



# ボランティア活動チェックリスト



準備	<input type="checkbox"/> 日時・場所・交通手段・持ち物（特に昼食の有無）の確認。
	<input type="checkbox"/> 体操着・ジャージ・運動靴等、活動しやすい服装で参加する。
	<input type="checkbox"/> 病気やケガの時、台風などの災害時には無理をしないで休む。
	<input type="checkbox"/> 日にち・参加者の変更について、直接受け入れ先と交渉しない。 ※必ずボランティアセンターに相談する。
	<input type="checkbox"/> 当日の欠席・遅刻は必ず受け入れ先とボランティアセンターへ連絡する。
	<input type="checkbox"/> アレルギーがある場合はあらかじめ申し出る。
	<input type="checkbox"/> 予防接種済の確認をしておく。(該当者のみ)
	<input type="checkbox"/> 未成年の場合は保護者に伝えておく。
心構え	<input type="checkbox"/> 「ボランティアをする目的」をもう一度考える。社会貢献への一歩。 ※活動中の私語は慎む。
	<input type="checkbox"/> 個人情報の厳守。 ※施設内で見聞きしたプライバシーに関することは他の人には話さない。
	<input type="checkbox"/> ボランティアをしてあげるのではなく「させてもらう気持ち」を忘れずに。
	<input type="checkbox"/> 担当者の指示に従い、積極的に活動する。（自分勝手な判断はしない）
	<input type="checkbox"/> わからないことは質問する。
諸注意	<input type="checkbox"/> あいさつと返事はきちんとする。（はっきりと大きな声で）
	<input type="checkbox"/> 車椅子の方や、子どもたちには出来るだけ同じ目線の高さで接する。
	<input type="checkbox"/> 相手の人格を尊重して交流する。
	<input type="checkbox"/> ケガをしない、させない。※特に子どもの施設では注意深く接する。
	<input type="checkbox"/> 携帯電話は活動中持ち歩かない。
<input type="checkbox"/> 貴重品は持って行かない。(現金は必要最小限)	

●問合せ● 熊谷市社会福祉協議会・ボランティアセンター

熊谷市本町1-9-1 市立コミュニティセンター内1階 / 電話 048-525-8745

# ボランティアの服装例

## 活動しやすい服装

- 体操着、ジャージ
- × Gパン・スカート  
派手な服装

## 長い髪はまとめる

- × ヘアピン・髪飾り



爪は短く  
腕時計は  
はずす

名札を付ける場合、  
安全ピンは避ける

## 運動靴・上靴など

- × サンダル・ハイヒール