

# 障害を 理解するための ハンドブック

相模原市



「共にささえあい 生きる社会」  
を目指して





## はじめに

相模原市では、障害の有無にかかわらず、誰もが安全で安心して暮らすことのできる「共にささえあい 生きる社会（共生社会）」の実現に向けて取り組んでいます。

障害がより深く理解され、適切な配慮により、障害のある人がその人らしく生き生きと暮らしていけることを目指し、この冊子を作成いたしました。

「何に困っているのだろうか？」

「どんなサポートが必要なのかしら？」

と考えているあなたに、ぜひ読んでいただきたい一冊です。

はじめの一步として理解しやすいよう、「障害とは」から始まり、それぞれの障害別に、困っていることの代表例や、必要としているサポートをコンパクトに掲載しましたので、ここに書かれていることだけがすべてではないことをご了承ください。

みなさんに、この一冊が障害を理解するための手助けとなるよう願っています。

相模原市

# もくじ

障害とは	3
もっと理解を	4
視覚障害について	6
聴覚・言語障害について	8
盲ろうについて	10
肢体不自由について	12
重症心身障害について	13
内部障害について	14
知的障害について	16
精神障害について	18
発達障害について	20
高次脳機能障害について	22
失語症について	24
難病について	25
障害者差別解消法	26
障害者虐待防止法	27
窓口一覧	28
知っておきたい障害者に関するマーク	30



# 障害とは

目が見えない、音が聞こえない、歩けないなど、その人の心身の機能障害だけでなく、そのような障害のために情報が伝わらなかったり活動が制限されたりするような社会の仕組みによっても「障害」は作り出されます。

例えば、視覚障害のある人に書類を渡すだけで読み上げない、聴覚障害のある人に声だけで話し、筆談や手話などを使わない、知的障害のある人に理解できるように説明しないことは、障害のある人に情報を伝えていないことになります。

また、3センチ程度の段差で車いすは進めなくなります。

障害者基本法では、「障害者」「社会的障壁」を次のように定義しています。

「障害者」とは、身体障害、知的障害、精神障害（発達障害を含む。）その他の心身の機能の障害（※1）（以下、「障害」と総称する。）がある者であって、障害及び社会的障壁により継続的に日常生活又は社会生活に相当な制限を受ける状態にあるものをいう。

「社会的障壁」とは、障害がある者にとって日常生活又は社会生活を営む上で障壁となるような社会における事物、制度、慣行、観念（※2）、その他一切のものをいう。

（※1）「その他の心身の機能の障害」には、難病等が含まれます。

（※2）具体的には、次のようなものをいいます。

- ・ 事物：建築物や公共交通機関の段差など
- ・ 制度：障害を理由とした資格制限など
- ・ 慣行：会議で点字の資料や手話通訳がないことなど
- ・ 観念：障害のある人への偏見など

～「共にささえあい 生きる社会」を目指して～

# もっと理解を

私たちみんなで、ひとつの社会です  
障害のある人の立場を理解し、  
お互いの配慮を大切にしましょう

対応の基本

## 1 障害の種類や程度によって 対応の仕方は異なります 知っていますか？障害者の気持ち・生活の実際…



相模原市が目指す、障害の有無にかかわらず、誰もが安全に安心して暮らすことのできる「共にささえあい 生きる社会」の実現のためには、障害や障害のある人を取り巻く環境などについて正しく理解し、本当に必要な配慮を見極め判断することが大切です。

障害の種類や程度によって、対応の仕方が異なることを知り、必要な配慮について理解を深めていきましょう。



対応の基本

## 2 困っている人には 積極的に関わりを持ちましょう 声をかけることから始めましょう

誰もがお互いに人格と個性を尊重しともに支えあう社会のためには、あたたかい地域のつながりが必要です。声をかけるということから社会のつながりが始まります。困っている人がいれば、声をかけてみましょう。

一人ひとり必要な配慮が異なりますので、その人に合わせた配慮をすることが大切です。



対応の基本

## 3 ゆっくり穏やかな口調で、 聞き手に合わせて話しましょう 障害の特性に応じてコミュニケーション方法に工夫を

声をかけて、双方でのやり取りをする場面においては、相手の話をよく聞く、相手のペースに合わせるなどの基本的な姿勢とともに、目線を合わせる、筆談、絵カードなど、障害の特性に応じてコミュニケーション方法に工夫をすることが必要です。



# 視覚障害について

障害の程度は人それぞれ異なりますが、障害の種類は大まかに分類すると次のように4つに分かれます。

- ◇視力の障害：まったく見えない全盲と、眼鏡で矯正しても視力が0.3未満である弱視
- ◇視野の障害：本来なら見える範囲の中で、見えない部分があったり、筒を覗いて見たように、見える範囲が狭い状態
- ◇明るい場所で見えにくい、あるいは暗い場所で見えにくい障害
- ◇特定の色に対し判別しづらい障害

