

しょう ひと ひと
障がいのある人もない人も
とも い
共に生きるために

しょう りかい
～ 障がいを理解するためのガイドブック～



はまだし
浜田市

はじめに

障がいのある人は、周囲の理解不足、誤解、偏見などに
より不利益な取扱いを受けたり、障がいに対する配慮が
十分ではないために日常生活の様々な場面で生きづらさ
を感じています。

障がいのある人もない人も共に安心して生きることが
できる社会を実現するためには、一人ひとりが障がいにつ
いての正しい知識を持ち、より深く理解することが重要だ
と考えています。

この冊子では、それぞれの障がいごとにその特徴やど
のような配慮が必要かなどについて掲載していますが、障
がいの特性や必要な配慮は、一人ひとり違います。その人の
個性を理解・尊重し、本人の意思を確認しながら、その人
に合わせたサポートに努めましょう。

みなさんにとって、この一冊が障がいを理解するための
手助けとなることを願っています。

はまだし
浜田市



もくじ

• まず、 ^{しょう} 障がいについて ^{りかい} 理解してください	1
• ^{しょうがいしゃてちょう} 障害者手帳について	3
• ^{したいふじゆう} 肢体不自由について	5
• ^{しかくしょう} 視覚障がいについて	7
• ^{ちょうかくしょう} 聴覚障がいについて	9
• ^{ないぶしょう} 内部障がいについて	11
• ^{おんせいきのう げんごきのうまた} 音声機能・言語機能又は ^{きのう しょう} そしゃく機能の障がいについて	13
• ^{ちてきしょう} 知的障がいについて	15
• ^{せいしんしょう} 精神障がいについて	17
• てんかんについて	19
• ^{はったつしょう} 発達障がいについて	21
• ^{こうじのうきのうしょう} 高次脳機能障がいについて	23
• ^{しょうがいしゃさべつかいしょうほう} 障害者差別解消法について	25
• マークについて	27

はまだし しょうがい ひょうき とりあつかい 浜田市における「障害」表記の取扱いについて

○原則として、「^{しょうがい}障がい」と^{ひょうき}ひらがな表記することとしています。なお、^{ほうれい めいしょう}法令の名称やこれらに^{きてい}規定されている用語及び^{ようご だんたい}団体・施設等の^{こゆうめいしどう}固有名詞等については、^{じゅうらい}従来どおり漢字表記としています。

○平成23年4月1日以降、^{はまだし さくせい}浜田市が作成する^{こうぶんしょ たいしょう}公文書を対象としています。

まず、障がいについて理解してください

障がいのある人とは、身体障がいや知的障がい、発達障がいを含めた精神障がいのある人、その他の障がいのある人で、障がいや社会的障壁（社会のかべ）によって、暮らしにくく、生きにくい状態が続いている人をいいます。しかし、その人たちすべてが、障害者手帳を持っているわけではありません。



● 障がいは誰にでも生じうるものです。

病気や事故はいつ起こるかわかりません。

同様に、障がいはいつでも誰にでも生じうるものなのです。

● 障がいは多種多様で、同じ障がいでさえも一律ではありません。

障がいの種類も程度も様々であり、同じ障がいでさえも、その症状は一律ではありません。また、複数の障がいを併せ持つ場合もあります。

● 外見でわかるものだけでなく、外見ではわからない障がいのため、理解されず苦しんでいる人もいます。

障がいは多種多様であり、外見だけでは障がいがあることがわからないこともあるため、周囲に理解されず、苦しんでいる人もいます。

● 周囲の理解や配慮があれば、活躍できることがたくさんあります。

目が悪くなれば眼鏡をかけるように、不自由さを補う道具や援助があれば活躍できることはたくさんあります。

障がいの種類・程度は人それぞれに違いますが、少しの介助があれば、地域の中で日常生活を営み、障がいのない人と同じ職場で働いている人や、趣味やスポーツなどで活躍している人もたくさんいます。

そして、こんな配慮をお願いします

障がいのある人に対して冷たい視線を送ったり、見て見ないふりをしていませんか。誰にでも温かく接してください。

こま ばめん
困っていきそうな場面を

み
見かけたら

なに こま ひとこえ
「何かお困りですか」と一声かけて、

じぶん
自分でできるサポートをしましょう。
みまも
見守ることと、とき ささ しせい
時には支える姿勢が
たいせつ
大切です。



しょう
「障がいがあるから」

き つ
と決め付けず

それぞれの個性や能力が
生かせることを一緒に考え
てみましょう。

かいじょしゃ
介助者がいても

かいじょしゃ ほんにん
介助者ではなく本人に
はな
話しかけましょう。

じぶん
自分のイメージですべての

しょう しゃ み
「障がい者」を見ないでください

しょう み ひと
障がいだけを見るのではなく、その人の
ぜんたいそう み せつ
全体像を見て接しましょう。



しょうがいしゃてちょう 障害者手帳について

しょうがいぶん 障がいの区分	しんたいしょう 身体障がい
てちょうめいしょう 手帳の名称	<p>しんたいしょうがいしゃてちょう 身体障害者手帳</p> 
てちょうこうふたいしょう 手帳の交付対象 となる障がい	<p>したいふじゆう ・肢体不自由</p> <p>しかくしょう ・視覚障がい</p> <p>ちようかくまたへいこうきのうしょう ・聴覚又は平衡機能の障がい</p> <p>ないぶしょう ・内部障がい</p> <p>しんぞうきのうしょう ・心臓機能障がい</p> <p>ぞうきのうしょう ・じん臓機能障がい</p> <p>こきゆうきのうしょう ・呼吸器機能障がい</p> <p>かんぞうきのうしょう ・肝臓機能障がい</p> <p>ちよくちようきのうしょう ・ぼうこう又は直腸機能障がい</p> <p>しょうちようきのうしょう ・小腸機能障がい</p> <p>めんえきふぜんめんえききのうしょう ・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい</p> <p>おんせいきのうげんごきのうまたきのうしょう ・音声機能・言語機能又はそしゃく機能の障がい</p>
てちょうとうきゆう 手帳の等級	<p>きゆうきゆう(1・2級が重度) 1級～7級</p> <p>※7級のみではてちょうこうふ 手帳の交付はありません。</p>
てちょうゆうこうきかん 手帳の有効期間	なし(さいにんていきじつふばあい 再認定の期日が付される場合があります。)

