



一枚の手紙をとおして思ったこと

わたしは、今までボランティアを、深く考えたことがありませんでした。ボランティアといったら、夏休みに一回、福祉センターで、お年よりをおふるに入れたり、かみの毛をかかわしたりしたことしかありませんでした。

あるとき、総合的な学習の時間でボランティアについて学習することになりました。本やパソコンで調べてみると、たくさんのボランティアがあることを知りました。

そして、自分の選んだボランティアに取り組むことになりました。わたしは、手紙ボランティアにしました。お年よりと話したことがあまりないし、手紙を出したこともないからです。お年よりに、手紙を出して喜んでもらいたいと思いました。

わたしたちは、「喜びのあるボランティア」という目標で学習をしていたので、喜んでもらうために、牛乳パックをリサイクルしてはがきを作り、それに手紙を書いておくりました。はがきには、絵の具で色をつけて、きれいだと思ってもらえるように、

工夫しました。はがきには、「牛乳パックをリサイクルして作りました。物の大切さを知りました。西村さんに喜んでもらえるとうれしいです。寒くなりますが、お体に気をつけてください。」と書きました。

手紙を出しに行きました。出す時に、わたしは「西村さんに喜んでもらえますように」と、心の中で何回も何回も、つぶやきながら出しました。

それからしばらくして、西村さんからお礼の電話をいただきました。わたしは、とてもうれしくなりました。わたしだけでなく、父や母も喜んでくれました。

わたしは、手紙一枚で、こんなにお年よりが喜んでくれたことがうれしくて、このボランティアを選んでよかったなあと思いました。





また、同じボランティアをしていた真希さんにも手紙が来しました。「今日は久しぶりのよいお天気です。家に帰るとめずらしいおはがきを目にしました。読ませていただきました。急に心の温かさを感じ、胸がいつぱいになりました。ボランティア活動をしておられるとのこと、本当にすばらしいことです。物の大切さ、また、人に対しての思いやりの心、頭の下がる思いです。」と書かれていました。

その手紙を読んだわたしたちも、心が温まる感じがしました。また、「思いやりの気持ちを大切に」と書いてありましたが、母たちに言われたら、うるさく思ってしまうようなことも、お年よりに言われたら、素直に聞くことができました。

でも、じっさいに始めると、楽しくできることや、自分にも相手にも、それにまわりの人たちにも、喜びがあるんだとわかりました。

わたしたちは、この学習のまとめをしました。その時に先生が、「まだ、ボランティアをやる気のある人は、続けてください。これからが本当の力です。」とおっしゃいました。

わたしは、まだ続けてみたいと思い、年賀状を出しました。すると、お年よりからも年賀状をいただきました。その中にわたしが質問したことへの答えが書いてありました。わたしは、いろいろなことを話すのが目標だったので、とてもうれしくなりました。

今後もボランティアを続けて、お年よりとの会話を、もっともっとふやしていきたいと思えます。

### 〈みんなで考えよう〉

- 一、「一枚の手紙」をとおして、作文を書いた人が感じたことについて話し合いました。
- 二、ボランティア活動とは、どのような活動でしょう。



## 「ボランティア活動」って何だろう

わたしたちのまわりには、小さい子どもやお年より、病気の人、<sup>しょうがい</sup>障害のある人、外国の人など、さまざまな人がくらしています。そのだれもが、幸せにくらせる社会をつくっていくことが大切です。

ボランティア活動とは、おたがいが<sup>よさ</sup>支え合い、すべての人が幸せにくらせることを願って、自分から進んで行う活動です。

心と心のふれあいを大切にしながら活動するもので、まわりの人のためになるだけではなく、自分の心も<sup>ゆた</sup>豊かになっていく活動です。お金をもらうためにする仕事とは、ちがいがあります。

ボランティア活動は、いつでも、どこでも、だれにでもできる活動です。道に落ちているごみをひろってごみばこに入れたり、低学年のお世話をしたりすることも、ボランティア活動の一つです。



