.or.jp/vcenter/group/list.pdf

ラコルタは
ボランティアや
NPO、地域の活動を
支援するための
施設です。



テュルタ

〒565-0862 吹田市津雲台1丁目2番1号
千里ニュータウンプラザ6階
TEL 06-6155-3167 FAX 06-6833-9851
Eメール info@suita-koueki.org
ホームページ <http://suita-koueki.org>

[illegible]