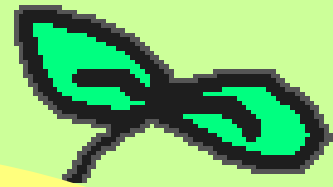
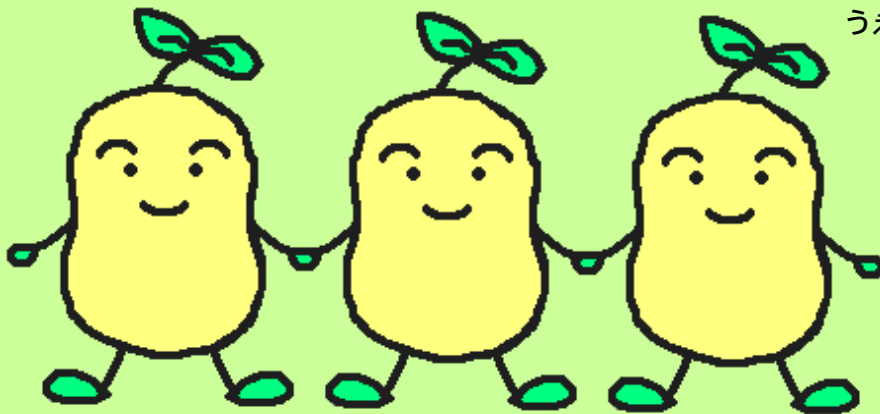


令和4年9月発行 第1版



# 福祉学習 プログラム集

杉並社協  
マスコットキャラクター  
うえるくん



社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会  
杉並ボランティアセンター

## はじめに

”福祉”と聞くと、特別なことのように感じる方も多くおられますが、そうではなく、誰もが住み慣れた地域でその人らしく生活を行うことです。

地域には、高齢者、障害者、子ども、妊産婦、外国籍の方、性的マイノリティの方など様々な人が存在し、多様な生き方があることに気づき、それを受け入れる意識を醸成することが必要です。

車いす体験やアイマスク体験、高齢者模擬体験などの体験学習の多くは、障害者の不便さや大変さだけを強調することにつながってしまう恐れがあります。体験だけで終わらせるのではなく、当事者の講師や地域の様々な人たちとの出会いを通じて、一人ひとりの生活を知り、様々な人の強みに気づくことや、思いに共感し、そして、自分の生活の中で周りの人たちに対して、どのようなことができるか考え、行動できるような、そんなきっかけを提供したいと思っています。

福祉学習は「福祉の種まき」と例えられます。福祉学習を受けた皆さんの種が、いつか芽が出て大きな花が咲き、実をつけ、その花の種をまき……  
こうして、たくさんの方が豊かな生活を送れることを願っています。

令和4年9月  
社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会  
杉並ボランティアセンター

\*本プログラム集は、今後も内容の追加や拡充を行っていきます。  
当センターだけでなく、多様な方々と内容について作成していきます。

# 目次

はじめに .....	1
目次 .....	2
社会福祉協議会について／杉並ボランティアセンターについて .....	3
福祉学習について .....	4
【プログラムNo.1】福祉ってなんだろう？ .....	5
【プログラムNo.2】ボランティア はじめの一步👣 .....	6
【プログラムNo.3】高齢者模擬体験 .....	7
【プログラムNo.4-1】視覚障害について .....	8
【プログラムNo.4-2】白杖体験 .....	9
【プログラムNo.5】聴覚障害について .....	10
【プログラムNo.6】車いす体験 .....	11
貸出物品一覧 .....	12
依頼にあたってのお願い／依頼方法・流れについて .....	13
福祉学習プログラム 依頼シート .....	14
福祉学習プログラム 依頼シート記入例 .....	15
福祉学習(模擬体験) アンケート用紙 .....	16