しょうくぶん 障がい区分	ちてきしょう 知的障がい
<p>てちょうめいしょう 手帳の名称</p>	<p>りょういくてちょう 療育手帳</p> 
<p>てちょうこうふだいしょう 手帳の交付対象 となる障がい</p>	<p>ちてきしょう ・知的障がい</p> <p>こうはんせいはいはつたつしょう ※広汎性発達障がいなどがある人で、知的障がいを伴うと判定 された場合には、療育手帳が交付されますが、知的障がいを 伴わない場合は療育手帳の交付対象となりません。</p>
<p>てちょうとうきゅう 手帳の等級</p>	<p>A、B (Aが重度)</p>
<p>てちょうゆうこうきかん 手帳の有効期間</p>	<p>ていどかくにん 程度の確認のため、再判定が必要とされる場合があります。</p>

しょうくぶん 障がい区分	せいしんしょう 精神障がい
<p>てちょうめいしょう 手帳の名称</p>	<p>せいしんしょうがいしやほけんふくしてちょう 精神障害者保健福祉手帳</p> 
<p>てちょうこうふだいしょう 手帳の交付対象 となる障がい</p>	<p>せいしんしょう ・精神障がい</p> <p>はつたつしょう ・発達障がい</p> <p>てんかん ・てんかん</p> <p>こうじのうきのうしょう ・高次脳機能障がい など</p> <p>※精神疾患（機能障がい）の状態とそれに伴う生活能力障が いの状態の両面から総合的に判定されます。</p>
<p>てちょうとうきゅう 手帳の等級</p>	<p>きゅうきゅうきゅうじゅうど 1級～3級（1級が重度）</p>
<p>てちょうゆうこうきかん 手帳の有効期間</p>	<p>ねん 2年</p>

したいふじゆう 肢体不自由について

びょうき やケガなどにより、^{じょうし} 上肢・^{かし} 下肢・^{たいかん} 体幹の機能の ^{いちぶ} 一部または ^{ぜんぶ} 全部に障
がいがあるために、^た 立つ・^{すわ} 座る・^{ある} 歩く・^{しょくじ} 食事をする・^{きが} 着替える・^{もの} 物を持ち運
ぶ・^じ 字を書くなどの ^{にちじょうせいかつじょう} 日常生活上の動作が ^{どうさ} 困難になります。
^{しょう} 障がいの ^{じょうきょう} 状況や ^{ひつよう} 必要とする ^{かいじょ} 介助は ^{ひと} 人により ^{さまざま} 様々です。

まずは、^{こえ} 声をかけてください

^{なに} 「何をして欲しいのか？」^ほ 「どんな方法がよいのか？」^{ほうほう} 声をかけ、^{こえ} ご本人
^{ほんにん} の意思を ^{いし} 十分に ^{じゅうぶん} 確認し、^{かくにん} 相手の ^{あいて} 立場で ^{たちば} 支援して ^{しえん} ください。また、^{かいじょ} 介助には
^{ふくすう} 複数の人が必要なる場合もあります。無理な ^{むり} 介助は、^{かいじょ} 腰痛や ^{ようつう} 関節を ^{かんせつ} 痛める
^{いた} 原因となりますし、^{げんいん} 介助される人にとっても ^{かいじょ} 危険です。一人で無理な場合は、
^{ひとり} 周囲に ^{むり} 協力を ^{ばあい} 求め、^{しゅうい} 安全な ^{きょうりょく} 方法で ^{もと} 行って ^{あんぜん} ください。

^{くるま} 車いすに乗っている人への ^{はいりょ} 配慮のポイント

- ^{くるま} 車いすを ^{うご} 動かす際には、^{さい} 必ず ^{かなら} 「動かします」^{うご} 「前に進みます」^{まえ} など ^{こえ} 声をかけま
す。^{ほうこうてんかん} 方向転換や ^と 止まる ^{とき} 時にも ^{こえ} 声をかけるようにしてください。
- ^{ていし} 停止の際や、^{さい} 介助者が ^{かいじょしゃ} 車いすから ^{くろま} 少しでも ^{すこ} 離れる時は
^{はな} ブレーキをかけるようにしてください。
- ^{きゅう} 急な ^お スロープを ^お 降りる時は、^{うし} 後ろ向きで ^む ゆっくりと
^お 降り、^{ちい} 小さな ^{だんさ} 段差や ^{みぞ} 溝がある時は、^{なな} 斜めに ^{とお} 通るか、
^{うし} 後ろ向きで ^{とお} 通ります。



^{つえ} 杖を使っている人への ^{はいりょ} 配慮のポイント

- ^{かいだん} 階段を ^{のぼ} 昇るときは、^{なな} 斜め ^{うし} 後ろから ^{かいじょ} 介助します。
- ^{かいだん} 階段を ^お 降りるときは、^{ほんにん} 本人の ^{いちだんした} 一段下の ^{なな} 斜め ^{まえ} 前に ^た 立ち、
^{よこむ} 横向きに ^お 降ります。
- ^て 手すりがある場合は、^{ばあい} 手すりを ^て 持った ^も 方が ^{ほう} 安全 ^{あんぜん} です。



たとえば、こんなことにこま困ることがあります

立つ、座る、歩くなどの動作が困難な人がいます

手動のドアの開閉、段差の昇降などが
困難な人がいます。

また、車いすを利用している場合は、
十分なスペースがなかったり、ちょっとした
段差や障害物があるために、移動するこ
とができないことがあります。通りやすいよ
うに場所を空けることも大切です。



細かい動作が困難な人がいます

かばんや封筒の開閉、書類の出し入れや字
を書くことなどが困難な人がいます

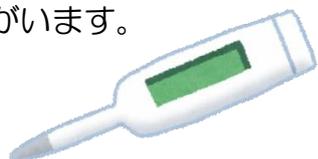


会話をすることが困難な人がいます

相手の話していることが聞き取りにくい場合は、わかったふりをせずに、話の
内容を一区切りずつ確認しながら聞きましょう。子どもに対するような接し方を
しないようにしましょう。