## こんなことで困っています

- 点字ブロックや音声案内はすべての道路に網羅されているわけではありません。仮に目的地に到着することができても、入り口がどこなのかがわからないことがあります。
- 点字ブロックの上に自転車や看板などが置かれていると、ぶつかって転ぶことがあります。
- オフィスなどで、床に物が置かれているとつまずきます。
- 視野が狭い障害は、「見えている」と誤解を受けることがあります。
- 手を動かして周り確かめると、落ち着きのない印象を持たれやすいです。
- 盲導犬に話しかけたり触る人がいます。
- 盲導犬と一緒に入場を拒否されたり、逆に盲導犬を「かわいそう」などという人もいます。



## こんな配慮があると助かります

- 歩行中は白杖を左右に振りながら障害物がないか確認しています。ご理解ください。

- 「何かお手伝いしましょうか」の声かけが必要な時は、白杖を頭上に高く持ち上げるジェスチャーで表します。[白杖SOSシグナル運動]

- まずは声をかけてください。誘導する時は、身長に大きな差がなければ肘を持ってもらい、相手の速さに合わせて半歩程度横前を歩くことが基本です。身長差がある場合には、肩や腕に手を添えてもらうなど、歩きやすいように工夫してください。



- 特に駅のホームは手すりのない橋を目隠しして歩くのと同じで、転落事故が後を絶ちません。危なそうだなと感じたら、まずは声かけをお願いします。

- 音をたよりに歩行しています。車でバックする時は必ずバック音で知らせてください。また、停車中の車に向かって歩いていたら、エンジンの音で存在を知らせてください。



- 盲導犬は安全を守る大切な役割を果たしているため、そっと見守ってください。  
※盲導犬は排泄についてもしっかりと訓練を受けています。

# 聴覚・言語障害について

聴覚障害は、聞こえない状態（ろう）と聞こえにくい状態（難聴）があります。また、事故や病気により聞こえなくなる中途失聴の人もいます。

聴覚・言語障害は一見してその障害がわかりにくいいため、生活上の困難さを理解してもらえなかったり、困っていても周囲の人に気づいてもらえないことがあります。

## こんなことで困っています

- 外見ではわかりにくい障害のため、周囲に気づいてもらえないことがあります。
- 音声での情報が届かず、周囲の状況が理解できない場合があります。
- 大きな声で話しかけられても、聞き取れない場合があります。
- 手話を使えばわかると思われることがあります（皆が手話を使えるわけではありません）。

## こんな配慮があると助かります

- 声をかける時は、肩を優しくたたくなどして気づいてもらってから、自分の顔がよく見えるようにし、相手の顔もよく見て、ゆっくりと声をかけるようにしましょう。
- 事故や災害時に音で周囲の状況を判断できず、危険な目に遭うことがあります。そのような時には、手話や身振りで話しかけてみるか、筆談などで状況を簡潔に伝えるようにしましょう。一方的に書くのではなく、確認しながら伝えるようにしましょう。
- 音声だけのコミュニケーションはできるだけ避け、視覚的な手段を用いるようにしてください。また、同時に複数の人が話さないようにしてください。
- 言語障害のある人の言葉が聞き取りにくい時には、わかったふりをせず、書いてもらうなどし、きちんと内容を確認しましょう。

●話が伝わっていないと感じたら、言葉を言いかえると伝わりやすい場合があります。

●補聴器をしている人の耳元で、大きな声で話さないでください。

## 様々なコミュニケーションの方法

### 手話

手の動きや顔の表情などで意思を伝える言葉です。聴覚障害のある人のコミュニケーション方法として一般的なものであり、特にろう者がよく使用します。

### 筆談

口で話をするのではなく、メモ用紙などに文字を書いて意思疎通を図る方法です。

### 口話

相手の口の動きを読み取る方法です。話が長かったり、はっきりとした唇の動きでなかったりすると、読み取りにくいことがありますので、ゆっくりはっきり話しましょう。

### 要約筆記

音声言語で話されている内容を要約し、文字で表し伝えます。パソコンと手書きによる方法があります。

※上記は代表的なコミュニケーションの方法ですが、多くの聴覚障害者は状況に応じ、それぞれを使い分けたり、組み合わせたりしてコミュニケーションを図っています。また、携帯電話や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方も増えています。



# 盲ろうについて

視覚と聴覚の両方に障害があることを「盲ろう」といいます。盲ろうは、大きく分けて次の4つのタイプがあります。

- ◇全盲ろう：全く見えず、全く聞こえない状態
- ◇全盲難聴：全く見えず、少し聞こえる状態
- ◇弱視ろう：少し見えて、全く聞こえない状態
- ◇弱視難聴：少し見えて、少し聞こえる状態

また、「盲ろう」になる経緯も様々で、大きく分けて次の4つのタイプがあります。

- ◇視覚障害があり、のちに聴覚障害を発症したもの（盲ベース盲ろう）
- ◇聴覚障害があり、のちに視覚障害を発症したもの（ろうベース盲ろう）
- ◇先天的、あるいは乳幼児期に視覚と聴覚の障害を発症したもの（先天的盲ろう）
- ◇成人期以後に視覚と聴覚の障害を発症したもの（成人期盲ろう）