## 社会福祉協議会とは…

**心**だんの**く**らしの**し**あわせにつながる  
あんしんをみんなで支えあうまち

をつくるお手伝いをしています。

誰もが安心して、その人らしく暮らせるように、まちのみんなで助け合う活動を推進しています。

障害がある人もない人も、大人も子どもも、みんなが暮らしやすいまちをつくるお手伝いをしています。

### ◆例えば…

日々の生活で困っている人へのサポート  
地域の中で役に立ちたいと思っている人へのサポート  
子育てのお手伝い  
家事や介助のお手伝い  
権利を守るお手伝い  
車いすの貸し出し  
なんでも相談 など…

社協(しゃきょう)って呼ばれています！



## 杉並ボランティアセンターとは…

ボランティア活動をしたい人 と  
ボランティアを必要としている人 を

おつなぎしています。

その他にもボランティア活動の紹介や、グループの立ち上げのサポート、地域活動の支援などを行っています。その他、各種研修・講座の実施や大規模災害時の災害ボランティアセンターの運営などを行っています。

また、誰もが暮らしやすい街を推進するため、区内の学校等で福祉学習を実施しています。学習を通し、他者理解や思いやりの心を育むことを目指しています。

## 福祉学習とは…

杉並という地域に暮らす全ての人々が互いに認め合い、尊重し、その人らしい生活を送ることができる未来を目指していきます。

また、どんな社会だったら暮らしやすいのか、何がバリアになるのか、そのバリアを取り除くにはどうしたらいいのか(バリアフリー)、誰もが住み慣れたまちで、その人らしい幸せな暮らしを送るために、子どもだけでなく大人も含めた多世代向けの学習です。

福祉学習を実施するにあたり、以下のことを大切にしています。

- ・障害の有無や見た目で、人を判断しないこと。
- ・自分にできることを考えて、手助けできる思いやりの気持ちを持つこと。
- ・一人ひとりの違いを認め合える社会を作ること。
- ・子どもも高齢者も、障害のある人もない人も、国籍や言葉の異なる人も、すべての人々が社会のなかで心豊かで幸せな生活を送ることを目指すこと。
- ・違いを知り、違いを認めること。
- ・多様性を受入れ、協力しながら問題を解決し、ともに自分らしく生きるためのきっかけになること。
- ・人を大切に思い、相手の立場に立って考えること。

## No.1 分野:福祉

プログラム名	福祉ってなんだろう？
概要・目的	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域には様々な人が暮らしていることを理解し、自分に何が出来るかを見つめる機会とする</li> <li>・よりよい地域にするために何が必要か検討する</li> </ul>
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・社会福祉協議会について</li> <li>・地域について</li> <li>・共生社会について</li> <li>・その他、相談によって内容を決定します</li> </ul>
対象者目安	小学生 ～ 一般区民 (対象に合わせて内容を設定できます)
所要時間	45分 ～ 90分(応相談)
講師	杉並ボランティアセンター職員
必要物品	パソコン、プロジェクター、スクリーン、マイク
注意点	広報のため講座の様子の写真を撮らせていただきます。

授業の様子



## No.2 分野:ボランティア

プログラム名	ボランティア はじめの一步👣
概要・目的	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボランティア活動と奉仕活動の違いについて理解する</li> <li>・ボランティア活動に参加するための一歩を踏み出せるようにする</li> </ul>
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・社会福祉協議会、ボランティアセンターについて</li> <li>・ボランティア活動と奉仕活動の違い</li> <li>・ボランティア4原則</li> <li>・ボランティアの活動分野や種類について</li> <li>・最近のボランティア事情</li> </ul>
対象者目安	小学生 ~ 一般区民 (対象に合わせて内容を設定できます)
所要時間	45分 ~ 90分(応相談)
講師	杉並ボランティアセンター職員
必要物品	パソコン、プロジェクター、スクリーン、マイク
注意点	広報のため講座の様子の写真を撮らせていただきます。

