

～新しい出会い、体験をあなたに～

令和6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



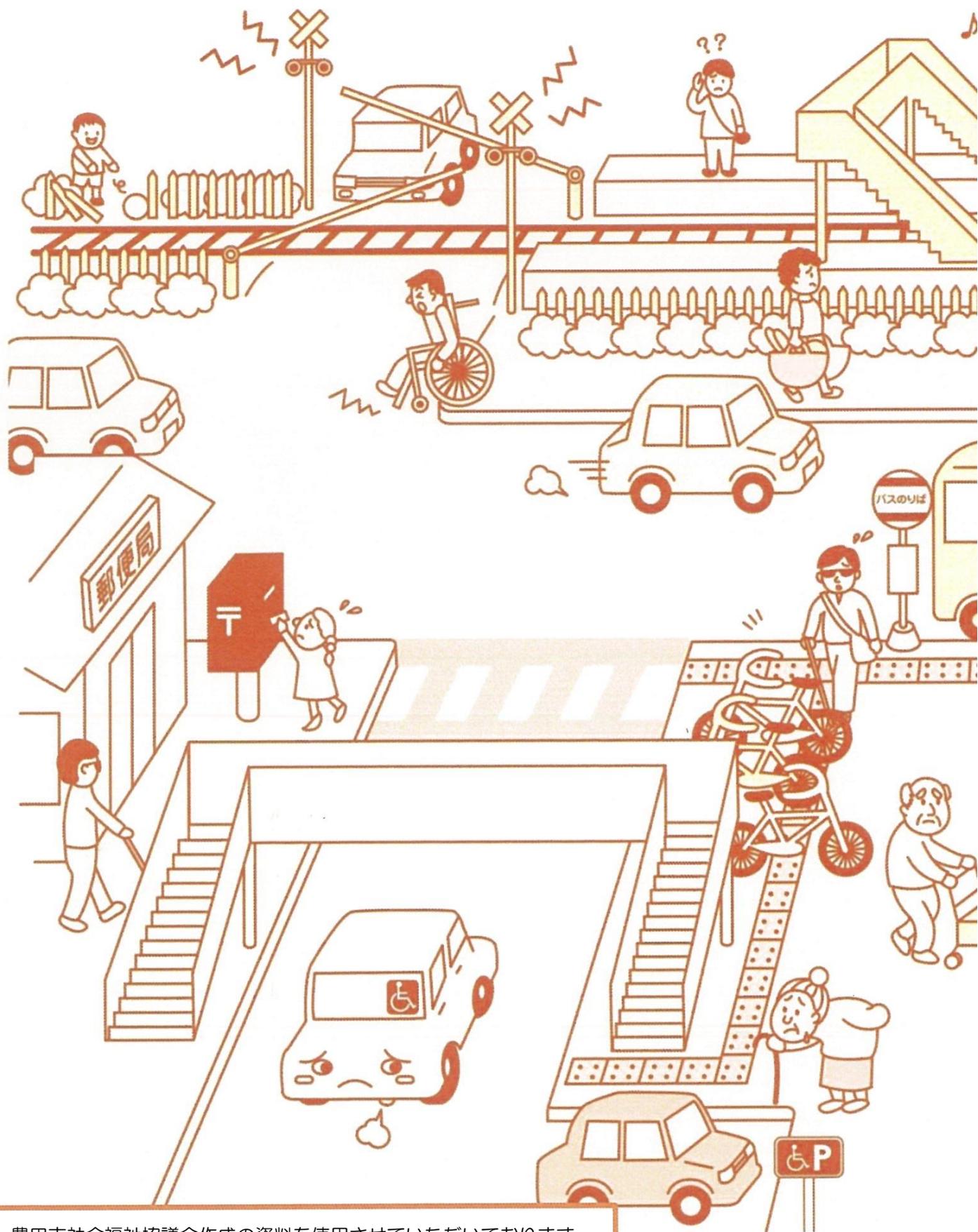
東郷町社会福祉協議会  
ボランティアセンター

街の中にあ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。

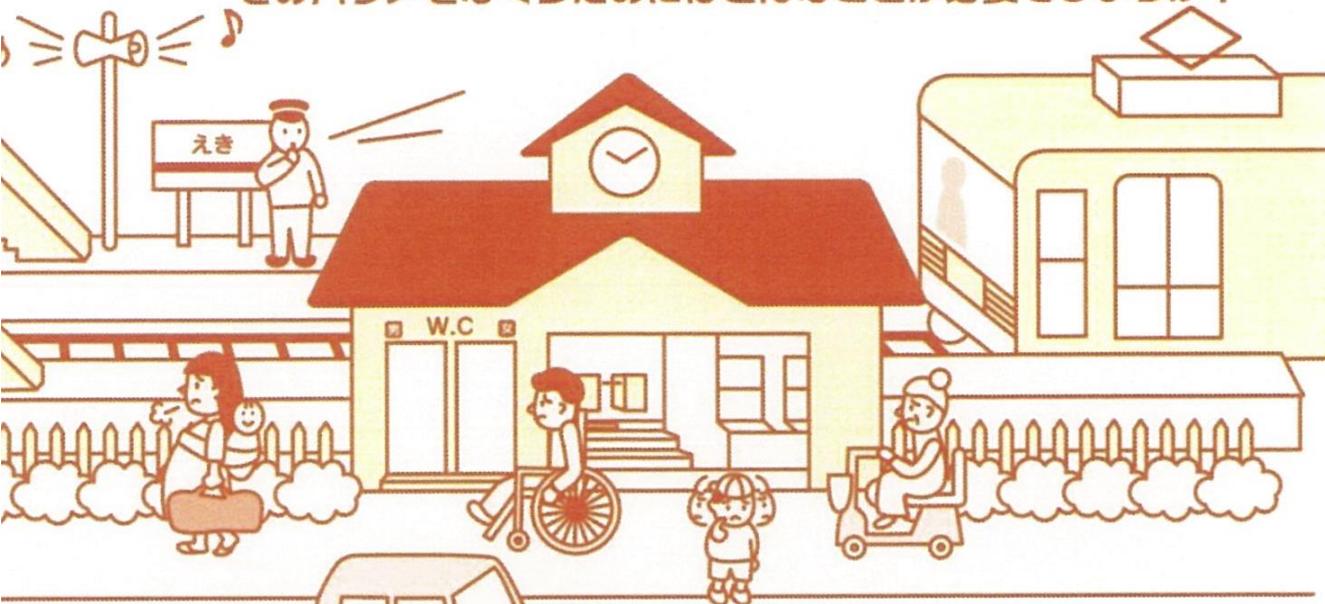




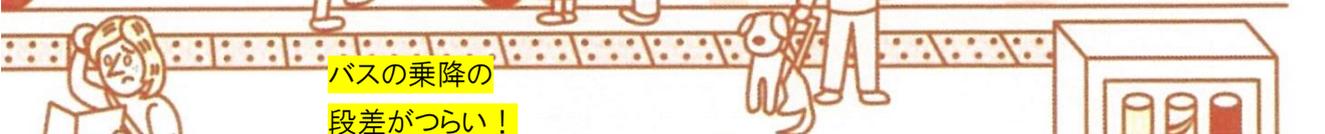
このまちにはどんなバリアがあるか考えてみましょう！  
そのバリアをなくすためにはどんなことが必要でしょうか？

