ボランティア活動報告書の手引き

（高校生・大学生用）

夢・ふれあい社会

公益財団法人
さわやか福祉財団

「学生の地域活動研究会」委員の紹介

学生の地域活動研究会において「ボランティア活動報告書」及び「総括ボランティア報告書」に関し学術的、実務的な立場からご助言をいただいた委員の方々をご紹介いたします。

委員一覧

昭和女子大学総合教育センター特任教授 日本ボランティア学習協会代表	こうろき　ひろし 興梠　寛　氏
「エクセレントNPO」をめざそう市民会議共同代表 一般社団法人TAKUMI-Art du Japon 理事	しまだ　きょうこ 島田　京子　氏
元 文教大学教育学部教授	しまの　みちひろ 嶋野　道弘　氏
日本女子大学人間社会学部教育学科教授	たなか　まさふみ 田中　雅文　氏
國學院大學人間開発学部初等教育学科教授	たむら　まなぶ 田村　学　氏
公益財団法人学習情報研究センター理事長	つじむら　てつお 辻村　哲夫　氏
学習院大学文学部教育学科教授 日本ボランティア学習協会理事	ながぬま　ゆたか 長沼　豊　氏
上智大学総合人間科学部教育学科教授	なす　まさひろ 奈須　正裕　氏
公益財団法人さわやか福祉財団会長 学生の地域活動研究会司会・進行役	ほった　つとむ 堀田　力
公益財団法人さわやか福祉財団理事長	しみず　けいこ 清水　肇子

高校生・大学生のみなさんへ

当財団では、みなさん一人ひとりが主体的に自らの強みとなる特性を育て、自身の人生を充実感に満ちたものにしてほしいと考えています。そのためには、目的をもって地域等のボランティア活動に積極的に参加して、社会課題を理解し、関係者とも協働してその解決のために努力する体験をする中で、社会に有用な自己の特性を確認し、それを伸ばしていくことが大切になります。

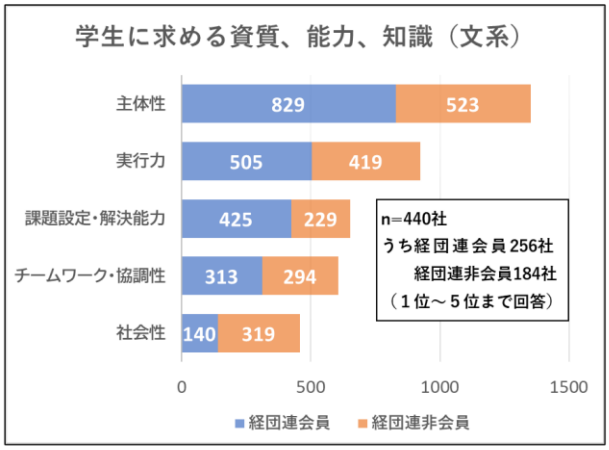
その際に、当財団が開発した「ボランティア活動報告書」等への活動記録と振り返りが大いに役立ってくれることを願っています。

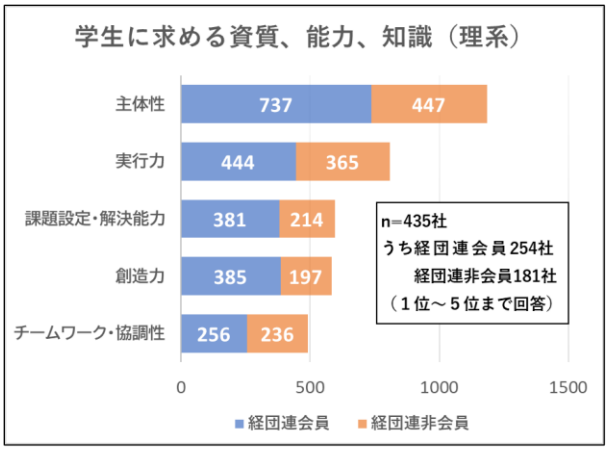
この「ボランティア活動報告書」は自己の成長を確かめる記録であると同時に、自己の特性を具体的に第３者へ伝えるための資料となります。大学入試の際に自分の特性が活きる学部への合格へとつなげたり、就職活動の際に、自分の特性が活きる職場への配属へとつなげたりするための資料として活用することができます。厳しい社会環境の中で自分らしく生きていくために非常に有効なツールとなるのです。

