

ISBN978-4-902657-15-9  
C0036 ¥206E

定価：¥206円(税込)

### ボラちゃん

出身地 神奈川県  
所属 横浜市ボランティアセンター  
誕生 1997年

横浜のボランティア活動の広がりを感じて  
ホームページや広報誌「福祉よこはま」など  
に登場する、横浜市ボランティアセンターの  
ベテランキャラクター。横浜とボランティアを  
こよなく愛する



ボランティア福祉ガイド  
ボランティアの  
たこまご

ナビゲーター  
ボラちゃん

横浜市ボランティアセンター  
マスコットキャラクター



福祉  
よこはま  
あすのこ

社会福祉法人  
横浜市社会福祉協議会  
横浜市ボランティアセンター

## もくじ

### この本を手にとったあなたへ 3

「ボランティア」って聞くと、どんなことを思い浮かべる？	3
自分の好きなことで「ボランティア」している人もたくさんいます…	4
はじめてボランティアしてみようと思った？	5
デザート de ボランティア診断	6

### ボランティアについて知る 8

ボランティアって何だろう	9
ボランティア元年より前にはボランティアはなかったのか？	10
ボランティアの特徴 これがボランティアだ 「自発性」・「無償性」・「社会性」・「創造性/先駆性」	11
ボランティアの心がまえ	12
ボランティア活動いろいろ	14
その1 福祉施設でボランティア	14
その2 当事者団体ボランティア	16
その3 地域活動ボランティア	16
その4 技能系ボランティア	17
その5 収養・寄付ボランティア	18

### 色々な人がいることと支援のポイントを知る 19

子ども (0歳～6歳の子ども)	20
高齢者	22
外国人の人	22
車いすを使っている人	23
車いす操作	24
目の不自由な人 (視覚障害者)	26
耳の不自由な人 (聴覚障害者)	30
目と耳が不自由な人 (盲ろう)	31
知的障害や発達障害のある人	31
精神障害のある人	32
内服障害のある人	32
まちにある色々なマーク	33

### ボランティアしよう 34

ボランティアセンターってどんなところ	35
ボランティア保険	36
市・18区ボラセン紹介	37
ボランティア活動の前に見るページ(チェックリスト)	38
ボランティア活動の前に見るページ(もしものQ&A)	39
マイボランティアノート	40
出典・参考	42



## この本を手にとったあなたへ



### 「ボランティア」って聞くと、どんなことを思い浮かべる？

なぜ優しい人？



おせっかいなん？



楽しい？



難しい？



「あなたのそのままでも何かの役に立つよ」  
って言われたら…？



自分の好きなことで「ボランティア」している人もたくさんいます

例えば…

子どもや子犬、子どもを見るのが好き



子どもと一緒に遊ぶボランティアが募集しているチラシを見!



ほら! ボランティアって意外と身近でしょ?

はじめてボランティアしてみようだった?



【親子サークルで子どもと遊ぶ】

一緒に走り回って疲れたけど、一緒に遊んだ子が、とても楽しそうだった。キュッって手をにぎってくれて感動した。その子のお母さんからも「ありがとう」って言われた。

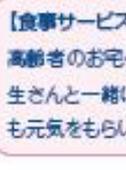
【サービスで高齢者のお話し相手】

最初はすごく緊張してしまってたけど、昔のことをたくさん教えてくれました。帰るときに「楽しかったわ、またきてね」と言われてうれしかったです。



【養護学校と一緒にサッカー】

大好きなサッカーがボランティアになるなんて知りませんでした。何度も活動しているうちに、子どものことや養護学校のことをもっと知りたくなって、福祉の学校にすすみました。



【食事サービスグループのボランティア】

高齢者のお宅へのお弁当を配達しています。夏休みなどに元気な学生さんと一緒に配達すると、とても喜ばれます。私たちボランティアも元気をもらいます。ぜひ多くの方に参加してほしいですね。



ボランティアってなんだか楽しいことがありそう。  
自分にあったボランティアを探そう。

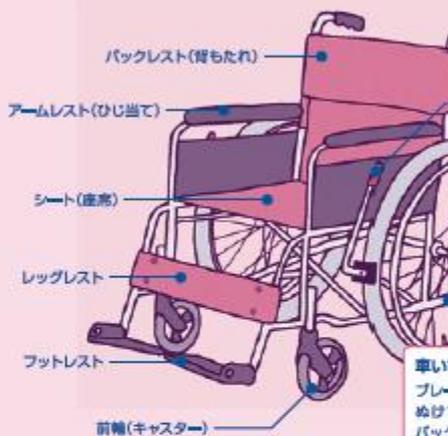
⇒「デザートdeボランティア診断」へ



## 車いす操作

このページを参考に車いすを使って使い方の練習をするなどし、事故

### 標準タイプの車いす各部の名称



車いす  
ブレーキ  
めが  
バック  
レスト  
レ  
ン  
の  
か

### 標準タイプの車いすの広げ方とたたみ方



広げるときは、両側のブレーキをかけ、少し外側に開いてからシートを両端  
たたむときは、両側のブレーキをかけてフットレストを上げ、シートを中央部

## 誘導の方法



「どちらまでいくのですか？」  
「いっしょにいけますか？」  
など声をかける



相手の腕や手に軽く触れる



うしろから押さない



白杖(はくじょう)をつかまな



## 耳の不自由な人(聴覚障害者)

### 特徴

- 外見では判断がつきにくいことがあります。
- 全く聞こえない人やよく聞こえない人、聞こえない音域がある人がいます。
- 言葉に障害がある人もいます。
- 手話を使わない人もいます。

### 接し方のポイント

- 口の形で読み取るので、相手に見えるように「ゆっくり」「はっきり」話しましょう。
- 手話や指文字ができなくても、口話(こうわ)、筆談、空書、身振りなどで伝えることができます。
- 見ただ目で分からないので忘れてしまいがちですが、警報や放送などが聞こえない人がいることを忘れないようにしましょう。

## 手話・口話・筆談



手話：手を使い、表情を交えながら話します。



筆談：紙に文字を書いて伝えます。



口話：口の形で読み取るので「ゆっくり」「はっきり」話します。

