

知って？

しょうがい
障害のこと

えがおく
みんなが笑顔で暮らすためにできること



あき た けん じょう れい けん
秋田県で条例(県のきまり)ができました

ねん がつ あき た けん しょうがい しょうがいしゃ り かい さ べつ もくてき
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、
しょうれい しょうがい ひと ひと たが みと あ
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
く ち い き わたし ひとり しょうがい
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
ひと ただ し たいせつ じ ぶん
できるか考えてみましょう。かんが

あき た けん
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

盲導犬を連れて人が
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
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?

4

この駐車場はどんな人
が利用できるかな?

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?

6

病院の看護師さん
が耳が聞こえない
患者さん呼び出す
とき、どんな方法
があるかな?

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?

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?

考えたことを書いてみよう

1

2

5

6

3

4

7

8

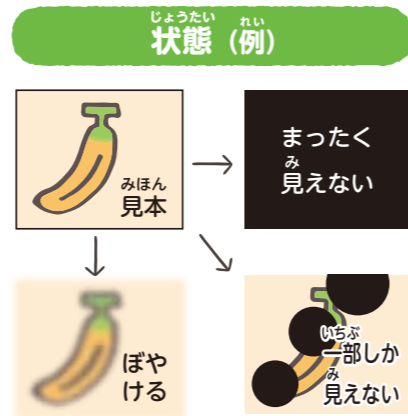
身体障害ってどんなこと？

関係のあるマークを何のマークか調べてみよう。



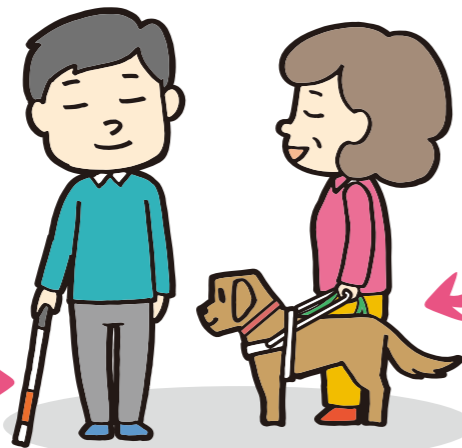
見えない、見えにくいこと

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。

さわったり、声をかけたりしないでください。

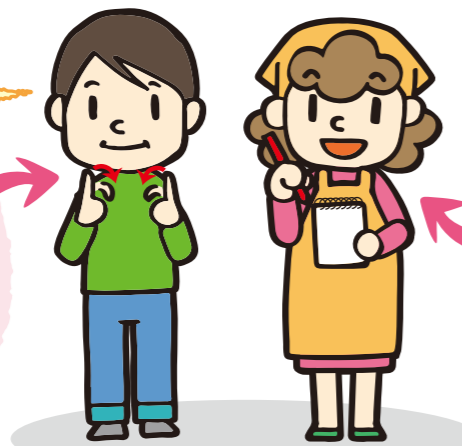
聞こえない、聞こえにくいこと

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る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をします。短く分かりやすい言葉で伝えるのがポイントです。

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、そのほかの身体の動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ますので、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よ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！

まずはひと声をかけよう！



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。



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。
- 自分一人で手伝えるのが大変なときは、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、状況に合わせて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て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！
- 短く簡単に話そう！

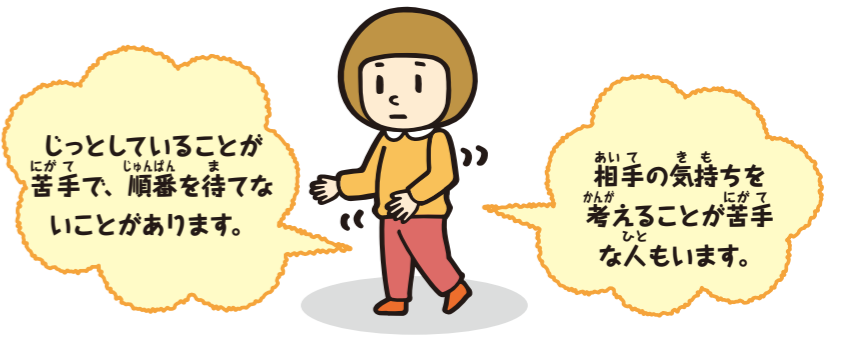


- コミュニケーションがうまく取れないときは、分かる言い方に変えて相手に伝えよう。
- みんなそれぞれ良いところや得意なことがあります。それらを見つけよう。

発達障害ってどんなこと？

脳の働きや発達にアンバランスさがあり生活しづらいこと

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がいます。そのため、学校生活や友達づきあいなどで困ってしまうこともあります。



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。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！
- 一人ひとりの個性を知ろう！



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

おかべ せんしゅ どうきょう
**岡部選手は東京2025
 デフリンピックに出場し
 世界7位になりました!**



スポーツ

～ 陸上競技 ～ 岡部 祐介さん

じぶん みらい じぶん
自分の未来は自分でつろう!



みなさん、こんにちは! 陸上競技(十種競技)選手の岡部祐介です。私は2025年に開催された「東京デフリンピック」に日本代表として出場し、全力で戦ってきました。私は生まれたときから耳が聞こえません。子供のころ、周りから「聞こえない人にスポーツは難しいのでは?」と言われたこともありましたが、確かに、スタートの合図が聞こえなかったり、コーチのアドバイスを理解するのに時間がかかったりと、苦労はたくさんあります。でも、私は大好きなスポーツをあきらめませんでした。「どうすればできるか」を工夫し、人一倍練習を積み重ねることで、世界の舞台上で戦う選手になることができました。大切なのは、周りの声に負けず、自分の可能性を信じることです。とにかく他の人と比べないで、自分のペースで行きましょう。皆さんも、もし「やってみたい!」と思うことがあれば、ぜひ挑戦してみてください。その一歩が、きっと素敵な未来をつくってくれます。これからも私は、次の目標に向かって走り続けます!



パラリンピックをはじめ、デフリンピック(聴覚障害のある人たちのためのスポーツ大会)、スペシャルオリンピックス(知的障害のある人たちのためのスポーツ大会)など、日本や世界の国々で、さまざまな障害のある人たちのためのスポーツ大会が開催されているよ。

芸術

こじん 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、地域の方々が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できます。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)

