

人吉市 福祉・ボランティア読本

みんなが 幸せに くらせる まちに



人吉市社会福祉協議会



目次



1	みんなが気持ちよく過ごすために 3
	うれしくなるのはどんなとき？
2	私たちの町にある「思いやりの行動」 5
(1)	ボランティア（思いやりの行動）とは
(2)	みんなの周りにあるボランティア活動
(3)	学校での活動
(4)	人吉市でのボランティア活動
(5)	令和2年7月豪雨災害あのとき活躍した『災害ボランティア』って？
3	自分たちには何ができるだろう？ 17
	こんなとき、どんな声かけをする？



イラスト協力 天羽 京子



補足資料

..... 21

- 人吉市で活動しているボランティア団体紹介
- 福祉の出前講座について
- 夏のボランティア体験行事について
- 「ふ」「く」「し」の仕事について
- ボランティアや福祉について調べてみよう



人吉市社会福祉協議会
イメージキャラクター
ハッピーちゃん

| みんなが気持ちよく過ごすために

うれしくなるのはどんなとき？

毎日、笑って気持ちよく過ごすことができたらとても幸せですね。自分だけではなく周りの人もみんな気持ちよく過ごすにはどうしたらよいのでしょうか。

まずはどんなときにうれしいと感じるか考えてみましょう。

学校でうれしいとき



友達が一緒に遊ぼうと言つ
てくれたとき

お家でうれしいとき



お手伝いをして、「ありがと
う」と言われたとき

地域の中でうれしいとき



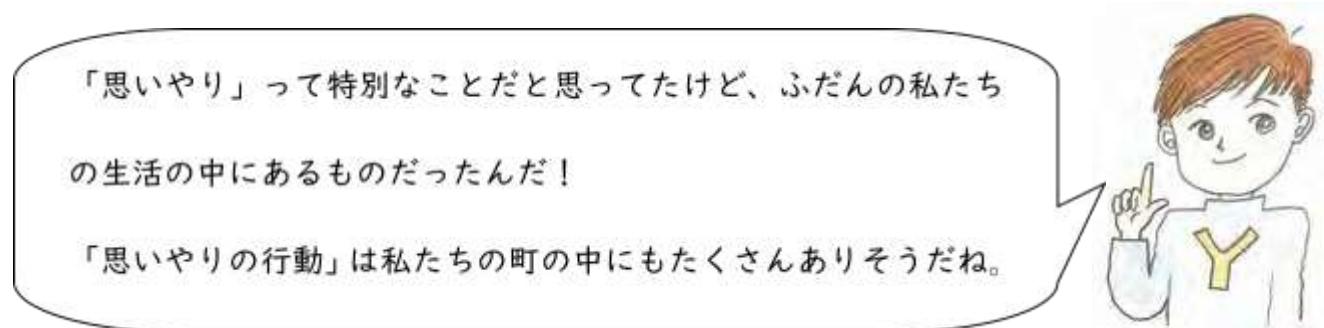
地域の清掃活動で雑草をきれいに
したら、近所の人たちがお礼を言つ
てくれたとき

●自分自身がうれしいと思うときを記入してみよう

●お友達がうれしいと思うときを聞いてみよう

自分がうれしくなるようなことをしてもらったり、相手のためにいいことをすると、気持ちがいいですね。こうした行動が、「思いやり」につながっていきます。

「思いやり」の心からの行動が、私たちの心に「うれしい」という気持ちをめぼえさせてくれます。



2 私たちの町にある「思いやりの行動」

お家や学校の中だけでなく、あなたの町の様子も思い出してみましょう。

学校に行くときや帰るとき、ふだん町を歩いているとき、いろいろな行動（活動）をしている人と会うと思います。

きっと、その行動にも「思いやり」があるのではないかでしょうか？



- あなたの周りでは、どんな「思いやりの行動」を見たことがありますか？
書いてみましょう。

このような「思いやりの行動」は、お金をもらったり、周りの人に命令されてするものではなく、自分からすすんで、自分の周りの状況を良くするため、そして周りの人のために行動します。こうした行動を、「ボランティア」と言います。

(1) ボランティア(思いやりの行動)とは

ボランティアの4原則

①自主性・主体性

自分からすすんで行動する

②公益性(社会性)

みんなとともに支え合い、学び合う

③創造性

自分たちの手でより良い社会をつくる

④無償性

お金やお礼を求めない
自分の得を考えない



ボランティアを行うときに一番大切なのは自分がやりたいという気持ちです。

誰かに命令されたり義務としてやるものではありません。主体的に参加することで得られるものがあります。

そしてボランティアで社会が成り立っていたり、社会や人々を幸せにすることにつながっています。では自分たちができるることを考えてみましょう。

(2) みんなの周りにあるボランティア活動

- 今までにしたことがある活動に○をつけてみよう!

地域の清掃活動

災害ボランティア

施設訪問

募金活動

リサイクル活動

観光案内

収集ボランティア

(古切手・ペットボトルキャップなど)

その他()

「ボランティア」っていういろいろなものがあるね!僕たちが学校でしていることも、立派なボランティアなんだ!



小さなことでも、いろいろなところで役に立っているんだね!

●上の○をつけた活動について

・活動してどういうことに気付いたかな?

・活動してどう思ったかな?