さわやか福祉財団
会長　　堀田　力

これからの社会に求められる力とは

2018年度に一般社団法人日本経済団体連合会が示した「高等教育に関するアンケート結果」から、企業は学生に「自らの問題意識に基づき課題を設定し、主体的に解を作り出す能力」を求めていることが分かりました。
具体的には「主体性」、「実行力」、「課題設定・解決能力」、「チームワーク・協調性」の項目が重視されています。当財団ではこれを受け、これからの持続可能な日本社会を支える人材に必要な力を「自発性・主体性」、「実行力・責任感」、「課題解決・創造力」、「チームワーク・協調性」、「リーダーシップ」の５つの特性に分類し、この特性を効果的に育む場としてボランティア活動を推奨しています。





＊回答企業に上位５つの選択肢を選んでもらい、点数による重み付け（1位＝5点、2位＝4点、3位＝3点、4位＝2点、5位＝1点）を行ったもの。全２０項目の中からトップ５を抽出。

【2018年４月17日 一般社団法人 日本経済団体連合会『「高等教育に関するアンケート」主要結果』から編集】

「ボランティア活動報告書」作成上の留意点①

1 ボランティア活動を始める前に確認する部分

① 「ボランティア活動報告書」には、高校生・大学生本人が行ったボランティア活動について、本人及び活動関係者（本人と直接関わったボランティア活動の受益者またはボランティア活動を現地で統率する人）が活動の結果を記録します。

② 活動期間は、評価を記入する活動関係者がボランティア活動を見守った期間とします。災害ボランティアのような場合には、通常１日から１週間程度の期間が想定されます。ご近所の高齢者の見守りや子ども食堂のボランティアのような、長期（１か月以上）の活動期間になる場合は、１か月ごとに区切って報告書を作成し、記録と振り返りを適宜行ってください。

③ ボランティア活動報告書の「活動の動機・目的」、「活動から得たもの」欄への記載に際しては、まず活動を始める前に、なぜこの活動をしようと思ったのか、自分が活動をとおして育てたい特性について考え、「活動の動機・目的」欄へ記入します。この目的の部分をしっかりと定めることが、後の学びに重要です。

④ ５つの特性に関する解説
一般的にボランティア活動で育つと考えられる主な５つの特性は以下のとおりです。

【情動的･意欲的な面の特性】 自分の特性を活かして社会から求められる行動を自発的、主体的に行い、責任をもってやり遂げる意欲と能力を育む。
「① 自発性･主体性」
≪具体的な姿の例≫ ・自分の長所や短所を把握して、良いところを活かして活動に取り組もうとしている。 ・不得意なことでも、自ら進んで取り組もうとする。
「② 実行力･責任感」
≪具体的な姿の例≫ ・自分がすべきことがある時に、喜怒哀楽の感情に流されず行動を適切に律し、遂行している。 ・困難な状況にも根気よく向かい、試行錯誤をしながら活動に取り組もうとしている。

【対人関係的･社会的な面の特性】 コミュニケーションによってお互いに理解した上で、いろいろな相手と協力・協働して課題に取り組むことにより、個々の力ではできないことをできるようにする力を育む。
「③ チームワーク･協調性」
≪具体的な姿の例≫ ・ボランティア活動に関わる人々の意見を聞くとき、相手の立場を考慮して、その人の考えや気持ちを受け止めようとしている。 ・人と何かをするとき、自分がどのような役割や仕事を果たすべきか考え、分担しながら、力を合わせて行動しようとしている。
「④ リーダーシップ」
≪具体的な姿の例≫ ・自分の考えや気持ちを整理し、相手が理解しやすいよう工夫して、伝えようとしている。

