

令和6年度

福祉読本

教師用資料編



(PDF版はこちらからご覧いただけます)

長岡市・長岡市教育委員会・長岡市社会福祉協議会

も く じ

はじめに

編集方針	1
------------	---

構成概要	2
------------	---

ともしび運動とは	3
----------------	---

各章の説明

1 いろいろな人とともに	
●障害について	5

2 交流しよう！ やってみよう！	
① やってみよう・考えてみよう	
●貸し出し教材について	11
② どんなことができるかな	
●ボランティア活動について	26

3 まちのやさしさをさがそう	
① くらしや生活について知ろう	
●高齢者の状況	40
●障害者の状況	51
② スポーツだいすき！	63
③ みんなにやさしいまちに	
●バリアフリー・シンボルマーク・ユニバーサルデザインについて	66
④ 手話・点字・車いすを学ぼう！	
●手話について	71
●点字について	72
●車いすについて	74

4 みんなが主役 ―ともに生きる社会へ―	
●民生委員・児童委員について	76
●長岡市成年後見センターについて	76
●ともしび基金について	77
●長岡市の福祉施策について	77
●学校での福祉教育活動（例）について	78

おわりに

はじめに

高齢化がますます進行し、将来の人口減少がさらに見込まれるなか、家族関係や各個人の意識・生活スタイルは日々変化しています。

そのような中でも、誰もが快適で活気あるまちを維持していくためには、人々とのふれあいを大切に、互いに励まし合い、尊重し合って暮らせる環境や、意識の浸透が求められています。

昭和 63 年 10 月にスタートし、これまで大切に育まれてきた「ともしび運動」は、一人ひとりがもっている思いやりや助け合いといった心の「ともしび」をもち寄り、高齢者や若い人、障害のある人もない人も誰もが「ともに生きる仲間」として、助け合いながら住みよい福祉のまちづくりを進めていくものです。

福祉は、とかく限られた人たちのためのものと捉えられがちですが、この運動を通じて、市民一人ひとりの問題として長岡市全体で福祉の向上に取り組んでいかなければなりません。

心身ともに、大きな成長を遂げる若い世代にとって、福祉教育は重要です。福祉読本「ともしび」は、学校教育の中で福祉への理解を深め、具体的な体験活動を通して思いやりの心の醸成を図っていただくことを願い、関係各位の協力を得て、発行しているものです。

この読本を幅広く活用していただくとともに、未来に向けてより一層豊かな福祉社会が築かれていくことを願っています。

なお、本資料編は、福祉読本「ともしび」を、教育現場で有効に活用していただくために、様々なデータや活動のためのヒントを盛り込んだものであり、授業を進めるうえで参考となれば幸いです。

長 岡 市
長岡市教育委員会
長岡市社会福祉協議会

◆ 編集方針

福祉の現状を正しく理解するとともに、子どもにとってより身近なものとして認識できるよう、次の方針により本読本を編集した。

- (1) 障害のある人もない人も平等であり、一人ひとりに個性があることを知り、それを認めた上で、お互い「ともに生きる仲間」として助け合って社会生活を送っていることを理解できるようにする。
また、上記をより理解しやすくするため、子ども自身が考え、体験し、感じられるような構成とし、子どもが記入する欄を設けた。
- (2) 超高齢社会において、核家族化が進み、高齢者と接する機会の少ない子どもに、高齢者の気持ちや介護の現状等が理解できるようにするとともに、高齢者への親しみの気持ちを抱かせる。
さらには、多くの高齢者と一緒になって長寿を喜び合える社会を築いていくことが大切であるということを理解できるようにする。
- (3) 障害のある人の生活を紹介しながら、障害のある人と自分の身を置き換え、より身近な問題として、障害のある人への理解を深める。
障害があっても、得意な分野で頑張っている人、アスリートとして頑張っている人等に気付き、同じ仲間として応援する気持ちを育む。
- (4) バリアフリーの事例や手話、点字の知識を学び、福祉に対する理解と関心を高める。
- (5) この福祉読本をはじめとして、障害のある人や高齢者とのかかわりの中で、いろいろなボランティア活動や奉仕活動を紹介し「自分にできること」や「何か役立つこと」はないか考えられるようにする。

◆ 構成概要

福祉読本「ともしび」は、「ともしび運動」の推進と、福祉教育の充実をねらいとして、4つの章で構成した。各章の構成は、次に示すとおりである。

章	主な内容	ねらい
1 (P1～P4)	【ともしび運動について】 ○いろいろな人とともに	○この福祉読本の全体構成を示す。 ○社会にはいろいろな人がいる。みんなとともに生きる仲間なのだという心情を育てる。 ○イラストやタイトルから読本の内容を考えてみる。
2 (P5～P6)	【疑似体験・ボランティアについて】 ○やってみよう・考えてみよう ○どんなことができるかな	○高齢者や障害のある人の気持ちに、自分の生活場面や疑似体験をとおして共感できるようにする。 ○ボランティア活動の事例をとおして、自分にできる具体的なボランティア活動へと導いていく。
3 (P7～P23)	【高齢者・障害者等について学ぶ】 ○くらしや生活について知ろう ○スポーツだいすき！ ○みんなにやさしいまちに ○手話・点字・車いすを学ぼう！	○高齢者や障害のある人についての理解を深められるようにする。 ○障害を軽減する様々な道具やその使用方法・手段を知ることにより、障害のある人と仲良くつき合うことができることを理解する。
4 (P24)	【まとめ】 ○みんなが主役 ーとともに生きる社会へー	○現在の社会には様々な障壁（バリア）が存在する。互いに助け合っ て行動することの大切さに気付 き、すべての人が暮らしやすい社会であること の大切さを理解する。

ともしび運動とは…

高齢者や若い人、障害のある人もない人も「ともに生きる仲間」である。

長岡市は「ともに生きる社会」の実現に向けて、助け合いの気持ちや幸せを分かち合う思いやりの心をみんなで育てる運動として、昭和63年10月に『ともしび運動』を始めた。以降、「健やかで心のかよいあう福祉都市」の実現のため、いろいろな事業を行っている。

①福祉教育の推進

子どものうちから、福祉について理解を深め、福祉活動への積極的な参加を呼びかけている。

- ・福祉読本の活用
- ・社会福祉協力校の指定
- ・ともしび運動ポスターの募集 など

②福祉の環境づくり

障害のある人や、お年寄りが暮らしやすくなるよう、歩道や建物などの整備を進める。

- ・長岡市交通バリアフリー基本構想の推進
- ・新潟県福祉のまちづくり条例の施行
- ・にいがたバリアフリーガイドマップの活用 (<http://www.niigata-bgm.jp/index.php>)

③ふれあいと相互理解の促進

「ともに生きる社会」の実現のため、多くの人たちに“ふれあいの場”を提供する。

- ・「すこやか・ともしびまつり」の開催
- ・各種スポーツ・レクリエーション事業の開催 など

④地域福祉活動の促進

地域の人たちが互いに助け合い、支え合って生活ができるよう、地域福祉の向上を進める。

- ・地域福祉・在宅福祉サービス事業（ボランティア銀行）※名称変更の可能性あり
- ・ふれあい型食事サービス事業
- ・小地域ネットワーク事業
- ・福祉送迎サービス事業
- ・ふれあい・いきいきサロン事業

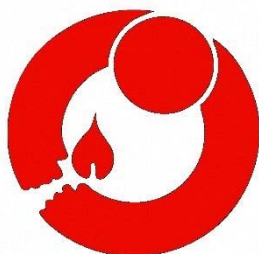
⑤広報活動の充実

「ともしび運動」を広く市民に知ってもらうため、ポスター・リーフレットを作成し、広報PR活動を行っている。

⑥ボランティアの育成

ボランティア活動の広がりや「ともしび運動」の大きな推進力である。講習会やボランティアサマースクールをとおして、地域に根ざしたボランティアの育成に努めている。

- ・ボランティア大学の開催
- ・ボランティアサマースクールの開催
- ・ハンディスポーツ・レクリエーション講習会の開催 など



「ともしび運動」シンボルマーク

(作者のことば)

思いやり（愛情）や、助け合いのともしびの和をもって
手を差し伸べよう。
このともしびを消さないように…

高橋 進 さん

この福祉読本には、長岡市のゆるキャラ「ナツちゃん」が案内役として登場している。

顔は三尺玉、体は長生橋の花火の妖精。
「はなはなピー」の呪文で花火を打ち上げる。



1 いろいろな人とともに

【ページ補足】

背景の施設は、屋根付き広場（ナカドマ）とアリーナ、市民交流ホールを有する市民活動スペースと長岡市役所本庁舎が一体となった「アオーレ長岡」である。
 ※「アオーレ」とは、長岡弁で「会いましょう」を意味する「会おうれ」をもじったものである。

ここでは身近な施設を背景に、いろいろな人がいて、ともに生きているということを示すイラストで表現したものである。

描かれている人物については、妊婦、車いす利用者、泣く子どもと母親、杖をつく人、大量の荷物を持っている人、外国人、サラリーマン、児童、視覚障害のある人と盲導犬、スポーツウェアを着てウォーキングをしている人、高齢者、乳児と母親、道案内する人とされる人、家族連れが描かれている。

障害というと特別なものと感じてしまうかもしれないが、1人では困難な場面や我慢しなければならない場面に遭遇したりすることが、障害であるということを示すイラストから感じとってもらいたい。

例えば、こんなことも考えられる。

- ・歩いている男性…内部障害がある。隣で案内しているのは、支援者である。

※内部障害：体の内部に障害があること。心臓機能障害や腎臓機能障害、呼吸器機能障害等がある。

- ・泣く子どもとそれをなだめる母親…子どもに発達障害があり、時々気持ちが不安定になる（発達障害の詳細については7ページ参照）。
- ・ウォーキングしている人…義足である。

上記のとおり、イラストも見方によっては、様々な捉え方ができる。

●「障害」と言っても、目に見えない障害も

イラストにもあるように、身のまわりには様々な人が多くいる。

車いすや杖等の利用者は、他者が見てすぐに気付くことができるため、比較的支援してもらいやすい。

だが、知的障害や精神障害（発達障害を含む。）、身体障害でも内部障害などは見た目では分かりづらいため、他者から誤解されてしまったり、支援が得られなかったりすることが多い。

見た目に左右されずに、誰に対しても優しい気持ちで接することを学んで欲しい。

●障害の種類と説明

大きく分けると「身体障害」「知的障害」「精神障害」がある。

○身体障害とは

身体機能の一部に障害を生じている状態。

<原因>

先天性の場合もあるが、事故や病気により後天的にも発生する。

<特徴>

手足が機能しない方、視力や聴力が弱い方等がいる。

障害のある範囲や程度は人によって差がある。

「視覚障害」「聴覚障害」「肢体不自由（手足の障害）」「内部障害（内蔵疾患によるもの）」「音声・言語・そしゃく機能障害」などがある。

障害の程度によっては、補聴器や車いす、義手・義足、歩行器等の「補装具」を使用する方がいる。

○知的障害とは

知的な能力が低い（知的活動の制限）だけでなく、あわせて日常・社会生活上の適応技能に制限がみられることの2つの特性を持つもの。

一つの状態像であって可変的なものであり、特に幼少時期に適切な治療や指導・訓練を受けることで変化がみられる場合が多い。

<原因>

以前は、知的障害の原因が家系的な遺伝という認識のみにとらわれていたが、今日では現代医学の進歩により、遺伝によるものはごく一部と言われている。染色体の異常、胎生期の異常、出産時（周産期）の異常、また生まれた時の疾病の状態によって知的障害となり得ることもあるといわれ、その原因は他にもまだ不明なものも多く、今後の研究による究明が待たれている。

<特徴>

・遅れの状態の変動性（可変性）

精神障害の遅れの状態は必ずしも不変な状態ではない。その遅れをもたらしている脳の器質的な障害を除去することはできないが、早くから適切な治療や訓練を受けることにより、限られた知能を活用する力を高めたり、適応行動の障害の軽減を図ることは可能である。精神発達の遅れのある人への働きかけはそのことを目指して可能性を追求することにある。

・遅れの状態の多様性

一言で精神発達の遅れの状態といってもその遅れの状態は千差万別であ

る。精神発達のいろいろな側面が比較的一様に遅れていることもあり、また著しく不均衡に遅れていることもある。そして、その不均衡な遅れの生じ方にも様々な場合がある。知・情・意（知能・感情・意志）の発達がアンバランスである（その中でも感情面の発達は、ノーマルな状態で発達していることが多いと言われている。）。

- ・二次的にもたらされた情緒的障害

精神発達の遅れのある子どもの中には、情緒的な面に問題がある子が比較的多くいると言われている。ただし、その情緒的問題の多くは、精神発達に遅れがある状態で生活する過程で、適切な心理的・社会的環境が用意されなかったり、いろいろな基本的欲求が十分に満たされなかったりするためにもたらされたものであると言われている。

○精神障害とは

統合失調症、うつ等の精神疾患を有し、判断能力や感情・行動のコントロール等の精神・心理面において障害を生じている状態。

※発達障害は、精神障害に含まれる（一部知的障害を含む場合もある。）。

<原因>

病気によって原因は様々であるが、精神的・身体的ストレス等によるもののほか、原因不明のものも多い。

<特徴>

主な疾患別に特徴を掲載したが、症状には個人差が大きく、適切な治療・服薬と周囲の配慮があれば、症状をコントロールできることが多い。

- ・統合失調症

何らかの原因で感情や思考をまとめる脳の機能が低下している状態で、幻覚や幻聴、被害妄想という症状が特徴的である。本人は日常生活に不安を感じたり、辛い思いをしていることが多い。

- ・うつ病・双極性障害（躁うつ病）

精神的・身体的ストレスにより、脳の機能障害が起きている状態で、気分が沈んだり、逆に高揚するという症状が特徴的である。身体的症状も伴い、治療をしないと日常生活を送ることが困難になる場合が多い。

- ・発達障害

発達障害は、下に掲載する疾患その他これに類する脳の一部の機能障害の総称である。育て方や家庭環境が原因でなく、生まれつき脳の働きに障害があり、様々な症状が生じる。外見からはわかりにくく、「変わった人」「自分勝手」「困った人」など周囲から誤解されることも多くある。

- ・自閉スペクトラム症

広い意味で広汎性発達障害と同じ意味で、知的の遅れを伴う自閉症も含む。一般的に幼少期（概ね3歳）までに明らかになる障害である。社会生活や他者とのコミュニケーションに苦手さを示し、パターン化した行動やこだわりを示すなどの症状が特徴的である。

・学習障害

一般的な知的発達に遅れがないのに、聞く・話す・読み書き・計算するなどの特定のものの習得と使用に困難を示す症状が特徴的である。社会性・運動性・情緒面での困難さも抱えている場合が多いと言われている。

・注意欠如・多動性障害（ADHD）

注意力・衝動性・多動性を自分でコントロールできない状態にあり、集中できない（不注意）、考えるより先に動く（衝動性）、じっとしてられない（多動性）という症状が特徴的である。

<経緯>

従来、精神障害者に対しては「精神保健法」に基づき、精神病院での医療ケアを中心に、様々な保健、医療面での施策が講じられてきた。一方「国際障害者年（昭和56年）」を契機にしたノーマライゼーション理念の普及により、地域内での労働や精神障害者を対象にした小規模作業所の設置等、社会参加・社会復帰が促進されるようになってきた。そうした社会情勢の変化に伴い、精神障害者は、精神疾患を有する患者であるとともに、日常・社会生活上の支障（障害）を有する障害者であるという捉え方が広まり、福祉施策の必要性が認識されるようになってきた。さらに、平成5年に制定した「障害者基本法（障害者施策の基本理念等を規定している法律）」では、精神障害者がこの法律の対象となる障害者として位置づけられた。これを受け、平成7年には「精神保健法」が「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律」として改正され、従来から精神障害者施策の中心だった医療・保健面に加え、福祉面での充実が図られるようになってきた。

平成18年には、障害者の地域における自立した生活を支援するため、障害の種類（身体障害・知的障害・精神障害）に関わりなく福祉サービスを一元化した障害者自立支援法が施行され、平成25年にはその改正法である「障害者総合支援法」が施行された。

○身体障害者の人数

(令和5年4月1日現在)

障 害 別	18歳未満	18歳以上	計
視 覚 障 害	4人	535人	539人
聴覚・平衡機能障害	30人	1,071人	1,101人
音声・言語機能障害	1人	107人	108人
肢 体 不 自 由	76人	4,240人	4,316人
内 部 障 害	25人	3,051人	3,076人
合 計	136人	9,004人	9,140人

○療育手帳所持者の人数

(令和5年4月1日現在)

等級	程度	18歳未満	18歳以上	計
A	最重度～重度	167人	725人	892人
B	中度～軽度	264人	1,287人	1,551人
合 計		431人	2,012人	2,443人

○年度末現在精神病院入院者・令和5年3月中通院患者状況

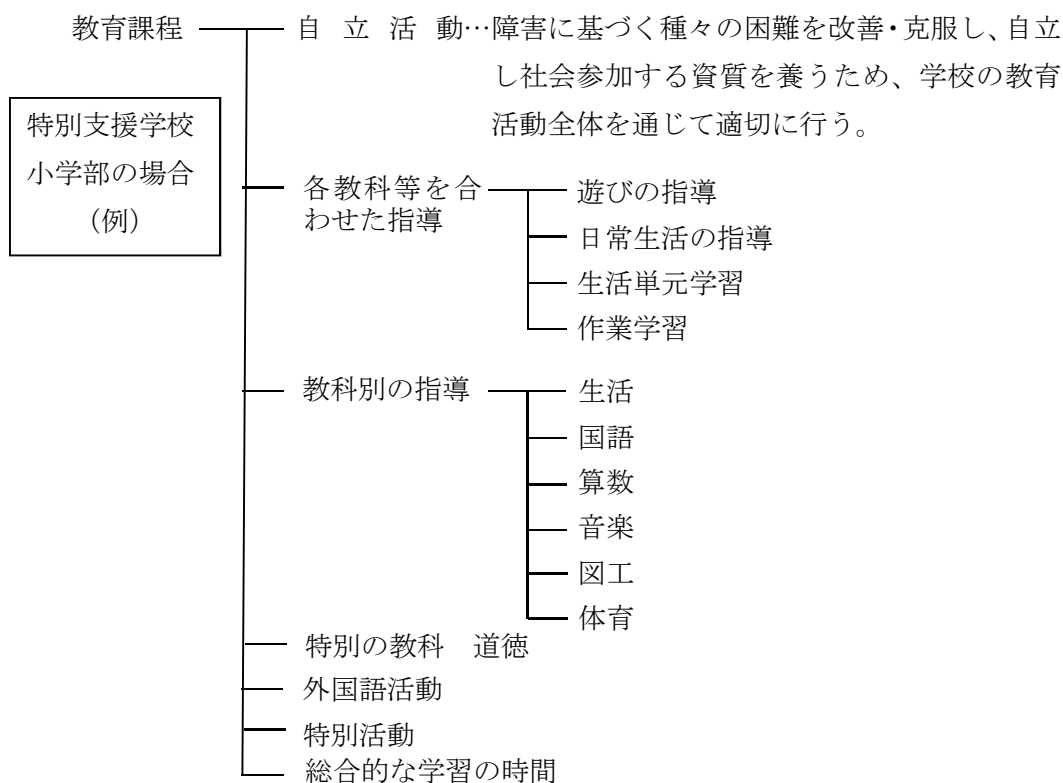
長岡保健所管内（長岡市・見附市・小千谷市・出雲崎町）

疾 患 名	人 数
統 合 失 調 症	1,048人
うつ病・躁うつ病	874人
認 知 症 性 疾 患	984人
その他の器質性精神障害	20人
精神作用物質使用による障害	82人
神経症性、ストレス関連及び身体表現性障害	427人
摂 食 障 害	10人
て ん かん	38人
知 的 障 害	92人
パーソナリティ障害	22人
そ の 他	264人
合 計	3,861人

●特別支援学校・特別支援学級の状況

特別支援学校は、障害のある幼児児童生徒に対して、幼稚園、小学校、中学校又は高等学校に準ずる教育を施すとともに、障害による学習上又は生活上の困難を克服し自立を図るために必要な知識技能を授けることを目的とする学校である。特別支援学級は、小学校、中学校等において障害のある児童生徒に対し、障害による学習上又は生活上の困難を克服するために設置される学級である。

例えば、特別支援学校の小学部では、特別支援学校学習指導要領に基づいて下記のような教育課程を編成している。なお、これは平成29年4月に告示された改正学習指導要領によるものであり、令和2年4月1日から施行されている。



○長岡市の特別支援学級数と児童生徒数

(令和5年5月1日現在)

区分	特別支援学級数	児童生徒数
小学校	134 学級	652 人
中学校	64 学級	267 人

○市立総合支援学校・高等総合支援学校の学級数と児童生徒数

(令和5年5月1日現在)

区分	学級数	児童生徒数
総合支援学校	小学部	27 学級 86 人
	中学部	14 学級 56 人
高等総合支援学校	30 学級	154 人

2 交流しよう！やってみよう！

① やってみよう・考えてみよう

【ページ補足】

写真は、上が高齢者疑似体験の様子で、下の左側は視覚障害者疑似体験、右側は車いす体験の様子である。

<疑似体験の種類>

- 高齢者の疑似体験
 - ・ 軍手を付けて豆など小さいものを箸でつかむ。
 - ・ 両腕・両足に電話帳程度の厚みがある古本を巻き、サングラス、耳栓をしながら体育館の白線上を歩く。
- 身体障害者の疑似体験
 - ・ 片足で歩く。
- 聴覚障害者の疑似体験
 - ・ テレビの音を消した状態で見る。
- 知的障害者の疑似体験
 - ・ 行ったことのない場所（外国等）で迷子になった時の気持ちを考えてみる。
 - ・ 自分では読めない難しい漢字を読まされた時の気持ちを考えてみる。
- 発達障害者の疑似体験
 - ・ CD等を再生している中で、模擬授業を行い、ノートを書かせる。（必要な音だけ聞き取ることが苦手なため）
 - ・ ペットボトルの底をくり抜き、そこから飲み口側を見る。（狭い範囲の一点だけしか見ることができないため）

<高齢者疑似体験セット等の貸し出し>

ボランティアセンター

開設日時 月曜日～金曜日 9:00～19:00(土曜日は 17:00 まで)

(祝祭日・年末年始を除く)

場 所 〒940-0071 長岡市表町 2 丁目 2 番地 21

長岡市社会福祉センタートモシア内

TEL 94-5588 FAX 32-5210

<注意事項>

- ※ 事前に電話等により、借り入れの予約をする。
- ※ 貸出期間は、どの教材も 7 日以内。
- ※ 教材貸出し時には、社会福祉協議会のホームページから借用書をダウンロードし、必要事項を記入の上提出する。(印鑑必要)。
- ※ 使用料は無料。破損・紛失した際は弁償してもらう場合がある。

教材の種類	備考
高齢者疑似体験セット	大人用（中学生以上）8組、子ども用（小学生）8組
車椅子	自走式 7台
映像教材	DVD（詳細は下記ライブラリー参照）
レクリエーション教材	ボランティアカルタ3組、福祉教育ワークブック2組 大判越後ふるさとカルタ4組、中之島カルタ2組
アイマスク	100枚
白杖	8本