●これからやってみたい活動を書いてみよう

(3) 学校での活動

学校でペットボトルキャップや書き損じはがき、使用済み切手を集めているよ。
集めた後はどうなるのかな？

近所に目の不自由な方がいるけれど、お手紙などどうやつたら内容が分かるのかな？サポートしている人がいるのかな？

学校で手話を習ったよ！
耳が不自由な方のために、もっと手話を勉強してみたい！
学べるところってあるのかな？

ニュースで『こども食堂』という活動を聞いたよ。
どういう活動なんだろう…？

高齢者施設にいる方のために、歌やゲームなどの出し物をして楽しんでもらいたい！そうした活動をしている方っているのかな？

おじいちゃんが『老人クラブ』（シニアクラブ）っていうものに入っているけど、普段はどんな活動をしているのかな？



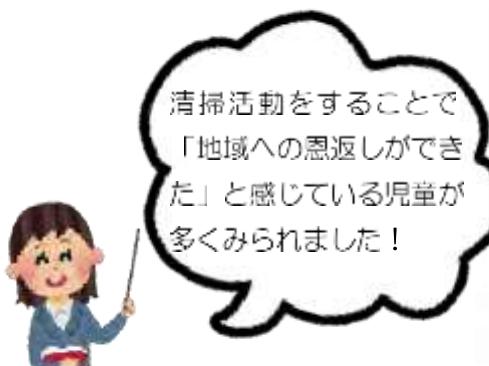
わたしたちの身の周りにはいろいろなボランティア活動がありそうですね！

まずは学校でのボランティア活動について先生たちにインタビューしてみました。見てみましょう！

人吉市内小・中・高でのボランティア活動

●環境・美化活動

- ・花いっぱい運動
- ・地域の清掃活動



環境への関心を高めるため、
学校の花だんにお花を植えました。
(中原小)



矢黒神社の清掃をしました。
(西瀬小)

●災害ボランティア活動・復興支援活動

- ・被災家屋の片付け
- ・吹奏楽部による演奏会などの復興支援活動
- ・仮設住宅のグリーンカーテン作り
- ・仮設団地の交流施設(みんなの家)へ木工作品を製作して、届けた



被災された方へ元気を届けるため、吹奏楽部の演奏会が行われました。(第一中学校)



被災された方のため、工業高校という特徴を活かし、手作りの木製のゴミ箱をお届けしました。(球磨工業高校)

・学校や自分たちの特徴をいかして、何
かできないかと考えて活動しています。
・人吉での災害を機に、自分たちの住む
地域に対して何か貢献したいという気
持ちを持った生徒が多くなったよう
に思います。



