

～新しい出会い、体験をあなたに～

令和5年度
青少年等ボランティア福祉体験学習
活動内容紹介
&
ボランティアハンドブック

東郷町社会福祉協議会
ボランティアセンター

— も く じ —

1. 青少年等ボランティア福祉体験学習について	1
(1) 申込方法	
(2) ボランティアの心構え、注意事項	
2. ボランティア事前学習 —さまざまな人とともに—	
はじめに ～ボランティアのはじまり～	9
①高齢者の方へのお手伝い	10
②認知症の方へのお手伝い	11
③障がいのある方へのお手伝い	12
わたしたちにできること まとめ	13

「人にやさしい」ってどういうこと？（気づき）

1. 青少年等ボランティア福祉体験学習について

対象：中学3年生 体験期間：7月24日（月）～8月31日（木）

令和4年度は、町内の中学生、高校生あわせて76名がボランティア福祉体験学習に申し込まれました！
今年もみなさんのご参加をお待ちしています。

令和5年度は、中学3年生を対象に、町内の「通いの場やサロン」
などでのボランティア活動を案内しています！

通いの場やサロンって？

地域の人々が交流する場のことで、地域の人々が自主的に運営しています。
誰でも気軽に楽しく過ごせるよう、茶話会・体操・運動など活動内容はさまざまです。
詳しい活動内容については、別紙の「活動先一覧」を参考にしてください。
また、YouTube「東郷社協とーごくん」で様子を紹介しているサロンもあります。
ぜひご覧ください！

東郷町社会福祉協議会
マスコットキャラクター
「とーごくん」



注意事項：受け入れ先に限りがあります。

定員を超えた場合は、先着順とさせていただきます。

感染への不安がある人、希望していた活動先に行けなかった人には
ぜひ「おはがきボランティア」にご協力いただきたいと思います！
詳しくは「おはがきボランティア」のチラシをご覧ください。

～これまでボランティア活動に参加した生徒の感想～

- 自分の住む地域の活動を初めて知った。
- コミュニケーションの大切さ、人のつながりの大切さを学んだ。
- 高齢者の方と話してとても楽しかった。
- 手伝っていると「ありがとう」と何度も言われて嬉しかった。
- コミュニケーションをとるのが苦手でしたが、自分から高齢者の方に話しかけたら笑って話してくれたので楽しかった。
- 高齢者の関わり方についてもっと学びたいと思った。
- たくさん接する中で、福祉の大切さを知った。



(1) 申込方法、実施までの流れ

～「ボランティア体験先一覧」を見て、ボランティアしてみたいと思ったら～



①学校の先生、保護者と相談する。

- どんな体験先があるのか。
 - 自分はどんなことを体験してみたいか。
 - 希望する体験先へはどのような交通手段で行くのか。
- 学校の先生、家族、友達と話して、調べて、考えてみよう。



②申込用紙(生徒→社会福祉協議会)を記入する。

青少年等ボランティア福祉体験学習申込用紙
生徒→社会福祉協議会

学校名 _____ 学年・組 生 組 _____ 体験先 _____

住所 _____

電話番号・FAX番号 _____

保護者氏名 _____ 印 _____

※保護者の了解を必ず得てください。すべて記入してください。

	選いの場・サロン名	活動日・曜日	活動時間
第1希望		月 日()	
第2希望		月 日()	
第3希望		月 日()	

※体験人数の制限がありますので、第2・第3希望での活動になることがありますので、できるだけ第3希望まで記入してください。

【決定した活動場所と日時】 ボランティアセンターで記入します。

	選いの場・サロン名	活動日	活動時間
活動先			

※活動できなくなった場合は必ず社会福祉協議会まで連絡をしてください。
連絡先：東郷町社会福祉協議会 地域福祉課 0561-37-5411

- 学校名、学年・組、名前、体験希望先、住所、電話番号、保護者氏名を記入する。
- ※保護者氏名は必ず保護者に記入していただき、印鑑を押してもらってください。
- 社会福祉協議会へ直接提出する場合の締切は7月10日(月)です。学校へ提出する場合は、学校ごとに締切があります。

(申込時の注意事項)

- 保護者の了承を得て活動してください。(保護者印必要)
- 活動場所までの交通手段は無理のないようにしてください。(徒歩、巡回バスの利用など)
- 体験先の指定する日時に活動してください。
- 「活動したい」という気持ちがあれば、一人でも参加できます。