◆映像教材ライブラリー

【本部事務局保管】

教材種別：DVDディスク

No.	タイトル	時間	内容	製作年
1	「地域生活者」から始めるいきいきシニアライフ	37分	退職後の生活で必要なこと、準備しなければならないことを考える	2007年
2	みんなの笑顔を作りたい	33分	神奈川県社協で行っている活動について紹介	2008年
3	元気宣言！！おおらか生活	25分	世代間交流や高齢者間の相互扶助等の社会貢献の様子、介護家族の様子を紹介	不明
4	だまされません！その電話	21分	振り込め詐欺 被害防止	不明
5	マグニチュード 明日への架け橋	90分	大地震が人々の運命を呑みこんだ極限状態の中で試される人間の絆！	1997年
6	未来（あした）の風になりたい	30分	シニアボランティアの活動	不明
7	自分らしい明日のために	30分	早見優が案内する成年後見人制度	2009年
8	地域のくらしを支える「生活支援サービス」	154分	各地の生活支援サービスの活動事例	不明
9	こころの健康づくり	120分	健康教育用DVD	2006年
10	未来を創る	23分	ボランティア・市民活動 2009	2009年
11	人を支え、地域をつなぐ	20分	生活支援サービス立ち上げ支援ガイド	1998年
12	キッズ介護教材 長寿大国を探検しよう	20分	見て 学んで 考えるWEB教材	2015年

【栃尾支所保管】

No.	タイトル	時間	内容	製作年
1	地球が動いた日	78分	阪神淡路大震災で罹災した小学生たちの成長を描くアニメ	2003年
2	自分らしい明日のために	30分	早見優が案内する成年後見人制度	2012年
3	伝えたい、実現したい自分の生き方	33分	三遊亭円楽が案内する成年後見人制度	2012年

長岡市視聴覚センター

開設日時 月曜日～金曜日 8:30～17:00(祝祭日・年末年始を除く)

場 所 〒940-1151 長岡市三和 2-8-20

長岡市教育センター内

TEL 32-3728 FAX 32-3719

<注意事項>

※電話、FAX、窓口で申し込みができる。

※貸し出しから返却まで、教材は8日以内の利用になる。

※教材は、定期的に運行される市の連絡便で搬送することができる。

(要該当地区確認)

※返却時にビデオ教材を入れる緑の袋を一般事務連絡用の袋に入れない。

※各学校の運行日を必ず確認すること。

◆映像教材ライブラリー

教材種別：ビデオテープ（V）、DVDディスク（D）

タイトル 教材番号	時間 対象	内容	製作年
この愛をありがとう お年寄りや障害者に学ぶ V 6045 こ	26分 中～般	夏休み、二つの中学生グループが体験した障害者や老人とのふれあい活動が描かれている。心を込めて接すると感謝の気持ちが返ってくるのを少年たちは知る。「ありがとう」と言われたときの快い感動を覚える。思いやりと福祉の心を、全ての人々が実感できる作品である。	2000年
障害者の心 V 6291 し	20分 中	障害のある人たちは日常、どのようなことをに不自由を感じ、どのような時に手助けを必要としているのだろうか。本作品では、健常者との接し方や社会生活の中で感じる様々な問題点について、障害者が自らの視点で語っている。私たちが気付きにくい障害者の思いを理解し、接し方や手助けの在り方を学んでいく。	2001年

タイトル 教材番号	時間 対象	内 容	製作年
スクール・イン・アクション 中学生のボランティア学習マニュアル V 6348 す	20分 中	人や自然とのふれあいを通して社会にある様々な課題を学び、社会の一員としての役割を探るボランティア学習が実践できるように導いている。	不明
体験から学ぶ心のふれあい V 6629 た	19分 中	同年代の青年がボランティアにどのように取り組んでいるか紹介している。自分には何ができるだろうか？社会の一員として、「地域の結びつきの重要性」に気付かせ「よりよく生きる力」を養うことができる。体験学習の導入、展開に活用できる。	1999年
中学生のボランティア体験 地域に根付く福祉教育 V 6709 ち	30分 中	今の中学生は学校と家庭を往復するだけの生活となり、自分の住む地域社会とのふれ合いが少なくなっている。このビデオは「ボランティア体験」で様々な人と出会う中で、少しずつ地域に目を向けていく姿を描いている。	不明
小さな一歩から V 6778 ち	20分 中	養護学校を取材し、そこで生活する障害者の学習風景を紹介している。一方、川崎市で初めてのボランティア活動に参加している中学生たちの様子をドキュメントしている。	不明
ともに生きる① 障害のある人とともに生きる V 7027 と	30分 小・中	目の不自由な人、耳の不自由な人、車いすを利用している人たちとの接し方や協力の心構えについて、実践に結び付けられるような具体例で解説している。（指導の手引き付き）	1998年
ともに生きる② 高齢者から学び、ともに生きる V 7028 と	30分 小・中	高齢者が日常生活の中で遭遇するさまざまな困難、高齢者との交流によるさまざまな気付きや発見などを、施設に訪問する生徒たちの取材や、高齢者の生の声を通して紹介している。（指導の手引き付き）	1999年
ともに生きる③ 出会い ふれあい ともに生きるボランティア V 7029 と	30分 小・中	児童、生徒、そして大人がそれぞれのボランティア活動を通して、自らの役割を知り、変容していく姿を追っていく。また、ボランティアを体験する方法も理解できる。（指導の手引き付き）	2000年
ともに生きる④ ともに学び、ともに生きる V 7030 と	30分 小・中	網膜のガンにかかり失明した中学1年生の生徒を中心に、とりまく地域社会、学校等多くの人々の姿を追い、自らの生き方を見直し、自分に何ができるのか考える作品である。（指導の手引き付き）	2004年

タイトル 教材番号	時間 対象	内 容	製作年
何かしたい ボランティア部を作った高校生たち V 7103 な	30分 中・高	学校の部活動に新しくボランティア部を作った高校生たちが、地域社会での様々な体験を通して成長していく姿を描いている。ボランティア活動が貴重な社会体験の場となり、生きることの意味を教えている。	不明
長岡市ともしび運動 いつも思いやりのある心 V 7107 な	24分 小・中	長岡市のともしび運動とはどんな活動であるか。深沢小学校の活動、浦瀬町のカラオケ同好会の活動、ともしび募金、在宅福祉サービス、デイサービス、かつぼ園、社会福祉センターでの活動等々、ともしび運動の事例を紹介し参加を呼びかける。	不明
ふれあいを大切に ビデオシリーズ 手と耳で話そう V 7847 ふ	20分 小・中	「聞こえないことは不便なことだけど、不幸なことではない」。手話パフォーマンス集団「きいろぐみ」が出演し、簡単な手話を使った歌などを紹介する。聞こえる人、聞こえない人が普通にコミュニケーションを図ることを考える。(手話カードセット付き)	不明
ふれあいを大切に ビデオシリーズ 車いすで街に出てみたら V 7848 ふ	20分 小・中	交通事故などが原因で機能障害があり、車いすで生活する人たちの生活の様子や車いすバスケットで活躍する姿を紹介する。また車いすで街に出た時の映像を通じて、視覚的に車いす利用時の困難点を知る。私たちにできること、心がけておくことについて考える作品である。	不明
へんてこなボランティア V 7912 へ	46分 小・中	読み書きができなかったために辛い思いをしてきた老婆の生活に生き甲斐が生まれた。三人の中学生から文字を教わったおかげで念願の孫との手紙のやり取りも出来るようになったからだ。彼ら三人はこのふれあいの家庭でボランティアの本質を学んでいく。(アニメーション)	不明
みんなで回そうリサイクルの輪 V 8205 み	15分 中	容器包装リサイクル法ができた背景、ペットボトルや紙パックなどの容器包装が再商品化される様子、分別収集やリサイクル商品の選択など、わたしたち消費者にできるリサイクルについて分かりやすく解説している。	1996年
みんなともだち手話 イチニッサン 第4巻 この手で歌おう1 V 8222 み	41分 中	手話で歌おう。 収録曲：「指文字の歌」「この手で歌おう」「友達はいいな」「WAになって踊ろう」	1999年

タイトル 教材番号	時間 対象	内 容	製作年
みんなともだち手話 イチニッサン 第5巻 この手で歌おう2 V 8223 み	40分 小・中	手話で歌おう。 収録曲：「翼をください」「贈る言葉」「長い間」	1999年
みんなともだち手話 イチニッサン 第6巻 この手で歌おう3 V 8224 み	30分 小・中	手話で歌おう。 収録曲：「チューリップ」「さんぽ」「ありがとう、さようなら」	1999年
みんなともだち手話 イチニッサン 第7巻 この手で歌おう4 V 8225 み	41分 小・中	手話で歌おう。 収録曲：「はじめの一步」「この星に生まれて」「切手のないおくりもの」	1999年
みんなともだち手話 イチニッサン 第8巻 この手で歌おう5 V 8226 み	53分 小・中	手話で歌おう。 収録曲：「心の瞳」「旅立ちの日に」「夜空ノムコウ」	1999年
みんなともだち手話 イチニッサン 第11巻 この手で歌おう6 V 8227 み	41分 小・中	手話で歌おう。 収録曲：「証城寺のためき囃子」「森のくまさん」「ピクニック」	2001年
みんなともだち手話 イチニッサン 第12巻 この手で歌おう7 V 8228 み	40分 小・中	手話で歌おう。 収録曲：「ともだちになるために」「学芸会のうた」「大きな古時計」	2001年
みんなともだち手話 イチニッサン 第13巻 この手で歌おう8 V 8229 み	30分 小・中	手話で歌おう。 収録曲：「Smile again」「瑠璃色の地球」「上を向いて歩こう」	2001年
みんなともだち手話 イチニッサン 第14巻 この手で歌おう9 V 8230 み	41分 小・中	手話で歌おう。 収録曲：「世界中の子どもたちが」「BELIEVE」「仰げば尊し」	2001年
みんなともだち手話 イチニッサン 第15巻 この手で歌おう10 V 8231 み	53分 小・中	手話で歌おう。 収録曲：「花」「サライ」「TSUNAMI」	2001年
みんなでやろうよ 小学生のボランティア活動 V 8232 み	20分 小	ボランティア活動は自分の興味や関心のあること、得意なことをいかすことができる。そして、活動を通じてさまざまな人とふれあい、様々なことが学べる。このビデオは自分のできることを見つけ、いきいきと活動する小学生の姿を通して、町の中には小学生にできる楽しい活動がたくさんあることを伝える。	不明

タイトル 教材番号	時間 対象	内 容	製作年
みんなともだち手話 イチニッサン第1巻 手話ってなあに? V 8242 み	40分 小・中	手話ってなあに…手話の基本と特徴、あなたの名前は? …基本的な名前を知る、いくつ?…数詞・いくら・何時・ 年齢・学年・家族を紹介しよう…父・母・兄弟・祖父・ 祖母、指文字…五十音/手話による物語表現を収録して いる。	1999年
みんなともだち手話 イチニッサン第2巻 あいさつをしよう V 8243 み	42分 小・中	あいさつをかわそう…おはよう～こんばんは/さよう なら/ごめんなさい/ありがとう/おめでとう、きいて みよう…疑問形 何?/どこ?/なぜ?/いつ?/だ れ?、答えよう…月日の表現の仕方、好きなものと得意 なこと…すき/嫌い/得意/苦手/できる/出来ない、 耳の聞こえない人の家に行こう…ろう者の生活/手話 による物語表現を収録している。	1999年
みんなともだち手話 イチニッサン第3巻 身の回りのこと V 8244 み	46分 小・中	一日の生活…朝起きる～夜風呂に入る、一週間のスケジ ュール…曜日の表し方、一年のカレンダー…月日の表し 方、季節、行事、手話の上手な表現…過去・現在・未来、 間違い探し…正しい手話はどっち?/手話による物語 表現などを収録している。	1999年
みんなともだち手話 イチニッサン第9巻 出かけよう V 8245 み	45分 小・中	待ち合わせ…遅れます/待つ/先に行きます、電車に乗 ろう…行先/ここ何処?あとどれくらい?、水族館で遊 ぼう…楽しい/きれい/かわいい/たくさん、おみやげ を買おう…買う/これが欲しい/値段、楽しかったね… 印象や思い出の表現/また一緒に行こうね/手話によ る物語表現を収録している。	1999年
みんなともだち手話 イチニッサン第10巻 みんなで話そう V 8246 み	45分 小・中	手話の語順…語順の違い/組み立て、手話のイントネー ション…表情の使い方、手話ならではの表現…手の位 置・方向・向き、手話に対する Q&A…手話は世界共通? /いろんな手話、手話の表現力…手話とジェスチャーの 違い/手話による物語表現を収録している。	1999年
盲導犬 V 8509 も	15分 中	遥か大昔から人間と犬は互いに太い絆で結ばれてきた。 盲導犬は特別な訓練を受け、視覚障害者の「目」のかわ りをする特別な犬である。盲導犬の誕生から厳しい訓練 の様子が描かれている。	不明

タイトル 教材番号	時間 対象	内 容	製作年
障害のある人とのふれあいと人権 今まで声をかけられなかったあなたへ D 31222 し	23分 中	安心して暮らせる社会を築いていくためには、健常者と障害者が助け合うことが重要である。街で障害者に出会ったとき、どのように行動したらよいか、実際の場面を見ながら考えていく作品である。目の不自由な人と出会った場合・耳の不自由な人と出会った場合・車いすの人と出会った場合（解説&チェックシート付）	2008年
障害者と補助犬の生活から学ぶやさしい気持ちいたわり ① 盲導犬編 D 31243 し	20分 小・中	補助犬と生活をしている障害者が、補助犬が必要な理由、補助犬がいる効果、健常者の大人や子どもにお願いしたいことなどを語る。◎補助犬とは ◎目に障害がある人たちの生活 ◎身体障害者補助犬法 ◎盲導犬の一生 ◎知ってほしいこと ◎盲導犬のいる社会	2009年
障害者と補助犬の生活から学ぶやさしい気持ちいたわり ② 介助犬編 D 31244 し	20分 小・中	補助犬と生活をしている障害者が、補助犬が必要な理由、補助犬がいる効果、健常者の大人や子どもにお願いしたいことなどを語る。◎補助犬とは ◎手や足などに障害がある人たちの生活 ◎身体障害者補助犬法 ◎介助犬の一生 ◎知っておいてほしいこと ◎介助犬のいる社会	2009年
障害者と補助犬の生活から学ぶやさしい気持ちいたわり ③ 聴導犬編 D 31245 し	20分 小・中	補助犬と生活をしている障害者が、補助犬に必要な理由、補助犬がいる効果、健常者の大人や子どもにお願いしたいことなどを語る。◎補助犬とは ◎耳に障害がある人たちの生活 ◎身体障害者補助犬法 ◎聴導犬の一生 ◎知っておいてほしいこと ◎聴導犬のいる社会	2009年
障害者と補助犬の生活から学ぶやさしい気持ちいたわり ④ 総合編 D 31246 し	20分 小・中	①から③の総合編。◎補助犬とは ◎目に障害のある人たちの生活 ◎手や足に障害のある人たちの生活 ◎耳に障害のある人たちの生活 ◎知ってほしいこと ◎障害を持つ人たちのメッセージ	2009年

タイトル 教材番号	時間 対象	内 容	製作年
障がいをこえて D 31296 し	30分 中	自分とは違う存在や理解しにくい相手を恐れ、排除してしまう…そんな「心のバリア」を感じたことはある人もいるだろう。しかし、相手に向かって一歩踏み出すことから新しい景色が見える、そんな三つの事例を紹介する。 ①こころのおとー聞こえないから伝わらない？ ②ジェネシス オブ エンターテイメント ③ダイアログ・イン・ザ・ダークーもし視覚を失ったら？	2016年
手にことばを 手話で話そう① 講座Ⅰ・講座Ⅱ－1 D 31904 て	37分 小・中	講座Ⅰ・身体を使って表現しよう 講座Ⅱ－1・自己紹介をしましょう① (指文字/名前を表す手話)	2006年
手にことばを 手話で話そう② 講座Ⅱ－2 D 31905 て	38分 小・中	講座Ⅱ－2・自己紹介をしましょう② (家族/数詞/趣味/仕事/場所)	2006年
手にことばを 手話で話そう③ 講座Ⅲ D 31906 て	37分 小・中	講座Ⅲ・楽しもう！手話の会話	2006年
手にうたを 手話で歌おう① 手話学習用DVD D 31907 て	38分 小・中	収録曲：「世界に一つだけの花」「おなかのへるうた」 歌の模範歌唱と解説指導	2006年
手にうたを 手話で歌おう② 手話学習用DVD D 31908 て	32分 小・中	収録曲：「手のひらを太陽に」「ちいさい秋みつけた」 歌の模範歌唱と解説指導	2006年
手にうたを 手話で歌おう③ 手話学習用DVD D 31909 て	32分 小・中	収録曲：「幸せなら手をたたこう」「きよしこの夜」 歌の模範歌唱と解説指導	2006年
みんな主役！人形劇で遊んじゃおう D 33214 み	46分 小	子どもたち自身が人形劇を上映することで、豊かな表現力を育てることができる。実際の人形劇の例や人形の作り方、操作・上映の仕方を紹介している。地域の施設等で上映することで、世代間交流を深める教材として活用できる内容。	不明
障害のある子 障害のない子 ～ちがいを認めて助け合おう～ D 35055	18分 小	「合理的配慮」とは？イラストを用いたクイズやクラスの風景を通して小学生にやさしく解説する。障害の症状や特性に応じた「合理的配慮」の仕方を具体的に紹介し、共に認め合い、助け合うことの大切さを訴える。	2018年

◆書籍ライブラリー

書 籍 名	登録番号	出 版 社	著 者
シリーズ福祉教育 1	2568	光生館	一番ヶ瀬 康子
シリーズ福祉教育 2	2569	光生館	一番ヶ瀬 康子
シリーズ福祉教育 3	2570	光生館	木谷 亘宏
シリーズ福祉教育 4	2571	光生館	木谷 亘宏
シリーズ福祉教育 5	2572	光生館	小川 利夫
シリーズ福祉教育 6	2573	光生館	一番ヶ瀬 康子
シリーズ福祉教育 7	2574	光生館	一番ヶ瀬 康子
シリーズ福祉教育⑦	2660	光生館	一番ヶ瀬 康子
ハンディキャップ教育・福祉事典Ⅰ	2324	福村出版	石部 元雄 他
ハンディキャップ教育・福祉事典Ⅱ	2325	福村出版	石部 元雄 他
ハンディキャップ教育・福祉事典1	2950	福村出版	石部 元雄
ハンディキャップ教育・福祉事典2	2951	福村出版	石部 元雄
福祉のまちづくりと福祉教育	2670	文化書房博文社	阪野 貢
福祉のまちづくりと福祉教育	3030	文化書房博文社	阪野 貢
小学校ボランティア活動事例集	3143	教育出版	宮川 八岐
中学校ボランティア活動事例集	3144	教育出版	渡部 邦雄
福祉・ボランティア教育の授業プラン	4105	明治図書	竹川 訓由
光とともに・・・1	4643	秋田書店	戸部けいこ
光とともに・・・2	4644	秋田書店	戸部けいこ
光とともに・・・3	4645	秋田書店	戸部けいこ
光とともに・・・4	4646	秋田書店	戸部けいこ
光とともに・・・5	4647	秋田書店	戸部けいこ
ふしぎだね？ADHDのおともだち	5448	ミネルヴァ書房	内山 登紀夫 監修
ふしぎだね？アスペルガー症候群のおともだち	5449	ミネルヴァ書房	内山 登紀夫 監修

書籍名	登録番号	出版社	著者
ふしぎだね！？LDのおともだち	5450	ミネルヴァ書房	内山 登紀夫
ふしぎだね？自閉症のおともだち	5451	ミネルヴァ書房	内山 登紀夫 監修
ふしぎだね、ダウン症のお友だち	5873	ミネルヴァ書房	玉井 邦夫
ふしぎだね、知的障害のお友だち	5874	ミネルヴァ書房	原 仁
よく分かる障害児教育	5875	ミネルヴァ書房	石部 元雄 他編著
これからの福祉を考えよう2	7216	偕成社	一番ヶ瀬 康子
これからの福祉を考えよう3	7217	文溪堂	一番ヶ瀬 康子
これからの福祉を考えよう4	7218	文溪堂	一番ヶ瀬 康子
これからの福祉を考えよう5	7219	文溪堂	一番ヶ瀬 康子
これからの福祉を考えよう6	7220	文溪堂	一番ヶ瀬 康子
これからの福祉を考えよう7	7221	文溪堂	一番ヶ瀬 康子
改訂 介護実習指導方法	7433	全国社会福祉協議会	澤田 信子 他
福祉教育実践ハンドブック	7434	全国社会福祉協議会	全国ボランティア活動振興センター
体験しよう！発見しよう！福祉ボランティア① 障害をもつ人といっしょに	7435	岩崎書店	田中 ひろし
体験しよう！発見しよう！福祉ボランティア② お年よりといっしょに	7436	岩崎書店	鈴木 宏明・田中 ひろし
体験しよう！発見しよう！福祉ボランティア③ 病気の人といっしょに	7437	岩崎書店	高原 綾子・田中 ひろし
体験しよう！発見しよう！福祉ボランティア④ 外国からきた人といっしょに	7438	岩崎書店	稲葉 茂勝
体験しよう！発見しよう！福祉ボランティア⑤ もっと調べよう福祉ボランティア	7439	岩崎書店	田中 ひろし
「生きる力」と福祉教育・ボランティア学習	7440	万葉舎	日本福祉教育・ボランティア学習
総合的学習の教科書シリーズ⑦ 福祉・ボランティアの学習テキスト 中学校	7442	明治図書	甲本 卓司
総合的学習の教科書シリーズ⑧ 福祉・ボランティアの学習テキスト 集会クラブ活動	7443	明治図書	甲本 卓司

書籍名	登録番号	出版社	著者
総合的学習の教科書シリーズ① 福祉・ボランティアの学習テキスト 第1学年	7444	明治図書	甲本 卓司
総合的学習の教科書シリーズ② 福祉・ボランティアの学習テキスト 第2学年	7445	明治図書	甲本 卓司
総合的学習の教科書シリーズ③ 福祉・ボランティアの学習テキスト 第3学年	7446	明治図書	甲本 卓司
総合的学習の教科書シリーズ④ 福祉・ボランティアの学習テキスト 第4学年	7447	明治図書	甲本 卓司
総合的学習の教科書シリーズ⑤ 福祉・ボランティアの学習テキスト 第5学年	7448	明治図書	甲本 卓司
障がい者・児共生とは何か 「自立と共生」の福祉、教育・保育	7693	ミネルヴァ書房	曾和 信一
学ぼう！社会保障 小学校高学年からの社会保障読本	7895	ぎょうせい	子ども社会保障研究会
インクルーシブ教育システム構築に向けた児童生徒への配慮・指導事例	8398	ジアース教育新社	特総研
インクルーシブ教育システム構築研修ガイド	8399	ジアース教育新社	特総研
そこが知りたい！大解説インクルーシブ教育って？	8457	明治図書	木舩憲幸
生きているってすごいことだよ！つながる命！	8498	学事出版	丸太 文子・小熊 三重子
自閉症の僕が跳びはねる理由	8535	エスコアール	東田 直樹
続自閉症の僕が跳びはねる理由	8536	エスコアール	東田 直樹
合理的配慮の視点でつくる！特別支援教育の授業づくり&指導案作成ガイド	8723	明治図書出版	須田 正信 他
アクション・リサーチでつくるインクルーシブ教育	8724	ミネルヴァ書房	新井 英靖
アセスメントと連動した効果的な読みの指導	8786	学研教育みらい	海津 亜希子・杉本 陽子
まるわかり パラリンピックってなんだろう？	8787	文研出版	日本障がい者スポーツ協会
特別支援教育をサポートする読み・書き・計算指導事例集	8790	ナツメ社	梅田 真理
発達障害の子のためのすごい道具	8853	小学館	安部 博志
教室で使えるゴクトレ 困っている子を支援する認知トレーニング122	8854	東洋館出版社	宮口 幸治
ゴクトレ みる・きく・想像するための認知機能強化トレーニング	8855	三輪書店	宮口 幸治

