



ここに  
おいでよ!  
安全だよ!

一人じゃ  
ないんだ  
安心だよ!



世田谷区  
SETAGAYA CITY

世田谷区  
スクラム防犯  
別冊

世田谷区

# 瞬間ボランティア

世田谷都市型故郷づくり

## ガイドブック



第1版



世田谷区  
SETAGAYA CITY

令和3年  
発行:世田谷区  
〒154-8504 世田谷区世田谷4-21-27  
TEL. 5432-2267 FAX. 5432-3066  
執筆監修:株式会社ステップ総合研究所長 清永奈穂  
広報印刷物登録番号No.2047

この冊子の記載内容は全て無断転載を禁じます。

Copyright (C) Setagaya City.All Rights Reserved

## ご挨拶

世田谷区は犯罪からの安全安心を一層確かなものとするためのガイドブック「スクラム防犯」を作成し、区民の皆様にお届けしました。その冊子を通し「犯罪はさまざまな生活の隙間から生まれる」こと、その隙間をうめるのは他でもない区民の皆様の普段の温かい声かけや眼差しなどがとても大切な働きをすることをお伝えしました。そしてこの「普段の温かい声かけや眼差し」を投げかける人を「瞬間ボランティア」と呼びました。

ボランティアと言えば何か特別なことをする人のように思います。毎朝通学路見守りをしてくださっている大切なボランティアの方もいますが、普段お買い物に出かけるあなたでも「ちょっとあの横断歩道を渡っているご高齢の方を見守ってあげようか」と足を止めるだけで「ボランティアすることができるのです。こういうボランティアが町中に溢れることにより「24時間安全安心に暮らし続けることのできる故郷世田谷」が実現します。この冊子ではこの瞬間ボランティアのやり方などを取り上げました。

