

I. はじめに

1 地域課題の解決には、社会貢献に取り組む人の存在が欠かせません

地域課題を解決し、よりよい社会を実現するためには、地域で社会貢献に取り組む方々の存在が不可欠です。

しかし今、長年地域で社会貢献に取り組み、地域課題の解決に貢献されてきた方々の高齢化や活動の担い手が不足していることにより、今までの活動を継続することが難しくなっているとの声が聞こえています。

地域に必要とされている社会貢献活動を、この先も持続可能なものにするために、社会貢献に取り組む人、社会貢献を担う人の育成が必要とされています。

2 地域のボランティア活動に参加する若者を増やしたい

群馬県では、社会貢献活動の入り口として、地域で行われるボランティア活動に参加する若者を増やしたいと考えています。

社会貢献活動に興味はあるけれど一歩を踏み出せない若者に、まずは地域で行われるボランティア活動に参加してもらう。

ボランティア活動を通して、社会貢献活動のやりがいや楽しさを知ってもらう。

やりがいや楽しさを知ってもっと活動したくなったら、継続的に参加してもらう。

さらには、参加するだけでなく、自ら地域の課題を見つけて、その課題を解決するために社会貢献に取り組んでももらう。

そのような社会を目指したいと考えています。

3 若者とボランティア

ボランティアは、特別なことではありません。誰でも取り組める身近な活動です。

「自分の成長につなげたい」、「楽しそう」、「人と交流したい」といった理由で、積極的に参加している若者がいます。

その一方で、「ボランティアは、意識が高い人がするもの」というイメージがあり、「自分にはハードルが高い」と感じる若者も少なくありません。

また、ボランティア活動に興味はあっても、欲しい情報が手に入りやすく、活動の内容や参加方法などがよくわからないから参加したことがない、という若者も多くいます。

4 ボランティアに対する若者の状況や意識を知る

県では、より多くの若者にボランティアに参加してもらうために、ボランティアに興味はあるけれども参加したことがない若者にもボランティアに参加してもらい、ボランティアの楽しさや、やりがいを知ってもらいたいと考えています。

そのために、若者が共感し「参加したい」「参加してよかった」と思うボランティア活動を、増やしていきたいと考えています。

では、ボランティア活動を、若者が共感し「参加したい」「参加してよかった」と思う活動にするために、何ができるでしょうか？

そのヒントを得るため、群馬県では、群馬県内にある大学・短期大学に在籍する学生に対して、ボランティア活動に関する若者の状況や意識を聞くアンケートを実施しました（アンケート結果は資料1をご覧ください）。

また、県内でボランティア活動に参加している若者や、若者が参加するボランティア活動を主催する団体に対して、ヒアリングも実施しました（ヒアリングで得た若者の声は資料2をご覧ください）。

アンケートやヒアリングの結果から見えてきた、「若者がボランティア活動に参加する動機」や「若者が参加するボランティア活動を選ぶ時に重視すること」等を、『II.若者がボランティア活動に参加する動機、活動を選ぶ時に重視すること』でご紹介します。

5 若者が共感し「参加したい」「参加してよかった」と思うボランティア活動にするための工夫

ボランティア活動を、若者が共感し「参加したい」「参加してよかった」と思う活動にするために、何ができるか？

それを検討する際のヒントとして御活用いただくため、前述のアンケートやヒアリングの結果から考えられる工夫をまとめました。

『Ⅲ.若者が共感し「参加したい」「参加してよかった」と思う活動にするための工夫』をご紹介します。

6 社会貢献活動を持続可能なものするために、ご協力をお願いします

若者に、ボランティア活動に参加してもらい、その楽しさや、やりがいを知ってもらうためには、その地域で社会貢献に取り組んでいる方々のご協力が不可欠です。

まず、より多くの若者にボランティア活動に参加してもらう。

それから、社会貢献に取り組む人、社会貢献を担う人を育成する。

そして、地域に必要とされている社会貢献活動を持続可能なものとする。

そのために、地域で社会貢献に取り組んでいる方々にも、本書でお示しする工夫を取り入れたボランティア活動を企画いただき、若者の受け入れにご協力いただけますと幸いです。

II. 若者がボランティア活動に参加する動機、活動を選ぶ時に重視すること

若者が共感し「参加したい」「参加してよかった」と思うボランティア活動にするために、何ができるか？

そのヒントを得るため、群馬県では、群馬県内にある大学・短期大学に在籍する学生に対して、ボランティア活動に関する若者の状況や意識を聞くアンケートを実施しました。

このアンケートの結果から見えてきた、「若者がボランティア活動に参加する動機」や「若者が参加するボランティア活動を選ぶ時に重視すること」等をご紹介します。

■ アンケートの概要

【実施期間】 令和4年10月14日～11月6日（24日間）

【調査対象】 県内の大学・短期大学に在籍する学生

【調査方法】 各大学等の事務局を通じて学生にアンケートへの回答を依頼。

回答の収集は、Microsoft365のFormsを利用。

無記名方式。

【回答者数】 692人

【回答結果】 資料1のとおり

1 自分の成長につながるか？学びがあるか？

ボランティア活動に参加したことのある人の「参加した動機」の1位、今後可能であれば参加してみたい人の「参加してみたいと思う理由」の1位は共に、「自分の成長につながると思うから」（参加経験者47.5%、今後参加してみたい人70.6%）。