書籍名	登録番号	出版社	著者
合理的配慮—対話を開く、対話が拓く	8856	有斐閣	川島 聡他
合理的配慮、差別的取扱いとは何か	8857	解放出版社	DPI 日本会議編
発達障害の早期発見・早期療育・親支援	8858	金子書房	本田 秀夫 編著
これからの発達障害のアセスメント	8859	金子書房	黒田 美保 編著
発達障害の「本当の理解」とは	8860	金子書房	市川 宏伸 編著
特別支援教育における養護教諭の役割	8861	東洋館出版社	全国特別支援教育推進連盟 全国養護教諭連絡協議会 編
子どものための精神医学	8862	医学書院	滝川 一廣
発達凸凹なボクの世界—感覚過敏を探検する—	8910	ゆまに書房	プルスアルハ
愛着障害は治りますか？自分らしさの発達を促す	8911	花風社	愛甲 修子
キャリア教育を取り入れた特別支援教育の授業づくり	8912	明治図書	上岡 一世
生活単元学習 春夏秋冬	8913	東洋館出版	全日本特別支援教育研究連盟
発達障害のある子どもたちが楽しめる自立活動	8914	東洋館出版	篠原 弥生
個別の指導計画 作成と評価ハンドブック	8915	学研教育みらい	海津 亜希子
30の事例で理解する校長・教頭の合理的配慮	8969	教育開発研究所	柘植 雅義
発達が気になる乳・幼児のこころ育て、ことば育て	8971	ジアース教育新社	有川 宏幸
特別支援教育簡単手作り教材 Book	8980	クリエイツかもがわ	東濃特別支援学校研究会
いのちの教育の理論と実践	8988	金子書房	近藤 卓
百歳の遺言 いのちから「教育」を考える	9009	藤原書店	大田 堯・中村 桂子
共生社会の時代の特別支援教育 第1巻 新しい特別支援教育 インクルーシブ教育の今とこれから	9075	ぎょうせい	柘植 雅義 他
共生社会の時代の特別支援教育 第2巻 学びを保障する指導と支援 すべての子供に配慮した学習指導	9076	ぎょうせい	柘植 雅義 他
共生社会の時代の特別支援教育 第3巻 連携とコンサルテーション 多様な子供を多様な人材で支援する	9077	ぎょうせい	柘植 雅義 他
<いのち>の教育のために 生命存在の理解を踏まえた心の自覚と共生を	9082	金子書房	梶田 叡一

書籍名	登録番号	出版社	著者
遺言	9089	新潮社	養老 孟子
専門キャリアカウンセラーが教えるこれからの発達障害者「雇用」	9134	小学館	木津 谷岳
本書を読まずに障害者を雇用してはいけません！	9135	労働新聞社	久保 修一
かんもくって何なの!?! シャべれない日々を脱け出た私	9257	合同出版	モリナガ・アメ著・加藤哲文解説
小・中学校でできる「合理的配慮」のための授業アイデア集	9259	東洋館出版社	全国特別支援学級設置学校長協会
発達障害の子どもを伸ばすビジョントレーニング	9261	実務教育出版	小松 佳弘
マジスター見崎先生の病院訪問授業	9286	小学館	山本 純士 他
「成長」とは「発達」とはなんだろう？ 自然治癒力と「場の療法」の可能性	9303	ジャパンマシニスト社	石川 憲彦
「日常生活の指導」の実践	9304	東洋館出版	全国特別支援学校 知的障害教育校長会
薬に頼らず家庭で治せる発達障害とのつき合い方	9305	クロスメディア・ パブリッシング (インプレス)	Dr. ロバート・メリロ
知的障害特別支援学校における深い学びへのアプローチ	9306	東洋館出版	全国特別支援学校 知的障害教育校長会
知的障害特別支援学校の自立活動の指導	9307	ジアース教育新社	全国特別支援学校 知的障害教育校長会
学校に行きたくない君へ	9321	ポ プ ラ 社	全国不登校新聞社
ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー	9326	新 潮 社	プレイディみかこ
「発達障害」だけで子どもを見ないで その子の「不可解」を理解する	9330	SBクリエイティブ	田中 康雄
HSCを守りたい	9331	風 鳴 舎	斎藤 暁子
教えて、明橋先生！何かほかの子と違う？ HSCの育て方 Q&A	9333	1 万 年 堂 出 版	明橋 大二
子どもの発達が気になったら 初めに読む発達心理・発達相談の本	9334	ナ ツ メ 社	加藤 弘通 岡田 智
自閉症スペクトラム症児者の心の理解	9335	全国障害者問題研究会出版部	別府 哲
子どもの心の受け止め方 (発達につまずきのある子を伸ばすヒント)	9346	光村図書	川 上 康 則

書籍名	登録番号	出版社	著者
「自立活動の指導」のデザインと展開 ～悩みを成長につなげる実践32～	9373	ジアース教育新社	北川 貴章 安藤 隆男
セクシャル・マイノリティってなに？	9381	少年写真新聞社	中山 成子
発達障害かも？という人のための「生きづらさ」解消ライフハック	9447	ディスカバー・トゥエンティワン	姫野 桂
不登校宣言	9448	新潟日報事業者	学びスペースあうるの森
発達障害グレーゾーン	9454	扶桑社	姫野 桂
特別の支援を必要とする多様な子どもの理解 「医教連携」で読み解く発達支援	9512	北大路書房	吉田 ゆり 編 著
発達心理学ガイドブック	9650	明石書店	マーガレット・ハリス

②どんなことができるかな

読本 P6

【ページ補足】

写真は、左上が登校する児童を地域住民（セーフティリーダー）が見守る様子である。

※セーフティリーダーとは

市民の交通安全意識の高揚を図るため、地域における交通安全活動の中心となる者のこと。

右は赤い羽根共同募金の活動中の様子である。

※赤い羽根共同募金は、毎年10月1日から12月31日まで、各都道府県で全国一斉に行われている。

集められた募金は民間社会福祉の活動資金として、各都道府県で用途が決められ、地域の社会福祉施設、小規模作業所、ボランティア団体等の様々な福祉活動で役立てられている。

長岡市では、下記の福祉活動に役立てられている。

- ・地区社会福祉協議会、地区福祉会の地域福祉活動
- ・ボランティアの養成研修の開催、ボランティア団体への活動費の助成
- ・社協だよりの発行や福祉に関するパンフレットの作成
- ・ふれあい福祉総合相談所の運営
- ・町内会や子ども食堂などの地域活動への活動費の助成
- ・老人クラブ、障害者福祉団体、母子福祉団体等への活動費の助成等

左下は長岡市社会福祉協議会で行っている一人暮らしの高齢者等を対象とした「ふれあい型食事サービス事業」の様子である。

※ふれあい型食事サービス事業について

地域住民が主体となり、コミュニティセンターでの会食や、各家庭に配食し、地域の住民同士の交流を深めている。

●ボランティアにとって大切なこと

- ・相手の気持ちを理解するよう努める。
- ・相手の立場に立って、秘密・約束は守る。
- ・無理のない範囲で活動が続ける。
- ・学習し、活動を見直すことを心がける。

●ボランティア活動のいろいろ

ボランティアは自由な活動であり、ここに紹介するのはほんの一例で、地域にはユニークなボランティア活動がたくさんある。

活動場所	ボランティアの内容
家庭	<ul style="list-style-type: none"> ・使用済み切手等の収集、整理 ・施設等で使う雑巾づくり など
学校・職場	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒会やクラブ活動で取り組む福祉活動 ・募金への協力 ・伝統文化の伝承 ・企業の文化、スポーツ施設の開放 ・イベント協力（すこやか・ともしびまつり、ふれ愛コンサート）など
地域	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者や身体の不自由な方への訪問、外出の手伝い、話し相手 ・環境美化活動 ・イベント協力 ・伝統文化・郷土芸能の保存伝承 など
趣味・特技	<ul style="list-style-type: none"> ・手話、点訳、音声訳、スポーツ、理容や美容サービスの提供 ・生花、手芸、書道、パソコン、レクリエーション等の指導 など
施設・病院	<ul style="list-style-type: none"> ・身の回りの世話 ・話し相手 ・衣類・おむつの整理 ・書道、囲碁、将棋、絵画、生花の指導 ・花、植木づくり ・建物内外の清掃 ・行事の協力、参加（お花見、納涼会、文化祭） など

●福祉ボランティア育成活動

事業名	主催	定員	期間	内容等
ハンディスポーツ・レクリエーション講習会	市	30人	8～9月	障害者スポーツ・レクリエーション活動推進役となる人材の養成
ボランティア大学				
○基礎講座	社協	30人	5月～9月 (11回)	ボランティア概論・高齢者理解・障害者理解・地域福祉・技術系ボランティア体験など
○公開講座講演会	社協	150人～ 300人	7月 (1回)	ボランティア活動に対する理解を深め活動参加意欲を向上させる講演 (基礎講座受講生と希望する一般市民は誰でも参加できる)
○ボランティアのためのコミュニケーション講座	社協	30人	10月 (3回)	ボランティア活動を円滑にするため、相手に寄り添ったコミュニケーション技術を学ぶ講座
○初心者講座 ・点訳コース ・音声訳コース ・手話コース ・要約筆記コース	社協	10人	9月～11月 (各グループの計画により 4回～8回)	初心者対象の養成講座 (ボランティア大学修了生及び希望する一般市民は誰でも参加できる)
個人ボランティア各種研修会	社協	会場ごとに定員あり	年5～10回程度	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティアの心得 ・障害者理解 ・介護の基礎知識・実習 ・施設見学・体験学習 ・福祉制度のいろは ・車いす等の知識と実技 ・活動者同士の情報交換会
高校生ボランティア講座	社協	100人	7月～8月	ボランティアに関する知識や理解を深め、体験を通じて、地域の活動を理解しながらボランティアの楽しさ、意義を学び、社会連帯意識の精神を養う
中学生ボランティアオータムスクール	民間団体	10人	10月 (1日)	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティア基礎講座 ・手話体験 ・車いす操作体験 ・食事サービス体験
夏休みボランティア体験 (小・中・高校生)	社協	15人程度	7～8月 (各支所実施)	<ul style="list-style-type: none"> ・デイサービスボランティア ・食事サービスボランティア(調理・配食)
ボランティア相談 (ボランティアセンター)	社協	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティア活動について知りたい人 ・ボランティア活動をしたい人 ・ボランティアを紹介してほしい人の相談を受ける 		

●ボランティア銀行（地域福祉・在宅福祉サービス事業）※名称変更の可能性あり

ボランティア銀行は、住民相互の助け合いを基調に、昭和62年から実施されている地域福祉・在宅福祉サービス事業である。市民の自発性と活動意欲によって支えられ、現在市内37地区で実施している。

○事業のあらまし

この事業は、長岡市社会福祉協議会を実施主体とし、概ね小学校区を単位として組織された地区社会福祉協議会・地区福祉会で活動を展開している。地区内の高齢者や心身障害者などサービスを必要とする人を利用会員、地区内の熱意をもってこの事業に協力くださる人を協力会員としてサービスを行っている。

○サービスの内容

《家事の世話》

- ・食事の世話／衣類の洗濯、補修／住居等のそうじ、整理、補修、軽易な雪かき／買い物

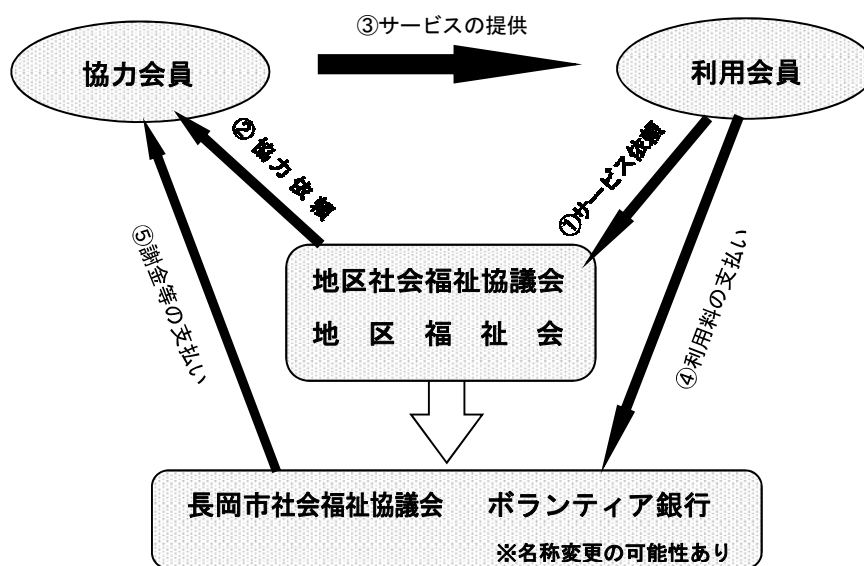
《介助サービス》

- ・身の回りの世話／通院の世話／外出時の付き添い

《その他》

- ・官公庁、医療機関等への連絡／相談相手／代筆、朗読／留守番

○サービスのしくみ



《地区社会福祉協議会・地区福祉会一覧表》

表町地区福祉会	TEL 39-8361	中島地区福祉会	TEL 39-8362
希望が丘地区福祉会	TEL 29-0803	黒条地区社会福祉協議会	TEL 24-6737
山本地区社会福祉協議会	TEL 44-8075	宮本地区社会福祉協議会	TEL 47-5040
下川西地区社会福祉協議会	TEL 28-9895	大積地区社会福祉協議会	TEL 46-2204
千手地区福祉会	TEL 36-3612	山通地区福祉会	TEL 36-7018

宮内地区社会福祉協議会	TEL 39-8367	豊田地区福祉会	TEL 39-8365
関原地区社会福祉協議会	TEL 46-2022	栖吉地区社会福祉協議会	TEL 35-9835
上川西地区社会福祉協議会	TEL 29-7003	福戸地区社会福祉協議会	TEL 28-4825
大島地区福祉会	TEL 27-6317	新町地区福祉会	TEL 39-8360
日越地区社会福祉協議会	TEL 27-8066	新組地区社会福祉協議会	TEL 25-2044
富曾亀地区社会福祉協議会	TEL 25-3351	王寺川地区社会福祉協議会	TEL 29-6077
川崎地区福祉会	TEL 35-7933	阪之上地区福祉会	TEL 39-9320
深才地区社会福祉協議会	TEL 46-3177	神田地区福祉会	TEL 39-7025
六日市地区社会福祉協議会	TEL 22-3674	太田地区社会福祉協議会	TEL 23-2002
十日町地区社会福祉協議会	TEL 22-3460	四郎丸地区福祉会	TEL 39-7028
青葉台地区福祉会	TEL 47-1155		

中之島地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会中之島支所)	TEL 66-0688	越路地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会越路支所)	TEL 92-4656
三島地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会三島支所)	TEL 42-3760	山古志地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会山古志支所)	TEL 41-1180
小国地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会小国支所)	TEL 95-2027	和島地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会和島支所)	TEL 74-2911
寺泊地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会寺泊支所)	TEL 75-2368	栃尾地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会栃尾支所)	TEL 52-5895
与板地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会与板支所)	TEL 72-4714	川口地区社会福祉協議会 (長岡市社会福祉協議会川口支所)	TEL 89-3117

●ボランティア活動について

長岡市社会福祉協議会登録のボランティアグループ

(令和5年11月1日現在)

No.	地域	グループ名	主な活動内容
1	長岡	長岡赤十字病院	外来患者の支援、小児外来読み聞かせ
2	長岡	長岡中央総合病院 病院ボランティア	院内の案内、小児向け読み聞かせ、傾聴
3	長岡	長岡市手話サークル	手話活動全般
4	長岡	手話サークルあゆみ	手話活動全般
5	長岡	手話サークル虹	手話活動全般
6	長岡	長岡点訳の会	点訳活動全般
7	長岡	長岡音声訳の会	音声訳活動全般
8	長岡	長岡要約筆記サークル	要約筆記活動全般
9	長岡	ナガオカ・レッツゴー「オアシス会」	施設訪問、研修
10	長岡	股旅あい好会	軽演劇での施設訪問
11	長岡	竹風会	和楽器での施設訪問
12	長岡	双葉奉仕会	児童養護施設での散髪活動
13	長岡	長岡おもちゃ病院	壊れたおもちゃの修理、相談

No.	地域	グループ名	主な活動内容
14	長岡	ゆいジョブながおか	障害のある子の仕事体験のサポート
15	長岡	特定非営利活動法人 多世代交流館になニーナ	多世代交流サロン活動
16	長岡	ハート・カーの会	重度障害者の送迎
17	長岡	ひまわり号を走らせる長岡実行委員会	障害者・健常者の交流、親睦
18	長岡	長岡鍼灸マッサージ師会赤十字奉仕団	マッサージでの施設訪問活動
19	長岡	パソコン・ココの会	音声パソコンの学習とサポート
20	長岡	若草仲間の会	知的障害者とボランティアの交流、親睦
21	長岡	スイム・リーダー愛	障害者の水中運動・水泳支援
22	長岡	ハンディキャップスイミング長岡アクティブ	障害者の水中活動支援
23	長岡	矢車草の会	車いすレクダンスの普及
24	長岡	長岡クリーンクラブ	歩道、橋、土手等の清掃
25	長岡	柿川を守る会	環境整備
26	長岡	公益社団法人 平成令終会	雪国植物園でのボランティア
27	長岡	特定非営利活動法人 UNE	障害者、高齢者支援
28	長岡	花テラス・サポーター	市民花壇等整備
29	長岡	長岡観光ボランティアガイドの会	観光ガイド
30	長岡	ともしあマジッククラブ	マジックでの施設、地域訪問
31	長岡	稲葉川をきれいにする会	河川の清掃
32	長岡	フードバンクながおか	食品寄附の収集、配達
33	長岡	長岡傾聴ボランティアサークル	施設などでの傾聴活動
34	長岡	桜葉の会	施設訪問、手芸による寄附活動
35	長岡	特定非営利活動法人長岡医療と福祉の里ボランティア連合会	施設、病院でのボランティア活動
36	長岡	㈱物理計測コンサルタント長岡支店立哨ボランティア	登下校時の交通安全指導
37	長岡	おはなし“ピッピ”	読み聞かせ
38	長岡	石油資源開発㈱安全パトロール	登下校時の交通安全指導
39	長岡	一般社団法人水難学会	水難を防ぐための活動
40	長岡	新潟県動物愛護センター	動物愛護精神の普及
41	長岡	カフェく・る〜むボランティア	施設カフェ手伝い
42	長岡	トモシアサポートクラブ	施設イベント時等の手伝い
43	長岡	国際ソロブチミスト長岡	地域美化活動、児童支援
44	長岡	スペシャルオリックス長岡 GAIA	知的障害者のスポーツ支援
45	長岡	国営越後丘陵公園ボランティア	園内維持管理、環境保全活動
46	長岡	図書館ボランティア	ブックスタートや図書館での読み聞かせ
47	長岡	夢がふくらむ風船アートの会	各種イベントでのアートバルーン支援
48	長岡	越後長岡おやじ山倶楽部	森林施業
49	長岡	新潟県友会長岡支部	施設清掃、植栽

No.	地域	グループ名	主な活動内容
50	長岡	長岡市資料整理ボランティア	被災資料の整理・クリーニング
51	長岡	長岡市身体障害者団体連合会	平和の森公園清掃、福祉大会への参加
52	長岡	長岡マジッククラブ	マジックの研究、練習、発表
53	長岡	雪音の風	民謡演奏での施設訪問
54	長岡	スポーツ吹矢発祥記念館	スポーツ吹矢の普及活動
55	長岡	南インド古典舞踊 Mira	舞踊を通じたインド文化の紹介
56	長岡	オカリナサークル“サウンドウッズ”	オカリナ演奏での施設訪問
57	長岡	腹話会	腹話術を使った施設訪問
58	長岡	長岡ソロギターサークル	ギター演奏での施設訪問
59	長岡	新潟県立歴史博物館	イベント運営補助、資料整理
60	長岡	六日市・中潟・妙見ほっと花クラブ	地域の花植え、美化活動
61	長岡	ちづ乃会	歌と新舞踊での施設訪問
62	長岡	長岡市交通安全協議会新町支部	登下校時の交通安全指導
63	長岡	防犯交通安全協議会栖吉支部	登下校時の交通安全指導
64	長岡	どんぐり仲間の会	在宅障害者との交流
65	長岡	親子お話し工作	読み聞かせでの子育て支援
66	長岡	図書館ボランティア布絵本の会	布絵本作成での子育て支援
67	長岡	てんまりの会	民話語り、演奏等での地域活動
68	長岡	長岡地域防犯協会新町支部	登下校時の交通安全指導
69	長岡	ナニマウロア フラストスタジオ	フラダンスでの施設訪問
70	長岡	みつわっ子見守り隊	登下校時の交通安全指導
71	長岡	長岡民話の会	民話語りでの地域活動
72	長岡	ながおか紙芝居ドン！パラリン	紙芝居での施設訪問
73	長岡	上川西地区セーフティパトロール委員会	登下校時の交通安全指導
74	長岡	表町放課後子ども教室	学びの場の提供、見守り
75	長岡	柿小学校安全パトロール隊	登下校時の交通安全指導
76	長岡	ムジカ・イーネッカ	歌唱、演奏での施設訪問
77	長岡	こどもみらい食堂	会食を通じた居場所づくり、多世代交流
78	長岡	富曾亀地区子どもの安全を守る会	登下校時の交通安全指導
79	長岡	新町みんな食堂	会食を通じた居場所づくり、多世代交流
80	長岡	長岡崇徳福祉専門学校	障害者・高齢者施設での活動支援
81	長岡	千歳の森緑地宮内の森緑地管理組合	緑地帯の整備を通じた地域活動
82	長岡	黒条みんなの食堂	配食を通じた町づくり、多世代交流
83	長岡	まちなかコミュニティ食堂	会食を通じた居場所づくり、多世代交流
84	長岡	しろうまる食堂	会食を通じた居場所づくり、多世代交流
85	長岡	the シンボルロード	シンボルロードの花植えと草取り

