



# まるわかり 1 Day for Others

1日社会貢献プログラム

## まるわかり 1 Day for Others

発行：2024年2月 発行者：明治学院大学ボランティアセンター

明治学院大学ボランティアセンター  
開室時間 月曜日～金曜日（祝日授業日は閉室）  
[白金] 〒108-8636 東京都港区白金台1-2-37  
明治学院大学白金キャンパス10号館1階  
TEL：03-5421-5131

[横浜] 〒244-8539 神奈川県横浜市戸塚区上倉田町1518  
明治学院大学横浜キャンパス4号館1階  
TEL：045-863-2056

MAIL: 1dayvol@mguad.meijigakuin.ac.jp (1 Day for Others専用)  
voluntee@mail.meijigakuin.ac.jp (代表)



明治学院大学ウェブサイト  
(ボランティアページ)



X  
(@MGVC2011)



Instagram  
(@mgu\_vol)





# 1 Day for Othersとは?

1 Day for Othersに興味あるかい!

## 概要をわかりやすく!

1 Day for Others (1Day)は、キャンパスを飛び出してその一日、新しいことに挑戦してみる明治学院大学ボランティアセンターのプログラムです。「1日ボランティア」や「1日社会貢献活動」を通して、あなたの世界を広げてみませんか?

## どんなジャンルのボランティアがあるの?

子ども、国際交流・国際協力、環境、地域、まちづくり、福祉、文化・芸術など、多岐にわたるジャンルのプログラムがあります。きっとあなたの気になる活動が見つかるはず!



## 1 Day for Othersの目的・こだわりは?

1Dayは明学生のためだけにつくられた、独自の1日社会貢献プログラムです。身をもって社会課題を感じとることで、新たな発見をして、大学での学びやボランティア活動のきっかけにしてほしい。そして、様々な人との関わりから見える自分の強みや特性を知る機会にしてほしい。そんな思いから、地域コミュニティ、NPOなど様々な団体とボランティアセンターが連携し、毎年多様な形態で数多くのプログラムを実現しています。初めてのボランティアをきっかけに、継続性のある社会活動、さらには卒業後の社会貢献活動につながることを期待しています。



年間参加者数は  
どれくらい?  
**360**  
のべ人

参加**だれが**できるの?  
明学生はだれでも参加できます。学年・学部などの枠を超えた学生同士の交流は1Dayの醍醐味ともいえます。



**どこで実施**しているの?  
横浜キャンパスのある横浜市エリア、白金キャンパスのある港区エリアを中心に、様々な場所でプログラムを実施しています。なかには、学内で気軽に参加できるものも!

年間プログラム数は  
どれくらい?  
**約90**件

## たとえばどんなプログラムがあるの?

### ① 港区社会福祉協議会 バリアフリーマップ作成 (東京都港区)

白金校舎周辺のバリアフリーマップ作成のお手伝いをする事で、バリアフリーについての理解を深め、地域を知るきっかけをつくります。



受入団体: チャレンジコミュニティクラブ

### ② 舞岡公園『小谷戸の里』 お米作り体験 (横浜市戸塚区)

知的障がいのある方たちやご家族、支援する方々とともに、昔ながらの農業体験を行い、これまで受け継がれてきた農業と、知的障がいの方の支援活動を学びます。



受入団体: 特定非営利活動法人 スペシャルオリムピックス日本・神奈川

### ③ 高輪森の公園 プレーパーク (東京都港区)

「自分の責任で自由に遊ぶ」をモットーにしたあそび場で、子どもたちと一緒に遊び、子どもたちの安全を見守り、世代を超えて人とながることを目指します。



受入団体: 特定非営利活動法人 みなと外遊びの会

### ④ とつか宿場まつり (横浜市戸塚区)

旧東海道「戸塚宿」の歴史や文化を学びながら、まつりを実施する区役所、地域の団体・企業と協力し、来場者のおもてなしをします。



受入団体: とつか宿場まつり 実行委員会

## どんな力が身につくの?

- 参加型では
  - 自主性
  - 他者理解
  - 協働力
- 企画型では
  - 突破力(挑戦)
  - 課題発見力
  - 創造力

参加者の満足度は?