そのボランティア活動に参加することで「自分も成長できる」ということが若者に伝われば、参加する若者が増えるのではないのでしょうか？

では、若者が「自分の成長につながりそうだ」と感じて参加したくなるボランティア活動にするために、また、参加した若者が「自分の成長につながった」と実感できるボランティア活動にするために、何ができるのでしょうか？

2 楽しいか？やりがいがあるか？

ボランティア活動に参加したことがある人の「参加した動機」の2位、今後可能であれば参加してみたい人の「参加してみたいと思う理由」の3位は、「楽しそうだから」（参加経験者 36.6%、今後参加してみたい人 29.7%）。

また、活動に参加したことがある人が『参加して「よかった」と思うこと』の1位は「やりがいを感じられた」（65.7%）、2位は「楽しかった」（49.6%）。

そのボランティア活動が、「楽しい」「やりがいがある」ということが若者に伝われば、参加する若者が増えるのではないのでしょうか？

では、若者が「楽しそう」と感じて参加したくなるボランティア活動にするために、また、参加した若者が「楽しい」「やりがいがある」と感じるボランティア活動にするために、何ができるのでしょうか？

3 人と交流できるか？

ボランティア活動に参加したことがある人の「参加した動機」の3位、今後可能であれば参加してみたい人の「参加してみたいと思う理由」の2位は、「さまざまな立場の人と交流したいから」（参加経験者 29.3%、今後参加してみたい人 34.6%）。

そのボランティア活動に参加することで「人と交流できる」ということが若者に伝われば、参加する若者が増えるのではないのでしょうか？

では、若者が「さまざまな立場の人と交流できそうだ」と感じて参加したくなるボランティア活動にするために、また、参加した若者が「さまざまな立場の人と交流できた」と実感するボランティア活動にするために、何ができるのでしょうか？

4 気軽に参加できるか？

「参加するために欲しい支援」の1位は、「参加しやすい活動プログラムの提供」（63.5%）。一方で、「参加したことがない理由」の4位は、「気軽に参加できる活動がないから」（26.4%）。

そのボランティア活動が「参加しやすい」「気軽に参加できる」ものであれば、参加する若者が増えるのではないのでしょうか？

では、若者が「参加しやすい」「気軽に参加できる」と感じて参加したくなるボランティア活動にするために、何ができるのでしょうか？

5 自分に合っているか？

「参加する活動を選ぶ際に重視すること」の1位は、「活動の分野、種類、内容が自分に合っている」（56.3%）。「ボランティア活動をしたことがない理由」の1位は「活動の内容、参加者、雰囲気がよくわからないから」（42.3%）。

そのボランティア活動の内容や、参加者の様子、活動の雰囲気がよく伝われば、参加する若者が増えるのではないのでしょうか？

では、活動の内容や、参加者の様子、活動の雰囲気が若者に伝わり若者が「自分に合っている」と感じて参加したくなるボランティア活動にするために、何ができるのでしょうか？

III. 若者が共感し「参加したい」「参加してよかった」と思う活動にするための工夫

若者が共感し「参加したい」「参加してよかった」と思うボランティア活動にするために、何ができるか？

その検討のヒントとして御活用いただくため、前述のアンケートやヒアリングの結果から考えられる工夫をご紹介します。

1 活動内容を「知ってもらう」ための工夫

若者にボランティア活動に参加してもらうためには、まず、その活動を若者に知ってもらう必要があります。

若者が共感し興味を持つ内容や若者が欲しい情報を、若者が入手しやすい方法で、効果的に発信して届けるためにできる工夫をご紹介します。

① 群馬県のボランティアマッチングサイト「ボラスルン」を活用します

- ✓ 群馬県が運営するボランティアのマッチングサイト「ボラスルン」は、ボランティアを募集したい団体とボランティア活動に参加したい人をマッチングするサイトです。無料でご利用いただけます。
- ✓ 「ボラスルン」には、ボランティアを募集するページのほか、団体を紹介するページもあります。団体紹介ページから団体ホームページへの URL リンクを貼ることもできます。
- ✓ 「ボラスルン」に掲載すれば、ボランティア活動に興味のある多くの方に見ていただくことが期待できます。是非ご活用ください。



←ボラスルンの URL

<https://volunteer.pref.gunma.jp/>

② 活動の目的、団体のビジョン、活動の価値などを整理して伝えます

- ✓ なぜその活動を行うのか、その活動にどんな意味があるのか、活動の目的、団体のビジョンを、初心者にも分かりやすいように整理して伝えます。
- ✓ その活動で、どのような社会課題が解決されるのか、社会にとってどのようなメリットがあるのか、活動の価値を整理して発信します。

