

# みんなで創る笑顔あふれる 住みよいまち“府中”をめざして

～ 障害を理解するために～



府中市では、「みんなでつくる、みんなの福祉～人と人が支え合い幸せを感じるまちをめざして～」を福祉分野の基本理念としています。市民一人ひとりが障害について理解を深め、少しの配慮をすることで、みんなが暮らしやすいまちにすることができます。

本リーフレットは、市民の皆様が障害を理解する一助となればと考え作成いたしました。

# 身体障害について

身体障害には、視覚障害、聴覚障害、音声・言語・そしゃく機能障害、肢体不自由、内部障害があり、生まれつき障害のある人や、病気や交通事故などによる中途障害の人がいます。

多くの方は、身体障害者手帳を持っています。



## 視 覚 障 害

### 障害の主な特徴

視覚障害とは視力や視野に何らかの障害のあることをいい、まったく見えない全盲の人、見え方がそれぞれに違う弱視の人、色の区別ができない人や見える範囲がとてもせまい人などがいます。

### 配慮してほしいこと

- ・会話するときは「あっち、こっち」などで見ることができなければわからない言葉ではなく、「前、後、左、右」「メートル先」「時計の 時の方向」のように具体的な表現を使ってください。
- ・触れることで物の形や位置を確認するので可能な物なら触れて確認できるようにしてください。
- ・誘導するときは、誘導する人の肩や肘に手をそえ、お互いに声かけを行うと安心して一緒に歩くことができます。



障害者の国際シンボルマーク



視覚障害者の国際シンボルマーク



耳マーク



聴覚障害者標識

# 聴覚障害

## 障害の主な特徴

聴覚障害とは、聴覚に何らかの障害があることをいい、音声でのコミュニケーションに障害があるのが特徴です。聞こえる状況や発音のしかたなど人により違いがあります。

聴覚障害者は手話や筆談、要約筆記など様々な手段を用いてコミュニケーションしています。また、口話（口の動きで読みとれるように話す）や身振り手振りや表情、指文字を使う方もいます。補聴器やメール・FAXを使用することもあります。



## 配慮してほしいこと

- ・外見からは分かりにくい障害ですが、耳マーク（左ページ参照）や補聴器に気づいたら、ゆっくり、はっきりした声で、口の動きが分かるように正面を向いて話してください。
- ・手話ができる聴覚障害者には手話を使って話すことがベストですが、手話ができなくても指さしや顔の表情、身振り、手振り、筆談などを交えて会話することができます。

# 音声・言語・そしゃく機能障害

## 障害の主な特徴

音声機能、言語機能、そしゃく・嚥下機能に著しい障害があることをいいます。

## 配慮してほしいこと

- ・言葉が聞き取りにくい人も、一生懸命自分の意思を伝えようとしていますので、繰り返しよく聞いてください。
- ・食物をかんでのみこむことがむずかしいため、食事の形態に配慮が必要です。



# 肢 体 不 自 由

## 障害の主な特徴

肢体不自由とは、四肢や体幹に運動障害のあることをいいます。障害の種類や部位、原因や程度はさまざまで、車いすや杖などを使用する人がいます。

肢体不自由にも、上肢障害や下肢障害があり、車いすも手動、介助用、電動車いすがあります。



## 配慮してほしいこと

- ・困っている人がいたら、まず本人に声をかけて支援が必要か聞いてください。支援が必要なら具体的に何をしてほしいか聞いて手伝ってください。
- ・下の一番左のシンボルマークは肢体不自由のある人が自動車を運転していることを表す身体障害者標識です。この標識のある車には無理な幅寄せや割り込みはやめてください。
- ・盲導犬・介助犬・聴導犬など補助犬はペットではありません。声掛けやさわったりしないでください。対応方法がわからない時は、利用者に聞いてください。



身体障害者  
標識



ほじょ犬マーク



ハートプラス  
マーク



オストメイト  
マーク



## 内 部 障 害

### 障害の主な特徴

内部障害とは、身体内部（心臓、呼吸機能、腎臓、膀胱・直腸、小腸、免疫機能）に障害があることをいいます。外見からは分かりにくいいため、様々な誤解を受けることがあります。

### 配慮してほしいこと

- ・ハートプラスマーク（左ページ参照）は内部障害のある人を表したシンボルマークです。
- ・電車内での優先席の使用では、ご配慮をお願いします。
- ・オストメイトマーク（左ページ参照）は人工肛門・人工膀胱を造設している人（オストメイト）のための設備があることを表しています。このマークが表示されているトイレの使用はオストメイトの人が優先となります。



## 難病について

障害者総合支援法により、  
難病の方も障害福祉サービスや  
相談支援等の対象となりました

（対象疾患は130疾病）

\* 年 月から、300  
疾病になります。

また、一部の指定疾病に  
ついては医療費の助成制度  
があります。



# 高次脳機能障害について

高次脳機能障害とは、病気や交通事故など、様々な原因によって脳に損傷をきたしたために生ずる、言語能力や記憶能力、思考能力、空間認知能力などの認知機能や精神機能の障害を指します。

主に注意障害（ぼーっとしている、一度にふたつのことを続けられない）、記憶障害（新しいことの記憶が難しい、約束ができない）、遂行機能障害（物事の優先順位が付けられない、家事や仕事を計画的にこなせない）、社会的行動障害（引きこもりがち、怒りやすい）、半側空間無視（移動中左側にあるものにぶつかる、食卓の左側半分のおかずがわからず食べ残す）、失語症（思った言葉が出てこない、字を読んだり書いたりできない）、など多くの症状が重複して出現します。