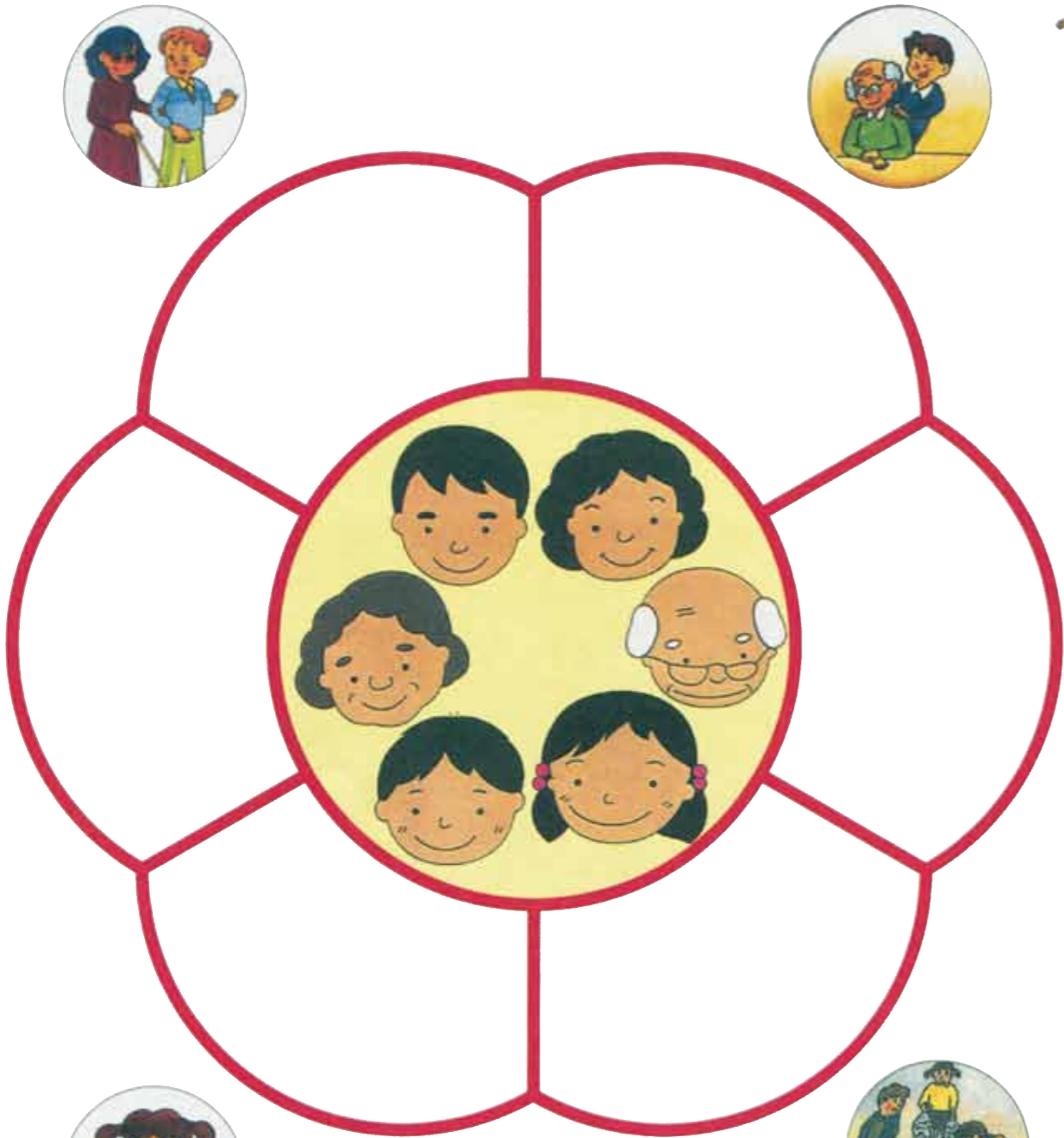
〈親子そろって学校の草取り〉  
参加したことはありませんか。



〈<sup>ちいさ</sup>地域の方との交流〉  
ふれあいの場を楽しんでいます。



## どんなボランティア活動を知っていますか？



どんなボランティア活動があるか知っていますか？  
これまでにしたことがあるボランティア活動がありますか？  
これからしてみたいボランティア活動はありませんか？  
上の花びらに書いてみましょう。

