

# ともに生きる



## はじめに

わたしたちのまわりでは、子どもからお年より、男の人や女の人、  
障害のある人ない人、外国からやってきた人など、いろいろな人がく  
らしています。



わたしたちは一人で生きているのではなく、多くの支えがあって生  
きています。また、人と人との心が通いあい、思いやりの心で支えあい、  
おたがいが助けあうことによって、幸せにいらしていくことができます。



みなさんは、「ふくし」という言葉を知っていますか？

「ふくし」とは、漢字で「福祉」と書きます。「福」という字にも、「祉」  
という字にも、「しあわせ」という意味があります。それは、地域に住  
む人がおたがいに助けあうことで、わたしたちみんなが幸せにいらし  
ていくことでもあります。



この福祉教育読本「ともに生きる」では、みんなが幸せになるため  
の福祉のことを知り、だれもがともに生きるためには、どうしたらよ  
いかを考えていきます。そして、あなたができること、みんなのでき  
ることを見つけてください。

## ともだちになるために

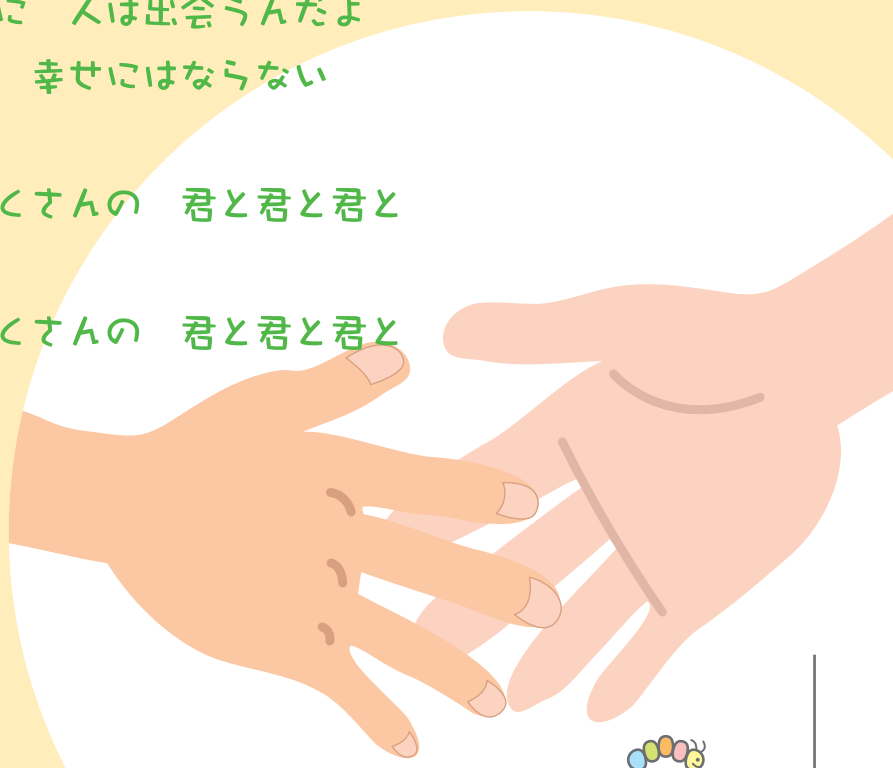
作詞 しん かわ 新沢としひこ

ともだちになるために 人は出会うんだよ  
どこのどんな人とも きっと分かりあえるさ  
ともだちになるために 人は出会うんだよ  
同じような優しさ もとめあっているのさ

今まで出会った たくさんの 君と君と君と  
君と君と君と君と  
これから出会う たくさんの 君と君と君と  
君とともだち

ともだちになるために 人は出会うんだよ  
一人をみしいことが 誰にでもあるから  
ともだちになるために 人は出会うんだよ  
誰かを傷つけても 幸せにはならない

今まで出会った たくさんの 君と君と君と  
君と君と君と君と  
これから出会う たくさんの 君と君と君と  
君とともだち





# ともに生きる

## もくじ

### 「ふれあい」を広げよう

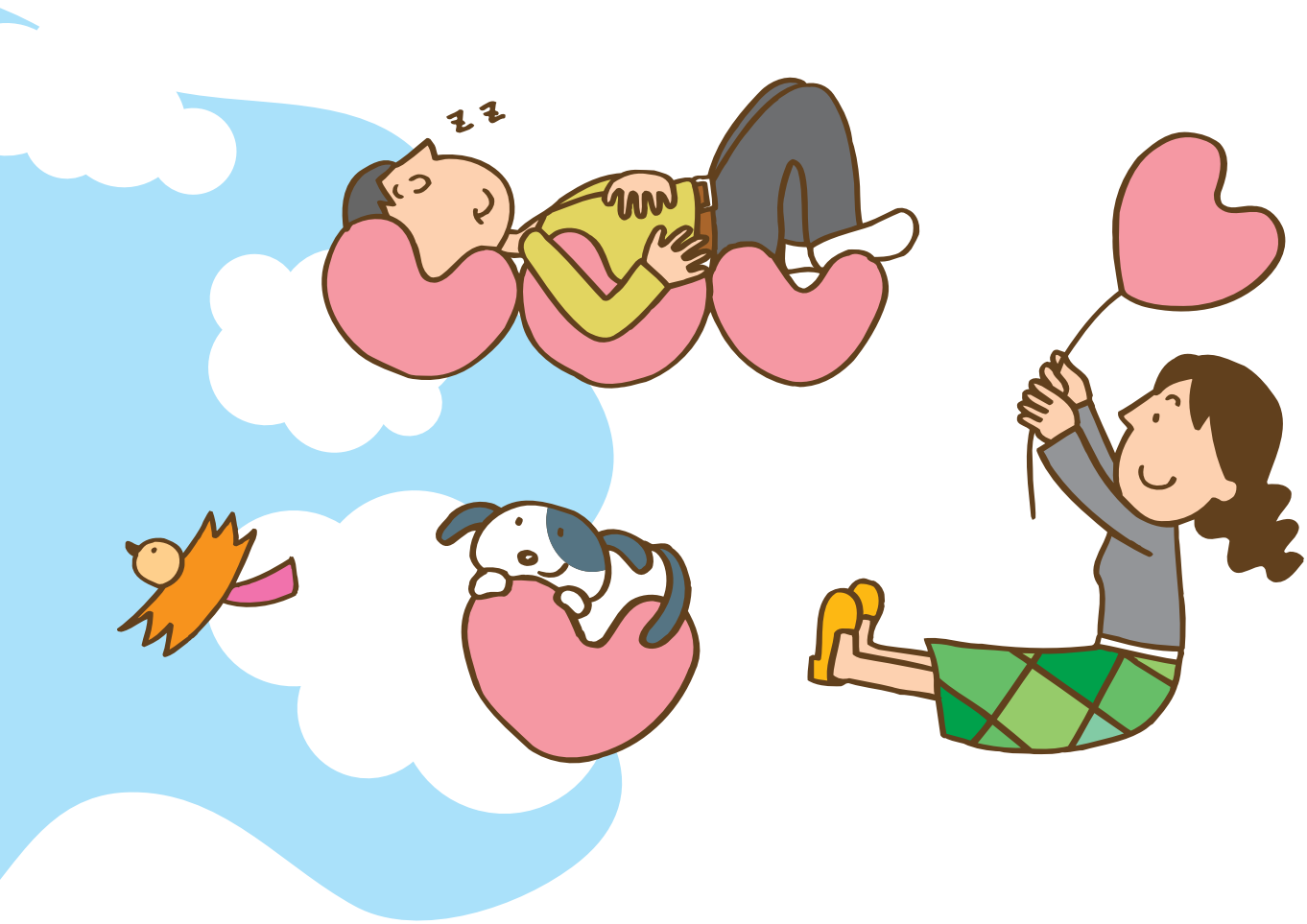
#### 第1章

家族とのふれあい .....	5
友だちとなかよく .....	8
<small>ちいき</small> 地域のなかでふれあおう .....	10
世界のみなさん、こんにちは .....	11

### 小学生としての支えあい・助けあい

#### 第2章

学校のなかで .....	13
<small>ちいき</small> 地域のなかで .....	17
支えあい・助けあいの輪 <small>わ</small> .....	21



## みんなで福祉のまちづくり

### 第3章

あたたかいまちをつくろう .....	24
やさしいまちをつくろう .....	25
福祉のまちづくりを支えるしくみ .....	28

## ボランティアってなんだろう

### 第4章

できることから始めてみよう .....	31
どんなボランティア活動があるのかな .....	36

### 参考資料

.....	38
-------	----





## 第1章

# 「ふれあい」を広げよう

わたしたちは、一人で生まれてきたわけではありません。  
また、生まれた後も、だれかの支えがあって生きています。  
家族や友だち、地域の人やたくさんちいほの人の支えがあって、  
今まで成長せいちょうしてきました。ここでは、わたしたちのまわり  
で支えてくれる、いろいろな人との「ふれあい」について  
考えてみましょう。

## 🌱 家族とのふれあい 🌱

### おたん生日おめでとう

わたしたち一人一人には、「たん生日」があります。長い間、お母さんのおなかのなかで育ち、外の世界へ出てきた大切な記念日です。生まれてきたことに感謝し、そして一つ年れいが大きくなっていくことをよろこび、みんなで祝います。

あなたが生まれて、初めて産声を聞き、顔を見た時の感動は、ことばでは言いつくせないものでした。10ヶ月間、大切に大切におなかの中で育ててきたあなたとやっと出会えた喜び、生まれてきてくれたうれしさにいっぱいでした。おっぱいをあげたり、おむつをかえたり、夜もゆっくり眠れない日が続いても、全然きつくありませんでした。日に日に大きくなり、表情豊かになっていく成長ぶりががんばる力になりました。あなたの笑顔がまわりのみんなを元気づけ、幸せにしてくれました。