最初の冊子「スクラム防犯」と今回の「瞬間ボランティア」を合わせ、さりげない、しかし心温かい絆で結びあった安全安心世田谷づくり推進マニュアルとしてご活用ください。

01

変化する危ないこと  
発生観

p.01



02

瞬間ボランティア  
って、なーに？

p.03



03

瞬間ボランティア  
って、どうやるの？

p.04



04

瞬間ボランティア  
が大切な理由

p.06



05

わたしの町内を  
アンアン特区に

p.07



06

町内を  
瞬間ボランティア  
あふれる故郷に

p.08



07

あなたの町内の  
アンアン度を測ろう

p.08



08

瞬間ボランティア  
事例集

p.09



01

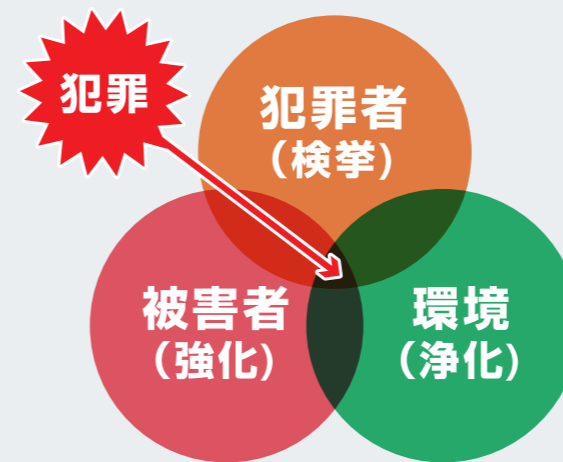
# 変化する 危ないこと発生観



犯罪を中心に、周りで起こる危ないことの原因についての考えが変わってきています。犯罪を例にとると以下のようです。

1

## これまでの犯罪発生観



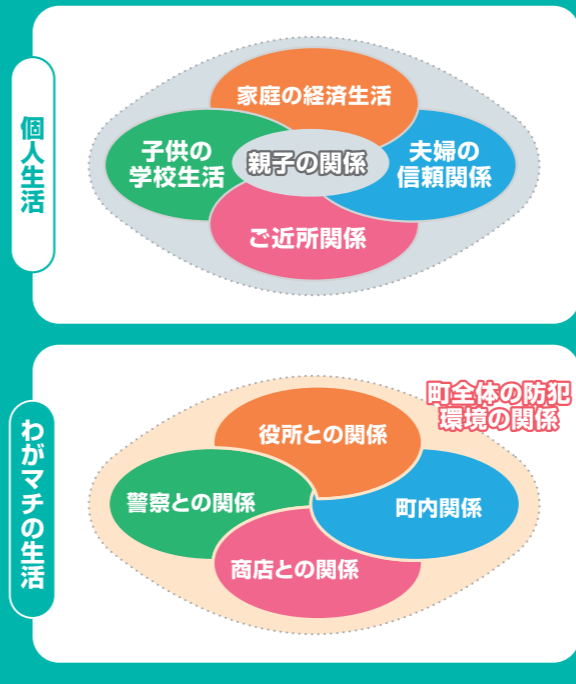
犯罪は「犯罪者」を中心に「被害者」「周囲の環境」の三者が交わりあった1点で起こります。したがって、いかに早く犯罪者を捕まえるかが大切となります。

「検挙に勝る防犯なし」

2

## 安全安心生活を確かなものとするための最近の犯罪発生観

私たちの普段の生活はラグビーボール。幾枚もの皮がしっかり組み合わさってできていれば大丈夫、でも…



その皮に割れ目が広がると、そのスキマから犯罪がスルッと入り込む





3

## だから大切なことは？

毎日の安全安心を保つには個人や地域の生活全体にスキマ・割れ目のないことが大切。

そこで安全安心のスキマ・割れ目ふさは「わたしたちのマチ(世田谷区)」が責任を持って取り組む大きな仕事となったのです。(1999年地方分権一括法)

でも実際のところ、どんなに役所の人やボランティアの人、力強いおまわりさんがしっかり見ているわがマチの隅々まで365日24時間見守り続けることは無理むずかしい…



だから普段そのマチで365日24時間暮らしている皆さんのスキマ・割れ目をふさぐ助け合いや絆の力が大切になったのです

標語「見守り合い(愛)」

見守り合いには様々なやり方がありますが犯罪などの恐ろしいことや困ったことなどいつどこで起こるか分かりません

そこで登場  
瞬間ボランティア



1

## 瞬間ボランティアとは、どんなボランティア？

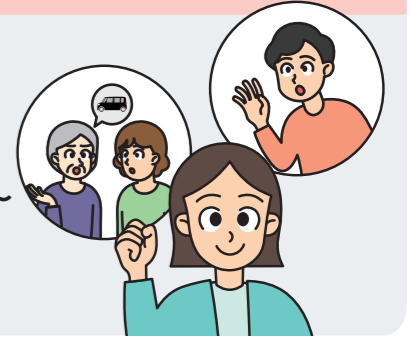
**瞬間ボランティア = 町内全員・ボランティア**

困ったこと・困りそうなことにあっている人を見たその場・その時・その人に瞬間的に差し出すちょっとした温かい手・ほほえみ・声かけ・眼差しなどを投げかける人

2

## 瞬間ボランティアは、どんな特色を持つのか？

- 誰でもできる～子どもからご高齢の方まで～
- 24時間できる～目が覚めている時、歩いている時いつでも～
- どこでもできる～家の中でも公園・商店街・通学路などどこでも～
- どんなことにも飛び入りでできる～どんな困ったことにもお助けできる～
- あなたもできる！～普通の人が普通にできる～
- ようするに「上品なお節介」



3

## なぜ「瞬間ボランティア」？

困った・困りそうな人を見たとき、みんな何かしたいと思います。でも「これはお節介？」あるいは「目立って恥ずかしい」などと思いきなかなできません。しかし「わたしはボランティア！」と思えば軽く前に踏み出せます。ためらう心に勇気や弾みをつけるのが「瞬間ボランティア」です。



4

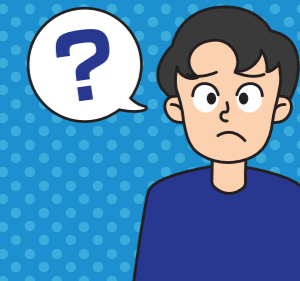
## だから瞬間ボランティア

ボランティアと思えば誰がどう見ていようと、どう思っていようとためらいも恥ずかしさもなく困っている誰かのために自然に瞬間的に行動できるのです

**さあ ボランティアしよう!**

瞬間ボランティアの合い言葉 → 後で後悔するより 一歩踏み出そう

# 03 瞬間ボランティアって、どうやるの？



## こういった人やコトにやるの？

自分の周りで……

1 助けが必要な人が助けを得られずそこに「いた」そこで「出会った」

2 普段には感じない、何か不安だ変だおかしいと「感じた」「思った」……

- そのような人やコトを「見た」
  - そのような臭いを「嗅いだ」
  - そのような声や音を「聞いた」
  - そのようなモノに「触った」
- ▶ その時、たまたまその場や周りにいて誰にも指示されず瞬間的に