体温調節が困難な人がいます

肢体不自由のある人の中には、
周囲の温度に合った体温調節が
困難な人がいます。



障がい者用駐車場など、
必要な人が使えるように配慮を
お願いします。



しかくしょう 視覚障がいについて

ひとことで視覚障がいと言っても、さまざまな見え方があります。

まったく見えない、文字がぼやけて読めない、物が半分しか見えない、望遠鏡を通してのようにしか見えないなどです。

このようなことから、文字を読むことができても、歩いているときに障害物にぶつかったり、つまづいてしまう人や、障害物を避けてぶつからずに歩くことはできても、文字は読めない人もいます。

まずは、声をかけてください

困っていても視覚障がいのある人の方から援助を求めることは難しいので、戸惑っている姿を見かけたときは、まず、「何かお手伝いしましょうか？」などと、声をかけてください。そして、援助を求められたら、どうすればよいか確認してください。ちょっとした援助が、より安全で安心な歩行・移動につながります。

「盲ろう」について

視覚と聴覚の両方に障がいがあることを「盲ろう」といいます。盲ろうには、大きく分けて、「全盲ろう」、「全盲難聴」、「弱視ろう」、「弱視難聴」があり、「盲ろう」になる経緯も様々です。情報入手・コミュニケーション・移動などの場面で大きな困難が生じます。



誘導（移動の手伝い）のポイント

- どのように誘導すればよいか本人の希望を聞きます。
- 誘導者が前に立ち、誘導者の腕や肩につかまってもらうことが基本です。歩く速度は視覚障がいのある人に合わせます。
- 段差や階段の直前では、いったん止まって、「下りの段差です」「上りの階段です」などと伝えます。
- 別れるときは安全な場所で、本人の立っている場所と向いている方向を伝えま（誘導者と別れた後で転落するなど危険のないような場所を選びます。）

たとえば、こんなことに困ることがあります

1人で移動することが困難な人がいます

白杖使用者を見かけたときなどに、困っているように見えた
ら、声をかけましょう。視覚障がいのある人は、周りの状況が
わからないため、会話が始められないことがあります。



自分がどこにいるのか、側に誰がいるのか、説明がないとわかりません

「こちら、あちら、これ、それ」などの指示語や、「赤い看板」など視覚情報を表す言葉では、「どこ」のことか「何」のことかわかりません。

また、方向や位置を説明するときは、視覚障がいのある人の向きを中心にしてください。「あなたの右」「時計で3時方向」など具体的に説明しましょう。
場合によっては、手で触れながら説明しましょう。

耳からの情報をたよりにしています

目から情報を得にくいので、音声や手で触れることなどにより情報を得ています。また、視覚障がいのある人すべてが点字を読めるとは限りません。



誘導用ブロックに物を置かないで…

歩行補助の設備として、「点字ブロック（視覚障害者誘導用ブロック）」が設置されています。その上に物が置かれていたり、立ち話をしている人たちがいると、避けるのに大変な思いをすることがあります。



盲導犬について…

盲導犬は、視覚障がいのある人の生活を支えるために特別な訓練を受けています。公共施設はもちろん、飲食店など民間施設においても受け入れるよう義務付けられています。犬だからという理由で受け入れを拒否しないでください。



聴覚障がいについて

ちょうかくしょう
聴覚障がいには、まったく聞こえない「ろうあ」と聞こえにくい「難聴」

(例：話し言葉が聞こえない、小さい音が聞こえない等)があります。

また、先天性のものと、事故や病気で途中から聞こえなくなる中途失聴があります。聴覚障がいがあることは外見では判断しづらいため、周囲に気づいてもらえないことが多くあります。会話だけでなく周りの状況を知るための音の情報が入りにくいことも不自由な点です。全く聞こえない人や聞こえにくい人がいて、障がいの程度や状態によって様々な生活上の不自由さがあります。

たとえば、こんなことに困ることがあります

周囲に気づいてもらえないことがあります

外見ではわかりにくい障がいのため、周囲の人に気づいてもらえないことがあります。失聴した年齢時期、障がいの程度などによって聞こえ方は様々です。

音によって周囲の状況を判断することができません

放送や呼びかけなどに気づかないことがあります。また、音による状況判断ができない場合があるため、危険な目にあうことがあります。



コミュニケーション方法を間違われる場合があります

音を大きくすれば聞き取れると思われることがありますが、音を大きくしても聞き取れないことがあります。また、手話を使えばわかると思われることがありますが、中途失聴者の多くは手話できません。

聴覚障がいのある人とのコミュニケーション方法は、「手話・要約筆記」「筆談」「読話」などその人なりの方法があります。会話の方法が適切でないと話を伝えることができない場合がありますので、その人の会話方法を確認することが必要です。

聴覚障がい者とのコミュニケーション

聴覚に障がいのある人は、聞こえ方やこれまでの生活によって、それぞれコミュニケーション方法をつけています。コミュニケーションには、音声での会話、読話、筆談、手話・要約筆記など様々な方法があります。多くの聴覚障がい者は、どれか一つの方法だけではなく、いくつかの方法を相手や場面に応じて組み合わせて使っています。また、音声を文字に変換するスマートフォンのアプリケーションなどをうまく活用している人も増えています。

補聴器

補聴器は基本的に音を大きくする器械です。補聴器で音を大きくしても会話がきちんと聞き取れるとは限りませんので、補聴器の使用にあたっては、周りを静かにすることや、相手が聞き取りやすい話し方の工夫が必要です。



読話

補聴器や手話に併用して、相手の口の動きを手がかりに話していることを理解する方法です。話題の前後関係、話されている場面、相手に関する知識など、いろいろな手がかりから話された言葉を推測します。口の形や表情が見えやすいように心がけます。

筆談

伝えたいことを文字や図に書いてやりとりする方法です。筆談は、時間がかかりますが、情報を伝えるのに確実な方法です。短い文で見やすく、わかりやすく書きます。

どのコミュニケーション方法でも、ゆっくり話し、最後に必ず内容の確認をしましょう！

手話

手話は、手・指の動き、表情や動作などによって表現する視覚的な言語です。日本語での会話表現を単に置き換えたものではなく、手話独自の文法構造があります。

【手話通訳者等の派遣を依頼するには…】

「手話通訳者等・要約筆記者派遣申請書」により、浜田市社会福祉協議会へ申し込んでください。



ないぶしょう 内部障がいについて

ないぶしょう 内部障がいとは、からだの内部に障がいのある人のことで、がいけん 外見からは
み 見えないため、まわりの人に理解してもらいにくい障がいです。

しゅるい 種類としては、しんぞうきのうしょう 心臓機能障がい、じんぞうきのうしょう じん臓機能障がい、こきゅうききのうしょう 呼吸器機能障がい、
かんぞうきのうしょう 肝臓機能障がい、また、ちよくちようきのうしょう ぼうこう又は直腸機能障がい、しょうちようきのうしょう 小腸機能障がい、
めんえきふぜん じんぞうきのうしょう 免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能障がいがあります。