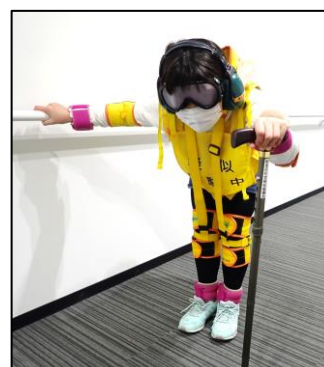
授業の様子



## No.3 分野:高齢者

プログラム名	高齢者模擬体験
概要・目的	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者模擬体験セットを装着し、高齢になった時の身体的機能の低下や心理的变化を模擬的に体験する</li> <li>・高齢者に対してどのようなサポートができるかを考える</li> </ul>
内容	<p>【高齢者模擬体験セット内容】</p> <p>おもり付きベスト（おもり:1キロ×4個）、サポーター（ひじ、ひざ）、おもり（手首・足）、イヤーマフ、ゴーグル（視覚障害4種）、前傾姿勢固定ベルト、杖、ゼッケン</p>
対象者目安	小学生 ~ 一般区民 （対象に合わせて内容を設定できます）
所要時間	80分 ~ （応相談）
講師	杉並ボランティアセンター職員
必要物品	高齢者模擬体験グッズ
注意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・装着に時間を要します。</li> <li>・2人1組になり装着と体験をしていただきますので、事前にグループ分けをお願いいたします。</li> <li>・物品は予約のうえ、実施日までに杉並ボランティアセンターの窓口まで取りに来てください。</li> <li>・物品使用後は消毒をお願いいたします。</li> <li>・動きやすい服装で参加してください（スカート、ヒール不可）</li> </ul>

体験の様子

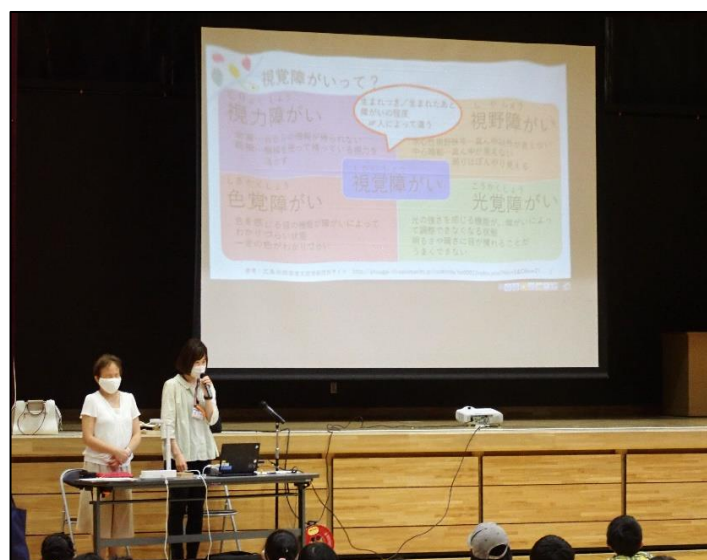




## No.4-1 分野:視覚障害

プログラム名	視覚障害について
概要・目的	<ul style="list-style-type: none"> <li>・視覚障害当事者の話を聞き、障害について理解する</li> <li>・視覚障害者のサポート方法について学ぶ</li> </ul>
内 容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・視覚障害について</li> <li>・見え方の違いについて</li> <li>・普段の生活について</li> <li>・視覚障害者への声掛け、手引きの方法について</li> <li>・質疑応答 等</li> </ul>
対象者目安	小学生 ~ 一般区民 (対象に合わせて内容を設定できます)
所要時間	45分 ~ 90分(応相談)
講 師	視覚障害当事者
必要物品	マイク
注意点	「【4-2】白杖体験」との組み合わせも可能です。