③ 誰を対象に何をやる活動か、活動内容を分かりやすく具体的に伝えます

- ✓ 対象は子どもなのか、高齢者なのか。対象が子どもだとしたら、どの年齢層の子どもなのか。対象の子どもに勉強を教えるのか、一緒に遊ぶのか、見守るのか。誰を対象に、何をやる活動なのか、具体的にイメージできるように伝えます。

④ どのような人が活動しているかを伝えます

- ✓ 参加者の顔が見えるような情報を伝えます。
- ✓ 参加者に対し、次のようなことをインタビューして発信します。前向きな情報を載せると効果的です。
 - どんなことに興味があって参加したのか
 - 参加のきっかけは何か
 - 参加した感想
 - 参加してよかったこと、学んだこと、楽しかったことなど
- ✓ 参加者は、どの年代が多いのか。学生が多いのか、社会人が多いのか、主婦・主夫が多いのか。学生なら何を学んでいる学生、何を目指している学生が多いのか。男性が多いのか、女性が多いのか。など、参加者の大まかな属性が分かると、参加を決める際の参考になります。

⑤ 活動に参加して得られる学び、スキル、経験、活動の楽しさ、やりがいなどを伝えます

- ✓ 実際に活動に参加した人が得られた学び、感じた楽しさ、やりがいを伝えます。
- ✓ 活動に参加した本人の言葉で、伝えてもらえるとより効果的です。
- ✓ その活動に参加することで、参加した本人にとって、どのようなメリットがあるか、整理して発信します。

⑥ 参加者自ら、何を感じたのか、何が身についたのかを発信してもらいます

- ✓ 参加者本人に、参加して何を感じたのか、何が身についたのかを、発信してもらうと効果的です。実際に参加した人の感想や評価は、参加の決め手になります。

⑦ 活動の様子を写真や動画などの画像付きで発信します

- ✓ 活動の具体的なイメージがわくように、活動の様子を写真や動画などの画像付きで発信します

(注意) 写真や動画などの画像を発信する場合は、肖像権の扱い、写真や動画の扱いをどのようにするか、プライバシーの問題など、情報を発信する上での情報の取り扱い方針を団体の中で決めておきます。その方針を示した上で、写っている人等に対し、発信について事前に了解を得ます。

⑧ 見た人に親近感を持ってもらえるように伝えます

- ✓ 見た人が親近感を持ち、「私でもできるかも」「やってみたい」と思ってもらえるような内容を発信します。例えば、次のような内容を発信します。
 - 活動内容
 - 運営メンバーの紹介
 - 活動の研修や説明会でやっていること
 - どんな人におすすめか
 - どんな力を育むことができるのか
 - これまでどんな動機があって活動に参加している人がいるのか
 - 実際に活動に参加した人の感想など

⑨ ボランティア説明会やイベントなどを開催し、団体の活動を知ってもらう機会をつくれます

- ✓ ボランティア説明会やイベントを開催し、主催団体のメンバーと実際に会って話し、活動の内容や団体の理念を知ってもらう機会を設けます。

⑩ 気軽にお試しで参加できる短時間の活動を企画し参加してもらいます

- ✓ いきなり団体の会員になって、継続的に活動するのはハードルが高いものです。ボランティアでの参加でも、初めから長時間の参加をするのも勇気がいります。普段の活動とは別に、初心者が気軽にお試しで参加できる短時間の活動を企画し、参加してもらい、まずは活動の内容を知ってもらいます。

⑪ 大学のボランティアセンター等と連携します

- ✓ 大学生にとって身近で信頼できる大学に設置されているボランティアセンターなどと連携し、情報を発信します。
- ✓ 大学のボランティアセンターにチラシを置いてもらったり、大学が学生に向けて発信するメールに募集情報を掲載してもらったりします。
- ✓ 大学が主催するボランティアを紹介する合同案内イベント等に参加させてもらいます。
- ✓ 大学に依頼し、団体が大学内で自分の活動を学生に紹介する機会を作ってもらいます。

⑫ 地域にあるボランティアセンター等と連携します

- ✓ 地域にある社会福祉協議会や市町村、民間のボランティアセンターなどと連携し、情報を発信します。

⑬ 身近な人から直接話を聞く機会を設けます

- ✓ その若者にとって身近な友人や知人、先輩ボランティアから話を聞く機会を設けたり、若者にとって身近な人から SNS で情報発信してもらったりします。
- ✓ 大学等で説明会を行う場合は、その大学等に在籍している参加者と一緒に説明を行います。若者にとって身近な人から説明を聞くことで、親近感を持ってもらえ、参加に対する心理的なハードルが下がります。

⑭ 日々の活動記録等を SNS 等で発信します

- ✓ 日々の活動記録等を Instagram、Twitter、Facebook 等で発信します。

⑮ 多くの若者とつながっている人に参加してもらい、SNS への投稿をお願いします

- ✓ SNS は友達でつながっているネットワークです。あるネットワークの人が一人ボランティアに参加し、その様子を投稿することで、その人と繋がっている若者にも活動を知ってもらえます。多くの若者とつながっている人に参加してもらい、投稿をお願いすると効果的です。
- ✓ あなたの団体の活動を取材し SNS にアップしてもらうことを、ボランティア活動として若者に依頼するという方法もあります。