## どうするの？

声	大声を出す・叫ぶ	普段の声で呼びかける	ささやく・つぶやく	無言(下記の「見る」などの動き)で語りかける		
見る	ジッと見る・見つめる	チラッと見る	目をそらす	目の端で見る		
表現	手を差し出す	手を引き込める	笑いかける・ほほえむ			
動作	近よる	離れる	走る	止まる・立ち止まる	視線を下げる・しゃがむ	のぞき込む
聞く	顔を向けて聴く	顔を合わせず聴く	うなずく			

## それでは具体的に「とっさ(瞬間的)」にどうするの？

これは「おかしい」「変だ困ってる」のでは、と[感じた/目にした/耳にした]その時その場にいる・通りかかった「その人」に……

- 1 瞬間見守り・聞き耳ボランティア
- 2 瞬間ほほえみボランティア
- 3 瞬間声かけボランティア
- 4 瞬間お手伝いボランティア

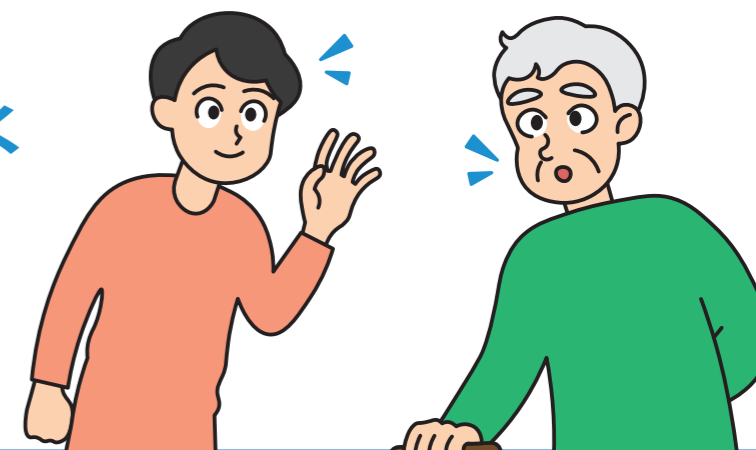
例えば……

- 視線を投げかける ①チラッと見る  
②ジッと見る
  - ほほえむ・ごあいさつする ①自然に  
②大げさに
  - 声をかける ①ささやく  
②うながす
  - 近よる・手を差し伸べる 基本、最初から肌や持ち物に触れない
  - ともかくそのとき出来ることをする ①自分でする  
②人を呼ぶ
- ◎ =とても大切   ○ =大切   △ =時により

## 特にこうした人にはこうしよう

小学校低学年以下の幼児・児童・  
障害者・高齢者には…

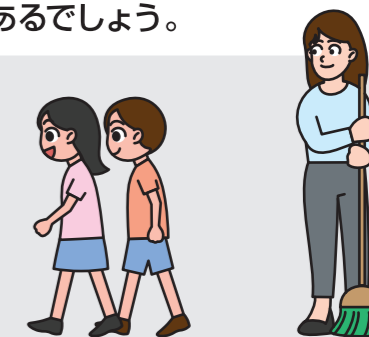
目線を同じにして柔らかく  
片腕広げた間を置いて  
手助けする・注意する・  
話しかける・ほほえむ！



## 瞬間ボランティアがしてはならない3つのこと

瞬間ボランティアは見方によれば「上品なお節介」です。  
それが「余計なお節介」にならないため、次のことを心がける必要があるでしょう。

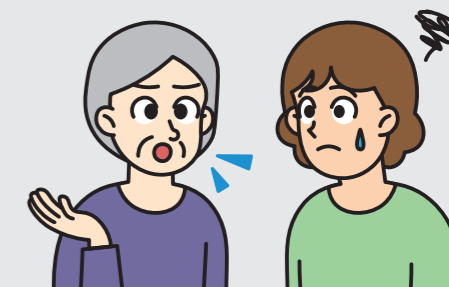
1 **しつこく声をかけ続けられないこと**  
理屈で押さない。ベタベタしない。  
だまって見守り続けることは大変良い。



