

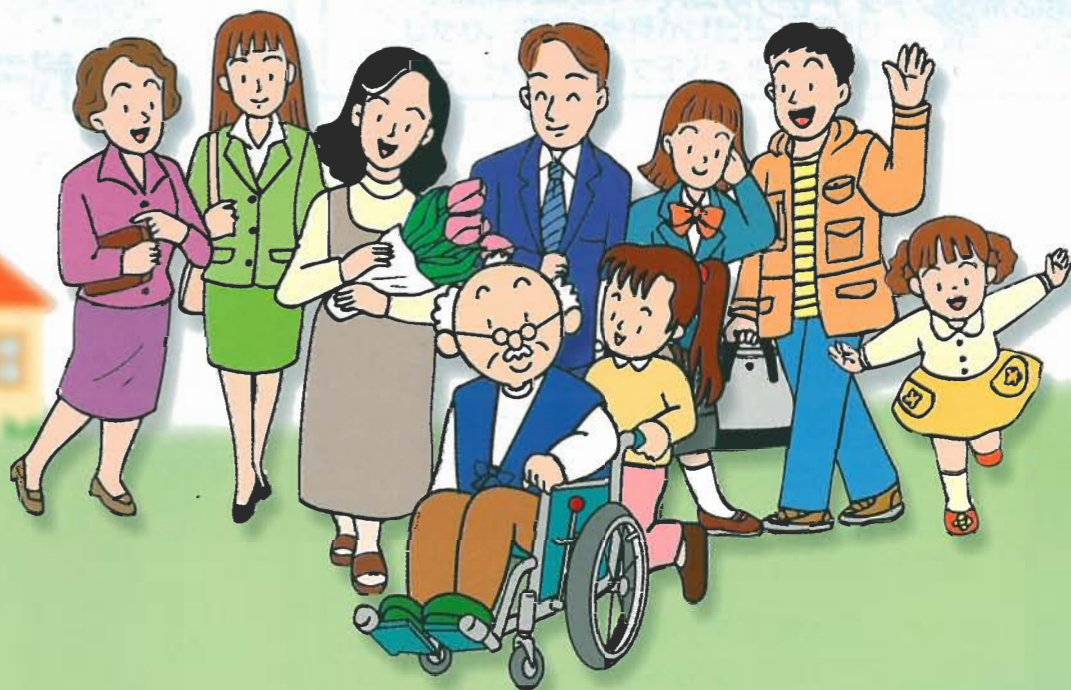
# はじめてみませんか? ボランティア

困った時はお互いさま。

助けたり、助けられたり。

ボランティアセンターは、

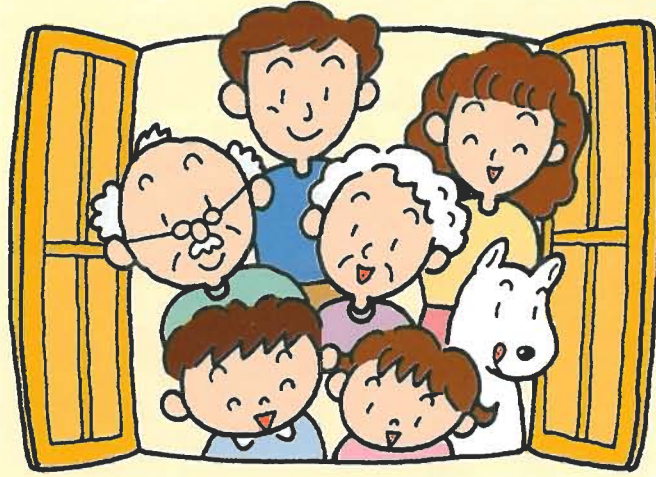
そんな活動を応援します。



三次市ボランティアセンター

# ボランティアセンターってこんなところ

こんな時ボランティアセンターをご利用ください。



ちょっと困った…

相談  
紹介

**ボランティアセンター**

- 相談・活動紹介
- 情報の収集・提供
- 図書・機材の貸出
- ネットワークづくり
- 講座・研修会の開催

登録  
依頼

まかせて!