授業の様子



## No.4-2 分野:視覚障害

プログラム名	白杖歩行体験
概要・目的	<ul style="list-style-type: none"> <li>・視覚障害について理解する</li> <li>・視覚障害者のサポート方法について学ぶ</li> </ul>
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・視覚障害についての説明</li> <li>・白杖体験</li> <li>・手引き体験</li> <li>・その他、相談によって内容を決定します</li> </ul>
対象者目安	小学生 ~ 一般区民 (対象に合わせて内容を設定できます)
所要時間	45分 ~ (応相談)
講師	杉並ボランティアセンター職員
必要物品	アイマスク、白杖
注意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2人1組で体験していただきますので、事前にグループ分けをお願いいたします。</li> <li>・物品は予約のうえ、実施日までに杉並ボランティアセンターの窓口まで取りに来てください</li> <li>・物品使用後は消毒をお願いいたします。</li> <li>・実際に白杖をついて歩きますので、広い会場が必要となります。</li> <li>・「【4-1】視覚障害について」との組み合わせを推奨します。</li> </ul>

体験の様子



## No.5 分野:聴覚障害

プログラム名	聴覚障害について
概要・目的	<ul style="list-style-type: none"> <li>・聴覚障害当事者の話を聞き、障害について理解する</li> <li>・聴覚障害者のサポート方法について学ぶ</li> </ul>
内 容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・聴覚障害について</li> <li>・普段の生活について</li> <li>・手話について</li> <li>・聴覚障害者への声掛けについて</li> <li>・質疑応答 等</li> </ul>
対象者目安	小学生 ~ 一般区民 (対象に合わせて内容を設定できます)
所要時間	45分 ~ (応相談)
講 師	聴覚障害当事者、手話通訳者
必要物品	講師と要相談
注意点	・手話通訳者を依頼するため、講師の他に手話通訳者の分の謝礼も必要となります。

### 授業の様子



## No.6 分野:身体障害

プログラム名	車いす体験
概要・目的	<ul style="list-style-type: none"> <li>・車いすの名称や操作方法について理解する</li> <li>・車いすユーザーのサポート方法について学ぶ</li> </ul>
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・車いすの名称について</li> <li>・車いすの操作方法について</li> <li>・車いすユーザーのサポート方法について</li> <li>・車いす体験(介助)</li> <li>・まとめと振り返り 等</li> </ul>
対象者目安	小学生～一般区民 (対象に合わせて内容を設定できます)
所要時間	50分 ～ (応相談)
講師	杉並ボランティアセンター職員
必要物品	車いす、マットやカラーコーンなどの障害物
注意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2人1組で体験していただきますので、事前にグループ分けをお願いいたします。</li> <li>・物品は予約のうえ、実施日までに杉並ボランティアセンターの窓口まで取りに来てください</li> <li>・物品使用後は消毒をお願いいたします。</li> <li>・体育館などの広い会場が必要となります。</li> </ul>

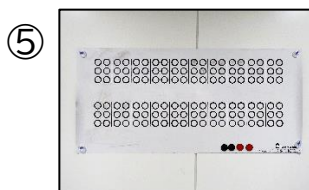
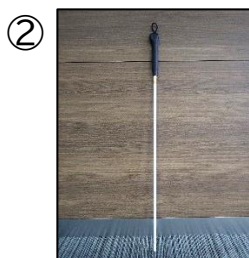
体験の様子



## 貸出物品一覧

対 象	区内在住・在勤・在学の方 ※営利を目的とする場合は、貸し出しをお断りしています。
貸出期間	原則として1週間
手続き方法	ご予約の上でご来所いただき、借用書にご記入・捺印
費 用	無料
注意点	貸し出し・返却の際は当センターへ直接ご来所いただきます。 貸し出しには運搬用の車両が必要な場合があります。

物 品	使 途	個 数
①高齢者 模擬体験セット	ゴーグルや手足の重り、前かがみベルト等を装着し、高齢の方の見え方・聞こえ方・運動機能を体験できます。	大人用 15セット
		こども用 10セット
②白杖	白杖を使った歩行体験や手引き体験ができます。※⑥と併せての使用を推奨します。	40本
③車いす	乗って見たときの目線や押しているときに気を付けることなどを体験します。	10台
④点字器	実際に文字を打つ体験ができます。	60個
⑤点字指導者用 ボード	点字の打ち方や読み方を説明するシートです。マグネットのため、黒板等に貼り付けて使用できます。	1枚
⑥アイマスク	全盲の体験ができます。 ※⑥のみの使用も可能です。	40枚