かんが

ひつよう



横断歩道に  
信号機がほしいよ！



バスの乗降の  
段差がづらい！

言葉が  
わからない！



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！

自販機のボタンが  
高くて押せない！



# — も く じ —

「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	7
(1) 申込方法、実施までの流れ	8
(2) ボランティアの心構え、注意事項	9
2. ボランティア体験先一覧	
(1) 通いの場、サロン	10
(2) 町内福祉施設	22
3. 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～	34
①高齢者の方へのお手伝い	35
②認知症の方へのお手伝い	36
③障がいをお持ちの方へのお手伝い	37
わたしたちにできること まとめ	38

# 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年生または高校生**

**体験期間: 7月22日(月)～8月30日(金)**

**活 動 先: 通いの場やサロン、町内福祉施設**

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、「ボランティア体験先一覧」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」

令和5年度は、町内の中学生、高校生あわせて**92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。

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 TEL0561-37-5411**



場所：東郷町諸輪北山 158-90

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！

○夏休み以外にもボランティア活動がしたい！

…のような相談など大歓迎です。

# (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。



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

受付№

学校名 学年・組 年 組 保護者印

名前

住所

電話番号・FAX番号

保護者氏名 印 保護者印を貼らないようしてください！

※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。

	通いの場・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、出来るだけ第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。

	通いの場・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 地域福祉係 0561-37-5411

## ② 申込用紙を記入する。

- 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。**

### (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 申込用紙を学校に提出する。

※町外の中学校・高校に通われている生徒の受付は社協で行います。

- 東郷町社会福祉協議会で、調整を行います。
- 受け入れ先の数に限りがあるため、**先着順** になる可能性があります。

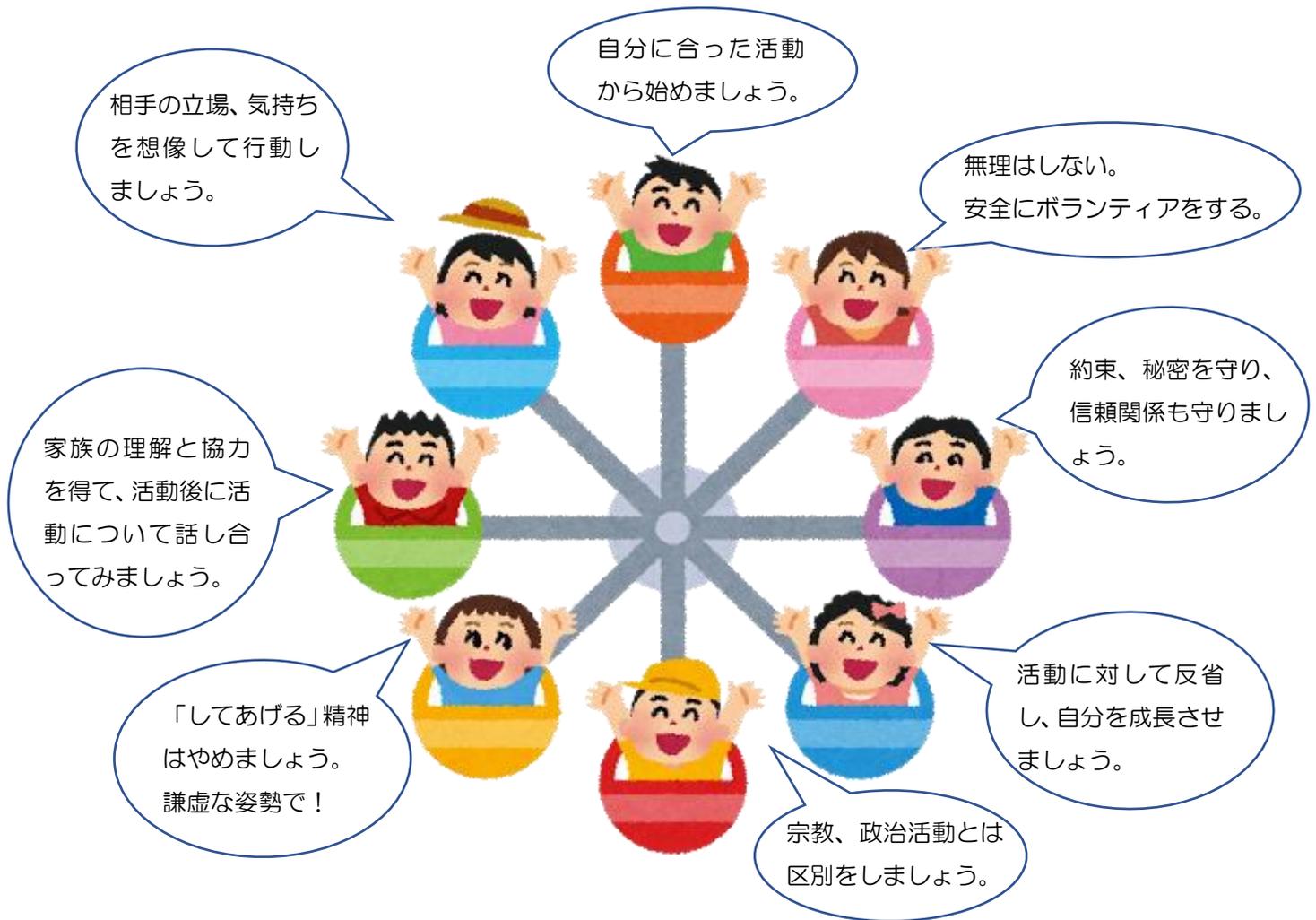


## ④ 決定した体験先をお知らせします。

- 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～

少しでも体調がすぐれないと感じた場合は、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  
やめましょう。



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。

## 2. ボランティア体験先一覧

### (1) 通いの場、サロン

※地域に住む高齢者の方々と交流できる機会です。

通いの場、サロンでの活動を希望する場合は、自分の住む中学校区で開催されている通いの場やサロンのボランティア活動をおすすめしています。

東郷中学校区		
①	傍示本サロン	P.11
②	傍示本 TOGO まちかど運動教室 & 傍示本みんなのサロン	P.11
③	北山台健康サロン	P.12
④	北山台健康づくりの会	P.12
⑤	エーデルワイス	P.13
⑥	北山台 TOGO まちかど運動教室	P.13
⑦	白鳥 TOGO まちかど運動教室	P.14
⑧	元気アップ教室 いきいきコース	P.14
春木中学校区		
⑨	芙蓉の会	P.15
⑩	西白土ふれあいカフェ Plus	P.15
⑪	笑って楽しく	P.16
⑫	西山フォークダンス教室	P.16
⑬	清水コミセン「いきいきサロン」	P.17
⑭	春木台いきいきカフェ	P.17
⑮	部田山スポーツクラブ	P.18
⑯	部田おしゃべりサロン	P.18
⑰	おしゃべりサロン「笑話会」	P.19
⑱	春木台 TOGO まちかど運動教室	P.19
⑲	白土 TOGO まちかど運動教室	P.20
諸輪中学校区		
⑳	テーブルクラブ	P.20
㉑	健やか教室	P.21
㉒	憩の会	P.21

