



**仕事の経験が地域の力に！  
 プロボノセミナーを開催しました**



1月16日、仕事のスキルを地域貢献に活かす新しいボランティア「プロボノ」のセミナーを開催しました！講師に認定NPO法人サービスグラントの岡本代表を迎え、お話をいただきました。プロボノは、日常の仕事から離れた未知の環境で学ぶ「越境学習」の場でもあります。参加者は、異業種チームでの活動を通じて自身の専門性を再認識し、人間的な成長を実感できるのが特徴です。会場では、チラシ作成や業務改善で具体的な成果が出たNPOの実例も共有され、佐賀の未来を拓く熱い交流の場となりました。現在、佐賀県内にも活動拠点が設けられ、スキルを活かした新しい「助け合い」の輪が広がっています。毎月第4水曜日には、誰でもカジュアルに参加できる交流イベント「ソーシャルウェンズデー」も開催中です。あなたの「いつもの仕事」を、地域を支える大きな力に変えてみませんか？

日時：2026年1月16日（金）19:00～21:00  
 場所：佐賀商工ビル7階 大会議室A

**想いをプロジェクトへ！  
 GRANTで始める新しい仲間集め**

1月30日、プロボノ連続セミナーの第2弾を開催しました！講師は、佐賀県唐津市に移住し、自らもプロボノをきっかけにNPO支援の道へ進んだサービスグラントの横道さんです。

今回は「具体的にどう仲間を集めるか」がテーマ。無料で支援を募れるサイト「GRANT（グラント）」の活用方法を学びました。会場では、実際にこのサイトを通じて兵庫県のデザイナーと繋がり、素敵なチラシを完成させた佐賀市内の団体さんの事例も紹介。遠く離れた場所から地域を想う「関係人口」という新しい仲間の力に、参加者の皆さんも大きな可能性を感じていました。

プラザでは、今後もスキルを活かしたい人と団体を繋いでいきます。毎月第4水曜の交流会「ソーシャルウェンズデー」も開催中！あなたの力を、地域の未来へ繋げてみませんか？

日時：2026年1月31日（金）19:00～21:00  
 場所：佐賀市市民活動プラザ 7階 703・704



**佐賀市市民活動プラザ** 佐賀市白山二丁目 1-12 佐賀商工ビル 7階

TEL：0952-40-2002

FAX：0952-40-2011

E-mail：plaza@tsunasaga.jp

開館時間：9時～22時

（休館日：12/29～翌年1/3）



**さかのわ**  
 からひろげよう市民活動の

気になるワードを調べてみよう！

**プラザなんでも研究所 マッチング編**



# ボランティアを **はじめる**

「自分にできるかな？」を「やってみたい！」に変える、はじめの一步ガイド

## ✔ 「やってみたい」がスタートライン

「ボランティアって難しそう」と思いませんか？実は決まった形はありません。自分の「好き」を活かし、無理なく社会に関わること。そこには、お金で買えない感動があります。あなたの「やってみたい」という自発的な思いが、佐賀を元気にする力になります。

## ✔ あなたにピッタリ！を見つける3つの質問

あなたは  
何に興味がある？



子ども、環境保護、地域の防犯など、興味のある分野を考えてみよう！

いつ、どれくらい  
やってみたい？



月に1回、週末だけ、単発のイベントなど、無理のない範囲で参加しよう！

あなたの  
得意なことは？



おしゃべり、力仕事、パソコン、カメラなど、特技を生かされるとGood！

## ✔ 気持ちよく活動するための「ココロがまえ」

ボランティアは、参加する人と受け入れる団体の信頼関係で成り立っています。お互いが笑顔で心地よい時間を共有するために、大切にしたい4つのポイントを確認しましょう。

### 約束と時間を守る

信頼の基本は時間と約束。遅刻や欠席時は相手を想い、早めに連絡しましょう。



### 秘密を漏らさない

個人情報や秘密は外部へ漏らさないのが鉄則。SNS投稿も了承を得てからがよいです。



### 無理をしない

生活や体調を最優先に。断る勇気も持ち、自分のペースで細く長く続けましょう。



### 安全への配慮

万一の事故やケガに備え、活動前に必ず「ボランティア保険」へ加入しましょう。



※「佐賀市社会福祉協議会 ボランティア保険」で検索！



# ボランティアを **募集する**

魅力アップ！ボランティアに「選ばれる」団体になるための、受け入れの極意

## ✔ 選ばれる団体へ！募集前の準備と「響く」伝え方

ボランティアが集まる団体には理由があります。まずは活動の魅力を整理し、相手の心へ真っ直ぐ届くメッセージを作りましょう。それが、良い出会いを生むための大切な準備です。

活動の「意義」を  
言葉にしていますか？

「なぜその活動が必要か」「参加でどんな変化が生まれるか」を明確に。目的への共感が、強い意欲を引き寄せます。



相手の「安心感」を  
イメージできていますか？

写真や体験談を添え「自分にもできそう」と思える工夫を。具体的なイメージが、心理的ハードルを下げます。



## ✔ 「また来たい」を形に！迎え入れと交流のコツ

募集はゴールではなく新しい絆の始まり。ボランティアを『共に歩む仲間』として温かく迎え、感謝を伝えましょう。その交流が次への意欲を育み、活動を支える力へと繋がります。

### 1 丁寧なオリエンテーションから始めよう



活動前に、団体の想いやルール、安全への配慮をしっかり伝えます。「何のために動くのか」を知ることで、参加者の動きもより自発的になります。

### 2 感謝の言葉とフィードバックを大切に



「ありがとうございました」という言葉が、最大の報酬です。また、活動後の感想を聞くなど対等に交流する姿勢が、継続的な参加に繋がります。

## ✔ ボランティア募集と出会いを、プラザが応援！

「どんなボランティアがあるの？」「募集をしたい！」という方は、ぜひプラザへご相談を！

もっと詳しく！

ボランティア  
情報を探す



プラザHP



さがCSOポータル

もっと詳しく！

ボランティア  
を募集する



プラザHP



さがCSOポータル