③申込用紙を東郷町社会福祉協議会、または学校(町内中学校の場合に限る)に提出する。

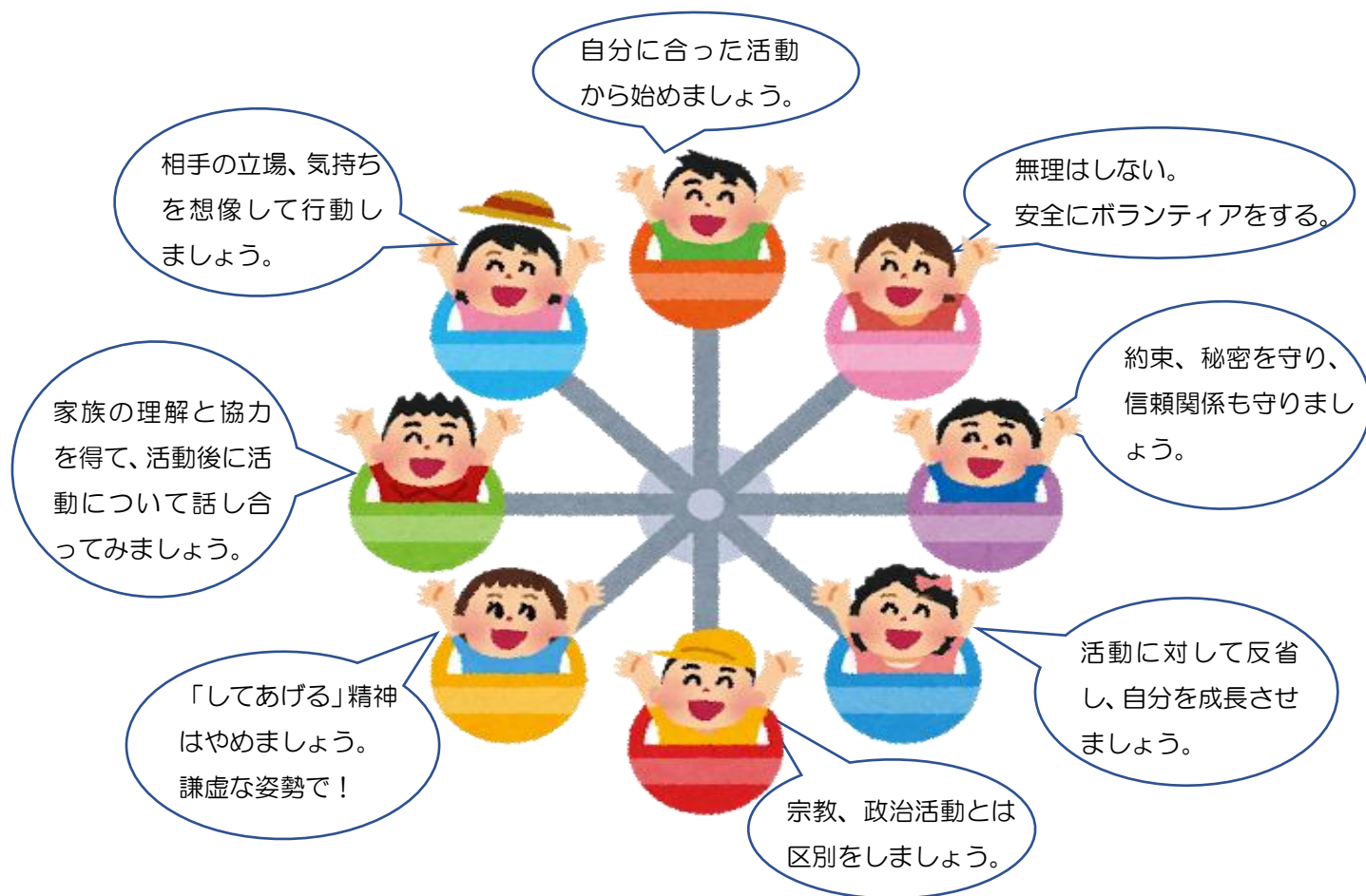
- 東郷町社会福祉協議会で、調整を行います。



④決定した体験先をお知らせします。

- 社協から体験先へ、参加する生徒さんの人数、名前を連絡します。
- 活動当日までに、体験先の内容と事前学習のページを再度よく読んでおきましょう。

(2) ボランティアの心構え



活動当日～気をつけるポイント～

感染症対策を徹底する。

- ・自宅で検温、マスクを着用し、こまめに手指消毒をしましょう。
- ・少しでも体調がすぐれないと感じた場合、ご家族に体調がすぐれない方がいた場合は、無理をせずお休みしてください。