●収集ボランティア活動

- ・ペットボトルキャップ収集
- ・書き損じはがき、使用済み切手収集

収集ボランティアは、特別なボランティアではなく日常の中でできる取り組みです。自分でできる範囲で、誰かのことを思って取り組むことも大事だと思っています。



世界の子どもたちにワクチンを届けるため、ペットボトルキャップを集めました。（人吉高校）

●募金活動

- ・赤い羽根共同募金運動
- ・ユニセフ募金
- ・緑の募金運動

・赤い羽根共同募金活動は、少しでも地域の支援になればと思って活動しています。
・思いやりの気持ちをもった行動を心がけて楽しく活動してください！



学校で赤い羽根共同募金がどのように使われるかを学び、活用してもらうため児童が募金をしました。（人吉東小）



石野公園で行われた「ひとよし産業祭」で、募金活動を行いました。（東間小）

●地域交流・地域貢献活動

- ・地域のお祭りのお手伝い
(おくんち祭りや人吉梅まつりなど)
- ・地域住民を招いて交流会
- ・相良三十三観音巡りでのおもてなし
ボランティア

地域を大切にする心を育み、地域のために活動する良さを感じてほしいと思います。



おくんち祭りで馬が通る道を作るための土のうを準備しました。（人吉西小）



伝統行事である「アオバズクフェスティバル」では、地域の方に料理をふるまい、交流しました。（大畠小）



相良三十三観音巡りに来た方にお茶を出すなどのおもてなしをしました。（第二中学校）



地域の方から梅娘の踊りを教わり、梅まつりで披露しました。（第三中学校）

(4) 人吉市でのボランティア活動

みんなの町にもいろいろな活動をしている人たちがいるのではないでしょうか。

人吉市にあるすべてのボランティア活動ではありませんが、その一部を見てみましょう。

① 学校に 関わる ボラン ティア	こども王国保安官	こども王国保安官事業は、子どもたちが安全に登校・下校するために、見守り活動をしています。黄色いキャップやジャンパー姿のスタッフが目印です。
	学校支援ボランティア	「子ども達のために役に立ちたい!」という気持ちで活動しています。学校と協力しながら、あいさつ運動の他、調理実習などの学校の授業のお手伝い、また、季節によっては米作りなどの体験学習をサポートしています。
	ナマステの会	人吉第一中学校のPTA 役員の「ネパールに学校を建てよう」の声かけで、平成 4 年 9 月から生徒会のリサイクル品回収活動をスタートしました。翌年、最初の学校を建設しました。
② 地域に 関わる ボラン ティア	人吉市民生委員 児童委員協議会	みんなが安全に安心して生活できる地域を作るボランティアです。困りごとや心配事を聞いて、助けてくれる人や場所を紹介します。民生委員児童委員は、東、西、藍田（東間・大畑）、西瀬、中原それぞれの校区ごとにいます。見守りのための訪問活動やあいさつ運動などを行っています。
	人吉市老人クラブ 連合会 (人吉シニアクラブ)	高齢者だけの軽い運動や趣味の集まりとして始まりました。現在では、道路や神社の清掃の他、高齢者や見守りや子どもたちへのあいさつ運動というボランティア活動へ発展しています。
	ニコニシ食堂	西校区の子育てを応援するために、子どもたちと食事を作ったり食べたりする「子ども食堂」として活動をしています。現在は月に一回、お弁当を作って渡しています。
	中原校区老人給食 ボランティア	中原校区に住んでいる75歳以上の高齢者と身体に障がいがあり手助けが必要な人たちに、お弁当を手作りし届ける活動をしています。同時に、ひとり住まい高齢者の安否の確認をするなど、地域の見守り活動も行っています。
	東間校区老人給食 ボランティア 紫陽花会	東間校区に住んでいる方々に、月に2回お弁当を手作りし届ける活動です。現在では、約45人分作っています。グループ内で、料理をしたり、必要な方に届けたりと役割を分担し、協力しあいながら活動しています。お弁当を届けることで、ひとり住まいの高齢者の安否の確認など地域の見守り活動にもなっています。

	<p>ひとよししおんせいやく 人吉市音声訳ボランティア さくらの会</p>	<p>視覚障がい者へ、「広報人吉」を毎月、「社協だより」を年6回、「声の便り」を年4回、録音して届けています。 視覚障がい者との交流、絵本の読み聞かせや朗読など、好きなことで障がい者への情報提供をするために始めました。</p>
	<p>熊本県手話サークルわかぎ ひとよし・球磨グループ</p>	<p>毎週火曜日の夜に、手話の勉強会や耳の聞こえない方との交流会の他、学習会を行っています。毎年3月3日(耳の日)には、ふれあいイベントも行っています。</p>
	<p>せいしん 精神保健福祉ボランティア 「麦の会」</p>	<p>精神保健福祉ボランティア「麦の会」は人吉球磨の市町村の会員が、「心の病」を持つ方に寄り添うことを目的として施設を訪問し、歌やダンス、ゲーム、料理を一緒に行っています。</p>
	<p>人吉市ボランティア連絡協議会</p>	<p>18団体、1個人、227名のグループです。(令和3年12月時点) 募金活動や市のイベントでのバザー出店、春風マラソンでのおもてなしボランティアなど様々な活動を行っています。 令和2年7月豪雨災害後は、仮設団地でのサロン活動を通して被災された住民の方々と交流するイベントを行っています。</p>

ボランティア団体の方々からは、こんな声も聞かれました。

皆さんに伝えたいのは、あいさつをしましょうということです。
皆さんの明るい声を聞くのは嬉しい、元気をもらいます。

ボランティアは、無理をせず、自分に出来ることを楽しみながら長く続けられる活動だと思います。

ボランティアは誰にでもできる活動です。
あいさつや声かけ、「思いやりの行動」は、みんなを幸せな気持ちにします。自分にできる小さな一步から始めましょう。

耳が聞こえないという障がいは、見ただけでは分かりません。
生まれた時から聞こえない方は言葉をうまく発することができないことが多いですから、「こんにちは」と声を掛けて、自分とは違う発音で「こんにちは」が返ってきても、笑ったりしないでください。
ぜひ、手話を学んで、聞こえない・聞こえにくい人たちのサポートをしてください。

(5) 令和2年7月豪雨災害 あのとき活躍した『災害ボランティア』って？

私たちが住む日本は、自然災害が多く発生します。地震や津波、洪水や火山の噴火、大雪など、毎年のように日本各地で様々な被害が出ています。

こうした災害時には、建物が大きくこわれたり、家の中に泥などが入りこんだりしてしまい、被害にあった家の人们だけで片付けをし、きれいにすることが難しいこともあります。