## こんなことで困っています

- コミュニケーション・情報入手・移動の3つの困難が様々な場面で複合的な困難をもたらします。
- 家族をはじめとする周囲の人とのコミュニケーションの難しさはもちろんのこと、新聞やテレビ、ラジオ等からの情報を自力では得られません。また、単独での外出が困難です。

## こんな配慮があると助かります

- 聴力が残っている人もいますので、そっと手や肩に触れてから（自分の名前を伝え）、正面から話しかけてみましょう。コミュニケーション方法は人によって異なるため、様々な方法を試して、その人にあった方法を見つけましょう。意思疎通が困難な場合には、手のひらに自分の指で文字（ひらがなかカタカナのどちらかで）を書く方法で会話を試してみましょう。弱視ろうの人には、紙に大きく太めの文字を書いて伝えてみましょう。

- 視覚と聴覚の両方に障害があるため、お互いの会話だけでなく、周囲の状況がわかりません。例えば、「机の上にお花が飾ってあります」など、その場の状況も伝えましょう。
- コミュニケーションを取ることが難しいので、社会的に孤立してしまいます。困難な状況にある人を見かけたら、盲ろう者向け通訳・介助員派遣などの様々な支援があることを伝えてください。

## 様々なコミュニケーションの方法

視覚障害、聴覚障害の状態や発症時期によってコミュニケーションの方法は異なりますが、次のような方法があります。



### 手書き文字

手のひらに指先などで文字を書き伝えます。

### 触手話

手話に加えて、片手または両手で軽く触ってもらうことで伝えます。

### 弱視手話

視覚の活用が可能な人に対して、その人の視力・視野に応じて、見えやすい位置や範囲で手話により伝えます。

### 指点字

点字タイプライターのキーの代わりに、盲ろう者の指を直接たたいて点字を表します。6本の指を点字の6点に見立てます。

### 文字筆記

視覚の活用が可能な人に対して、紙やパソコンに文字を筆記して伝えます。文字の大きさ・間隔・線の太さなど見え方に合わせた配慮が必要です。

### 音声

聴覚の活用が可能な人に対して、耳元や補聴器のマイクなどに向かって話します。声の大きさ・抑揚・速さ・音の高さなど、聞こえ方に合わせた配慮が必要です。

# 肢体不自由について

肢体不自由とは、手や足、体の胴の部分の病気やけがが原因で、歩行や食事、入浴など日常生活動作に困難を伴う場合をいいます。原因は様々で、先天的なものもあれば、交通事故やスポーツ事故による手や足の損傷、あるいは腰や首、脳の血管に損傷を受けてなるものがあります。

障害の部位や障害の程度により、日常生活動作にはほとんど支障のない人から、移動の際に杖や車椅子が必要となり、日常生活動作に多くの支援が必要になる人など、かなり個人差があります。



## こんなことで困っています

○車椅子で移動する際に通路が狭い、車椅子が回転できるスペースがない、段差があるなどの理由により移動ができないことがあります。

○指や手に障害がある人は、小銭をつかむなどの細かい作業や、ドアや蛇口の開閉など、力が必要な作業が困難です。

○言語障害による発語や会話が困難な人もいます。会話だけでなく、顔や手足などが自分の意思と関係なく動いてしまうために、意思疎通が困難なこともあります。

## こんな配慮があると助かります

●歩行が困難な人にとっては、通路に荷物などの障害物があると移動の大きな妨げになりますので、置かないでください。

●ドアの開閉や段差など、本人の力だけでは難しい時には手助けをしてください。

●言葉がわかりにくい場合はわかったふりをせずに、しっかりと内容を確認してください。話をする際には、威圧感のないようにできるだけ同じ目線の高さにかがみ、介助者がいても介助者ではなく、本人の話を聞くようにしてください。

●多目的トイレや障害者用駐車区画などを必要な人が使えるように配慮をお願いします。



# 重症心身障害について

重症心身障害とは、重度の肢体不自由と重度の知的障害が重複した状態をいいます。言葉で意思を伝えたり、自力で身体を動かしたりすることが難しく、多くの場面で介助が必要です。

中には、呼吸や食事のための医療器具を装着し、そのための専門的ケアが必要な人もいます。福祉と医療の複合的なサービスを利用しています。

## こんなことで困っています

- 移動**…自分で起き上がったり、歩いたりすることが難しく、車椅子を利用して移動することが多いです。車椅子の操作も自力では難しいので、移動の際は介助が必要です。
- 食事**…自力で食べることが難しいため介助が必要です。通常の食事が食べられない人は、ミキサーで細かくしたり、食べやすいようにとろみをつけたものを食べたりしています。口から食べられない人は、管を使って鼻や胃ろうから栄養や水分を送り込む人もいます。
- コミュニケーション**…言葉による意思伝達がしにくく、表情や目の動きなどで意思を伝えます。
- 排泄・入浴**…多くの動作に介助が必要ですが、介助があればトイレで排泄できる人もいます。
- 健康**…肺炎や気管支炎を起こしやすく、てんかん発作がある人も多くいます。呼吸がうまくできない人は、気管切開をして呼吸をしやすくしています。痰の排出が自力では難しい人は、痰の吸引が必要になります。