⑯ ポスターやチラシを SNS 等と組み合わせて活用します

- ✓ ポスターやチラシなど、自分から情報入手しに行かなくても「目にとまる」手段を使った情報発信も有効です。
- ✓ ただし、ポスターやチラシに掲載できる情報量は限られます。そこで、より詳細な情報をアップした SNS やホームページなどを予め作成し、そこに誘導する QR コードをポスター等に掲載します。
- ✓ SNS 等に誘導する QR コードがポスター等に掲載されていれば、ポスター等を目にとめて興味を持った人はその場でスマホを QR コードにかざして SNS などで詳しい情報を得ることができます。
- ✓ ポスターに掲載された文字や写真だけの情報よりは、SNS の動画などで「見てもらう」ことで活動の内容、雰囲気を感じ取ってもらうことができ、参加してもらえる可能性が高まります。
- ✓ また、ポスター等に参加申込フォームに直接リンクする QR コードを掲載しておけば、すぐに申込をすることができます。

2 活動を「企画する」ときの工夫

上記でお示した「若者がボランティア活動に参加する動機」「若者が参加するボランティア活動を選ぶ時に重視すること」を踏まえた活動を企画する際にできる工夫をご紹介します。

- 自分の成長につながるか？学びがあるか？
- 楽しいか？やりがいがあるか？
- 人と交流できるか？
- 気軽に参加できるか？

① 初めてでも参加しやすい活動を企画します

- ✓ 初心者でも気軽に参加できる活動を企画します。各々の都合に合わせて参加できるように、何回か用意できるとなおよいです。
- ✓ 楽しく参加するために、安心安全な活動にします。
- ✓ 初めて参加する人には難しいことは任せず、その参加者のレベルにあった無理のない役割を振ります。

② 単発で参加できる活動を企画します

- ✓ 継続した参加を前提としない、単発で参加できる活動を企画します。各々の都合に合わせて参加できるように、何回か用意できるとなおよいです。
- ✓ 参加者が活動の魅力を知り、次回も参加してもらうのが理想ですが、参加者に継続を強要しないことが重要です。

③ 半日程度で終了する活動にします

- ✓ 参加する1回あたりの時間は、長くても半日程度（3～4時間程度）にします。アンケートでも、半日程度の参加を希望する方が一番多く（51.7%）、次いで1～2時間程度（29.2%）の参加を希望しています。

④ 土日・祝日や長期休暇中に参加できる活動にします

- ✓ 学生や働いている若者が参加しやすいよう、土日・祝日や長期休暇中に参加できる活動を企画します。アンケートでも、土日・祝日の参加を希望する方が一番多く（71.8%）、次いで長期休暇中の参加を希望しています（57.5%）。

⑤ 集合時間は、無理のない時間に設定します

- ✓ 集合時間は、参加者が無理なく参加できる時間に設定します。朝早くに始まったり、帰りが夜中になったりするような活動は、初心者には向いていません。

⑥ 参加しやすい場所でできる活動を企画します

- ✓ 自家用車を所有していない学生は、活動場所まで行くのも一苦勞です。できるだけ参加しやすい場所でできる活動を企画します。
- ✓ 公共交通機関では行きにくい場所で活動する場合は、参加者を最寄り駅まで迎えに行くなど、活動場所に行くことを参加者が負担に感じないように配慮します。

⑦ 参加者の主体性を大切にします

- ✓ 参加者が自分で考えて主体的に活動することで、より多くの気づきや学びを得ることができるようになります。
- ✓ 活動の内容を団体側で全て決めてしまい、参加者は団体からの指示で動くだけという活動だと、参加者は気づきや学びを得にくくなり、参加者の満足度は低くなり、次回の参加は望めなくなってしまいます。

⑧ 参加者が自分で工夫して活動できる部分を意識して用意します

- ✓ ボランティア参加者にも自分で考えて工夫できる役割を与えます。
- ✓ ボランティア参加者の活動内容を主催者側が全て決めてしまい、参加者はその指示に従うだけ、というのは、「自分でなくても誰でもいい」「単なる労働力として扱われている」と感じ、気分のいいものではありません。
- ✓ 反対に、少しでも自分で考えて工夫できる役割があると、やりがいを感じられ、「参加してよかった」、「自分が参加した意義があった」「楽しかった」と感じることができ、参加者の満足度を高くすることができます。
- ✓ ただし、与える役割が大きすぎると参加者の負担になり、楽しめなくなるので注意が必要です。

⑨ 参加者を単なる労働力として当てにしない

- ✓ ボランティア参加者を単なる労働力として当てにするのはNGです。参加者が「人数がそろえば誰でもいいのか」「自分が参加する意義がない」と感じるような活動では、参加者の満足度は低くなり、次回の参加は望めなくなってしまいます。