お父さんお母さんにとって、あなたは他の何よりも大切なかけがえのない存在です。自分に負けない強い心、他人を思いやる優しい心、その両方をもてる人に育てほしいと願っています。



## いこいの場

生まれた後、わたしたちがくらす家庭は、生活のもとになる場所です。そのなかでは、食事・そうじ・洗たくなど、生活するための仕事を協力してやっています。また、おたがいに話しあっていくことで、心が「ほっと」する「いこいの場」の役目ももっています。



## 小学生の作文より

今日は、いつもはおふろのそうじしかしないけど、洗たくものもたたむことにしました。いつも洗たくものをたたむ時間は、ごはんが終わって少しいそがしい時間だからすることにしました。やってみると、洗たくものが多くて、けっこう大変でした。

やり終わった時、お母さんが喜んでいたので良かったです。ちょっとでも、多く手伝い<sup>よろこ</sup>ができたし、役に立てたので良かったです。



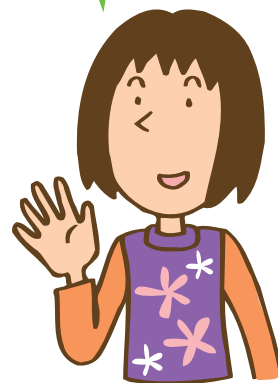
今日、久しぶりにお風呂そうじと洗たくものをたたみました。このごろ、お母さんが、「かたこったあ。」とか「だるい。」とかいろいろ言っていたので、久しぶりにお手伝いを試してみました。久しぶりにやったのでけっこうつかれてしまいました。お母さんのお手伝いをしながら「お母さんはこんな大変なのを毎日かかさずやっているんだなあ。」と思いました。

お手伝いした後、お母さんに「ありがとう。」と言ってもらいうれしかったです。今日、お手伝いをして、「次からも、ちょこちょこお母さんのお手伝いをしようかなあ。」と思いました。

## 家族でふれあおう

家族のみなでごはんを食べたり、いっしょにテレビを見たり、買い物に出かけたり、スポーツをするなど、いろいろなことを通して、楽しい家庭にしていきましょう。また、楽しかったことやうれしかったこと、苦しかったことやこまったことなど、いろいろなことを家族で話しあい、ともに支えあっていきましょう。

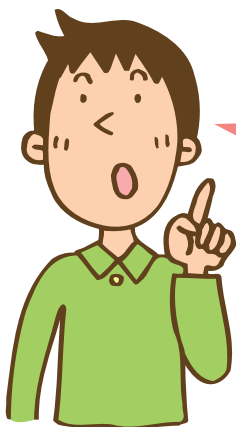
家族の一人として、  
どんなことができるか  
考えてみましょう。



## 友だちとなかよく

学校には、たくさんの友だちがいます。みんなが楽しく生活できるといいですね。そのために一人一人ができることを考えてみましょう。

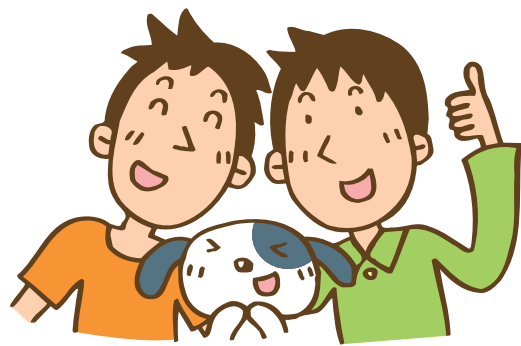
何かにこまっている人やなやんでいる人がいたときは、どうすればいいのでしょうか。「わたしだったら、きっとこうしてほしいんじゃないかな」と、自分と同じようにその人の気持ちを思いやることができれば、もっとよい友だちになれるかもしれませんし、みんなにとってもっと楽しい学校になるでしょう。



支えあい  
助けあいで、  
大事なことって  
なんだろう？

～思い出してみよう～

あなたが、こまっているときや  
なやんでいるときに、友だちにして  
もらってよかったこと、うれしかった  
ことを思い出してみましょう。



次のページを見て、あなたが友だちにできることには、どんなことがあるのか、考えてみましょう。

## 考えてみよう

次のような場面に出会ったとき、あなたならどうしますか？

1



重い荷物を持って  
いる友だちに  
出会ったとき

2



一人で泣いている  
友だちがいるとき

3



高いところ  
にある本をどろう  
としている  
車いすの友だちを  
見かけたとき

4



足をけがしている  
友だちが階段を  
上がろうと  
しているとき

5



けんかをしている  
友だちを見かけたとき

6



いじめられている  
友だちを見かけたとき

## ちいき 地域のなかでふれあおう

わたしたちがくらすまちには、いろいろな場所があります。公園、児童館、放課後児童クラブのように、学校帰りや休みの日などに遊びに行くところなどで、いろいろな人と出会います。このほかにも、<sup>ちいき</sup>地域の子ども会やスポーツクラブなどでは、いろんな学年の人がいっしょに活動して仲良くなっていきます。また、<sup>ちいき</sup>地域では、古くから伝わる踊りや歌などを子どもでしたり、お祭りや運動会などの行事を大人といっしょにしたりすることがあります。

このような活動を通して、わたしたちはともにくらす<sup>ちいき</sup>地域の人と出会い、人とのつながりを強くしていきます。<sup>ちいき</sup>地域の活動に<sup>さんか</sup>参加することで、家族や友だち以外の、いろいろな人とかかわってみましょう。



きりんじしまい  
麒麟獅子舞(鳥取市中ノ郷地区)



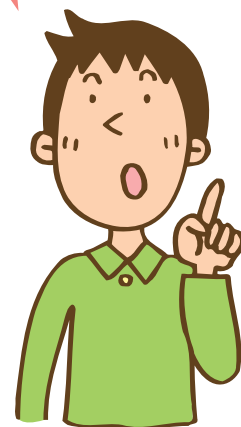
ぬのぞうり  
布草履作り(鳥取市鹿野町)

# 世界のみなさん、 こんにちは

わたしたちがくらすまちには、世界のいろいろな国からやってきた人も住んでいます。国がちがえば、言葉や文化、習慣しゅうかんなどもちがってきますが、ともに同じ地域ちいきや地球にくらす仲間でもあります。世界の人たちの生活や文化を知ることや、日本の文化や伝統でんとうをしょうかいすることを通して、おたがいりかいにちがうところや同じところを理解しあっていくことも大切です。



世界の人たちに  
しょうかいしたい、わたし  
たちの文化や伝統でんとう  
を考えてみましょう。





## 第2章

# 小学生としての 支えあい・助けあい

わたしたちが通う学校や生活する地域<sup>ちいき</sup>には、子どもからお年より、男の人や女の人、障害<sup>しょうがい</sup>のある人、外国からやってきた人など、いろいろな人がいます。いろいろな人とかがわっていくときに、それぞれの場面でわたしたちはどのようなことができるでしょうか



## 学校のなかで



わたしたちが毎日通っている学校は、勉強するためだけに通っているのではありません。同じクラスや学年だけではなく、いろんな学年の人ともいっしょに遊んだり、こまったときに相談したり、アドバイスしたりしながら、人と人との関わりあいを学ぶところでもあります。

また、学校では、児童会活動や委員会活動など、たくさんの力が集って、大きな何かをすることができます。

クラスのみならず学校全体でできる支えあい・助けあいを考えてみましょう。

いろんな学年の人が  
いっしょにできることを  
考えてみよう!



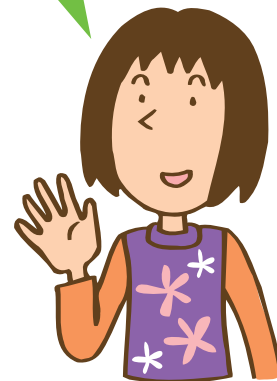
Let's Try!  
レッツトライ!

みんなでえがこう ぐるぐるアート

あなたの学校でも、  
友だちといっしょにチャレンジ  
してみよう!

◎ぐるぐるアートって何?◎

ぐるぐるアートは、自分でかいた絵の中に、  
ありがとうの言葉を同心円状につづることで、  
書く人のすなおな願ねがいや身の回りへの感謝かんしゃの心  
をはじめ、自然や環かんきょう境への思いを楽しく表現す  
ることができます。



◎ぐるぐるアートのえがき方◎

- 1 同心円が書かれた台紙に、えんぴつで下絵をかき、薄うすく色をぬります。
- 2 円の中央から下絵の色に合わせて色分けしながら、「ありがとう」の言葉を書いていきます。
- 3 すべての文字が中心を向くように、用紙を反時計回りにぐるぐる回しながら書いていきます。
- 4 次の段に上がる時は、最初に書き始めた文字の真上に一段上がるように書きます。
- 5 最後は「ありがとう」で終わるように(文のとちゅうにならないように)調整してください。

◎ぐるぐるアート 作成風景◎





## ぐるぐるアートを作成した友だちの感想

### づたさん

ぐるぐるアートって聞いた時、どんななのか全くわかりませんでした。<sup>むずか</sup>難しそうとしか思いませんでした。

でもやってみると意外にスラスラできました。何を“ありがとう”って言おうか少し迷った時もあったけど、<sup>まよ</sup>考えてみるといろんなものに“ありがとう”って言えるなあって思いました。

できあがってくると形になってきて、かいたづたが目立ってきました。

ここは、何色にしようかとかって考えるのがすごく楽しかったです。

できあがったのを見ると、あっ!あれにも“ありがとう”って言えたのっていっぱい思いうかんできました。

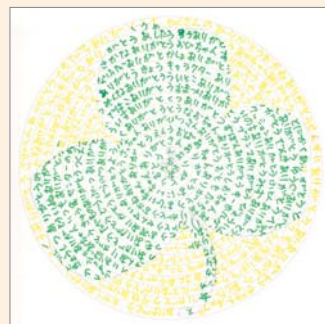
本当におもしろかったです。



### クローバー

ぐるぐるアートは、最初よく意味が分からなかったけど、ちがう人が作ったのを見たらよく分かりました。いろんな色を使って「絵」をかいたり、カラフルにしたり、とても楽しかったです。私は、クローバーをかきました。