しんぞうきのうしょう 心臓機能障がいとは

ぜんしん ひつよう けつえき おく だ やくわり しんぞう きのう
全身に必要な血液を送り出すポンプの役割をはたす心臓の機能が、いろいろな
びょうき ていか じょうたい
病気により低下してしまう状態のことで。

【配慮してほしいこと】

こんざつ ばしょ けいたい でんわ スマートフォンの使用は、ペースメーカーに
えいきょう およ かなら でんげん き
影響を及ぼすことがあります。必ず電源を切るようにしてください。

じんぞうきのうしょう じん臓機能障がいとは

いろいろなびょうきにより、じんぞう はたら くる わる ゆうがい ろうはいぶつ すいぶん
いろいろな病気により、腎臓の働きが悪くなり、からだに有害な老廃物や水分
はいせつ ふひつよう ぶっしつ ゆうがい ぶっしつ
を排泄できなくなり、不必要な物質や有害な物質が
なか ちくせき じょうたい
からだの中に蓄積する状態のことで。

【このような人もいます】

じんこうとうせき ていきてき つういん ひと
人工透析のため定期的に通院している人がいます。
ていきてき つういん りかい じかん はいりょ ひつよう
定期的な通院の理解と時間の配慮が必要です。



こきゅうききのうしょう 呼吸器機能障がいとは

こきゅうき ほか いろいろなびょうきにより、はい きのう ていか さんそ にさんかたんそ
呼吸器や他のいろいろな病気により、肺の機能が低下して、酸素と二酸化炭素
こうかん がうまくいかずに酸素が不足する状態のことで。

【配慮してほしいこと】

けむり 煙 などにより大きなえいきょう う
○タバコの煙などにより大きな影響を受けます。
けいたいようさんそ ひつよう ひと
○携帯用酸素ボンベが必要な人もいます。



かんぞうきのうしょう 肝臓機能障がいとは

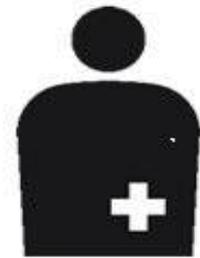
いろいろな原因によって肝臓の機能が低下した状態のことで、肝臓の機能が低下すると、倦怠感（だるさ）、黄疸（皮膚や白目が黄色くなる）、むくみ、あざがでやすいなどの症状が生じやすくなります。

また ちよくちようきのうしょう ぼうこう又は直腸機能障がいとは

尿をためる膀胱、便をためる直腸がいろいろな病気のために機能低下または機能を失ってしまった状態のことで、そのため、排泄物を体外に排泄するための人工肛門・人口膀胱を造設する方もいます。このような人をオストメイトといいます。

【オストメイトマーク】

オストメイト（人工肛門・人工膀胱を保有する人）を示すマークです。オストメイト対応トイレ等の設備があることを示す場合などに使用されています。



しょうちようきのうしょう 小腸機能障がいとは

いろいろな原因によって小腸が広い範囲で切除された場合と、小腸の病気によって働きが不十分で消化吸収ができず、食事による栄養維持が難しい状態のことをいいます。

ひとめんえきふぜん ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能障がいとは

ヒト免疫不全ウイルスがヒトに感染すると白血球の一種であるリンパ球を破壊し、免疫機能を低下させます。特定の病状が現れたときに、エイズの発症となります。

HIVは感染力が弱く、性的接触や血液での感染以外に感染することはほとんどありません。

ハートプラスマーク

内部障がいは外見からは分かりにくいので、様々な誤解を受けることがあります。このマークを着用している人を見かけた場合には、内部障がいへの配慮をお願いします。



おんせいきのう げんごきのうまた きのう しょう 音声機能・言語機能又はそしゃく機能の障がい

おんせいきのうまた げんごきのう しょう
音声機能又は言語機能の障がいによって他人との意思疎通が困難な人
や、そしゃく機能の障がいによって食物の摂取が困難な人がいます。
がいけん はつご しょう ばあい おお
外見からだけでは、発語などに支障があることはわからない場合が多く、
ひと き しょう
まわりの人に気づいてもらいにくい障がいです。

おんせいきのうまた げんごきのうしょう 音声機能又は言語機能障がいは

おんせいきのうしょう ことば りかい しょう こうどう はっせいきんとう
音声機能障がいは、言葉の理解には支障はなく、喉頭(のど)や発声筋等の
おんせい はっ きかん しょう おんせい はつおん はな かた しょう
音声を発する器官に障がいがあるため、音声や発音、話し方に障がいがある
じょうたい
状態のことです。音声を発することができない場合もありますが、訓練によ
り食道発声をしたり、じんこうこうどう しょう
人工喉頭を使用したりして
かいわ ひと
会話ができるようになる人もいます。

げんごきのうしょう じつごしょう げんごはつたつしょう
言語機能障がいは、失語症、言語発達障がい
ことば りかい てきせつ ひょうげん こんなん じょうたい
などにより、言葉の理解や適切な表現が困難な状態
のことです。



きのうしょう そしゃく機能障がいは

そしゃく機能の障がいは、しょくもつ は か くだ きのう しょくもつこう
食物を歯で噛み砕くそしゃく機能と、食物等を
の こ い おく こ えんげきのう しょう じょうたい こうごう
飲み込んで胃に送り込む嚥下機能に障がいがある状態のことです。咬合(か
あ いじょう きのう しょう
み合わせ)異常でそしゃく機能に障がいが
ひと
ある人やそしゃく・えんげきのう うしな
経管栄養以外に方法のない人がいます。



