# 知ってる？

# 障害のこと

## みんなが笑顔で暮らすためにできること

## 秋田県で条例（県のきまり）ができました

2019年4月、秋田県で『障害や障害者を理解し差別をなくそう』という目的により条例ができました。障害のある人もない人も、お互いを認め合い、みんなが暮らしやすい地域にするためには、私たち一人ひとりが、障害のある人について正しく知ることがとても大切です。自分にどのようなことができるか考えてみましょう。

秋田県

# どうすればみんなが暮らしやすいまちになるか考えよう!!

1 盲導犬を連れた人がレストランに入ってきたら、どうするかな？

2 耳が聞こえにくい人に話しかけるときは、どういった工夫があるかな？

3 車いすでバスに乗る人に、どんなお手伝いができるかな？

## 考えたことを書いてみよう

1

2

3

4

**6** 病院の看護師さんが耳が聞こえない患者さんを呼び出すとき、どんな方法があるかな？



**4** この駐車場はどんな人が利用できるかな？

**7** 学校で車いすに乗っているお友達がいたら、どんな場面でお手伝いができるかな？



**5** 点字ブロックの上に自転車が停められているよ。このままだとどんなことが起こるかな？

**8** 歩きながらスマートフォンを見ていると、どんな危険なことが起こるかな？

**5**

**6**

**7**

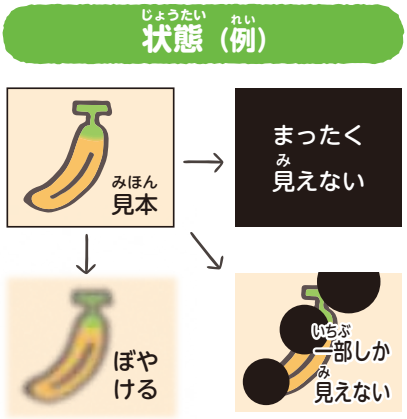
**8**

その他にどんなものがあるか考えてみよう！

# 身体障害ってどんなこと？

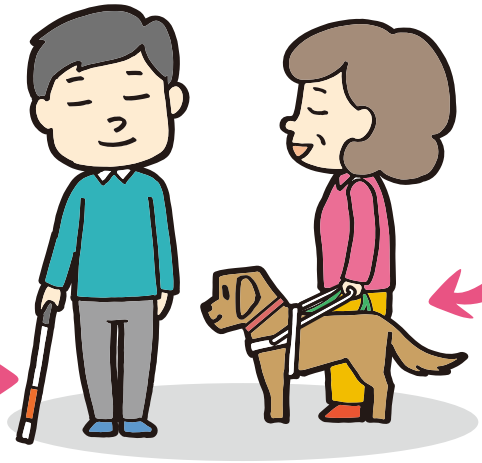
## 見えない、見えにくいこと

目がまったく見えない人や、視力が弱い、見える範囲がせまい、一部しか見えないなど、さまざまな状態で見えにくい人がいます。白杖を持っていたり、盲導犬を連れていたりする人もいます。




### 白杖

歩く先に、段差や道をふさぐ物がないかを確かめるため、体の前で白杖をふりながら歩きます。



### 盲導犬

目の不自由な人が、道を安全に歩いたり施設などをスムーズに利用したりするためのお手伝いをします。

触ったり、声をかけたりしないでください。

## 聞こえない、聞こえにくいこと

耳がまったく聞こえない人や、聞こえにくい人がいます。それとともに、話すことが不自由な人もいます。耳が不自由な人は、手話や指文字、文字を書いて会話する筆談、口の動きを読む読話などで会話をします。補聴器や人工内耳をつけている人もいますが、聞こえ方は人によって違います。

指文字では指をいろんな形に変えて一文字ずつ表現します。

### 手話

耳が聞こえない・聞こえにくい人が、自分の考えや気持ちを伝え合うために手の動きで表現する言語です。

### 筆談

メモ帳などを使って文字で会話します。短く分かりやすい言葉で伝えるのがポイントです。

関係のあるマーククイズ！ 何のマークか調べてみよう。

❶
❷

❸
❹
❺
❻
❼
❽
❾

# 手・足など身体に不自由のあること

生まれつき、または、病気やけがをきっかけに、手や足を動かすことや、そのほかの身体の働きが不自由な人がいます。歩くことや手を使うこと、食事をとることなどの普段の生活、または姿勢を安定させることが難しい人もいるので、暮らしていくために、車いすや杖、義手や義足などを使う人もいます。

## 義手

暮らしや目的に合わせて義手をつけることもあります。

## 義足

つける人に合わせて作ります。陸上競技用の機能的なものや見た目がおしゃれなものもあります。

## 短下肢装具

立つ、歩くためのサポートや治りょう目的などさまざまな種類があります。

## 何ができるかな？

### 正面から話しかけよう！

後ろや横から声をかけても気づきにくいので、正面からゆっくりはっきりと話しかけよう。

### まずはひと声かけよう！

どんな手助けが必要かを聞くために、まずは「お手伝いしますか？」と声をかけよう。

- 車いすの人は高い所や低い所の物を取るのが大変なので、声をかけて手伝おう。
- 自分一人で手伝うのが大変なときは、周りの人にも手伝ってもらおう。

# 知的障害ってどんなこと？

## 理解に時間がかかったり、状況に合わせたりするのが苦手なこと

漢字の読み書きや計算などの勉強や物事を理解するのに時間がかかったり、その場の状況に合わせた行動をとったりすることが難しいことがあります。困っていることに手助けを受けながら生活したり働いたりしている人がたくさんいます。