交通安全を守る。

自動車等に気をつけましょう。



時間を守る。

遅刻はしないようにしましょう。



欠席時は社協に連絡する。

無断でお休みするのはしないで下さい。



暴風警報や大雨警報がでている時の活動は中止です。



あいさつをする。

元気よく、気持ちのよいあいさつを。



動きやすい服装で参加する。

学校指定の体操服、ジャージ、屋内用シューズ。



わからないことは聞く。勝手な判断はしないようにしましょう。



☆丁寧な言葉をつかいましょう。普段、友達と話す時の言葉づかいはしないようにしましょう。

☆ボランティア同士でかたまらない。せっかくの体験の機会です。積極的に自分から活動しましょう。

ボランティア体験先は別紙「活動先一覧」をご覧ください。

家から近い、内容に関心がある、
祖父母や近所の方がサロンに参加している、
一緒に楽しみたい・・・など
活動先を決めるポイントになります。



ボランティアに関する問い合わせや欠席などのご連絡は
東郷町社会福祉協議会 ボランティアセンター
(0561) 37-5411 まで

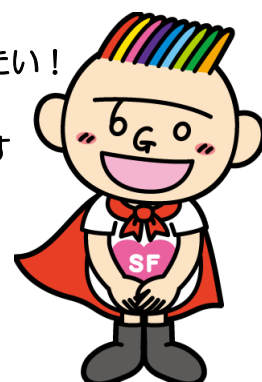


場所：東郷町諸輪北山 158-90
福祉センター 2階

時間：午前8時30分から午後5時15分まで
(土・日・祝日は休み)



ボランティア活動についての
くわしい内容がもっと知りたい！
通いの場やサロンについて知りたい！
福祉について知りたい！
…のような、質問など大歓迎です



2. ボランティア事前学習 ―さまざまな人とともに―

はじめに ～ボランティアのはじまり～



(東郷高校の生徒による清掃ボランティア)

ボランティアの起源

“ボランティア”の語源はラテン語のボランタール(自由・正義・勇気)からきています。広辞苑では、「志願者・篤志家・奉仕者」「自ら進んで社会事業などに参加する人」という意味です。

“Volunteer”を英和辞書で引くと、「志願兵」「義勇兵」と出ています。

ボランティア元年

1995年1月17日・阪神淡路大震災

災害で、6,000人以上が死亡。

震災発生後、最初の1ヶ月は1日2万人、2ヶ月で延べ100万人以上のボランティアが活動したのです。

「何かしてあげたい」「何かしなくては」という思いから、全国から惨事を知った人々がボランティア活動に駆けつけました。

その多くは、震災以前にはボランティア活動をしたことがない人たちでした。そこで、1995年を「ボランティア元年」と呼ぶようになりました。



③ だんのくらしのしあわせ＝「福祉(ふくし)」

みなさんは、普段の暮らしの中で、どのような時にしあわせを感じますか？

食事をしている時、眠りにつく時、音楽を聴いている時、家族、友人といる時…きっと人によって様々だと思います。地域社会で暮らす人たちの中には、普段の暮らしをしあわせにするためにほんの少し、お手伝いを必要とする方たちがいます。その方たちはどのような方なのでしょう。また、その方たちにはどのようなお手伝いが必要なのでしょう。ひとつずつ知ってみましょう。

① 高齢者の方へのお手伝い

人はだれでも年齢とともに身体が衰え、様々な不自由を感じるようになります。

高齢者の方は、はじめから「高齢者」だったわけではありません。

母親の胎内で育ち、生まれ、幼少期、学童期、青年期・・・それぞれの人生を生きてきて、年を重ねて「高齢者」になりました。いわば、私たちの人生の大先輩です。

高齢者の方のお手伝いをする時には、皆さんの尊厳を傷つけないよう、丁寧に接しましょう。



加齢による身体や心の変化



目の調節機能が衰え、近くのものがぼやけます。(老眼)

水晶体が濁って、黄色みを帯びた色に見えます。青色、黒色も見分けにくくなります。



老化により、物忘れしやすくなります。



聴力が衰えます。特に高い音域の音が聞こえにくくなります。



手足の関節が曲がりやすくなります。筋力も衰え、少しの段差にもつまづきやすくなります。

わたしたちにできるお手伝い

- 電車、バスで席をゆずる。
- 重い荷物を持つのを手伝う。
- 高齢者の方とのおしゃべりを楽しむ。
- 自分の祖父母や地域の方に、暑中見舞いや年賀状など季節のたよりを送る。

