

いろいろな障がい

知っていますか？

障がいの理解啓発

パンフレット



誰もが自立してともに暮らすまちをめざして

岐阜市

岐阜市障害者総合支援協議会



もくじ

○はじめに	P 1
○視覚障がいのある人へのサポート	P 2
○聴覚・音声言語障がいのある人へのサポート	P 3
○内部障がいのある人へのサポート	P 4
○難病のある人へのサポート	P 5
○肢体不自由のある人へのサポート	P 6
○知的障がいのある人へのサポート	P 7
○発達障がいのある人へのサポート	P 8, 9
○精神障がいのある人へのサポート	P 10
○高次脳機能障がいのある人へのサポート	P 11
○障がい者マークの紹介	

表紙の絵は、
平成28年度岐阜市障がいの理解啓発パンフレット表紙イラストコンテスト 一般の部 最優秀賞作品
作者 大橋 那奈子
(作品に込めた思い)
「人との関わりの中で大切にしていることは、”笑顔”です。
障がいの種類や特性、有無問わず、笑顔は互いの理解に繋がる共通のコミュニケーションだと思います。
そのような思いを込めて、笑顔で共に生きる社会を表現しました。」



はじめに



岐阜市には現在、身体・知的・精神障がいのある人が2万5千人以上暮らしています。また、発達障がいや難病のある人も多くいます。

障がいの原因はさまざまで、先天的なものから事故や生活習慣病など病気によるものもあり、誰にでも生じ得ます。障がいのある人が抱える問題は、決して他人事ではありません。障がいの種類や程度は様々で、障がいが重複している人もいます。外見では分からない場合もあります。また、障がいの特性は一人ひとり違います。

不自由さはあっても、周囲の理解や支援を受けながら自立して、働いたり社会活動に参加したりしている人など、自らの努力で障がいを克服して活躍している人もいます。それら多くの人たちが、地域の活動への参加や交流を望んでいます。ちょっとした日頃の挨拶や、ともにふれあう機会が、障がいのある人とない人との相互理解が深まるきっかけとなります。

障がいのあるなしにかかわらず、誰もが社会に参加して自分らしく生き生きと暮らすこと。その実現のために、同じ市民の一人として、身近にできる配慮や工夫を、障がいのある人たちと一緒に考えてみましょう。

共生社会の実現は、
そうした一歩から始まります。

ポイント「言葉で情報を伝える」

全く見えない人と、少し視力のある人、見えづらい人がいます。先天性の人もいれば中途失明した人もいます。「見えづらい」と言っても、細かなところが分からない、光がまぶしい、暗いところが見えにくい、見える範囲が狭い、特定の色が分かりにくいなど、人によって異なります。音声をたよりに情報を得ているほか、拡大文字や点字を使用している人もいます。盲導犬を使用している人もいます。

周りの人ができることは？

- 困っている人を見かけたら、積極的にこちらから声をかけましょう。「お手伝いしましょうか？」
- 同行者がいる場合であっても、本人に向かって話しかけましょう。また、説明を省かずに十分に説明しましょう。
- 動作や状態のイメージがつかみにくいため、言葉だけではなく手に触れてもらうなど、具体的に伝えるように工夫しましょう。
- 白杖は、視覚障がいのある人が歩く時に、路面や周囲の情報を得て、障害物などから安全を確保するために使用する杖です。外出先などで困ったことがあった際に、頭上50cm程度に掲げる合図を「白杖SOSシグナル」といいます。この合図を見かけたらサポートしましょう。
- 「こちら」「あれ」などの指示語や「うしろ」「右側」などの方向指示だけでは、どこなのか分かりません。「2歩前に進んでください」「3メートル右」など具体的に説明しましょう。
- 誘導する場合、いきなり手を取らず、本人の意向を確認しましょう。その際、肩、肘または手首を軽くつかんでもらい、誘導する側が半歩先に立って歩きます。階段や段差の手前では、「上りです」「一歩先に段差があります」と声をかけましょう。
- 点字ブロックの上には、歩行を妨げるような物や自転車などを置かないようにしましょう。
- 音響信号機は、交差点を渡る時の道案内と方角（カッコーは東西、ピヨは南北）を知る手段です。
- 駅やバス停で電車やバスを待っていて、いつのまにか列が動いて取り残されてしまうことがあります。また、駅のホームでは線路への転落の危険があります。危ない時には声をかけましょう。
- 盲導犬は、特別の訓練を受けた、障がいのある人のパートナーであり、ペットではありません。かわいいからとなでたり、食べ物を与えたりしないようにしましょう。