2 **個人の生活には注意し緊急時を除き深入りしないこと**  
特に私生活にしつこく干渉しないこと。  
公的機関や専門機関につなぐ。



3 **自分の価値や判断を主張し押しつけないこと**  
あくまでも瞬間のお節介。  
必要なときはためらわずに公的機関に連絡。



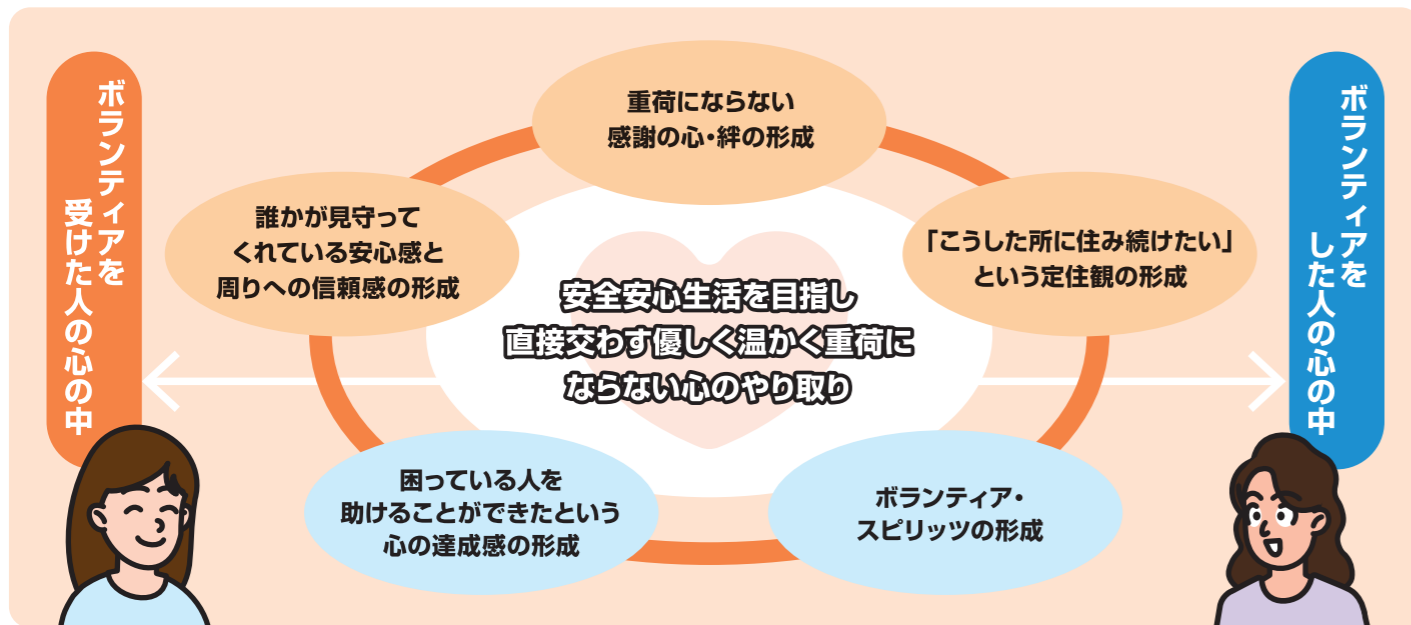
# 04

## 瞬間ボランティアが大切な理由



### 理由① 瞬間ボランティアは安全安心生活に4つの長所を生み出します

- 1 いつでもどこでも誰でも安全安心活動ができます
- 2 安全安心生活を脅かす様々なスキマ・割れ目を「その場その時すぐさま」ふさぐことができます
- 3 活動に特別な組織やテクニック・予算などが不要で手軽に参加できます
- 4 ボランティアする人・される人の間に温かい心の交流＝絆が生まれます(図参照)