⑩ ボランティアに参加してもらいたい理由を個別にきちんと伝えます

- ✓ ボランティアに参加してもらう際は、ボランティアに参加してもらいたい理由を個別にきちんと伝えます。
- ✓ 「あなただから来てほしい」ということを伝えます。

⑪ 参加者同士が交流する機会を意識してつくります

- ✓ 活動の中で、参加者同士が交流する機会を意識して設けます。
- ✓ ただ一緒に活動しているだけでは、なかなか交流する機会は生まれません。活動日の前や活動の始めに参加者が集まって、お互いにあいさつや自己紹介をする機会を設けるなど、参加者が交流する機会を意識して設けます。
- ✓ 活動中、ベテランの参加者が、初参加の方に積極的に声をかけ、参加者同士の交流のきっかけを作るのも効果的です。
- ✓ 大学のボランティアセンターなどに依頼して一括で募集をかけ、参加者同士が交流する機会を作るという工夫もあります。参加者同士が交流する機会を設けることで、心理的ハードルの低下が期待されます。

⑫ 参加者をサポートする体制を整えます

- ✓ ボランティア参加者が困ったときに適切なタイミングで適切にサポートできるよう、ボランティア活動主催者のスタッフは、ボランティア参加者をサポートする体制を整えます。ボランティアをサポートする担当を決めておくのも有効です。
- ✓ 活動の内容上、しっかりした研修を受けてもらう必要があり「手軽」に参加できる活動ではないとしても、参加者の心配や不安を受け止めてフォローする体制があれば、参加者の気持ちを軽くすることができます。

3 「参加者を募集する」ときの工夫

団体の活動内容や、参加者の様子、活動の雰囲気がよく伝われば、「自分に合っている」と感じた人の参加の決め手になり、参加者が増えることが期待できます。

反対に、これらが上手く伝わらなければ、参加の決め手に欠け、参加してもらうのが難しくなります。

若者に必要な情報を効果的に届けるためにできる工夫を御紹介します。

(7～11ページの「活動内容を「知ってもらう」ための工夫」も併せてご覧ください)。

① SNS やフォームなど、若者が利用しやすいツールを使って募集します

- ✓ 参加者を募集したり、参加者と連絡を取ったりする際には、SNS やフォームなど若者が使い慣れていて、気軽にやり取りできるツールを活用します。
- ✓ 電話やメールよりも、SNS やフォームの方が好まれます。

★ 群馬県が運用するボランティアマッチングシステム「ボラスルン」も御活用ください(「ボラスルン」については、7ページをご覧ください)。

② ボランティア活動の名称は、内容が端的に分かるものにします

- ✓ ボランティアと言っても、その内容は様々です。募集するボランティアにどのような作業をしてもらいたいのか、端的に伝えられる名称をつけます。たとえば、「図書館での読み聞かせボランティア」や「マラソン大会での観客の誘導」といったものです。

③ いつ行うのかを明示します

- ✓ 活動をする日、活動時間、活動期間、活動頻度を明示します。
- ✓ 活動の開始時間はもちろん、終了時間も明示します。
- ✓ 「いつでも募集」となっているよりも、活動日時が明確になっている方が、参加者は参加しやすくなり、安心して参加できます。

④ どこで行うのか、活動場所を分かりやすく示します

- ✓ 活動をどこで行うのかは、参加する活動を選ぶ際の重要なポイントです。
- ✓ 自宅や学校、職場の近くなど、普段自分が生活している場所の近くでできる活動を探している人が多いです。
- ✓ 活動場所の名称だけでなく、住所も地番までしっかり示します。
- ✓ 活動場所周辺の地図も示します。
- ✓ 目印となる近くの建物等を写真付きで示すのも分かりやすいです。

⑤ 活動場所と集合場所が違う場合は、集合場所も同様に示します

- ✓ 活動場所と集合場所が違う場合は、活動場所と同様に集合場所も分かりやすく示します。

⑥ 最寄りの駅やバス停などを示します

- ✓ 公共交通機関を利用して来る人のために、最寄りの駅やバス停がどこなのか、どの路線を使うのかなど、具体的に示します。
- ✓ 最寄りの駅やバス停から活動場所や集合場所までの経路を、地図や写真などで分かりやすく示します。

⑦ 駐車場の有無を示します

- ✓ 自家用車で来る人のために、駐車場の有無を示します。
- ✓ 参加者に利用してもらう駐車場が有料の場合は、その料金も示します。
- ✓ 活動場所に駐車場がない場合は、活動場所の近くで利用できる駐車場を示します。

⑧ 誰を対象に何をする活動か、活動内容を分かりやすく具体的に伝えます

- ✓ 対象は子どもなのか、高齢者なのか。対象が子どもだとしたら、どの年齢層の子どもなのか。対象の子どもに勉強を教えるのか、一緒に遊ぶのか、見守るのか。誰を対象に、何をする活動なのか、具体的にイメージできるように伝えます。