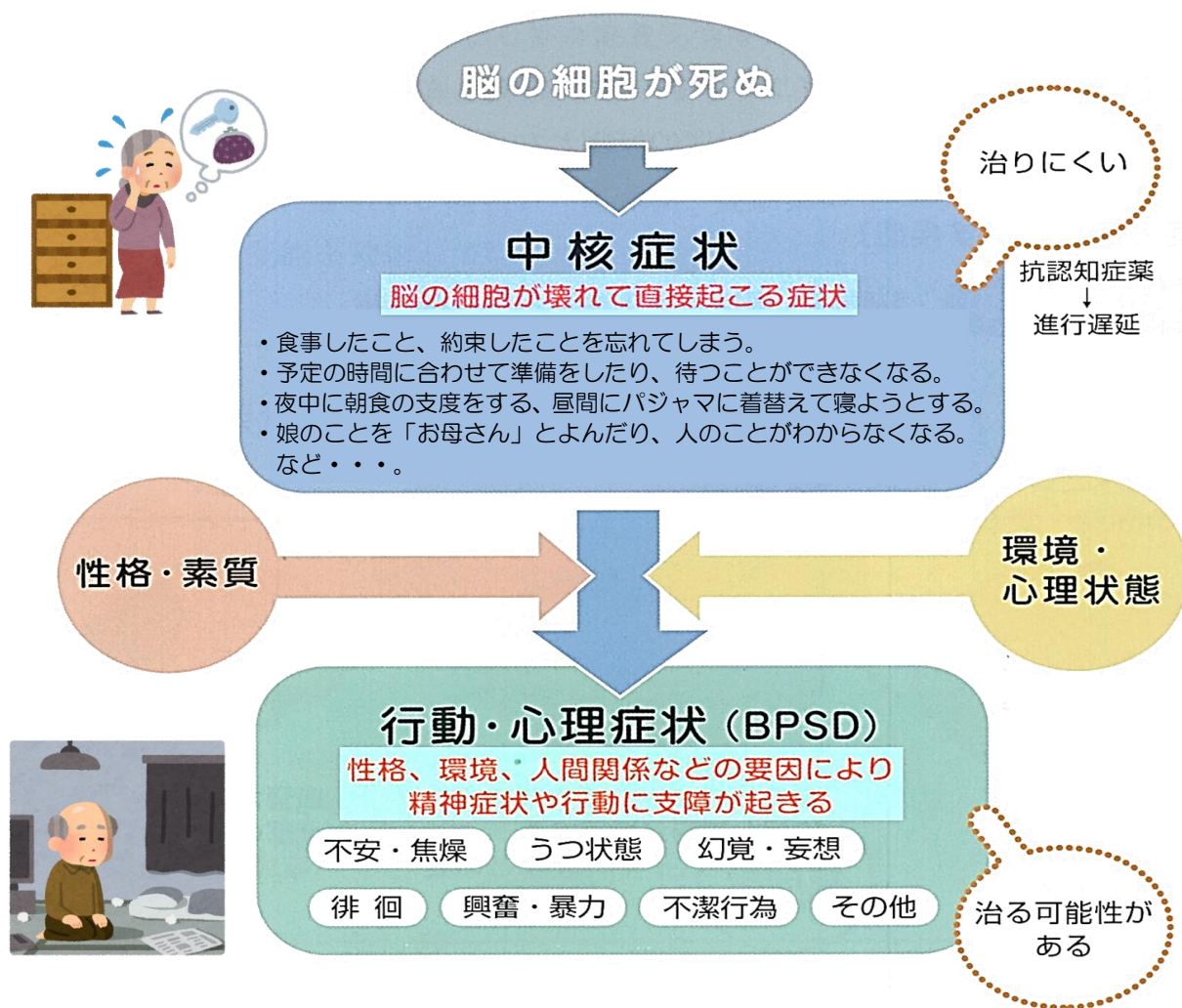


その他、高齢者の方のお手伝いで、わたしたちができることを考えて、家族や友達と話してみましょう。

② 認知症の方へのお手伝い

いろいろな原因によって、脳の細胞が死んでしまったり、はたらきが悪くなることによって、さまざまな障がいが起こり、生活するうえで支障が出ている状態のことを「認知症」といいます。

認知症になると、新しいことが覚えられない、忘れてしまう、人や場所がわからない、身の回りのことができない…といった様々な困ったことが起こります。



わたしたちにできるお手伝い

① 「大丈夫だよ」の声かけ

認知症になり、失敗続きの時は「また失敗した！」ととがめるのではなく、「大丈夫だよ」と本人が安心できるような声かけをおねがいします。

② 本人とご家族の気持ちを思いやりながら、見守る。

まずは、認知症を正しく理解したうえで、認知症の人や家族の方を温かく見守ることがスタートです。声かけをした方がよいと思っても、自分では難しいと感じたら、近くの大人に助けを頼むようにします。小さな助け合いの積み重ねが、大きな手助けとなります。

③ 障がいのある方へのお手伝い

わたしたちの周りには、いろんな人がいます。不得意なこと、得意なこと、嫌いなもの、好きなもの。みんな、人それぞれ違います。

障がいのある方のお手伝いで一番大切なことは、「障がい」を「個性」ととらえて、人格を尊重することです。

身体障がいのある方

身体障がいとは生まれつき、または事故や病気、ケガ等によって視覚や聴覚、肢体などの機能に障害がある状態を指します。視覚障がい（全盲、弱視など）、言語・聴覚障がい、肢体不自由（手・足がない、機能しないなど）、内部障がい（身体の中の臓器に障がいがある）といった種類の障がいがあります。