## ① 傍示本サロン

開催日時	8月1日(木) 午前9時30分～11時30分 ※集合時間は10分前とします
場所	傍示本区民ホール 春木市場屋敷1182-1
活動内容	運営の手伝い、レクリエーションを一緒に行う
募集人数	3名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



体操&おしゃべりを楽しんでいます

傍示本地区の65歳以上の方が参加しています。  
平成30年度から、誰でも気軽に楽しく無理なく  
過ごせる場となるようにと、民生委員が声をかけて  
始まり、地区の方々が集まっています。  
健康づくりリーダーによる体操やおしゃべり等ゆ  
ったり過ごしています。  
気にかかる方をお誘いしながら、少しずつ参加さ  
れる方の輪が広がっています。

## ② TOGO まちかど運動教室&傍示本みんなのサロン

開催日時	① 7月25日(木) 午前9時30分 ② 8月 8日(木) ~11時45分 ※集合時間は10分前とします
場所	傍示本公民館2階 春木市場屋敷1182-1
活動内容	会場の準備、受付、交流
募集人数	各日5名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



傍示本地区の65歳以上の方が参加しています。  
10時から、町高齢者支援課主催の「TOGO まちかど  
運動教室」として、体操や脳トレを行います。  
11時から、「傍示本みんなのサロン」となり、茶話会、  
歌、ポッチャを楽しんでいます。誰でも気軽に楽しく無理  
なく過ごせる場となるようにと、参加している皆さんが協  
力して開催しています。

### ③北山台健康サロン

開催日時	①8月 6日 (火) 午前9時30分～11時30分 ②8月20日 (火) 午前9時30分～11時30分 ※集合時間は10分前とします
場 所	北山台コミュニティセンター 北山台2丁目11-2
活動内容	会場の準備、レクリエーション（ポッチャ、ダーツ、卓球、東郷体操等）を一緒に楽しむ
募集人数	各日4名
持ち物	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、



#### 健康づくりリーダーさんによる健康体操



北山台地区高齢者の運動能力維持と健康づくり、そして参加者相互の交流により親睦と助け合いの心を高めることを目的に活動しています。

健康づくりリーダーさんによる健康体操、卓球、輪投げ、ポッチャなどで体を動かし、おしゃべりをしながら楽しいひと時を過ごしています。

### ④北山台健康づくりの会

開催日時	① 7月23日 (火) 午前9時30分～11時 ②8月27日 (火) 午前9時30分～11時 ※集合時間は10分前とします
場 所	北山台コミュニティセンター 北山台2丁目11-2
活動内容	ストレッチ体操、脳トレ体操、とうごう体操などと一緒にを行う
募集人数	各日5名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



#### 元気に体操&コミュニケーション

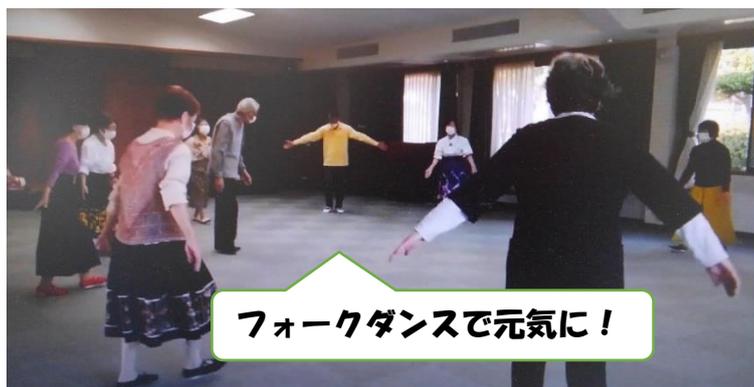
北山台地区の皆さんが活動しています。健康づくりリーダーの指導で、元気に体操をしています。健康づくり、コミュニケーションの場、身近な情報交換の場として続けています。ご近所や老人クラブ等に声をかけてお誘いしています。年齢を問わず誰でも参加できます。

体操をしたり、体操後のお茶飲みの場で、地区内の情報を共有したり、高齢になっても元気で生活している方のお話を聞くことができます。

地域で元気に暮らしていけるよう続けています。

## ⑤ エーテルワイス

開催日時	① 7月24日（水）午後1時30分～3時 ② 8月21日（水）午後1時30分～3時 ※集合時間は10分前とします
場 所	白鳥コミュニティセンター 白鳥3丁目15
活動内容	フォークダンス、ラインダンスを一緒に楽しむ
募集人数	各日6名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



フォークダンスで元気に！

白鳥地区などのフォークダンスの好きな皆さんが集まっています。

外に出て活動することで、また音楽を聞きながら体を動かすことで、元気になるようにと活動しています。

## ⑥ 北山台T O G Oまちかど運動教室

開催日時	8月1日（木）午前9時30分～11時30分 ※集合時間は10分前とします
場 所	北山台コミュニティセンター 北山台2丁目11-2
活動内容	会場準備・片付け、受付、運動を一緒に行う
募集人数	各日2名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



北山台地区の65歳以上の方が、身近な地区のコミュニティセンターで、体操を楽しんでいます。

健康運動指導士による体操の他、茶話会や講話なども行います。

身近な場所で参加しやすく、つながりづくりの機会にもなっています。

## ⑦白鳥T O G Oまちかど運動教室

開催日時	① 7月26日(金) 午前9時30分～11時30分 ② 8月 2日(金) 午前9時30分～11時30分 ③ 8月 9日(金) 午前9時30分～11時30分 ④ 8月23日(金) 午前9時30分～11時30分 ※集合時間は10分前とします
場所	白鳥コミュニティセンター 白鳥3丁目15
活動内容	会場準備・片付け、受付、運動を一緒に行う
募集人数	各日2名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、タオル、水筒



白鳥地区の65歳以上の方が、身近な地区のコミュニティセンターで、体操を楽しんでいます。健康運動指導士による体操の他、茶話会や講話なども行います。身近な場所で参加しやすく、つながりづくりの機会にもなっています。

## ⑧元気アップ教室 いきいきコース

開催日時	① 7月25日(木) 午前9時30分～正午 ② 8月 1日(木) 午前9時30分～正午 ③ 8月 8日(木) 午前9時30分～正午 ④ 8月22日(木) 午前9時30分～正午 ⑤ 8月29日(木) 午前9時30分～正午 ※集合時間は10分前とします
場所	東郷町総合体育館 多目的運動室 春木字北反田35
活動内容	会場準備・片付け、受付、運動を一緒に行う
募集人数	各日2名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、タオル、水筒

町内の65歳以上の方で、長い距離を歩けなくなったなど、体力の低下を感じている人向けの教室です。椅子に座った運動を中心として、無理のない運動を行います。脳神経系まで働きかけるコーディネーション運動を取り入れ、認知症予防に効果的です。



※コーディネーション運動とは、脳に刺激を与えながら体を動かす運動で、脳トレに身体的運動を加える形で、楽しく介護予防に取り組めます。

## ⑨芙蓉の会

開催日時	① 7月24日(水) 午前9時～11時 ② 7月31日(水) 午前9時～11時 ※集合時間は10分前とします
場 所	西白土ふれあいセンター 春木白土1-1162
活動内容	準備、片付け、卓球、一緒に交流
募集人数	各日5名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