はいりょ ねが こんな配慮をお願いします

○ 障 がいの内容が詳しく知られていないこともあり、違和感を抱かれたり、不適切な対応をされてしまったりすることがあります。

○ 音声機能 障 がいのある人との会話は、静かな場所で対応し、落ち着いて話せるように、ゆっくりと話しかけてください。

○ 食 道発声や人工喉頭を用いる人は、喉や首に器具や手を当てるために片手を常に使用している場合が多く、メモを取ることが難しいことがあります。

○ 相手の話していることが聞き取りにくい場合は、わかったふりをせずに、内容を確認して本人の意向に沿うようにしてください。

○ 会話でのコミュニケーションが難しい場合は、筆談でコミュニケーションを図ることができます。書くことが難しくても、50音表やスマートフォンなどのツールを使うことでスムーズに伝え合うことができます。

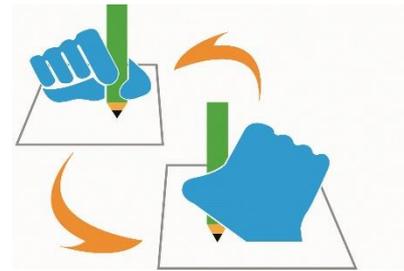


ひつだん 筆談マーク

全日本ろうあ連盟が策定したマークです。

障 がいのある人がコミュニケーションの配慮を求めるときに提示したり、「筆談対応できる」施設であることを示すために使用することができます。

全ての人が自由にコミュニケーションの取れる社会を目指します。



ちてきしょう 知的障がいについて

ちてきしょう
知的障がいとは、おおむね 18歳未満の発達期に、知的機能の遅滞などの
しょう
障がいがある、その後の日常生活や学校生活などに支障がある
しょうたい
状態をいいます。

ちてきしょう
知的障がいのある人の特徴として、複雑な事柄の理解や判断、こみい
ぶんしょう かいわ りかい ふとくい
った文章や会話の理解が不得意であること、おつりのやりとりのような
にちじょうせいかつ なか けいさん にがて あ
日常生活の中で計算も苦手であることなどが挙げられます。

いっけん しょう
一見して障がいはわかりにくく、少し話ただけでは障がいがあるこ
かん ひと
とを感じさせない人もいます。

じぶん お
しかし、自分の置かれている状況や抽象的な表現を理解することが
にがて みけいけん できごと じょうきょう へんか たいおう こんなん ひと
苦手であったり、未経験の出来事や状況の変化への対応が困難という人
おお
が多くいます。

とくちょう あらわ かた こじんさ おお しえん ひとり こと
特徴の現れ方は個人差が大きく、支援のしかたは一人ひとり異なりま
りかい
す。そのことをまず理解してください。



たとえば、こんなことに^{こま}困ることがあります

コミュニケーションを^{じょうず}上手にとること

わかっているように見えても、実際には話の内容を理解していないことがあります。また自分の^{じぶん}考えや^{かんが}気持ちを的確に^{てきかく}表現することに^{こま}困ることがあります。

「一方的に話す」「ひとり言を言う」「同じ言葉を繰り返す」等コミュニケーションがうまくとれません。そのような時は、内容が理解できるようにゆっくり簡単な言葉で話しかけましょう。



判断したり、見通しをもって^{かんが}考えること

知的障がいのある方は抽象的な事柄について判断したり、見通しをもって考えることが苦手です。

中には、状況の変化に柔軟に対応できず、「ひっくりかえる」「泣きわめく」「飛び跳ねる」などのパニック行動が起こることがあります。そのような時は、本人が落ち着ける場所で過ごすことが必要です。落ち着くための方法、落ち着ける場所は人それぞれで違います。周囲の人は過度に反応せず、温かい目で見守りましょう。

知的障がいのある方の中には、重度で判断能力がない方もおられます。

説明を受けた内容を正しく理解し行動できているか、やさしく見守ってください。また、ゆっくり余裕をもって接してください。

せいしんしょう 精神障がいについて

とうごうしつちようしょう きぶんしょう せいしんしつかん げんかく もうそう ぶんあん
統合失調症や気分障がいなどの精神疾患では、幻覚や妄想、不安やイ
イラ感、ゆううつ感、ふみんなどが認められます。これらの症状は、薬を服用
することや環境が安定することにより、軽快していきます。

いっぽうで、「じはつせい」「しゅうちゅうりよく じぞくせい ひとづ あ きんちよう
一方で、「自発性がない」「集中力や持続性がない」「人付き合いに緊張
しすぎる」などの症状が見られることがあり、周囲から怠けているかのよ
うに見えるなどの誤解を受けることがあります。しかし、決して怠けている
とか、意志が弱いということではありません。これらの症状は、病気の
しょうじょう おつ けいか なか みと せいしんしょう
症状が落ち着いてくる経過の中で認められるもので、これが「精神障がい」
といわれるものです。

おも せいしんしつかん 主な精神疾患

とうごうしつちようしょう きぶんしょう びょうとう やくぶついぞんしょう
統合失調症、気分障がい（うつ病等）、アルコール・薬物依存症、
ぶんあんしょう しんけいしょう きしつせいせいしんびょう にんちしょうとう
不安障がい（神経症）、器質性精神病（認知症等）などがあります。

さいはつよぼう ひつよう 再発予防も必要です

せいしんしつかん くすり ちゅうだん おお かさ しょうじょう さいはつ
精神疾患では、薬を中断したり、多くのストレスが重なると症状が再発
することがあります。再発につながる注意サインを知っておくことも再発予防にな
ります。

ふみん きゅう かつどうてき かじょう はんのう
不眠がみられたり、急に活動的になったり、ささいなことに過剰に反応する
など、注意のサインとみられる症状を知っておくことも大切です。

しょうじょう むり きゅうよう はたら
これらの症状がみられたら無理をさけて、ゆっくりと休養するように働き
かけることが大切です。



たとえば、こんなことに困ることがあります

疾患の違い、個人差、時期による違いは大きいのですが…

よくみられる生活上の困難

○病状や生活機能が変動しやすい

変動にはしばしばストレスが関係する場合があります。

【主なストレス源】

他者からの批判、過度の励ましや期待、

環境の急な変化、予想外の出費、

対人関係トラブル（家族、職場、異性など）



○自信がもてない（または、自信があるのにしばしば失敗する）

○感情の表現が苦手

○不眠や食欲の変化、頭痛、動悸・呼吸困難感、

嘔吐や下痢・便秘などの身体症状

○他者に誤解されやすい



統合失調症などの多くの症状は、症状が不安定な時期を過ぎると、しだいに回復し、安定していきます。その経過の中では、無気力になったり、集中力や持続力が低下したり、落ち込んだり、疲れや眠気を感じ、引きこもりがちになるなど、日常生活や社会生活のしづらさがみられます。