避難時、避難所でのサポート

- 災害が起きたら、周囲の状況を説明しながら、避難誘導しましょう。
- 避難先においては、連絡事項等が書かれた掲示物や配布物を見ることができません。内容を読み上げ、言葉で情報が確実に伝わるようにしましょう。
- 普段よりも移動が困難になるため、移動しやすい場所、トイレに行きやすい場所を確保するようにしましょう。



ポイント「情報提供やコミュニケーションの仕方を工夫する」

聞こえないために音声による情報が伝わらなかったり、日常生活においても自分の言いたいことが伝わらず、緊急の情報から取り残されるなど、情報とコミュニケーションの様々なバリアがあります。

周りの人ができることは？

- 聴覚障がいには、全く聞こえない人と聞こえにくい人がいます。また、音声言語障がいでは、喉頭摘出や麻痺、失語症などにより発声・発語が困難となります。まずは、コミュニケーション方法を確認しましょう。
- コミュニケーションは手話、筆談、ゆっくり話すなど人により様々ですが、どれか一つがあれば十分ということはなく、話す相手や場面によって複数の手段を組み合わせたり使い分けたりしています。その人の用いるコミュニケーション手段を理解し、尊重することが大切です。
- 手話：手や指、そして体や表情などを使って話す言葉です。「手話」でコミュニケーションするろう者にとってはとても安心できる言葉です。
- 口話、読話：相手の口の動きを読み取る方法です。口の動きが分かるよう、正面からゆっくり・はっきり話すことが大切です。
- 要約筆記：話されている内容を筆記者が要約し、文字として伝える方法です。
- 筆談：紙・ホワイトボード・パソコン・携帯電話端末の画面等に文字を表して伝える方法です。
- 補聴器をしている人に大きな声で話しかけると、補聴器の中で音が割れて余計に聞き取りにくくなります。
- 高音が聞こえにくい人や低音が聞こえにくい人がいます。子音の区別が難しい人もいます。
- 声の大きさはいつもの通りで、口を大きく開けて、ゆっくり・はっきり、単語を区切りながら話しましょう。それでも、聞き間違いが起きます。その場合、同じ言葉を大声で繰り返すのではなく、表現を変え、身振りや文字を使う等、対応方法を変えると伝わりやすくなります。
- 視界に入らないところから急に触られると非常に驚くことがあります。聞こえていないかもと感じたら、正面から声を掛けましょう。
- 役所や病院、銀行、お店などで順番を待つ間は、いつ呼ばれるか、とても不安を感じています。順番が来たら合図したり、直接呼びに行くようにしましょう。
- 電車やバスの利用時には、運行中止などの緊急放送に気づかないことがあります。電光掲示板のお知らせを指差したり、筆談等で情報を知らせましょう。



避難時、避難所でのサポート

- 災害を知らせるサイレンの音が鳴っても気づかないことがあります。緊急放送などで避難勧告が出た場合はすぐに知らせましょう。
- 避難所では本部や受付などに耳の不自由な人には申し出てもらうような案内表示を行い、聴覚障がい者がいるかどうか確認しましょう。
- 放送等が聞こえないため、食糧・飲料水の支給が届かない場合があります。放送があった場合には、身振りや筆談等で伝えるようにしましょう。

ポイント「一人ひとりの状況の把握」

内部障がいとは「内臓機能の障がい」であり、心臓、呼吸器、じん臓、ぼうこう・直腸、小腸、免疫、肝臓の7種類の機能の障がいがあります。

- 心臓機能障害：どうき、息切れ、疲れやすいなど体力低下の症状があります。心臓ペースメーカーなどを使用している人もいます。
- 呼吸器機能障害：慢性的な呼吸困難、息切れ、せき等があり、疲れやすく階段の上り下りのような日常的な活動が困難です。呼吸を改善・安定させるために、酸素ボンベを携行する人もいます。
- じん臓機能障害：むくみ、息切れ、疲れやすい等の特徴があります。人工透析のために定期通院が必要な人もいます。
- ぼうこう・直腸機能障害：排泄機能が妨げられ、排尿・排便のコントロールが必要なため、ストマ(人工肛門・人工ぼうこう)を造設している人がいます。
- 小腸機能障害：消化・吸収が困難となる障がいです。栄養の維持のため、食事のコントロールや制限が必要になります。
- 免疫機能障害：ヒト免疫不全ウイルスに感染すると抵抗力が低下し、他の感染症に注意が必要です。手すりや握手、風呂やトイレの便座などから感染することはありません。
- 肝臓機能障害：進行すると全身の倦怠(けんたい)感、黄疸(おうだん)、食欲不振などの症状が現れます。肝臓移植をする人もいます。