## 配慮してほしいこと

- ・一度に多くの話をするのではなく、ゆっくりと話し、ひとつひとつ理解されているか確認しながら話してください。
- ・約束などをするときにはメモに書いて渡すなど、その方が覚えやすいような方法にしてください。
- ・感情のコントロールができず、興奮している場合は場を変えたり、話題を変えたりしてください。
- ・外見からはわかりにくい障害ですが、どのような障害があるのかご本人も説明することが難しいこともあります。困惑している状況があり、対応がわからない場合は相談窓口へご連絡ください。

# 知的障害について

先天性または出産時、あるいは出産後早い時期に、脳に何らかの障害を受けたため知的な発達が遅れ、社会生活への対応が著しく困難になることをいいます。

知的障害は、一般的には、

知的機能の障害が発達期(おおむね 18 歳まで)にあらわれ  
日常生活に支障が生じているため、何らかの特別な支援を必要とする状態にあるもの

～厚生労働省：知的障害児（者）基礎調査より～

とされています。

## 障害の主な特徴例

- ・ 知的な作業（言葉を使うこと、記憶すること、抽象的なことを考えること）が苦手。



## 配慮してほしいこと

- ・ 本人にわかりやすい言葉で、本人に合わせて話してあげてください。

## 障害の主な特徴例

- ・ 社会の仕組みに上手に対応できない。難しい事、危険がわからない。
- ・ 同時に 2 つ以上の事柄の理解が困難。見通しをもつての行動が困難。
- ・ 臨機応変に対応することが苦手。

## 配慮してほしいこと

- ・ 重要なことから 1 つずつ、やさしく繰り返し説明してあげてください。
- ・ 動きがぎこちなく細かな作業が苦手ですが、根気よく練習すれば出来るようになります。あたたかく、長い目で見守ってください。
- ・ 本人が困っている様子があれば、声をかけて下さい。
- ・ 困惑している状況があり、対応がわからない場合は相談窓口へご一報ください。

# 発達障害について

発達障害とは、生まれつき脳の機能障害があり、それによって生活や学習に困難さをもつ障害です。子どもの頃にあきらかになる場合が多いのですが、大人になってから気づかれることもあります。

## 自閉症スペクトラム障害

【ASD : Autistic Spectrum Disorder】

自閉症、アスペルガー症候群、そのほかの広汎性発達障害が含まれます。典型的には、相互的な対人関係の障害、コミュニケーションの障害、興味や行動の偏り（こだわり）の3つの特徴が現れます。最近では約100人に1～2人存在すると報告されています。



## 注意欠陥多動性障害

【ADHD : Attention-deficit / hyperactivity disorder】

発達年齢に見合わない多動・衝動性、あるいは不注意、またはその両方の症状が、7歳までに現れます。学齢期の子どもには3～7%存在し、男性は女性より数倍多いと報告されています。

男性の有病率は青年期には低くなりますが、女性の有病率は年齢を重ねても変化しないと報告されています。



## 学習障害

【LD : Learning Disabilities】

全般的な知的発達には問題がないのに、読む、書く、計算するなど特定の事柄のみがとりわけ難しい状態をいいます。有病率は確認の方法にもよりますが、2～10%と見積もられており、読みの困難については、男性が女性より数倍多いと報告されています。



厚生労働省「こころの病気を知る」より



## 配慮してほしいこと

- ・注意をする場合は、努力している点やうまくいっている点をほめたうえで、どのようにすればもっとよくなるかを肯定的、具体的に伝えます。
- ・その人が理解している言葉を使い、写真や絵などを添えて説明すると、理解しやすくなります。
- ・あいまいな表現を理解するのが苦手です。言葉で説明するときは、短い文で、一つずつ順を追って、具体的に伝えます。
- ・人混みや大きな音、光などの刺激を苦手とする人が多くいます。そのような刺激による不快感を大きくしないよう、安心できる環境をつくります。



## 精神障害について

「統合失調症」や「気分障害（うつ病、双極性障害）」、「アルコール依存症」などの精神疾患にかかって、「考えをうまくまとめること」や「人とのコミュニケーション」がしづらくなり「意欲が弱まりひきこもりがちになる」などして生じる「生活がしにくい状態」を「精神障害」といいます。

## 配慮してほしいこと

- ・私たちの心の中には、長い歴史の中で精神障害がある方々を精神科病院等に閉じ込めてきた社会のあり方から生まれた根強い偏見があり、今も苦しみを与え続けています。
- ・精神障害は他人ごとではなく、現在、国民の40人に一人は精神科を受診していて、5人に一人は一生のうちに一度は精神疾患にかかっています。



- ・周囲の理解と協力があれば精神障害の苦しみは軽くなります。周囲に精神障害をもつ方がいたら、健康的なところを大切に気長に見守りましょう。それが大きな支えになります。

## ヘルプカードについて

「ヘルプカード」は障害のある人が普段から身につけておくことで、緊急時や災害時、困った際に、周囲の配慮や手助けをお願いしやすくするものです。ヘルプカードを提示された場合は記載内容に沿った支援をお願いします。



## 相談窓口

府中市障害者福祉課	TEL	042-335-4162
	FAX	042-368-6125
地域生活支援センターみ～な	TEL	042-360-1312
	FAX	042-368-6127
地域生活支援センタープラザ	TEL	042-358-2288
	FAX	042-358-2335
地域生活支援センターあけぼの	TEL	042-358-1085
	FAX	042-336-9085
府中市社会福祉協議会（ふれあい福祉相談室）	TEL	042-360-3232
	FAX	042-334-3013
東京都多摩府中保健所	TEL	042-362-2334
	FAX	042-360-2144

## 身体障害者相談員・知的障害者相談員

（各相談員の連絡先は、府中市障害者福祉課にお問い合わせください）

当リーフレット作成にあたり大和郡山市地域自立支援協議会・権利擁護部会作成の「とものくらしやすい地域を」を参考にさせていただきました。

