

# も く じ

I	「ボランティア」ってなんだろう？	1
	1 ボランティアとは？	1
	2 いつでも・どこでも・だれでも	1
II	ボランティア活動の基本	1
III	ボランティアの心得10カ条	2
IV	ボランティア適正診断テスト	3
	・ボランティア適正診断テストの結果	4
V	いろいろなボランティア活動	5
	1 収集ボランティア	6
	2 寄付活動	6
	3 災害ボランティア	7
	(1)基本的な心構え	7
	(2)ボランティアの受付・登録及び保険への加入	7
	(3)災害時のボランティア活動の種類	8
	(4)服装や所持品	8
	(5)支援金や義援金	9
VI	いろいろな人との接し方	10
	1 高齢者や障害者等と接するときの心がまえ	10
	(1)接し方の基本	10
	(2)ヘルプカード	10
	(3)認知症の方との接し方	11
	(4)車いすの方への接し方	11
	(5)視覚障害のある方への接し方	11
	(6)聴覚障害のある方への接し方	11
	2 外国の方との接し方	11
	・やさしい日本語のポイント	11
	3 車いすの介助方法	12
	4 身体障害者補助犬について	16
	5 内部障害について	17
	6 発達障害・知的障害・精神障害のある方について	18
VII	SDGsについて	20
VIII	県内のボランティア活動相談窓口	22
IX	活動の記録	23