知的障がいのある方

知的障がいとは、発達期までに生じた知的機能障がいにより、認知能力の発達が全般的に遅れた水準にとどまっている状態を指します。

自閉症、ダウン症など、さまざまな障がいの方がいます。

コミュニケーション方法もさまざまで、その方の個性に合わせた接し方が必要になります。予期せぬ行動や言動で、周りの人を驚かせてしまうことなどもありますが、そこには何らかの理由があります。

身体や心の成長の速度もゆっくりな方が多いですが、会話などでひとりひとりを知ることが、知的に障がいをもった方への理解をすすめることにつながります。



精神障がいのある方

精神疾患には、心因性、内因性、外因性といった要因があります。

疾患は単に、遺伝や、親の育て方、その人の性格などが原因ではありません。

「うつ病」や「統合失調症」は、ストレスや生活環境などのなんらかの原因によって、脳内の神経の情報を伝達する物質（神経伝達物質）のバランスが崩れることによって引き起こされると考えられています（内因性精神疾患）。

つまり、「脳の病気」であり、だれでもなる可能性があるのです。

精神疾患が起こると、その症状からさまざまな「生活のしづらさ」が生まれてきます。こうした困難は、病気だけが原因ではなく、社会環境や個人の状態などがかわり合っ

てひき起こされます。この「生活のしづらさ」がある状態を、精神障がいととらえます。精神疾患は身近なものだということを認識し、状態などを理解をすすめていくことにつながります。



～わたしたちにできること まとめ～

① 障がいのある人、高齢者のことを知る。

彼らとたくさんお話をし、コミュニケーションをとること。自分のこともお話しして、仲良くなること。自分の知らないことをたくさん知ることが出来ると思います。

② 「できないこと」よりも、「できること」に目を向ける。

人は誰しも、得意なこと、不得意なことがあります。できないことを「できない」と責めるのではなく、「できる」ことに目を向け、「できない」ことはお手伝いをするなどして、助け合いましょう。