子どもたちが本に親しみ、読書が大好きになるように、図書ボランティアの方々が、教室などで読み聞かせをしています。



みんなが住んでいる地域で、人々が営んできた生活や産業を、ボランティアの人の協力で体験しています。



健康でじょうぶな歯になるように、歯科衛生士学校の学生のみなさんに、歯のみがき方について教えてもらっています。



地域<sup>でんしやう</sup>伝承とボランティア



かき道<sup>ふりゆう</sup>浮立

地域のお祭りを子どもたちに伝えるために、地域の方々が、指導<sup>しどう</sup>をしています。



みんなのまちには、どんなお祭りがあるかな。



ペーロン

おじいちゃん、おばあちゃんが、得意<sup>とくい</sup>なことを生かして、昔<sup>むかし</sup>から伝わる文化を子どもたちに教えています。

そうそう。つめで、しっかりはじて。



たこの色つけ



こど<sup>えんそう</sup>の演奏



他にも、たくさんありますよ。

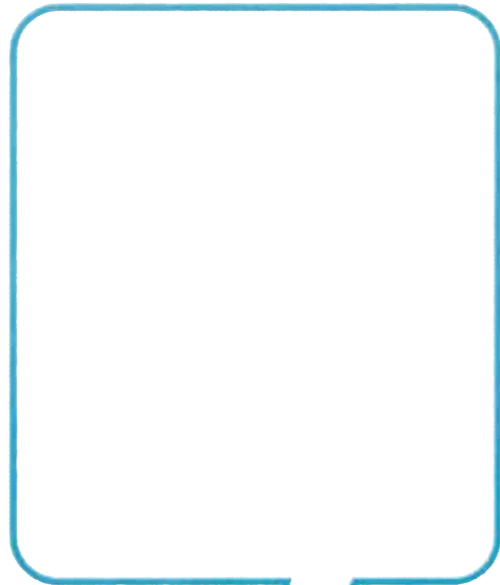
有用微生物を使い、生ごみをたい肥にするための活動に取り組んでいる人たちがいます。



毎日、牛乳パックをあらってリサイクルしています。



自分たちにもすぐできることはあるかな？  
ふき出しの中に書いてみよう。



朝早くから、学校のまわりをそうじしている人たちがいます。

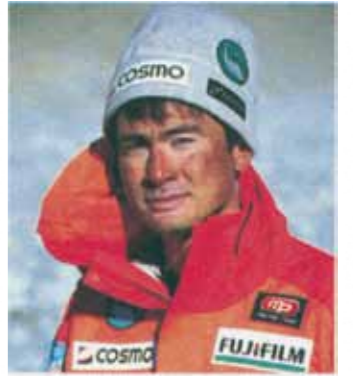
町を明るく、きれいにしようと、花を植える活動をしている人たちがいます。



(ホタルがとんでいる様子)



ホタルがとんでいた、昔のきれいな川のすがたを取りもどすために、地域の人たちと協力しながら、ごみ拾いなどのそうじや、ホタルの飼育に取り組んでいる人たちがいます。



野口健さんは、世界で一番高い山、エベレストに二度も登ったことのある有名なアルピニスト（登山家）です。野口さんは、登山家としての責任感と誇りから、「世界の山の美しさをいつまでも残したい。」と考え、二〇〇〇年からエベレストやマナスル、富士山などの清掃活動を続けています。

遠くから眺めると美しく見える山も、登って近くに行ってみると、トイレやテント、使った後の酸素ボンベなどのごみがちらかっています。環境汚染（自然を汚してしまうこと）が進んでいる。これを何とかしなくてはいけない。」と考え、野口さんは、多くの人々の応援を受けて、エベレストやマナスルの清掃活動を始めました。

野口さんは、日本でも、「富士山から日本を変える。」をスローガンに清掃活動に取り組んでいます。驚くことに、ふもとの方では、自動車や冷蔵庫、古タイヤやマットレスなどの大きなごみまで捨てられているそうです。

二〇〇三年、野口さんは、「野口健環境学校」を作りました。子どもたちを富士山や白神山地、小笠原諸島や屋久島に連れて行き、一緒にごみを拾っています。環境問題は、頭で考えるより現場で感じる事が大切だと考えたからです。この清掃活動に参加した子どもたちの中には、自分たちのまちの清掃活動を進んでしている子どもたちもいるそうです。そのことが、野口さんには一番うれしいことだそうです。



お年よりとボランティア

ひとりぐらしのお年よりや施設のお年よりへお誕生日のメッセージや絵手紙、カレンダーを作って送ります。



ひとりぐらしのお年よりにおべんとうを作って届ける活動をしています。



地域のお年よりが子どもたちの安全を願って、学校の登下校の見守り活動を行っています。



お年よりが、あやとりやお手玉、コマ回しなどの古くから伝わる遊びを子どもたちに教えています。





目で文字を読みとりにくい人のために、文字を指先で触れて読むことのできる点字に直す点訳活動です。今は、主にパソコンを使って行います。

本や広報紙、雑誌、生活情報などを録音して耳で聞くことができるようにする音訳活動です。全国で利用できる音訳図書や地域で配られる物があります。



耳の聞こえがよくない人のために、話している言葉を目で分かるよう文字としてスクリーンにうつし出す要約筆記です。

盲ろう障害(目と耳に障害)のある人のために、手を触れることで会話ができる触手話を使った会議の様子です。



車いすで生活をされている人と一緒に、まちに出て、まちの中にどのような問題があるのか、みんなで考える車いす体験の様子です。

### 国際理解とボランティア

世界には、たくさんの人たちがくらしています。それぞれの国では、長い歴史の中で、自分たちの国の文化をつくりあげてきました。

世界にある国々が、それぞれの国のちがいを認め、わかりあいながら、おたがいを大切にして、おたがいが成長していくことを国際理解といえます。国際理解では、外国のことを知ることはもちろん必要ですが、それと同じくらい、自分の国である日本や、自分が住んでいるまちである長崎について知ることが大切です。