西白土地区の皆さんを中心に、卓球を楽しんでいます。

経験者も、初心者も、70代80代の方も、元気に、一緒にピンポン！

はじめと終わりに、血圧測定を行い、健康に気をつけています。

卓球を続けることで、血圧など健康診断の数値が落ち着いているとの声もあり、「楽しい」が「健康」につながっています。

## ⑩西白土ふれあいカフェ Plus (プラス)

開催日時	8月20日(火) 午前9時～正午 ※集合時間は10分前とします
場 所	西白土ふれあいセンター 春木白土1-1162
活動内容	受付の手伝い、設営、レクリエーション参加など
募集人数	5名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



西白土地区の皆さんが参加しています。

高齢者の方だけではなく子育て中の方にも参加してもらえたらと考えています。

お茶を飲みながらおしゃべりを楽しみ、情報交換の場にもなっています。またポッチャなどで体を動かすことも。楽しく好きなことをして過ごす「たまり場」として毎月開催しています。

## ⑪笑って楽しく

開催日時	① 7月26日(金)午後1時30分～3時30分 ② 8月 2日(金)午後1時30分～3時30分 ※集合時間は10分前とします
場 所	西白土ふれあいセンター 春木白土1-1162
活動内容	ストレッチ体操、脳トレなど一緒に楽しむ
募集人数	各日2名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



西白土地区の皆さんが参加しています。  
参加者同士の楽しい会話で、笑い声が響き、名前のとおり「笑って楽しく」活動しています。  
健康長寿を目標に、ストレッチ体操、脳トレーニング、そして筋力持続と頑張っている仲間です。  
どうぞ私たちと一緒に楽しい時間を過ごしてください。最高のプレゼントになると思います。

## ⑫西山フォークダンス教室

開催日時	① 8月 6日(火)午後1時30分～3時30分 ② 8月20日(火)午後1時30分～3時30分 ※集合時間は10分前とします
場 所	部田山コミュニティセンター 兵庫1丁目3-1
活動内容	準備、片付け、フォークダンスを一緒に楽しむ
募集人数	各日6名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



**フォークダンスで元気に！**

東郷町内のフォークダンスの好きな皆さんが集まっています。女性が多い中、男性の参加もあり、年齢、性別も関係なく楽しく踊っています。  
準備運動をしっかり行い、休憩、水分補給をしながら2時間みっちり踊っています。様々な国のフォークダンスを練習しています。音楽がかかると自然に体が動く曲、一生懸命覚えながら踊る曲など様々です。

### ⑬清水コミセン「いきいきサロン」

開催日時	8月 9日（金）午前9時30分～正午 ※集合時間は10分前とします
場 所	清水コミュニティセンター 清水4丁目1番地8
活動内容	交流、会場の片付けなど
募集人数	4名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、 屋内用シューズ、タオル、水筒



おしゃべりを  
楽しんでいます

清水地区の65歳以上の方が参加しています。

平成30年度から、自治会代表や民生委員が中心となり、清水「いきいきサロン」推進委員会を立ち上げ、地域住民同士の交流の場として、清水コミュニティセンターで活動しています。

身近な場所で、気軽に仲間づくりや生きがいづくりを行い、地域でいつまでもいきいきと暮らすことを目指しています。

お茶を飲みながらおしゃべりをしたり、囲碁や卓球を楽しんだり、自由に過ごしています。

### ⑭春木台いきいき Café

開催日時	①7月26日（金）午前9時30分～12時30分 ②8月23日（金）午前9時30分～12時30分 ※集合時間は10分前とします
場 所	春木台第1コミュニティセンター 春木台2丁目8
活動内容	準備、片付け、お話し
募集人数	各日2名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ 屋内用シューズ、タオル、水筒



50代～70代の方が運営しています。

豆の焙煎から行うこだわりのコーヒーを提供しています。焙煎する香りが、部屋に広がってコーヒーを味わう醍醐味となっています。

カフェ以外に災害時に備えて炊き出しなども実施しています。区のことを考え、地域づくりを推進しています。

## ⑮部田山スポーツクラブ

開催日時	① 8月 7日 (水) 午前9時30分～11時30分 ② 8月21日 (水) 午前9時30分～11時30分 ※集合時間は10分前とします
場 所	部田山コミュニティセンター 兵庫1丁目3-1
活動内容	卓球・輪投げ・ポッチャ競技を行い楽しむ
募集人数	各日5名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、 屋内用シューズ、タオル、水筒



令和5年度に活動をスタートし、約20名が参加しています。

卓球や輪投げ、ポッチャなどのスポーツを通して交流を行っています。

参加者の方は、「家で一人であるより体も動かせるし、おしゃべりもできるから楽しい」と楽しんで参加しています。

## ⑯部田おしゃべりサロン

開催日時	8月19日 (月) 午前9時30分～午後0時30分 ※集合時間は10分前とします
場 所	部田コミュニティセンター 春木西前6070-4
活動内容	交流、会場の片付けなど
募集人数	5名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、 屋内用シューズ、タオル、水筒



令和6年4月に、部田地区の皆さんを中心に活動を始めました。高齢者の方だけでなく、お子様や若い方々の参加も大歓迎のサロンです。

サロン名のとおり、コーヒーやお菓子などをいただきながら何気ないおしゃべりを楽しんでいます。また、オセロなどのミニゲームを楽しむ方もいらっしゃいます。

部田地区の皆さんが楽しみに通うサロンとなるように、活動内容を工夫しながら開催されています。

## ⑰おしゃべりサロン「笑話会」

開催日時	8月2日(金)午後1時30分～3時30分 ※集合時間は10分前とします
場所	春木台第1コミュニティセンター 春木台2丁目8
活動内容	会場準備・案内、片付け、レクリエーション
募集人数	5名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



春木台地区の皆さんを中心に活動しています。地域の皆さんのコミュニケーションの場、集まることでお互いの見守りの場ともなっています。

生演奏に合わせて懐かしい歌を歌い、コーヒーなどを飲みながらゆっくりおしゃべりを楽しんでいます。活動の中には軽い体操や脳トレなどを取り入れています。出前講座を利用した学習会、ボランティアによる演奏会やレクリエーションなど楽しく参加できるよう工夫しています。

## ⑱春木台T O G Oまちかど運動教室

開催日時	① 7月26日(金)午前9時30分～11時 ② 8月9日(金)午前9時30分～11時 ③ 8月23日(金)午前9時30分～11時 ※集合時間は10分前とします
場所	春木台第1コミュニティセンター 春木台2丁目8
活動内容	会場準備・片付け、受付、運動を一緒に行う
募集人数	各日2名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



役場高齢者支援課が、春木台地区の元気と、地域のつながりをつくるため、春木台の皆様気軽に越えただけ「通いの場」のひとつとなる運動教室を開催しています。

健康運動指導士、シニアリーダーによる運動教室の他、茶話会を企画したり、時には講師の先生を呼んだり、楽しみのある場所を目指しています。

## 19 白土T O G Oまちかど運動教室

開催日時	① 7月22日(月) 午後1時～3時 ② 8月29日(月) 午後1時～3時 ③ 8月5日(月) 午後1時～3時 ④ 8月19日(月) 午後1時～3時 ⑤ 8月26日(月) 午後1時～3時 ※集合時間は10分前とします
場所	白土コミュニティセンター 春木涼松225-1
活動内容	会場準備・片付け、受付、運動を一緒に行う
募集人数	各日2名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、屋内用シューズ、 タオル、水筒