“ありがとう”で、こんなにすてきな工作が作



れるなんてすごいと思いました。家でもやってみようと思います。

一番難しかったのは、色を変えるところです。文字のとちゅうで変えなければならぬので、大変でした。でも、私のは、黄色、黄緑、緑で使う色が少なかったの  
で、まあまあよかったです。

文字をぐるぐる回しながら書いていって目が回りそうでした。

最後にみんなのを見ると、一人一人ちがっていて、こんなのもあったなあと思  
いました。みんなバラバラでおもしろかったです。

## 海と太陽

初めてぐるぐるアートをしました。

見本を見た時は、難しそうだったけど、やっ  
てみると簡単でした。

初めは、何の絵にしようか迷ったけど、適当に決め  
ました。次は、何の“ありがとう”にするか考えてまし

た。初めの方は、見本に書いてあるのを書いたけど、それを全部使ったら、自分で  
考えなければなりませんでしたが、いろいろ考えたけど、同じものが何回も出てき  
たりしました。難しかったけど楽しかったです。



# ちいき 地域のなかで

わたしたちがくらしている<sup>ちいき</sup>地域のなかでは、多くの人の支えがあります。たとえば、学校の登下校の時間に、安全にわたしたちが行き来できるように見守ってくださる人。道路のゴミを拾って、きれいにしてくださる人。いろいろな形で、わたしたちがくらす<sup>ちいき</sup>地域を支える活動があります。わたしたち自身も<sup>ちいき</sup>地域に住む一人として、<sup>ちいき</sup>地域のためにできることを考えてみましょう。

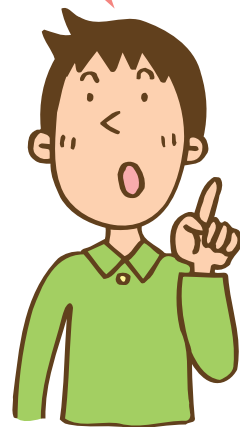
登校時の見守り



清掃活動



<sup>ちいき</sup>地域の人たちに  
見守られているんだね



## みんなでまちづくり

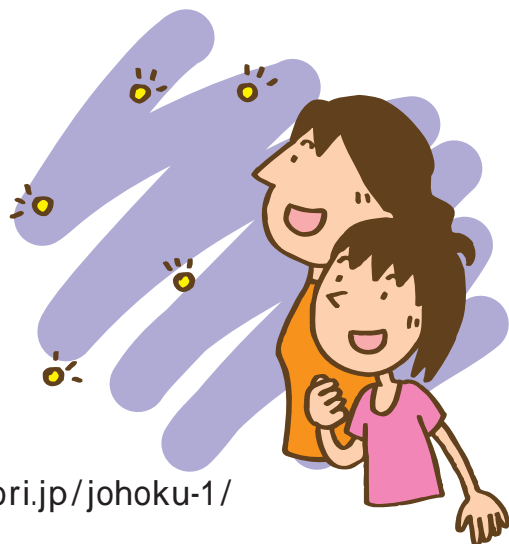
福祉のまちづくりは、同じ地域でくらすお年よりや障害のある人のためだけのものではありません。その地域に住むすべての人にとって、あたたかくてやさしいまちにしていくことが大切です。福祉のことをきっかけとしたまちづくり、また、まちづくりによって福祉の輪を広げていくこともできます。

鳥取市の城北地区では、地域の人たちが協力して「城北にホタルの里をつくろうじゃない会」をつくり、ホタルとともにくらせるまちづくりを行っています。私たちの鳥取県は「自然がゆたか」と言われますが、道路や住宅地、河川の整備によって昔の景色とは大きくちがってきています。まちの景色が変わる中で、動物や植物も姿を消し、自然が失われているところもあります。昔の城北地区では、あちらこちらにホタルが飛んでいて、地域の人たちが親しみをもつ昆虫の一つでしたが、年々見かけることも少なくなっていました。そこで、ホタルが住みやすい自然を取りもどすことを通し、地域のいろいろな人たちがともに語りあえるまちをめざして、地区公民館の庭にホタルが住める池をつくりました。



鳥取市立城北地区公民館

<http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/johoku-1/>



じょうほく  
「城北にホタルの里をつくらうじゃない会」  
の取り組み

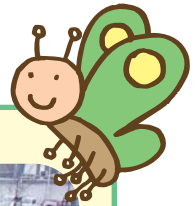


ホタルが公民館の池で飛ぶ姿を、子どもからお年よりまでのいろいろな人が、あたたかい目で見ています。ホタルが住み続けるには、池だけでなく周りの自然にも気をつけていかなければなりません。ホタルをきっかけにして、環境にも目をむけながら、気持ちのよいまちをめざしています。



鳥取市<sup>めいとく</sup>明徳地区でも学校と<sup>ちいき</sup>地域が一体となって  
こんな取り組みを行っています。

### 明徳<sup>めいとく</sup>小学校ふるさとビオトープ



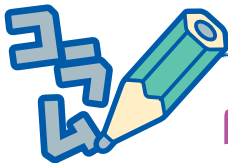
鳥取市<sup>めいとく</sup>明徳地区では、いろい  
ろな生き物に集まってほしいと  
願<sup>ねが</sup>って、明徳小学校児童会と地  
域<sup>い</sup>の人たちが協力してみんな  
でビオトープをつくりました。



明徳<sup>めいとく</sup>小学校(鳥取市)にできたビオトープ

※ビオトープとは、Bio(生き物)とTop(場所)の合成語で「それぞれの<sup>ちいき</sup>地域の、野生の生き物の<sup>せいそく</sup>生息空間」を意味します。

地域<sup>ちいき</sup>の人たちが協力して何かをすることができる、そんな支えあいのあ  
るまちが、福祉<sup>ふくし</sup>のまちへとつながっていきます。



### 「メダカが日本からいなくなる!？」

メダカは、以前は私たちに一番身近な魚でした。しかし、今では全国的に  
数が減り、絶滅<sup>ぜつめつ</sup>するおそれのある生き物のひとつになっています。メダカは、  
田んぼやそのわきの水路などでくらしています。昔の水路は土を掘っただけ  
のもので、水草<sup>みずくさ</sup>も生え、水の流れもゆるやかだったので、メダカにとっては、  
とてもくらしやすかったのですが、最近では、水路をセメントで固めるなど  
の整備<sup>せいび</sup>が進み、メダカがくらすところが少なくなり、その影響<sup>えいきょう</sup>でメダカの  
姿が消えているのです。

# 支えあい・助けあいの輪

## お年よりと

今、わたしたちの日本では子どもが少なく、そしてお年よりの多い社会になっています。お年よりは、ふだんのような暮らしをされているのでしょうか。元気にはたらいっている人、<sup>ちいき</sup>地域のためにいろいろな活動をしている人、自分の<sup>しゅみ</sup>趣味や習い事をしている人など、さまざまです。

お年よりが子どものはころは、遊び道具は身近なものを使い、自分で工夫して作って遊んでいました。<sup>ちいき</sup>地域や学校によっては、お年よりから昔の遊びを教えてもらうことや、いっしょにふれあって楽しむことをしているところもあります。



## しょうがい 障害のある人と

しょうがい  
障害のある人といっても、手や足が不自由な人、耳や目が不自由な人、心やからだに病気のある人などさまざまです。

しかし、しょうがい  
障害があることで、その人が「何もできない」ということはありません。勉強やスポーツ、仕事や子育てなど、いろいろなところで活やくされています。

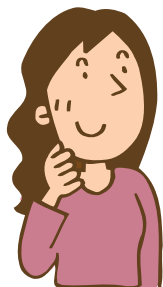
わたしたちの学校やちいき  
地域の中にも、多くのしょうがい  
障害のある人がくらしています。しょうがい  
障害があってもわたしたちと同じちいき  
地域にくらす仲間です。

しょうがい  
障害があることは、生活する上で不便なところもありますが、「不幸」なことではありません（乙武洋匡『五体不満足』より）。



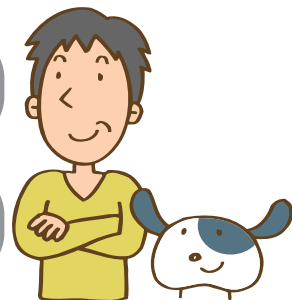
2005年、長野県で開かれた「スペシャルオリンピックス」（知的障害がある人のスポーツの世界大会）に向けて、鳥取県で行われたトーチランには、多くの知的障害がある人が参加しました。

## 考えてみよう



お年よりとふれあいの活動を考えてみよう。

しょうがい  
障害のある人とのふれあいの活動を考えてみよう。







## 第3章

# みんなで福祉のまちづくり

わたしたちがくらすまちを、だれにとっても住みやすく、  
気持ちよくするためには、どのようにしていけばよいので  
しょうか。そこで、わたしたちがくらすまちをよく知り、  
わたしたちにもできることを考えていきましょう。



## 🌱 あたたかいまちをつくらう 🌱

わたしたちをはじめ、地域ちいきにすんでいる人やわたしたちのまちにやってくる人みんなが、気持ちよく過すごせるまちにしていきたいですね。そのためには、どのようなことができるのでしょうか。

たとえば、道路のゴミをひろったり、朝出会った人と「おはようございます」のあいさつをするなど、わたしたちにもできることはあります。また、学校の友だちとプランターに花を植えて、まちを花でいっぱいにしていくことで、気持ちのよいまちにしていくこともできるでしょう。



クリーンクリーン活動



アルミ缶集め大作戦

## やさしいまちをつくらう

「バリア・フリー」(barrier free) という言葉を知っていますか。「バリア」は英語で「さまたげるかべ」、「フリー」は「自由にする」という意味があります。つまり、「バリア・フリー」とは「かべをとりぞいで自由にする」ということになります。