「ボランティア活動報告書」作成上の留意点②

【認知的･課題解決的な面の特性】 社会活動をする中で、当面する様々な課題をすみやかに発見し、適切な対応策を考案・提案して自ら、もしくは他者と協力して対応策を基に課題を解決する力を育む。
「⑤課題解決･創造力」
≪具体的な姿の例≫ ・調べたいことがある時、自ら進んで資料や情報を収集し、信ぴょう性が高く、かつ、必要な情報を取捨選択しながら活用できる。 ・何か問題が起こった時、次に同じような問題が起こらないようにするために、原因を調べ、課題を発見し、解決のための工夫ができる。 ・何かをする時、見通しをもって計画し、適宜提案を行い、評価・改善を加えながら行動ができる。

【文部科学省：「キャリア・パスポート」例示資料等を参考に作成】

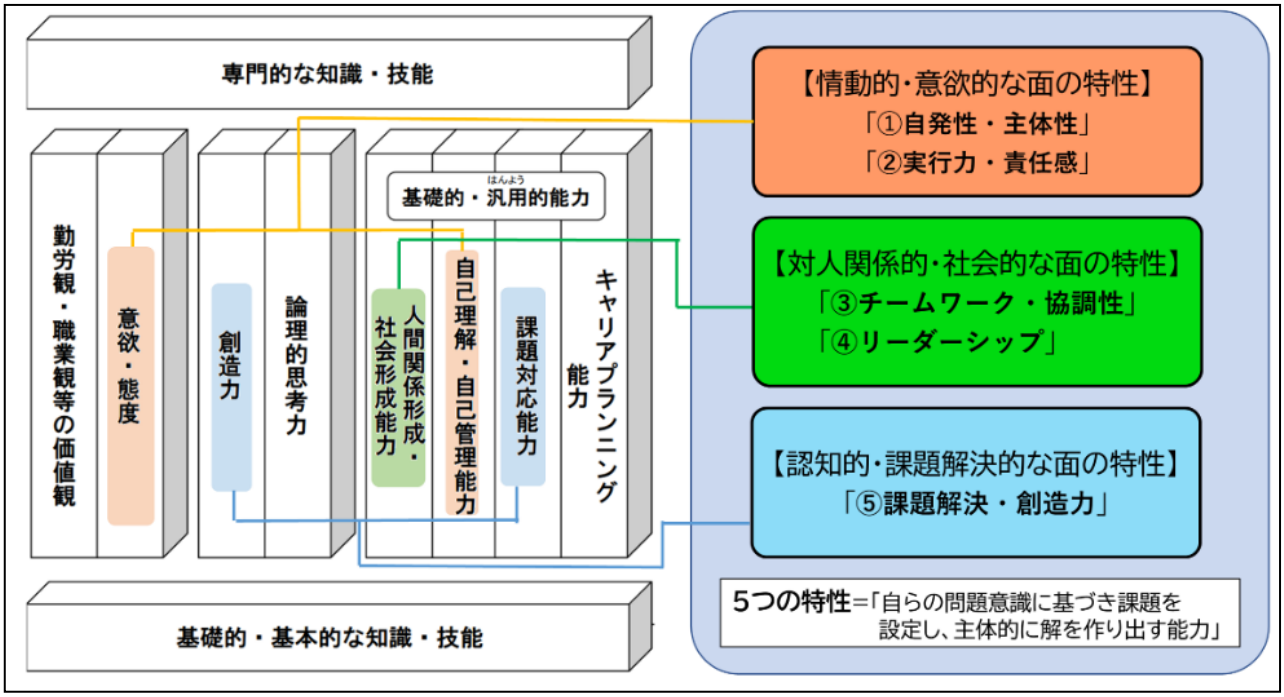
⑤　本人が特性を自由記入できる欄について

④に掲げた５つの特性以外に、活動をとおして育った特筆すべき特性があった場合に、その特性を記入できる欄があります。

特性を自由記入する際には、⑥『「社会的・職業的自立に必要な能力」と「５つの特性」との相関図』などを参考に検討してください。

【特性の例】「伝える力」、「観察力」、「体力」、「専門的な知識・技能」など

⑥　「社会的・職業的自立に必要な能力」と「５つの特性」との相関図



【中央教育審議会 答申「今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について」（平成２３年１月３１日）を参考に作成。】