役場高齢者支援課が、白土地区の元気と、地域のつながりをつくるため、白土の皆様気軽に越えたいだけ「通いの場」のひとつとなる運動教室を開催しています。

健康運動指導士、シニアリーダーによる運動教室の他、茶話会を企画したり、時には講師の先生を呼んだり、楽しみのある場所を目指しています。



## 20 テーブルクラブ

開催日時	① 8月22日(木) 午後1時～4時30分 ② 8月29日(木) 午後1時～4時30分 ※集合時間は10分前とします
場所	御岳コミュニティセンター 御岳2丁目7-1
活動内容	会場準備・片付け、一緒に卓球
募集人数	各日4名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、 屋内用シューズ、タオル、水筒



主に御岳地区の皆さんが集まって卓球をしています。60～80歳代のメンバーで頑張っています。シングルス、ダブルスなど交代しながら、2時間以上たっぷり練習を続けています。

休憩時には、もぐもぐタイムもあり、仲間のおしゃべりが楽しみです。「いつまでも元気に頑張るぞー！」をモットーに笑顔で、楽しくこれからも続けていきます。

## ㉑ 健やか教室

開催日時	① 7月22日(月) 午後1時20分～3時 ② 8月 5日(月) 午後1時20分～3時 ※集合時間は10分前とします
場所	諸輪公民館 諸輪中市135-73
活動内容	会場準備・片付け、運営の手伝い
募集人数	各日3名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、 屋内用シューズ、タオル、水筒



楽しく元気に体を動かしています!



諸輪地区を中心に、町内の皆さんが元気に体操をしています。ストレッチ、筋トシ、脳トシ、声出し、とうとう体操など楽しんで体を動かせるように工夫しています。

体操の後は、介護予防につながるような勉強会や茶話会で近況や情報交換などおしゃべりを楽しんでいます。

## ㉒ 憩の会

開催日時	8月5日(月) 午前10時～10時30分 ※集合時間は10分前とします
場所	諸輪憩の里ホール 諸輪稲場168
活動内容	生徒さんの得意なことを発表して参加者(年齢75歳位)と楽しむ (歌、マジック、脳トシ、運動、研究発表等)
募集人数	5名まで
持ち物 服装など	学校指定の体操服やジャージ、 屋内用シューズ、タオル、水筒



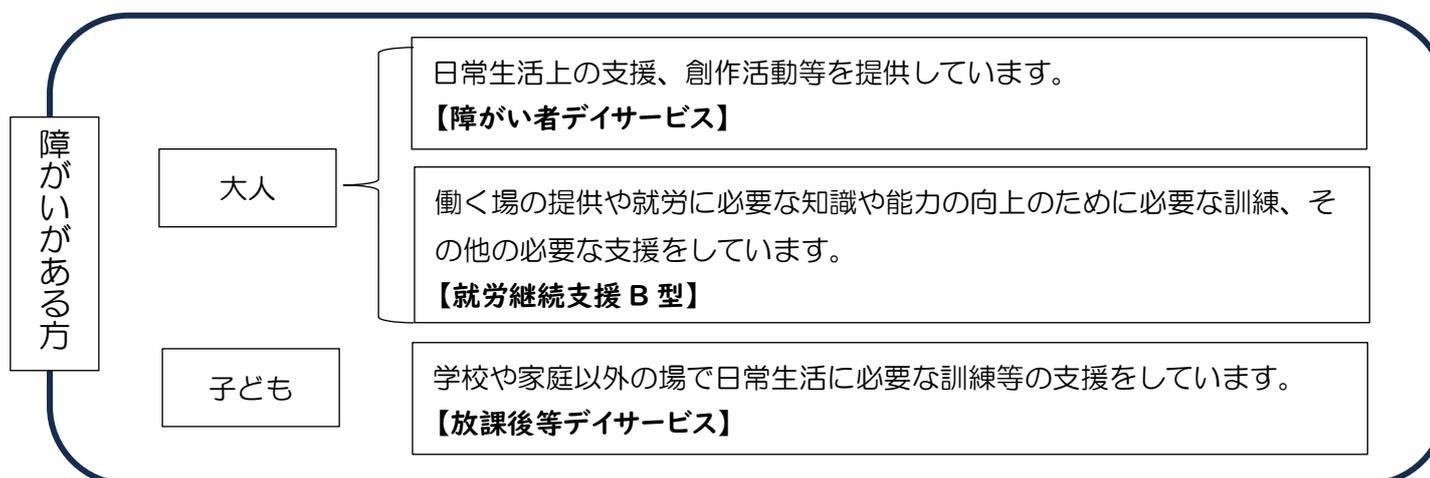
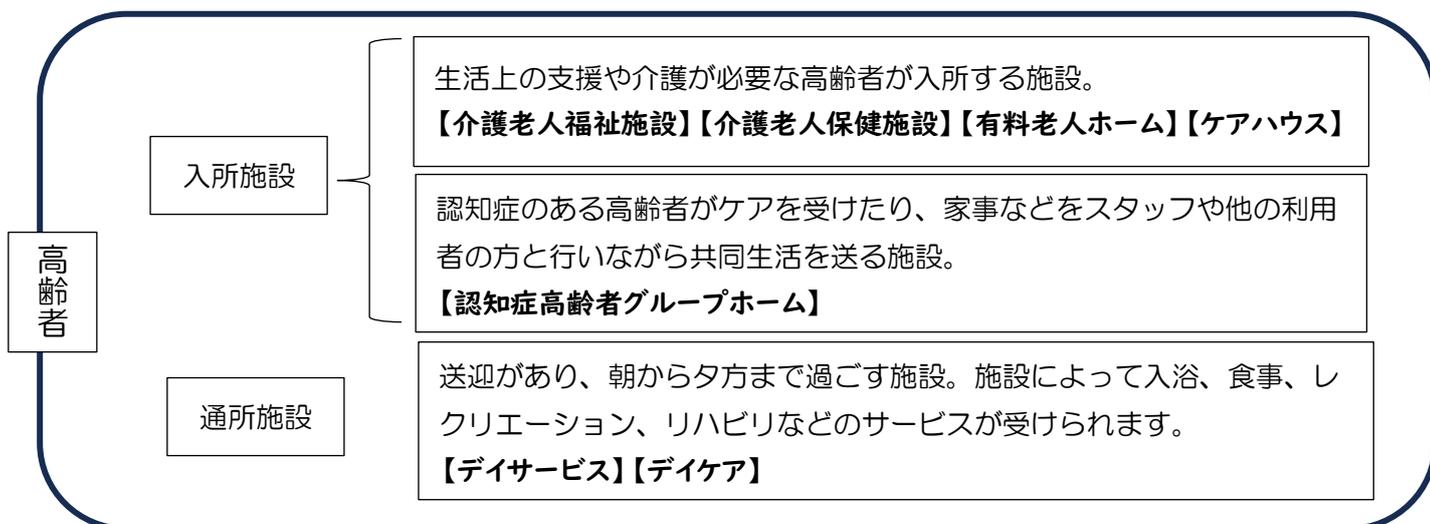
コーヒーや紅茶を飲みながらおしゃべりを楽しんでいます