No.	地域	グループ名	主な活動内容
86	長岡	特定非営利活動法人 新潟ワイルドライフリサーチ	鳥獣被害対策としての野生動物生態調査等
87	長岡	TR Workers NAGAOKA	災害、除雪ボランティア活動
88	長岡	つながりサロン	学校が苦手な子どもと大人の学び場
89	長岡	トモニーながおか	不登校、行きしぶりの当事者と家族の居場所
90	長岡	長岡技術科学大学留学生生活支援ボランティア むつみ会	長岡技大留学生の生活全般の支援活動
91	長岡	日赤ガーデニングクラブ	日赤病院での花植え、草取り
92	長岡	長岡ギターアンサンブル アダージョ	高齢者施設等での演奏活動
93	長岡	長岡図書館友の会 なりふ	図書館の書架整理、読み聞かせ等
94	長岡	長岡視覚障害者福祉協会	視覚障害者の自立支援
95	長岡	長岡技術科学大学 SDG s 推進室	地域社会におけるSDG s 普及活動
96	長岡	Happy KITCHEN はび吉	会食を通じた居場所づくり、多世代交流
97	長岡	ひきこもりの子をもつ親の会 すだちの杜	ひきこもり当事者、家族による交流活動
98	中之島	長岡市老人クラブ連合会 中之島支部	地域社会貢献、多世代との交流
99	中之島	藤山会	通所介護のふれあい、補助
100	中之島	ひまわり会	配食サービス
101	中之島	鶴ヶ曽根ボランティア	配食サービス
102	中之島	上通好友会	配食サービス
103	中之島	中通若竹会	通所介護のふれあい、配食サービス
104	中之島	あすなる会	通所介護のふれあい、配食サービス
105	中之島	中条西和会	配食サービス
106	中之島	よつば会	配食サービス
107	中之島	中条つくしんぼ	補助、配食サービス
108	中之島	絵てがみの会	年賀状等の作成をとおした高齢者単身世帯との交流
109	越路	紙芝居 ゆりの会	紙芝居上演
110	越路	民謡 すみれ会	民謡での施設訪問
111	越路	岩野区	除雪活動
112	越路	塚山みんな食堂	地域福祉活動
113	越路	来迎寺みんな食堂	地域福祉活動
114	越路	岩田みんな食堂	地域福祉活動
115	越路	飯塚中島区	除雪活動
116	越路	飯塚区	除雪活動
117	三島	長岡市赤十字奉仕団 三島分団	地域福祉事業参加、施設ボランティア
118	三島	七日市福祉会	地域福祉活動
119	三島	鳥越福祉会	地域福祉活動
120	三島	コロッケの会	福祉施設ボランティア
121	三島	みしま絵手紙教室の会	地域福祉活動

No.	地域	グループ名	主な活動内容
122	山古志	山古志商工会女性部	配食サービス
123	小国	食事サービスボランティア	高齢者世帯への食事提供、安否確認
124	小国	長岡市老人クラブ連合会 小国支部	友愛訪問、環境保全、自然保護
125	小国	ゆう・あいグループ	福祉施設ボランティア※休止中
126	和島	長岡市老人クラブ連合会 和島支部	環境整備
127	和島	福寿会	地域福祉活動
128	和島	長岡市赤十字奉仕団 和島分団	災害時奉仕活動
129	寺泊	桜並木と景観を守る会	地域の樹木環境整備等活動
130	寺泊	大河津花童会	地域の樹木環境整備等活動
131	寺泊	長岡市赤十字奉仕団 寺泊分団	災害時奉仕活動
132	栃尾	栃尾手話サークル	手話活動全般
133	栃尾	カラオケ雪椿	チャリティー事業開催
134	栃尾	リフト付きバス運転ボランティアグループ	障害者送迎支援
135	栃尾	七草の会	福祉施設ボランティア（抹茶サービス）
136	栃尾	とっちゃぶ	ボランティア啓発活動
137	栃尾	みみい	福祉施設ボランティア
138	栃尾	ひまわりの会	福祉施設ボランティア
139	栃尾	特定非営利活動法人 子育て広場「ふっくら」	子育て支援活動
140	栃尾	栃尾ろばた会	施設訪問活動
141	栃尾	とちお同住会	被災体験等伝承、被災者・被災地との交流活動
142	栃尾	とちお花企画	美化・環境保全活動
143	栃尾	長岡市食生活改善推進委員協議会 栃尾地域	食生活改善推進活動
144	栃尾	すみれの会	施設利用者交流活動
145	栃尾	ひまわり演芸クラブ	施設利用者交流活動
146	栃尾	まゆの会	放課後等デイサービスつむぎでのボランティア
147	栃尾	特定非営利活動法人 UNE	農園芸作業を通じた生きがい・居場所づくり
148	与板	長岡市デイサービスセンターよいたボランティア	福祉施設ボランティア
149	与板	配食ボランティアグループ「グリーンエプロン」	配食サービス
150	与板	はつらつ活躍隊	はつらつ広場ボランティア
151	与板	与板町歴史ボランティアガイド会	与板町の歴史史跡ガイド
152	与板	与板更正保護女性会	防犯、下校時の交通安全指導
153	与板	長岡市赤十字奉仕団 与板分団	災害時奉仕活動・講習、福祉施設ボランティア
154	与板	長岡市老人クラブ連合会 与板支部	環境保全、環境整備
155	川口	運転ボランティア	配食・福祉送迎サービス
156	川口	給食ボランティア	食事サービス
157	川口	游川の会	川の保全

No.	地域	グループ名	主な活動内容
158	川口	長岡市老人クラブ連合会 川口支部 さくら会	環境整備
159	川口	かわぐち遊雪隊	除雪困難世帯への除雪支援
160	川口	川口明るい社会づくり推進会	地域福祉活動
161	川口	長岡市食生活改善推進委員協議会 川口地域	親子料理教室、健康料理教室
162	川口	農協女性部	環境整備

(注) ここに掲載してあるボランティアグループは、長岡市社会福祉協議会に登録されているボランティア団体である。

この他にも、地域・社会団体、当事者団体でその活動の一部としてボランティア活動を行っている団体や、各学校（小・中学校を除く。）でのクラブ・サークル活動としてボランティアを行っている団体も登録されている。

主な活動がふれあい・いきいきサロンの開催となっているボランティアグループについては、長岡市社会福祉協議会発行の「ふれあい・いきいきサロン実施一覧」に掲載している。「ふれあい・いきいきサロン」活動のグループに対する問い合わせは、長岡市社会福祉協議会本部事務局または各支所まで。

団体に対する問い合わせは、長岡市社会福祉協議会ボランティアセンターまで。

●ボランティア活動を始めるために、まず相談を

社会福祉センタートモシアにボランティアセンターを設置し、ボランティア活動の相談等に応じる専任の職員が配置されている。

<相談例>

- ・ボランティア活動に参加してみたい。
- ・物やお金を社会のために役立てたい。
- ・ボランティア活動をしている人と話をしてみたい。
- ・ボランティア活動の資料を借りたい。
- ・ボランティア活動について勉強したい。
- ・授業の一環で、施設やボランティアグループと交流したい。
- ・ボランティア活動に関する保険に加入したい。

◎福祉施設での体験や障害者との交流など、福祉教育のコーディネートや相談も受け付けている。

ボランティアセンター

開設日時 月曜日～土曜日 9:00～19:00(土曜日は 17:00 まで)
(祝祭日・年末年始を除く) ※時間外は予約で随時対応
場 所 〒940-0071 長岡市表町 2 丁目 2 番地 21
長岡市社会福祉センタートモシア 1 階
TEL 94-5588(ボランティア相談等)
FAX 32-5210

※社会福祉協議会の各支所でもボランティアに関する相談を受け付けている。

社会福祉センタートモシア

公共交通の結節点であるまちなかで、福祉団体やボランティアをはじめ市民の誰もが気軽に集い、活動できる福祉の拠点である。

多目的ホールや会議室のほか、カフェや広いフリースペースがあり、くつろぎ、憩いの場としても利用できる。

○電 話 0258-32-5200
○F A X 0258-32-5210
○開館時間 午前 9 時～午後 9 時 (年末年始のみ休館)

●訪問受入対象施設

児童生徒の訪問を受入れていた施設を「受入対象施設」としてまとめてある。

地域の福祉施設や受入対象施設を参考に訪問先を決めること。

児童生徒の施設訪問にあたっては、事前に各施設に対し、受入れの可否の確認を行うとともに、十分に協議したうえで実施すること。

【受入対象施設】

施設種類・施設名	住 所	TEL	問い合わせ先等
(高齢者福祉施設) こぶし園	深沢町 2278 番地 8	46-6610	左記施設の総合窓口 NPO法人 『長岡医療と福祉の里 ボランティア联合会』 深沢町 2278 番地 8 TEL 47-2233 FAX 47-2237 (1か月前に申し込む)
(障害者福祉施設) 長岡療育園		46-6611	
(高齢者福祉施設) サンプラザ長岡	三ツ郷屋町 35 番地	27-1515	
(高齢者福祉施設) 桃李園	西津町 4630 番地	47-3003	
(障害者福祉施設) 桐樹園	西津町 4668 番地	47-2200	
(障害者福祉施設) 桜花園			
(高齢者福祉施設) わらび園	浦 3060 番地	41-3150	
(高齢者福祉施設) こしじ		41-3155	
(高齢者福祉施設) けさじろ	今朝白 2 丁目 8 番 8 号	39-6288	
(障害者福祉施設) リハビリセンター王見台	王番田町 2900 番地	47-5141	
(高齢者福祉施設) しなの	信濃 2 丁目 6 番 18 号	31-7700	
(障害者福祉施設) 野いちご工房	関原町 1 丁目 3195 番地	47-5141	
(高齢者福祉施設) 榎山けやき苑	榎山町 1593 番地 1	33-5551	
(高齢者福祉施設) まちだ園	町田町 540 番地	39-3927	
(高齢者福祉施設) 岡南の郷	渡沢町 53 番地	23-7511	
(高齢者福祉施設) 中之島	中之島 2105 番地 6	61-2828	
(高齢者福祉施設) こしじの里	不動沢 2219 番地 5	41-0801	

施設種類・施設名	住 所	TEL	問い合わせ先等
(高齢者福祉施設) みしま園	宮沢 580 番地 3	42-3131	
(高齢者福祉施設) 桐原の郷	寺泊下桐 3700 番地 1	0256-97-5000	
(高齢者福祉施設) 悠遊苑	大字日越 337 番地	47-8511	
(高齢者福祉施設) やすらぎ園	町田町 555 番地	33-5551	
(高齢者福祉施設) 楽山苑	宮沢 327 番地 1	42-3500	
(高齢者福祉施設) てらどまり	寺泊下桐 850 番地 1	0256-97-3200	
(高齢者福祉施設) グリーンヒル与板	与板町榎原 393 番地 8	72-2500	
(高齢者福祉施設) サクラレ福住	福住 2 丁目 1 番 7 号	35-5590	
(高齢者福祉施設) 桜ガーデンプレイス福住	福住 2 丁目 1 番 15 号	31-3282	
(高齢者福祉施設) みやざわ苑	栃尾宮沢 1778 番地	52-2500	
(高齢者福祉施設) わしま	小島谷 3399 番地	89-8560	
(高齢者福祉施設) いずみ苑	栃尾泉 419 番地 2	53-2211	
(高齢者福祉施設) サンホーム	楡原 784 番地 13	52-0151	
(高齢者福祉施設) てまりグループホーム	平 1 丁目 3 番 60 号	51-6080	
(高齢者福祉施設) てまりデイサービスセンター			
(高齢者福祉施設) みどりデイサービスセンター	吉水 2047 番地	52-3336	
(高齢者福祉施設) おおの苑	栃尾大野町 3 丁目 4 番 2 号	53-5139	
(高齢者福祉施設) らいこうじ	来迎寺甲 2607 番地 2	92-5421	
(高齢者福祉施設) かつぼ園	加津保町 1695 番地 2	44-8338	
(高齢者福祉施設) 縄文の杜関原	関原町 1 丁目 1072 番地 1	21-5055	
(障害者福祉施設) さんわ工房	三和 1 丁目 4 番 43 号	37-0440	

施設種類・施設名	住 所	TEL	問い合わせ先等
(障害者福祉施設) みのわの里療護園	不動沢 126 番地 3	92-2500	
(障害者福祉施設) みのわの里更生園			
(障害者福祉施設) みのわの里工房さすがた	飯塚 1134 番地 3	92-4636	
(障害者福祉施設) あけぼの園	柿町 88 番地	34-3214	
(障害者福祉施設) 柿が丘学園	柿町 115 番地	32-4991	
(障害者福祉施設) かきのみ園		36-9009	
(障害者福祉施設) もみの木工房	東新町 1 丁目 1 番 50 号	37-2780	
(障害者福祉施設) 守門の里	楡原 2220 番地	52-1055	
(障害者福祉施設) とちおワークス		52-1130	
(障害者福祉施設) コロニーにいがた白岩の里	寺泊藪田 6789 番地 4	75-5081	
(障害者福祉施設) こばと	下条町 1786 番地 3	23-1387	
(障害者福祉施設) みのわの里工房こしじ	浦 4712 番地 1	92-2535	
(障害者福祉施設) 希望の家	福住 2 丁目 4 番 44 号	32-9275	
(障害者福祉施設) のぞみの家	新町 2 丁目 5 番 11 号	32-5183	
(障害者福祉施設) とちの木の家	栃尾山田町 4 番 5 号	52-5685	
(高齢者福祉施設) サンパルコなかのしま	中野中甲 1666 番地 2	66-0688	
(高齢者福祉施設) よいた	与板町本与板 2380 番地 1	72-4714	
(高齢者福祉施設) なごみ苑	山古志虫亀 219 番地 2	41-1180	
(高齢者福祉施設) ぬくもり荘	西川口 1168 番地	89-3117	

3 まちのやさしさをさがそう

①くらしや生活について知ろう

【ページ補足】

こめぶら関連動画
「長岡市ハッピー体操」※介護予防体操

○元気なお年寄り

7 ページの写真は、シルバー人材センターを通じて活動する人達の写真である。

※シルバー人材センターとは

豊富な経験、技能・技術を活用し、働くことにより健康と生きがいを求める高齢者に、臨時的・短期的軽易な就業を紹介する業務を主に行っている。会員制の法人であり、その入会資格は概ね 60 歳以上の健康で働く意欲のある者（現在約 2,800 人）で、作業実績により配分金（報酬）が支払われる。家庭、事業所、公共団体等から委託を受け、次のような仕事を紹介している。

長岡市では、冬囲い、除草作業、屋内清掃作業の受託件数が多い。

分野	業務内容
サービス分野	掃除、洗濯、食事作り、身の回りのお世話、話し相手、通院介助、買い物代行、出産後のお手伝い、子どもの見守り など
屋内外の軽作業分野	草取り、草刈り、農作業の手伝い、玄関の除雪、清掃、封筒づめ、会場設営・撤去、しめ縄 など
技能分野	障子・襖・網戸の張替え、庭木の手入れ、冬囲い、大工、塗装、左官、包丁研ぎ など
管理・折衝外交分野	パンフレット配布、駐車場管理、建物の管理、水道メーターの検針 など
専門技術・事務分野	パソコン入力、宛名書き、賞状書き など
スーパー・小売りへの派遣	レジ、品出し、商品管理、惣菜調理、パック詰め、買い物カート整理 など
介護施設・病院・保育園への派遣	介護補助、食事の配膳、送迎車両の運転 など
公共団体への派遣	スクールバスの運転、児童館の児童見守り、保育園・学校の消毒作業 など
その他への派遣	配達、洗車、加工、組立、検査、一般事務、造園、調理補助（盛付け、皿洗い）、農作業、清掃 など
独自事業	わら細工、手まり作り など
シルバーおまかせ隊事業	要援護世帯への困りごとサポート

8 ページの写真は、上が各地域で行われている介護予防サークルの活動の様子である。下の写真は、長岡市で行った「はつらつ道場」の様子である。

運動を中心として、認知症予防・栄養改善・口腔機能向上・うつ予防などの講座を複合的に行っている。

○介護サービスを使うお年寄り

9 ページの写真は、3 枚とも訪問介護員（ホームヘルパー）の活動中の様子である。

※訪問介護（ホームヘルプ）について

訪問介護員（ホームヘルパー）が自宅を訪問し、食事、入浴、排泄等の身体介護や、調理、掃除、洗濯等の家事支援、通院等の乗車介助を行う。

10 ページは、通所サービスを受ける高齢者である。

左上と右の写真は、デイケアにて、運動機能の向上を目的としたリハビリテーションを受けている高齢者の様子である。

下は、デイサービスで集団レクリエーションを行っている様子である。

※デイケアとデイサービスの違いとは

デイケア（通所リハビリテーション）は、医師による指導のもと、理学療法、作業療法、言語聴覚療法などのリハビリテーションを受ける。一方、デイサービス（通所介護）は、レクリエーションや機能訓練を行う。

デイケアとデイサービスをあわせて通所サービスという。

これは、施設に入所するのではなく、通うことにより介護サービスを受けるため、そのように呼ばれている。

車椅子にも対応した送迎が付き、外出が難しくなってきた人の気分転換や、介護する家族の息抜きにも利用されている。

また、入浴や食事提供の介護サービスも一緒に提供されている。

○高齢者施設等で生活するお年寄り

高齢者施設等には利用者や利用者家族の様々なニーズに合わせた施設がある。（詳しくは 45 ページからの高齢者施設・事業所の一覧に掲載）

●高齢者に起こる体や心の変化

体に起こる変化	心に起こる変化
<ul style="list-style-type: none">・耳が遠くなる・歯茎が弱り、歯が抜けやすくなる・髪の毛が抜けたり、白髪になる・視力が低下する（老眼や白内障）・我慢できずに尿を漏らす	<ul style="list-style-type: none">・もの忘れが多くなる・自己中心的になる・頑固になる・不安がる・体調が心配になる

一般的に言われていることであり、あくまでも例示です。すべての高齢者にあてはまるわけではありません。

●認知症について

厚生労働省によると、2025年には、65歳以上の高齢者の約5人に1人、約700万人が認知症になると言われている。認知症とは、いろいろな原因により脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりしたために、記憶障害や見当識障害など様々な障害が起こり、生活する上で支障が出ている状態を指す。

認知症の原因はアルツハイマー病や脳血管疾患など多岐にわたる。

対応の遅れにより症状が悪化することから、早期からの対応が重要である。しかし、周囲から年齢相応のもの忘れと見過ごされることや、本人が認知症の自覚症状に気付かないこと、あるいは気付いてもそれを認めたくないという思いがあることなどから、症状が進行し家族等周囲の対応が困難になってからの相談・受診となることが少なくない。

誰よりも不安や苦しみを感じているのは認知症のご本人であり、何もわからない人ではない。そばで見守り、声をかけるなど、周囲の人のちょっとした支えで、できることがたくさんあることを理解して支援していく必要がある。

●認知症サポーター養成講座について

認知症の人や家族を地域で温かく見守る応援者を増やす取り組みとして、認知症の正しい知識を学ぶ、認知症サポーター養成講座を地域・職域・学校等で開催している。市が申込みを受け付け、専門の研修を受けたキャラバン・メイトを講師として派遣している。

認知症サポーターは何か特別なことをする人ではなく、認知症の人やその家族の応援者。認知症サポーター養成講座を受ければ、誰もがサポーターとなり、「認知症の人を応援します」という意思の目印である「認知症サポーターカード」が渡される。

受講料は無料であり、参加者は大人だけでなく、小・中学生から大学生までが受講している。

○養成講座参加者からの意見・感想

- ・特別なことをしなければならぬわけではなく、優しい声かけや温かい見守りなど自分達にできるサポートをしていけばよいことが分かった。
- ・認知症の方は記憶が途切れ途切れになることで、楽しかった思い出も思い出せずに辛い思いをしていることが分かった。
- ・自分が認知症になったらどのように接して欲しいかを考えて行動したい。

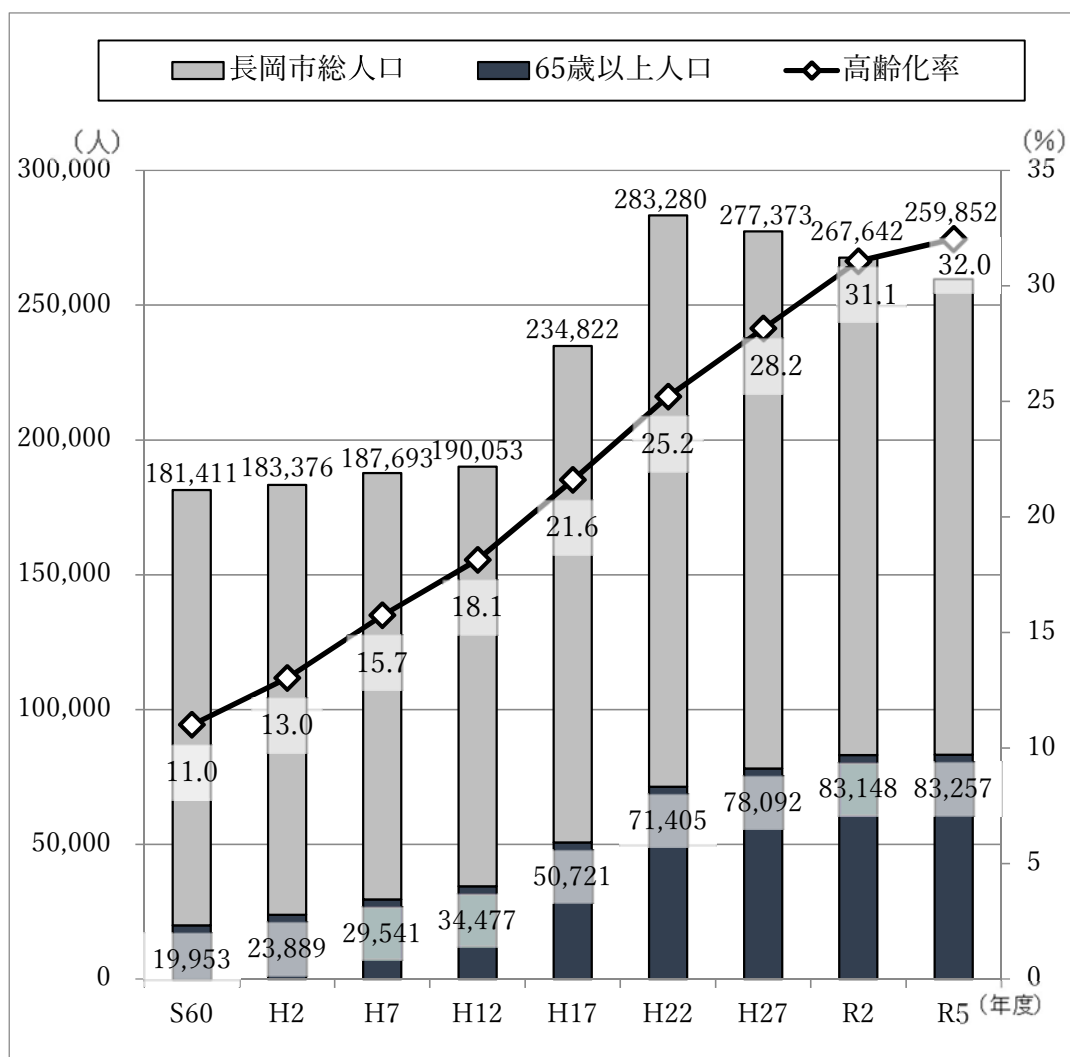
※ 問い合わせ 長岡市役所 長寿はつらつ課 TEL 39-2268

●長岡市の高齢者の状況

○65歳以上人口の推移

(令和5年4月1日現在)