「ボランティア活動報告書」作成上の留意点③

2 ボランティア活動の終了後に確認する部分

① 「本人が育ったと感じた特性」欄には、活動を通して、高校生・大学生本人が、自分の特性を理解し、育ったと感じた特性にマーク（〇印等）をつけます。

② 「活動関係者が感じた特性」欄には、活動関係者が、活動ぶりを見た結果、感知した特性にマークをつけてもらいます。

※ ①、②のマークをつける際に、３頁１-④「５つの特性に関する解説」を参考にしてください。

③ 「活動に対するコメント」欄には、活動関係者が活動を通じて高校生・大学生本人を見た結果、素晴らしいと感じた点、今後伸ばしてほしいと感じた点などのコメントを自由記述で書いてもらいます。

④ 「活動から得たもの」欄には、本人が、活動終了後に【リフレクションによるキャリアプランニング】などを参考に振り返りを行い、自身の考えをまとめて記入します。

【リフレクションによるキャリアプランニング】

自分が取り組んだボランティア活動を振り返ることによって、社会的な課題を適切に理解し、活動に意義や価値を感じ、自身の成長をとおして自らがもつ特性を把握する。

自己有用感に基づき、将来的に「自己の特性を活かして働くこと」をイメージして、働き方や生き方に関する様々な情報を適切に取捨選択・活用しながら、自ら主体的に判断してキャリアを形成していく力を育む。

≪具体的な姿の例≫

・自分を振り返り、長所や短所を把握して、良いところを伸ばし、悪いところを克服しようとしている。
・ボランティア活動をとおして、学ぶことや働くことの意義について考えたり、様々な働き方や生き方があることを理解したり、今学校で学んでいることと自分の将来とのつながりを考えたりしている。
・自らの将来について具体的な目標をたて、社会の現実を視野におさめながら、その実現のための方法について考えている。
・将来の目標の実現に向けて具体的な行動を起こしたり、それを振り返って改善したりする。

※活動関係者が評価等を記入してくれた「ボランティア活動報告書」は、「総括ボランティア活動報告書」の作成やその他の用途でこれを活用することが考えられますので、大切に保管してください。

「総括ボランティア活動報告書」作成上の留意点

1　「総括ボランティア活動報告書」は、高校生・大学生が「入学を希望する大学」又は「就職を希望する企業」などに自己PR書類等として提出する際に作成します。

2　「総括ボランティア活動報告書」には、本人が今までに作成した個々の「ボランティア活動報告書」を基に、その結果を自身で記入し、まとめます。
　まとめる期間は大学生であれば大学在籍期間、高校生であれば高校在籍期間程度と想定します。

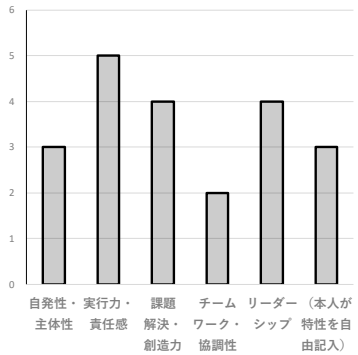
3　「多い活動分野」の欄には、今までの活動を振り返り、関わった活動分野の上位３位の件数を①~③の欄に記入します。

【多い分野の記入例】
①　高齢者のサポート（５件）　②　まちづくり（３件）　③　環境保護（２件）

4　「活動関係者がマークした特性」欄には、今まで作成したボランティア活動報告書の記録を見て、〇のついた数を入力します。

5　「活動関係者がマークした特性」欄に入力した数値を基に、累計数グラフが自動生成されます。

6　「本人のコメント」欄には、生成された累計数グラフを基に、自己の特性について掘り下げを行い、今後その特性をどのように活かすか具体的に記入してください。



【「本人のコメント」作成例】
　活動をとおして発揮できた特性は、実行力・責任感です。自分の役割を意識しながら、どの活動にも粘り強く向き合うことができました。ただ、課題解決に向けた同じチームのメンバーとの話し合いは十分にできていなかったため、自分と相手の意見をすり合わせた上で、物事に取り組んで行くことが今後の課題です。
　課題解決に向けて情報収集をして、アプローチ方法を立案、実施することは得意なので、データ収集や分析をする仕事に活かしていきたいと考えています。

7　「活動関係者の主なコメント」欄には、「本人のコメント」を裏付ける内容を記載してください。その際には過去の「ボランティア活動報告書」の「活動に対するコメント」欄から引用してください。