③ いろいろな人がいて、いろいろな生き方があることを理解する。

自分と「同じ」人はいません。お互いに自分の「普通」や「常識」を押し付け合わず、気持ちを聞き合って、お互いの「ちょうどいい」を探してきましょう。

④ 受け止める。

いろんな気持ち、体験を共有しましょう。



～ボランティアには、たくさんいいことがあります～



ボランティアをすることで、やりがいや喜びを感じられた！

たくさんのお出会いから、自分の輪が広がった！

自分自身の新たな発見ができた！

人との接し方を学んだ！

社会を見る目が変わり、視野が広がった！

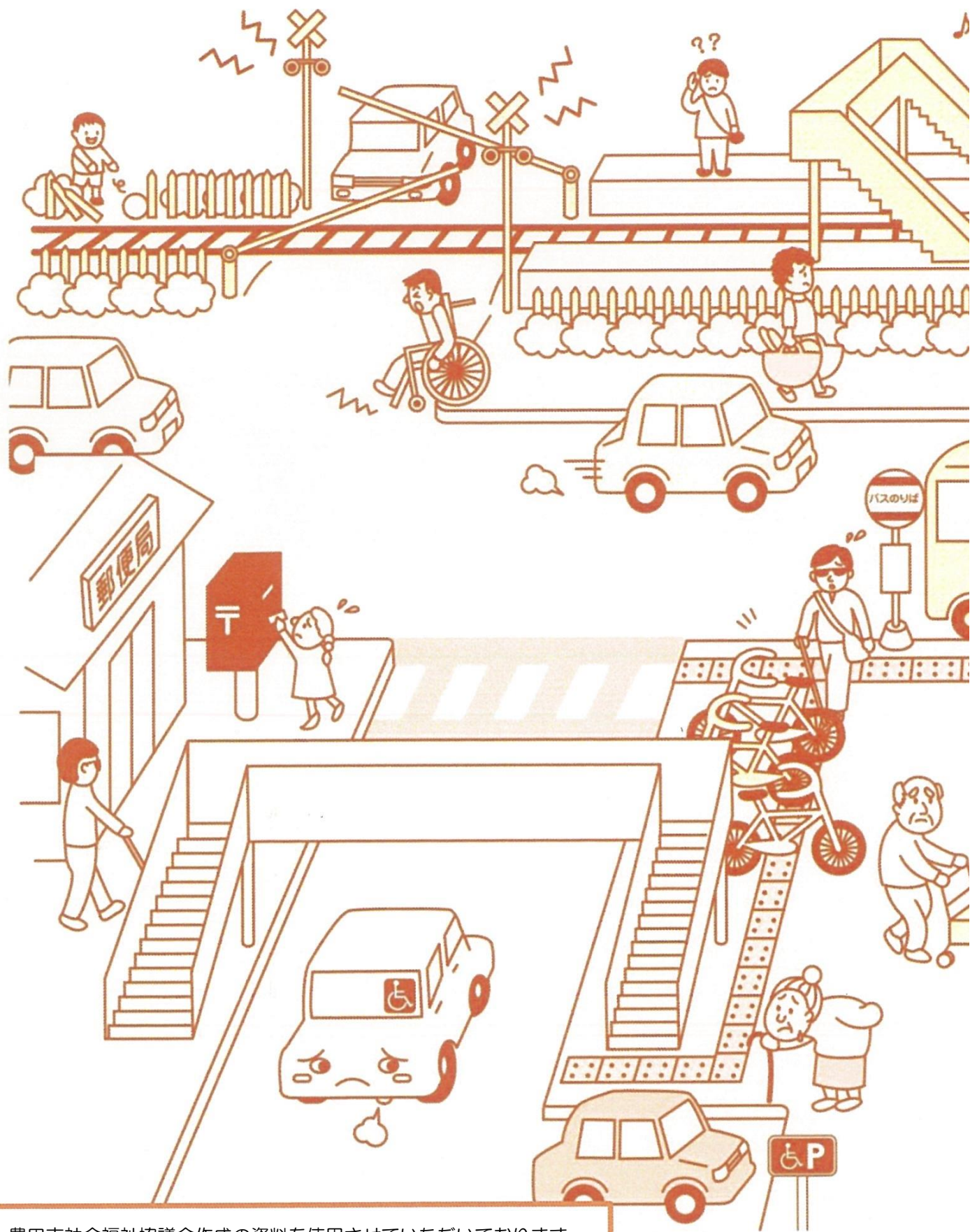


街の中にいる人たちが困っています。

いったい、どのようなことで困っているのでしょうか。

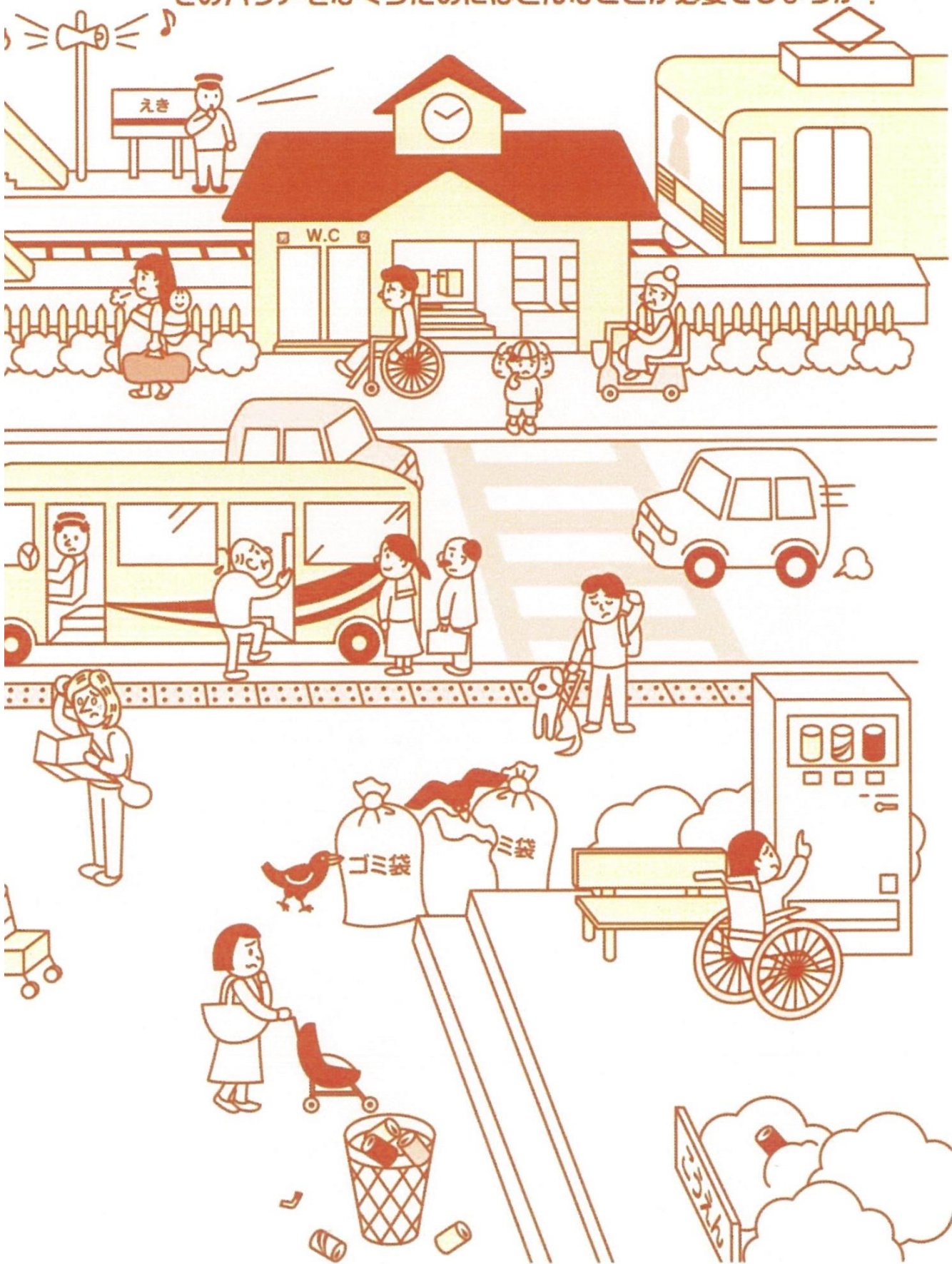
考えてみましょう。(困っていることの例は次ページにあります。)

