



はじめの一步

ボランティア活動

絵:わかばケアセンター 利用者一同

「初めてボランティアをしよう！」と 考えている皆さんへ

私たちにもできる ボランティア



「ボランティアに興味があるけど、どうすればいいかわからない。どんな活動をするのかな？どこに相談したらいい？どんな事に気をつけたらいい？」と言った素朴な疑問を持っている方は多いと思います。

そんな方への「ボランティア活動ははじめの一歩」としての冊子です。

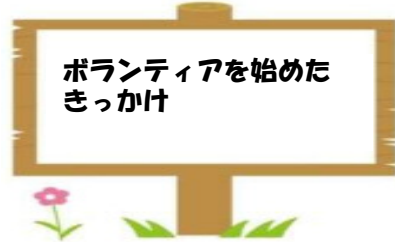
障がいと言っても様々で、知的・身体・精神等いろいろあって個々により障がい者の方は千差万別、皆さん個性もあり、「障がい者へのボランティアはこうすればいい！」なんて一言では言い表せません。一人ひとりが違う事を理解するのが大切だと思います。始めは手探り状態で不安でしょうが仲間もいます。一歩一歩ゆっくりと一緒に歩いていきませんか？





ボランティアさんの 気持ち

- ☆時間があつた
- ☆友達に誘われた
- ☆障がいについて勉強したい
- ☆色々な事をやってみたい・・・etc



ボランティアを始めた
きっかけ



ボランティアを
して見て〈感想〉

- ☆大変なこともあるけど楽しい
- ☆自分が知らない福祉の世界に驚いた
- ☆新しい発見・素敵な出会いがある
- ☆得るものが多く生きがいに繋がる

- ☆仕事とは違い、楽しみながらボランティアをしている
- ☆経験したことが自分にプラスになっている
- ☆障がい児と信頼関係ができた時、とても嬉しい
- ☆みんなの笑顔が素敵でパワーをもらった・・・etc

長年お仕事を頑張り卒業した皆さんや、学生さんなど、地域では皆さんの力を必要としています。ボランティア活動で新しい発見を！地元でひと花咲かせましょう！！



知的障がいの方へのかかわりについて

私の希望を実現できるように支援して欲しい！

支援者の意見や考えを押し付けないで欲しい！



人と比較するのは止めて欲しい！

本人が何をしたいのか確認して欲しい！

どうかかわったらいいですか？

☆コミュニケーション

- ・自分の考えや気持ちを的確に表現することに困る事があります。言語表現面で発達の遅れがある方が多いので、ゆっくり話したり、短い文にして話すとう理解しやすい場合があります。
- ・言葉だけでなく写真や絵カード、サイン（身振り）を使ってコミュニケーションを取ると効果的で理解につながる場合があります。

☆声掛け

- ・いけない！ダメ！などの不安を助長させる強い言葉ではなく、〇しましょう！といった肯定的な言葉がけを心がけた方が効果的な場合があります。

☆判断・見通し

- ・変化に弱い方がいます。予定を目に見えるようにして示したり、変更がある際は必ず予告したり、具体的にその場で対処の方法を伝える事で安心する場合があります。

精神障がいの方へのかかわりについて

ひとつずつゆっくり話してほしいな。いっぺんにいろいろな事を言われると混乱しちゃうかも…。

苦手な事もあるけど、いいところを褒めてくれるとうれしいな…。

まず、ゆっくりと話を聞いてほしいな。「それは違うよ」ってすぐに否定しないで。悲しい気持ちになります。

同じ事を聞いても許してね。確認したいことも多いんだ。

約束ごとはメモにしてもらえると助かります。なるべく事前に伝えてね。



皆様、よろしくおねがいます。

「どんな配慮が必要ですか？」

1. 環境の変化や、ストレスに弱い面があり混乱することがあります。
2. 薬が必要な方が多いので、ご本人のペースにあわせて見守ってください。
3. 少し不安定になることもありますが、見守ってください。
4. ご本人の意見やご希望を尊重しましょう。

発達障がいの方へのかかわりについて
(自閉症・アスペルガー症候群等)

こんなところがあります。宜しくお願いします

予定がわかると安心。

上手にお話できないなあ
～。

相手の気持ちが理
解できないの。



どうかかわったらいいの？

1. コミュニケーション障がいのため、自分の気持ちを上手く伝えられなかったり、一方的な会話になったりする時があります。見守りながら受け止めて下さいね。
2. 相手の気持ちを理解することが苦手です。失礼な行動があっても、怒らないで下さいね。
3. 環境の変化、予定の変更は不安になります。先の予定を事前に伝えてあげると安心しますよ。
4. 音に敏感なため、人が多く騒がしい所、子供の声が響く所は不安定になったりします。できるだけ避けて下さいね。
5. こだわりがあり、皆さんと一緒にすぐ動けない時があります。少し気持ちが切り替わるまで待って下さいね。