区分 年度	長岡市総人口	65歳以上人口			人口に対する 割合
		男	女	計	
29	273,881人	35,102人	45,957人	81,059人	29.6%
30	272,016人	35,588人	46,371人	81,959人	30.1%
1	269,920人	35,926人	46,651人	82,577人	30.6%
2	267,642人	36,248人	46,900人	83,148人	31.1%
3	265,171人	36,419人	47,019人	83,438人	31.5%
4	262,387人	36,510人	46,918人	83,428人	31.8%
5	259,852人	36,494人	46,763人	83,257人	32.0%



○65歳以上人口地区別一覧

(令和5年4月1日現在)

地区名	男	女	計	地区名	男	女	計
千手	1,014人	1,358人	2,372人	黒条	811人	1,033人	1,844人
四郎丸	1,115人	1,519人	2,634人	下川西	293人	366人	659人
豊田	829人	1,055人	1,884人	上川西	1,561人	2,013人	3,574人
阪之上	372人	545人	917人	福戸	161人	209人	370人
表町	417人	586人	1,003人	王寺川	106人	131人	237人
中島	855人	1,269人	2,124人	日越	1,065人	1,427人	2,492人
神田	585人	815人	1,400人	関原	776人	975人	1,751人
川崎	1,634人	2,298人	3,932人	宮本	632人	718人	1,350人
新町	1,217人	1,637人	2,854人	大積	159人	198人	357人
大島	799人	1,052人	1,851人	深才	613人	727人	1,340人
希望が丘	1,061人	1,361人	2,422人	中之島	1,676人	1,997人	3,673人
宮内東	1,826人	2,333人	4,159人	越路	1,938人	2,453人	4,391人
宮内西	997人	1,161人	2,158人	三島	945人	1,247人	2,192人
十日町	255人	319人	574人	山古志	202人	238人	440人
六日市	423人	548人	971人	小国	982人	1,191人	2,173人
太田	38人	72人	110人	和島	703人	836人	1,539人
山通	680人	867人	1,547人	寺泊	1,509人	1,895人	3,404人
栖吉	1,058人	1,297人	2,355人	栃尾	3,222人	3,908人	7,130人
富曾亀	1,462人	1,888人	3,350人	与板	942人	1,207人	2,149人
山本	542人	720人	1,262人	川口	711人	935人	1,646人
新組	308人	359人	667人	合計	36,494人	46,763人	83,257人

○65歳以上人口の比較

(令和5年4月1日現在)

区分	65歳以上人口	人口に対する割合	備考
全国	36,198,000人	29.1%	3.4人に1人が65歳以上
新潟県	714,235人	33.5%	3.0人に1人が65歳以上
長岡市	83,257人	32.0%	3.1人に1人が65歳以上

○ひとり暮らしの高齢者数(※)

(令和5年4月1日現在)

男	女	合計	(4年度)
5,917人	12,162人	18,079人	(17,622人)

○ねたきりの高齢者数

(令和5年4月1日現在)

男	女	合計	(4年度)
1,518人	3,609人	5,127人	(5,204人)

○高齢者のみの世帯数(※)

(令和5年4月1日現在)

世帯数	男	女	合計	(4年度)
14,146世帯	14,146人	14,735人	28,881人	(28,644人)

※ ひとり暮らしの高齢者数及び高齢者のみの世帯数に係る数値は、世帯分離、施設入所、長期入院等の数を含みます。

●高齢者施設・事業所

(令和5年12月1日現在)

施設種別 (施設名)	概要 (所在地等)
特別養護老人ホーム	常に介護が必要で、自宅での生活が困難な人が入所し、介護を受けながら生活する施設
てまり特別養護老人ホーム	長岡市平1丁目3番55号 TEL 51-5005
特別養護老人ホームあおいの里・長岡	長岡市稲葉町820番地6 TEL 25-1122
特別養護老人ホームかつぼ園	長岡市加津保町1695番地2 TEL 44-8338
特別養護老人ホームサクラレ福住	長岡市福住2丁目1番7号 TEL 35-5590
特別養護老人ホームはるか	長岡市花園南2丁目337番地 TEL 38-0850
特別養護老人ホームはるか高町	長岡市高町2丁目59番地363 TEL 38-7151
特別養護老人ホームみやざわ苑	長岡市栃尾宮沢1778番地 TEL 52-2500
特別養護老人ホームわしま	長岡市小島谷3399番地 TEL 89-8560
特別養護老人ホームあおりの里	長岡市西川口1173番地3 TEL 89-4880
特別養護老人ホームアカシアの丘黒条	長岡市黒津町字東田367番地 TEL 25-6110
特別養護老人ホームいずみ苑	長岡市栃尾泉419番地2 TEL 53-2211
特別養護老人ホーム岡南の郷	長岡市渡沢町字早田53番地 TEL 23-7511
特別養護老人ホーム小国あいあい	長岡市小国町太郎丸1520番地1 TEL 95-5172
特別養護老人ホームおごしの里	長岡市小国町楢沢90番地 TEL 95-3110
特別養護老人ホーム川崎	長岡市川崎6丁目1286番地 TEL 39-1008
特別養護老人ホーム桐原の郷	長岡市寺泊下桐3700番地1 TEL 0256-97-5000
特別養護老人ホームこしじの里	長岡市不動沢2219番地5 TEL 41-0801
特別養護老人ホームこぶし園	長岡市喜多町2900番地 TEL 20-5170
特別養護老人ホームサンホーム	長岡市楡原784番地13 TEL 52-0151
特別養護老人ホーム縄文の杜関原	長岡市関原町1丁目1072番地1 TEL 21-5055
特別養護老人ホーム撰田屋	長岡市撰田屋5丁目9番6号 TEL 39-1510
特別養護老人ホーム千手	長岡市千手3丁目1番14号 TEL 31-3263
特別養護老人ホーム千秋	長岡市千秋2丁目221番地14 TEL 28-8820
特別養護老人ホーム中之島	長岡市中之島2105番地6 TEL 61-2828
特別養護老人ホーム花の里かつぼ	長岡市水穴町393番地 TEL 44-8742
特別養護老人ホーム福住	長岡市福住2丁目1番15号 TEL 31-3281
特別養護老人ホーム横山けやき苑	長岡市横山町1593番地1 TEL 29-2500
特別養護老人ホームまちだ園	長岡市町田町540番地 TEL 39-3927
特別養護老人ホーム美沢	長岡市美沢4丁目211番地6 TEL 30-1733
特別養護老人ホームみしま園	長岡市宮沢580番地3 TEL 42-3131
特別養護老人ホームわらび園	長岡市浦3060番地 TEL 41-3150
介護老人保健施設	在宅復帰を目的とした施設で、医学的な管理のもとで、介護や看護を受ける施設
介護老人保健施設葵の園・長岡	長岡市新保町882番地2 TEL 24-1100
介護老人保健施設あらまち	長岡市泉1丁目7番24号 TEL 30-0388
介護老人保健施設グリーンヒル与板	長岡市与板町楨原393番地8 TEL 72-2500
介護老人保健施設サンブラザ長岡	長岡市三ツ郷屋町35番地 TEL 27-1515
介護老人保健施設てらどまり	長岡市寺泊下桐850番地1 TEL 0256-97-3200
介護老人保健施設桃李園	長岡市西津町4630番地 TEL 47-3003
介護老人保健施設やすらぎ園	長岡市町田町555番地 TEL 33-5551
介護老人保健施設悠遊苑	長岡市大字日越337番地 TEL 47-8511
介護老人保健施設楽山苑	長岡市宮沢327番地1 TEL 42-3500
介護医療院	長期にわたる療養が必要な人が、医療、介護、生活の機能を一体的に利用できる施設
田宮病院介護医療院	長岡市深沢町2300番地 TEL 46-3200
長岡保養園すま居る	長岡市町田町575番地 TEL 32-4040

軽費老人ホーム(ケアハウス)	身体機能の低下等のため、独立して生活することが不安な人が、必要に応じて入浴や食事等のサービスを受けながら自立した生活を送る施設
ケアハウスしなの	長岡市信濃2丁目6番18号 TEL 31-7811
ケアハウス岡南	長岡市渡沢町字早田53番地 TEL 23-7512
ケアハウス西長岡	長岡市三ツ郷屋町382番地 TEL 29-5580
ケアハウスけやきの杜	長岡市上野町1059番地2 TEL 22-4400
ケアハウス福戸	長岡市大荒戸町972番地3 TEL 25-8124
ケアハウス桃李	長岡市西津町4630番地 TEL 47-3113
ケアハウスわらび園	長岡市浦3060番地 TEL 41-3170
ケアハウス桐原の郷	長岡市寺泊下桐3700番地1 TEL 0256-97-5600
小規模多機能型居宅介護	「通い」を中心に「泊まり」や「訪問」を柔軟に利用でき、24時間365日の在宅生活を支えるサービス
ささえ愛まえかわ	長岡市上前島3丁目275-1 TEL 94-5330
小規模多機能型居宅介護川崎	長岡市川崎6丁目1286番地 TEL 39-1009
小規模多機能型居宅介護あおぞら館	長岡市浦5041番地4 TEL 86-8817
小規模多機能型居宅介護アネックス関原	長岡市関原南1丁目4385番地 TEL 47-5004
小規模多機能型居宅介護三和	長岡市三和3丁目138番地2 TEL 31-4790
小規模多機能型居宅介護撰田屋	長岡市撰田屋5丁目9番6号 TEL 39-1511
小規模多機能型居宅介護千手	長岡市千手3丁目1番14号 TEL 31-3261
小規模多機能型居宅介護千秋	長岡市千秋2丁目221番地14 TEL 28-8823
小規模多機能型居宅介護深沢	長岡市深沢町2278番地8 TEL 46-6624
小規模多機能型居宅介護美沢	長岡市美沢4丁目211番地6 TEL 30-1733
多機能ケアセンターさわやか苑長岡藤沢	長岡市藤沢1丁目9番10号 TEL 29-8800
多機能ケアセンターさわやか苑長倉	長岡市長倉4丁目110番地 TEL 39-0500
プラット新町	長岡市泉1丁目7番20号 TEL 38-8877
プラット笹崎	長岡市笹崎2丁目1番地20 TEL 37-0706
プラット高町	長岡市高町2丁目59番地294 TEL 39-3019
看護小規模多機能型居宅介護	小規模多機能型居宅介護と訪問看護の組み合わせによる、介護と看護を一体的に受けるサービス
看護小規模多機能型居宅介護大島	長岡市大島町字谷内甲1161番地 TEL 28-2161
認知症対応型共同生活介護(グループホーム)	認知症の人が日常生活の介助を受けながら、家庭的な雰囲気の中、9人以下の共同生活をする
愛の家グループホーム長岡琴平	長岡市琴平1丁目4番45号 TEL 30-5070
愛の家グループホーム長岡悠久	長岡市悠久町3丁目868番地 TEL 31-0220
グループホームあおぞら館	長岡市浦5041番地4 TEL 41-3066
グループホーム小国あいあい	長岡市小国町太郎丸1520番地1 TEL 95-5172
グループホーム上除	長岡市上除町西1丁目411番地 TEL 42-8505
グループホーム川崎東	長岡市川崎町563番地1 TEL 31-8552
グループホームけやき	長岡市横山町1593番地1 TEL 29-2590
グループホームけやきの杜	長岡市上野町1059番地2 TEL 29-7363
グループホームこうなん	長岡市渡沢町字早田53番地 TEL 23-7611
グループホームこぶし撰田屋	長岡市撰田屋5丁目9番73号 TEL 32-7840
グループホームざおう	長岡市蔵王1丁目1番45号 TEL 38-6760
グループホームささざき	長岡市笹崎2丁目1番地20 TEL 30-1112
グループホームサンホーム	長岡市楡原784番地13 TEL 52-0156
グループホーム新組	長岡市新組南町47番地 TEL 22-6280
グループホーム晴遊庵	長岡市大字日越337番地 TEL 47-8520
グループホームせったや	長岡市撰田屋町2701番地14 TEL 23-7277
グループホーム千手	長岡市千手3丁目1番14号 TEL 31-3262
グループホーム千秋	長岡市千秋2丁目221番地14 TEL 28-8847

グループホームつつじ	長岡市新保町668番地	TEL 24-3616
グループホームつつじ日越	長岡市上除町1907番地1	TEL 47-1501
グループホーム中之島	長岡市中之島2105番地6	TEL 61-2822
グループホームにここ	長岡市前田1丁目10番3号	TEL 30-1131
グループホーム花の里かつぼ	長岡市水穴町393番地	TEL 44-8773
グループホーム福住	長岡市福住2丁目1番15号	TEL 31-3281
グループホームまきやま	長岡市横山町1155番地1	TEL 29-2591
グループホームみやざわ苑	長岡市栃尾宮沢1778番地	TEL 52-0051
グループホームわしま	長岡市小島谷3399番地	TEL 89-8560
こしじ太陽館	長岡市浦4914番地1	TEL 41-0350
てまりグループホーム	長岡市平1丁目3番60号	TEL 51-6080
ニチケアセンター長岡中島	長岡市中島3丁目6番28号	TEL 31-7871
ニチケアセンター長岡認知症対応型共同生活介護	長岡市喜多町1107番地1	TEL 22-4131
老人短期入所施設	特別養護老人ホームなどに短期間宿泊して、食事・入浴・リハビリなどのサービスを受ける	
あおりの里	長岡市西川口1173番地3	TEL 89-4880
さわやかリバーサイド長岡	長岡市金町2丁目5番10号	TEL 51-6511
ショートステイ岡南	長岡市渡沢町字早田53番地	TEL 23-7511
ショートステイつつじガーデン	長岡市新保町667番地1	TEL 22-6322
ショートステイつつじガーデン宮内	長岡市曲新町2丁目2番5号	TEL 33-6222
ショートステイまちだ園	長岡市町田町540番地	TEL 39-3927
短期入所事業いずみ苑	長岡市栃尾泉419番地2	TEL 53-2255
短期入所事業かつぼ園	長岡市加津保町1695番地2	TEL 44-8338
てまりショートステイ	長岡市平1丁目3番55号	TEL 51-5005
特別養護老人ホームおごしの里	長岡市小国町櫛沢90番地	TEL 95-3110
特別養護老人ホーム桐原の郷	長岡市寺泊下桐3700番地1	TEL 0256-97-5000
特別養護老人ホームこしじの里	長岡市不動沢2219番地5	TEL 41-0801
特別養護老人ホームサクラレ福住	長岡市福住2丁目1番7号	TEL 35-5590
特別養護老人ホーム縄文の杜関原	長岡市関原町1丁目1072番地1	TEL 21-5055
特別養護老人ホーム千秋	長岡市千秋2丁目221番地14	TEL 28-8820
特別養護老人ホーム中之島	長岡市中之島2105番6	TEL 61-2828
特別養護老人ホーム福住	長岡市福住2丁目1番15号	TEL 31-3282
特別養護老人ホーム横山けやき苑	長岡市横山町1593番地1	TEL 29-2500
特別養護老人ホームみしま園	長岡市宮沢580番地3	TEL 42-3131
特別養護老人ホームみやざわ苑	長岡市栃尾宮沢1778番地	TEL 52-2500
特別養護老人ホームわしま	長岡市小島谷3399番地	TEL 89-8560
特別養護老人ホームわらび園	長岡市浦3060番地	TEL 41-3150
みどりの杜	長岡市小曾根町928番地	TEL 21-2701
レスピット・イン・こぶし	長岡市与板町中田字江割59番地1	TEL 72-0030
短期入所生活介護あおいの里・長岡	長岡市稲葉町820番地6	TEL 25-1122
特別養護老人ホーム小国あいあい	長岡市小国町太郎丸1520番地1	TEL 95-5172
短期入所療養介護	介護老人保健施設などに短期間宿泊して、医学的管理のもとに介護・機能訓練などの医療サービスを受ける	
長岡保養園すま居る	長岡市町田町575番地	TEL 32-4040
介護老人保健施設グリーンヒル与板	長岡市与板町榎原393番地8	TEL 72-2500
介護老人保健施設サンブラザ長岡	長岡市三ツ郷屋町35番地	TEL 27-1515
介護老人保健施設てらどまり	長岡市寺泊下桐850番地1	TEL 0256-97-3200
介護老人保健施設桃李園	長岡市西津町4630番地	TEL 47-3003
介護老人保健施設やすらぎ園	長岡市町田町555番地	TEL 33-5551
介護老人保健施設悠遊苑	長岡市大字日越337番地	TEL 47-8511
介護老人保健施設楽山苑	長岡市宮沢327番地1	TEL 42-3500
田宮病院介護医療院	長岡市深沢町2300番地	TEL 46-3200

老人デイサービスセンター	通所により入浴、食事、機能訓練などのサービスの提供を受ける事業所 (※デイホーム、グループホームは認知症対応型通所介護)	
あおいの里・長岡	長岡市稲葉町820番地6	TEL 25-1122
グループホームけやき	長岡市横山町1593番地1	TEL 29-2590
グループホームけやきの杜	長岡市上野町1059番地2	TEL 29-7363
グループホーム新組	長岡市新組南町47番地	TEL 22-6280
グループホーム千秋	長岡市千秋2丁目221番地14	TEL 28-8847
グループホーム中之島	長岡市中之島2105番地6	TEL 61-2822
グループホーム福住	長岡市福住2丁目1番15号	TEL 31-3281
ツクイ長岡川崎	長岡市川崎6丁目1351番地10	TEL 38-7773
ツクイ長岡喜多町	長岡市喜多町978番地1	TEL 25-9737
ツクイ長岡三和	長岡市三和2丁目10番17号	TEL 37-6105
ツクイ長岡宝	長岡市宝2丁目1番地8	TEL 25-6020
デイサービスおもしろ荘	長岡市北荷頃34番地2	TEL 51-5185
デイサービスきたえる一む長岡柏	長岡市柏町1丁目5番25号 エクセルト柏 B 1F	TEL 86-7588
デイサービスセンター大荒戸	長岡市大荒戸町972番地3	TEL 25-8123
デイサービスセンター岡南	長岡市渡沢町早田53番地	TEL 23-7513
デイサービスセンターおごしの里	長岡市小国町檜沢90番地	TEL 95-5110
デイサービスセンターかつぼ園	長岡市加津保町1695番地2	TEL 44-8338
デイサービスセンター川崎東	長岡市川崎町563番地1	TEL 31-8553
デイサービスセンター桐原の郷	長岡市寺泊下桐3700番地1	TEL 0256-97-5000
デイサービスセンター黒条	長岡市黒津町字東田381番地	TEL 22-6530
デイサービスセンターけやきの杜	長岡市上野町1059番地2ケアハウスけやきの杜内	TEL 22-4080
デイサービスセンターこしじの里	長岡市不動沢2219番地5	TEL 41-0802
デイサービスセンターこぶし	長岡市深沢町2278番地8	TEL 46-6631
デイサービスセンター幸町	長岡市幸町1丁目13番15号	TEL 35-1101
デイサービスセンターさわやか苑長岡藤沢	長岡市藤沢1丁目9番10号	TEL 29-8800
デイサービスセンターさわやか苑中沢	長岡市中沢町174番地	TEL 36-9500
デイサービスセンターサンホーム	長岡市楡原784番地13	TEL 52-0151
デイサービスセンターしなの	長岡市信濃2丁目6番18号	TEL 31-7822
デイサービスセンター縄文の杜関原	長岡市関原町1丁目1072番地1	TEL 21-5055
デイサービスセンター関原	長岡市関原南1丁目4526番地	TEL 42-8501
デイサービスセンターせったや	長岡市撰田屋町2701番地14	TEL 23-7255
デイサービスセンター永田	長岡市永田2丁目9番25号	TEL 21-2901
デイサービスセンター中之島	長岡市中之島2105番地6	TEL 61-2823
デイサービスセンター春日和越後川口	長岡市西川口431番地3	TEL 81-5077
デイサービスセンター陽だまりの家	長岡市三ツ郷屋2丁目1番地11	TEL 28-8188
デイサービスセンター福住	長岡市福住1丁目7番21号	TEL 31-2619
デイサービスセンターまちだ園	長岡市町田町540番地	TEL 39-3927
デイサービスセンターみのり	長岡市飯塚2836番地	TEL 92-5800
デイサービスセンターみやうち	長岡市曲新町566番地7 長岡市高齢者センターみやうち内	TEL 39-0309

デイサービスセンターメッツ川崎	長岡市川崎2丁目2475番地1	TEL 31-0337
デイサービスセンターゆ1 a x	長岡市曙2丁目3番地15	TEL 77-7667
デイサービス花の里かつぼ	長岡市水穴町393番地	TEL 44-8773
デイホームけさじろ	長岡市今朝白2丁目8番18号 長岡市高齢者センターけさじろ内	TEL 33-8222
デイホームしなの	長岡市信濃2丁目6番18号	TEL 31-7822
デイホーム千秋	長岡市千秋2丁目221番地14	TEL 28-8824
デイホーム中之島	長岡市中之島2105番地6	TEL 61-2833
てまりデイサービスセンター	長岡市平1丁目3番60号	TEL 51-6080
てまりデイホーム	長岡市平1丁目3番55号	TEL 51-5005
寺泊デイサービスセンター	長岡市寺泊磯町7432番地14	TEL 41-6000
栃尾デイサービスセンターいずみ苑	長岡市栃尾泉419番地2	TEL 53-2226
長岡市デイサービスセンターサンバルコなかのしま	長岡市中野中甲1666番地2	TEL 66-0688
長岡市デイサービスセンターおおの苑	長岡市栃尾大野町3丁目4番2号	TEL 53-5139
長岡市デイサービスセンターけさじろ	長岡市今朝白2丁目8番18号 長岡市高齢者センターけさじろ内	TEL 39-6288
長岡市デイサービスセンターなごみ苑	長岡市山古志虫亀219番地2 長岡市山古志地域福祉センターなごみ苑内	TEL 41-1180
長岡市デイサービスセンターぬくもり荘	長岡市西川口1168番地	TEL 89-3117
長岡市デイサービスセンターふそき	長岡市新保町1399番地3 長岡市高齢者センターふそき内	TEL 25-3352
長岡市デイサービスセンターまきやま	長岡市横山町1592番地1 長岡市高齢者センターまきやま内	TEL 29-7004
長岡市デイサービスセンターみしま	長岡市宮沢354番地1	TEL 42-3600
長岡市デイサービスセンターよいた	長岡市与板町本与板2380番地1	TEL 72-4714
長岡市デイサービスセンターわしま	長岡市小島谷3422番地3	TEL 74-3762
ニチイケアセンター長岡末広	長岡市末広1丁目1番7号	TEL 31-8711
みどりの杜	長岡市小曾根町928番地	TEL 21-2701
めぐりハビリティデイサービス長岡	長岡市希望が丘1丁目529番地1	TEL 94-6347
桃李園デイハウス与板	長岡市与板町与板甲34番地	TEL 41-5300
桃李園デイホーム与板	長岡市与板町与板甲34番地	TEL 41-5300
老人デイサービスセンターこしじ	長岡市浦3060番地	TEL 41-3155
老人デイサービスセンターらいこうじ	長岡市来迎寺甲2607番地2	TEL 92-5421
老人デイサービスセンターわらび園	長岡市浦3060番地	TEL 41-3172
共用型デイサービスこうなん	長岡市渡沢町字早田53番地	TEL 23-7611
共用型デイサービスせったや	長岡市撰田屋町2701番地14	TEL 23-7277
長岡市地域包括支援センター	介護予防事業を紹介したり、介護認定や消費者被害・虐待防止等、高齢者の様々な相談を受け付け、支援を行う、高齢者の公的相談窓口	
長岡市地域包括支援センター なかじま・おもてまち	長岡市表町2丁目2番地21 長岡市社会福祉センター内	TEL 30-1121
長岡市地域包括支援センター けさじろ	長岡市今朝白2丁目8番18号 高齢者センターけさじろ内	TEL 37-5700
長岡市地域包括支援センター ふそき	長岡市新保町1399番地3 高齢者センターふそき内	TEL 25-3354
長岡市地域包括支援センター みやうち・やまこし	長岡市曲新町566番地7 高齢者センターみやうち内	TEL 39-0080
長岡市地域包括支援センター まきやま・みしま	長岡市横山町1592番地1 高齢者センターまきやま内	TEL 29-7005
長岡市地域包括支援センター にしながおか	長岡市三ツ郷屋下川原383番地1 ケアハウス西長岡内	TEL 29-6621
長岡市地域包括支援センター なかのしま・よいた	長岡市中野中甲1666番地2 サンバルコなかのしま内	TEL 61-2600

