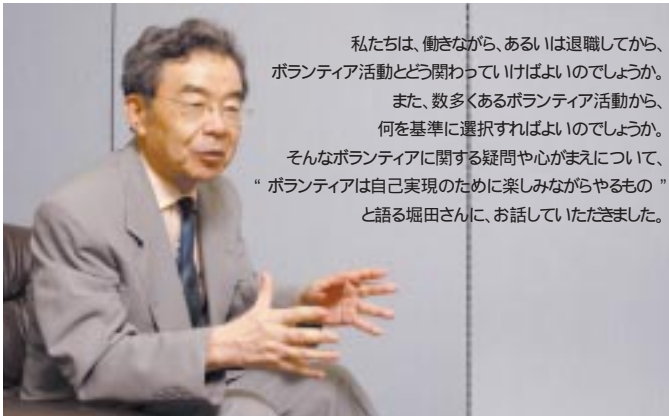


# 働いたり、学んだり、趣味を楽しむことと同じ。 ボランティアはそれぞれの人の生き方。

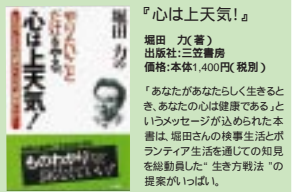


私たちは、働きながら、あるいは退職してから、ボランティア活動とどう関わっていけばよいのでしょうか。また、数多くあるボランティア活動から、何を基準に選択すればよいのでしょうか。そんなボランティアに関する疑問や心がまえについて、「ボランティアは自己実現のために楽しみながらやるもの」と語る堀田さんに、お話をいただきました。

**profile** 弁護士・さわやか福祉財団理事長  
**堀田 力** (ほった ちから) さん

京都生まれ。京都大学法学部卒業。東京地検特捜部検事(ロケット事件担当)、法務省大臣官房長等を歴任。1991年、弁護士登録をし、さわやか法律事務所・さわやか福祉推進センター開設。1995年に、さわやか福祉財団を設立。今年6月より全国労働金庫協会理事。

## 著書紹介



『心は上天気!』

堀田 力(著)  
出版社:三笠書房  
価格:本体1,400円(税別)

「あなたがあなたらしく生きるとき、あなたの心は健康である」というメッセージが込められた本書は、堀田さんの核生生活とボランティア生活を通じての知見を総動員した「生き方教法」の提案がいっぱい。

また、個人で行うボランティア活動を組織化した、NPO(民間非営利組織)の活動も注目されていますが、NPOも私たちの生活の中にあり、気軽に参加できる組織なのです。

## 生活周辺に個人の力が活かせるボランティア活動がある。

現在、働きながら、あるいは退職されたシニアの方々が、自分の仕事の専門分野を活かしたり、得意なこと、能力を活かして国内・海外でボランティア活動をされています。

例えば、企業で労務管理や経理を担当されている方は団体の運営の手伝いや経理のボランティアを、子育ての経験がある方は育児支援ボランティアを、絵が好きな方は美術館で案内ボランティアをされたりと、さまざまです。このように、私たちの生活周辺のあらゆる分野で、個人の力が活かせるボランティア活動があります。

海外に目を向ければ、発展途上国では、経済や農業、学習指導など、皆さんそれぞれの職場で身につけた技術や知識がそのまま役立っています。

## まず、自分がしたいことを見つけることからスタート。

ボランティアをする前に、まず考えていただきたいのは、自分が何をしたいのかということです。ボランティアは自分のやりたいことをして、それが人に喜んでもらえる、あるいは社会のために役立つという満足感が報酬になりますから、「これをやりたい」という思いがなくては続きません。無理をして続けても面白くありませんし、面白く感じるためには、自分がやりたいことを発見することがまず第一です。

自分は子供が好きだから子供のための団体に会計をする、お菓子作りが得意だから配食サービスに活かしたい、文章を書くのが得意だから情報誌を出しているところまで手伝えないだろうか、何でもいいのです。

スポーツが好きな方であれば、スポーツのボランティアもあります。例えば、私どもの財団でも、サッカーが好きな子供たちとJリーガーが、お年寄りの暮らす施設を訪問して楽しく交流する活動をしていますから、こういった活動に参加されたらいいですね。