## こんな配慮があると助かります

- 介助者と一緒に外出することが多いのですが、介助の人手が必要そうな時には介助者に声をかけてみてください。
- 人工呼吸器や医療機器からアラーム音などが鳴っている場合は、すみやかに介助者に知らせてください。

# 内部障害について

内部障害とは、体の内部に障害のある状態をいいます。

外見からはわからないため、理解されにくい障害ですが、日常生活で健常者にとって当たり前なのが難しいため、誤解を受けることがあります。

## 主な内部障害

### ◆心臓機能障害

心筋梗塞や狭心症、不整脈などによって心臓の機能が低下し、<sup>どうき</sup>動悸、息切れ、疲れやすいなどの症状があります。ペースメーカー（心臓に刺激を与えて脈拍を調整する機器）を使用している人もいます。

### ◆腎臓機能障害

血液中の不要な物を取り除く「人工透析治療」を受けている人がいます。定期的に一定の時間をかけて治療を受ける必要があり、様々な負担がかかります。

### ◆肝臓機能障害

様々な原因によって肝臓の機能が低下した状態。<sup>けんたいかん</sup>倦怠感（だるさ）、むくみ、<sup>おうたん</sup>黄疸（皮膚や白目が黄色くなる）、あざができやすいなどが生じやすくなります。

### ◆呼吸器機能障害

様々な病気により、肺の機能が低下して酸素と二酸化炭素の交換がうまくいかず、酸素が不足する状態の人をいいます。携帯用酸素ボンベや人工呼吸器を使用している人もいます。

### ◆膀胱・直腸機能障害

様々な病気により、<sup>ぼうこう</sup>膀胱や直腸の機能が低下・喪失している状態で、排泄物を体外に排泄するためのストーマ（人工膀胱、人工肛門）を造設している人もいます。

### ◆小腸機能障害

小腸の切除などで消化吸収ができず、食事による栄養維持が難しいため、静脈からの輸液で栄養補給を受けている人もいます。



## ◆ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能障害

ヒト免疫不全ウイルス（HIV）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、発熱、下痢、全身倦怠感などが現れます。特定の症状が現れた時、エイズ（後天性免疫不全症候群）の発症となります。早期発見による適切な治療により、症状を軽くすることができます。

### こんなことで困っています

- 身体内部の障害のため、周りから理解されにくく、電車やバスの優先座席などで誤解されることがあります。
- 内部障害が全身に影響し、疲れやすい状態にあります。
- 人工膀胱・人工肛門を使用している人（オストメイト）は、排泄物の処理やパウチ（尿や便をためておく袋）を洗浄できる多目的トイレが必要です。

### こんな配慮があると助かります

- 体力や免疫力が低下していることから、風邪などに感染しやすくなっているため、風邪などをうつさないよう気をつけましょう。
- 心臓機能障害でペースメーカーをつけている場合、携帯電話など機器が発する電磁波の影響により、誤作動を起こす可能性があります。電車やバスなどの交通機関の優先席付近では、電源を切るなどの配慮をお願いします。
- 腎臓機能の不全により、人工透析を行うため通院している人がいます。週に3～4回、1回あたり4時間程度かかります。定期的な通院への理解と時間の配慮が必要です。
- HIVは偏見や差別が大きな問題です。感染力が弱く、性的接触以外ではほとんど感染しません。HIVを正しく理解することが大切です。また、プライバシーには充分注意しましょう。



# 知的障害について

知的障害とは、おおむね18歳未満の発達期に、知的機能の遅れなどの障害が現れ、日常生活や学校生活に支障がある状態をいいます。障害の現れ方は様々で、一人で行動できる人、支援者と行動をとともにしている人など、個人差があります。

知的障害のある人は、社会生活を送る上で様々な困難がありますが、家族や友人、地域の人などの理解や支援により、その人らしい生活を送ることが可能となります。

## こんなことで困っています

○込み入った文章や会話の理解が苦手です。

○自分の気持ちをうまく表現できないことがあります。

○突発的な出来事に対して、状況に応じた行動をすることが苦手です。

○判断したり、見通しを前もって考えることが苦手です。いつも通っている道が工事中で通行止めになっている時に、回り道をしようとする考えが浮かばずに、その場に立ちつくすというようなこともあります。