長岡市地域包括支援センター こしじ・おぐに	長岡市浦3060番地 特別養護老人ホームわらび園内	TEL 41-3201
長岡市地域包括支援センター わしま・てらどまり	長岡市小島谷3422番地3 デイサービスセンターわしま内	TEL 74-3808
長岡市地域包括支援センター とちお	長岡市栴尾泉419番地2 特別養護老人ホームいずみ苑内	TEL 53-2265
長岡市地域包括支援センター かわぐち	長岡市西川口1168番地 高齢者生活支援ハウス川口ぬくもり荘内	TEL 89-3974
老人福祉センター等	高齢者の健康増進、教養の向上及びレクリエーション等のための便宜を総合的に 供与する憩いの施設	
長岡ロングライフセンター	長岡市大字日越185番地2	TEL 46-5002
高齢者センターけさじろ	長岡市今朝白2丁目8番18号	TEL 39-6266
高齢者センターまきやま	長岡市横山町1592番地1	TEL 29-7002
高齢者センターふそき	長岡市新保町1399番地3	TEL 25-3350
高齢者センターみやうち	長岡市曲新町566番地7	TEL 39-5600
高齢者センターしなの	長岡市信濃2丁目6番18号	TEL 31-7700
高齢者センターとちお	長岡市赤谷179番地2	TEL 89-8590
皆楽荘	長岡市上樫出3034番地	TEL 52-1601
老人憩いの家	高齢者の健康増進、教養の向上及びレクリエーション等のための便宜を総合的に 供与する小規模な憩いの施設	
さくらの家	長岡市信条東221番地	TEL 0256-98-6600
日枝の里	長岡市中之島中条2919番地	TEL 66-2800
はすはな荘	長岡市中之島字大口東6104番地1	TEL 24-7200
夕映荘	長岡市寺泊金山170番地3	TEL 75-2368
高齢者コミュニティセンター	高齢者の自主的活動を支援し、高齢者の福祉の増進を図るための施設	
高齢者コミュニティセンターゆきわり荘	長岡市小島谷3560番地1	TEL 74-2911

【ページ補足】

○地域でくらす障害者

13～14 ページは、知的障害者の活動について掲載している。
写真は、上が支援者から食事支援を受けている様子である。

※グループホームとは

障害のある人たちが支援者からの支援を受けながら共同生活をする場所である。

施設もあるが、それに比べると規模が小さく、家庭に近い雰囲気の中、少人数で暮らしている。

支援者が生活の中に全て介入するのではなく、入居者のできないことや苦手なこと（人によって様々だが、計算や読み書き等）を手助けする役割であり、できることは全て自分で行っている。

13 ページの下から 14 ページの上の写真は、地域貢献を行う障害者の様子である。

障害者と聞くと、手助けをしてもらう側を想像しがちだが、実際は高齢者の手伝い（写真のような買い物支援等）をする等、手助けをする側になることも多い。

下の写真は、アオーレ長岡内にある「福祉のカフェりらん」のカウンターと、長岡市社会福祉センタートモシア内にあるカフェ「く・る～む」で食事を準備する様子である。

	福祉のカフェりらん	く・る～む
概要	障害者の社会参加と自立支援、市民とのふれあいの場の実現を目指し、市内の障害者就労支援施設等が共同で運営しているカフェ（喫茶店）。	障害者福祉への理解を深め、ともに生き、ともにささえあう場の実現のために障害者を雇用し、運営しているカフェ（喫茶店）。
店舗運営	長岡市障害者施設ふれあい委員会	長岡市社会福祉協議会
営業開始	平成 24 年 4 月 1 日から	平成 28 年 11 月 1 日から
営業時間	平日午前 11 時 30 分から 午後 2 時まで (曜日により営業時間の延長あり)	午前 10 時から 午後 4 時まで (年末年始を除く)
電話番号	0258-32-1442	0258-32-5200

※福祉のカフェりらの参加団体

野いちご工房、はあとぼっぼ、ワークセンターざおう、ラポート陽だまり、長岡市立高等総合支援学校、希望の家、のぞみの家、みのわの里スリージョブながおか、創造工房コスモス、株式会社鈴木コーヒー、長岡市社会福祉協議会、長岡市福祉課

○さまざまな活動をする障害者

15 ページでは、身体障害者について掲載している。

施設内で右側の写真のように歩行訓練を行ったり、左上の写真のように公園や買い物に車椅子で出かけたりすることもある。

※歩行練習について

機能訓練やリハビリテーションを行うことにより、身体の機能が向上する。身体機能が衰えてしまうため、定期的に身体を動かす必要がある。

下の写真は、花火大会の様子を趣味のカメラを構えながら楽しむ様子である。写真の左側の男性は、口と顎の機能しか使えない方で、その機能でできる生きがいとして写真と出会った。

カメラの機材は自分で使えるよう考えられ、車いすも改造してある。

身体に障害があっても、自分にできる趣味を見つけて楽しんでおり、撮った写真がコンクールで入賞したこともある。

○障害者をささえる補助犬

16 ページの補助犬は、障害のある人にとってのパートナーであり、ペットではない。

なお、補助犬の衛生管理や健康管理はユーザーに義務付けられており、さらに特別な訓練を受けているため、周囲に迷惑をかけることはない。

補助犬が仕事中のときは表示をつけるため、どの種類の補助犬なのか一目で分かるようになっている。

仕事中の補助犬には、話しかける、勝手に触る、食べ物を与える等をしてはならない。

ただし、補助犬を同伴していても、ユーザーへの援助が必要な場合があるため、困っている様子を見かけたら、声をかけるようにすることが大切である。

補助犬の種類	補 足 説 明
盲 導 犬	目の不自由な人は、目的地までの道順を頭に描きながら、ハーネスから伝わってくる盲導犬の動きや周りの音、足元の変化等を基に周囲の状況を判断して、盲導犬に指示を出して歩く。 信号の判断も、車や人の流れを基に目の不自由な人が行う。 (進行方向に車の音が流れていれば青、左右に流れていれば赤)
介 助 犬	介助犬への指示は、動詞は英語、名詞は日本語で行う。 動詞は約 60 語、名詞は約 30 語ある。 1つ1つの行動を区切ることによって犬の動作が明確になり、分かりやすくなる。
聴 導 犬	聴導犬は、タッチをするなど色々な動作を使って耳の不自由な人に音を知らせ、生活をサポートする。 離れた所で音がした場合でもユーザーの所まで行き、それを教えて音源まで誘導する。 家の外では銀行の窓口で、順番待ちをする際等に鈴を鳴らしてもらい、名前が呼ばれたことを知らせる仕事等がある。

●障害者の方々の声

○身体障害のある方

「地域の中には段差などがあり、車いすが段差に引っかかると自分一人では抜け出すことができません。とても怖いし、不安があるため、今は職員についてきてもらっています。私は本屋に行ったりもしますが、車いすに乗っていると、上の棚にある商品は手が届きません。店員さんが取ってくれますが、困った顔をしていると他のお客さんが声を掛けてくれることもあります。困っているときに声をかけてくれることはとても嬉しいことです。自分のことを店員さんや地域の方が覚えてくれると本当に嬉しく思います。経験を積んで、前向きにグループホームでの生活を頑張っていきたいと思っています。」

○知的障害のある方

「地域支え合い事業（買い物支援）に参加して、高齢者から『荷物を持ってくれてありがとう』と言われてとても嬉しかったです。」

「計算や読み書きができないので、職員や他の仲間をお願いしています。」

「地域の人たちとあいさつできることが嬉しく感じます。今の楽しみは、施設の日帰り旅行です。そのためにも、頑張ってお作業をしています。」

「今、打ち上げ花火の玉皮を作っている会社で職場実習をしています。仕事内容は、玉皮のプレス（型抜き）です。工場の中は暑くて室温が50度になることもあり大変ですが、自分の作った花火玉で綺麗な花火が上がり、みんなが喜んでくれることはとても嬉しいです。暑くて大変ですが、頑張っておいて、就職したいと思っています。」

●障害者施設・事業所（大人のための施設）

（令和5年12月1日現在）

施設種別（施設名）	概要（所在地等）
【入所施設】施設入所支援 （日中サービス：生活介護）	常時介護を必要とし、通所が困難な障害者に、日中及び夜間において介護サービスの提供などを行う
桐樹園	長岡市西津町字原4668番地 TEL 47-2200 FAX 47-2202
桜花園	長岡市西津町字原4668番地 TEL 47-5525 FAX 47-2202
新潟県あけぼの園	長岡市柿町88番地 TEL 34-3214 FAX 34-3236
しづみ園	長岡市不動沢2219番地5 TEL 41-0803 FAX 41-0800
みのわの里療護園	長岡市不動沢126番地3 TEL 92-3748 FAX 92-3060
みのわの里更生園	長岡市不動沢126番地3 TEL 92-4945 FAX 92-3220
守門の里	長岡市楡原字岩ノ原2220番地 TEL 52-1055 FAX 52-1026
コロニーにいがた白岩の里 （成人部）	長岡市寺泊藪田6789番地4 TEL 75-3138 FAX 75-3132
コロニーにいがた白岩の里 （重複更生部）	長岡市寺泊藪田6789番地4 TEL 75-3137 FAX 75-3132
コロニーにいがた白岩の里 （高齢期更生部）	長岡市寺泊藪田6789番地4 TEL 75-3135 FAX 75-3132
リハビリセンター王見台	長岡市王番田町2900番地 TEL 28-8800 FAX 28-8802
リハビリセンター王見台（療護部）	長岡市王番田町2900番地 TEL 28-8800 FAX 28-8802
【入所施設】施設入所支援 （日中サービス：機能訓練）	身体障害者に身体能力向上のために、日中及び夜間において必要な訓練を一定期間の支援計画に基づき行う
リハビリセンター王見台	長岡市王番田町2900番地 TEL 28-8800 FAX 28-8802
【入所施設】施設入所支援 （日中サービス：生活訓練）	生活能力向上のための訓練が必要な障害者に対して、日中及び夜間において必要な訓練を一定期間の支援計画に基づき行う
コロニーにいがた白岩の里 （社会復帰部）	（社）長岡市寺泊藪田6789番地4 TEL 75-3136 FAX 75-3132
【入所施設】療養介護	病院などの施設において機能訓練や療養上の管理、看護、介護、日常生活の援助などを行う
長岡療育園	長岡市深沢町字高寺2278番地8 TEL 46-6611 FAX 47-3535
生活介護	常時介護を必要とする障害者に、介護サービスや創作的活動の機会の提供などを行う
桜花園ワークセンターかがやき	長岡市西津町字原4668番地 TEL 47-5525 FAX 47-2202
桐樹園	長岡市西津町字原4668番地 TEL 47-2200 FAX 47-2200
サンスマイル	長岡市関原町1丁目3195番地 TEL 47-5138 FAX 47-5139
かきのみ園	長岡市柿町115番地 TEL 36-9009 FAX 36-9005
デライフ中条	長岡市中之島中条3丁目305番地2 TEL 89-7681 FAX 89-7035
みのわの里療護園	長岡市不動沢126番地3 TEL 92-3748 FAX 92-3060
みのわの里工房ますがた	長岡市飯塚1134番地3 TEL 92-4636 FAX 92-5051
みのわの里工房かわさき	長岡市川崎町1963番地1 TEL 35-5501 FAX 89-5071
みのわの里ようこそ	長岡市岩野1871番地1 TEL 92-2172 FAX 92-5568
うらら長岡	長岡市浦5041番地1 TEL 92-4568 FAX 92-3997
ワークセンター寺泊	長岡市寺泊花立786番地1 TEL 75-4031 FAX 75-5665
長岡療育園通園センター	長岡市深沢町字高寺2278番地8 TEL 46-6611 FAX 47-3535
みのわの里ゆうあい	長岡市浦字中の坪528番4 TEL 92-6780 FAX 92-6808
桜花園	長岡市西津町字原4668番地 TEL 47-5525 FAX 47-2202
みのわの里更生園	長岡市不動沢126番地3 TEL 92-4945 FAX 92-3220
おうみだい	長岡市王番田町2900番地 TEL 28-8800 FAX 28-8802
リハビリセンター王見台療護部	長岡市王番田町2900番地 TEL 28-8800 FAX 28-8802
みのわの里工房はたる	長岡市来迎寺2061番地 TEL 89-8073 FAX 92-5280
みのわの里工房ゆきわり	長岡市小島谷3272番地2 TEL 74-3663 FAX 74-3834
しづみ園	長岡市不動沢2219番地5 TEL 41-0803 FAX 41-0800
新潟県あけぼの園	長岡市柿町88番地 TEL 34-3214 FAX 34-3236
生活介護カドル新町	長岡市新町3丁目3番60号 TEL 89-6857 FAX 89-6858
生活介護事業所あすなろサクセス	長岡市江陽1丁目15-22 TEL 89-8446 FAX 89-8436

生活訓練	知的障害者又は精神障害者に生活能力向上のための訓練を一定期間の支援計画に基づき行う		
ワークセンターざおう	長岡市蔵王1丁目6番19号	TEL 36-6600	FAX 36-6612
サンスマイル	長岡市関原町1丁目3195番地	TEL 47-5138	FAX 47-5139
うらら長岡	長岡市浦5041番地1	TEL 92-4568	FAX 92-3997
就労系サービス事業所			
就労移行支援	就労を希望する65歳未満の障害者に、就労に必要な知識や能力向上のための訓練などを一定期間の支援計画に基づき行う		
こばと	長岡市下条町字大石1786番地3	TEL 23-1387	FAX 23-1800
野いちご工房	長岡市関原町1丁目字中原3195番地	TEL 47-5141	FAX 47-5140
ワークセンターざおう	長岡市蔵王1丁目6番19号	TEL 36-6600	FAX 36-6612
ワークセンター千秋	長岡市千秋2丁目221番地14	TEL 28-8815	FAX 28-8816
ワークセンターのっぺ	長岡市三ツ郷屋町331番地1	TEL 22-4888	FAX 22-4890
みのわの里スリージョブながおか	長岡市浦9750番地	TEL 92-2030	FAX 92-2088
とちおワークス	長岡市楡原2220番地	TEL 52-1130	FAX 52-9369
創造工房コスモス	長岡市与板町与板乙5954番地3	TEL 72-2526	FAX 89-6617
就労支援ワーク&カレッジ Oneながおか	長岡市表町1丁目10番地5 アーバンヒルズ長岡第二101	TEL 89-8973	FAX 89-8974
もみの木工房つばさ	長岡市東新町1丁目1番50号	TEL 39-2780	FAX 37-2780
アルファスプライト長岡教室	長岡市古正寺1丁目249-1 イオン長岡2F	TEL 86-4082	FAX 84-4083
就労継続支援A型	一般企業等で雇用されることが困難な65歳未満の障害者に、雇用契約等に基づき働く場の提供や知識・能力向上のための訓練を行う		
和島トゥール・ル・モンド 100年の時をこえて	長岡市和島中沢乙64番地1	TEL 74-3002	FAX 74-3770
福祉ラボ アルファスプライト	長岡市緑町1丁目38番地431	TEL 84-7277	FAX 84-7186
福祉ラボ アルファスプライト 第2事業所	長岡市緑町3丁目188番地1	TEL 29-2900	FAX 89-8940
就労支援ワーク&カレッジ Oneながおか	長岡市表町1丁目10番地5 アーバンヒルズ長岡第二101	TEL 89-8973	FAX 89-8974
クリエイターズウェル長岡	長岡市東坂之上町2丁目4番地10 Ritz東坂之上ビル3F	TEL 94-5366	FAX 94-5386
コロンブ株式会社 About me	長岡市北山3丁目1番地5 北山ビル1F	TEL 94-5077	FAX 94-5177
就労継続支援B型	一般企業等で雇用されることが困難な障害者に、働く場の提供や知識・能力向上のための訓練を行う。		
桜花園ワークセンターかがやき	長岡市西津町字原4668番地	TEL 47-5525	FAX 47-2202
野いちご工房	長岡市関原町1丁目字中原3195番地	TEL 47-5141	FAX 47-5140
ワークセンターざおう	長岡市蔵王1丁目6番19号	TEL 36-6600	FAX 36-6612
ワークセンター千秋	長岡市千秋2丁目221番地14	TEL 28-8815	FAX 28-8816
ワークセンター寺泊	長岡市寺泊花立786番地1	TEL 75-4031	FAX 75-5665
ワークセンターのっぺ	長岡市三ツ郷屋町331番地1	TEL 22-4888	FAX 22-4890
NOPPEI Kitchen (ワークセンターのっぺの従たる事業所)	長岡市深沢町2278番地8	TEL 46-7958	FAX 46-7958
こばと	長岡市下条町字大石1786番地3	TEL 23-1387	FAX 23-1800
あゆみの舎(こばとの従たる事業所)	長岡市脇野町字松葉2328番地8	TEL 42-2097	FAX 42-2097
たんぼぼ(こばとの従たる事業所)	長岡市東新町1丁目1番5号	TEL 34-0994	FAX 34-8034
さんわ工房	長岡市三和1丁目4番43号	TEL 37-0440	FAX 37-0458
たちばな工房	長岡市与板町江西3丁目1番3号	TEL 72-2299	FAX 72-2299
もみの木工房つばさ	長岡市東新町1丁目1番50号	TEL 37-2780	FAX 37-2780
もみの木工房ふたば	長岡市東新町1丁目6番8号	TEL 37-6618	FAX 86-7178
デイワークス中之島	長岡市中之島392番地	TEL 66-1538	FAX 89-7106

みのわの里工房こしじ	長岡市浦4712番地1	TEL 92-2535	FAX 92-2541
みのわの里工房ますがた	長岡市飯塚1134番地3	TEL 92-4636	FAX 92-5051
みのわの里ワークセンター北陽	長岡市稲保1丁目306番地4	TEL 86-8110	FAX 86-8118
みのわの里工房ゆきわり	長岡市小島谷3272番地2	TEL 74-3663	FAX 74-3834
みのわの里工房かわさき	長岡市川崎町1963番地1	TEL 35-5501	FAX 89-5071
みのわの里スマイルセンター三喜	長岡市堺町字江底712番地1	TEL 89-8886	FAX 89-8891
みのわの里ステップセンター三喜	長岡市南七日町89番地1	TEL 89-8915	FAX 89-8916
みのわの里工房ほたる	長岡市来迎寺2061番地	TEL 89-8073	FAX 92-5280
とちおワークス	長岡市楡原2220番地	TEL 52-1130	FAX 52-9369
しづみ工房	長岡市小国町原甲348番地	TEL 95-5233	FAX 95-5225
創造工房コスモス	長岡市与板町与板乙5954番地3	TEL 72-2526	FAX 89-6617
希望の家	長岡市山田3丁目2番5号	TEL 32-9275	FAX 32-9275
のぞみの家	長岡市城内町3丁目5番13号 吉川ビル1階	TEL 32-5183	FAX 32-5183
居いプレイス (のぞみの家の従たる事業所)	長岡市愛宕3丁目7-24	TEL 76-0050	FAX 76-0050
ワークセンターとちの木の家	長岡市栃尾山田町4番5号	TEL 52-5685	FAX 52-5685
多機能就労支援センター 大きなかぶ	長岡市泉1丁目7番22号	TEL 36-9763	FAX 36-9763
就労定着支援	就労移行支援等を利用し、一般就労した人で、就労に伴う環境変化により生活面の課題が生じている人に対し、課題解決に向けて必要な指導・助言等、就労定着するための支援を行います。		
みのわの里スリージョブながおか	長岡市浦9750番地	TEL 92-2030	FAX 92-2088
就労支援ワーク&カレッジ Oneながおか	長岡市表町1丁目10番地5 アーバンヒルズ長岡第二101	TEL 89-8973	FAX 89-8974
野いちご工房	長岡市関原町1丁目字中原3195番地	TEL 47-5141	FAX 47-5140
ワークセンターのっぺ	長岡市三ツ郷屋町331番地1	TEL 22-4888	FAX 22-4890
福祉ラボ アルファスプライト	長岡市緑町1丁目38番地431	TEL 84-7277	FAX 84-7186
地域活動支援センター	創作的活動又は生産活動の機会の提供、社会との交流を行う施設で、それぞれに特徴を生かした活動を行う		
地域活動支援センター UNEHAUS (ウネハウス)	長岡市一之貝869番地	TEL 86-8121	FAX 86-8131
地域活動支援センター ふぁーれ	長岡市城内町3丁目5番地11	TEL 89-7859	FAX 89-7859
地域活動支援センター しづみ工房	長岡市小国町原甲348番地	TEL 95-5233	FAX 95-5225
地域活動支援センター ぼむハウス	長岡市栃尾山田町4番11号	TEL 86-7367	FAX 86-7367
みのわの里障害者地域活動 支援センターオアシス	長岡市三和3丁目123番地1	TEL 35-3887	FAX 89-7960
地域活動支援センター サンスマイル	長岡市関原町3丁目甲483	TEL 21-0233	FAX 21-0260
越路ハイム 地域生活支援センター	長岡市三ツ郷屋2丁目3番地11	TEL 27-4266	FAX 27-4265
地域活動支援センター ピュアはーと	長岡市青葉台5丁目22番地4	TEL 86-7195	FAX 46-5251
地域活動支援センター a n y	長岡市関原町1丁目4582番地2 1階	TEL 89-8333	FAX 89-8333
地域活動支援センター 春よこい	長岡市東川口628番地1	TEL 89-2275	FAX 89-2275
地域活動支援センター り・ぼん	長岡市三和1丁目5番19号	TEL 86-8588	FAX 86-8932