周りの人ができることは？

- 障がいや病気により日常生活に制限がありますが、外見からは分からないため周囲の理解が得られにくい障がいです。体力が低下して疲れやすい特徴があり、重い荷物を持つ、長時間立つなどの身体的負担を伴う日常生活に支障があるので、負担にならないよう配慮しましょう。
- 心臓機能障害で心臓ペースメーカーや除細動器を埋め込んでいる人の一般生活においては、携帯電話端末による電磁波の影響は非常に低いと言われていますが、身体同士が触れ合う程度の混雑した公共交通機関の中では、優先席付近での携帯電話端末の使用を控えましょう。
- 呼吸器機能障害のある人は、たばこの煙などが苦しい人もいます。
- ストマを造設している人(オストメイト)は、ストマ交換時にストマ周辺の皮膚を洗い、清潔に保つ必要があります。洗浄のできるオストメイト対応トイレの利用では、通常の排泄に比べ時間を要します。

避難時、避難所でのサポート

- 障がいの部位・程度によって困っていることが異なるため、声を掛けて確認しましょう。
- ストマ交換のための洗浄場所の確保や、交換後に換気ができるように配慮しましょう。
- 通院ができなくなったり、人工呼吸器や人工透析等の医療機器が使えなくなると生命にかかわることがあります。避難所の環境によっては、体調に変化をきたしやすいため注意が必要です。

ポイント「一人ひとりの症状の理解」

難病は、治療法が確立していないために、慢性的な経過をたどり、本人や家族にとって身体的・精神的・経済的な負担の多い病気です。

難病には、潰瘍性大腸炎、パーキンソン病、全身性エリテマトーデス、筋萎縮性側索硬化症（ALS）など、たいへん多くの病気が含まれ、症状もさまざまです。また、自立生活が困難な人や、外見上には変化がなく「本当に病気を持っているの？」という印象をもたれる人もいます。日や時間帯によって症状が変わる人もいます。

難病の発症する確率は低いものの、誰にでも発症する可能性があります。

周りの人ができることは？

- 常に医療・介護を必要とする人や人工呼吸器など日常的に医療機器を使用している人がいる一方で、外見からは病気であると理解されず苦勞される人もいます。目に見える見えないにかかわらず、難病の人へ理解を示し、そのうえで必要な支援（サポート）の手をさしのべましょう。
- 治療しながら、就労している人もいます。休憩や通院への配慮など、安心して働ける環境を整えましょう。

避難時、避難所でのサポート

- 必要に応じ、かかりつけの医療機関や薬の情報などを、本人や家族から確認しておきましょう。
- 緊急時には直ちに医療につながるよう、連絡先や役割など体制を整えましょう。
- 着替え、排泄などを始めとして日常生活に支障のある人もいますので、症状に応じた様々な配慮をしましょう。



ポイント「本人の気持ちを尊重する」

上肢や下肢に欠損や機能障がいのある人、姿勢の保持が困難な人などさまざまです。細かな作業や立ったり歩いたりすることが困難であったり、身体に麻痺があったり、意思と関係なく身体が動く不随意運動を伴う人などがいます。体の不自由な部分を補うために杖や義手・義足、車いすを使用する人もいます。また、病気や事故で脳の損傷を受けた人の中には、失語症や言葉の不自由さを伴う人もいます。

周りの人ができることは？

- 車いすを使用する人や歩行が不自由な人は段差や階段を乗り越えることが困難です。また、車いすに乗ると手の届く範囲が限られます。段差や階段・手動ドアやエレベーターの前で困っている人を見かけたら、声をかけましょう。
- 車いすの人の視線に合わせて話しましょう。立ったままでは、上から見下ろされる感じを受け、身体的・心理的な負担になる場合があります。
- 車いすを身体の一部のように感じている人もいます。勝手に車いすを押ししたりせず、まず本人の意向を確認して、希望されたら誘導介助をしましょう。