## 依頼にあたってのお願い

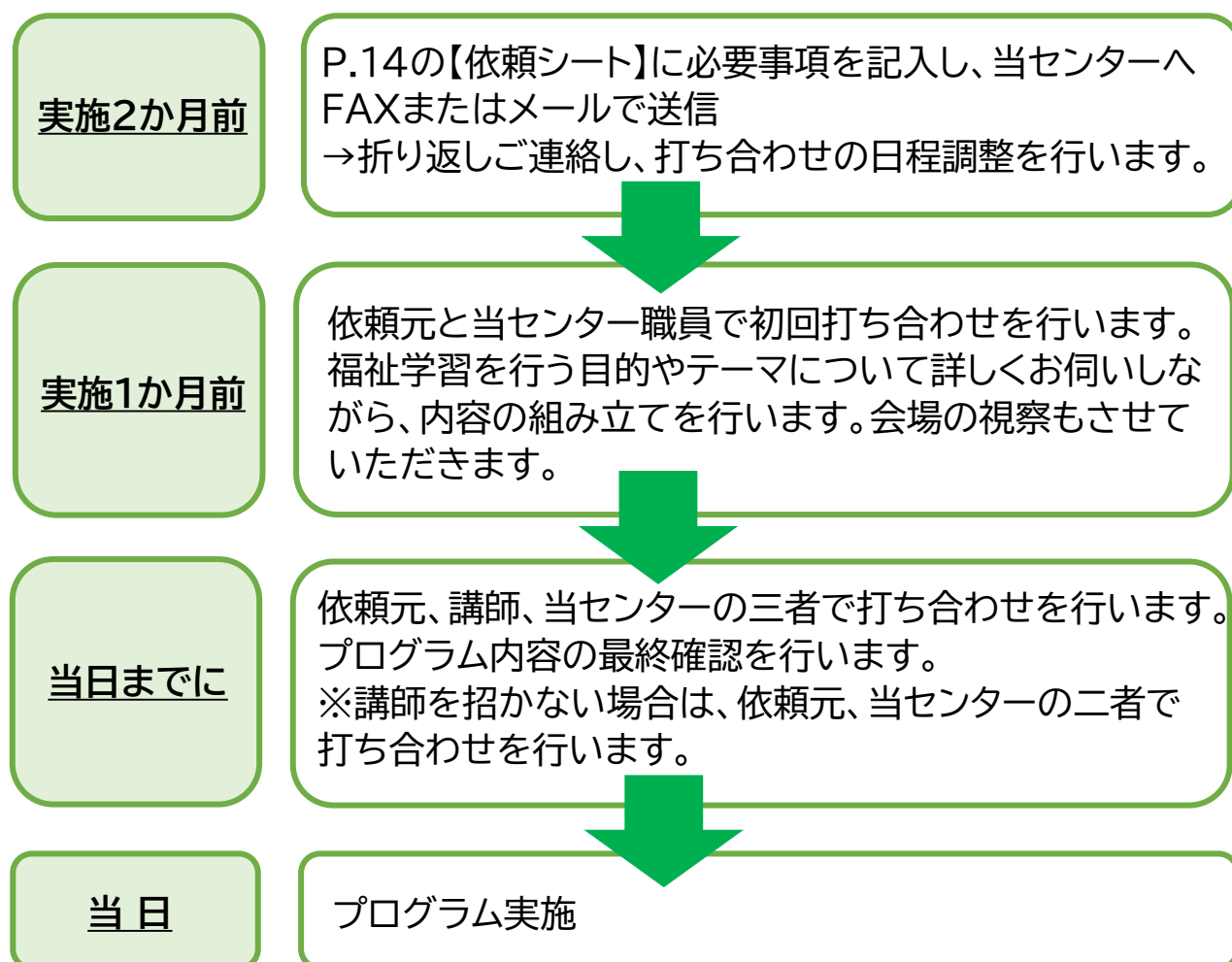
ご依頼元のご要望を伺いながら、内容の組み立てを行いますので、事前に打ち合わせの場を数回設けさせていただきます。また、必要に応じて講師の方とも調整を行いながら、プログラム内容を作成していきます。  
※実施2か月前にご依頼ください。