階段の部分に、車いすでも通れるようにスロープがつけられています。

わたしたちのまちでは、いろいろな人が安心してくらせるように、さまざまな工夫がされています。例えば、車イスの人やお年よりの人にとって、高い建物にあがるために階段しか無かったらどうでしょうか。そのような場合、エレベーターやスロープなどが付けられることで、安心して出かけることができます。

### シャンプーとリンスの区別

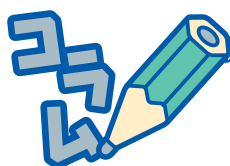
実はシャンプーの容器にだけ、ギザギザがついているので、触ればシャンプーだとわかるようになっています。



じゃ、お礼は、  
どうやって見分ける  
のかな？

この他、最初から「バリア」をなくすための工夫をしようとして、「だれにも共通で使える」ものとして「ユニバーサル・デザイン」(universal design) と呼ばれるアイデアが使われています。わたしたちの身の回りに、どんな「バリア・フリー」や「ユニバーサル・デザイン」のものがあるか見つけてみましょう。





## 本当のバリアフリーにむけて

わたしたちのまちに、「点字ブロック」と呼ばれるものがあります。点字ブロックは日本で発明され、1967年に岡山県で初めて使われました。まちの中の点字ブロックをよく見ると、色のちがう点字ブロックがあります。多くは黄色の点字ブロックですが、他の色を使用している場合があります。

周りの景色に合わせて黄色の点字ブロックを使用していないのですが、<sup>まわ</sup>目が不自由で点字ブロックを必要としている人には、黄色でなくてはこまることもあります。目が不自由 = まったく目が見えないということではなく、文字は見えないが光やわずかに色のちがいは分かるという「弱視」の人にとって、黄色は大切な意味をもつ色になっています。



黄色の点字ブロック

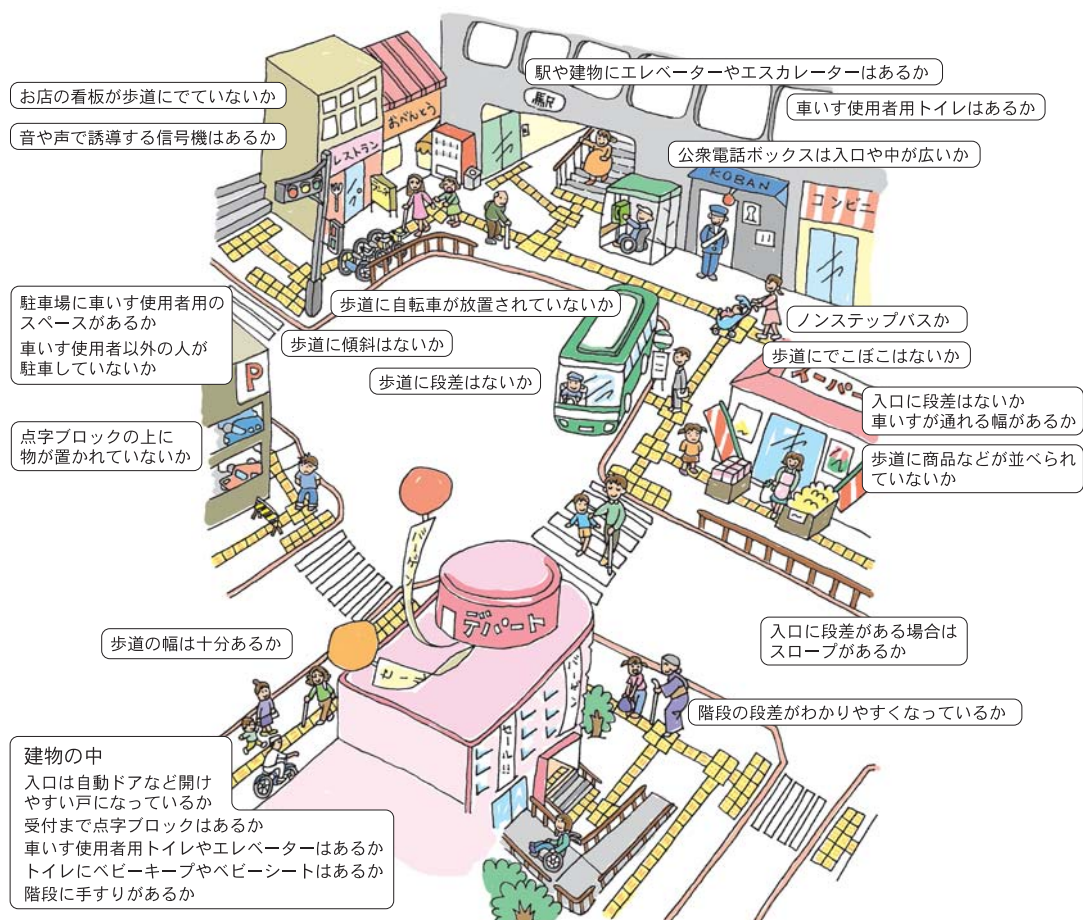


また、点字ブロックの上に自転車や車をとめたりして、その役割を果たせないような光景を見かけます。点字ブロックの大切さを理解して、本当の意味でのバリア・フリーができるよう、わたしたちも考えて行きましょう。

Let's Try!  
レッツトライ!

ふくし  
あんしん福祉マップをつくろう

地域の様子を調べたら、だれもが安心して暮らせるための福祉マップを作ってみましょう。前のページで確認したもののほかに、移動の際に危険なところ、車いすや補助犬を利用して入れるお店、スロープや車いすが利用できるエレベーターなど、必要な情報をマップに入れていきます。完成したら、地域に配り活用してもらいましょう。



# 福祉のまちづくりを 支えるしくみ

車いすを使う人やお年よりの人などだれもが、安心していろいろなところへ出かけられるにはどうしたらよいのでしょうか。バリア・フリーやユニバーサル・デザインによって、やさしいまちに変えていくことは大切なことです。これだけでなく、障害のある人やお年よりの人の暮らしを支えていく取り組みも大切です。

米子市内で行われている「オープンカレッジin鳥取」は、知的障害のある人に学びの場所を作ろうということで、2001年から始められました。

この「オープンカレッジin鳥取」では、学校の先生や福祉施設の職員、そして大学生や障害のある人の家族など多くの人たちが協力して、大学に代わる学びの場所づくりを行ってきました。

最初は参加するだけだった障害のある人も、少しずつ準備やいっしょに学んでいる友だちを支えるようになり、障害のある人もない人も関係なく、同じまちにくらす仲間がともに支えあう取り組みになりました。いっしょに学ぶことを助けるために、高校生や大学生のおにいさんおねえさんも、ボランティアとして協力しています。



お茶のたて方を学びました



からだのしくみを学びました

この「オープンカレッジin鳥取」を続けていくには、会場を借りたり参加者を集めたりするためのお金が必要でした。

そこで、多くの会社や団体が募集する「助成金」に応募することにより、これまで支えられてきました。

そして、2005年に「赤い羽根共同募金の配分金」を受けることができ、安心して学ぶことができます。

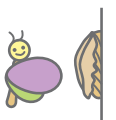
このように、障害のある人やお年よりの人の生活には、地域のなかのいろいろな人の支えが大切です。人の力だけでなく共同募金のような手助けも、大きな役割を果たしています。



お年よりの介護の仕方を学びました



©中央共同募金会





## 第4章

# ボランティアってなんだろう

「ボランティア」という言葉を知っていますか。わたしたちがくらすまちには、いろいろなボランティアの活動があります。わたしたちがどのようなボランティアができるのか、考えてみましょう。



# できることから 始めてみよう

## ボランティアってなに？

「ボランティア」という言葉には、「自分の意志<sup>いし</sup>でする」という意味があります。つまり、自分から進んですることが大切になります。ところで、「ボランティア活動」と聞いて、あなたは何を思いうかべますか。前の章でも紹介した募金<sup>ぼきん</sup>活動、近所のおばあちゃんの車いすをおしたりするものなど、いろいろなものがあります。

「ボランティア」は人のためにするものにも思えますが、まず自分が「してよかったな」と思えることが大切です。



お年よりの施設などで沖縄民謡を演奏している、沖縄音楽グループ「ゆいま～る」のみなさん

## ボランティアをはじめることは難しくない！

ボランティアという言葉を知ると、「大変そう」だとか「めんどくさい」など、自分にできるボランティアなんてないと思う人はいませんか。

しかし、ボランティアは自分にあったものを選んで行えば、そんなに難<sup>むずか</sup>しいことではありません。



自分にあったボランティアとは、自分ができること、好きなこと、得意なことを生かすことです。そのような形のボランティアをしている人はたくさんいます。たとえば、パソコンなどが得意な人はパソコンの使い方をボランティアとして教えます。また、ピアノなどの楽器ができる人は、お年よりの施設や保育所などで演奏します。

また、ボランティアは身近にもあります。おばあさんが重い荷物を持って歩いている時には、いっしょに持ってあげるとか、汽車やバスの中で席をゆずってあげるとか、ゴミがあったら拾ってゴミ箱にするなどです。

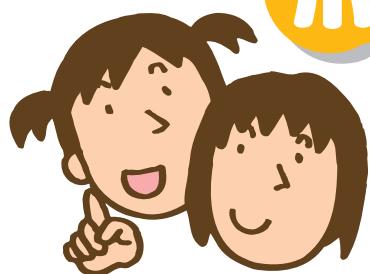
何ごとも、続けていくことが大切です。自分ができるところからはじめて、ずっと続けていけるよう、あなたも挑戦してみませんか。