そんなときに活躍するのが「災害ボランティア」です。

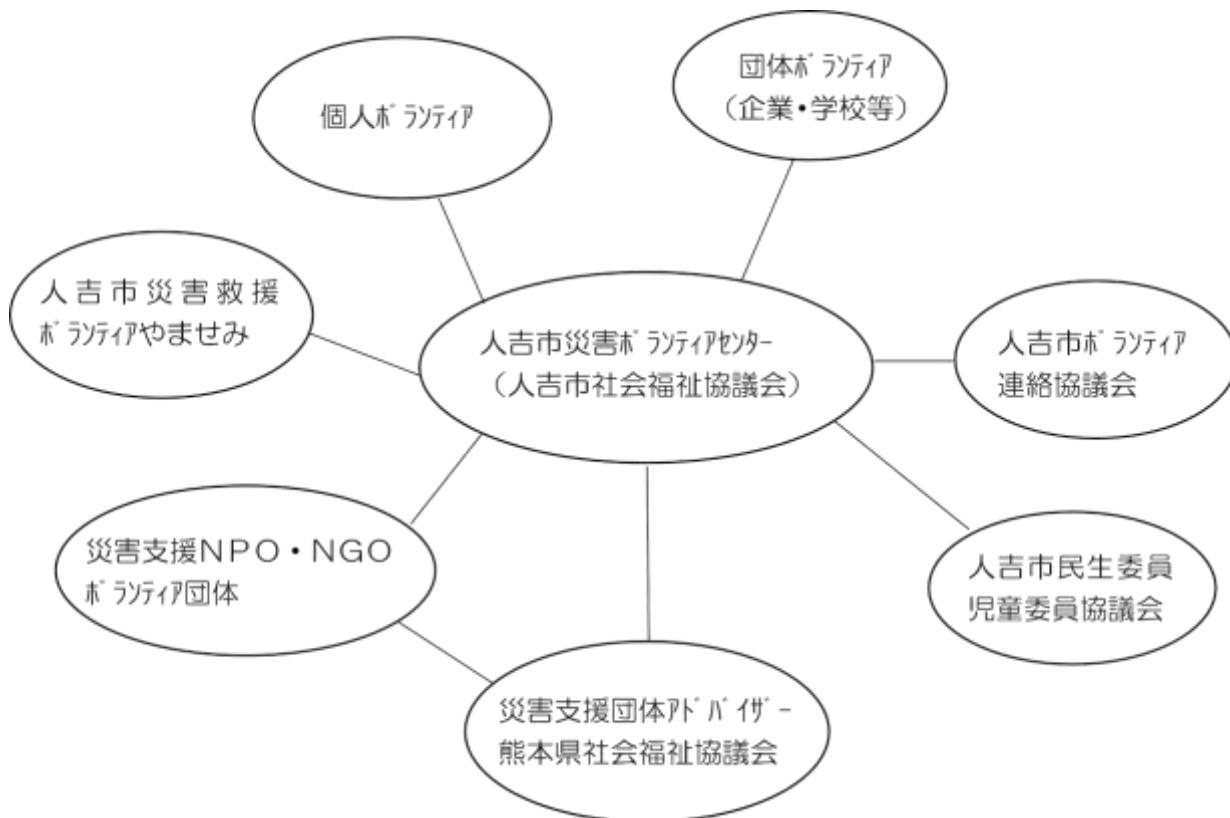
家の片付け、困りごとの相談、心のケアやイベントを企画・開催したりと、様々な活動があります。

令和2年7月4日、人吉市が豪雨災害に襲われました。被災された方を支援するために、人吉市社会福祉協議会では「災害ボランティアセンター」を設置し、多くのボランティアを受け入れ、被災した家屋の片付け等のボランティア活動を行いました。



令和2年7月豪雨災害では被害が大きく、人吉市社会福祉協議会だけで災害ボランティアセンターの運営ができませんでした。

そんな中、災害ボランティアの専門の知識を持った方々、地元の災害ボランティアの団体の方々など、たくさんの方々に支えられて運営を行いました。いろいろな人や団体に支えられています。