○学習に時間がかかることがあるため、できないと誤解をされることがあります。



## こんな配慮があると助かります

- 話しかける時は、相手が安心するよう、ゆっくり穏やかな口調、表情で声をかけましょう。



- 内容を理解しているかどうかを確認しながら、一人ひとりに合わせて、理解しやすい方法でゆっくりと説明しましょう。



- 言葉だけでなく、絵や写真などを合わせて提示することで、伝わりやすいことがあります。

- 漢字の読み書きが苦手な人もいますので、文書を作成する時には、ルビ（ふりがな）をふるなどの配慮をお願いします。

- 子ども扱いせずに、その人の年齢に応じた対応をしましょう。

- 支援者が一緒にいても、必ず本人の意思を確認しましょう。

# 精神障害について

精神障害は、精神疾患のために「生きづらさ」「生活のしづらさ」があり、日常生活や社会生活に制限がある状態です。おもな精神疾患には、統合失調症、気分障害（うつ病、躁うつ病）、薬物依存症、不安障害、てんかん、認知症などがあります。症状が深刻になると判断能力や行動のコントロールが著しく低下することがあります。経過や症状には個人差がありますので、それぞれに合わせた支援が必要になります。

精神疾患で病院に通院や入院をしている人たちは、国内で約419万人にのぼります（平成29年度厚生労働省）。精神疾患は、誰もがかかる可能性のある病気です。多くの場合、治療により回復しますので、他の病気と同じように治療を受けることが大切です。

## こんなことで困っています

- 外見からは、本人の苦しんでいる障害の状況が、周囲から理解されにくいです。そのために、孤立してしまったり、病気を隠したりしてしまい、誤解をされてしまうことがあります。
- ストレスに弱く、精神的に疲れやすかったり、気持ちが不安定になる傾向があります。
- 無理をすると調子が崩れることがあります。
- 集中力が低下したり、無気力になったりすることや、逆に疲れを感じにくくなる、気分が上がりすぎるなどの生活のしづらさがあります。
- 気疲れをするため、人間関係がうまくいかないことがあります。



## こんな配慮があると助かります

- 無理な励ましは、本人にしてみればかえってストレスになることがあります。本人の気持ちを大切にして、本人のペースに合わせた働きかけが必要です。
- 静かに丁寧な話を心掛けたり、あたたかく見守るようにしてください。
- 服薬の中断や過剰なストレスで病状が再発することがあるので、周囲の理解が必要です。
- 周りの人の理解や支えがあれば、地域で安心して生活することができます。地域でともに生活している皆さんが、精神疾患やその障害の状況を正しく理解していくことが大切です。



# 発達障害について

発達障害とは、脳の生まれつきの機能障害がもとになって現れる障害です。

自閉症（スペクトラム）は、主に3つの分野で特徴が幼児期から現れると言われています。主な3つの分野とは「コミュニケーション」「対人関係・社会性」「想像力」を指します。人によっては、3つの分野の特徴がすべてあてはまるわけではありません。また、知的障害を伴う場合と、伴わない場合があります。

注意欠陥多動性障害（ADHD）とは、集中力が持続せず別の事柄に注意が向いたり、じっとしてられない、衝動的に行動を起こしてしまうという症状に困難性をもつ障害です。

学習障害（LD）とは知的障害ではないものの、読み書き計算のいずれかに対してのみ困難性をもつといった障害です。

これらの障害を少しずつ持っていたり、ひとつだけ持っていたりと、人それぞれですので、症状の現れ方もさまざまです。

## こんなことで困っています

○障害への理解がまだ十分に浸透していないことから、さまざまな誤解が生じます。たとえば、障害からくる行動が「常識がない」「しつけが行き届いていない」「やる気がない」ことが原因であると勘違いを受けることはよくあります。

○周囲から正しく理解されず否定的な対応を受け続けることで、しだいに自信を失い、不登校やひきこもり、心の病気の発症へとつながっていくことがあります。



## こんな配慮があると助かります

- 「だめ」という否定的な表現よりも、どうしたらよいかを一つずつ具体的に伝えてください。



- 口頭で説明を聞くよりも、メモ、マニュアル、メールなど視覚ツールを使用したほうが理解しやすい場合があります。

- 音に対して敏感である場合があります。たとえば大声で注意を受けると混乱をきたすことがありますので、落ち着いた声の調子で指示してください。
- 突然の予定の変更など、予測していなかったことに対して臨機応変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。
- パターン化した行動やこだわりなどもよく見られる特徴です。これらの特徴をうまく活かすことができる活動（仕事）を提案してください。
- 持っている能力に着目し、それを伸ばしていく視点で、環境や指導方法に対し、工夫することをお願いします。

# 高次脳機能障害について

高次脳機能障害は、脳梗塞やくも膜下出血といった脳血管障害や、事故などによる脳外傷、心肺停止による低酸素脳症などで脳に損傷を受け、記憶障害、注意障害、失語や感情のコントロール不良といった感情障害などが引き起こされます。

外見からはわかりにくく、周囲の人が理解することが難しかったり、本人自身も自分の障害を十分に認識できないことがあります。また、一人ひとりの症状も異なります。

## こんなことで困っています

- 新しいことを覚えるのが苦手で、約束や予定を忘れて、同じことを聞くことがあります。
- いろいろなことに興味関心が向いてしまい、ミスを繰り返したり、同時に複数のことを行うことが苦手です。
- 段取り良くものごとを進めることや、優先順位をつけるのが苦手です。
- 相手の話を理解するのが難しかったり、自分が話そうとした時に思うように言葉が出てこない、文字の読み書きが難しいなどの症状が見られることがあります。
- 感情や欲求を自分でコントロールするのが難しくなります。
- やる気が起きないという人もいます。