関係機関との協働・小地域活動の推進

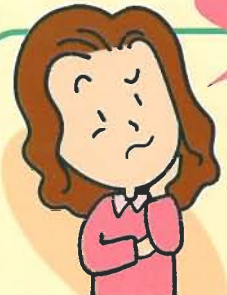
まかせて!



ボランティア活動に興味がある。  
なにか人の役に立ちたい。  
こんなことならお手伝いできます。  
などなど……

やる気はあるけど、どこに行ったらいいのかわからない。  
そんな時はボランティアセンターへ

ちょっと困った…

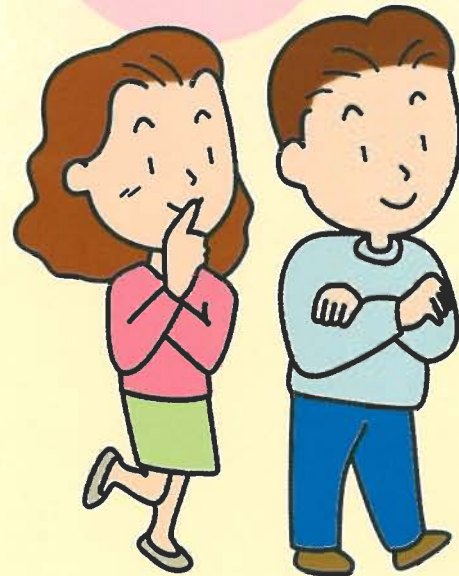


「思うようにならない子育て、  
誰か悩みを聞いてくれないかしら。」  
「最近、足が痛くて、  
買い物したり外出するのも一苦勞。  
誰か一緒に行ってくれる人いないかな～」

「年をとると高いところの電球の交換も一苦勞。  
誰かちょっと手伝ってくれんかのー」

など、ちょっとした困りごとはありませんか?  
そんな時もボランティアセンターへ

## ボランティア活動って なんだろう?



ボランティア活動は、いろいろな人が自分のできる範囲で、なにか役に立ちたいという気持ちをもって活動をしています。

特別な人がする活動ではなく、同じ地域で暮らす一人として、お互いに支えあいながら暮らせるまちづくりを目指して、自発的に参加する活動です。

## 活動はいろいろ

### お年寄りを大切に

地域で暮らすお年寄り。ちょっとしたことで困っておられることはしばしば。できることを手助けしながらみんなで支えましょう。  
また、施設へ出向いて話し相手や介助のお手伝いなどの活動もあります。



### 障害があってもいきいきと

障害者が安心して暮らせるまちづくりを目指すとともに、地域の行事などにも積極的に参加できるよう日頃からふれあい、交流を大切にし、よりよい地域づくりを。

### 子育ては地域で

人生の先輩として子育ての手助けをしたり、子どもを見かけたら一声かけたり、地域ぐるみで子どもを豊かに育てましょう。



### あなた自身を活かして

あなたもっている得意技。おしゃべり上手、聞き上手、人を楽しませること、ちょっとした日曜大工、手工芸などボランティア活動に活かせることはたくさんあります。

### 収集ボランティアなど

使用済みの切手、カード(テレホンカード)などを集めて収集団体へ送れば、それらを資金とした世界の様々な活動に役立てられます。また学校や地域などでアルミ缶のリサイクル活動などもできます。



## ボランティア活動保険に加入して 万が一の事故に備えましょう。

みなさんに安心してボランティア活動をしていただくために、三次市ボランティアセンターではボランティア活動保険へのご加入をおすすめしています。

加入プランは A(300円)、B(500円)、C(700円)で、どのプランに加入されても社会福祉協議会から150円を助成します。

ボランティア活動保険の詳細いことは、下記までお問い合わせください。

ボランティア活動に関するご相談・お問い合わせは

### 三次市ボランティアセンター

〒728-0013 三次市十日市東三丁目14番1号 三次市福祉保健センター内  
TEL 0824-63-8975 FAX 0824-62-6827  
電子メール mycity3@ca.wakwak.com



または、各支所へ

君田支所 TEL 0824-53-2964  
布野支所 TEL 0824-54-2042  
作木支所 TEL 0824-55-2119  
吉舎支所 TEL 0824-43-3301

三良坂支所 TEL 0824-44-2182  
三和支所 TEL 0824-52-3143  
甲奴支所 TEL 0847-67-2075