諸輪地区の65歳以上の皆さんが参加しています。毎月5日、地区内にある憩の里ホールで開催しています。一般の方と会を運営する当番協力員(ボランティア)を含めて、毎回50名の女性と男性が参加しています。

生徒さん1人4～5分程度の発表をお願いします。これまでボランティアに来られた生徒さんには、手品や歌などを披露していただきました。

## (2) 町内福祉施設

①	指定生活介護事業所 コスモスの家	P.23
②	指定就労継続支援 B 型 たんぽぽ作業所	P.24
③	愛厚ホーム東郷苑	P.25
④	医療法人桂名会 やまクリニック デイケアいぶき	P.26
⑤	東郷福祉会 イースト・ヴィレッジ	P.27
⑥	メドック東郷デイサービスセンター	P.28
⑦	中部介護 アウト・オン・ア・リム	P.29
⑧	ハートケア東郷デイサービスセンター	P.30
⑨	社会福祉法人東郷ひなた 放課後等デイサービスひなたぼこ	P.31
⑩	季楽デイサービス春夏秋冬 東郷店	P.32
⑪	KANWA PLUS 白鳥	P.33



施設名： ① 指定生活介護事業所 コスモスの家（障がい者のデイサービス）

設立日	平成 15 年 4 月 1 日
住所	〒470-0151 東郷町諸輪北山 158-90（福祉センター内）
電話/FAX	TEL：0561-37-5411 FAX：0561-37-5412
HP	<a href="https://www.togoshakyo.jp">https://www.togoshakyo.jp</a>



◆理念  
特になし

◆活動日・活動時間  
月曜日～金曜日 / 午前9時30分～午後3時45分  
\*活動時間にご相談ください。  
※集合時間は10分前とします。

◆活動内容  
障がいをお持ちの方々と一緒に過ごす（創作活動や外出の手伝いなど）

◆最大受入人数 1日2名

◆持ち物・服装など  
・学校指定の体操服、ジャージ  
・上靴  
・弁当、水筒

◆生徒の事前訪問の希望 **あり** ・ なし  
（施設見学と、ボランティアの内容説明）  
**事前に電話で日にちを予約してから訪問してください。**

◆昼食代  
**なし** ・ 要（ 円）

◆メッセージ（PRや生徒に伝えたいことなど）  
日常の中で障がいをお持ちの方と関わる機会は少ないかと思いますが、一緒に楽しく過ごしていただければと思います。

◆申込締切 活動日の**7日**前まで（前日でも、相談には応じさせていただきます。）

◆連絡担当者  
・社会福祉協議会：（平日のみ）TEL0561-37-5411 山下・森  
・コスモスの家：（平日のみ）TEL0561-39-0587 野々山

施設名： ② 指定就労継続支援B型 たんぽぽ作業所



設立日	平成19年4月1日
住所	〒470-0151 東郷町諸輪北山 158-90 (福祉センター内)
電話/FAX	TEL : 0561-37-5411 FAX : 0561-37-5412
HP	<a href="https://www.togoshakyo.jp">https://www.togoshakyo.jp</a>

◆理念	
◆活動日・活動時間 月曜日～金曜日 / 午前9時～午後3時30分  ※集合時間は10分前とします。	
◆活動内容 障がいをお持ちの方と軽作業、製品の検品 等	
◆最大受入人数	1日2名
◆持ち物・服装など ・学校指定の体操服、ジャージ ・上靴 ・弁当、お茶	
◆生徒の事前訪問の希望	あり ・ なし (施設見学と、ボランティアの内容説明)
◆昼食代	なし ・ 要( 円)
◆メッセージ (PR や生徒に伝えたいことなど) 障がいをお持ちの方が作業所へ通い、社会参加を目指して訓練を行う施設です。 参加された方はプレゼントがあります。	
◆申込締切	活動日の7日前まで
◆連絡担当者 ・社会福祉協議会：(平日のみ) TEL0561-37-5411 山下・森 ・たんぽぽ作業所：(平日のみ) TEL0561-39-0587 田畑	

施設名： ③ 愛厚ホーム東郷苑		
設立日	昭和39年11月17日	
住所	〒470-0162 東郷町春木下正葉廻間 4337-13	
電話/FAX	TEL：0561-39-0028 FAX：0561-39-0928	
HP	<a href="https://www.ai-kou.or.jp">https://www.ai-kou.or.jp</a>	
◆理念 私たちは、繋ぐ、紡ぐ、育むことを通してともにあなたのおもいをかたちにします。		
◆活動日・活動時間 月曜日～金曜日 / 午前10時～正午 ※集合時間は10分前とします。		
◆活動内容 施設内の清掃		
◆最大受入人数 1日5名		
◆持ち物・服装など ・学校指定の体操服、ジャージ ・上靴		
◆生徒の事前訪問の希望 あり ・ なし		
◆昼食代 なし ・ 要( 円)		
◆メッセージ (PRや生徒に伝えたいことなど) コロナ感染症防止のため、入居者との交流は難しいですが、お年寄りが生活している施設をキレイにすることで役に立つ、ということを知ってほしいです。		
◆申込締切 活動日の7日前まで		
◆連絡担当者 ・社会福祉協議会：(平日のみ) TEL0561-37-5411 山下・森 ・東郷苑：TEL0561-39-0028 森山		

施設名： ④ 医療法人桂名会 やまクリニック デイケアいぶき		
設立日	令和元年6月1日	
住所	〒470-0154 東郷町和合ヶ丘3-1-10 すまいるプラザ和合ヶ丘2F	
電話/FAX	TEL：0561-38-2119 FAX：0561-37-1027	
HP	<a href="https://www.yama-clinic.net">https://www.yama-clinic.net</a>	
◆理念 要介護状態等となった場合においても、その利用者が可能な限りその居宅において、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、理学、作業療法、その他必要なリハビリテーションを行うことにより、利用者の心身の機能の維持回復を図る。		
◆活動日・活動時間 月曜日～金曜日 / 午前10時～午後0時30分 日曜日、祝日は休み ※集合時間は10分前とします。		
◆活動内容 利用者の方々とのコミュニケーション		
◆最大受入人数 1日3名		
◆持ち物・服装など ・学校指定の体操服、ジャージ ・上靴		
◆生徒の事前訪問の希望 あり ・ なし		
◆昼食代 なし ・ 要( 円)		
◆メッセージ (PRや生徒に伝えたいことなど) とてもやりがいのある体験になると思います。 言葉使いはできるだけ敬語をお願いします。		
◆申込締切 活動日の7日前まで		
◆連絡担当者 ・社会福祉協議会：(平日のみ) TEL0561-37-5411 山下・森 ・デイケアいぶき：TEL0561-38-2119 田中		