避難時、避難所でのサポート

- 車いすが使えない、担架が用意できない場合は、背負ったり、抱えて移動したり、毛布やシーツに乗せて移動しましょう。一人で無理に介助せず、周囲の人と協力して安全に介助しましょう。
- 杖等を使用し歩くことが可能な方には、段差や凹凸の少ないところ、濡れていないところを選んで本人のペースに合わせて誘導しましょう。
- 過度の緊張から、普段はなんでもない動作や歩行、移動が困難になる人もいます。手足が震えて思うように動かなかったり、言葉が伝わりにくくなることもあります。本人のペースに合わせた声かけや意向を確認しましょう。
- 避難所では、車いすが通れる通路を確保しましょう。段差はベニヤ板等のありあわせの資材でスロープを作り解消することもできます。
- 思うように動けない人は、情報不足になったり、食糧・飲料水の支給も遅れがちになるため、必要な情報や物資の伝達支援をしましょう。
- 避難先に洋式トイレがない場合は、近くの洋式トイレがある所までの移動をサポートしましょう。ポータブルトイレを利用する方法もあります。
- 体温調節が困難な人もいます。夏期は風通しの良い涼しい場所で過ごしてもらったり、うちわで扇ぐ方法や、冬期は首にタオルを巻いたり、ペットボトルにお湯を入れタオルで包み、即席の湯たんぽで身体を温める方法などがあります。

ポイント「本人のペースに合わせて分かりやすく」

知的機能の障がいが発達期に現れ、日常生活に支障が生じているため、何らかの特別な援助を必要とする状態にある人です。働いている人もいますし、重度の障がいのため常に同伴者との行動が必要な人もいます。

知的障がいとは

複雑な事柄の理解や判断、こみ入った文章や会話の理解が不得手であること、おつりのやりとりのような日常生活の中での計算も苦手であることなどが挙げられます。

一見して障がいが分かりにくく、少し話をしただけでは障がいがあることを感じさせない人もいます。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が多くいます。

特徴の表れ方には個人差が大きく、支援のしかたは一人ひとり異なります。

周りの人ができることは？

- 一度に複数の内容を言われると混乱する場合があります。短い文章でゆっくり、丁寧に、繰り返し、内容が理解されたことを確認しながら、話しましょう。
- 一回の言葉がけや経験だけで出来るようになることは困難な場合があります。同じことでも、繰り返し説明し、少しずつでも理解がすすむようにしましょう。
- 漢字にはふりがなを振るとともに、抽象的な言葉は避け、絵や図などを交えて具体的に表現し、相手に伝わるように話しましょう。
- 集団行動の中でパニックになる人もいますが、抑え込もうとすると逆効果です。いきなり強い調子で声をかけたりせず、「どうしましたか？」などと、穏やかな口調で声をかけるようにしましょう。



避難時、避難所でのサポート

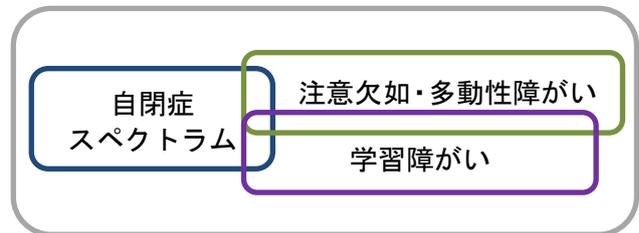
- 安心して避難生活を送るためには、「空間・時間・仲間」が不可欠です。
 - 空間…仕切りなしの避難所ではなく、知的障がいの特性に配慮して、生活単位ごとに仕切られた空間の確保が望まれます。
 - 時間…多動や徘徊の傾向がある人には、その行動に合わせた付添い・見守り・世話・介助の人との時間の共有を必要とする人もいます。
 - 仲間…安全・安心・安定の確保には、日ごろからの顔見知りや、支援者の存在が大切です。
- 災害の状況、避難所生活に関する情報を理解できるように伝えましょう。
- 発作やてんかんのある人もいますので、定期的に服薬できているか確認しましょう。

ポイント「情報は整理してシンプルに」

発達障がいは、脳機能の障がいです。脳の働き方（考え方や感じ方など）に特性がみられ、コミュニケーションや対人関係、日常生活に困難さがあります。しつけや育て方の問題ではありません。行動や態度が他人から誤解されたり、理解されにくい障がいです。

発達障がいとは

- 発達障がいは、知的障がいの有無や程度の差はあるものの、およそ10人に1人の発生とされています。自閉症スペクトラム、注意欠如・多動性障がい、学習障がいなどの種類があり、同じ診断名であっても、その特性は様々です。