高校生の大学入試場面

※ボランティア活動関係者
本人と直接関わったボランティア活動の受益者またはボランティア活動を現地で統率する人

高校生徒本人	ボランティア活動関係者	高校	大学
①ボランティア活動報告書の書式を入手。「ボランティア活動報告書の手引き（高校生・大学生用）」を確認。 ・さわやか福祉財団HP参照		①「ボランティア活動報告書の利活用に向けて」を確認。 ・さわやか福祉財団HP参照	①「総括ボランティア活動報告書の見方」を確認。 ・さわやか福祉財団HP参照
②ボランティアの募集に応募する。または、ボランティア活動を企画する。 ・地域のボランティアセンター ・学校のボランティア窓口等	①ボランティア参加者を受け入れる。		
③ボランティア報告書に氏名、活動内容、活動の動機・目的を記入する。			
④ボランティア活動報告書と「ボランティア活動報告書の手引き（活動関係者用）」をボランティア活動関係者に提示して、協力を依頼する。	②ボランティア活動報告書の内容を確認する。 「ボランティア活動報告書の手引き（活動関係者用）」を確認。		
⑤ボランティア活動を行う。	③ボランティア活動の様子を見守る。		
⑥活動から得たものを記入し、活動で育った特性に〇をつけ、活動先へボランティア活動報告書を提出する。	④活動関係者が感じた特性欄に〇をつけ、活動関係者記入欄に記入をして、本人に渡す。		
⑦①～⑥を繰り返し、経験を積み重ねる。			
⑧過去の活動を総括ボランティア報告書にまとめる。所属高校に提出をして、調査書にボランティア活動について記載してもらう。		②必要があれば、受け取った総括ボランティア報告書への指導と報告書の内容を要約して調査書へ記入をし、本人に渡す。	②入学試験要項の発表
⑨入学を希望する大学へ他の出願書類と共に総括ボランティア活動報告書と必要に応じて、ボランティア活動報告書を提出。			③他の出願書類と一緒に統括ボランティア活動報告書を（添付されている場合はボランティア活動報告書も）受け取る。

大学生の就職活動場面

※ボランティア活動関係者
本人と直接関わったボランティア活動の受益者またはボランティア活動を現地で統率する人

大学生本人	ボランティア活動関係者	大学	企業
①ボランティア活動報告書の書式を入手。「ボランティア活動報告書の手引き（大学・学生用）」を確認。 ・さわやか福祉財団HP参照		①「ボランティア活動報告書の利活用に向けて」を確認する。 ・さわやか福祉財団HP参照	①「総括ボランティア活動報告書の見方」を確認する。 ・さわやか福祉財団HP参照
②ボランティアの募集に応募する。または、ボランティア活動を企画する。 ・地域のボランティアセンター ・学校のボランティア窓口等	①ボランティア参加者を受け入れる。		
③ボランティア報告書に氏名・活動内容・活動の動機・目的を記入する。			
④ボランティア活動報告書と「ボランティア活動報告書の手引き（活動関係者用）」をボランティア活動関係者に提示して、協力を依頼する。	②ボランティア活動報告書の内容を確認する。 「ボランティア活動報告書の手引き（活動関係者用）」を確認する。		
⑤ボランティア活動を行う。	③ボランティア活動の様子を見守る。		
⑥活動から得たものを記入し、活動で育った特性に〇をつけ、活動先へボランティア活動報告書を提出する。	④活動関係者が感じた特性欄に〇をつけ、活動関係者記入欄に記入をして、本人に渡す。		
⑦①～⑥を繰り返し、経験を積み重ねる。			
⑧過去の活動を総括ボランティア活動報告書にまとめる。所属大学の就職支援窓口に提示して、履歴書への記入方法を検討する。		②必要があれば、提示された総括ボランティア活動報告書等から履歴書への記入を指導する。	②募集要項（新卒者用）発表
⑨就職を希望する企業へ履歴書等を提出する際に、自己PR書類として、総括ボランティア活動報告書と必要に応じて、ボランティア活動報告書を提出する。			③履歴書と一緒に統括ボランティア活動報告書を（添付されている場合はボランティア活動報告書も）受け取る。