# ボランティア活動

の

## こころがまえ



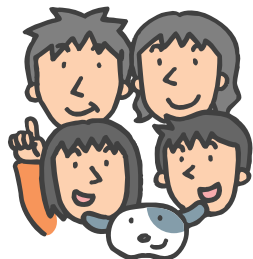
1. 無理をしないこと。
2. あいさつや思いやりを大切に。
3. 約束と秘密ひみつは必ず守る。
4. いろいろな人と協力し、力を合わせることに。
5. 相手の気持ちを大切に。
6. 家族や先生とよく話をして意見を聞く。
7. 安全に注意して、けがをしないようにする。



何かボランティア活動を試みようかとお考えのみなさん！  
 どの活動から始めようか、このページで探してみてください。

あなたはどんなタイプ？

START



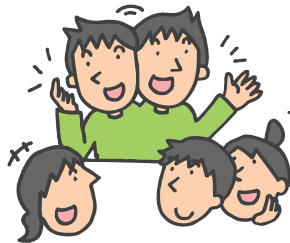
家の中より  
外で遊ぶ方が好きっ！

はい →

いいえ →



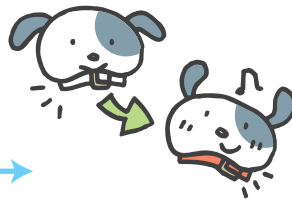
人の目が気になる



人見知りをしない



読書はよくある方



白より赤の方が好き



マラソン

サッカー

サッカーより  
マラソンが好き



お年玉は全部  
使ってしまう



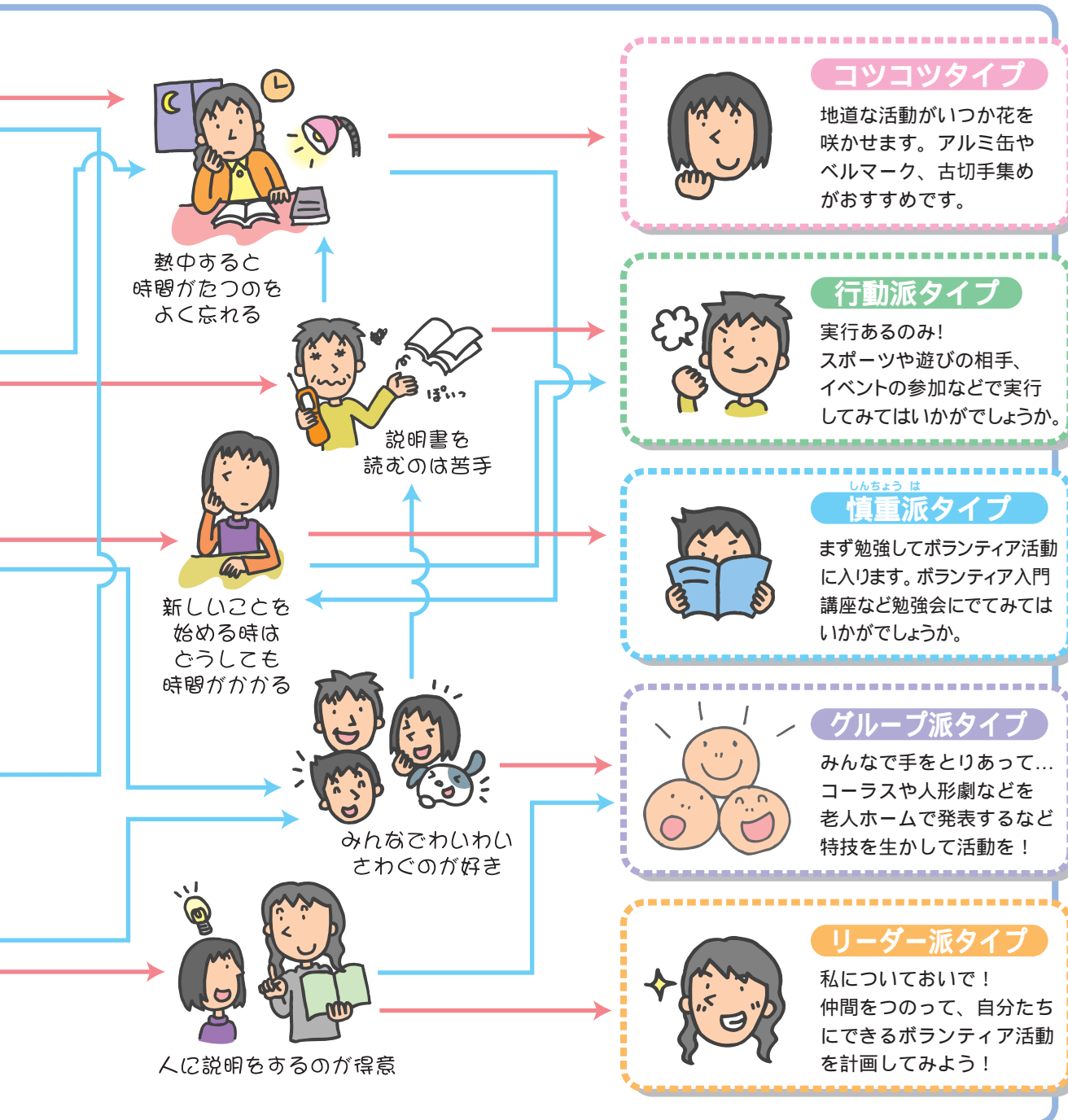
失敗してしかられたら  
トイレに行って泣いてしまう



毎日が忙しい



流行に敏感な方だ



# どんなボランティア活動があるのかな

## ～ものづくりのおもしろさを伝える～

毎年5月、「五月だ!! 因幡・伯耆の手づくりまつり」が鳥取県内で行われています。手づくりまつりでは、ものづくりの楽しさや大切さ、昔から伝わるものづくりの技術などを、体験を通して知ってもらうことをめざしています。

当日は、手すき和紙、網づくり、木や金属で作る工作など、職人さんや専門の人から直接教えてもらい、ものづくりの体験することができます。



光るどろだんご作り



職人さんと糸ノコを使用しました



紙ねんどのプロ - チ作り

この手づくりまつりを開いてきた、鳥取大学の土井康作さんにお話を聞きました。

ものづくりのボランティアとして参加する人達は、事前の話し合いや準備をたくさんします。たとえば、当日までの予定を決めたり、事前に試作品をつくったり、材料・工具準備や会場準備をしたり、手引き書をつくったりするのです。初めて参加するボランティアの人たちでも、職人さんや先輩から作り方を学びながら、だんだん活動の内容や意味を知り、より積極的に行動

するようになります。当日は参加者の立場に立って、自信を持って教えることができるようになります。ボランティア活動に参加した多くの大学生は、子どもたちや親たちにもものづくりを教え、楽しそうな笑顔に接することで、地域に貢献したという充実感を得ています。このようにものづくりのボランティア活動は、人から技を学んだり、人に技を伝えたりするととてもよい機会となり、人と人とを結びつける機会にもなっています。

土井康作さん（鳥取大学地域学部教授）

大学生のみなさんは、ボランティアで参加していますが、何ヶ月もかけて準備を行います。準備のなかで、ものづくりをためし、失敗をくり返しながら、うまくいくまで何度も挑戦する人もいます。その中で、いろいろなことに気づかれたようです。

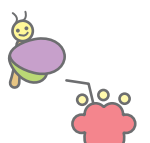
#### 参加した大学生の感想

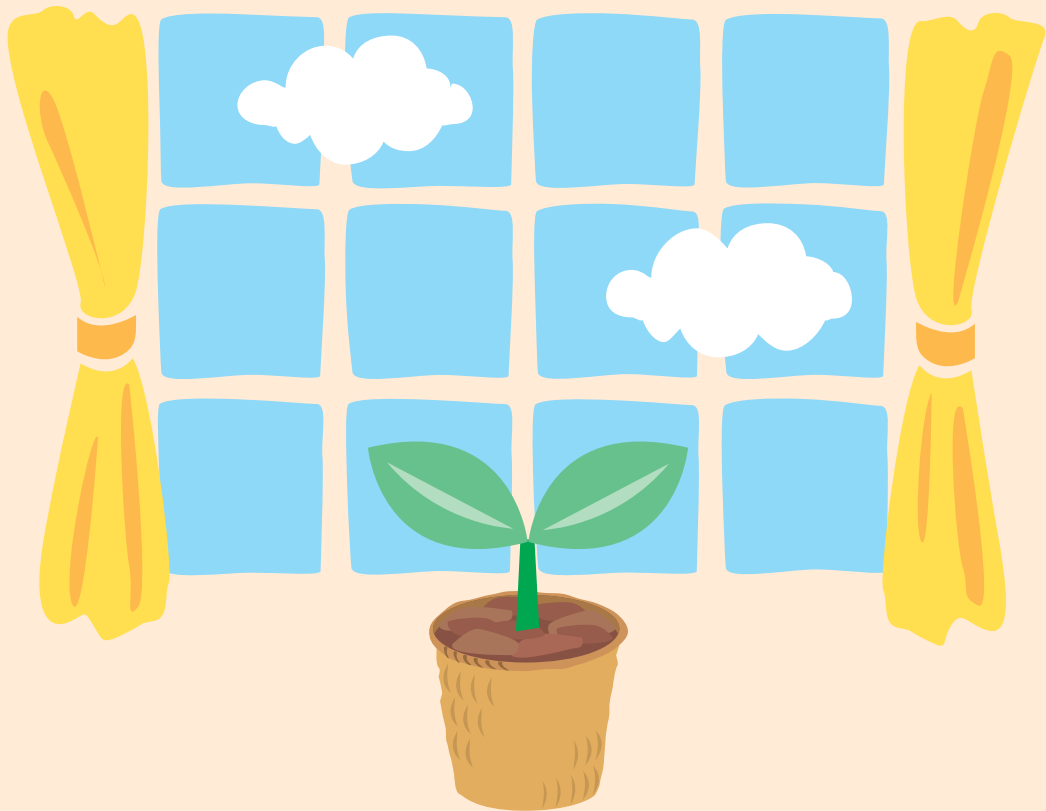
初めはうまく伝えられるか不安でしたが、子どもたちから「ありがとう」と言われるとうれしくて、参加してよかったなあと思いました。小さな子どもががんばって作っているところを見ると、自分もがんばって教えようと思いました。