自閉症スペクトラム（ASD）

対人関係に困難さがあり、自分の考えやペース等を優先させたいという思いが強い特性です。

- 知的障がいのないタイプ
普通に会話をしたり勉強ができるために障がいに気づかれにくいですが、社会生活において、状況や相手の思いに気づきにくく、「わがまま・自分勝手」と誤解されやすい面があります。
- 知的障がいのあるタイプ
人と話したり、自分の思いを伝えることや、他人の行動を真似することが苦手です。そのため、「不安」「困った」「助けて」「分かって」などと表現できず様々な行動をすることがあります。
- 苦手なこと、困ること、不快に感じる状況の例
他人に対し、一方的であったり無関心であったりと独特な関わり方になります。
想像することが苦手で、目の前に無いことを理解することが困難です。
話し声や赤ちゃんの泣き声、頭をなでるなど体を触られること、突然の声掛けなどに過敏に反応してしまうことが多いです。
極端な偏食があり、決まったものや調理の仕方などへのこだわりが強い人もいます。
- 奇異に見える行動の例
 - 手をひらひらさせたり、飛び跳ねたり、体を揺らしたり、回転するなどの『常同行動』
 - 同じ行動、場所、手順などを好み、変化を受け入れにくい『こだわり』『パターン』
 - 自分がやりたいことを通そうとして思うようにならず、大声を出したり、自分や周囲の人や物を傷つける『かんしゃく』
 - 複数の情報や他人との関係が理解できず、大声を出したり、自分でもコントロールが利かなくなる『パニック』
- 行動にはその人なりの理由があります。必要以上に注目はせず、落ち着くまで見守りましょう。
- 自傷、他害、破壊、不眠などの症状が強くなってきた場合には、医療の支援が必要です。

注意欠如・多動性障がい（AD/HD）

- 「集中できない」「考えるよりも先に動く」「じっとしてられない」などの特徴があり、小・中学生から目立ち始めますが、環境によって改善されていくこともあります。

学習障がい（LD）

- 全般的な知能発達に遅れはなくても、聞く、話す、読む、書く、計算するなどの特定の能力を学んだり、行ったりすることに著しい困難を示すさまざまな状態を言います。

周りの人ができることは？

見た目では障がいがあるように見えないため、誤解されたり、周囲の理解が得られないことがあります。わがままではなく、支援が必要であることを理解しましょう。



- あいまいな表現や、社会のルールなど暗黙の了解を理解することが苦手です。
「ちょっと待って」ではなく「椅子に座って、5分間、待って」と伝えたり、「バスの中では、小さな声で、話そう」など、短い文で、具体的に伝えましょう。
- 目に入る物事や聞こえてくる音などに敏感で、物事に集中できない（不注意・注意力散漫）、落ち着きがない（多動・多弁）、考えるよりも先に動く（衝動性）ことがあります。
周囲を区切ったり、テレビなどの音を消すなど刺激を減らし、安心できる環境を作りましょう。
- 先の見通しを立てたり、予定や環境などの変化に弱いです。
あらかじめ、いつ・何をするのかといった日課や、予定や場所の変更を具体的に伝えましょう。
- 言葉での説明だけでは十分に伝わらないことがあります。
本人の理解に合わせ、個別に、簡単な言葉で、ゆっくり、具体的に声をかけましょう。また、見ることのほうが得意な人も多いため、写真や絵、メモなどを見せながら伝えましょう。
- できないことや失敗したことを責めたり叱ったりすると、「自分はダメだ」と落ち込んだり、他人や社会のせいにして攻撃的になってしまうこともあります。
努力している点やうまく行っている点を褒めたいと、例えば、「～はダメ」など否定的な言葉ではなく、「～しましょう」と肯定的なやわらかい言葉で、具体的に方法などを伝えましょう。

避難時、避難所でのサポート

- 状況や避難先が理解できなかったり、いつもと違う状況が不安でパニックを起こすことがあります。身体を押さえたり、大声で叱ると、恐怖や不安が増し逆効果です。差し迫った危険がない場所では、落ち着くまで見守りましょう。必要に応じて、安全な場所まで一緒に付き添いましょう。
- 避難所での生活が苦痛に感じるがあったり、障がいによる行動（走り回ったり、静かにできないなど）が原因で他の人とトラブルになる事があります。
テントや仕切りを使用したり、別室を利用するなどの配慮をし、見守りましょう。
- 自分から要求を伝えたり、痛みに鈍感でケガや病気を伝えられないことがあります。
本人の様子で気になる事があれば、「頭は痛くないですか」など具体的に声をかけましょう。