⑨ ボランティアに何をしてもらいたいのか、明確に示します

- ✓ ボランティアに何をしてもらいたいのか、ボランティアの役割はどんなものなのか、お願いする具体的な作業を明確に示します。
- ✓ 参加したら何をするのが明確でなければ、参加することに不安を覚えてしまいます。何をするのが事前に明確に知ることができれば、不安が軽減され、参加しやすくなります。

⑩ どのような流れで活動を行うのか、具体的に示します

- ✓ 活動当日に、集合してから解散するまでどのような流れで活動を行うのか、何時頃に何を行うのか、具体的に示します。
- ✓ より具体的に明示されている方が、活動の流れをイメージでき、参加者は安心して参加できます。

⑪ どのような人を募集しているのか、具体的に示します

- ✓ どのような人を募集しているのかを具体的に示すことで、参加者は自分が参加できるかどうか、判断することができます。閉める内容は次のようなことです。
 - 参加するのに年齢制限はあるか
 - 初心者でもできるのか、経験者の方がいいのか
 - 誰でもできるのか、資格や技術が必要なのか
 - 経験や資格・技術が必要なら、どんな内容の、どの程度のものが必要か
 - どのようなことに興味・関心がある人に向いているのか
 - どのような目的がある人に向いているのか
 - 体力がある人に向いているのか、体力に自信がない人でもできるのか

⑫ 募集人数を示します

- ✓ 何人でも参加できるのか、募集人数に限りがあるのか、限りがあるなら何人まで参加できるのか、示します
- ✓ 募集人数が多い方が参加しやすい人、逆に少人数の活動に参加したい人、希望は人それぞれです。具体的に伝えた方が、参加者は安心して参加できます。

⑬ 持ち物や服装を示します

- ✓ 参加するのに必要な持ち物や、活動に適した服装を示します
- ✓ 「筆記用具が必要」「飲み物を持参した方がよい」「帽子、軍手、長靴が必要」「動きやすい服装で」「汚れてもいい服装で」「寒いので上着が必要」など、具体的に示します。

⑭ 交通費や食事の支給がある場合は、具体的に明記します

- ✓ 交通費や食事の支給がある場合は、具体的に明記します。

⑮ 募集の締め切りを明記します

- ✓ 「いつでも募集」よりも、募集の締め切りが決まっていた方が、参加のきっかけをつかむことができます。

⑯ 団体にボランティア保険に加入している場合は、明記します

- ✓ 団体にボランティア保険に加入している場合は、その旨を明記します。

※ 団体にボランティア保険に加入していない場合は、申込後に、適宜参加者にボランティア保険の加入について案内します。

⑰ 主催者情報とお問合せ先（申込先）を示します

- ✓ 募集を見て関心を持った人がすぐに連絡できるように、電話やメールアドレス、ウェブサイト上のお問い合わせフォームなど、複数のお問い合わせ先（申込先）を記載しておきます。

4 活動日「前」にする工夫

① ボランティア主催者と参加者で顔合わせを行います

- ✓ ボランティア主催者が、参加者と事前に顔合わせをします。
- ✓ 対面でもオンラインでも、参加者の負担にならない方法で行います。
- ✓ 活動の概要を説明し、参加者の考えている活動と、実際の活動にズレがないかを確認し合います。
- ✓ 参加したいと思った動機、活動を通して期待していることなどを確認します。
- ✓ 不安に思うことや疑問などを聞き取り、解消します。そうすることで、前向きな気持ちで活動当日を迎えることができます。

② 研修や説明会を行います

- ✓ 活動前に、参加者の顔合わせも兼ねて研修や説明会を行います。
- ✓ ボランティア主催者が参加者に期待することをきちんと言語化し、主催者と参加者の双方で共有します。
- ✓ 研修や説明会で活動に必要な知識・情報を伝えると、参加者に新たな発見があり、成長できたと感じるすることができます。
- ✓ 活動の概要の説明や当日のシミュレーション練習などを行います。
- ✓ ボランティア参加者同士で研修の振り返りを行い、よかったところ、もっと工夫したり意識したりしたいところなどを確認します。確認したことをもとに練習を重ねたり、ボランティア参加者同士で話し合いを行ったりし、研修前後の変化やよかったこと、悪かったことに向き合います。

③ 活動当日の詳細を連絡します

- ✓ 活動日が近づいたらリマインドを兼ねて、当日の詳細（集合時間、場所、持ち物など）を連絡します。
- ✓ 事前に参加者の当日の役割をイメージできるような資料（タイムテーブル、活動の心得、参加者の役割など）を作成し、共有します。
- ✓ 参加者の現地までの交通手段を確認します。参加者が公共交通機関を使う場合は、最寄りの駅やバス停がどこなのか、どの路線を使うのか、など具体的に伝えます。

