



# 白根地区紹介

・区の東部に位置し、丘陵地には住宅街、国道・白根通り沿いには商業施設が点在している。図書館や地区センターなど公共施設も充実。

- ・障害者施設が多く立地している。
- ・白根カーニバルや新春子供大会などのイベントや地域食堂など地域の活動が活発。

◇人口 14,853人  
◇高齢化率 27.1%  
(出典:令和6年9月「地区概況シート」  
健康福祉局作成)



きっかけ

## ボランティアセンターに相談が…

障害についてみんなに知ってもらいたい、講演会をしたい

まずは地域のボランティアなどで仲間探しをしてみるの？

ボランティアって何ができるの？

興味のあることや好きなことを活かした活動を紹介できます！



夏目さん



ボランティアセンター職員

コーディネート

## 地域ケアプラザへ相談！

### 区社協

地域でのボランティア活動を紹介したい方がいる、とケアプラザへ相談。

### 白根地域ケアプラザ

本人が地域ケアプラザへ来館し、相談を受けていることを区社協へ共有。  
「ボランティア活動に興味がある」

⇒白根みらい食堂を紹介

**まずは一緒に食べに行って、活動や雰囲気を見てみよう！**

コーディネート

## 白根みらい食堂へ相談！

活動の受入れについて…

障害のある人もどんな方も  
メンバーの一人として活動  
してもらえるのは嬉しい

小学生のボランティアもいたり、  
忙しい活動の中で受け入れるに  
はどうしたらいいかしら・・・



みらい食堂代表  
渡邊さん

まずはみらい食堂の  
メンバーに相談してみよう！

## 活動メンバーみんなで考える！

- ・ 食堂後のミーティングで夏目さんの受入れについて相談

若くて力のある方に手伝ってもらえるのはみらい食堂にとっても助かる！

障害についての理解にもつながるし、まずは一緒に活動してみたい！



### 活動

## 白根みらい食堂に参加！

### みらい食堂の関わり

- ・ 障害がある人、としてではなく、メンバーのひとりとして自然と関わることができる
- ・ 小学生のボランティアも障害を理解しながら自然に接していた
- ・ メンバー間で受け入れについて共有したことで、初日もスムーズに対応ができた
- ・ 活動の中で必要な役割を細かく分担して、活動に参加しやすい環境にしている

## 不動丸ファームでの活動

- ・誰もが「楽しく」ボランティア活動できるようメンバー募集は「だれでも」「飛び入り参加OK」  
⇒認知症の方も障害のある方もメンバー不登校児童が飛び入り参加したことも



- ・年齢、体力、お身体の状態、畑の経験は人それぞれ  
⇒メンバー各自ができるときに、できる作業を行えばOK



### 活動

## 不動丸ファームに参加！

### 不動丸ファームの関わり

- ・ だれでも参加できるし、だれもが活躍できる場所
- ・ 個性として捉え、それぞれその人に合った声かけ
- ・ 特別扱いはしない。ダメな時はダメと伝える
- ・ 得意なことを活かして活動できる役割分担
- ・ お互いに「ありがとう」「いつも助かるよ」の声かけ

# 夏目さんにインタビュー! ～地域活動をはじめてみて～

## 地域活動をはじめてみて

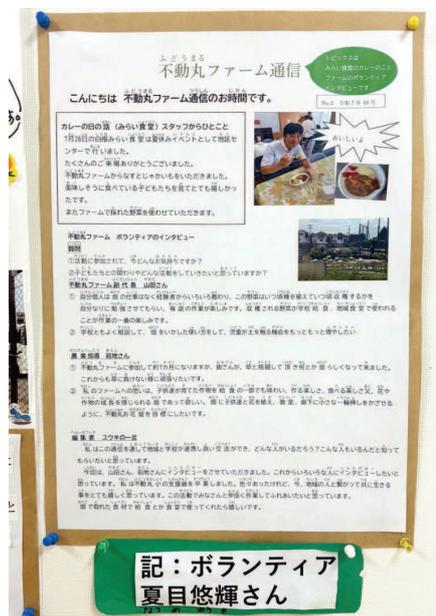
- ・自分の役割を持っている、頼られていると感じられる
- ・「自分のことを受け入れてくれている」「理解されている」  
⇒帰ってくると安心できる居場所になっている
- ・白根で活動しているときには感じないが、  
他のまちに行くと障害の差別が気になる部分がある  
⇒周囲のやさしさや接し方が活動のしやすさにつながっている

## 地域での活動から約1年…



↑子どもの居場所連絡会にみらい食堂を代表して出席！

不動丸ファーム通信を自ら希望して作成→



記：ボランティア  
夏目悠輝さん

## まとめ①～支援者の関わり～

- 本人の思い、意欲、できることは？本人とコミュニケーション大切に  
⇒ケアプラザ職員で共有、本人が地域で活躍できることは？
- 本人の次の一歩を後押しするサポート
- 自分でできることは自分で対応するような提案、促す、励ます
- 専門機関につながるべきことは、本人へ提案

## まとめ②～地域の関わり～

- ・どんな人でもまずは話を聞いて、その人自身を「知る」
- ・得意なこと、できることを活かす、個性にあわせた役割分担  
⇒周囲がその人の存在や能力を認めることで、安心感や自信につながる
- ・「特別」に接するのではなく、地域の担い手の一員としての活動が信頼関係につながった。