ポイント「不安を和らげる」

統合失調症などのさまざまな精神疾患により、日常生活や社会生活のしづらさを抱えています。精神疾患の原因はまだ不明なものも多いですが、脳機能の障がいに関連していることが明らかになってきています。

継続した治療・服薬と周囲の配慮があれば、症状をコントロールできるため、多くの方は地域で安定した生活を過ごしています。外見からは分からず、周囲から理解されにくい障がいです。

統合失調症、気分障害（うつ病、双極性障害）、てんかん、不安障害、強迫性障害などがあります。

- 統合失調症：こころや考えがまとまりにくくなる病気で、気分や行動、人間関係などに影響が出てきます。思春期から青年期にかけて多く発症します。健康な時になかった状態が現れる陽性症状（幻覚・妄想）と健康な時にあったものが失われる陰性症状（意欲の低下、感情表現の減少）があります。状態に波があり、ストレスがかかると普段はできていることができなくなる場合があります。
- うつ病：精神的ストレスや身体的ストレスが重なるなど、さまざまな理由から脳の機能障がい起きる状態です。脳がうまく働いてくれないため、一日中気分が落ち込む、眠れない、普段なら乗り越えられるストレスも、よりつらく感じるという悪循環が起きます。

周りの人ができることは？

- 対人関係が苦手な場合が多いため、不安を感じさせないように、できるだけ穏やかに接しましょう。
- 話をする場合は、一度に多くの内容を盛り込まず、具体的に、ゆっくり繰り返し話しましょう。質問する場合はあいまいな表現をさけ、「はい」「いいえ」で答えられるような質問をしましょう。言葉だけでなく文字も利用しましょう。
- ストレスに弱く精神的に疲れやすいため、本人の調子を見ながら、無理をさせないように気をつけましょう。
- 自分が対応できる範囲を明確に伝えましょう。



避難時、避難所でのサポート

災害時の不安から動揺が激しかったり、急な環境の変化に適応できず、感情が高ぶりイライラしたり、状況に合わせた行動ができなくなる場合があります。また、周囲の言動を被害的に受け止めてしまい、孤立してしまうこともあります。

- 静かで安心できる場所であれば落ち着くことができます。
- 「大丈夫ですよ」と声をかけるなど、状況を具体的にわかりやすく、ゆっくり説明しましょう。
- 精神障がいであると分かった途端に態度を変えるのはよくありません。自然体で対応しましょう。
- 症状の安定のために服薬が必要な人も多いため、定期的に服薬できているか確認しましょう。
- 妄想や幻覚の訴えがある場合、強く否定したりせず、相づちを打つ程度にとどめ、専門家への相談を勧めましょう。

ポイント「ゆっくり、はっきり、具体的に」

事故による頭部のけがや脳卒中等の病気により、脳に損傷を受けた後遺症が原因で、脳機能に障がいが生じた状態をいいます。

「見えない障がい」「隠れた障がい」と言われるように、一見して障がいと分からない人も多く、症状の現れ方にも個人差があり、また、本人が障がいを認識していない場合もあります。

記憶障がい、注意障がい、遂行機能障がい、社会的行動障がいなどがあります。

- 記憶障がい：新しいできごとを覚えられない。
- 注意障がい：気が散りやすく一つのことが続けられない。
- 遂行機能障がい：段取りよく物事をこなせない。
- 社会的行動障がい：感情や欲求のコントロールができない。



周りの人ができることは？

- ポイントをしばって、ゆっくり、はっきり、具体的に話しましょう。大切な説明は、メモに具体的に書いて渡しましょう。絵や図、写真等を添えると理解しやすくなります。
- 覚えられないために、同じことを何度も聞いたり、自分で言ったことを忘れていることもあります。伝えることを文字にし、いつも見えるようにしましょう。
- 考えていることと話す内容が違っていても気が付かないことがあります。聞きとった内容を文字にして、本人に確認するようにしましょう。
- 手順や日課をシンプルにして習慣化する、目につきやすい所に予定表やチェックリストを貼る、大事なものやいつも使うものは同じ場所に置く等、環境を整えることが大切です。
- 心も体もちょっとしたことで疲れやすく、自分から行動を起こしにくいことがありますので、優しく声かけをしてください。
- 疲労やイライラする様子が見られたら、静かなところで一休みするなど、気分転換を促すようにしましょう。
- これまでのその人の生活や人生観を尊重し、できなくなったことを指摘したり責めたりせず、良いところを大事にしましょう。

