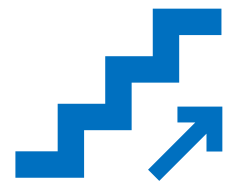


# なつぼら

2022



パンフレット



文京ボランティア支援センター



# なつぼら2022について

---

夏の間ボランティア活動が体験できるプログラムをまとめて、「なつぼら2022」として行います。

いろいろなボランティア活動のメニューを用意してあります。(初めての方でも参加できます!)

参加すると、参加証明書がもらえます。

小学生の方は、保護者と一緒に読んでください。

## 1.受付期間

令和4年7月1日(金)～8月31日(水)

## 2.対象

区内在住・在学・在勤の方

※必ずお申込みをしてください。

※プログラムごとに対象年齢が異なります。

詳しくは次ページ以降をご覧ください。

※小学生・中学生の方の参加には、保護者の同意が必要です。

## 3.参加費

無料

※「自宅プログラム」の材料費は一部を除き自己負担です。

※ボランティア保険への加入が必要な場合、加入料は自己負担です。

## 4.申込・問合せ

文京ボランティア支援センター

住所:〒113-0033 文京区本郷4-15-14 文京区民センター4階

電話:03-3812-3114 FAX:03-5800-2966

メール:vorasen@bunsyakyo.or.jp

# プログラム目次

大きく分けて次の3つのプログラムがあります。

プログラム1 1Dayプログラム . . . 5

プログラム2 自宅プログラム . . . 7

プログラム3 体験プログラム . . . 8

※プログラム詳細は各ページをご覧ください

## <ボランティア保険>について

ボランティア保険は、国内におけるボランティア活動中に、偶然の事故により、ボランティア自身が被ったケガとボランティア自身が第三者の身体・財物に損害を与えたことによる法律上の損害賠償責任を補償する保険です。

加入は任意となりますが、加入される方は、体験前日までに加入をお済ませください。

※加入については文京ボランティア支援センターへお問合せください。



# 参加する前に①

## 【参加から終了までの流れ】

- 1 パンフレットを読んで、参加したいプログラムを決めます。
- 2 申込書を書いて、文京ボランティア支援センターへ提出します。  
申込方法：持参、郵送、FAX、申込フォーム
- 3 体験が完了したら、振り返りシートを提出します。
- 4 参加証明書をもって、体験終了です。  
※お渡しするタイミングは、プログラムごとに変ります。

## 【新型コロナウイルス感染症対策】

### プログラム1

- 1 新型コロナウイルス感染拡大の影響により、予定されていたものが変更・中止になることがあります。
- 2 参加日に発熱、咳、呼吸困難、全身倦怠感、咽頭痛、鼻汁・鼻閉、味覚・嗅覚障害、関節・筋肉痛、下痢、嘔気・嘔吐等の症状や体調に変化がある場合はご欠席ください。当日は体温を測らせていただきます。目安として、体温が37.5度以上の方は参加をお断りさせていただきます。
- 3 PCR検査等で新型コロナウイルス感染症陽性と判定された方との濃厚接触がある方はご欠席ください。
- 4 過去2週間以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国・地域への訪問歴及び当該在住者との濃厚接触がある方はご欠席ください。
- 5 ご来場の際は手指のアルコール消毒にご協力お願いいたします。
- 6 参加日はマスク着用の上、ご出席をお願いいたします。

### プログラム3

- 1 新型コロナウイルス感染拡大の影響により、予定されていたものが変更・中止になることがあります。
- 2 参加日に発熱、咳、呼吸困難、全身倦怠感、咽頭痛、鼻汁・鼻閉、味覚・嗅覚障害、関節・筋肉痛、下痢、嘔気・嘔吐等の症状や体調に変化がある場合はご欠席ください。また、体験先の指示に従ってください。
- 3 PCR検査等で新型コロナウイルス感染症陽性と判定された方との濃厚接触がある方はご欠席ください。
- 4 過去2週間以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国・地域への訪問歴及び当該在住者との濃厚接触がある方はご欠席ください。
- 5 ご来場の際は手指のアルコール消毒にご協力お願いいたします。
- 6 参加日はマスク着用の上、ご出席をお願いいたします。

# 参加する前に②

## 【ボランティアって??】

1 ボランティアには4原則というものがあります。

①自主性・主体性

自ら、すすんで行うものです。  
義務で行うものではありません。

②社会性・連帯性

ともに支え合う活動です。  
誰もが対等に活動するものです。

③無償性・無給性

対価・報酬を目的とした活動ではありません。

④創造性・開拓性・先駆性

よりよい社会をつくるための活動です。  
身の回りにあるいろいろな課題を知り、自分のできることから新しい活動を始めてみてはいかがでしょうか??