施設名： ⑤ 東郷福祉会 イースト・ヴィレッジ		
設立日	平成 16 年 7 月 9 日	
住所	〒470-0162 東郷町春木下鏡田 446-1104	
電話/FAX	TEL : 0561-38-1033 FAX : 0561-38-1104	
HP	<a href="https://www.e-village.or.jp">https://www.e-village.or.jp</a>	
◆理念 明るく 楽しく 元気よく		
◆活動日・活動時間 月曜日～金曜日 / 午前10時～午後4時半  ※集合時間は10分前とします。		
◆活動内容 デイサービスでの高齢者とのふれ合い、活動、食事の準備、ベッドメイキング、体操、散歩への付き添い、掃除、音楽等趣味・特技の披露		
◆最大受入人数 1日3名程度		
◆持ち物・服装など ・学校指定の体操服 ・上靴（かかとのあるもの）、タオル ・弁当、お茶 ・勉強等参考にしたい方はメモ、ノート等		
◆生徒の事前訪問の希望 どちらでもOK 事前に電話で日にちを予約してから訪問してください。		
◆昼食代 (なし) ・ 要 ( 円) ※施設のものを食べたい時は要相談		
◆メッセージ (PR や生徒に伝えたいことなど) 高齢者に関わる仕事はいろいろな種類があるという事。身近な高齢者と触れ合う事で、優しい心を持って欲しい。楽しい仕事である事を知って欲しい。夏休み以外のボランティアも受け入れています。		
◆申込締切 活動日の1日前まで		
◆連絡担当者 ・社会福祉協議会：(平日のみ) Tel0561-37-5411 山下・森 ・イースト・ヴィレッジ：Tel0561-38-1033 加古(カコ)		

施設名： ㊦ メドック東郷 デイサービスセンター		
設立日		
住所	〒470-0162 愛知県愛知郡東郷町大字春木字西前 6070 番地	
電話/FAX	TEL：0561-37-5068 FAX：0561-37-5027	
HP	<a href="https://www.medoc-togo.jp">https://www.medoc-togo.jp</a>	
◆理念 お客様の尊厳と生きがいのための環境作りに最善を尽くし、お客様一人一人の生き方を尊重し、心に寄り添ったサポートをします。		
◆活動日・活動時間 月曜日～金曜日 / 午前9時～午後4時30分  ※集合時間は10分前とします。		
◆活動内容 デイサービスセンターをご利用されているご高齢者とのコミュニケーション・お茶出しを図ることにより、福祉に関心を持ってもらう。		
◆最大受入人数 1日3名		
◆持ち物・服装など ・学校指定の体操服、ジャージ ・上靴 ・弁当、お茶		
◆生徒の事前訪問の希望 あり ・ なし		
◆昼食代 なし ・ 要( 円)		
◆メッセージ (PR や生徒に伝えたいことなど) ご利用者様も職員も笑いながら過ごしています。明るく活気のあるアットホームなデイサービスです。一緒にご利用者と楽しみましょう。		
◆申込締切 活動日の7日前まで		
◆連絡担当者 ・社会福祉協議会：(平日のみ) TEL0561-37-5411 山下・森 ・メドック東郷デイサービスセンター：TEL0561-37-5068 釋 (しゃく)		

施設名： ⑦ 中部介護アウト・オン・ア・リム		
設立日	平成 16 年 2 月 1 日	
住所	〒470-0153 東郷町和合牛廻間 1-107	
電話/FAX	TEL：0561-37-0036 FAX：0561-37-0037	
HP	なし	
◆理念 “あなたの笑顔 私の笑顔 大切に”		
◆活動日・活動時間 月曜日～金曜日 / 午前10時～午後4時  ※集合時間は10分前とします。		
◆活動内容 利用者の方との会話やコミュニケーション。レクリエーションの手伝い、話し相手等。		
◆最大受入人数 1日2名まで		
◆持ち物・服装など ・学校指定の体操服、ジャージ ・上靴 ・弁当、お茶		
◆生徒の事前訪問の希望 あり ・ なし		
◆昼食代 なし ・ 要( 円)		
◆メッセージ (PR や生徒に伝えたいことなど) お年寄りの方々は皆さんの若い力に元気をもらうことができます。一緒にレクリエーションをしたり、お話をして楽しんで頂けたらと思います。		
◆申込締切 活動日の7日前まで		
◆連絡担当者 ・ 社会福祉協議会：(平日のみ) TEL0561-37-5411 山下・森 ・ 中部介護アウト・オン・ア・リム：TEL0561-37-0036 加藤		

施設名： ㊸ ハートケア東郷デイサービスセンター



設立日	
住所	〒470-0151 東郷町諸輪北山 158-140
電話/FAX	TEL：0561-37-1150 FAX：0561-37-1102
HP	なし

◆理念

様々な利用者様の要望に答え、楽しい時間を過ごしていただく。  
体力作り、外部の方とのかかわり

◆活動日・活動時間

月曜日～金曜日 / 午前10時～午後4時

※集合時間は10分前とします。

◆活動内容

利用者の方とお話したり、入浴後の方のドライヤー、配膳、下膳、お茶出し。レクリエーションのお手伝いなど。

◆最大受入人数 1日2名

◆持ち物・服装など

- ・学校指定の体操服、ジャージ
- ・上靴
- ・弁当、お茶

◆生徒の事前訪問の希望 あり ・ なし

◆昼食代

なし ・ 要( 円)

◆メッセージ (PR や生徒に伝えたいことなど)

35人定員のデイサービスです。色々な高齢者の方を知っていただいて接する事が出来ると思います。

◆申込締切 活動日の7日前まで

◆連絡担当者

- ・社会福祉協議会：(平日のみ) TEL0561-37-5411 山下・森
- ・ハートケア東郷デイサービスセンター：TEL0561-37-1150 遠渡

施設名： ㊟ 社会福祉法人 東郷ひなた 放課後等デイサービスひなたぼこ		
設立日	平成 22 年 7 月	
住所	〒470-0153 東郷町大字和合字東蚊谷 94-1	
電話/FAX	TEL：0561-78-0050 FAX：0561-78-0811	
HP	<a href="https://www.hinata.or.jp">https://www.hinata.or.jp</a>	
◆理念 障がいがあっても一人ひとりが普段の生活の中で幸せを感じながら生きている		
◆活動日・活動時間 月曜日～金曜日 / 午前10時～午後4時 令和6年8月13日(火)～8月16日(金)はお盆休み ※集合時間は10分前とします。		
◆活動内容 毎日、10名程の児童さんが遊びに来ます。ボランティアの皆さんは、遊び相手、活動の手伝いをお願いします。		
◆最大受入人数 1日3名(調整可能)		
◆持ち物・服装など ・学校指定の体操服、ジャージ ・ハンカチ、タオル、水筒、帽子、筆記具 ・お弁当		
◆生徒の事前訪問の希望 あり ・ なし ご要望に応じて対応可能		
◆昼食代 なし ・ 要( 円)		
◆メッセージ (PR や生徒に伝えたいことなど) 「今までと障がいに対する考えや見方が変わった」と感想を頂いています。 新たな気づきになる体験をしてみませんか？		
◆申込締切 活動日の <b>7日</b> 前まで		
◆連絡担当者 ・社会福祉協議会：(平日のみ) Tel0561-37-5411 山下・森 ・東郷ひなた：Tel0561-78-0050 笹野		

施設名： ⑩ 季楽 デイサービス 春夏秋冬 東郷店



設立日	
住所	〒470-0162 東郷町春木和合前田 2209-1
電話/FAX	TEL：0561-37-1020 FAX：0561-37-1021
HP	<a href="https://www.n-fukushi.jp">https://www.n-fukushi.jp</a>