**96**%

次のページで参加の手順を見てみよう!





# 1 Day for Othersに参加しよう!

「だれでも」「いつでも」  
参加できるよ!!



1Dayは、普段の学生生活で関わることのない人や場所、いままではニュースで見ただけの、あるいはまったく知らなかった社会課題と出会う場です。みなさんの、だれか・なにかを想う気持ちを、実践の場で発揮し、楽しみながら参加・活動してください。

## 1 Day for Others 参加のロードマップ

### 1 プログラムを探す

募集を開始したプログラムの情報は、ポートベボンのお知らせで随時発信しています。詳細はボランティアポータルサイトでチェック! ボランティアセンターの窓口で相談しながら、自分に合ったプログラムを探すこともできます。気軽に声を掛けてください。

#### 選び方ワンポイント!

活動内容から、支援対象から、時期から、活動場所から、自分の特性・関心から…ボランティアセンターで企画者に話を聞くとよりプログラムの魅力がわかるかも!

### Start



### 2

### 申し込む

ボランティアポータルサイトからいつでもどこからでも申込みができます。実施日や曜日、活動エリアからの検索も可能です。申込みは先着順です。気になるプログラムは早めに申込みを。キャンセル待ちもできるので、満席でも慌てず待ちましょう。



### 3 事前顔合わせに参加する

活動するメンバーとともに、活動の目標や内容を確認し、活動のイメージを膨らませます。当日の持ち物や服装などこまかな確認もこのタイミングで! 疑問や不安があればこの機会に解消し当日を迎えましょう。



### 4

### 活動する(当日)

活動先では、相手の気持ちを尊重し、ケガや事故に気をつけて安全に活動してください。気づいたことや提案があれば受入先の方に伝えてみましょう。主体的に動き、たくさんの発見をしてほしいと思います。

#### 参加時のここがまえ

- 挨拶・報告・連絡・相談をしっかり
- 活動先のルールや約束ごとを大切に
- 自発的に動こう
- 自分と相手のプライバシーを守ろう



### 5

### アンケートに回答する

ボランティアポータルサイトから回答してください。自分自身の気づきや学びを言葉にすることで、参加の意味が深まります。また、疑問、提案などは、受入団体の活動や次のプログラム設計に生かされる貴重な情報となります。



### Goal!

## 学生&受入先に聞いてみました



参加者の声は  
Webサイトも  
CHECK!

#### 参加学生

### 新鮮な出会いと発見がある

バランスボールエクササイズをサポートを通じて、妊婦さんの心身や夫婦のコミュニケーションに与える効果を楽しみながら実感できました。また、日本では産後の行政補助が手薄だと知り、法律学科の視点から制度等への関心を持つきっかけになりました。普段の生活で出会えない人や活動でも、大学主催の1Dayなら安心して参加できます。



法学部法律学科2年  
坂本 歩さん



「エクササイズを通して、育児の課題やライフプランについて考えよう!」参加

#### 受入先団体

### 自分の将来を考えるきっかけに

マドレボニータはスペイン語で『美しい母』という意味で、出産後に起こる社会問題を「心身の両面」からアプローチして解決を目指すNPO法人です。ボランティア参画を通して産後うつ、産後クライシス等、身近で起こり得る社会問題の起因と対策を学びます。自身の将来設計や時には自身がサポートを受ける=委ねる立場になり得ることもボランティアを通して体感してほしいです。



認定NPO法人  
マドレボニータ  
吉田 紫磨子さん



吉田さんが開催する一般の方向けの産後ケアエクササイズ教室の様子

もっとチャレンジしたい人は次のページを CHECK!





# 1 Day for Othersを企画しよう!

新しい自分が見つかるかも!!