共同生活援助 (グループホーム)	主に夜間に、共同生活を営む住居において、日常生活上の相談や援助・介護等を行う	
さんわの家	長岡市三和1丁目4番43号	バックアップ施設：さんわ工房 TEL 37-0440 FAX 37-0458
第2さくら	長岡市西新町1丁目8番6号	バックアップ施設：桜花園 TEL 47-5525 FAX 47-2202
あすか	長岡市南七日町73番地10	
さつき	長岡市南七日町73番地10	
よつば	長岡市才津西町2237番地1	
こころ	長岡市喜多町字下川原993番地1	
きたやま	長岡市北山3丁目12番地4 1階	
おおやま	長岡市北山3丁目12番地4 2階	
なかじま	長岡市中島4丁目2番4号	
しんわ	長岡市西津町3785番地15	
さくら	長岡市寺泊磯町7419番地	
てらどまり	長岡市寺泊上荒町7811番地1	バックアップ施設：長岡ホーム TEL 94-4088 FAX 94-4086
くらすわ	長岡市浦字中の坪528番地18	
しづみ寮	長岡市来迎寺2031番地	
岩塚寮	長岡市飯塚1091番地6	
浦寮	長岡市浦6952番地	
飯塚寮	長岡市飯塚2704番地	
浦中寮	長岡市浦4729番地	
白山寮	長岡市来迎寺1984番地	
なかのしま寮	長岡市飯塚2619番地	
もみじ寮	長岡市来迎寺2225番地	
白山南寮	長岡市来迎寺1817番地	
かみや寮	長岡市神谷1527番地甲	
いわの寮	長岡市岩野1871番地1	
とみおか寮	長岡市下富岡1259番地	
むつみ寮	長岡市来迎寺字白山2057番地	
かわさきホーム	長岡市川崎町字萱場1966番地1	
さくらホーム	長岡市川崎町字萱場1962番地1	
フェニックスホーム	長岡市川崎町字萱場1962番地1	
日向	長岡市来迎寺4080番地	バックアップ施設： みのわの里更生園 TEL 92-4945 FAX 92-3220
やなぎはらホーム	長岡市長倉4丁目542番地3	
みやうちホーム	長岡市曙3丁目3番地14	
ちょうせいホーム	長岡市草生津2丁目6番38号	
さこんホーム	長岡市豊詰町206-30	
ともるⅡ	長岡市石内1丁目6番14号	バックアップ施設：たんぼぼ TEL 34-0994 FAX 34-8034
あかり	長岡市下条町字大石1787番地3	バックアップ施設：こぼと TEL 23-1387 FAX 23-1800
えきまえ	長岡市宮内3丁目13番11号	バックアップ施設：あゆみの舎 TEL 42-2097 FAX 42-2097
ウエストパル	長岡市脇野町2328番地1	
かわばた寮	長岡市小国町原甲259番地1	バックアップ施設：しづみ工房 TEL 95-5233 FAX 95-5225
ひまわりの家	長岡市小国町千谷沢206番地13	
おもてまち寮	長岡市栃尾表町5番6号	バックアップ施設：とちおワークス TEL 52-1130 FAX 52-9369
うえのはら寮	長岡市上の原町3番5号	
かなざわ寮	長岡市金沢1丁目1番3号	
もみの木の家	長岡市東新町1丁目1番50号	バックアップ施設：もみの木工房つばさ TEL 37-2780 FAX 37-2780
あすなろ荘	長岡市三ツ郷屋1丁目2番地4 メゾンみやびⅡ	バックアップ施設：越路ハイム地域 生活支援センター TEL 27-4266 FAX 27-4265
越路ホーム	長岡市浦5042番地1	バックアップ施設：うらら長岡 TEL 92-4568 FAX 92-3997

かつこうの家	長岡市関原南3丁目4918番地	バックアップ施設：サンスマイル TEL 47-5138 FAX 47-5139
くるみの家	長岡市関原町5丁目214番地2	
くるみの家II	長岡市関原南3丁目4907番地	
すばる	長岡市大山3丁目5番地13、12	
歩み	長岡市関原東町54番地	
中沢	長岡市中沢町663番地1	
なごみ	長岡市関原町1丁目1025番地1	
上除寮	長岡市上除町字野田甲105番地22	バックアップ施設： 創造工房コスモス TEL 72-2526 FAX 89-6617
虹A棟	長岡市脇野町1514番地	
虹B棟		
与板寮	長岡市与板町与板乙5958番地1	バックアップ施設： 相談支援事業所 クオリード TEL 77-7262 FAX 77-0419
グループホームなでしこ	長岡市上除町西1丁目甲1875番地12	
グループホームハナミズキ	長岡市上除町1610番地1	
ぶどうの森長岡/春日	長岡市春日2丁目4番18号	
ぶどうの森長岡/東神田	長岡市東神田3丁目4番地8	グループホームせせらぎ園 TEL：77-6008 FAX：77-6008
ぶどうの森長岡/中沢	長岡市中沢4丁目67番地3	
ぶどうの森長岡/川崎	長岡市川崎5-3889	
グループホーム いんくる長岡アリエス	長岡市神田町3丁目2番1号	社会福祉法人栃尾福祉会 みつげワークス TEL：0258-62-7800 FAX：0258-62-7666
グループホーム りんく長岡	長岡市福住3丁目3番5号 マンショントモエイ6B号室	合同会社ヒューマンサポート クリエイターズウェル長岡 TEL：090-1032-5750
グループホーム りんく長岡古正寺	長岡市古正寺1丁目2946	
ソーシャルインクルーホーム長岡西津町	長岡市西津町2195-3	グループホーム ぶどうの森 TEL:0258-94-6092 FAX:0258-94-6096
グループホーム シンフォニー/城内町	長岡市城内町3-3-8 アルカーサル長岡5F	グループホーム りんく長岡 TEL:090-1032-5750
宿泊型自立訓練	日中は就労や障害福祉サービスを利用している知的障害者又は精神障害者に、地域移行に向けて一定期間居住の場を提供し、家事等の日常生活能力を向上させるための訓練などを行う	
サンスマイル	長岡市関原町1丁目3195番地	TEL 47-5138 FAX 47-5139
うらら長岡	長岡市浦5041番地1	TEL 92-4568 FAX 92-3997
障害者相談支援事業所	障害者が地域の中で暮らせるよう、様々な相談に対し福祉サービスの紹介や手続きの手伝いなどを行う	
相談支援センターふかさわ分室 サンスマイル	長岡市中沢町663番地1	TEL 86-7812 FAX 86-7813
障がい者支援センターあさひ	長岡市川崎町1962番地1	TEL 32-5877 FAX 32-5885
越路ハイム地域生活支援センター	長岡市三ツ郷屋2丁目3番11号	TEL 27-4266 FAX 27-4265
相談支援センターふかさわ	長岡市西津町字原4668番地	TEL 47-2208 FAX 47-2206
障害者相談支援センターとちお	長岡市栃尾表町5-6	TEL 86-6396 FAX 86-6036

●障害者施設・事業所（子どものための施設）

（令和6年1月1日現在）

施設種別（施設名）	概要（所在地等）
医療型障害児入所施設	重度の知的障害と肢体不自由を重複する児童等が入所し、保護、治療並びに日常生活の指導及び知識技能の付与を行う施設
長岡療育園	長岡市深沢町字高寺2278番地8 TEL 46-6611 FAX 47-1243
福祉型障害児入所施設	知的障害のある児童等が入所し、保護、日常生活の指導及び知識技能の付与を行う施設
コロニーにいがた白岩の里（児童部）	長岡市寺泊藪田6789番地4 TEL 75-3133 FAX 75-3132
児童発達支援センター及び児童発達支援事業所	就学前の障害児に向けて日常生活の自立支援や機能訓練を行ったり、集団生活に適應できるよう支援したりするための通所型福祉サービス事業所
長岡療育園通園センター	長岡市深沢町字高寺2278番地8 TEL 46-6611 FAX 47-3535
柿が丘学園	長岡市柿町115番地 TEL 32-4991 FAX 32-5130
多機能こどもセンター銀河	長岡市宮栄3丁目17番15号 TEL 31-6555 FAX 31-6556
こどもサポート教室「きらり」長岡校	長岡市今朝白3丁目11番5号 TEL 89-7085 FAX 89-7085
こどもサポート教室「きらり」北長岡校	長岡稲保南1丁目219-17 TEL 86-8320 FAX 86-8320
あすなる ・あすなる（4階） ・あすなるカラフル（3階）	長岡市四郎丸4丁目9番4号 SKサカイビル3・4階 TEL 86-8869 FAX 86-8869
あすなるキャンパス	長岡市曙3丁目3番地15号 TEL 86-8869 FAX 86-8869
あすなるくれよん	長岡市曙3丁目3番地15号 TEL 89-7969 FAX 89-7968
キッズサポートすまいる	長岡市与板町与板乙2439番地6 TEL 89-6186 FAX 89-6186
キッズサポートすまいる・はすがた	長岡市鉄工町1丁目1番40号 TEL 050-1190-6264
はびねす長岡 児童発達支援 TODAY Is New Life古正寺	長岡市古正寺3番地92 TEL 86-5441 FAX 89-6253
コベルプラス長岡教室	長岡市関東町5番地5長岡ファーストビル201号室 TEL 94-4622 FAX 94-4623
発達支援 ユニコーン	長岡市千手2丁目10番21号2階 TEL 86-7981 FAX 86-7982
児童デイサービス みそら	長岡市川崎5丁目497番地101号 TEL 86-4848 FAX 86-4849
つむぎ	長岡市栲尾表町5番地6 TEL 86-6262 FAX 86-0127
るびなす	長岡市表町4丁目4-3 TEL 94-6240 FAX 94-7543
児童養護施設	保護者のいない児童や環境上養護を要する児童を受け入れて養育し、自立のための支援を行う入所施設
双葉寮	長岡市寿2丁目8番11号 TEL 24-3687 FAX 24-3791
放課後等デイサービス事業所	小学生から18歳未満の学校就学中の障害児について、放課後や長期休暇中において、集団生活への適應や生活能力向上のための支援を行う通所型福祉サービス事業所
長岡療育園通園センター	長岡市深沢町字高寺2278番地8 TEL 46-6611 FAX 47-3535
虹のオアシス	長岡市三和3丁目123番地1 TEL 35-3887 FAX 89-7960
ピュアはーと	長岡市青葉台4丁目9番地7 TEL 46-5251 FAX 46-5251
ピュアピーす	長岡市青葉台5丁目22番地4 TEL 86-7195 FAX 86-7195
多機能こどもセンター銀河	長岡市宮栄3丁目17番15号 TEL 31-6555 FAX 31-6556
こどもサポート教室「きらり」長岡校	長岡市今朝白3丁目11番5号 TEL 89-7085 FAX 89-7085
こどもサポート教室「きらり」北長岡校	長岡稲保南1丁目219-17 TEL 86-8320 FAX 86-8320
あすなる ・あすなる（4階） ・あすなるカラフル（3階）	長岡市四郎丸4丁目9番4号 SKサカイビル3・4階 TEL 86-8869 FAX 86-8869
あすなるキャンパス	長岡市曙3丁目3番地15号 TEL 86-8869 FAX 86-8869
あすなるくれよん	長岡市曙3丁目3番地15号 TEL 89-7969 FAX 89-7968
キッズサポートすまいる	長岡市与板町与板乙2439番地6 TEL 89-6186 FAX 89-6186
キッズサポートすまいる・はすがた	長岡市鉄工町1丁目1番40号 TEL 050-1190-6264

はびねす長岡			
・はびねすスタディ古正寺	長岡市古正寺3番地92	TEL 86-5436	FAX 89-6253
・はびねす古正寺	長岡市古正寺3番地125	TEL 86-5435	FAX 89-6253
・はびねすジョブ古正寺		TEL 86-4431	FAX 86-4432
たいよう	長岡市西宮内2番地131旭マンション101号室	TEL 76-0687	FAX 76-0687
発達支援ユニコーン	長岡市千手2丁目10番21号2階	TEL 86-7981	FAX 86-7982
発達支援ユニコーン こしじ教室	長岡市来迎寺字洪田甲2602番2	TEL 86-6027	FAX 86-6039
児童デイサービス みそら	長岡市川崎5丁目497番地101号	TEL 86-4848	FAX 86-4849
つむぎ	長岡市栃尾表町5番地6	TEL 86-6262	FAX 86-0127
コペルプラス長岡教室	長岡市関東町5番地5長岡ファーストビル201号室	TEL 94-4622	FAX 94-4623
るびなす	長岡市表町4丁目4-3	TEL 94-6240	FAX 94-7543

●知的障害・精神障害・発達障害のある人への接し方例

●手足の不自由な人には

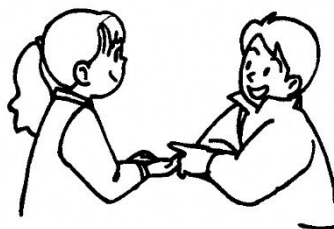
車いすを使用する人や足の不自由な人にとっては、階段やちょっとした段差でも移動が困難となります。困っているのをみかけたら声をかけてください。手助けを必要としていたら、どうしたらいいかよく聞いてお手伝いください。



バスや電車などでは、優先席でなくても席を譲るよう心がけましょう。

●耳の不自由な人には

話をするときは、正面からはっきりと話してください。あなたの口の動き、身振り手振りが会話を助けます。また、紙と鉛筆がなくても、手のひらに文字を書いて筆談する方法もあります。



急用の時など家族等への連絡を頼まれたりした場合は、代わって電話をかけたり、ファックスがあるところを教えてください。

●知的発達に障害のある人には

発達期に何らかの原因で知的障害があらわれた人の場合、日常生活で援助を必要とすることがありますが、一つの作品をこつこつと作ったり、音楽や絵などの分野で優れた感性で活躍している人も多く、その能力は様々です。その能力が、本人にとっても社会にとってもいかに発揮されるよう励ましの言葉をかけてください。



会話のときは、わかりやすい言葉ではっきりと話をしてください。

●精神に障害のある人には

精神に障害のある人は、病気の症状と同時にストレスに対する抵抗力が弱かったり、人づきあいが苦手だったり、回復の途中では、物事に対しての関心や意欲がなかなか出てこないことから、様々な社会生活上のハンディを抱えている場合があります。



あいまいな表現や遠回しな言い方はかえって混乱することがあります。

②スポーツ大好き！

読本 P17～

【ページ補足】

写真は、上から「車いすバスケットボール体験授業」の様子で、次が「ふれ愛スポーツのつどい」の様子である。

(両方とも長岡市で行われた授業・イベントの際の写真である。「ふれ愛スポーツのつどい」の説明はP. 65に記載)

※スイム・リーダー愛

30年以上障害者や高齢者の方々と共に活動しており、ボランティア功労者厚生労働大臣表彰を受賞している。

会員には、全国障害者スポーツ大会の優勝者や入賞者もいる。

●障害者スポーツの一覧

ス ポ ー ツ 名	ル ー ル 等
車 椅 子 テ ニ ス	健常者のテニスとルールは原則同じ（ただし、2バウンドまで可）。
車椅子バスケットボール	健常者のバスケットボールとコートの高さ、リングの高さ、使用するボールは原則同じ。
ボ ッ チ ャ	ボールを投げたり転がしたりして、目標のボールまでの距離を競う競技。
水 泳	自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ、個人メドレー、リレーの6種目がある。
ソ フ ト ボ ー ル	競技場のフェア地域、塁間距離と投球距離は女子の規格に準じる（知的障害者を対象としている。）。
陸 上 競 技	健常者の陸上競技とルールは原則同じ（障害の種類や種目によって特別ルールの適用有）。

*他にも障害のある人とともにできるよう工夫された競技が多く行われている。

18 ページの写真は、左上が、2021年に市内の馬高縄文館で行われた東京2020パラリンピック聖火の採火式の様子である。障害のある人もない人も共に生活していた形跡がある縄文時代を象徴する「火焰土器」の出土地で採火し、「共生の精神」を東京につないだ。

右上は過去に行われたスペシャルオリンピックスの大会の様子である。下の2枚の写真は、大会に向けて、合宿や練習を行う様子である。

○パラリンピック

障害のあるトップアスリートが出場できる国際競技大会で、4年に1度、オリンピック競技大会の終了後に同じ場所で開催されている。スポーツを治療に取り入れる方法を用いたことが、パラリンピックの原点である。

Paraplegic（下半身麻痺）+Olympic（オリンピック）をいう意味からパラリンピックと呼ばれていたが、身体障害者の国際大会になじまなかったため、Parallel（類似した、同様の）+Olympics（オリンピックス）と解釈することになった。

障害者にスポーツ活動の機会を提供する理念「機会均等と完全参加」と、「障害者のスポーツのエリート性」を表す言葉になった。

現在では、「もう一つのオリンピック」と呼ばれるにふさわしい、世界最高峰の障害者スポーツ大会へと発展し続けている。

○スペシャルオリンピックス

知的障害のある人たちの様々なスポーツトレーニングやその成果の発表の場である競技会。

スペシャルオリンピックスは、非営利活動であり、運営はボランティアと善意の寄附によって行われている。これらのスポーツ活動に参加する知的障害のある人達はアスリートと呼ばれる。

知的障害のある人たちに年間を通じてオリンピック競技種目に準じた様々なスポーツトレーニングと競技の場を提供し、参加したアスリートが健康を増進し、勇気を奮い、喜びを感じ、他のアスリートや地域の人々と、才能や技能そして友情を分かち合う機会を継続的に提供することを目的としている。

なお、「スペシャルオリンピックス」の名称が複数形で表されるのは、大会に限らず、日常的なスポーツトレーニングから世界大会まで、様々な活動が年間を通じて世界中で行われていることを意味している。

○デフリンピック

聴覚障害者による国際的なスポーツ大会。世界規模で、夏季大会と冬季大会が行われており、名称は、Deaf(ろう者)+Olympic(オリンピック)でDeaflympics(デフリンピック)。

参加資格は、補聴器等をはずした状態での聴力損失が55デシベルを超え、各国のろう者スポーツ協会に登録されている者とされている。

競技時は補聴器等の使用は禁止され、ライトの点灯でスタートを知らせたり、旗を振ったりするなどし、視覚を使った競技運営が行われる。

また、参加者が国際手話によるコミュニケーションで交友関係を築けることが特徴でもある。

【長岡市で行っている主要事業】

事業名	事業概要
ハンディスポーツ・ボッチャ体験会	障害者スポーツの普及・啓発や障害者理解のため、ボッチャなどのハンディスポーツを体験する。
ふれ愛スポーツのつどい	障害の有無に関わらず、誰もが障害者スポーツ、レクリエーションを体験し、参加できるイベント「ふれ愛スポーツのつどい」を開催
ハンディテニススクール	障害のある人の身体機能の向上を図るため、テニスの教室を開催
障害者スポーツ競技力向上事業	障害者スポーツの活性化と競技水準の向上のため、全国に通じる選手の育成

③みんなにやさしいまちに

読本 P19～

【ページ補足】

●バリアフリー・シンボルマーク・ユニバーサルデザインについて

<各写真説明>

写 真	説 明
ス ロ ー プ	車いすは段差が3cmあると進めなくなってしまうため、車いす利用者や高齢者等が利用しやすいように作られたゆるやかな傾斜の通路のこと
ノンステップバス	乗降口の段差をなくし、車椅子利用者や高齢者、子ども等が利用しやすいように作られている。
シンボルマーク (ピクトグラム)	文字を使わずに単純な図を用いることで、外国人や子ども等がひと目でわかるように作られている。
おもいやり駐車場	車椅子利用者や妊婦、足が不自由な人等が店舗利用しやすいよう工夫されたもの
は さ み	子どもや高齢者等、誰でも力を入れずに使えるよう持ち手が厚く、刃の先端が丸くなっていて安全である。
自動販売機 手 洗 い 場	小さい子どもや車椅子利用者等低い位置でも使いやすいよう工夫されたもの
点字ブロック	視覚障害者が道を歩く際に進行方向を示すためのもの

○その他の例

も の	場 所	工 夫
自動ドア	コンビニエンスストア	誰でも使いやすい
段差のない床	家、福祉施設 など	車椅子利用者、高齢者
非常口マーク	学校、体育館 など	外国人、子ども
多機能トイレ	スーパーや駅 など	誰でも使いやすい
エレベーター	病院や福祉施設 など	誰でも使いやすい
ななめドラム洗濯機	家、電器店 など	誰でも使いやすい
盲 導 犬	道路、ボランティア団体	視覚障害のある人
音 響 信 号 機	道 路	視覚障害のある人
音 声 案 内	駅、アオーレ長岡 など	視覚障害のある人

※バリアフリーとユニバーサルデザインの違い

「バリアフリー」とは、高齢者や障害のある人等特定の人を対象として、快適に生活できるように、後からバリアをなくすことである。

例えば、階段しかない出入口の横にスロープを設置する等が考えられる。

一方、「ユニバーサルデザイン」は、国籍や性別、年齢、そして障害の有無に関わらず、はじめから全ての人ができるだけ使いやすく、便利なものを広めることである。

例えば、出入口には、はじめから階段や段差をつくらず平らに建てる等が考えられる。

一般的には、バリアフリーを一步進めた考え方がユニバーサルデザインだとも言われている。

なお、19 ページの写真进行分类ごとに分けると下記のとおりである。

種 類	写 真
バ リ ア フ リ ー	スロープ、ノンステップバス、点字ブロック
シンボルマーク	看板、おもいやり駐車場
ユニバーサルデザイン	はさみ、自動販売機、手洗い場

●バリアフリー社会について

平成 25 年 6 月に「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律（障害者差別解消法）」が公布され、障害があることのみを理由として、正当な理由なく、商品やサービスの提供を拒否するような行為（不当な差別的取扱い）をすること等により、障害者の権利利益を侵害してはならないとされた。また、障害者から日常生活等で障壁となる事物等（社会的障壁）の除去の意思の表明があった場合、実施に伴う負担が過重でないときは、障害の状態等に応じて、社会的障壁の除去の実施について必要かつ合理的な配慮をすることが、令和 6 年 4 月から公的機関、民間事業者ともに法的義務とされた。

○不当な差別的取扱いの例

- ・スポーツクラブや習い事の教室等で、障害があることを理由に入会を拒否
- ・盲導犬を連れてきた人に「動物はお断り。」と入店を拒否

○社会的障壁の除去の実施について必要かつ合理的配慮をする例

- ・知的障害がある人向けに、漢字にルビをふったり、絵や図を使い説明
- ・建物の段差にスロープを設置
- ・車いすの人が乗り物に乗るときの手助け

●心のバリアフリー

障害のある人は、障害のない人と同じ欲求・権利をもつ人間であり、社会の中でともに生きていく仲間であるという「共生」の障害者観が広まり、「共生」を一步進めたのが「障害は個性」という考え方である。障害も各人がもっている個性の一つととらえると、障害のある人とない人といった尺度で世の中の人を二分する必要はなくなる。

バリアフリーの社会づくりは施設や道路の整備だけでなく、モラルの面でも改善が求められ、住民一人ひとりの理解と協力が必要である。

●電子機器について

パソコンには、文字を大きくしたり、文章を読み上げたり、ユーザーを補助する機能がついている。

スタートボタンから、「コントロールパネル」⇒「コンピューターの簡単操作センター」で使いやすいように設定を変更することが可能である（パソコンのバージョンや種類によって、上記と名称が違う場合もある）。