ちょこっとコラム①

各学校で取り組んでいる『赤い羽根共同募金』活動ですが、集まった募金がどのように使われているか知っていますか？

様々な使い道がありますが、災害が起きた時に被災地を支援するためにも使われています。

人吉市で発生した令和2年7月豪雨災害の際にも、災害ボランティアセンターの運営や災害ボランティアでの活動に必要な物品の購入に活用されました。

みなさんが集めた募金も、どこかでだれかの役にたてられるのです。





人吉市にはたくさんの団体がいて、いろいろな活動をしている
ことが分かったね！



●どんな活動に興味を持ったかな？

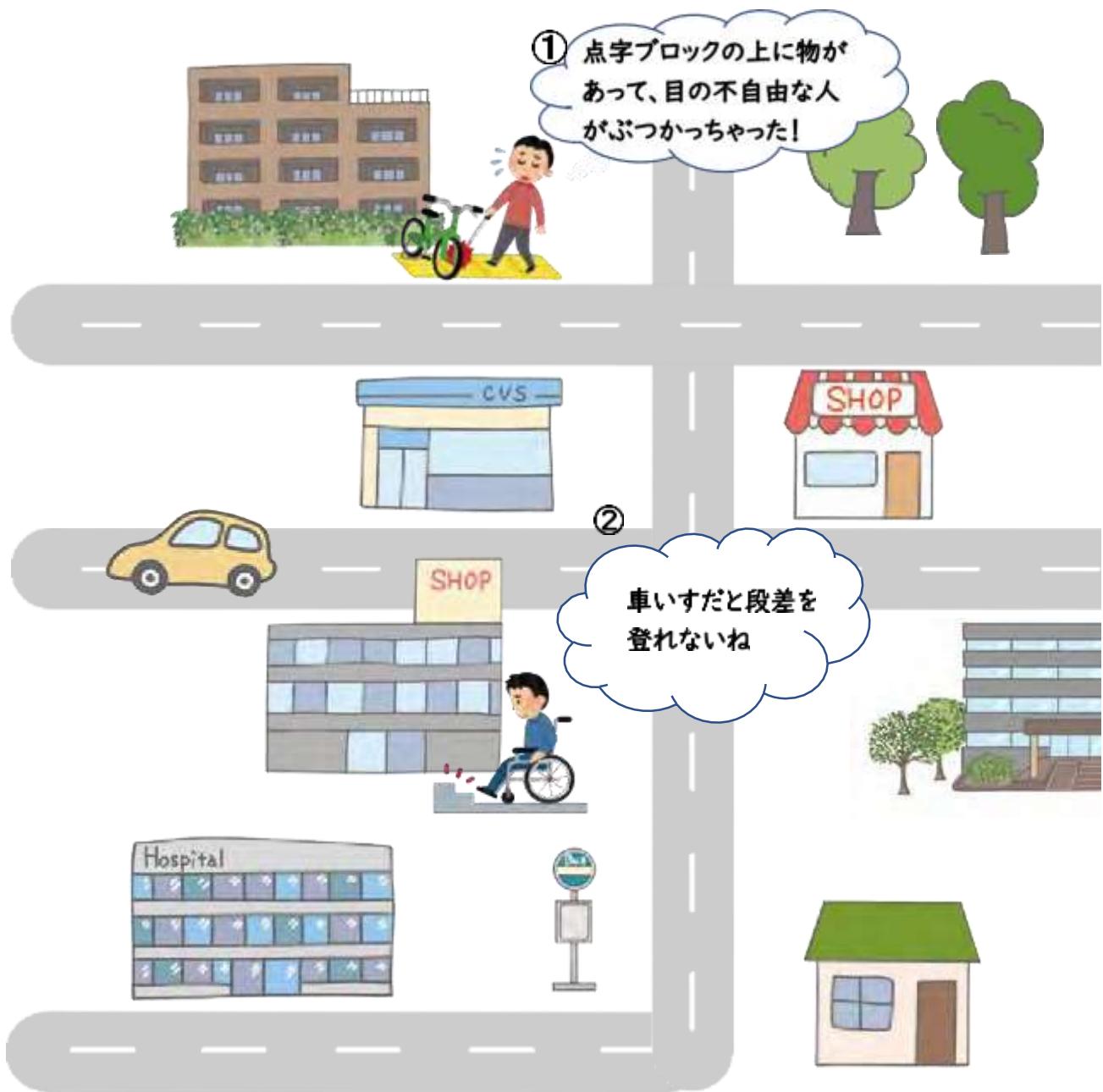
●あなたなら、どんな活動ができるかな？

身近なことでも、思いやりを持って活動をするとみんなが過ごしやすい良い地域になるのではないか
でしょうか。

次のページからは、自分たちにもできることはないか考えてみましょう。

3 自分たちには何ができるだろう？

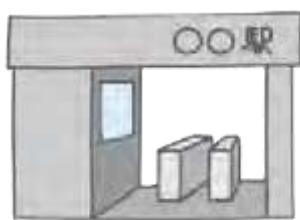
こんなとき、どんな声かけをする？



● ①～④のような場面をみかけたとき、あなたはどうしますか？

①

②



③

松葉づえの人がいるよ。
たくさん荷物があるみたいだけ…。



④

近所のおばあさん、ゴミ置き場が遠くて大変そうだなあ…。

③

④

探してみよう!

みんなの周りのいろいろな工夫

みんなの周りには、いろいろな人が生活しやすくなるためにたくさんの工夫があります。

そうした工夫は「ユニバーサルデザイン」や「バリアフリー」と言われています。



●あなたは、身の周りでどんな工夫を見つけたことがありますか？



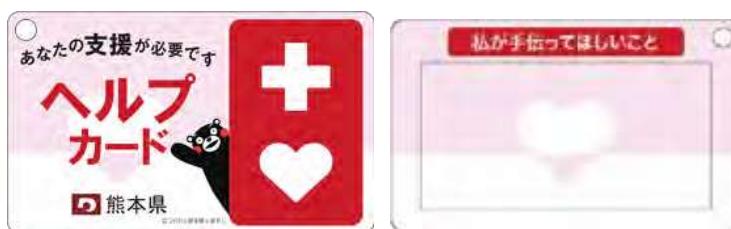
ちょこっとコラム②

ヘルプカード・ヘルプマーク

心臓など体の内部に障がいのある方や、まだおなかの大きくなっていない妊婦さん等、見た目は分かりにくいけれど、周りの手助けや心配りが必要な方がこのカードやマークを身につけることがあります。

熊本県では、平成29年度からは「ヘルプカード」、令和3年10月からは、それに加えて「ヘルプマーク」を必要な方へ配布しています。あなたの町のなかでも見かけることがあるかもしれません。

もし見かけたら、座席をゆすったり、体調が悪そうであれば近くにいる大人に知らせて一緒に声をかけるなど、「思いやりの行動」が出来るといいですね。



おもて

【ヘルプカード】

うら



【ヘルプマーク】

「福祉」とは、年齢や障がいの有無に関係なく、みなさんも周りの人たちもみんなが自分らしくいきいきと暮らしていくために

ふだんのくらしをしあわせにする

ことです。

困っている人に声をかけて手伝ったり、興味のあるボランティア活動に参加してみることから始めてみましょう。

そうすることで、身の周りにはどういった困りごとがあるのか、自分にはどんなことができるのか、今まで気づいていなかったことを考えられるようになるかもしれません。そのようなことに気づくことが、「福祉」の第一歩です。

みなさんがやってみたいと思ったことを普段の生活で行うことができれば、きっとそれまでの自分よりも成長することができると思います。

そして、あなたの周りの人たちも、その人らしく、幸せに暮らしていくことができるのではないでしょうか。

「ふだんのくらしをしあわせにする」ためには、おたがいが思いやりの気持ちをもち、共に支え合っていくことが大切です。



補足資料

●人吉市で活動しているボランティア団体紹介

①学校に関わるボランティア

・こども王国保安官

こども王国保安官の事業は、平成18年度に始まりました。黄色いキャップにジャンパー、ベスト姿がトレードマークです。

子どもたちの見守りだけでなく、登校や下校の時に不審者を知らせてもらったり、交通事故の減少にも貢献しています。他人を思いやるこころを持ったこの活動は、市内でも市外でも高く評価されています。これからも長く活動を続けていきたいと思います。