## こんな配慮があると助かります

- 日常生活や対人関係、仕事などがうまく行かず自信を無くし、混乱や不安の中にいることを理解しましょう。これまでの生活や人生観などを尊重した関わりをもつようにしましょう。

- ゆっくり、わかりやすく、具体的に話しましょう。情報を伝えるときは、メモや絵、写真などを活用するなどしましょう。何かを頼むときは、一つずつ、具体的に示しましょう。



- 疲れやイライラする様子が見られたら、一休みして気分転換を促すようにしましょう。



- 「手順を簡単にする」、「日課をシンプルにする」、「手がかりを増やす」などの環境調整をすることが大切です。

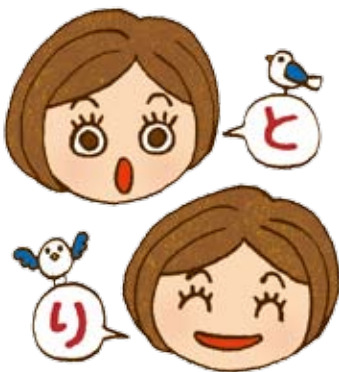
# 失語症について

「話すこと」「書くこと」「読むこと」「聞くこと」など、言葉を使う作業が上手くできなくなる障害です。

## こんなことで困っています

- 聞くこと**…音や声がわかって「ことば」や「話」の内容が理解できなかったり、早口で話されたり、長い話になると理解が難しくなります。
- 読むこと**…新聞や雑誌、メモなどを読んでも理解が難しい場合があります。声に出して読み上げることが苦手です。
- 話すこと**…言葉による意思伝達がしにくく、表情や目の動きなどで意思を伝えます。
- 書くこと**…書き間違いが多く、「てにをは」などをうまく使えなかったり、漢字よりもひらがなの方が書きにくい傾向があります。

## こんな配慮があると助かります



- 表情がわかるよう、顔を見ながら、ゆっくりと短いことばや文章で、わかりやすく話しかけましょう。
- 一度でうまく伝わらない時は、繰り返したり、別のことばに言い換えたり、漢字や絵で書く、写真・実物・ジェスチャーで示すなどをすると理解しやすいです。
- 「はい」「いいえ」で答えられるように問いかけると答えやすいです。
- 話し言葉以外の手段（カレンダー、地図、時計など身近にあるもの）を用いると、コミュニケーションの助けとなります。

# 難病について

難病とは、原因が不明で治療方法が確立しておらず、経過が慢性にわたる希少な疾病のことをいい、その種類は多岐にわたります。平成25年の障害者総合支援法施行により、障害福祉サービス等の対象となりました。令和元年7月以降は361疾病が対象となっています。

〈難病の種類〉潰瘍性大腸炎、筋ジストロフィー、筋萎縮性側索硬化症（ALS）など

## こんなことで困っています

- 外見からは障害や疾病があることがわかりづらいため、周囲から病気について理解されにくく、仕事に熱意がないなどと誤解されることがあります。
- 全身の機能の低下により疲れやすかったり、重い荷物を持つことや長時間立っていると体への負担が大きいです。
- 疾患によっては症状の出方が一日の中で変動することがあり、症状が軽い状態と重い状態になることがあります。

## こんな配慮があると助かります

- 外見からは障害があることはわかりにくいですが、交通機関での優先席の利用や障害者用駐車場を利用していることもありますので、理解をお願いします。



- 個々の疾病により、症状の特徴や注意する点が異なりますので、本人の状態を正しく理解した上での配慮をお願いします。
- 学校や会社では、本人の意見を聞いて仕事の量や時間を調整したり、通院の時間の確保をするなど柔軟な対応をお願いします。

# 障害者差別解消法

「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、障害のある人もない人も、お互いにその人らしさを認め合いながら、共に生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」の禁止とは？

以下のことが例として挙げられます。

- 障害があることを理由に施設の利用や学校への入学を断ること。
- 車椅子を利用していることを理由に飲食店への入店を断る、アパートなどの契約を断ること。
- 障害があることを理由に習い事やスポーツクラブへの入会を断ること。

## 「合理的配慮の提供」とは？

以下のことが挙げられます。

- 劇場などで障害がある人の障害特性により座席の場所を配慮する。
- 車椅子では越えられない段差がある場合に、スロープなどを使って段差を解消する。
- 言葉での意思疎通が難しい人と意思を伝え合うために絵や写真のカードやタブレット端末などを使う。

	不当な差別的取扱い	合理的配慮
国の行政機関・ 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
民間事業者など (個人事業者、NPO 法人などを含む)	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、負担が大きすぎる場合には義務は生じません。

※民間事業者による合理的配慮の提供は、努力義務となります。

# 障害者虐待防止法

「障害者虐待の防止、障害者の養護者に対する支援等に関する法律（障害者虐待防止法）」は平成24年10月に施行され、「何人も、障害者に対し、虐待をしてはならない」と定められています。