子どもたちと同じ目線で「ものをつくる」ということは、とても難しかったです。そのうち、わたしも昔はこういう風にしていたのだな、と思えるようになり、しだいに楽しくなりました。

大学生のみなさんは、手づくりまつりをきっかけとして、土井さんといっしょに、大学祭や地域の公民館でのイベントなどで、ものづくりの面白さや大切さを伝えることもしています。

ボランティアを「やってよかったなあ」と思えることが、「次もやってみよう」という気持ちにつながっていくようです。





# 参 考 資 料

子どもが減っている .....	39
減っていく子どもの数	
進む高齢化社会 .....	40
増えていくお年よりの割合	
社会福祉のしくみ .....	41
こんなことを知っている则便利だよ .....	42
福祉やボランティアについてもっと知りたいとき .....	46
市町村社会福祉協議会(ボランティアセンター)一覧	
自分で探せるボランティア ~アクセスガイド~	

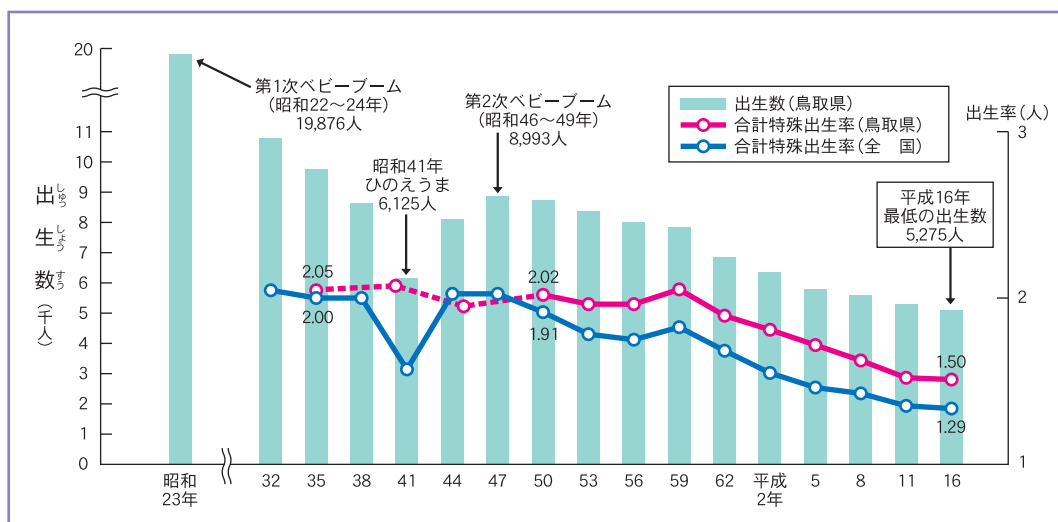


# 子どもが減っている

生まれる子どもの数が少ない「<sup>しょうしか</sup>少子化」が進んでいます。子どもの数が少ないのは、結婚しない人が増えたり、結婚しても子どもを持たない夫婦が増えていることなどによって、生まれる子どもの数が減っているからです。



## 減っていく子どもの数(鳥取県の場合)



※<sup>ごうけいとくしゅうしゅっしょうりつ</sup>合計特殊出生率／ひとりの女性が一生のうちに生む子どもの平均の数(15歳から49歳までの女性の年齢別出生率を平均したもの)

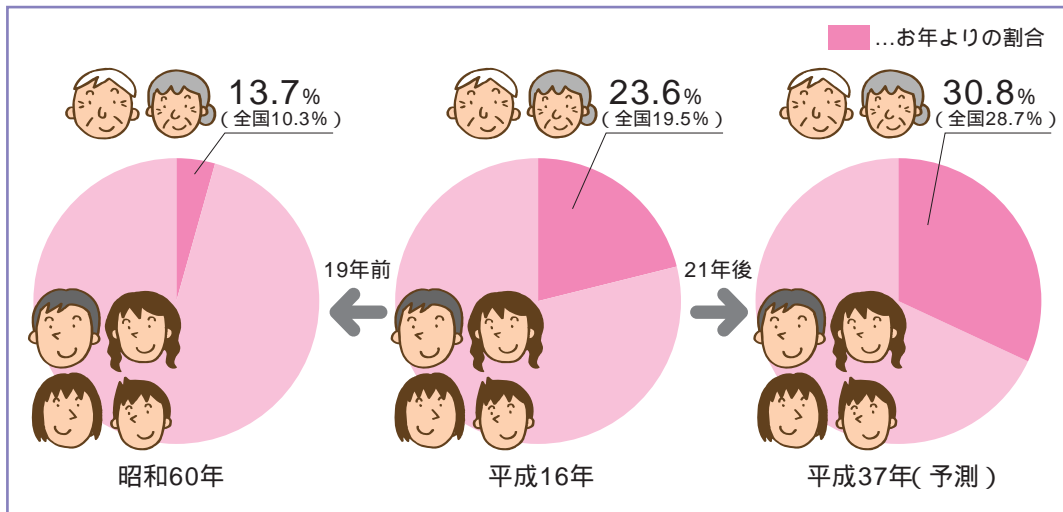


# 進む高齢化社会

人口に占める65歳以上の高齢者の割合（高齢化率）が急速に高まっています。特に、鳥取県の場合、全国に比べ高齢化が早く進んでおり、平成16年の高齢化率は、23.6%となっています。

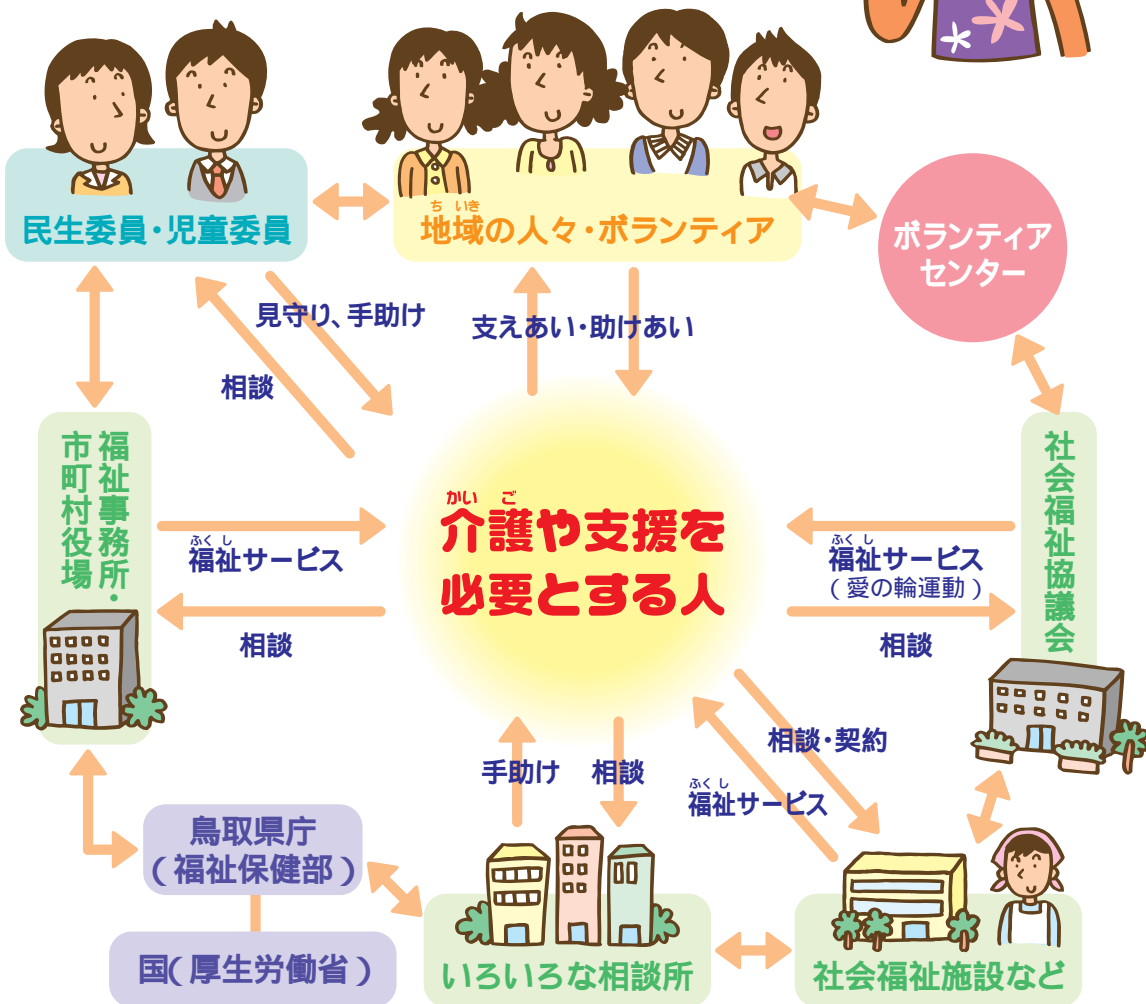


## 増えていくお年よりの割合(鳥取県の場合)



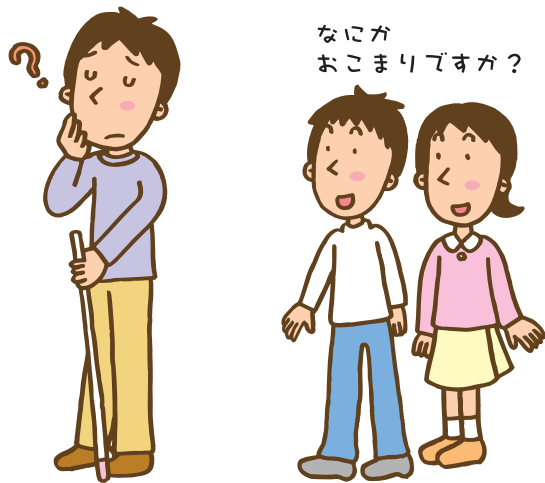
# 社会福祉のしくみ

だれもが地域で安心してらせるよう、公的な福祉サービスだけでなく、社会福祉協議会の活動や地域の人々のボランティア活動などが行われています。



# こんなこと知っていると便利だよ

## 目が不自由な人に出会ったとき



### 困っているときは、声をかけよう

目が不自由な人が、困っているようだったら、「何かお困りですか」と声をかけましょう。特に駅のホームなど、人がこんごつして危険なところでは、声をかけてみましょう。

### あいさつは、目が見える人から

「わたしは〇〇です。よろしくお願いします」と声をかけてから、あく手をしましょう。あく手をする事で、相手の人はあなたの身長などがわかります。また、あなたの心のあたたかさも伝わります。