携帯電話やスマートフォン、タブレット等にも使いやすい工夫がされている。

●ユニバーサル文庫について

障害のある人をはじめ、すべての人が利用できるよう作られたもの。

主に、文学作品を朗読した録音テープやCD、落語のCD、字幕付きの映画ビデオ等の視聴覚資料である。

また、障害等により来館することが困難な場合、南地域図書館で宅配での貸出サービスを行っている。

問い合わせ：南地域図書館

〒940-1103 長岡市曲新町 566 番地 7

TEL 30-3501 FAX 30-3505

開館時間： 9：30～20：00 土日祝 9：30～17：30

休館日： 毎週木曜日、毎月末日、特別図書整理期間、年末年始

●外出支援について

1) 車いすの貸出し

問い合わせ：長岡市役所 長寿はつらつ課 (TEL 39-2268)

長岡市社会福祉協議会 (TEL 94-5588)

2) 移動支援事業

知的障害や精神障害、重度の全身性障害のある人が外出する際に、ヘルパー

が付き添う。

問い合わせ：長岡市役所 福祉課 (TEL 39-2218)

3) ノンステップ（超低床式）バス等の導入

長岡駅に乗り入れている路線バスにはノンステップバス等が 131 台導入されており、スロープが出るなど、車いす利用者が容易に乗り降りできる工夫がしてある。

4) 福祉輸送サービス

①福祉タクシー

車いす、寝台車のまま乗り込めるリフト付きタクシーが配備されているタクシー会社もある。

※在宅の重度障害のある人にはタクシー利用券を交付し、利用料金の一部を助成している。(受付窓口：長岡市役所 福祉課)

※障害のある人の積極的な社会参加を促進するために、障害者手帳を持っている人は、交通運賃の割引制度がある。また、重度の場合は、介助者も割引制度の対象になる。ただし、利用交通機関によっては、障害の程度や距離による制限がある。

問い合わせ：長岡市役所 福祉課 (TEL 39-2343)、各利用交通機関

②ハート・カー

長岡市社会福祉協議会に、車いすのまま乗り込める「スロープ付き軽自動車」と「リフト付ワゴン車」が配備され、運転を登録ボランティアが行う(ただし、利用に際しては長岡市への登録が必要)。

問い合わせ：長岡市社会福祉協議会 ボランティアセンター
(TEL 94-5588)

③福祉有償運送

NPO 法人がタクシー料金のおおむね 2 分の 1 の料金で運送する。

単独での移動及び単独での公共交通機関の利用が困難な方(要介護・要支援者、身体障害、内部障害(人工透析を受けている方を含む)、知的障害、精神障害等を有する方)

実施主体：NPO 法人ドリーム、NPO 法人春よこい

問い合わせ：長岡市役所 福祉総務課 (TEL 39-2217)

5) 長岡駅エレベーターの設置

大手口・東口及び在来線ホーム・新幹線ホームに車いす優先のエレベーターが設置されている。また、事前連絡をすると、駅員が構内の移動を手伝う。

問い合わせ：JR長岡駅 (TEL 36-3524)

6) 点字表示付券売機の設置

券売機には点字の表示があり、視覚障害のある人にわかりやすくなっている。

7) 多機能トイレの設置

公共性の高い建物には、バリアフリー法により車いすやオストメイト（人工肛門、人工膀胱保有者）等対応型トイレや手すり付きトイレが多くなってきている。新幹線には、車いす対応の乗車スペースや車いす対応のトイレが設置されている。

※外出に関する支援策として前記のほかに次のものがある。

支 援 制 度	問 い 合 わ せ	
	機 関 ・ 部 署	電 話 番 号
自動車運転免許取得費の助成	長岡市役所 福祉課	39-2343
自動車改造費の助成		
有料道路通行料金の割引		
交通費の助成 (タクシー利用券の交付・自動車燃料費の助成)		
福祉バス（ほほえみ号）の運行		
運転免許取得のための資金貸付	長岡市社会福祉協議会 地域福祉課	33-6000
障害者用自動車購入資金の貸付		
新潟県おもいやり駐車場制度	新潟県長岡地域振興局 健康福祉環境部	33-4937
駐車禁止規制の除外	長岡警察署 交通課	38-0110

④手話・点字・車いすを学ぼう！

読本 P21～

【ページ補足】

写真は、手話講座中の様子である。

こめぶら関連動画

- ・「手話を知ろう」
- ・「車いすを知ろう」

●手話クイズ答え

- ①おはよう ②ありがとう ③ごめんなさい ④さようなら

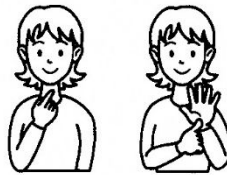
●手話のあいさつ表現

○こんにちは



人差し指を向かい合わせ
指先を曲げる

○私の名前は○○といます
(私+名前+○○+言う)



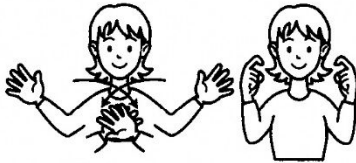
相手に向けた手のひらに
反対の手の親指を付ける

指文字



立てた人指し指を
口の前からだす

○こんばんは
(夜+こんにちは)



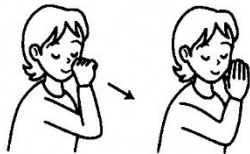
両手の指を伸ばし、
外側から体の前で
交差させる

○あなたのお名前は何ですか
(あなた+名前+何)



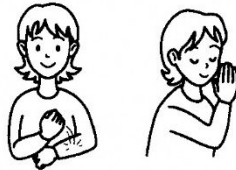
立てた人指し指を
左右に振る

○よろしくお願いします
(良い+お願い)



握った拳を鼻の
前におく 手を開き、頼む
ように前に出す

○お疲れさまでした
(苦労+お願い)



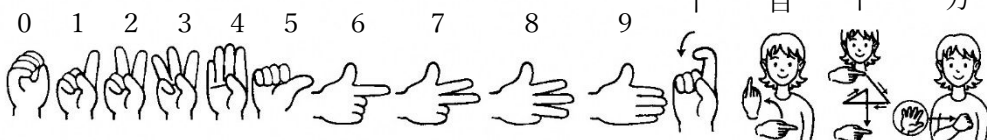
拳を作り反対の腕を
2回たたく

○おめでとう



両手の先をつまみ、
開きながら上げる

○数字の表現



人差し指の指先を曲げる 人差し指をはね上げる 人差し指で漢字の千を書く 開いた指先を閉じる

●耳の不自由な人へのサポート方法

手話以外にも、筆談や口話などコミュニケーションをとることが可能。
筆談するときには、短く区切った簡潔な言葉で表す方が伝わりやすい。

●注意点

耳の不自由さは人それぞれである。

全く聞こえない人や、補聴器を使えば聞き取れる人もいる。

なお、聴覚障害者全員が手話をできるわけではない。

話しかけるときは、軽く肩をたたいたり、正面に回って相手が自分に気づいてから話すようにすること。

●点字について

【ページ補足】

視覚障害のある人で点字を利用できる人は、全体の1割未満である。

点字・指文字いちらん表

あ	い	う	え	お
か	き	く	け	こ
さ	し	す	せ	そ
た	ち	つ	て	と
な	に	ぬ	ね	の
は	ひ	ふ	へ	ほ
ま	み	む	め	も
や		ゆ		よ
ら	り	る	れ	ろ
わ		を		ん

その他の点字

ガ	ギ	グ	ゲ	ゴ	<small>促音</small> <small>長音</small> 	
ザ	ジ	ズ	ゼ	ゾ		
ダ	ヂ	ヅ	デ	ド		
バ	ビ	ブ	ベ	ボ		
パ	ピ	プ	ペ	ポ		
キヤ	キユ	キヨ	ギヤ	ギユ	ギヨ	
シヤ	シユ	シヨ	ジヤ	ジユ	ジヨ	
チャ	チュ	チュ	ヂヤ	ヂユ	ヂヨ	
ニヤ	ニユ	ニヨ	ミヤ	ミユ	ミヨ	
ヒヤ	ヒユ	ヒヨ	リヤ	リュ	リヨ	
			ビヤ	ビユ	ビヨ	

その他の指文字

<small>短く</small> 濁音 <small>(例：ぎ)</small> <small>横に移動させる</small>	<small>長く</small> 促音 <small>(例：ぎっ)</small> <small>後へ引く</small>
<small>短く</small> 半濁音 <small>(例：ぼ)</small> <small>上に移動させる</small>	<small>長く</small> 長音 <small>人差し指で「 」と空書きする</small>

●身の回りにある点字例

看板や缶ジュース、階段の手すり、ジャムの瓶、洗濯機、駅の切符売り場など

●目の不自由な人へのサポート方法

【基本】

- ・知っている目の不自由な人に出会ったら、「こんにちは。私は〇〇です。」というように自分から声をかけて、自分が誰かを知らせる。
あいさつをする時に、同時に握手をするとその人の身長などもわかり、また手のあたたかみを通してその人のあたたかい心も伝わる。
- ・目の不自由な人が立ち止まったり、困っているようならば声をかけて欲しい。
そして道などを聞かれたら「あそこ」「ここ」などの指示語ではなく、左右・前後・何歩・何メートルなどとなるべく具体的に位置がわかるように教えること。
- ・駅のプラットフォーム、横断歩道、階段、エレベーターなど危険なところでは、積極的な手助けが必要である。
- ・知らない所では、その場の様子を説明すること。
- ・何かをするときは、まず声をかけ、言葉と触覚による状況説明をすること。
- ・視力を失っても、ほとんどのことは自分でできるため、世話をやきすぎないこと（世話のやきすぎは相手の心を傷つけることがあるため）。

【歩くとき】

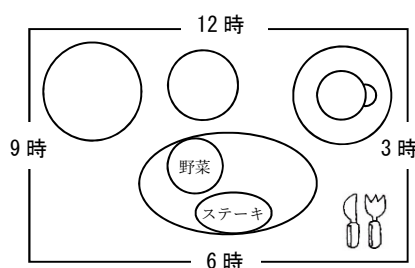
- ・自分の肘を持たせる。場合によっては、手首や肩を肘の代わりに持ってもらうこともある。
- ・手引きをするときは、白杖の反対側の半歩斜め前を歩く。後ろから押ししたり、抱き抱えるようにすると、目の不自由な人は歩きにくくなり不安が大きくなる。
- ・溝や地面の凹凸、看板などの突起物や危険物は、前もって教えること。
- ・歩く速さは目の不自由な人に合わせる。

【階段では】

- ・自分が常に一段前を歩く。

【食事のとき】

- ・食事の時は小声で説明すること。
- ・食器などの位置は手で触れさせるか、時計の針の方向で説明する。
（「3時の所にコーヒーがあります」など）
- ・料理の内容なども説明すること。



【室内では】

- ・ドアの開閉では、自分がドアを開け、目の不自由な人にドアノブを渡し、閉めるようにする。
- ・いすに座るときには、いすの背、シート、肘掛けなどに手を触れさせ、状態を伝える。

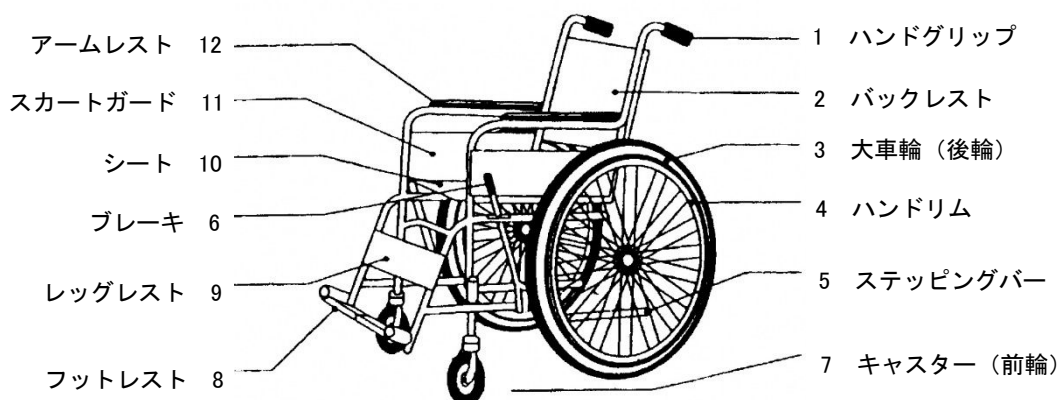
【ページ補足】

写真は、左上が車いすである。右上がハート・カー（ハート・カーの説明は69ページ）、中央左から車いすのグリップとブレーキ部分のアップ、車いす利用者と介助する人である。

下の写真は、左がレース用車いすで、右がテニス用車いすである。

●車いすの仕組みと使い方

○車いす各部の名称（一般的な車いすの場合）



- | | |
|------------------------------|-------------------|
| 1 ハンドグリップ：介助者のにぎり | 7 キャスター（前輪） |
| 2 バックレスト：背もたれ | 8 フットレスト：足を載せる部分 |
| 3 大車輪（後輪） | 9 レッグレスト：足の後方落下防止 |
| 4 ハンドリム：手をかけて車輪を回す | 10 シート |
| 5 ステッピングバー：介助者がキャスターを上げる時に使う | 11 スカートガード |
| 6 ブレーキ：停止中に走り出さないようにする | 12 アームレスト：肘掛け |

○折りたたみ方・ひろげ方

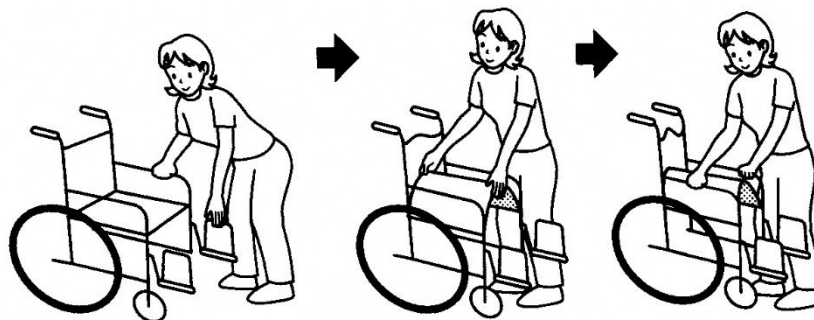
- ・車いすによって方法が異なるものや、折りたためないものもある。
- ・折りたたんだり、広げたり、しまう時には、必ずブレーキをかけること。

【折りたたみ式】

1 フットレストを上げる

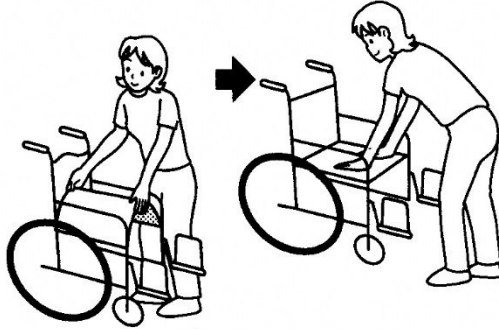
2 シートをもち上げる

3 完全に折りたたむ



【ひろげ方】

- 1 外側に少し開く 2 シートを押し広げる



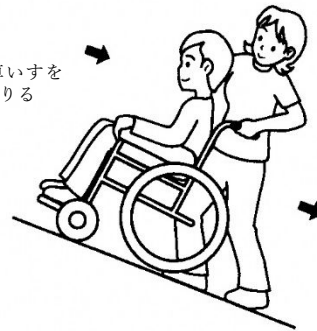
【上り方（車いすは前向き）】

介助者の身体を前傾にして1歩1歩確実に押し上げる



【下り方（車いすは後ろ向き）】

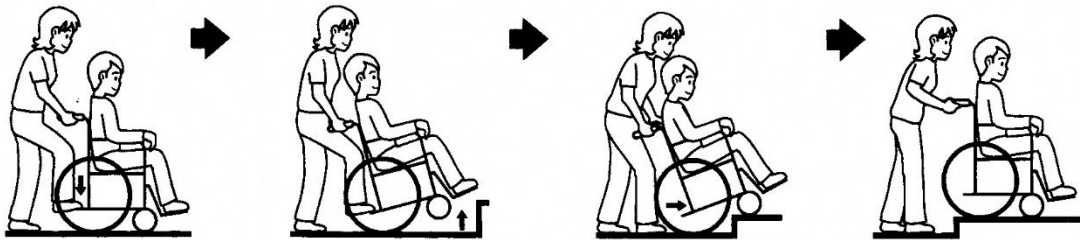
後ろ向きで車いすを支えながら下りる



○段差の超え方

【段差を上がる時（車いすは前向き）】

- 1 ステッピングバーを踏む 2 ハンドグリップを押し下げる 3 キャスターを段に乗せる 4 後輪を押し上げる



【段差を下りる時（車いすは後ろ向き）】



4 みんなが主役 ーともに生きる社会へー

【ページ補足】

●児童記入欄に期待する内容

心に残った体験活動の感想、学習前と学習後の気持ちの変容、未来の長岡像、福祉について今後自主的に取り組もうと思ったこと など

●ともしびシールについて

理解できたところやボランティア活動に参加した場合は「笑顔のナツちゃん」、初めて知ったことがあれば「びっくりしているナツちゃん」を貼る。

【参考】

●民生委員・児童委員について

民生委員・児童委員の活動は、地域で援助を必要としている人や世帯を、個別に援助していくことが基本である。そのため、地域住民の個別ニーズを把握し、行政等の関係機関と連絡を取り合って、必要な人に必要な援助や助言を行い、適切なニーズが受けられるようにしていくことが必要とされる。

現在、500人の民生委員・児童委員と61人の主任児童委員が市内に34の地区民生委員児童委員協議会を組織し、地域福祉の担い手として、さまざまな活動に取り組んでいる。

介護保険及び高齢者保健福祉施策の実施にあたっては、住民に一番身近なところで、引き続き制度周知や関係機関へつなぐ役割が期待されている。

●長岡市成年後見センターについて

認知症、知的障害、精神障害などの理由で判断能力が不十分な方々は、預貯金などの財産を管理したり、介護サービスや施設への入所に関する契約を結んだり、遺産分割の協議をしたりする必要があるがあっても、自分でこれらのことをするのが難しい状況にあることが多い。このような判断能力が不十分な方々を守り、支援するために令和4年10月3日に長岡市成年後見センターを開設した。センターには、権利擁護に関する専門職員を配置し、高齢人口の増加とともに高まる成年後見制度の利用希望者に対する支援を行っている。

問い合わせ：長岡市成年後見センター（長岡市社会福祉協議会 内）
(TEL 86-4715)

●ともしび基金について

ともしび基金は、「ともしび運動」を支える市民参加の基金として、平成元年に創設された。創設当初から平成5年までに、長岡市および長岡市社会福祉協議会からの財産拠出と、国の地域福祉基金制度の活用により、計画的に7億円の基本基金を造成し、さらに随時、市民の皆様からの善意の寄附金を合わせて積立てている。この積み立てられた基金を元に、そこから生じた利子を、前述の各種事業の財源として活用している。

令和5年3月末現在の基金額は、およそ9億円となっている。ともしび基金への寄附は、長岡市社会福祉協議会にて受け付けている。バザーや募金活動といったチャリティ事業等の実施にあたっては、ともしび基金への寄附に御協力をいただきたい。

●長岡市の福祉施策について

長岡市では、地域における高齢者の福祉、障害者の福祉、児童の福祉、その他の福祉の各分野における共通的な事項を「地域福祉計画」に定め、「支える側」「支えられる側」という関係を超えて、「地域に暮らす人たちが共に支え合う社会（＝地域共生社会）」の実現を目指し、各分野の専門家を交えて策定した「障害者基本計画」「高齢者保健福祉計画」に基づき、多岐に渡る事業を推進している。

[事業の一例]

- ・高齢者向けの事業：介護予防教室・講座の実施、「ながおか元気体操」事業の展開、各種相談員の派遣、介護に必要な生活用具の貸与など
- ・障害のある人向けの事業：点字や声の広報事業、意思疎通支援者（手話通訳・要約筆記）の派遣、各種イベントの実施、各種相談窓口の設置など

このほかにも妊娠中の人や子育て中の人、外国から来た人など、様々な人に向けて事業を展開している。詳細については、長岡市や長岡市社会福祉協議会のホームページを参照されたい。

（ 長 岡 市：<https://www.city.nagaoka.niigata.jp/index.html>
長岡市社会福祉協議会：<http://www.nagaoka-shakyo.or.jp/> ）

●学校での福祉教育活動（例）について

最後に、福祉読本「ともしび」を活用している市内小学校での様々な福祉教育・活動の実践例について紹介する。

【交流活動】

- ・高齢者との交流（高齢者施設やコミュニティセンターの訪問、地域のお年寄りへ花や年賀状のプレゼントなど）
- ・障害者との交流（聾学校の児童とのオンライン交流、新潟県障害者社会参加推進センターを通じた交流など）
- ・特別支援学校との居住地校交流
- ・地域の人との交流（米配りなど）
- ・保育園児、異学年、支援学級、大学の外国人留学生との交流

【体験活動】

- ・車いす操作体験
- ・高齢者疑似体験（高齢者体験キットの活用、手袋をつけて豆をつかむなど）
- ・妊婦体験
- ・手話体験、手話を取り入れた音楽発表
- ・ブラインド体験
- ・パラスポーツ体験（車椅子バスケット、ボッチャなど）

【その他】

- ・福祉についての学習（福祉読本「ともしび」や他県の福祉教育資料の活用など）
- ・募金・ボランティア活動、JRC（青少年赤十字）活動
- ・ともしび運動ポスター展への出品
- ・盲導犬教室への参加
- ・まちなかや校内のユニバーサルデザイン及びバリアフリー探し
- ・動物の飼育、花や野菜の栽培
- ・クリーン作戦、資源ごみ回収
- ・介護福祉士の講話
- ・特別支援コーディネーターによる新1年生への障害理解教育
- ・友達への感謝の気持ちを記入するカードを日常的に活用し、感謝の気持ちを伝えるとともに、自分の行動が誰かの支えになっていることに気付ける仕組みづくり
- ・住みやすいまちについて考える授業 など

おわりに

今こそ、私たちの胸のうちにある心の「ともしび」を持ち寄って、みんなの手で大きくふくらませていくときではないでしょうか。

それは、今までの生活を振り返り、自分たちの生活がどうあったらいいかをもう一度考え直し、ほんのささやかな行動を起こすことから始まります。

もしも困っている人を見かけたら一声かけて手を差し伸べる、こんなことが「ともに生きる社会」への大きな第一歩となるでしょう。

私たちのまち長岡を、福祉の配慮が十分に行き届いた、住みよい社会につくりあげていくため、市民一人ひとりの知恵と力の結集を願っています。



本冊子の PDF 版は市ホームページからご覧いただけます。

<https://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate04/tomoshihi.html>

福祉読本 教師用資料編

平成 3 年 11 月 (初版)
平成 28 年 3 月 (改訂版)
令和 6 年 3 月 (改訂第 9 版)

発行
長岡市
長岡市教育委員会
長岡市社会福祉協議会

〒940-8501 長岡市大手通 1 丁目 4 番地 10
長岡市福祉保健部 福祉総務課
TEL (0258) 39 - 2371
FAX (0258) 39 - 2275
E-mail fukushi@city.nagaoka.lg.jp

——ともしびは
やさしい あなたの
心から ——



ともしび運動シンボルマーク