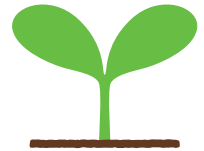


## あすみんボランティア体験プログラム

# ハジメのイッポ

The first step for your Volunteer

「社会に良いことしてみたい！」あなたの気持ちをサポートします



## ボランティアを「体験」 することからはじめよう！

百聞は一見に  
しかず!?

初心者でも  
安心なプログラム!

ボランティアをやってみたいという気持ちはあっても、「何から始めていいかわからない」、「きっかけがない」、「知り合いがない」、「活動や団体の実態がよくわからない」など、初めてボランティアをするという方は、不安がいっぱいだと思います。福岡市NPO・ボランティア交流センター「あすみん」では、これからボランティアをはじめの方にやさしいプログラム「ハジメのイッポ」を用意しています。「まず体験する」ことを重要視した内容で、受け入れ団体とのやりとりもあすみんがサポートいたします。経験がなくても、「やってみたい！」という気持ちさえあれば、大歓迎です。

気軽にボランティアに参加できるこの機会を、ぜひご活用ください。

参加方法はウラ面に！

## ハジメのイッポ 3つの特徴

その1 「1回だけ」から  
始められる

ハジメのイッポは「まず体験してみる」ことを大切にしています。活動の空気を肌で感じてみましょう。自分に合うなと思ったら続けて参加してみてください。気になる活動をいくつか体験するのもOKです！

その2 「受け入れ準備」  
が整っている

「ハジメのイッポ」で体験できるボランティアは、各団体工夫されており、初心者でも取り組みやすい内容となっています。団体は普段からボランティア受け入れを行っているので、安心して参加できます！

その3 「ひとり」でも  
安心して行ける

おひとりでご参加いただけます。事前の日程調整はあすみんがサポートします！あらかじめ連絡調整が済んでいるので、安心して現場に向かえます。もちろん、お友達や家族と参加することもできますよ！

# 手続きカンタン！ハジメのイッポに参加するまでの流れ

プログラムに参加するには、あすみに申し込み、団体と日程調整をするだけです。まずは、あすみにお越しいただき、「参加してみたい！」と思う活動を探してみてください。さまざまな分野・エリアのボランティアが揃っていますよ！

## あすみに来る

参加を申し込む場合は、あすみにお越しください。そして申し込みシートにご記入をお願いします。あなたが参加したい(参加できる)日程がはっきり決まっていると、よりスムーズにご案内できます。  
体験当日のボランティア保険(条件あり)についても手続きを行います。

## 団体に連絡する

希望する活動と日程が決まったら、団体へ連絡し、申し込みを確定させましょう。団体の連絡先は、申し込みシートを記入した後にお伝えします。この際、参加の注意点や当日の集合場所等を聞いておくと安心です。

## 体験する

体験日を迎えるまでに、参加の注意点を確認しておきましょう。当日は気を張り過ぎず、団体の方に習い、体験を楽しみましょう。無理してやろうとすると、長続きしないことも多いのがボランティアです。気軽に、でもしっかりと。良いバランスで「ハジメのイッポ」を踏み出しましょう。

## 相談する

困ったことや、わからないことがあったら、あすみスタッフや、すでにボランティアをされている先輩方に相談してみましょう。経験や知識に基づいた生の声は、一步を進めるヒントになるはずです。参加するかどうかわ迷っている方も、どうぞお気軽にご相談ください。

## 参加に関する Q&A

- Q 体験のキャンセルや変更をする場合は？
- A やむを得ない理由でキャンセルや日程変更をしたい場合は、必ず団体に連絡をいれましょう。

---

- Q 万が一、活動中にケガなどをした場合は？
- A あすみで加入するボランティア保険でサポートします。窓口で手続きを行ってください。

---

- Q 参加費用について
- A 原則、費用はかかりませんが、内容により食費・交通費などが別途必要になる場合があります。事前に各団体までご確認ください。

## 福岡市NPO・ボランティア交流センター あすみんとは？

「あすみん」は「明日の市民」の思いを込めた、公設民営のサポートセンター。市民主体のまちづくり実現のために、NPOやボランティアの活動をはじめとするさまざまな市民公益活動の情報・交流の拠点です。

### 施設の特徴

- ① 貸室で会議や活動ができる
- ② 活動の相談ができる
- ③ 団体に役立つ講座を実施
- ④ 情報収集・発信ができる

## 詳しくはウェブで！

各プログラムの内容や受入団体などは、あすみんホームページの中で、くわしく紹介していきます。ぜひこちらもご覧ください。

## 福岡市NPO・ボランティア交流センター あすみん

【住 所】〒810-0021 福岡市中央区今泉 1-19-22 天神クラス 4F  
 【TEL】092-724-4801 【FAX】092-724-4901  
 【MAIL】info@fnvc.jp 【HP】http://www.fnvc.jp  
 【開館時間】月～土曜 10:00～22:00 日・祝日 10:00～18:00  
 【休館日】第4水曜日、年末年始 12月29日～翌1月3日  
 【facebook】https://www.facebook.com/asunoshimin/



お越しの際は公共交通機関をご利用ください

- 地下鉄をご利用の場合 ●七隈線「天神南」駅1番出口から徒歩6分
- バスをご利用の場合 ●西鉄バス「今泉1丁目」徒歩約1分
- 電車をご利用の場合 ●西鉄福岡(天神)駅南口より徒歩5分



HP



facebook