ボランティア活動報告書

本人記入欄	氏名				
	活動内容	活動期間	～	活動地域	
		（活動分野：　　）			
	活動の動機・目的				
	活動から得たもの				

活動で育った特性		本人が育ったと感じた特性	活動関係者が感じた特性
自分から進んで取り組んでいる	（自発性・主体性）		
最後までやり抜く	（実行力・責任感）		
人と協調しながら取り組んでいる	（チームワーク・協調性）		
チームをリードして取り組んでいる	（リーダーシップ）		
工夫して、全体の作業を改善している	（課題解決・創造力）		
（本人が特性を自由記入）			

活動関係者記入欄	活動に対するコメント （素晴らしいと感じた点、今後伸ばしてほしいと感じた点　など）	
	記入された方のお名前	
	記入された方のお立場	
	記入日	年　　月　　日

様式作成　公益財団法人 さわやか福祉財団

ボランティア活動報告書　【記入要領】

①本人が記入する

本人記入欄	氏名				
	活動内容	活動期間	～	活動地域	（都道府県名・市区町村名）
		・活動期間は、評価を記入する活動関係者（本人と直接関わったボランティア活動の受益者またはボランティア活動を現地で統率する人）がボランティア活動を見守った期間とする。 通常は１日から１週間程度の期間が想定されるが、長期（１か月以上）の活動期間になる場合は、１か月ごとに区切って報告書を作成し、記録と振り返りを適宜行う。 【活動分野の例】 子どものサポート・学習支援、高齢者のサポート、障害者のサポート、外国人のサポート、被災者のサポート、施設・病院ボランティア、各種スポーツ指導、観光案内、異文化交流、人権擁護・ジェンダー、まちづくり、防犯・交通安全、伝統文化の継承、動物の保護、環境保護、清掃活動、農林水産業振興、政策提言、その他 （活動分野：　　）			
	活動の動機・目的	・なぜこの活動に参加しようと思ったのかという理由と、自分がこの活動をとおして活かしたい、育てたい特性や獲得したいものを記入する。			
	活動から得たもの	・活動の経験をとおして、何に気づいたか、どこが成長したかを記入する。 ・可能であれば、活動の経験を今後どのように活かすかを記入する。			

②本人と活動関係者がそれぞれ記入する

活動で育った特性		本人が育ったと感じた特性	活動関係者が感じた特性
自分から進んで取り組んでいる	（自発性・主体性）		
最後までやり抜く	（実行力・責任感）		
人と協調しながら取り組んでいる	（チームワーク・協調性）		
チームをリードして取り組んでいる	（リーダーシップ）		
工夫して、全体の作業を改善している	（課題解決・創造力）		
（本人が特性を自由記入）			

該当する特性にマーク（○印等。紙媒体の場合は署名や印鑑でもよい）を付ける

←上記の特性以外で育った特筆すべき特性がある場合に記入（例：伝える力、観察力、体力、専門的な知識・技能、等）

③活動関係者が記入する

活動関係者記入欄	活動に対するコメント （素晴らしいと感じた点、今後伸ばしてほしいと感じた点　など）	・活動関係者が活動を通じて学生を見た結果、素晴らしいと感じた点、今後伸ばしてほしいと感じた点などのコメントを自由記述する。
	記入された方のお名前	印
	記入された方のお立場	・記入者が団体又は活動においてどのようなお立場にあるかを記入する（被災者、ボランティア活動の現地統率者など）
	記入日	年　　月　　日