### 理由② 「瞬間ボランティア」は「都市型故郷」の基盤づくりを進めます

瞬間ボランティアの行いは、線に例えるなら「細い点線」です。何本もの点線が濃密に引かれることで、点は面(空間)となります。

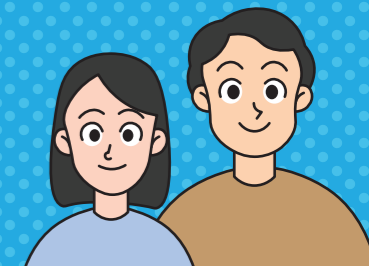
特に町内のような日々顔を合わせる「身近な場」で形成される濃密な瞬間ボランティアの集まりは、過剰なお節介を排し、互いに温かく優しく見守りあう安全安心で「住み心地良い」「住み続けたい」「そこに帰りたい」居場所を容易につくります。

そこは狭いけれどわたしの町内であり故郷になるのです。



# 05

## わたしの町内をアンアン特区に



瞬間ボランティアは故郷づくり・コミュニティづくりのいしすえ 温かい心を持った瞬間ボランティアのあふれる町内

あなたの手であなたの町内を安全安心なアンアン特区にしよう

そうした特区(町内)が集まりスクラムを組んで初めて安全安心な世田谷区ができあがります

### 1 なぜアンアン特区の基本は「町内」なの？

- 第1に町内は狭いことがあげられます。何かあれば急いでみんなが集まれるし、情報の細やかなやり取りができます。
- 第2にそこに住む多くの人は、「そこに住み続けたい」という気持ちを共有しています。そのためには、安全安心は欠かせません。
- 第3に犯罪者が被害者に狙いを定め「よしやるぞ」と決心する距離は、被害者や家のおよそ20メートル手前だということが元犯罪者調査から判りました。特に家に入り込むドロボウがそうです。ということは犯罪被害に遭わないためには、自分の家だけ守っていたのでは十分でなく、わが家の周りを囲む方々と普段から手を結び合って守りを固める必要があるということです。だから狭い町内でまず絆を固め安全安心を確かなものとするアンアン特区が大切なのです。

### 2 町内をアンアン特区にするための3つの活動目標

#### 町内だからできる総合的生活安全安心活動

具体的には以下の3つの活動目標です。

	第一原則	第二原則	第三原則
標語	町内のスキマは 町内でふさぐ	町内の住民の 安全安心は 町内で守る	町内の子どもは 町内で育てる
目的	町内に犯罪等の危機をもたらしかねない危険箇所の「スキマふさぎ」の空間的対応(物理的環境設計論)	町内の危機問題に対応する「スキマふさぎ」町内人材の育成(社会的環境設計論)	町内の安全安心を担う次世代人材の強化・育成
具体的 取り組み	防犯モデル道路の設定(通勤・通学路等の安全強化)、街灯の点検、植栽の手入れ、街路消化器、歩車道分離 etc	瞬間ボランティア活動の推進、各種安全教室・講演会の開催(高齢者向け防犯・災害安全教室の開催等)、危機情報チラシの配布 etc	町内の安全安心対策・運営への子ども参加、防犯や生活安全・災害など子ども安全教室の開催、防犯ブザーの配布 etc

# 06

## 町内を瞬間ボランティアあふれる故郷に



### 1 コミュニティ

よく使われる言葉「コミュニティ」の始まりは、インドアリアン語「共に(コム)」「ここに住むために」「私がしなければならないこと(ニュテ)」。瞬間ボランティアをあなたの手でわたしの町内に溢れさせましょう。それが町内であなたが「しなければならないこと」。そこからコミュニティが生まれます。

### 2 都市型故郷

町内との関わりが希薄な人。特にコロナ禍社会=分断化社会の下にあっては「ひとりぼっち」のわたしは時に戸惑い、時に心もとなく、時に淋しくお節介が欲しい。しかしお節介が義務になり過剰になることは煩わしい。そこどころを上品にわきまえた瞬間ボランティアで見守り合いましょう。それが世田谷都市型故郷づくりにつながります。

### 3 集まれアンアン特区

瞬間お節介、それは故郷づくり・コミュニティづくりのいしすえ。温かい心を自然に備えた瞬間ボランティアあふれる町内アンアン特区。そうした特区が集まりスクラム組んで安全安心な地域ができる。犯罪が起ころうと大地震が起ころうと、どんな危ないことが起ころうと、これでだいじょうぶ！瞬間ボランティアは万能薬だ！

# 07

## あなたの町内のアンアン度を測ろう



瞬間ボランティアを基にした町内の大切さが見えてきました。最後にそうした町内の下地があなたの周りでのどのくらい育っているかを計ってみましょう。下の質問に○をつけて下さい。