講師によって、謝金が発生する場合がございます。

今後のプログラムに活かすため、福祉学習終了後、参加者の感想等をいただきたいと思います。また、いただいた感想は講師にもお渡しいたします。(お手紙など、形式は問いません。)

まずはご相談ください。

## 依頼方法・流れについて



# 福祉学習プログラム 依頼シート

記入日: 年 月 日

学校名・団体名	
(ふりがな) 担当者名	
電話番号	
メールアドレス	
対象者・人数	
希望内容 <small>ご要望はコメント欄へ ご記入ください</small>	No.( ) プログラム名( ) <コメント>
希望日時	第1希望 月 日( ) : ~ : ( 時限目)
	第2希望 月 日( ) : ~ : ( 時限目)
	第3希望 月 日( ) : ~ : ( 時限目)
実施場所・住所	
その他	

【送り先】杉並ボランティアセンター

FAX:03-5347-2063 メール:info@borasen.jp

開所時間:火曜～土曜 8:30～17:00

# (記入例)

## 福祉学習プログラム 依頼シート

記入日: ●年 ▲月 ■日

学校名・団体名	杉並ボランティア小学校
(ふりがな) 担当者名	<sup>すぎなみ</sup> 杉並 <sup>こ</sup> ボラ子
電話番号	03-●●●●-△△△△
メールアドレス	◆◆◆@×××.jp
対象者・人数	小学4年生・120名(3クラス)
希望内容 <small>ご要望はコメント欄へ ご記入ください</small>	No.( 1 ) プログラム名( ボランティアってなんだろう ) <コメント> 短縮40分授業になりますので、2コマ続けて80分で 授業を実施できたらと思っております。
希望日時	第1希望 9月 6日(水) 8:50 ~ 10:20 (1, 2 時限目)
	第2希望 9月 13日(水) 8:50 ~ 10:20 (1, 2 時限目)
	第3希望 9月 20日(水) 8:50 ~ 10:20 (1, 2 時限目)
実施場所・住所	杉ボラ小学校 体育館 (杉並区天沼●-▲-■)
その他	1学期にボランティアについて調べ学習を 行っています。

【送り先】杉並ボランティアセンター

FAX:03-5347-2063 メール:info@borasen.jp

開所時間:火曜日~土曜日 8:30~17:00



## 福祉学習(模擬体験) アンケート用紙



この度は、模擬体験グッズをご利用いただき、ありがとうございます。

当センターとして、アンケートをもとに、より一層貸し出しの内容を充実させていきたいと思っています。

つきましては、ご多忙のなか恐縮ですが、アンケートへのご協力をお願いいたします。

団体名 学校名		担当者	
体験者年齢 (学年)	歳 ( 年生)	体験者数 (延べ)	名
利用期間	年 月 日 ( ) ~ 年 月 日 ( )		
利用グッズ (○をつけてください)	①高齢者模擬体験セット(大人用・子ども用) ②車いす ③点字器 ④指導用点字マグネットボード ⑤アイマスク ⑥白杖 ⑦何も利用していない		
実施内容 (人数・時間など)			
実施にあたり 準備したことなど (事前学習など)			
体験者の反応			
模擬体験グッズを 利用した感想			
気づいたことや ご要望など			

ご協力いただき、ありがとうございました。

杉並区社会福祉協議会 杉並ボランティアセンター

TEL:03-5347-3939 FAX:03-5347-2063

みんなが住みやすいまちに！



【 発 行 】  
社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会  
杉並ボランティアセンター

〒167-0032  
杉並区天沼3-19-16  
ウェルファーム杉並4階

電話:03-5347-3939  
FAX:03-5347-2063  
メール:info@borasen.jp  
HP:http://info@borasen.jp

杉並ボラセン  
ホームページ



杉並社協  
Facebook