わたしたちが住む長崎でも、国際理解を深めていこうと、学校や地域で、また専門の人たちが、それぞれの団体に活動を進めています。わたしたち小学生にでもできる、国際理解の活動も、多くの学校で始まっています。



小学生が国際観光船で長崎をおとずれた外国の人と交流しています。

## ○国際理解を深めようという活動している方々

長崎には、国際理解を深めているという活動している方がたくさんいます。そんな中のお一人、劉さんをご紹介します。私は、平成十四年から、中国の上海交通大学で日本語を勉強し始めました。日本語が大好きなので、さらに大学院で、日本文学についても研究しました。そのおかげで、初めて日本に来たときも、日本のことを自分の国と全く変わらないように思えました。

今、私は、長崎県庁の国際課で国際交流員としての仕事をやっています。一番好きな仕事は、中国文化理解講座や中国語講座です。

初めての講座のとき、私は、中国のことについて、知らないことがたくさんあることに気づきました。本やインターネットで調べたり、友達に聞いたりして準備をする中で、中国のことをくわしく知ることができました。また、講座に出席してくださった方々との交流で、日本の文化についても、多くのことを知ることができました。日本と中国は、一衣帯水(※)の関係です。おたがいに理解し合うことが必要だと思っています。

先日、ある中学校で中国文化について話すことがありました。終わったあと、五十人以上の生徒さんからお手紙をいただきました。その手紙を読んだとき、私はうれしくて涙が流れてきました。このお手紙は、私の一生の宝物です。と同時に、中国文化を伝える役目になう国際交流員としての責任の重さも感じました。これからも、日中のかけ橋として、国際舞台で活躍できるよう努力していきます。

※一衣帯水 ひとすじの帯のような、はばのせまい川や海。また、それをへだててとなり合っていること。



劉宇婷さん

## ○「ガールスカウト日本連盟・長崎県支部」の平和活動

「難民」とよばれる人たちを知っていますか？「難民」とは、戦争で国があたり、宗教や考え方のちがいなどから、自分の国に住んでいると生命に危険があったりするために、ほかの国へにげなければならなくなった人たちのことです。

難民の人たちは急いでにげてきたために、食べる物も着る物も勉強道具もおもちゃも、十分にはありません。

そこで、「ガールスカウト日本連盟」では、ミャンマーからにげてタイの難民キャンプに住んでいる子どもたちに、「ピースバック」という平和の小包を、毎年作って届けています。

「ピースバック」とは、ノート、えん筆、消しゴムなどの文ぼう具と、難民のお友だちへ書いたお手紙を、手づくりのふくろに入れたプレゼントのことでです。

この「ピースバック」を、難民の住むキャンプへ持っていくと、子どもたちがたくさん集まってきました。日本のお友だちからとけられたプレゼントを受け取ると、大切そうにかかえながら、うれしそうに「ありがとう。またきてね。」と、笑顔であく手をしてくれます。

世界では一五八人に一人が難民として生活しています。(二〇一二年一月一日現在)  
難民のお友だちに何ができるか、みなさんも考えてみてください。



写真提供：(社)ガールスカウト日本連盟  
(ピースバックプロジェクトII派遣団)



## その他のボランティア

### ○災害復興

長崎大学災害ボランティアサークル「BOAT」の活動

二〇〇四年、スマトラ沖地震が発生しました。インド洋沿岸の多くの国で、たくさんの方が被害にありました。何か手伝えることがあるのではないかと。

「何か手伝えることがあるのではないかと。」  
わたしたちBOATのメンバーは、スリランカという国へ行つて、日本で集めたお金で買った自転車やくつ、水とうを、津波にあった人におくりました。そして、テント生活をしている子どもたちと遊びました。