アンアン度  
「そう思う」  
項目

個

1	町内の人と何かにつけよく挨拶する	<input type="radio"/>	どちらかというと「そう思う」
2	町内の人からよく声を掛けられる	<input type="radio"/>	どちらかというと「そう思う」
3	わたしは、この町内に「これからも住みたい」	<input type="radio"/>	どちらかというと「そう思う」
4	わたしは、この「町内の人が好きだ」	<input type="radio"/>	どちらかというと「そう思う」
5	わたしは旅先から、この町内に帰ると「ホッとひと安心する」	<input type="radio"/>	どちらかというと「そう思う」
6	この町内には、小さなことでも何かあったら「気軽に相談に乗ってくれる人が多い」	<input type="radio"/>	どちらかというと「そう思う」
7	可能ならこの町内を「わたしの生涯の故郷(ふるさと)としたい」	<input type="radio"/>	どちらかというと「そう思う」
8	この町内は犯罪や地震・交通事故などの「危機」から、「おおむね安全だ」	<input type="radio"/>	どちらかというと「そう思う」
9	この町内の人は何かとお互いに「助け合おうという気持ちが強い」	<input type="radio"/>	どちらかというと「そう思う」

7~9個=アンアン度高い 3~6個=まあまあ 0~2個=アンアン度低い

どれだけ○がつけられましたか？瞬間ボランティアで○の数を増やしていきましょう。

# 08

## 瞬間ボランティア事例集



ささいな瞬間ボランティアかもしれません。でもこんなボランティアが町中に溢れてたら毎日が楽しく嬉しく安心で、この町に住みたい・住み続けたいと思いませんか？

子ども2人共が道端でぐずってしまい、どうしようもなくなっていた時、見知らぬ奥様が「飴あげる！ママ頑張ってるからママに！」とお願いされました！救われました！  
(世田谷区2021年 T・Mさん)

スーパーの前で荷物を盛大に落とした人を見た女の子たちが、ささっと拾い集めて何もなかったかのように去って行った。  
(世田谷区2021年 T・Hさん)

駐車場の車のハザードランプがついていたのを、家の前を通りかかった若者がピンポンして教えてくれた。  
(世田谷区2021年 K・Rさん)

いつも子どもの安全のためにご協力いただいている地域の方々には感謝の気持ちでいっぱいです！  
(世田谷区2021年 K.K 40代)

町内の通りで、近所の小学校の女の子が中年の男性に声を掛けられ腕を掴まれ、人の居ない方に連れて行かれようとした。その子は嫌がってた。通りのクリーニング屋の主人が仕事をしながら、それを見て大声で「こら一何するんだやめろ！」と叫んだら男性は慌てて逃げた。  
(文京区2018年 町内商店主 50代)

ご近所のWさんは昔からここに住んで、この近所のことはよく知ってるので、夕方など若い女性や子どもが通ると、笑いながら「あそこの角の所は夜真っ暗になるから気を付けてね」などと注意している。  
(文京区 匿名 60代女性)

目の不自由な学校へ通う高校生が横断歩道を渡りきるまで、登校途中の小学4年の女の子が立ち続けじっと見守っていた。  
(文京区2018年)

保育園帰りの親子を見かける時間帯に自宅前の花壇の水やりをする。その親子と交わす短い会話が楽しみ。  
(世田谷区2021年 N.Sさん 81歳)

朝早い小学生、地域の人に「おはようございます！」元気でステキ！  
(世田谷区2021年 E.O 40代)

横断歩道付近で泣いていた区内の幼稚園に通う男の子を見つけた。「どうしたの」と声をかけ、男の子が落ち着くのを待った。名前や母親の電話番号などを聞き出し、両親に電話で連絡した。男の子はその日、両親と市内の商店へ買い物に訪れた際にはぐれた迷い子だった。子どもを見失った両親は犯罪被害に遭ったのではと血眼になって探していた。  
(仙台市2019年)



「瞬間ボランティア」を実行していて、何か役所などの「力」を借りたいとき、役所や専門家などのアドバイスを受けたいと思ったときがありましたら、世田谷区の冊子「スクラム防犯」の最終ページをご覧ください。「困った・悩んだときの即相談先リスト」の「相談先電話番号」を掲載しています。