### いきなりからだにふれないでね

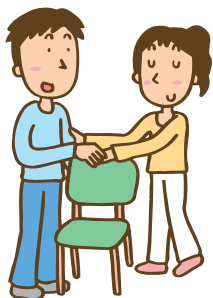
目が不自由な人は「白いつえ」をたよりに歩いています。だから、つえをさわったり、にぎったりしないようにしましょう。また、後ろからふれたり、とつぜん手をにぎったり、肩をたたいたりするのも相手にとっては不安なのでやめましょう。



### 左側の半歩前を歩こう

案内するときは、白いつえの反対側(ふつうは左側)に立って、腕を貸して、目が不自由な人の半歩前を歩きます。

いすの  
背もたれです



**説明は、具体的に**

場所を伝えるときは「あと3歩で階段です」というふうに、具体的に説明しましょう。



左にコーヒーがあります



**「ここに〇〇があります」**

何かをわたすときは「ここに〇〇があります」と説明してから、手にふれてもらいます。特に、はさみなど、あぶないものは、持つところを伝えてわたしましょう。

もうどうけん  
**目が不自由な人を助ける「盲導犬」**

目が不自由な人の歩行を案内する犬のことを「盲導犬」といいます。

盲導犬に出会ったときは、さわったり、えさをやったり、さわいだりしないようにしましょう。

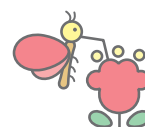
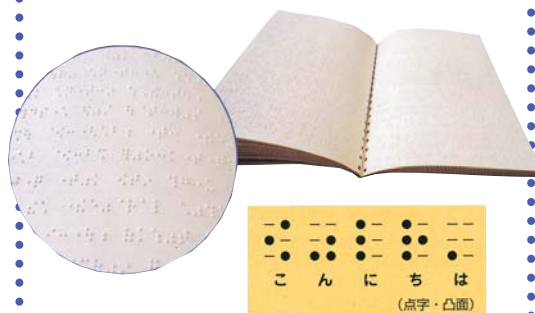
盲導犬が混らんして、安全に案内ができなくなってしまうます。



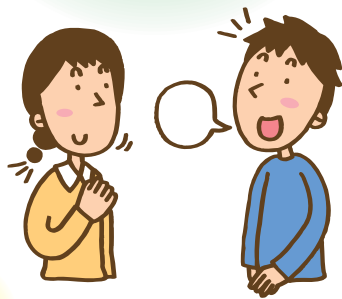
**点 字 (てんじ)**

目が不自由な人は、小さな点を組み合わせた「点字」を指先でたどって文章を読みます。

そうした点字で書かれた本は、主にボランティアの人たちや、家族の人たちによって作られています。



## 耳が不自由な人に出会ったとき



### 口元をはっきりと見せましょう

耳が不自由な人は、読話(どくわ)といって、口の動きを見て、言葉を読み取ることがあります。話をするときは、相手に口元をはっきり見てもらってゆっくりと話しましょう。



### わかりにくい言葉は言いかえよう

耳が不自由な人に、うまく伝わらない言葉は、同じ意味をもつ別の言葉に言いかえてみましょう。



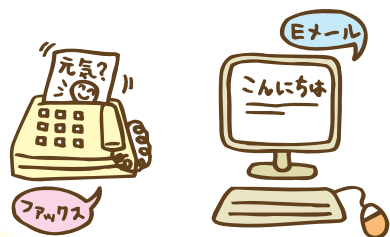
### 文字を書いて伝えよう

言葉が通じにくいときは、手のひらや紙に、文字を書いて伝えましょう。



### あぶないときは知らせよう

車が後ろから近づいたり、車が「ブーツ」と警告音(けいこくおん)を鳴らしても、わかりません。肩をたたいたり、身ぶりで知らせたりしましょう。



### 連絡はファックスやメールが便利

耳が不自由な人に連絡するときは、ファックスやメールを使うと便利です。

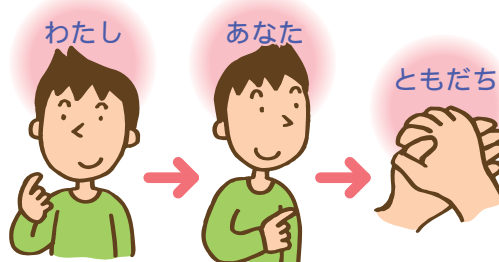


### 代わりに電話をかけるとき

耳が不自由な人の代わりに電話をかけてほしいとたのまれたら、伝えたいことを、紙に書いてもらいましょう。

### 手 話 (しゅわ)

「手話」は、手や指の動きや、顔の表情などを組み合わせて表現する言葉です。



### 指 文 字

人の名前や地名などは、手話では表現できない場合があります。そんなときには、ひらがなを、一文字ずつ表す「指文字」で表現します。



わたしも  
やってみよう

ア	イ	ウ	エ	オ	カ	キ	ク	ケ	コ	サ	シ	ス	セ	ソ	タ	チ	ツ	テ	ト	ナ	ニ	ヌ	ネ	ノ	ハ	ヒ	フ	ヘ	ホ	マ	ミ	ム	メ	モ	ヤ	ユ	ヨ	ラ	リ	ル	レ	ロ	ワ	ヰ	ヱ	ヰ	ガ	ギ	グ	ゲ	ゴ	ザ	ジ	ズ	ゼ	ゾ	ダ	チ	ツ	テ	ド	バ	ビ	ブ	ベ	ボ	パ	ピ	プ	ペ	ポ
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---



# 福祉やボランティアについてもっと知りたいとき

あなたのまちの<sup>しゃ かい ふく し きょう ぎ かい</sup>社会福祉協議会、鳥取県ボランティアセンターへ問い合わせせてみましょう。

問い合わせをするときは、  
まず最初に、自分の  
学校名・学年・クラス・名前を  
はっきり言おう！



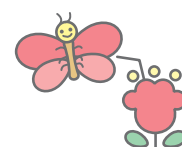
## 市町村<sup>しゃ かい ふく し きょう ぎ かい</sup>社会福祉協議会(ボランティアセンター)一覧

平成18年3月現在

市町村	所在地	電話	FAX	
鳥取市	鳥取市 総合福祉センター	〒680-0845 鳥取市富安2丁目104-2 さざんか会館内	(0857)24-3180	24-3215
	国府町 総合福祉センター	〒680-0142 鳥取市国府町麻生4-2 老人福祉センター内	(0857)22-1880	22-1889
	福部町 総合福祉センター	〒689-0106 鳥取市福部町海士1013 砂丘温泉ふれあい会館内	(0857)75-2316	75-2317
	河原町 総合福祉センター	〒680-1221 鳥取市河原町渡一木277-1 老人福祉センター内	(0858)76-3125	85-0103
	用瀬町 総合福祉センター	〒689-1211 鳥取市用瀬町別府96-2 保健福祉センター内	(0858)87-2302	87-2369
	佐治町 総合福祉センター	〒689-1313 鳥取市佐治町加瀬木2171-2 老人福祉センター内	(0858)89-1022	89-1045
	気高町 総合福祉センター	〒689-0331 鳥取市気高町浜村8-8 老人福祉センター内	(0857)82-2727	82-3171
	鹿野町 総合福祉センター	〒689-0325 鳥取市鹿野町今市651-1 老人福祉センター内	(0857)84-3113	84-2453
	青谷町 総合福祉センター	〒689-0521 鳥取市青谷町露谷53-5 老人福祉センター内	(0857)85-0220	85-0079
米子市	本所	〒683-0811 米子市錦町1丁目139-3 福祉保健総合センター内	(0859)23-5491	23-5495
	淀江支所	〒689-3402 米子市淀江町淀江1110-1 老人福祉センター内	(0859)56-5467	56-6400
倉吉市	本所	〒682-0822 倉吉市葵町717-3 老人福祉センター内	(0858)22-5248	22-5249
	関金支所	〒682-0411 倉吉市関金町関金宿1175 社会福祉センター内	(0858)45-3800	45-2533
境港市		〒684-0043 境港市竹内町40	(0859)45-6116	45-6146
岩美町		〒681-0003 岩美町浦富645	(0857)72-2500	72-3811
八頭町	本所	〒680-0463 八頭町宮谷254-1 老人福祉センター内	(0858)72-6210	72-2793
	郡家支所	〒680-0463 八頭町宮谷254-1 老人福祉センター内	(0858)72-0021	72-2793
	船岡支所	〒680-0411 八頭町船岡殿159 高齢者総合保健福祉センター内	(0858)73-0672	72-6122
	八東支所	〒680-0532 八頭町東593-1 地域福祉センター内	(0858)84-2210	84-2227
若桜町		〒680-0701 若桜町若桜1247-1 地域福祉センター内	(0858)82-0254	82-1204
智頭町		〒689-1402 智頭町智頭1875 智頭町保健・医療・福祉総合センター内	(0858)75-2326	75-4110



