令和2年度 5月号
ボランティアセンターだより

たいない

編集・発行　胎内市社会福祉協議会
地域福祉係
ボランティアセンター
胎内市西本町 11－11 ほっと HOT・中条内
TEL 0254(44)8682　FAX 0254(44)8651
E-mail borasen@tainai-syakyo.or.jp
HP http://tainai-syakyo.com/

新年度がスタートをして、もうすぐで２か月が経ちます。
感染症の流行により、各種ボランティア講座・研修など延期・見送りとなってしまったことや、ほっとHOT・中条内のボランティアルームの貸し出しもストップしたことで、ボランティアさんとお会いする機会も、がくっと減ってしまいました。これまで当たり前だったことができないもどかしさがあり、なかなか新年度の波に乗れずなんとなく時差ボケ中です…。早くいつも通りの日常が戻るようにと願うばかりです。

新しい生活様式を取り入れたボランティア活動を！

３月からじわじわと増え続け、新潟県内でも猛威を振るう新型コロナウイルス。
テレビやラジオをつけるとウイルスの話ばかりで、気分を晴らしたくても友人と会っておしゃべりも出来ない…とストレスがたまる日々が続いています。

みなさんは、自分なりの楽しいお家の過ごし方は見つけられましたでしょうか？
今回のことに限らず、たっぷり寝て、おいしいものをたくさん食べて、軽い運動をするなど、免疫を高めるための心掛けは大事だなと改めて実感しました。

そんな中でも、新潟県では５月 14 日に緊急事態宣言が解除され、３密（密閉、密集、密接）に注意した上で、公共・娯楽施設やデパート、学校が再開など、普通の日常が戻りつつあります。目に見えない敵と戦う日々はまだまだ続きそうですが、５月７日に厚生労働省より公表された「**新しい生活様式**」と上手く付き合っていきましょう。

● 新しい生活様式

（自分自身や家族、友人を守るための生活の中に取り入れてほしい行動や取り組みなど実践例をまとめたもの）

感染防止の3つの基本

⇒ ①人との間隔を空けること/②マスク着用/③手洗い

3つの基本を行ったうえで以下のような取り組みを行うことがより Good とのことです！

一人ひとりが気をつけること

- 出かけるなら屋内より屋外を！
- 家に帰ったら手や顔を洗う
- 手洗いは 30 秒かけて、丁寧に石鹸で洗う
- 発症したときのために、誰とどこで会ったかをメモしておく　など

ちなみに…童謡“どんぐりころころ”を2回歌いながら洗うと 30 秒♪

日常生活の各場面別でのポイント

- 買い物は通販を利用する、食事の際にはデリバリーやお持ち帰りの選択をする
- 公共交通機関を利用するときは会話を控えめにしましょう
- 食事に集中して、会話は控えめに　　など

ボランティア活動を行うときのポイント

- 発熱や風邪の症状がある場合は参加をしない
- 狭い部屋での定例会や練習は避けて、広く、人と人との間隔が取れる会場で行う
- 道具の貸し借りはしない　　など

＊お互いに「感染しない、させない、広げない」感染対策がポイントです。

“情報”を伝える手段はさまざまです

胎内市には、障がい児・者への支援・啓発に取り組むボランティア団体が存在することはご存知でしょうか。
胎内市ボランティアセンターに登録する団体は、5団体おり、日々活動しています。

手話 胎内市手話サークル かえで
中条手話サークル はまなす

筆記 中条要約筆記サークル

点字 中条点訳グループ ほたる

音声 胎内市音声訳「ひわの会」

これまでの活動としては…

✓小学校など教育機関から「手話について学習したい」という要望があれば、地域の先生として活動
✓講演会やイベントなどでの要約筆記
✓社会福祉協議会で行う講習会（手話・音声訳・点字など）での講師
✓社協だより、市報たいないや議会だよりの点字訳・音声訳　　など　さまざまな場面で活躍しています。

今回の感染症による活動自粛の間にも、障がいのある方の生活にとって情報を得るための大切な支援ということで、障がい児・者の支援にあたるボランティア団体の皆さまの了解のもと、広報誌等の点字訳・音声訳については活動を継続させていただいておりました。

ポイント コミュニケーションも環境とともに変化が必要です

一般社団法人ダイアローグ・ジャパン・ソサエティが、視覚障がい・聴覚障がいのある方を対象に、生活面・情報取得の面や、コミュニケーションに関することなど在宅長期化に伴い抱える困りごとについて、独自で実態調査を行いました。5月8日にHPへ掲載されておりましたので、一部を抜粋してご紹介したいと思います。

*一般社団法人ダイアローグ・ジャパン・ソサエティ…
障がいの有無にとらわれず、対話や五感及び異文化コミュニケーションを図るため、暗闇・静寂・時間を用いたアトラクション事業を展開している

調査日：令和2年4月23日～26日　回答者：165名（視覚71名、聴覚80名、重複障がい7名、その他7名）

＜生活環境について＞
●「生活や外出面に不便がある」と全体の6割が回答
…視覚障がい者
✓1人で歩いているときに誰かにガイドをお願いしづらくなった
✓普段白杖を使って歩いていますが、街の人の声掛けが以前より冷たくなった
✓弱視のため、目を近づけなければ見ることができない、周囲から見ると不快だろうなと感じます
✓ものに触れて歩くことで位置を把握する視覚障がいのある私たちは、除菌シートがないと不安
聴覚障がい者
✓マスクをしているため聞き取りにくい
✓口元を読むことで捉えていたコミュニケーションが取りづらくなった
✓マスクをみんなが付けているので話しかけられていること自体に気づけない

＜情報取得について＞
●「情報取得について不便がある」と全体の約4割が回答 … 特に聴覚障がいを持つ方の半数が回答
…視覚障がい者
✓視覚化された情報が多いので正しい情報が届かない
聴覚障がい者
✓再放送時に手話通訳者のワイプが外されてしまう

また、アンケートには、ポジティブな意見もたくさんまとめられていました
制限された生活の中でも、人の温かみを感じるエピソードがあったようです
✓買い物しているとき、私が聞こえないことが分かった店員さんが、一生懸命ジェスチャーで伝えようとしてくれた
✓聞こえない私のために友人がメールで、学校からの情報を細かく教えてくれた

今回のアンケートから見えたのは、私たちでもすぐにできる身近なサポートがさまざまあることです。
マスクで表情が隠れている場合は“笑顔”“アイコンタクト”を加えてみたり、手話が分からない場合はジェスチャーやボディランゲージをしてみたり。障がいの有無問わず、コミュニケーションをとる方法のアイディアは無限大です😊
こんな時だからこそ、あなたの福祉（ふだんのくらしのしあわせ）について考えてみるのもいいですね。