- ✓ 参加者との連絡は、LINE 等の気軽に連絡が取れるコミュニケーションツールで行います。

④ ボランティア保険等への加入を勧めます

- ✓ ボランティア保険等への加入を勧めます。
- ✓ 保険の種類や申込窓口などを案内します。

5 活動日「当日」にする工夫

① 今日やることや全員で目指すゴールなどをきちんと伝えます

- ✓ 活動の初めに、今日やることや全員で目指すゴールなどをきちんと伝えます。

② 何のためにその活動をするのか、参加者に感じてもらうよう意識します

- ✓ ただ人数合わせに人を集めるのではなく、「あなただから参加してもらいたい」ということをきちんと伝えます。
- ✓ 参加者が、自分が何のために活動して、何のため、誰のために何ができるか、という意識を持った上で活動に参加してもらうことが、ボランティアの熱意や活動の質につながっていきます。そうしたことをきちんと言語化して伝えます。

③ 主催者スタッフやボランティア参加者で自己紹介します

- ✓ 活動の初めに、ボランティア主催者スタッフと参加者とで自己紹介します。
- ✓ 名前が分からない人には、話しかけ難いものです。名前が分かっているならば、お互いに話しかけやすくなります。初めにお互いに自己紹介をすることで、話しやすい雰囲気を創ります。

④ 参加者同士で、今の気持ちなどを共有します

- ✓ 活動の初めに、参加者の今の気持ちや、この活動をどういう時間にしたいのか、どういう場を育てていきたいのか、などを参加者同士で共有し、仲間として活動できる時間を作ります。

⑤ 主催者スタッフは名札をつけ、参加者が名前を把握できるようにします

- ✓ ボランティア主催者のスタッフは名札をつけ、参加者が名前を把握できるようにします。呼びかけるときには、名前でも呼んでもらいます。名前が分かれば親しみを持てますし、話しかけやすくなります。

⑥ 初めて参加した人が孤立しないように工夫します

- ✓ 以前から参加している顔見知りの参加者同士が固まってしまうと、初めて参加した人が孤立してしまいます。
- ✓ 初めて参加した人が孤立しないよう、常にボランティア主催者スタッフや参加経験のあるボランティアが声を掛けて、安心安全な場をつくれます。
- ✓ 主催者スタッフ全員で初めて参加した人を歓迎できるよう、意識を持って取り組みます。
- ✓ 主催者スタッフが一人である参加者に声をかけて、以前から参加している人のところと一緒に行って声をかけるなど、初めての参加者が話に加われるように工夫します。

⑦ 人との交流が増えるように工夫します

- ✓ ボランティア主催者スタッフと参加者の一対一のやりとりだけでなく、参加者同士のつながりを増やします。
- ✓ 活動や研修の際のグループを定期的に変えたり、前回の活動で関わっていない人と組ませたりするなど、意識して行います。
- ✓ 大学生と社会人、若者と年配者を組み合わせるなど、属性の違う人を一緒に活動させるのも効果的です。
- ✓ ボランティア参加者に参加者一人一人と関われる役割を任せるのも有効です。参加者名簿を参加者一人一人に配ってもらったり、検温や消毒をやってほしいと参加者一人一人に声を掛けてもらったりすることで、気軽に参加者同士が声を掛けられるような場をつくれます。
- ✓ 一緒に活動する仲間とたくさん話をしてもらうため、ボランティア主催者スタッフはもちろん、ベテランのボランティア参加者にも、初めて参加した人をよく見て、声をかけるようにお願いします。
- ✓ ボランティア主催者スタッフやベテランのボランティアが、意識して初めての参加者に声をかけに行くと、「多くの方が自分のことを気にかけてくれているんだ」というメッセージになります。気にかけてもらっていると、初めての参加者も居心地が良くなってきて、安心します。安心すると、課題や不安に思っていること、困ったことを周りに話しやすくなり、多くの人と話せるようになります。

⑧ ボランティア受け入れ担当を設定して参加者に寄り添います。

- ✓ 参加者が多い場合は、ボランティア受け入れ担当を設定して参加者に寄り添います。

⑨ 参加者が困っていないか、意識して見守ります

- ✓ 参加者が困っていないか、意識して見守ります。
- ✓ 困っている様子があれば、声をかけます。何に困っているのか聞いて、どうしたらいいのか、まずは参加者自身に考えてもらいます。必要に応じてアドバイスをしたり手助けをしたりします。
- ✓ ただし、困っている時にすぐに手を貸したりアドバイスをしたりすると、参加者自身が考えて工夫することができず、達成感ややりがいを感じにくくなるので、注意が必要です。

⑩ 参加者が工夫していることを見つけ、意識して声をかけます

- ✓ 参加者の様子をよく見て、良かったこと、工夫していることを見つけ「ここが良かったよ」「こんな工夫をしていたね」など、意識して声をかけます。

⑪ 活動に参加する目的や目標を、参加者自身の言葉で設定してもらいます

- ✓ 活動に参加する目的や目標を、参加者自身の言葉で設定してもらいます。
- ✓ 参加者一人で設定するのが難しい場合は、参加者は何を課題だと感じているのか、今日の活動でどんなことを体験したいかとか、どんなことを学び取りたいか、ということを質問し、それに答えてもらって目標を設定します。
- ✓ 質問に答えることも難しい人には、「例えば、こういうことに取り組んでみてはどうか？チャレンジしてはどうか？」といった目標を提案したりします。