市町村	所在地	電 話	FAX
湯梨浜町	本 部	〒689-0601 湯梨浜町泊1085-1 保健福祉センター内	(0858)34-6002 34-6013
	羽合支部	〒682-0722 湯梨浜町長瀬584 健康福祉センター内	(0858)35-2351 35-4143
	泊 支 部	〒689-0601 湯梨浜町泊1085-1 保健福祉センター内	(0858)34-2616 34-3083
	東郷支部	〒689-0713 湯梨浜町旭83 老人福祉センター内	(0858)32-0828 32-0834
三 朝 町		〒682-0125 三朝町横手50-4 福祉センター内	(0858)43-3388 43-3378
北 栄 町	本 所	〒689-2205 北栄町瀬戸36-2 社会福祉センター内	(0858)37-4522 37-4532
	北条支所	〒689-2103 北栄町田井46-2 高齢者福祉センター内	(0858)36-4527 36-5056
琴 浦 町	本 所 (東伯支所) 赤碓支所	〒689-2352 琴浦町浦安123-1 社会福祉センター内	(0858)52-3600 53-2035
		〒689-2501 琴浦町赤碓1113-1 老人福祉センター内	(0858)55-1124 55-1137
南 部 町	本 所 (西伯支所) 会見支所	〒683-0351 南部町法勝寺331-1 総合福祉センター内	(0859)66-2900 66-2901
		〒683-0227 南部町浅井938 総合福祉センター内	(0859)64-3511 64-3513
伯 耆 町	本 所 (岸本支所) 溝口支所	〒689-4121 伯耆町大殿1010 保健福祉センター内	(0859)68-4635 68-4634
		〒689-4201 伯耆町溝口281-2 福祉センター内	(0859)63-0666 63-0660
日吉津村		〒689-3553 日吉津村日吉津973-9 社会福祉センター内	(0859)27-5351 27-5931
大 山 町	本 所	〒689-3111 大山町赤坂764 ふるさとフォーラムなかやまいきいき倶楽部内	(0858)49-3000 49-3013
	大山支所	〒689-3332 大山町末長503 総合福祉センター内	(0859)39-5018 39-5021
	名和支所	〒689-3211 大山町御来屋467 保健福祉センター内	(0859)54-2200 54-6028
	中山支所	〒689-3111 大山町赤坂764 ふるさとフォーラムなかやまいきいき倶楽部内	(0858)49-3012 49-3013
日 南 町		〒689-5211 日南町生山357	(0859)82-6038 82-6058
日 野 町		〒689-5131 日野町黒坂1247-1 老人福祉センター内	(0859)74-0338 74-0338
江 府 町		〒689-4403 江府町久連7-1 老人福祉センター内	(0859)75-2942 75-3900



インターネットでも調べてみよう！

## 自分で探せるボランティア アクセスガイド

### 鳥取県社会福祉協議会

<http://www.tottori-wel.or.jp/>



ボランティア活動を始めるにあたっての留意点や講座・イベント情報など、県内のボランティア関連情報などを掲載しています。

### 鳥取県共同募金会

<http://ns.tottori-wel.or.jp/akaihane/>



鳥取県共同募金会の取り組みや赤い羽根共同募金のお知らせ、公募のボランティア・NPO支援の助成実施状況などが掲載されています。

### 鳥取県企画部協働推進室

～いきいきNPO・ボランティア情報ネットワーク～

<http://www.pref.tottori.jp/kyoudousuishin/npo/index.htm>



県内のボランティア団体の紹介、NPOに関する情報などが掲載されています。

### 鳥取県国際交流財団

<http://www.torisakyu.or.jp/ja/>



国際交流財団の活動報告やイベント情報、基金・助成金の情報、外国人のための生活情報等が掲載されています。

## ボランティアに関するホームページの紹介

ボランティアについての詳しい情報を見ることができるホームページです。  
知りたいことや疑問に思ったことを調べる時に役立ててください！

### 全国社会福祉協議会

～地域福祉・ボランティア情報ネットワーク～

<http://www3.shakyo.or.jp/cdvc/>



全国のボランティア・市民活動、ボランティアコーディネーターや応援者に必要なノウハウや活動事例などの情報が掲載されています。

### 「広がれボランティアの輪」連絡会議

<http://hirogare.org/>



「広がれボランティアの輪」連絡会議の活動状況やボランティア体験月間の取り組みの呼びかけ等を行っています。

### NHKボランティアネット

<http://www.nhk.or.jp/nhkvnet/top.html>



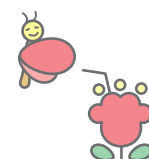
全国のボランティア団体から登録されたボランティア募集情報やイベント、講座情報等が掲載されています。

### 日本赤十字社

<http://www.jrc.or.jp/>



寄付金や義援金をはじめ、赤十字奉仕団によるボランティア活動に関する情報が掲載されています。



少子高齢社会の加速に伴い、高齢者や障害者の問題が国民全体の共通課題になり、福祉の役割や福祉についての考え方などが大きく変わりつつあります。

現在は、各市町村において高齢者や障害者の人々と「ともに学び」「ともに生きる」まちづくりをめざして、日常的に支援するための啓発・教育活動が進められています。

さらに学校現場に目を移しますと、学習指導要領の改訂により創設された「総合的な学習の時間」の内容に「福祉」が盛り込まれ、高等学校の教科に「福祉」が新設されるなど、大きな変化がありました。それに加え、ボランティア活動などの体験学習の実施等もあり、学校教育と福祉現場の関わりがますます強くなってきています。

鳥取県社会福祉協議会では、学校現場での福祉教育実践に活用していただく資料として、これまで『ともに生きる－福祉の心を育てるために－』（1980年）、『福祉教育－実践の手引き－』（1983年）、『ひとが生きている－福祉と私－』（1986年）などを発行してきました。当時の福祉の動向や問題を分かりやすく伝える内容で、いずれの資料においても、多くの皆様からご支持をいただいているところです。

この度、近年の社会福祉基礎構造改革による福祉制度の大改革を踏まえ、また新たな時代のニーズを基に、福祉教育読本『ともに生きる』を作成いたしました。この小学生版は、2005年3月の中学生版に続いての発行になります。

本書は「福祉教育読本」ですが、ただ文章を読んで理解するだけでなく、また逆に単なる資料集にもならないよう、その構成に配慮しています。本書の全体を通して、児童自身が、自分ができることを事例から学び、自分でも福祉に関わる活動をしてみようという意欲を持つきっかけになる内容になったのではと考えています。小学校における福祉教育では、福祉の制度やさまざまな取り組みの情報提供よりも、思いやりの心、気づきの心といった人間教育を重視する必要があるでしょう。本書でも紹介しているように、日常の活動の中に福祉の心を育てる契機はたくさんあります。むしろ、そのような日常生活における活動を大切にしていくことが、福祉の世界では大切なことではないかという思いがあります。

事例では県内の取り組み状況を紹介し、より身近なものとしてボランティア活動や地域での支えあいのシステムを理解していただけるようにしました。紙幅の都合上、取り上げることが出来なかったものも多く、授業実践に際しては、学校が立地する地域と関連づけた内容を加えていただければ幸いです。

参考資料では、各種データや児童が理解を深めていく上で、必要な情報を掲載しています。図書紹介にあげている書籍についても、学校図書館で用意していただくと、より効果的な学習につながると思います。

本書を通して、児童自身が「子ども」の福祉の対象者であり、また自分たちも支えられる側であることを認識し、お互いにともにこの社会で生きていくための支えあいについて、学んでいただければと思います。児童自身の福祉の心を育てるとともに、児童自身も福祉の主人公として育っていただけることを期待しています。

鳥取県社会福祉協議会・福祉教育研究委員会

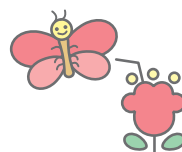
## 図書紹介

- ・安藤雄太『ボランティアまるごとガイド』 ミネルヴァ書房
- ・一番ヶ瀬康子監修『未来に広がる「福祉の仕事」』 学研(1～8巻)
- ・井上滋樹『ユニバーサルサービス』 岩波書店
- ・乙武洋匡『五体不満足』 講談社
- ・金子郁容『ボランティア—もうひとつの情報社会』 岩波書店
- ・斎藤道雄『デイホームのためのお年寄りの簡単なゲーム集』 黎明書房
- ・『総合的学習に最適 障害を理解しよう』 小峰書店(1～4巻)
- ・野村武夫『ノーマライゼーションが生まれた国・デンマーク』 ミネルヴァ書房
- ・日比野正巳監修『“ちょボラ”で福祉のまちづくり』 学研(1～5巻)
- ・茂木俊彦監修『障害を知る本』 大月書店(1～11巻)

## 福祉教育研究委員会委員 (50音順・敬称略)

- ・安治 紘紀 鳥取市立城北地区公民館長 (副委員長)
- ・大橋 和久 社会福祉法人倉吉東福祉会・倉吉東保育園長
- ・岡本 洋一 鳥取市社会福祉協議会総務課長
- ・木下 志津 鳥取市立末恒小学校教諭
- ・國本 真吾 鳥取短期大学幼児教育学科講師
- ・小谷 輝美 鳥取市社会福祉協議会・国府町総合福祉センター所長
- ・竹内 祇明 鳥取社会福祉専門学校講師 (委員長)
- ・森本 順子 鳥取市立気高中学校教諭
- ・山名 智美 鳥取県教育委員会事務局家庭・地域教育課指導主事
- ・米田 恵子 鳥取県教育委員会事務局小中学校課指導主事

(所属・職名は、平成18年3月現在)



**発 行 者**

**社会福祉法人**

**鳥取県社会福祉協議会・ボランティアセンター**

〒689-0201

鳥取県鳥取市伏野1729-5 鳥取県立福祉人材研修センター内

TEL 0857-59-6332 FAX 0857-59-6340

URL <http://www.tottori-wel.or.jp>

平成18年3月発行

ともに



生きる