こんな配慮をお願いします

○無理な励ましは、かえってストレスになることがあります。

本人のペースに合わせた働きかけが必要です。

○働きかけは、「具体的に」「はっきりと」「簡潔に」伝えましょう。

○回復には時間がかかる場合があります。時間をかけることも必要です。

てんかんについて

脳の神経の一部が活発に活動しすぎるために、てんかん発作がくり返しおきる病気です。てんかん発作は、神経の機能(はたらき)に対応した症状が現れます。身体の一部あるいは全身がけいれんしたり、または意識だけが失われるなど症状は様々です。「てんかん」は、100~200人に1人の割合で生じ、日本には約100万人の患者がいますと推計されています。遺伝病ではなく、どの年代でもみられる身近な病気です。適切な治療や服薬によって発作のほとんどはコントロールできます。

たとえば、こんなことに困ることがあります

- 正しい情報が知られていないため、「差別」や「誤解」、「偏見」が問題になりやすい病気です。
- 疲れすぎたり、寝不足が続くと発作が起きやすくなります。
- 発作が起きることへの不安から新しいことに挑戦することをあきらめたり、引きこもりがちになることもあります。



てんかん発作がおこったら

まず、あわてずに見守りましょう。



まわりの人ができること

○危険を避ける

意識の失われる発作では、危ないものを遠ざけ、倒れる危険性がある場合には、頭を床に打たせないようタオルなどやわらかいものを敷きましょう。

○動作に自然に寄り添う

発作が起きている間は、無理に動かさないようにしましょう。

○発作の様子をくわしく見ておく

発作の正しい時間を知るために時計を見る、発作の間の表情の変化を観察するなど発作の様子をくわしく見ておくことで病気を知らずにはなれません。

○窒息や舌を噛むことを防ぐ

発作中、激しく突っ張りあるいはガクガクとけいれんしている間は、下あごに手をあてて、上方にしっかり押し上げ気道を確保してください。窒息や舌を噛むことを防ぐことができます。

けいれんが終わり、大きく息を吐いたら、あごを押し上げたまま顔を片側に向けて、呼吸が戻るのを待ち、意識が回復するまでそのまま静かにねかせましょう。

やってはいけないこと

○口にものをくわえさせる。

*スプーンやはしをくわえさせると口の中を傷つける恐れがあります。

*タオルなどを口に入れると窒息してしまう恐れがあります。

○けいれんを止めようと体を押さえる。

○早く意識を戻そうとして刺激する。



意識が回復しないのに次の発作が連続して起きる、けいれん発作が10分以上続くようなときには、病院で受診しましょう。

はったつしょう 発達障がいについて

障がいの困難さも目立ちますが優れた能力が発揮されている場合もあり、周りから見てアンバランスな様子が理解されにくい障がいです。養育環境ではなく脳の機能障がいによるもので、どんな能力に障がいがあるか、またどのくらいの程度なのかは人によって様々です。

種類としては、注意欠陥多動性障がい（ADHD）、学習障がい（LD）、自閉症、アスペルガー症候群、広汎性発達障がいなどです。



注意欠陥多動性障がい（ADHD）とは

年齢あるいは発達に不釣り合いな注意力及び衝動性、多動性を特徴とします。次の3つの症状が通常7歳以前に現れます。

- うっかり同じ間違いを繰り返してしまうことがあります。（注意力散漫）
- おしゃべりが止まらなかったり、待つことが苦手でうろうろしてしまったりすることがあります。（多動性）
- 約束や決まり事を守れなかったり、だしぬけに行動してしまうことがよくあります。（衝動性）

学習障がい（LD）とは

- 全般的な知的発達に遅れはないのに、「聞く」「話す」「書く」「計算する」「推論する」能力のうち特定のものの習得と使用に著しい困難があります。
- 音と文字のつながりを理解することや、文字の視覚認知等が困難であるため、読むことや、書くことが極端に苦手であったりします。
 - 数字の認識や算数の基本となる概念を理解すること等が困難であるため、計算を行ったりすること等が極端に苦手であったりします。

●相互的な対人関係の困難さ

あいて きもち りかい あいて たちば た もの かんが
相手の気持ちを理解したり、相手の立場に立って物ごとを考えたりすること
にがて しゅうい ひと きょうかんてき かんけい きす むすか しょたいめん
が苦手で、周囲の人との共感的な関係を築くことが難しいです。また、初対面
ひと した ひと くべつ かなか にがて しゃかいてききよりかん しょうす
の人と親しい人を区別した関わりが苦手で、社会的距離感が上手にとりにくい
けいこう
傾向があります。

●コミュニケーション能力の遅れやかたより

たにん いし つた えること りかい することが にがて と いっぽうつうこう
他人に意思を伝えること、理解することが苦手です。やり取りが一方通行にな
ったり、例え話を理解できずそのまま受け取ってしまい困ってしまうことがあ
ります。

●反復的で常同的な行動、興味、活動

へんか たいおう することが にがて おな こうどう きょうみ かつどう
変化に対応することが苦手です。同じ行動パターンや興味にこだわったり、
ばしょ じかん みちじゆん へんこう いはん きょくたん きら
場所、時間や道順の変更やルール違反などを極端に嫌ったりすることがありま
す。変化に対応できない時は混乱し、パニックを起こしてしまうこともあります。

●感覚過敏

ひと によっては、ごかん しかく ちょうかく きゅうかく みかく しょっかく さまざま かびん も
人によっては、五感(視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚)に様々な過敏さを持って
いることがあります。(例えば、身体に触れられるのを嫌がる、光に対し過敏な
はんのう 反応をする、おと たい かじょう きょひはんのう へんしょく
反応をする、音に対して過剰な拒否反応をおこす、偏食など)

はいりょ ねが こんな配慮をお願いします

- 話すときは、あいまいな表現は避けて簡潔に、わかりやすく伝えてください。
- 口頭で説明を聞くよりも、メモ、マニュアルなど視覚的な方法を利用したほうが理解しやすい場合があります。
- 本人の得意分野を理解して、それを伸ばし生かすことができるようサポートしましょう。
- 急な予定の変更に対応することが苦手な人には、事前に説明しておくことで不安を軽減できる場合があります。