避難時、避難所でのサポート

- 混雑している場所などで迷うことがあり、人や物にぶつかることがあるので、目的地まで誘導しましょう。
- 大事な予定や放送があるときは、声掛けや説明をしましょう。周りの状況が理解できなかつたり、我慢ができず順番を守れない人がいます。具体的に並び方を示しましょう。
- パニックになって場違いな行動をとる人がいます。混乱しているようであれば、静かな場所で落ち着くまで付き添い、その後必要な行動を具体的に示しましょう。

まちでこんなマーク見かけませんか。



耳マーク

【一般社団法人至日本聴覚者・中途失聴者団体連合会】

「聞こえ」が不自由なことを表すマークです。聴覚障がいの方は、外見からは分からないため、誤解や不利益を受けたりします。

このマークを提示された場合は、相手の方が「聞こえない」「聞こえにくい」ことを理解し、筆談するなど、コミュニケーション方法への配慮に心がけましょう。



身体障害者標識

【警察庁】

普通自動車を運転することができ、免許を受けた方で、肢体不自由であることを理由に免許に条件を付されている方が運転する車に表示（努力義務）するマークです。

危険防止のためにやむを得ない場合を除き、このマークを表示している車に対し、幅寄せや割り込みをするなど道路交通法違反となります。



聴覚障害者標識

【警察庁】

普通自動車を運転することができ、免許を受けた方で、聴覚障がいであることを理由に免許に条件を付されている方が運転する車に表示（義務）するマークです。

危険防止のためにやむを得ない場合を除き、このマークを表示している車に対し、幅寄せや割り込みをするなど道路交通法違反となります。

気がつけば、まちの中には、障がい者に関するさまざまなマークがあります。これらのマークについて正しく理解し、障がいのある方への配慮に心がけましょう。



ハート・プラスマーク

【NPO法人ハート・プラスの会】

身体内部に障がいのある方を表すマークで、着用したり、カバンや車などに表示します。内部障がいは、外見からは分かりにくいいため、さまざまな誤解を受けることがあります。

このマークを見かけた場合は、内部障がいのある方の駐車場などの利用や電車などでの優先席の利用に理解し、配慮に心がけましょう。



障害者のための国際シンボルマーク

【公益財団法人日本ハビリテーション協会】

障がいのある方が利用できる建物、施設であることを明確に表すための世界共通のシンボルマークです。車いすの方に限定したものではなく、「すべての障がいのある方」を対象としたものです。