◆理念 敬う気持ちを大切に、温かく丁寧に。「おもてなしの心」で皆さまの生活をサポートします。	
◆活動日・活動時間 月曜日～金曜日 / 午前10時～午後3時30分  ※集合時間は10分前とします。	
◆活動内容 高齢者の方達との交流（話し相手、一緒にレクリエーションに参加する等）	
◆最大受入人数	1日3名
◆持ち物・服装など ・学校指定の体操服、ジャージ ・上靴 ・弁当、お茶	
◆生徒の事前訪問の希望	あり ・ なし
◆昼食代	なし ・ 要（ 円）
◆メッセージ（PRや生徒に伝えたいことなど） お話し好きな方が多くいらっしゃるデイサービスです。 学校での話等をしながら、一緒に楽しんで頂けたらと思います。	
◆申込締切	活動日の7日前まで
◆連絡担当者 ・ 社会福祉協議会：（平日のみ）TEL0561-37-5411 山下・森 ・ 春夏秋冬：TEL0561-37-1020 杉山	

施設名： ⑪ KANWA PLUS 白鳥		
設立日	平成 29 年 10 月 5 日	
住所	〒470-0155 東郷町白鳥 2-17-3	
電話/FAX	TEL : 0561-39-5140 FAX : 0561-39-0585	
HP	<a href="https://kanwaplussiratori.site">https://kanwaplussiratori.site</a>	
◆理念 すべての人に、いつまでも笑顔と安心を		
◆活動日・活動時間 ①7月24日（水）午前10時～午後1時 ②7月31日（水）午前10時～午後1時 ※集合時間は10分前とします。		
◆活動内容 有料老人ホームでのリハビリや身体介護の見学		
◆最大受入人数 1日2名		
◆持ち物・服装など ・学校指定の体操服、ジャージ ・上靴 ・水分		
◆生徒の事前訪問の希望 あり ・ <u>なし</u>		
◆昼食代 <u>なし</u> ・ 要（ 円）		
◆メッセージ（PRや生徒に伝えたいことなど） 介護やリハビリに興味のある方、ぜひ一度実際に見学して体験してみてください。		
◆申込締切 活動日の <u>14日</u> 前まで		
◆連絡担当者 ・社会福祉協議会：（平日のみ）TEL0561-37-5411 山下・森 ・KANWA PLUS 白鳥：TEL0561-39-5140 屋馬（ひるま）、鈴木		

### 3. ボランティア事前学習 ―さまざまな人とともに―

～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。



## ふ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。

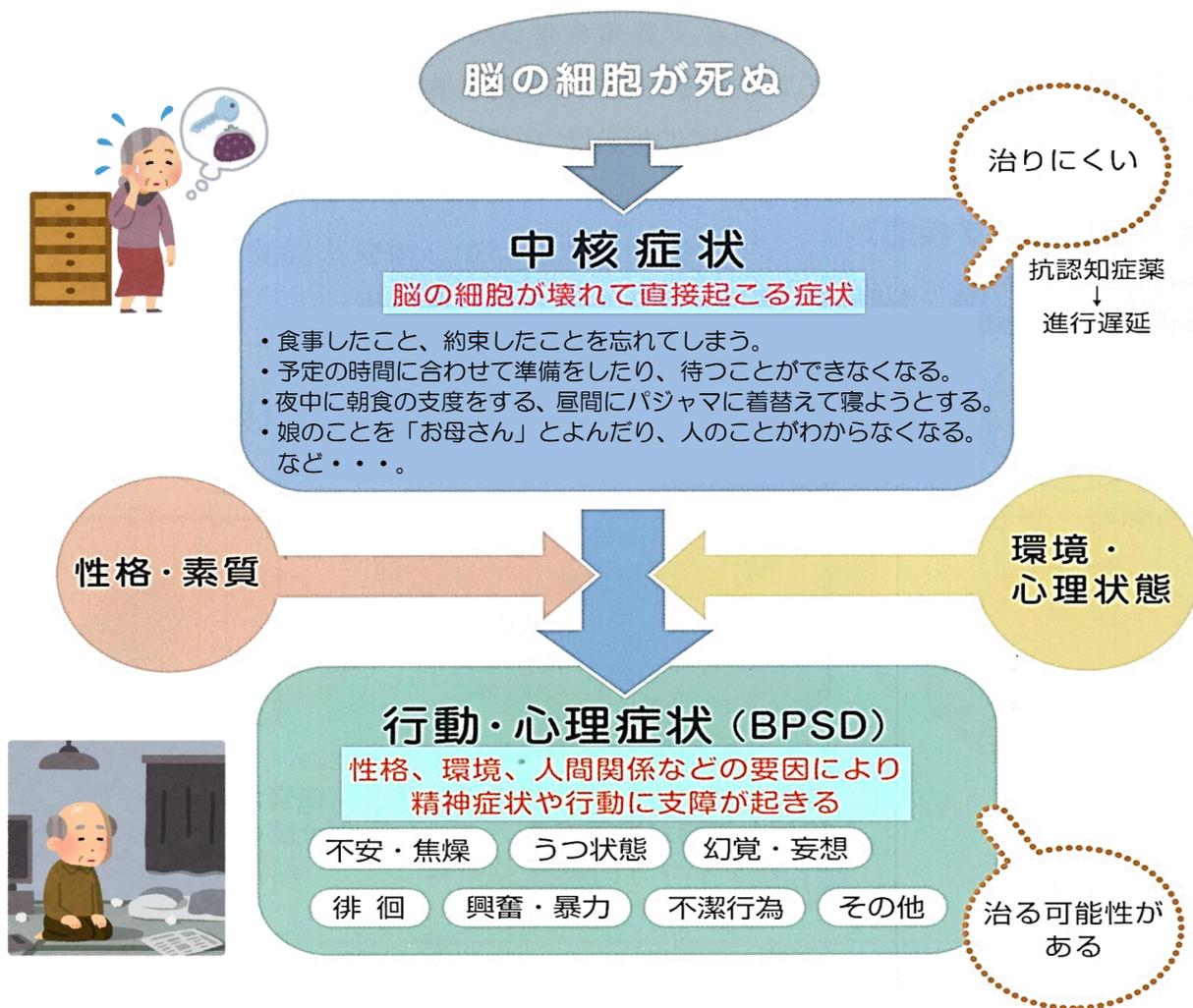


その他、高齢者の方のお手伝いで、わたしたちができることを考えて、家族や友達と話してみよう。

## 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 障がいをお持ちの方へのお手伝い

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。

障がいをお持ちの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。

#### 身体障がいをお持ちの方

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。



#### 知的障がいをお持ちの方

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、知的に障がいをお持ちの方への理解をすすめることにつながります。



#### 精神障がいをお持ちの方

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、状態などを知ることが理解をすすめていくことにつながります。



## ～わたしたちができること まとめ～

### ① 障がいをもっている人、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！



メモ欄

### 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 愛知県愛知郡東郷町諸輪北山 158-90
連絡先	TEL (0561) 37-5411 / FAX (0561) 37-5412 HP <a href="https://www.togoshakyo.jp">https://www.togoshakyo.jp</a> メール <a href="mailto:togoshakyo@cocoa.ocn.ne.jp">togoshakyo@cocoa.ocn.ne.jp</a>