## 障害者虐待防止法における「障害者虐待」とは

- 養護者（障害者の生活の世話や金銭の管理などを行う、障害者の家族、親族、同居人）による障害者虐待
- 障害者福祉施設従事者等（障害者福祉施設や障害福祉サービス事業所の職員）による障害者虐待
- 使用者（障害者を雇って働かせている事業主など）による障害者虐待

以下のような行為が虐待に当たります。

身体的虐待	障害者の体に傷や痛みを負わせる暴行を加えること。また正当な理由なく身動きがとれない状態にすること。 例：殴る、蹴る、つねる、縛りつける、閉じ込めるなど
性的虐待	障害者に無理やり（または同意と見せかけ）わいせつなことをしたり、させたりすること。 例：性交、性器への接触、裸にする、キスをするなど
心理的虐待	障害者を侮辱したり拒絶するような言葉や態度で、精神的な苦痛を与えること。 例：怒鳴る、ののしる、悪口を言う、わざと無視するなど
放棄・放任（ネグレクト）	食事や入浴、洗濯、排泄などの世話や介助をほとんどせず、障害者の心身を衰弱させること。 例：十分な食事を与えない、不潔な住環境で生活させるなど
経済的虐待	本人の同意なしに障害者の財産や年金、賃金などを使うこと。また障害者に理由なく金銭を与えないこと。 例：日常生活に必要な金銭を与えないなど

虐待に  
気づいたら！

虐待を防ぎ、早期に発見・対応するためには、小さなサインを見逃さないことが大切です。「もしかして虐待では」と感じた人は、一人で抱え込まないで、すみやかに窓口（P28参照）にお知らせください。また、虐待を受けた本人が届け出ることもできます。

# 窓口一覧

身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付などの各種福祉制度の総合窓口及び障害者虐待防止の相談窓口となります。

## ○緑区にお住まいの方

緑 高齢・障害者相談課	①身体・知的福祉班 ☎042-775-8810	①②共通 FAX 042-775-1750
	②精神保健福祉班 ☎042-775-8811	
〒252-5177 緑区西橋本5-3-21(緑区合同庁舎3階)		
城山保健福祉課	☎042-783-8136	FAX 042-783-1720
	〒252-0105 緑区久保沢1-3-1(城山総合事務所第1別館1階)	
津久井保健福祉課	☎042-780-1412	FAX 042-784-1222
	〒252-5172 緑区中野613-2(津久井保健センター 1階)	
相模湖保健福祉課	☎042-684-3216	FAX 042-684-3618
	〒252-5162 緑区与瀬896(相模湖総合事務所2階)	
藤野保健福祉課	☎042-687-5511	FAX 042-687-5688
	〒252-5152 緑区小淵2000(藤野総合事務所2階)	

## ○中央区にお住まいの方

中央 高齢・障害者相談課	①身体・知的福祉班 ☎042-769-9266	①②共通 FAX 042-755-4888
	②精神保健福祉班 ☎042-769-9806	
〒252-5277 中央区富士見6-1-1(ウェルネスさがみはらA館1階)		

## ○南区にお住まいの方

南 高齢・障害者相談課	①身体・知的福祉班 ☎042-701-7722	①②共通 FAX 042-701-7705
	②精神保健福祉班 ☎042-701-7715	
〒252-0303 南区相模大野6-22-1(南保健福祉センター 3階)		

## 障害者福祉施設従事者等による虐待防止の相談窓口

福祉基盤課	☎042-769-9226	FAX 042-759-4395
	〒252-5277 中央区中央2-11-15(本館4階)	

こころの電話相談や、思春期・ひきこもり、アルコール・薬物問題などの専門的な相談、当事者や家族向けの心理教育などを行っています。

精神 保健福祉センター	☎042-769-9818	FAX 042-768-0260
	〒252-5277 中央区富士見6-1-1(ウェルネスさがみはらA館7階)	

発達障害のある人とその家族に対する相談支援、発達支援、就労支援を行います。

発達障害 支援センター	☎042-756-8411	FAX 042-756-3360
	〒252-0226 中央区陽光台3-19-2(陽光園内)	

**児童に関する専門的な相談などを行っています。**

児童相談所	☎042-730-3500	FAX 042-730-3900
	〒252-0206 中央区淵野辺2-7-2	

**身体障害者手帳のない難病などの方の相談などを行っています。**

疾病対策課 (医療費助成制度について)	☎042-769-8260	FAX 042-750-3066
	〒252-5277 中央区富士見6-1-1 (ウェルネスさがみはらB館4階)	
緑保健センター	☎042-775-8816	FAX 042-775-1751
	〒252-5177 緑区西橋本5-3-21 (緑区合同庁舎4階)	
緑保健センター 津久井担当	☎042-780-1414	FAX 042-784-1222
	〒252-5172 緑区中野613-2 (津久井保健センター 1階)	
中央保健センター	☎042-769-8233	FAX 042-750-3066
	〒252-5277 中央区富士見6-1-1 (ウェルネスさがみはらA館4階)	
南保健センター	☎042-701-7708	FAX 042-701-7716
	〒252-0303 南区相模大野6-22-1 (南保健福祉センター 3階)	