身体障がいの方へのかかわりについて

視覚障がい、聴覚障がい、見た目に分かりづらい障がいの方もいます。支援する時は、必ず声を掛けてからにしましょう。安全優先で、びっくりさせないように、気持ちやペースに配慮してサポートをお願いします。

車いすを急に動かさないでね。
声を掛けてから動かしてね。

車いすに胸ベルトや腰ベルトが付いている場合は、ベルトをしめてね。
両腕は、けがをしないように、膝の上に置いてね。



食事は流動食やきざみ食の人もあります。
飲み込むペースを見ながら食事をあげてね。

止まる時は、必ず
ストッパーをかけたね。

少しの段差でも進まない時は、前のタイヤを上げて進むといいよ。

下り坂の時は、バック
でおいて下さい。



トイレの時は、同性介助者をお願いします。
オムツ交換などで簡易ベッドが必要な人もいます。

介助を始める前に、車いすの操作を確認しましょう！
ブレーキ、ストッパー、胸や腰のベルト、可能ならたたみ方も知っておきましょう。

※視覚障がいのガイドヘルパーや、聴覚障がいの要約筆記・手話通訳に興味のある方は、海老名市障がい福祉課までご連絡ください。

サポートシート

(記入例)

名前	海老名 太郎		呼び方 (あだ名)	たろうちゃん
緊急時の 連絡先	080-〇〇〇〇-××××			
発作	<input checked="" type="radio"/> 有	<input type="radio"/> 無	(発作の様子・対処法等) ここ数年ありませんが、万が一の場合は救急対応をお願いします。	
服薬	<input checked="" type="radio"/> 有	<input type="radio"/> 無	(服用の内容・タイミング等) 食後30分以内に声かけをお願いします。	
身体 介助	<input checked="" type="radio"/> 要	<input type="radio"/> 不要	(介助が必要となる場面) トレ	
介助時の 内容	トレの移乗			
パニック	<input checked="" type="radio"/> 有	<input type="radio"/> 無	パニック時の 様子	大声を発する、自傷行為
苦手な場所 苦手な場面	人混みの多い所、子供の高い声			
障がい名	ダウン症			
その他 (配慮が必要なところ等)				

～サポートシートの使い方～

- * 障がいのある方のお手伝いをする時に、知っておくと安心な情報を書くものです。
- * 介助する方ご本人やご家族にお渡しするか、間取りして書いてください。
- * ボランティアが終わったら、ご本人やご家族にお返ししましょう。
- * この用紙はコピーしてお使いいただくか、社会福祉協議会HPにて印刷できます。

サポートシート

名前		呼び方 (あだ名)	
緊急時の 連絡先			
発作	有 ・ 無	(発作の様子・対処法等)	
服薬	有 ・ 無	(服用の内容・タイミング等)	
身体 介助	要 ・ 不要	(介助が必要となる場面)	
介助時の 内容			
パニック	有 ・ 無	パニック時 の様子	
苦手な場所 苦手な場面			
障がい名			
その他(配慮が必要なところ等)			

～サポートシートの使い方～

- * 障がいのある方のお手伝いをする時に、知っておくと安心な情報を書くものです。
- * 介助する方ご本人やご家族にお渡しするか、聞き取りして書いてください。
- * ボランティアが終わったら、ご本人やご家族にお返ししましょう。
- * この用紙はコピーしてお使いいただくか、社会福祉協議会HPにて印刷できます。

※このサポートシートは一例ですので、ご自分の使いやすいシートがあれば使って頂いて結構です。

イベント



事業所・団体のお祭りやお楽しみ会のお手伝い
模擬店や会場準備のお手伝い
利用者の余暇活動のお手伝い

保育



行事中、
当事者の家族
(弟や妹)のお世話



介助



車椅子の介助
付き添い

ボランティア募集中

外出



遠足



プール



宿泊
(旅行)

事業所内で



活動やお掃除・利用者との関わり



* ボランティア希望の方は
海老名市社会福祉協議会
電話番号 046-232-1600まで
<http://www.ebina-shakyo.or.jp/>



絵:わかばケアセンター 利用者一同

作成:自立支援協議会「チーム活動する・あそぶ」
平成27年11月 発行

ダウンロードは、
結夢ホームページ <http://www.hoshiyakai-yumu.com/>
社協ホームページ <http://www.ebina-shakyo.or.jp/> より