子どもたちは、津波で家族をなくし、暗く悲しい顔をしていましたが、わたしたちと遊んでいるときは、笑顔で過ごせました。「困っている人のため、できることをやろう。」

この活動で、わたしたちが考えたことです。決して特別なこと、すごいことをしたわけではありません。国はちがっても、だれかの役に立ちたいという気持ちで活動しただけなのです。

わたしたちは、この活動ができて、本当によかったと思っています。



自転車に喜ぶ人たち



子どもたちとのふれあい



がれきのかたづけ

### ○共同募金

毎年十月一日から十二月三十一日まで「赤い羽根共同募金運動」が全国で行われます。

日本で最初の「共同募金」運動は、長崎県で行われました。

その後この活動は全国に広がりました。共同募金運動は、「助け合い」の気持ちを広げていく「心の運動」でもあります。

みんなのあたたかい「まごころ」がこめられた募金が、たくさん集まり、とても大きな力になっています。



平成22年度は長崎で181,820,921円集まりました。

募金はいろいろなことに使われています。



福祉サービスのために



保育所のために



施設送迎用車両「赤い羽根号」のために



ボランティア支援のために

「ふくしまつり」や「ボランティアまつり」などのイベントに参加する。



ボランティアスクールや体験講座等へ参加する。



学んだり体験したりしてみよう



ボランティアセンターや支援センターなどで調べる。

ボランティア活動についての問い合わせ先

- 県民ボランティア活動支援センター  
〒 850-0862 長崎市出島町 2 番 11 号 出島交流会館 5F  
TEL : 095 - 827 - 4852  
<http://www.nagasaki-pref-shakyo.jp/volunteer/vobee/index.html>
- 長崎県社会福祉協議会 ボランティア振興課  
〒 850-0862 長崎市出島町 2 番 11 号 出島交流会館 5F  
TEL : 095 - 827 - 4872  
<http://www.nagasaki-pref-shakyo.jp/>
- 長崎県国際交流協会  
〒 850-0862 長崎市出島町 2 番 11 号 出島交流会館 1F  
TEL : 095 - 823 - 3931 (3929)  
<http://www.nia.or.jp/>
- 各市町の社会福祉協議会



ボランティア活動をやってみよう

計画を立てて活動してみよう

- 何のためにボランティア活動に取り組むのかをまずしっかりと考えましょう。

- いつ、どこで、どんなボランティア活動ができるのか調べましょう。

- 活動が決まったらノートを作り、記録しましょう。

活動計画・準備・持ち物など必要なことを書いておきましょう。

- 活動後には活動をとおして思ったことや感じたこと、これからやりたいことなども書いておきましょう。

実際に活動してみると  
いろんなことに気づいたよ。



記録ノートの一例

| 活動の計画を立てよう  | 活動の反省をしよう   |
|---|---|
| 計画と準備 (月 日)<br><input type="checkbox"/> テーマ どんな活動をするのか<br><input type="checkbox"/> メンバー<br><input type="checkbox"/> 計画 活動日時、場所、活動することなど<br><input type="checkbox"/> 準備 準備するものやことがら、分たん<br><input type="checkbox"/> 注意すること | 活動の記録 (月 日 活動場所)<br><input type="checkbox"/> 活動したこと 写真や図を入れてもよい<br><input type="checkbox"/> 感想 活動して、感じたこと、気づいたこと<br><input type="checkbox"/> これからの活動に生かしたいこと 次に活動するときに今回の経験をどう生かしたいか、どんなことをしたいかなど |

☆ボランティア活動を始める前に☆

できることから

- 何のために活動するのか、自分に何ができるのかをよく考えて、できることから始めましょう。

あいさつは大切

- ボランティア活動は相手があってはじめて活動となるものです。交流の基本はあいさつ。明るく元気なあいさつをしましょう。

いつも相手のことを

- 相手のことを考えて行動することが大切。約束や時間を守るなどマナーやきまりを守りましょう。めいわくをかけては何もなりませんね。

ボランティア活動を通して、たくさんのすばらしい「で・あ・い」を!



## ボランティア

ボランティア

それは

まわりの人々の幸せや  
くらしやすい社会づくりのために  
やさしい心をもって  
進んで活動すること

ボランティア

それは

力があるとか無いとか  
幸せとか不幸せとか関係なく  
だれもが同じ人間として  
ともに考え ともに歩くこと

ボランティア

それは

みんな一人では生きていけないから  
人との交わりを大切にし  
思いやり 助け合って  
おたがいの幸せを高め合うこと

ボランティア

それは

たとえ苦しいことがあっても  
つらいことがあっても  
明日への希望をしっかりと  
ともに学び ともに支え合うこと

わたしにだってできること

それは ボランティア