登下校の見守り



横断歩道を渡るときの見守り

・学校支援ボランティア

学校内で行われる調理実習や書写の他、米作りや門松作りなど季節ごとの様々な体験活動において学校の先生だけでは対応が難しい時に、それぞれ経験のある方々がお手伝いをしたり、サポートを行っています。

それだけでなく、花壇をきれいにしたり、安全に登下校できるよう、あいさつ運動や下校の見守りをするなど、学校と地域の方々が協力して、子どもたちを支えることも、大切な活動です。

ボランティア登録者は現在353名で、20代から80代まで幅広い年齢の方々が登録しています。（令和3年12月時点）



あいさつ運動



米作りのお手伝い

・ナマステの会

ネパールに学校を建てる目的で、平成4年9月から書き損じはがき等の回収活動をはじめました。回収したはがきをお金に換えることで、学校を建てる資金を得ることができます。

平成5年12月には、学校職員・保護者・生徒会メンバーで現地の学校を訪問しました。現在までに21校の学校を建設しています。

生徒たちが中学校に通う3年間で学校が建設できるなど、自分たちの活動の成果を得られることが、活動の喜びです。

活動のきよ点が変わったり、リサイクル回収の収益が減ったりしてきたことで活動が厳しくなってきています。



完成した学校



開校式

②地域に関わるボランティア

・人吉市民生委員児童委員協議会

民生委員児童委員は、東、西、藍田（東間、大畑）西瀬、中原のそれぞれの校区ごとで活動しています。

高齢者や子どもなど、地域に住む方々を見守り、その生活を支えています。

また、各小学校で朝のあいさつ運動を行っており、子ども達が安全に通学できるように、通学路に立って見守っています。

訪問活動では、担当している地域の高齢者や障がいのある方等様々な方が安心安全に生活できるよう、困っていることがないか聞いたり、デイサロン（高齢者が集まり体を動かす場）や地域の行事の紹介や説明も行います。

民生委員・児童委員は、子どもから大人までみんなと関わって「支え合うまちづくり」をしています。



訪問活動



登校の見守り

・人吉市老人クラブ連合会（別称：人吉シニアクラブ）

人吉市老人クラブ連合会は昭和39年に設立され、長い歴史があります。会員で軽スポーツを楽しんだり、趣味やボランティア活動を行っています。

時間に縛られず自由に活動ができ、そのことで人に喜んでもらえることがうれしいです。

例えば、「シルバーヘルパー」の活動は、元気な高齢者が体の弱い高齢者を見守り、声掛けして励ます活動ですが、一人暮らしの高齢者に喜ばれています。

「こども王国保安官」の活動では、子どもたちからの明るく元気なあいさつや会話で、元気をもらっています。

困っている事としては、クラブ会員の人数が減っていることです。いくつになっても仕事を続けている人も多く、なかなか入会してもらえないのが現状です。



えん側サロンで保育園児との交流会



地域の清掃活動

・ニコニシ食堂

西校区社会福祉協議会独自の活動として、子育てを応援したいという考えて、平成30年2月から「子ども食堂」を始めました。

参加してくれた子どもたちと一緒に、みんなで食べる食事を作っています。調理の他にも配膳を手伝ってくれる子どもたちもいます。

だいぼしゅう

お弁当を詰めるお手伝いも大募集しているので、皆さんの参加をお待ちしています！

ちょうどりきぐ

調理器具の持ち運びが重くて少し大変ですが、毎回楽しみにしてくださっている方がたくさんいらっしゃり、とても励みになっています。



おかず作り



お弁当箱に詰める作業

・中原校区老人給食ボランティア

この活動は、「ひまわりグループ」という有志の集まりが始まりで、平成7年から「中原老人給食ボランティア」として現在まで続いています。月に1~2回の活動です。

季節ごとの食材を使い、栄養バランスのとれた行事食を楽しんでいただけるように心がけ、会員男女15名で活動しています。

届け先の皆さんからいただく「ありがとう」という感謝の言葉と、会員の皆で献立を研究することや、料理を教え合うことなどが活動の楽しみであり、支えになっています。



お弁当箱に詰める作業



お弁当を届けたところ

・東間校区老人給食ボランティア紫陽花会

紫陽花会では月に2回、10名程度でお弁当を作っています。お昼までにはお届けし、だいたい45人分を作ります。グループの中で、料理をしたり、必要とされている方に届けたりと役割分担しながら活動をしています。

季節の祭りや行事ごとに赤飯やおだんごを作ります。お弁当を作るのは忙しいですが、楽しい時間です。同じおかずにならないこと、きれいに見えるように盛り付けるよう気を付けています。

そうしてできたお弁当を届けてもらうことで、喜ばれ、交流の機会にもなっています。

もっと多くの人に食べてもらえると嬉しいです。



おかず作り



完成したお弁当

③障がいのある方と関わるボランティア

・人吉市音声訳ボランティアさくらの会

視覚障がいのある方を中心に、市の広報や社協だより、さくらの会で作っている声のたよりを録音し、届けています。他にも、視覚障がいの方との交流会、絵本の読み聞かせ会なども行っています。