**各障害福祉サービスの情報提供、利用調整など障害のある方が地域で生活する上で必要となる様々な相談を行っています。**

障害者支援センター 松が丘園	☎042-758-2121	FAX 042-758-7070
	〒252-0223 中央区松が丘1-23-1	

**区内の障害者などを対象に、障害の種別にかかわらず各種ニーズに対応できる総合的かつ専門的な相談を行っています。**

緑障害者相談支援 キーステーション	☎042-703-0150	FAX 042-773-2588
	〒252-5177 緑区西橋本5-3-21 (緑区合同庁舎2階)	
南障害者相談支援 キーステーション	☎042-705-5960	FAX 042-705-5961
	〒252-0303 南区相模大野6-22-1 (南保健福祉センター 1階)	

**精神障害者の方の生活に関する相談、悩み事の相談を行っています。**

橋本障害者地域 活動支援センター ぷらすかわせみ	☎042-703-5556	FAX 042-703-5557
	〒252-0143 緑区橋本6-36-1 グラントーレ橋本2階A	
地域活動支援センター カミング	☎042-759-5117	FAX 042-759-5118
	〒252-0206 中央区淵野辺4-15-6 ヴィーナス2階	
相模原市立南障害者 地域活動支援センター	☎042-701-3917	FAX 042-701-3918
	〒252-0314 南区南台4-12-54 市営南台団地4号棟1階	

**障害者の方の毎日の暮らしの中で生じる生活に関する相談、悩み事の相談などを行っています。**

相模原市立緑第一障害者 地域活動支援センター	☎042-684-3581	FAX 042-684-5010
	〒252-0171 緑区与瀬1010-1	

知っておきたい

## 障害者に関するマーク



### 国際シンボルマーク

すべての障害者が利用できる建築物や施設であることを示す世界共通のマークです。駐車場などで見かけた場合には、障害者の利用への配慮とご協力をお願いします。



### 身体障害者標識

身体が不自由なため条件付きで運転免許が認められている方が、普通自動車を運転するときに自動車の前後に付けるマークです。



### 耳マーク

聞こえが不自由なことを表すマークです。口元を見せてはっきり話したり、筆談でやり取りするなどの配慮をお願いします。



### 聴覚障害者標識

聴覚に障害があるため、ワイドミラーの使用を条件として運転免許が認められている方が、普通自動車を運転するときに自動車の前後に付けるマークです。



### 盲人のための国際シンボルマーク

視覚障害者の安全やバリアフリーに考慮された建物、設備、機器などに付けられています。





## ほじょ犬マーク

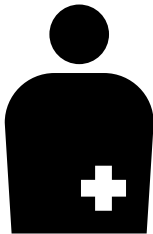
ほじょ犬は盲導犬・介助犬・聴導犬のことをいいますが、公共施設や交通機関はもちろん、デパートやスーパー、ホテルやレストランなどの民間施設でも、ほじょ犬が同伴できるようになりました。



## 「白杖SOSシグナル」普及啓発シンボルマーク

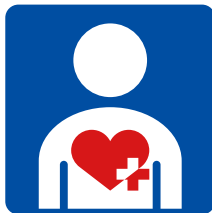
視覚に障害のある人が白杖を頭上50cm程度に掲げているのを見かけたときは、進んで声をかけて支援しようという「白杖SOSシグナル」運動の普及啓発シンボルマークです。

駅のホームや路上では、白杖SOSシグナルがなくても声をかけて、困っている様子ならサポートしてください。



## 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。このマークをトイレ付近で見かけた場合は、オストメイトに配慮されたトイレということです。



## ハート・プラスマーク

身体内部（心臓、呼吸器、腎臓、膀胱・直腸、小腸、肝臓、免疫機能）に障害がある人を表します。外見からはわかりにくい障害ですが、電車の中などでは優先席に座りたい、近辺での携帯電話使用を控えてほしいといった希望をしていることがあります。ご理解とご協力をお願いします。



## 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害者の在宅障害者就労支援並びに障害者就労支援を認めた企業、団体に対して付与する認証マークです。就労を希望している障害者が障害者雇用を促進したいと思っている企業がどこにあるのか、少しでもわかりやすくするためのマークです。



## ヘルプマーク

義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、外見からわからなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう、作成したマークです。このマークを見かけたら、席を譲る、困っている様子なら声をかけるなどといった思いやりの行動をお願いします。







## 障害を理解するためのハンドブック

平成28年10月発行  
令和3年3月一部改訂

◆ 編集・発行 ◆

### 相模原市健康福祉局地域包括ケア推進部高齢・障害者福祉課

相模原市中央区中央2丁目11番15号  
TEL (042)707-7055 FAX (042)759-4395  
Eメールアドレス k-s-fukushi@city.sagamihara.kanagawa.jp