### 何ができるかな？

#### 分かりやすく伝えよう！

絵や図、ふりがなや数字などを使って、話を分かりやすく伝えよう。

#### 短く簡単に話そう！

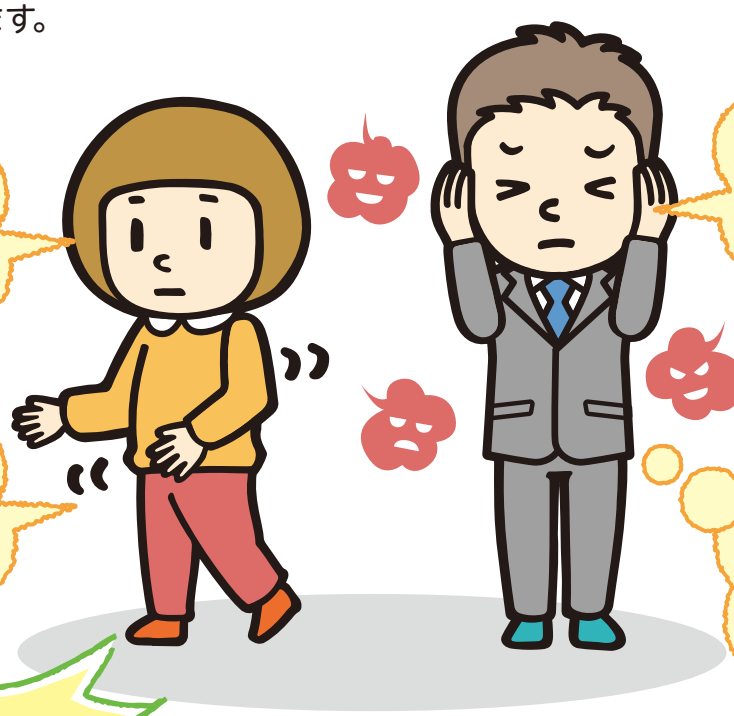
話を理解するのに時間がかかるので、短く簡単に話そう。

- コミュニケーションがうまく取れないときは、分かる言い方に変えて相手に伝えよう。
- みんなそれぞれ良いところや得意なことがあります。それらを見つけよう。

# 精神障害ってどんなこと？

## 心の病気や不調があり生活しづらいこと

気分が落ち込み、やる気や自信がなくなってしまったり、自分の考えをまとめたりすることができなくなる病気の人がいます。また、脳の仕組みのため、得意なことがある一方で、苦手なことやうまくいかないことが極端にある人もいます。そのため、学校生活や友達づきあいで困ってしまうこともあります。




### 何ができるかな？

#### 正しい知識をもとう！

どのような症状があるのかを正しく知って、思い込みや間違った見方をなくそう。

#### 一人ひとりの個性を知ろう！

その人の得意なことや苦手なことを理解することが大事！ペースを合わせるようにしよう！

- 優しい雰囲気で話を聞き、相手の気持ちに寄り添おう。
- 苦手なことは無理をさせず、どうしたらできるか考えよう。

# スペシャルインタビュー

秋田で活躍している人にお話を聞いたよ!!

## スポーツ

### ～ 水泳 ～

**菅原　紘汰さん**

僕は、生まれつき肩から下の両腕がありません。小さい頃、友達に「どうして（腕が）ないの？」と聞かれる度に、自分の障害が嫌になることもありました。両親は、そんな僕が風邪やけがに負けないようにと、今の水泳教室を見つけてくれました。水泳を始めてからは、それまで「ダメだ、できない」と思うことでも、プラスに考えられるようになりました。今は、パラリンピック出場を目標に、練習やトレーニングをがんばるだけでなく、日常生活も大切に送るよう心がけています。障害があっても、いろんなことにチャレンジすると自信がつくので、挑戦する気持ちを持ち続けることが大事だと思います。

## 芸術

個人やグループでさまざまな作品を製作・発表することで、社会参加や、生きがいにつながります。

## 仕事

こんな所で働いているよ！身近にどんな所があるかな？

### ～ カフェ ～

店内から雄物川の景色を眺められる、自家製生パスタが人気のカフェです。障害のある人が、料理を運ぶ係やお皿洗い、デザートの材料の計量など、得意なことを活かせる仕事を担当しています。さまざまな年齢のお客様が来店し、地域の方々にたくさん利用されています。

**ボンカフェ**（秋田市）

### ～ 各種デザイン・接客販売等 ～

障害がある人の得意な仕事を見つけたり、生活習慣を整えたり、社会のルールを身につけるサポートをしています。パソコンでの作業やアートに関係した仕事が多く、みんなで協力して仕事をすることもあります。得意なことを活かして就職した方もたくさんいます。

**ごろりんはうす**
（秋田市）

発行元
秋田県健康福祉部 障害福祉課
☎ 018-860-1331
URL https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/10214

なまえ

令和2年3月 発行（令和3年1月 改訂）