朗読や絵本の読み聞かせが好きで集まったメンバーもいますが、自分たちに無理なくできることをして喜ばれるのはうれしく、また楽しいです。

視覚障がいの方との交流により、障がいのことが分かって勉強になり、教えてもらうことが多いです。障がい者の方は、家の中では料理も他の家事も普通にでき、耳が特に敏感で声を聞き分け、感覚が鋭いのにびんかん きき かんかく するどおどろは驚かされます。中には、パソコンやスマートフォンを使いこなす人もいます。

「障がい者は何もできない」と思っている人が多いですが、何でもできます。ただし、外出をするとき等には手伝いが必要です。家の中では、料理も家事もできます。何も出来ない人、かわいそうな人という気持ちで接しないでください。優しい町は障がい者にも優しい町です。見かけたら、何か手伝いましょうかと声かけ出来たらいいですね。



CDを届けている様子



手作り封筒にCDを入れて郵送

・熊本県手話サークルわかぎひとよし・球磨グループ

昭和 52 年 3 月に、手話サークルの活動を始めました。耳の不自由な方への対応がうまくできなかったことから手話に関心を持ち、手話活動を広めたい思ったことがきっかけでした。

耳の不自由な方に手話が少しずつ伝わるようになってコミュニケーションが取れ、互いに笑いあえたときに一番幸せを感じます。

手話を使いこなせるようになるには、楽しいことばかりではなく、たくさん勉強しなくてならないなど大変なこともあります。

若い学生さんなどの参加も増やしたいのですが、勉強や部活で忙しい学生さんたちへの呼びかけも難しいです。



3月3日(耳の日)イベントの様子



手話で絵本の読み聞かせ

せいしん

・精神保健福祉ボランティア「麦の会」

精神保健福祉ボランティア「麦の会」は人吉球磨の市町村から集まり、会員数約40名のグループです。人吉市内のメンバーだけの時は、「小麦の会」と言っています。「心の病」を持つ方に寄り添うことを目的としており、施設を訪問し、歌やダンス、ゲーム、料理を一緒に行っています。

麦の会で活動をすると、障がいのある方々の心の純粹さに、自分の心が洗われるような気持ちになります。また心の壁が無くなり、友達になってまた再会できた時には大変うれしく感じます。



他地域のボランティア団体と行った七夕祭りでの
ダンスの様子



病院のお誕生会でのダンスの様子

・人吉市ボランティア連絡協議会

人吉市社会福祉協議会に登録している様々なボランティアグループ同士のつながりを深め、人吉市のボランティアをより活発にしていくために結成された、18団体、1個人、227名のグループです。(令和3年12月時点)

それぞれの団体は、サロンでのボランティア(舞踊・三味線・コント・読み聞かせ)、障がいのある方へのボランティア(音声訳・手話・傾聴)、マッサージや施設へのボランティアなど特技を活かしたボランティア活動を行っています。ボランティア連絡協議会としては、募金活動・バザー・春風マラソンなど人吉市の行事への協力や研修会などをしています。

令和2年7月豪雨災害後は「被災された方々が集まりお互いに元気を分かち合う場を作りたい」とオープンカフェの傾聴ボランティアに参加したり、人吉市の仮設住宅で「笑うばい、楽しむばい、いこいの広場」というサロン活動を行っています。



バザーの様子



「笑うばい、楽しむばい、いこいの広場」の様子

●福祉の出前講座について

福祉に関わる仕事をしている職員が、福祉やボランティアに関する講話をしたり、ゲストティーチャーとして障がいのある方に来ていただきて、色々な体験をしたり交流をします。

車いす体験

車いすに乗ったり、友達を乗せてることで、車いすを使っている人の気持ちを知り、お手伝いするときの声のかけ方やサポートの仕方を学ぼう!



手話の学習

手話について教えてもらい、ろう者（耳の不自由な方）の普段のコミュニケーションの取り方や、関わり方を学ぼう!



はくじょう 白杖での歩行体験

白杖の使い方を教えてもらい、目の不自由な方の気持ちを知って、わたしたちが気を付けることを考えよう!



ガイドヘルプ体験

2人組になって、目隠しをした友達をガイドしながら歩き、目の不自由な方の気持ちを知り、ガイドするときにはどのように気に気をつけると良いのか学ぼう!



点字の学習

点字の打ち方や読み方を教えてもらい、目の不自由な方がどのように読み書きしているのかを知ろう!



●夏のボランティア体験行事について

人吉市社協では、夏休みの期間に福祉についての体験を行っています。障がいのある方や高齢者との交流や施設での体験、また、災害について学びませんか？

ボランティアに対する関心を高め、自分の周り（町や地域の人たち）と関わり合いながら生活するということを考える機会を設けています。ぜひ、夏休みに参加してください。

ボランティアスクール

対象：小学校6年生

日程：夏休み期間中の2日間

内容

1日目：事前学習

- ・「福祉」についての学習
- ・障がいのある方との交流
(白杖や点字、車いす体験など)



2日目：施設訪問

高齢者施設などを訪問し、仕事の手伝いをしたり、

施設利用者の方と交流する



福祉の職場体験

対象：中学生、高校生

日程：夏休み期間中の3日間

内容

1日目：事前学習

保育園や高齢者施設についての学習

2、3日目：施設訪問

施設の実際の仕事を体験する

(絵本の読み聞かせ、入浴の手伝いなど)