様式作成　公益財団法人 さわやか福祉財団

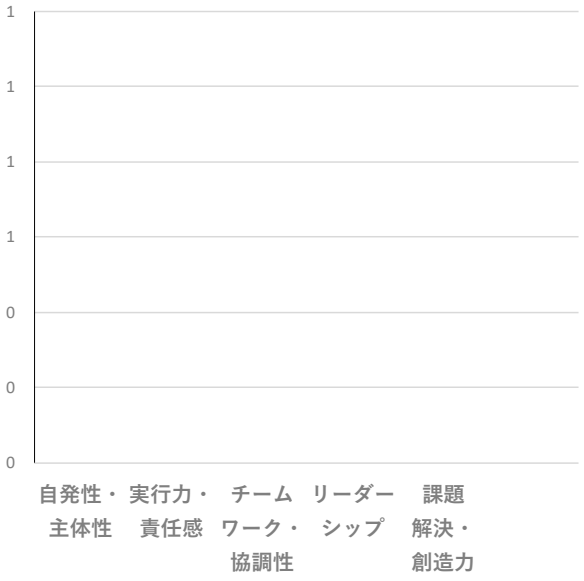
年　　月　　日

様

学校名　　氏名

総括ボランティア活動報告書

累計活動報告書数	件	累計活動報告書期間	～
多い活動分野	①　　(件)		
	②　　(件)		
	③　　(件)		
特　性	活動関係者がマークした特性		
自発性・主体性	件		
実行力・責任感	件		
チームワーク・協調性	件		
リーダーシップ	件		
課題解決・創造力	件		
	件		
本人のコメント （活動で成長したと思う特性など）			
活動関係者の主なコメント			



様式作成　公益財団法人 さわやか福祉財団

年　　月　　日

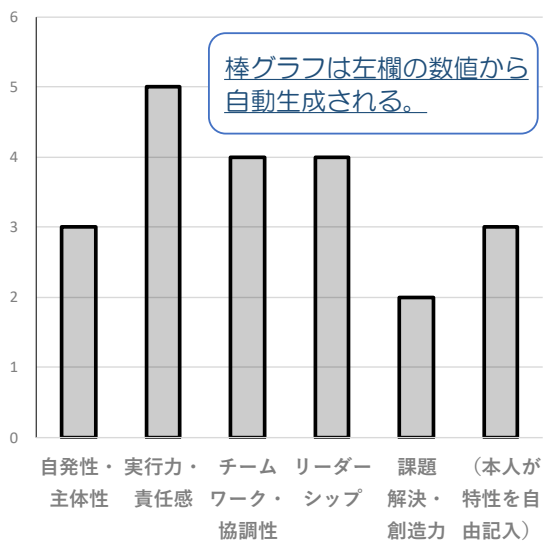
提出先となる大学・企業等を記入する　　様

学校名　　氏名　学生本人の氏名を記入する

総括ボランティア活動報告書　【記入要領】

累計活動報告書数	参加した活動（地域、プロジェクト、団体等）の「ボランティア活動報告書」の合計数を記入する。	累計活動報告書期間	すべての報告書に関わった期間を記入する。【例】令和３年6月1日～令和５年2月6日
多い活動分野	関わった活動分野の上位３位の件数を①～③に記入する。 （活動分野は下記例示を参照） 【活動分野の例】 子どものサポート・学習支援、高齢者のサポート、障害者のサポート、外国人のサポート、被災者のサポート、施設・病院ボランティア、各種スポーツ指導、観光案内、異文化交流、人権擁護・ジェンダー、まちづくり、防犯・交通安全、伝統文化の継承、動物の保護、環境保護、清掃活動、農林水産業振興、政策提言、その他		

特　性	活動関係者がマークした特性	
自発性・主体性	「ボランティア活動報告書」で「○」がついた活動の数を記入する。	件
実行力・責任感		件
チームワーク・協調性		件
リーダーシップ		件
課題解決・創造力		件
（本人が特性を自由記入）		件



本人のコメント （活動で成長したと思う特性など）	「活動関係者がマークした特性」の累計数グラフを基に、活動で成長したと思う特性と、今後その特性をどのように活かすか具体的に記入する。
活動関係者の主なコメント	「本人のコメント」を裏付ける内容を記載する。その際には過去の「ボランティア活動報告書」の「活動に対するコメント」欄から引用して記入する。

様式作成　公益財団法人 さわやか福祉財団

MEMO

公益財団法人
さわやか福祉財団

ボランティア活動報告書の手引き（高校生・大学生用）
令和３年　11月発行
編　者　公益財団法人　さわやか福祉財団
「学生の地域活動研究会」協力・監修
発行所　公益財団法人　さわやか福祉財団
〒105-0011
東京都港区芝公園2-6-8 日本女子会館 7階
TEL：03(5470)7751
FAX：03(5470)7755
URL：https://www.sawayakazaidan.or.jp/