こうじのうきのうしょう 高次脳機能障がいについて

病気や事故などで、大切な脳の機能がうまく働かなくなってしまうことをいいます。脳には、記憶したり、考えをまとめたり、物事を計画して段取りをしたり、集中して物事を進めるなどの機能（いわゆる高次脳機能）があります。脳卒中や事故などによって脳が損傷を受けると、この機能がうまく働かなくなります。

一人ひとりに個性があるように、いろいろな症状があります。

身体的なけがや病状は、外から見て治っていくことがわかりますが、脳の傷は外からは見えません。だから本人も周囲の人にも戸惑うのです。

おも しょうじょう 主な症状

注意障がい、記憶障がい、失語、遂行機能障がい、半側空間無視、感情と社会的行動の障がいなどがあります。



たと 例えば、こんなことに困ることがあります

よくみられる生活上の困難

○とても疲れやすく思考のスピードが遅くなる

あくびがでて、今やっていることに集中できなくなります。

○コミュニケーションがうまくいかない

左脳の言語野を損傷すると、話す、聞く、書く、読むなどの言語障がいがおこったり、話したいことが頭に浮かんでも、言語がスムーズに出てこないこともあります。また、右脳の損傷では、相手の感情をうまく読み取れない、場の雰囲気鈍感になるなどが生じます。

○図や表示の意味がよくわからない

地図と自分の位置がうまく確認できずに迷ってしまうことがあります。



よくみられる生活^{せいかつじょう}上の^{こんなん}困難

○新しい^{あた}ことを覚え^{おぼ}にくい

脳^{のう}損傷^{そんしょう}による^{きおく}記憶^{きおく}障^{しょう}がいでは、病^{びょう}気^きや事^じ故^こにあ^{まえ}う前^{まえ}の記^き憶^{おく}は比^ひ較^{かく}的^{てき}よく保^{たも}たれますが、さ^{はな}っき話^わしたこ^きとや聞^わいたこ^{わす}とを忘^くれて繰^{かえ}り返^{おな}し同^{はな}じ話^{はな}しをしたりします。

○段^だ取り^だよく、物^{もの}事^{ごと}を進^{すす}められない

一^{ひと}つのこ^ととをやり通^{とお}すの^{じかん}に時^{じかん}間^{かん}が^{ゆう}か^{せん}か^{じゆん}かったり、優^き先^{せん}順^{じゆん}位^いを決^きめたり、間^{まち}違^がいを^{しゅう}せ^いい^しう^せい^いすることが^さで^きない^などが^おこ^りま^す。ま^た、目^{もく}標^{ひょう}を^さだ^めたり、計^{けい}画^{かく}的^{てき}に^{すす}め^るこ^とが^にが^てに^なり^ます。

○感^{かん}情^{じじょう}の^{かん}制^{せい}が^きか^ない

些^さ細^{さい}なこ^とで腹^{はら}を^たて^たり^なみ^だ涙^{なみだ}も^ろく^なるこ^とが^あり^ます。ま^た、指^し示^じさ^れな^いと^{こう}ど^うお^こせ^なか^つたり、物^{もの}事^{ごと}へ^いよ^くて^いか^い意^い欲^{よく}が^{てい}下^かして^しま^うこ^とも^あり^ます。

こんな^{はいりょ}配^{ねが}慮^{りょ}を^{ねが}い^しま^す

正^{ただ}しい^り理^り解^{かい}と^しえ^んが^もと^も求^{もと}め^られ^てい^ます

日^{にち}常^{じょう}生^{せい}活^{かつ}や対^{たい}人^{じん}関^{かん}係^{けい}、仕^し事^{ごと}な^どが^うま^く行^いか^ず自^じ信^{しん}を^なく^し、混^{こん}乱^{らん}や不^ふ安^{あん}の^{なか}に^いる^ことを^り理^り解^{かい}し^まし^よう。こ^れま^での^せい^{かつ}生^{せい}活^{かつ}や人^{じん}生^{せい}観^{かん}な^どを^{しん}ち^{ょう}重^かした^か関^{かん}わ^りを^もつ^よう^にし^まし^よう。

具^く体^{たい}的^{てき}に^{つた}え^まし^よう

ゆ^っく^り、わ^かり^やす^く、具^く体^{たい}的^{てき}に^{はな}話^わし^まし^よう。情^{じょう}報^{ほう}は、
メ^めモ^もを^か書^かい^て渡^{わた}し、絵^えや写^{しゃ}真^{しん}、函^ずな^ども^{つか}使^{つか}っ^て伝^{つた}え^まし^よう。
何^{なに}か^{ねが}お^{ねが}い^する^{とき}は、一^{ひと}つ^ずつ、具^く体^{たい}的^{てき}に^{せつ}め^いし、メ^めモ^もを^{わた}す^よう^にし^まし^よう。



周^{しゅう}圍^いの^かか^かの^{かた}関^{かん}わ^り方^{かた}やこ^の障^{しょう}が^いを^り理^り解^{かい}す^るこ^とで、戸^と惑^{まど}い^を少^{すく}な^くす^るこ^とが^でき^ます。例^{たと}え^ば、人^{ひと}を^せ責^せめ^るよ^うな^こと^ば言^ごひ^があ^つて^も、障^{しょう}が^いが^そう^させ^てい^るこ^とも^ある^ので、そ^のこ^とに^こだ^わり^すぎ^ず話^わだ^い題^{てん}を^{かん}転^{てん}換^{かん}す^るな^ど、対^{たい}応^{おう}を^くふ^うと^{しゅう}圍^いの^かか^の心^{しん}理^り的^{てき}負^ふ担^{たん}は^{ちい}さ^くな^るも^ので^す。

しょうがいしゃさべつかいしょうほう 障害者差別解消法について

「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）」は、平成28年4月に施行されました。

この法律は、障がい者を理由とする差別を解消して、障がいのある人もない人も平等に生活できる社会をつくることを目指しています。

この法律では「不当な差別的取扱い」を禁止し、「合理的配慮の提供」を求めています。

「不当な差別的取扱い」について

障がいのある人に対して、正当な理由なく、障がいを理由として、サービスの提供を拒否することや、サービスの提供にあたって場所や時間帯を制限すること、障がいのない人にはつけない条件をつけることなどを「不当な差別的取扱い」といいます。

