



# 令和4年度版 ボランティア活動の手引き

池田町ガーデナーの会 レモングラス

## 🌿 はじめに

池田町は標高 500 メートル以上の高地にあり、冷涼で湿度が低い気候はハーブの本場ヨーロッパに似ており、ハーブの生産に適した地域です。

池田町では 30 年以上前に稲作の減反政策の対策としてカモミール栽培が始まり、また同時期に養蚕業の衰退による遊休桑園の活用法としてラベンダーの栽培が始まったことをきっかけに、ハーブの栽培が拡大しました。

その後「花とハーブの里」を宣言し、ハーブを生かしたまちづくりが本格化、ひとりひとりが「花とハーブの町」づくりに参加し、町民の方や近隣住民の方と行政との協働による美しいまちづくりに取り組んでいます。

そんななか、令和 2 年 4 月に発足した「池田町ガーデナーの会 レモングラス」は、花とハーブのボランティアグループです。

池田町ハーブガーデンの植栽整備と維持管理を担う団体として、池田町の花とハーブに関する取り組みに協力し、訪れた方の憩いのガーデンを楽しみながら花やハーブといった植物を学び、仲間づくりを目的に活動をしています。

## 🌿 ボランティアって？

ボランティアとは、特別なことではありません。

特別な知識や技術を持っていなくても、身近なことや自分の趣味を生かしてできるものもたくさんあります。

本活動は、花やハーブ、ガーデニングが好きな方や季節の花の植栽や、ガーデンづくりに興味がある方におすすめのボランティアです。

### (1) ボランティアの語源とは？

「ボランティア」の語源は、ラテン語の「ボランタール」であるといわれていて、「自由意志」という意味です。また、フランス語では「喜びの精神」、英語では、「志願兵、義勇兵」「自発的に申し出る」という意味で訳されています。ですから、自分からすすんで行動するということが最も大切なことなのです。



## (2) ボランティアの4つの原則

ボランティア活動の上で大切なポイント。それがボランティア活動の4原則です。

### 自主性・自発性

まわりの人から強制されるのではなく、自分の考えで積極的に行う活動です。

### 社会性・連帯性

誰もが幸せに暮らしていけるように、みんなで協力しあい、学びあう活動です。

### 無償性・無給性

お金を求める活動ではなく、お金で得られない出会いや発見、感動や喜びを得る活動です。

### 先駆性・開拓性

今、社会で何が求められているのか考えながら、より良い社会を自分たちの手で創る活動です。

## 🌱 ボランティア活動の第一歩

ボランティア活動を始める時もきっかけもみんな様々です。自分らしさを大切にしながらあなたもボランティア活動の第一歩をふみだしてみませんか。

### (1) 活動している場所に来てみよう

活動場所であるハーブガーデンは入場無料で自由に観ていただくことができます。実際に活動している場所に来てみて、活動に参加している自分を想像してみよう。

### (2) 活動日に参加してみよう

4月～11月の間は毎週活動が行われています。活動の雰囲気体験するために実際に活動日に参加してみよう。

※時季や天候によって活動日程が変更になる場合があります。体験参加したい場合は池田町ハーブステーション（TEL：0261-85-0211）まで一度ご連絡ください。



## 活動概要

### (1) 活動目的

- 池田町ハーブガーデンに訪れる人が心和むような景観づくりを目指します。
- 花やハーブを生活に取り入れることで、より健康的な暮らしを目指します。
- 会員同士や地域の絆を深め、花やハーブの育て方や使い方等を学びながら、植物を通じて新たなコミュニケーションの場とします。

### (2) 活動場所

池田町ハーブステーション ハーブガーデン及びその周辺  
(北安曇郡池田町大字会染 2922-1)

### (3) 活動日

週に 1~2 回 (水、金曜日)

1 回につき約 2 時間程度 (9 時 30 分~11 時 30 分) ※天候による変更あり  
※LINE にて活動内容等発信しております。急な予定変更等もありますので、LINE グループへの参加をお願いいたします。

参加できるときに参加していただくので OK です。お友達とご一緒の参加もお待ちしております。

### (4) 活動内容

ハーブガーデンをはじめとし、周辺花壇、ガラス温室等施設周辺、ラベンダー園等での手入れ、苗の植え付け、剪定、除草などのガーデニング作業を行います。

### (5) 特典

ボランティア会員の方には、特典として花とハーブに関する勉強会や各種イベントに参加いただけます。



## 🌿 ボランティア活動保険にはできるだけ加入しましょう

安心して活動を始めするためにも、ボランティア保険に加入することをお勧めします。

保険料（掛け金／年額）	500円（一人あたり）
-------------	-------------

※入会後は年1回更新となり、更新時にお支払いいただけない場合は自動退会となります。

## 🌿 感染症の流行時期について

感染症の拡大を防止する為、感染症が流行している時期はボランティア活動を休止する場合があります。

## 🌿 池田町ガーデナーの会レモングラスのボランティア窓口

○池田町役場 振興課農政係（☎0261-62-3127）

○合同会社 PolarisAct（☎0261-85-0211）

## 🌿 ボランティアのエチケット 🌿

### ① 約束は守る 責任はきちんと持つこと

ボランティアだからといって約束ごとを簡単に考えてはいけません。

約束ごとは必ず守りましょう。

### ② 守秘義務

活動上、知り得たプライバシーは、絶対に他人に漏らしてはいけません。

### ③ 相手の生活があつての活動であることを忘れない

ボランティアを一緒に行う仲間でも、個々の生活・生活のリズムなどがあります。相手の生活を第一に考え、一方的なボランティア活動の押し売りはやめましょう。全体の雰囲気を著しく乱すこと、政治的・宗教的な勧誘等の行為もおやめください。





#### ④ 活動先にむやみに負担となる行為は要求しない

ボランティアの基本原則は、手弁当の活動です。活動をするにあたって、相手に何らかの負担になることはやめましょう。  
また、活動先で使用させていただく道具や施設自体も大事に使いましょう。

#### ⑤ 活動を決めるときは、活動内容の確認をしっかりと

必ず活動内容を事前に確認し、充分納得してから活動しましょう。  
初めから無理だろうと思える活動内容の場合は、参加をお休みするという判断も大切です。

#### ⑥ あいさつは元気よく

活動では、あいさつは笑顔ではっきりした声で。一日も早く、皆さんと和むように心がけましょう。  
また、活動場所は、町内外や県内外からたくさんの方が来園される場所でもあります。来園されるお客様に対しても常に気持ちのいいあいさつを心がけましょう。

#### ⑦ 気負わず、無理せず、自然に、楽しく活動を

無理な活動や、活動のために私生活のリズムを崩しては、良い結果は得られず、長続きはしません。無理せず、楽しく続けましょう。

#### ⑧ 相手から学ばせていただく姿勢を大切に

ボランティア活動は、相手からかけがえのない喜びや感動を得ることができません。ごう慢な考えや態度で接することはもってのほかです。常に相手の立場に立ち、相手への尊敬の念は忘れずに。



# 入会同意書

以上と会則をよく読み、内容に同意したうえで入会します。

令和 4 年 月 日

氏名	(ふりがな )  ⑩
住所	〒 —
連絡先	( )
緊急連絡先	(氏名： 続柄： )
「こんな活動がしたい」等ご要望があれば参考にさせていただきます。 ご記入ください	

提出先：池田町役場 振興課 農政係窓口

または 合同会社 PolarisAct (池田町ハーブステーション内)