ひと 「人にやさしい」ってどういうこと？



豊田市社会福祉協議会作成の資料を使用させていただいております。

このまちにはどんなバリアがあるか^{かんが}考えてみましょう！
そのバリアをなくすためにはどんなこと^{ひつよう}が必要でしょうか？

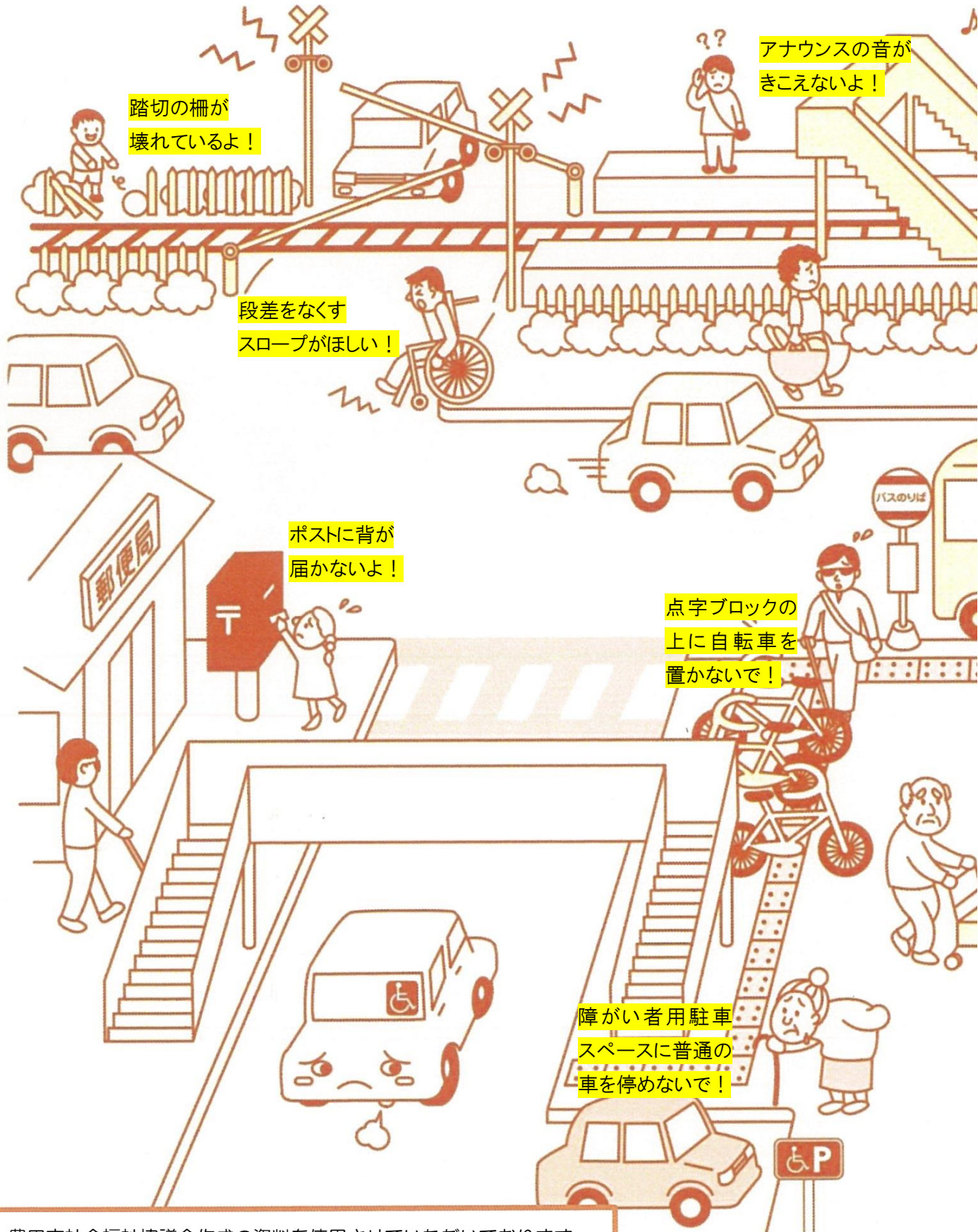


あなたはいくつ“気づき”ましたか？

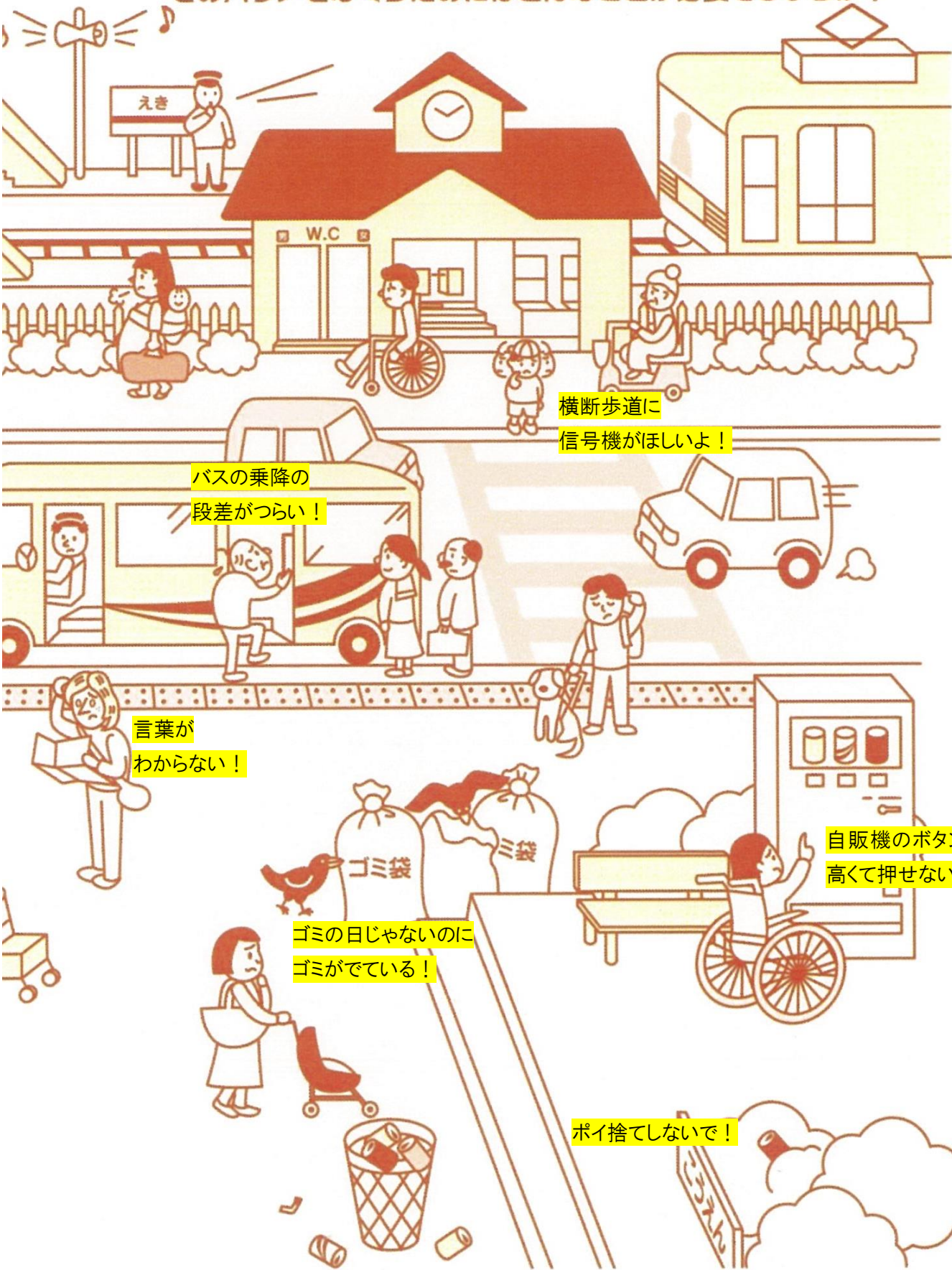
ここにある“気づき”は一例です。

ぜひ、友達、家族、先生や周りの人とたくさん話してみてください。

ひと 「人にやさしい」ってどういうこと？



このまちにはどんなバリアがあるか考えてみましょう！
そのバリアをなくすためにはどんなことが必要でしょうか？



バスの乗降の
段差が辛い！

横断歩道に
信号機がほしいよ！

言葉が
わからない！

自販機のボタンが
高くて押せない！

ゴミの日じゃないのに
ゴミがでている！

ポイ捨てしないで！

東郷町社会福祉協議会の連絡先

名称	東郷町社会福祉協議会 ボランティアセンター	
住所	〒470-0151 愛知郡東郷町諸輪北山158-90 福祉センター 2階	
連絡先	TEL	(0561) 37-5411 FAX (0561) 37-5412
	H P	https://www.togoshakyo.jp
	メール	togoshakyo@cocoa.ocn.ne.jp