## 2 なつぼら2022での体験

ボランティア活動は、実際の活動に参加することだけではありません。体を動かして、実際のボランティア活動に参加することも、活動している団体を応援することも、社会貢献のための活動です。身の回りに起きている問題を知り、自分ができていることを考えて行動することで、未来の社会は良くなっていきます。この夏、「なつぼら2022」に参加することで、皆さんが新しい一歩を踏み出すことでより良い社会をつくりましょう。

## 対象

- ①小学生から大学生・専門学校生まで
- ②参加者1名につき、保護者1名参加可能
- ③小学4年生以下のお子さんは、必ず保護者同伴でご参加ください。

## 日にち

令和4年8月6日(土)

## 定員

各コース 10組(先着順)

※コースは次ページでご確認ください

## 会場

文京区民センター 3階(3-A会議室)  
4階(ボランティア活動室)  
文京区本郷4-15-14

## 内容

①ボランティア活動を知ろう

ボランティア活動について「知る」最初の一步です。

②やさしい日本語入門講座

「やさしい日本語」ってなんだろう??  
どんな時に使うの??  
そんなことを「知る」講座です。

③体験ブース

広い会場に体験ブースを5か所(予定)設置します。各ブースを回ってさまざまな活動などを体験していただきます。



## コース

- Aコース 9:00スタート
- Bコース 10:00スタート
- Cコース 12:30スタート
- Dコース 13:15スタート

すべてのコースで、同内容となります。  
実施内容は、前ページの「内容①～③」  
です。

参加  
証明書

- ①各コースともに、すべての内容にご参加いただきます。
- ②体験後に振り返りシートをご提出いただきます。
- ③振り返りシートと引き換えに、参加証をお渡しします。


## 持ち物

- ①水分補給のための飲料水等
- ②筆記用具

## その他

会場に「夢の本箱」を設置します。可能な方は、本を1冊以上お持ちください。

## 夢の本箱 ってなに？

 **ご寄付いただいた本で文京区の子どもたちを支援する活動です。**

ご自宅や会社等で不要になった本はありませんか？ **夢の本箱**では、ご寄付いただいた本で、子どもたちの食を支援します。



対象

どなたでも

内容

- ① グリーティングカード
- ② ハーバリウム
- ③ ブックカバー
- ④ しおり
- ⑤ ぞうまん
- ⑥ うちわ

①～⑥は、別冊の「自宅で体験ボランティアハンドブック」をご覧ください。

- ⑦ 点字体験 . . .



⑦は、自宅学習キットをお渡しします。  
(一部貸出し物品あり)

定員

- ② ハーバリウム…先着15名
  - ⑥ うちわ…先着20名
- ※その他は定員なし

参加  
証明書

- ① 体験後に振り返りシートと制作物等をご提出いただきます。引き換えに参加証明書をお渡しします。
- ② 提出を窓口持参で行う場合、必ず来所日時をご連絡ください。
- ③ 提出を郵送・配送で行う場合、返信用封筒(角2)を必ず同封してください。  
※返信用封筒には切手貼付(120円分)・返送先の記入をお願いいたします。

プログラム3-① 花壇のお手入れ

対象

小学生以上

定員

各日 10名（先着順）

内容

ポケットパークで花壇のお手入れ

体験先

NPO法人 緑のごみ銀行

体験  
場所

文京区本郷4-15-14 区民センター前の花壇

日時

7/26、8/2、8/23、8/30  
(いずれも火曜日)

9:30から1時間程度

※雨天中止

持ち物

①水分補給のための飲料水等

②熱中症対策グッズ

③虫よけ対策グッズ(必要な方のみ)

## プログラム3-② 清掃活動

対象

中学生以上

定員

3名（先着順）

内容

施設周辺の清掃活動

体験先

地域活動支援センター エナジーハウス

体験  
場所

文京区千駄木 5-10-8

日時

8/4（木）13:00～15:00  
（準備・振り返り時間含む）

※雨天の場合は延期

持ち物

- ①水分補給のための飲料水等
- ②熱中症対策グッズ
- ③虫よけ対策グッズ(必要な方のみ)

## プログラム3-③ ドナルド・マクドナルド・ハウス東大での活動

対象

高校生以上

※新型コロナワクチン2回以上接種済みの方

定員

各日 4名（先着順）

内容

玄関前の花壇のお手入れ(ハウス案内含む)

※雨天の場合はハウス内清掃

体験先

ドナルド・マクドナルド・ハウス東大

体験  
場所

文京区本郷7-3-1 東京大学構内

日時

7/27(水)、28(木)、29(金)

8/22(月)、23(火)、24(水)

10:00から1時間30分程度

持ち物

①水分補給のための飲料水等

②熱中症対策グッズ

③虫よけ対策グッズ(必要な方のみ)

プログラム3-④ アクティ駕籠町での活動

対象

中学生、高校生

※ボランティア保険加入必須

※新型コロナワクチン接種済の方が望ましい

定員

各時間帯 2名（先着順）

内容

施設を利用している子どもたちと一緒に遊ぶ。

体験先

アクティ駕籠町(かごまち)

体験  
場所

文京区本駒込2-29-6

日時

7/25(月)～8/10(水)の平日、  
8/17(水)～19(金)、29(月)～31(水)

各日ともに①10:00～11:30

②14:00～16:30

持ち物

①水分補給のための飲料水等

②熱中症対策グッズ

③虫よけ対策グッズ(必要な方のみ)

## プログラム3 共通事項

参加  
証明書

- ①体験後に振り返りシートと制作物等をご提出いただきます。引き換えに参加証明書をお渡しします。
- ②提出を窓口持参で行う場合、必ず来所日時をご連絡ください。
- ③提出を郵送・配送で行う場合、返信用封筒(角2)を必ず同封してください。  
※返信用封筒には切手貼付(120円分)・返送先の記入をお願いいたします。

## その他

ボランティア保険の加入を推奨します。

# なっぼら2022 振り返りシート

氏名

[ ]

## 参加体験

参加したものに○  
をつけてください。  
参加プログラム1つ  
につき、1枚ご提出  
ください。

プログラム1

※プログラム2、3は内容も書いてください

プログラム2

[ ]

プログラム3

[ ]

感想など

[ ]

体験後も続  
けて取り組  
みたいこと

[ ]