⑫ 参加者に明確な役割が分担されるようにします

- ✓ 参加者に明確な役割が分担されるようにします。
- ✓ 参加者の経験や能力に応じた役割になるよう、責任が大きくなりすぎないように配慮します。

⑬ 参加者の知識や経験を生かせる役割を与えます

- ✓ 参加者の知識や経験を生かせる役割を与え、「自分が役に立てた」という達成感を感じられるようにします。
- ✓ 参加者と小まめにコミュニケーションとって、それぞれが持っている、能力や特技を生かした活動をしてもらいます。

⑭ 参加した目的や目標を達成できる役割を提案します

- ✓ ボランティア参加者が、何をやりたいと思って参加したのか、どんな能力をつけたいと思っているのか、参加した目的や目標を聞き取り、できるだけそれを達成できる役割を提案します。

⑮ OJTになるような、その場での説明や解説をします。

- ✓ 参加者に学びがあるよう、OJTになるような、その場での説明や解説をします

⑯ 募集する際に示した作業の範囲で活動してもらいます

- ✓ 募集する際に示した作業の範囲で活動してもらいます。
- ✓ 「ついでだから、あれもやって、これもやって」と募集時に示した作業の範囲を超えて次々と作業をお願いすることは、参加者の負担になり、満足度が下がります。

⑰ 休憩時間を設けます

- ✓ 初めて参加する人に「適当に休んで」といっても、どのタイミングでどのくらい休んだらいいか判断が難しく、休み難いものです。ボランティア主催者スタッフやベテランのボランティアが休憩のタイミングを計り、初めて参加した人がきちんと休憩を取れるように声かけをします。
- ✓ 特に昼食休憩を挟む場合は、何時に昼食休憩にするのかを予め決めておきます。参加者が昼食を取るタイミングを逃してしまうようなことがないように注意します。

⑱ 終了（解散）時間を守ります

- ✓ 予定された時間を過ぎても活動することは、参加者の負担になり、満足度が低下します。終了（解散）時間を守ります。

⑲ 活動終了後に振り返りを行います

- ✓ 参加者自身に、ボランティア活動でどんなことに気づき、感じて、学んだのか、言語化し、振り返ってもらいます。
- ✓ できなかったことや反省点だけでなく、できたこと良かった点も拾い上げます。
- ✓ 振り返りは、その場で聞いてもすぐには答えられないので、「振り返りシート」を用意して、まずはそのシートに記入してもらい、その振り返りシートを元に、ボランティア主催者スタッフと一緒に活動した他の参加者の前で振り返りを発表し、共有します。

- ✓ 参加者に役割を与えたときには、参加者がその役割にどのように取り組んだかをきちんと観察し、最後に参加者に対し丁寧にフィードバックします。
- ✓ 参加して成長したこと、学んだことを、参加者自身がきちんと実感できるように言葉をかけ、伝えます。
- ✓ 活動を振り返って「こんなところが良かった。こんなことが助かった。」といったプラスの言葉を伝え、ボランティア主催者側から見た、各参加者の良かったところをフィードバックします。

② 活動に対する疑問や改善点を聞き、答え（応え）ます

- ✓ 活動をしてみて、初めての参加者、若者目線での疑問や改善点があれば、それを聞き、答え（応え）ます。

6 活動日「後」にする工夫

① ボランティア同士がつながり続けられるような工夫をします

- ✓ ボランティア同士がつながり続けられるような工夫をします。打ち上げのような形でもよいです。お互いが気軽に感想等を共有し合える関係を築き「次も参加してみたい」気持ちをつくります。
- ✓ ただし、つながりを持ちたくない参加者もいるので、つながりを強要しないように配慮します。

② 今後につなげるための情報を提供します

- ✓ 今後につなげるための情報を提供します。自分たちの団体の次の活動だけではなく、参加者に向いている体験や出会いがあれば、他の団体の活動との出会いの機会を提供します

③ 参加者にお礼メッセージを送ります

- ✓ 参加者にお礼メッセージを送ります。また参加したいと思ってもらえるよう、感謝の気持ちを伝えます。

④ 活動記録等を SNS 等に共有します

- ✓ 活動記録等を Instagram、Twitter、Facebook 等で発信します。
- ✓ SNS を見て、参加者が自分の活動を振り返ることができます。また、参加者が自分が参加した活動を友人知人に知ってもらうため、その SNS を利用することができます。情報の拡散も期待できます。

7 他にもこんな工夫があります

- ① ボランティア向けの研修会や交流会などを企画・運営します。
- ② ボランティア受け入れマニュアルや受け入れ方針を取り決めておきます。
- ③ 団体と若者で活動を共同企画します（大学のゼミ活動とのコラボなど）。
- ④ 若者が大学の学びを活かして団体の課題を解決するボランティアを企画します。
- ⑤ ボランティア参加者の LINE グループを作成し、活動があるごとに写真やメッセージをつけて活動を共有します。その場に参加していないボランティア参加者も置いてきぼりにならないように、全員が同じ情報を把握できるようになります。