正当な理由があると判断した場合は、障がいのある人にその理由を説明し、理解を得るよう努めることが大切です。

たとえば…

障がいがあることを理由に施設の利用や学校への入学を断られた。

車いすを利用していることを理由に、飲食店への入店を断られた。

障がいがあることを理由にアパートへの入居を断られた。



もう導犬を連れてタクシーに乗ろうとしたが、乗車を断られた。

採用試験で筆記の一次試験に合格したが、二次試験は口頭による面接しかないと言われ、面接をあきらめた。（聴覚障がい）

「合理的配慮の提供」について

障がいのある人から、社会の中にあるバリア（※社会的障壁）を取り除くために何らかの対応を必要しているとの意思が伝えられたときに、負担が重すぎない範囲で対応すること（事業者に対しては、対応に努めること）を「合理的配慮の提供」といいます。

【※社会的障壁とは？】

- ① 社会における事物（通行、利用しにくい施設、設備など）
- ② 制度（利用しにくい制度など）
- ③ 慣行（障がいのある人の存在を意識していない慣習、文化など）
- ④ 観念（障がいのある人への偏見など）

たとえば…

視覚障がいにより、自筆では書類に記入することができないため、本人の意向を確認しながら代筆する。

くるま 車いすの方が段差を乗り越える手助けをする。



ことば 言葉での意思疎通が難しい人と意思を伝え合うために、障がいの特性に応じたコミュニケーション手段（筆談、読み上げなど）で対応する。

	ふとう さべつてきとりあつかい 不当な差別的取扱い	ごうりてきはいりよ 合理的配慮
くに ぎょうせいきかん 国の行政機関・ ちほうこうきょうだんたい 地方公共団体など	してはいけません	しなければなりません
みんかんじぎょうしゃ 民間事業者 (こじんじぎょうしゃ 個人事業者、NPO含む)	してはいけません	するように努めなければ なりません

※合理的配慮の実施に大きなお金がかかるなど、負担になり過ぎる場合は、義務は生じません。

※民間事業者における合理的配慮の提供は、努力義務となります。

マークについて

障がいのある方にかかわる主なマークは次のとおりです。

これらのマークを見かけたときは、障がいのある方への理解と配慮をお願いします。

障害者のための国際シンボルマーク



障がいのある方が利用できる建物や施設であることを分かりやすく示すための世界共通のシンボルマークで、すべての障がいのある方を対象としています。

「白杖 SOSシグナル」普及啓発シンボルマーク



視覚に障がいのある人が白杖を頭上50 cm程度に掲げているの見かけたときは、進んで声をかけて支援しようという運動のシンボルマークです。

耳マーク



聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない人・聞こえにくい人への配慮を表すマークでもあります。

盲人のための国際シンボルマーク



視覚障がい者の安全やバリアフリーに配慮した建物、設備、機器などに付けられている世界共通のマークです。

身体障害者標識



肢体不自由であることを理由に運転免許に条件を付されている方が車に表示するマークです。

聴覚障害者標識



聴覚障がいであることを理由に運転免許に条件を付されている方が車に表示するマークです。

オストメイトマーク



人工膀胱・人工肛門を造設している人（オストメイト）のための設備があることを表しています。

ほじょ犬マーク



身体障害者補助犬（盲導犬・聴導犬・介助犬）の同伴の受け入れを啓発するためのマークです。

ハート・プラスマーク



身体内部（心臓、呼吸機能、じん臓、膀胱・直腸、小腸、肝臓、免疫機能）に障がいがある人を表します。

障害者雇用支援マーク



公益財団法人ソーシャルサービス協会が障がい者の在宅障がい者就労支援並びに障がい者就労支援をみとまきょうだんたいたいふよ認めた企業団体に対して付与する認証マークです。

あいサポート運動



さまざまな障がいの特性や障がいのある方が困っていること、そしてそれぞれに必要な配慮を理解し、日常生活でちょっとした配慮を実践していく「あいサポーター」の活動を通じて、誰もが暮らしやすい地域生活を皆さんと一緒につくっていく運動です。

あいサポーター

あいサポート運動を実践していく方々を「あいサポーター」と呼びます。日常生活のなかで、障がいのある方が困っているときなどに、ちょっとした手助けをする意欲のある方であれば、誰でもなることができます。

※あいサポート運動は、平成21年11月に鳥取県で創設され、平成23年4月からは島根県でも連携して取り組みが始まりました。

ヘルプマーク



義足や人工関節を使用している方、内部障がいの方、難病の方など、外見からは分からなくても、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせ、援助を得やすくするマークです。

【交付対象】 内部障がいや難病の方（手帳等の有無は問いません）

妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としている方

【交付場所】 島根県障がい福祉課

浜田市地域福祉課 及び 各支所市民福祉課

ヘルプカード

障がいのある方等が困ったときに手助けしてほしいことを伝えるためのカードを「ヘルプカード」と言います。障がいのある方等からヘルプカードの提示がありましたら、記載されている内容にそって支援をお願いします。

※ヘルプカードは、島根県障がい福祉課のホームページでダウンロードすることができます。

おも ちゅうしゃじょうせいと
思いやり駐車場制度



この制度は、身体障がい者等用駐車場（思いやり駐車場）を必要とする人に、県内で共通する利用証を交付することで、駐車場を利用できる人を明らかにし、駐車スペースを確保するものです。

【制度対象者】 せいでたいしょうしゃ ほこう こんなん かた しょう かた こうれい かた にんさんぶ
歩行が困難な方（障がいのある方・高齢の方・妊産婦）

【申請受付窓口】 しんせいうけつけまどぐち しまねけんしょう ふくしか ゆうそううけつけか
島根県障がい福祉課（郵送受付可）

ドライバーのみなさんへ

「入り口に近いから」、「ちょっとの間だけだから」といった理由で思いやり駐車場に停めていませんか？ 本当が必要としている人のために不適正利用はやめましょう。



へいせい ねん がつ しょほん
平成30年7月（初版）

へいせい ねん がつ ばん
平成30年9月（Web版）

はまだし けんこうふくしぶ ちいきふくしか
浜田市 健康福祉部 地域福祉課
はまだしとのまち ばんち
浜田市殿町1番地

TEL 0855-25-9322（ちよくつう直通）

FAX 0855-22-9733

Eメール fukushi@city.hamada.lg.jp