1Dayは、参加するだけでなく、関心を抱いているテーマのプログラムを自らつくることができます。企画を通じて、同じ社会課題に興味のある仲間に出会えたり、企画者の立場だからこそ見える活動の魅力や難しさを再発見することができるでしょう。また、自分の強みや能力を伸ばすきっかけにもなります!

## 1 Day for Others 企画のロードマップ

1 **ぼんやりしても大丈夫! まずは相談**

### ボランティアセンターに相談する

自分が取り組んでいる活動を明学生に紹介したい! こんな活動が1Dayにあったらいいななど、あなたの想いやアイデアを相談してください。専門のスタッフが企画の実現可能性も含めて、様々な角度から一緒に考えます。



3 **やりたいことが決まっていれば提案からでも OK!**

### 受入先へ提案する

プログラムの格子が固まったら、受入先に提案をします。こちらのやりたい気持ちだけでは、企画は実現できません。双方にとってよい活動となるよう、受入先の意見もしっかり伺うことが大切です。提案時には、ボランティアセンタースタッフが同行します。



## Start



2 **企画書を作成する**

考えた企画を具体的に企画書に落とし込みましょう。なぜこの活動を行うのか? 学生や受入先にとってどのような学びやメリットがあるのか? 言語化することでプログラムの魅力や計画の課題を洗い出す工程にもつながります。

#### 企画書にはこんな情報が必要!

活動内容やタイムスケジュール、募集人数はもちろん、活動にふさわしい服装や当日の持ち物、悪天時の実施可否など、申込み時に知りたい情報を整理します。参加を迷う学生の背中をそっと一押しする「おすすめポイント」やプログラム名も参加を促す大切な要素です。



4 **参加者募集の広報をする**

ポータルサイトやボランティアポータルサイトでの通常の募集告知に加えて、ポスター掲示や立て看板の設置など、多くの学生の目に情報が留まるよう広報を工夫してみましょう。ボランティアセンターでも広報のサポートやアドバイスを行います。



5 **事前顔合わせを実施する**

知らない学生同士で集まる活動は緊張でぎこちなくなりがち。事前に顔合わせをすることで、受入先団体のことを伝えたり、参加者のことを知ることができ、安心して当日を迎えることができます。



6 **活動する(当日)**

引率者として、参加者の出席確認や受入先とのやり取り、活動風景の撮影など、活動が円滑にすすむようサポートします。受入先や参加者とコミュニケーションをとり、自分自身もボランティアを楽しみましょう。



7 **振り返りをする**

実施後は、企画の振り返りをしましょう。参加者や受入先から感想や良かったこと、改善点などを伺います。フィードバックを受けて自分自身も今回の企画を整理し、次回の企画や新しい企画を考える時に生かしましょう。



## Goal!

## 学生 & 受入先に聞いてみました

#### 企画学生

### 企画での気づきがたくさん!

ボランティアとして参加していたおっち一塾の活動を明学生に広めたいと思い、プログラムを企画しました。参加者からは、楽しみながらフリースクールの役割を知ることができた、普段関わりのない世代と交流でき楽しかったと言ってもらうことができました。みなさんもぜひ、思いやアイデアの詰まったプログラムをつくってみませんか?



文学部英文学科2年 渡邊 香帆さん



「フリースクールの子どもたちと触れ合う」企画

#### 受入先団体

### 企画学生の成長や新しい出会いに期待

今の大学生は本当に忙しい日々を送っていますが、1Dayはハードル低く踏み出せるよいプログラムです。現場でも、みなさんの提案やアイデアを歓迎しています。1Dayを通じて、自分自身の興味を探り、継続的に活動したい場所や仲間を見つけてください。



おっち一塾 落合 嘉弘さん



子どもとスタッフの会話が弾むなごやかな雰囲気フリースクールの風景



### 企画はだれができるの?

学生はもちろん、教員・職員も1Dayをつくることができます。みなさんのアイデアやネットワークを生かした企画を、明学生のためにつくってみましょう。