中高校生のための災害ボランティア講座

対象：中学生、高校生

日程：夏休み期間中の2日間

内容

災害ボランティアについての学習

・炊き出し体験

・避難所運営ゲームなど



●「ふ」「く」「し」の仕事について

これまで、色々なボランティア団体や福祉の考え方について学んできました。

福祉に関わる仕事は多く、たくさんの人たちが働いています。

高齢者や障がいのある方の暮らしを支える人たち

家や施設で介護をしたり介護する計画を立て、それに関わる方との調整を行ったり、ふだんの暮らしでの困りごとの相談に乗ったりしています。

(主な仕事)

ホームヘルパー、ケアマネージャー、特別養護老人ホームなどの職員、地域包括支援センター職員、障がい者支援センター職員など



赤ちゃんや子どもの成長をサポートする人たち

赤ちゃんや子どもたちが元気に育つために、サポートを行います。着替え・食事の手伝いをしたり、一緒に遊んだり、家族の支援を行う等、さまざまな役割があります。

(主な仕事)

保育士、調理師、栄養士、看護師など



体を元気にするお手伝いをする人たち

病院に入院して落ちた体力・筋力を回復させたり、しゃべる・聞く・見ることに障がいのある人に訓練を行ったり、失った手足の代わりとなる義肢を作ったりしてサポートします。

(主な仕事)

リハビリテーション士、作業療法士、言語聴覚士、視能訓練士、義肢装具士など



福

福祉の仕事は子どもからお年寄りまで、すべての人を支える仕事です。

ここでは、主な施設や事業所等について紹介します。

※同じ施設でいくつかの事業を行っているところもあります。

子どもやお家の人の相談・サポートをする人たち

子育てで悩むお父さん・お母さんや、子ども本人の相談に乗り、アドバイス・サポート等を行います。

(主な仕事)

保健センターの職員、スクールソーシャルワーカーなど



地域でのつながりづくりを支える人たち

地域の人たちによるいろいろな活動を一緒に考えたり、困りごとの解決のお手伝い等、つながり作りのサポートをしています。

(主な仕事)

社会福祉協議会職員、ボランティアコーディネーター、生活支援コーディネーター、相談員、支援員など



いろいろなお話を聞いたり相談にのる人たち

生活していくのに困っている人の相談、心のなやみ相談、退院した後の生活に必要な支援等、さまざまな相談にのっています。

(主な仕事)

福祉事務所のケースワーカー、カウンセラー、病院のソーシャルワーカー、社会福祉士、精神保健福祉士など



このほかにも、様々なお仕事をあります。ぜひ調べてみてくださいね。

●「福祉のお仕事スタート」ホームページ

<http://www.shakyo.or.jp/fukushi-start/>



●ボランティアや福祉について調べてみよう

人吉市には、まだまだ様々な活動があります。

また、ボランティアについては色々なところで情報を知ることができます。気になる活動があったら、調べてみましょう。

人吉市社会福祉協議会

<https://hitoyoshi-shakyo.com>

人吉市のボランティアや
福祉のことが分かるよ！



熊本県社会福祉協議会

[熊本県社会福祉協議会ホームページ
\(fukushi-kumamoto.or.jp\)](http://fukushi-kumamoto.or.jp/)

熊本県内のボランティア
や福祉の事が分かるよ！



民生委員児童委員連合会

[トップページ | 全国民生委員児童委員
連合会 \(shakyo.or.jp\)](http://shakyo.or.jp/)

民生委員さんがどのような活動をして
いるのか分かるよ！



ボランティアハンドブック

[ボランティアって何？ - / 熊本県社
会福祉協議会ホームページ「ボラン
ティアセンター」 \(fukushi-
kumamoto.or.jp\)](http://fukushi-kumamoto.or.jp/)

ボランティアに必要なことや、
色々なボランティア活動が
分かるよ！



「広がれボランティアの輪」

[広がれボランティアの輪連絡会議 - hirogare
ページ！](http://hirogare.org/)

色々なところで行われている
ボランティア活動や団体が分かるよ！



Activo（アクティボ）

[小中学生も参加可能なボランティア募集
activo（アクティボ）](http://activo.org/)

みんなが参加できるボランティア活動につ
いて調べることができるよ！



キャラクター紹介



ひとさん

よしさん

人吉市 福祉・ボランティア読本 ～みんなが幸せにくらせるまちに～^{とくほん}

発行日 令和4年3月

作成・編集 人吉市社会福祉協議会 児童福祉部会

令和2年度

部会長	長船 法文
副部会長	国武 美幸
書記	本岩 なみ子
井手 桂子	小田 淳司
有馬 チエ	中矢野 恭範
柴尾 浩輔	堀 美里
佐伯 優子	富士谷 澄照
笠場 美代子	梶原 節子
中山 すみ子	渡邊 紀久美
本村 令斗	小倉かとり
東 由紀子	

令和3年度

部会長	加賀 邦保
副部会長	国武 美幸
書記	梶原 節子
井手 桂子	東 由紀子
有馬 チエ	米原 行宏
柴尾 浩輔	宮崎 正幸
本岩 なみ子	堀 美里
佐伯 優子	富士谷 澄照
笠場 美代子	中村 絹子
中山 すみ子	渡邊 紀久美
本村 令斗	植竹 明日香

発行 人吉市社会福祉協議会

印刷 人吉中央出版社



社会福祉法人 人吉市社会福祉協議会

住所 〒868-0072 人吉市西間下町 41-1

TEL 24-9192 FAX 25-1117

ホームページ

<http://www.hitoyoshi-shakyo.com/>



この福祉・ボランティア読本は、共同募金の配分金の一部を活用して作りました。