やりたいこと、好きなことをボランティア活動で行えば、在職中でも、退職してからでも続きますし、生きがいにもなってきます。

やりたいことがわからないという人は、お子さんの学校に行って協力されたらどうでしょうか。かなりの学校がボランティア体験学習を取り入れていますから、お子さんと一緒に参加するところから始めるとうりやすいと思います。

また、時間にゆとりがない人は寄付という形をとってもいいのではないのでしょうか。寄付というのは、そのお金を獲得するために労力を使っているわけですから、労力の提供と同じ価値があります。

## 企業や労働組合がボランティアを「したい人」と「してほしい人」の接点に。

よく、ボランティアをやりたいが、どうすれば情報が見つかるのかという声を耳にします。実は、ボランティアに関する情報は雑誌や地域の広報などたくさんあるのです。先ほど申し上げたように、まず自分がやりたいことを具体化して、それができる団体やポストはないだろうかと探すことで、自分に必要な情報が発見できるはずで



こうした情報提供の面で、ボランティアをした人、ボランティアを必要としている団体を結び役割を、今後は企業や労働組合がネットワークを活かして取り組み、よりスムーズに多くの方が参加できるのではないのでしょうか。

また、今の労働金庫は、働く人たちが組織の中でも外でも総合的に自分の個性を活かしたいという流れに、適切に対応できていると感じます。そのひとつとしてNPOの支援事業が挙げられますが、この取り組みは素晴らしいものですが、これを軸にしながら情報面でも上手にリードして、ボランティアをやりたい人たちと団体とのマッチング活動を推進していくことを期待しています。

そして、今後はさらに、働く人たちの地域生活や社会生活を応援するために、労働金庫だからできるということに取り組んでほしいと思います。

## セミナーのご案内

ろうきんでは、労働者福祉協議会や労働組合、NPOとのネットワークを活かし、働く人の「暮らしの安心・安全・健全」に役立つ各種セミナーをご案内しています。ご家族や同僚・お友だちとお誘い合わせのうえ、ご参加ください。

**子育て・育児サポートセミナー1**  
**新しい歌をつたおう!**  
-新しい家族のあり方-

日時:10月25日(土)  
13:00開場 13:30開演  
会場:千葉県労働者福祉センター大ホール  
(千葉県市川市ノール市役所前駅より徒歩3分)  
講師:作家 鈴木光司さん(「リング」「らせん」の原作者)  
定員:500名  
主催:千葉労働協  
協賛:中央ろうきん社会貢献基金、全労済千葉県本部

**子育て・育児サポートセミナー2**  
**子育ても地域で、みんなで!**

千葉県内で子育て支援の活動を行うNPOの報告を通して、育児・子育てのあり方を考えます。  
日時:11月1日(土) 13:30開場 14:00~16:30  
会場:千葉商工会議所 第1ホール(JR千葉駅より徒歩10分)  
内容:事例報告/パネルディスカッション  
定員:100名  
主催:中央ろうきん社会貢献基金  
協賛:千葉労働協、全労済千葉県本部 他  
企画・運営協力:特定非営利活動法人ちば市民活動・市民事業サポートクラブ

**不登校・引きこもりを考える 全2回**  
**不登校の子とも出会ったら**

フリースクール・不登校支援に18年取り組んできたNPOと当事者の話から不登校を考えます。  
日時:11月4日(火) 18:00開場 18:30~20:45  
講演:「不登校から見えてくるもの」  
講師:NPO法人東京シューレ理事長 奥地圭子さん 他  
日時:11月18日(火) 18:00開場 18:30~20:45  
講演:「父親の話を聞く」  
講師:登校拒否を考える会 小林繁雄さん  
会場:全国労働金庫会館9階ホール(JR御茶ノ水駅より徒歩5分)  
定員:100名  
主催:特定非営利活動法人 東京シューレ  
協賛:中央ろうきん社会貢献基金

参加申込書は、中央ろうきんホームページ  
(<http://chuo.rokin.com>)内の「ろうきんいきいきコミュニティ」からダウンロードできます。セミナーに関するお問合せは...  
ろうきん お取引店または 中央ろうきん営業推進部広報室  
Tel.03-3293-2048