このマークを見かけた場合は、障がいのある方の駐車場やトイレなどの利用への配慮に心がけましょう。

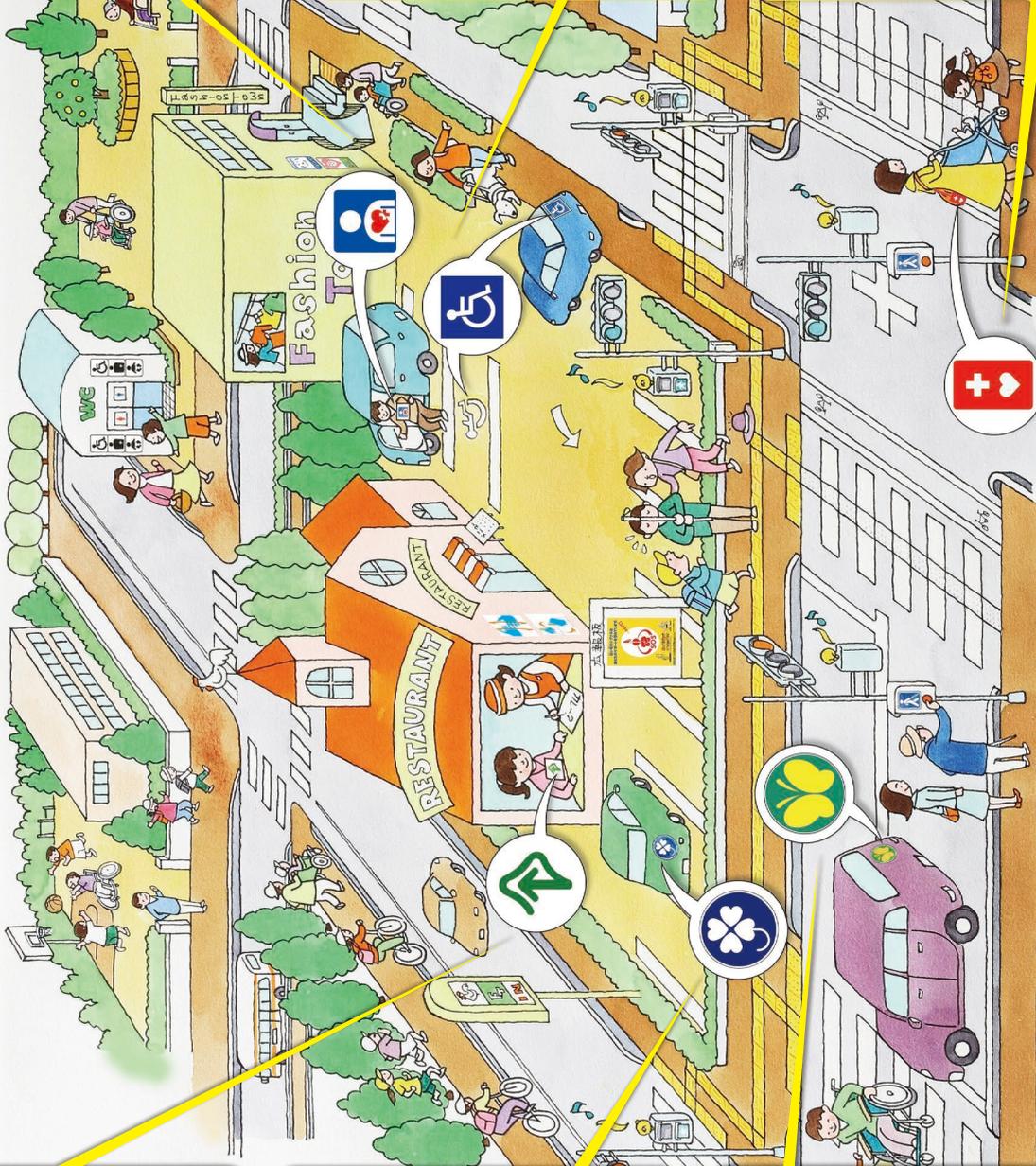


ヘルプマーク

【東京都】

義足の利用、内部障がいや難病、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としていることが、外見からわからない人が身に着け、周囲の人に伝えるマークです。

困っている時や災害時に声をかけたり、電車やバスの中で席を譲るなど、配慮に心がけましょう。



〒500-8701 岐阜市司町40番地1
 電話番号：058-214-2138・ファックス：058-265-7613
 電子メール：fj-shougai@city.gifu.gfu.jp
 HP：https://www.city.gifu.lg.jp/kenko/syougaisayafukushi

お問い合わせ
 岐阜市福祉部障がい福祉課

まちで見かけるマーク いくつかご存知ですか。



オストメイトマーク
【公益社団法人
 日本オストミー協会】

人工肛門や人工膀胱を造設している方（オストメイト）のための設備があることを表すマークです。オストメイト対応のトイレの入口や案内誘導プレートに表示されています。このマークを見かけた場合は、オストメイトへの配慮に心がけましょう。

気がつけば、まちの中には、障がい者に関するさまざまなマークがあります。これらのマークについて正しく理解し、障がいのある方への配慮に心がけましょう。



ほじょ犬マーク
【厚生労働省】

「身体障がい者ほじょ犬」（盲導犬、介助犬、聴導犬）の同伴を受け入れる義務を啓発するマークです。ほじょ犬は、ペットではなく、社会マナーを訓練され、衛生面もきちんと管理されて、体の不自由な方の体の一部となって働いています。店舗の入口などでこのマークを見かけた場合は、ほじょ犬とほじょ犬を連れてくる方への配慮に心がけましょう。



**白杖SOSシグナル
 普及啓発シンボルマーク**
【岐阜市】

視覚障がいの方が、外出先で困ったことがあった場合などに、白杖を頭上 50cm 程度に掲げて周囲の方にサポートを求め「白杖 SOS シグナル」の普及啓発を図るためのシンボルマークです。このような視覚障がいの方を見かけたら、すすんで声をかけ、困っていることを聞き、必要なサポートをしましょう。



**盲人のための
 国際シンボルマーク**
【世界盲人連合】

視覚障がいの方のための世界共通のシンボルマークです。視覚障がいの方の安全やバリアフリーに考慮した建物、設備などに表示されています。信号機や音声案内装置、国際点字郵便物、書籍などで見かけます。このマークを見かけた場合は、視覚障がいの方への配慮に心がけましょう。



手話マーク
【一般財団法人全日本ろうあ連盟】

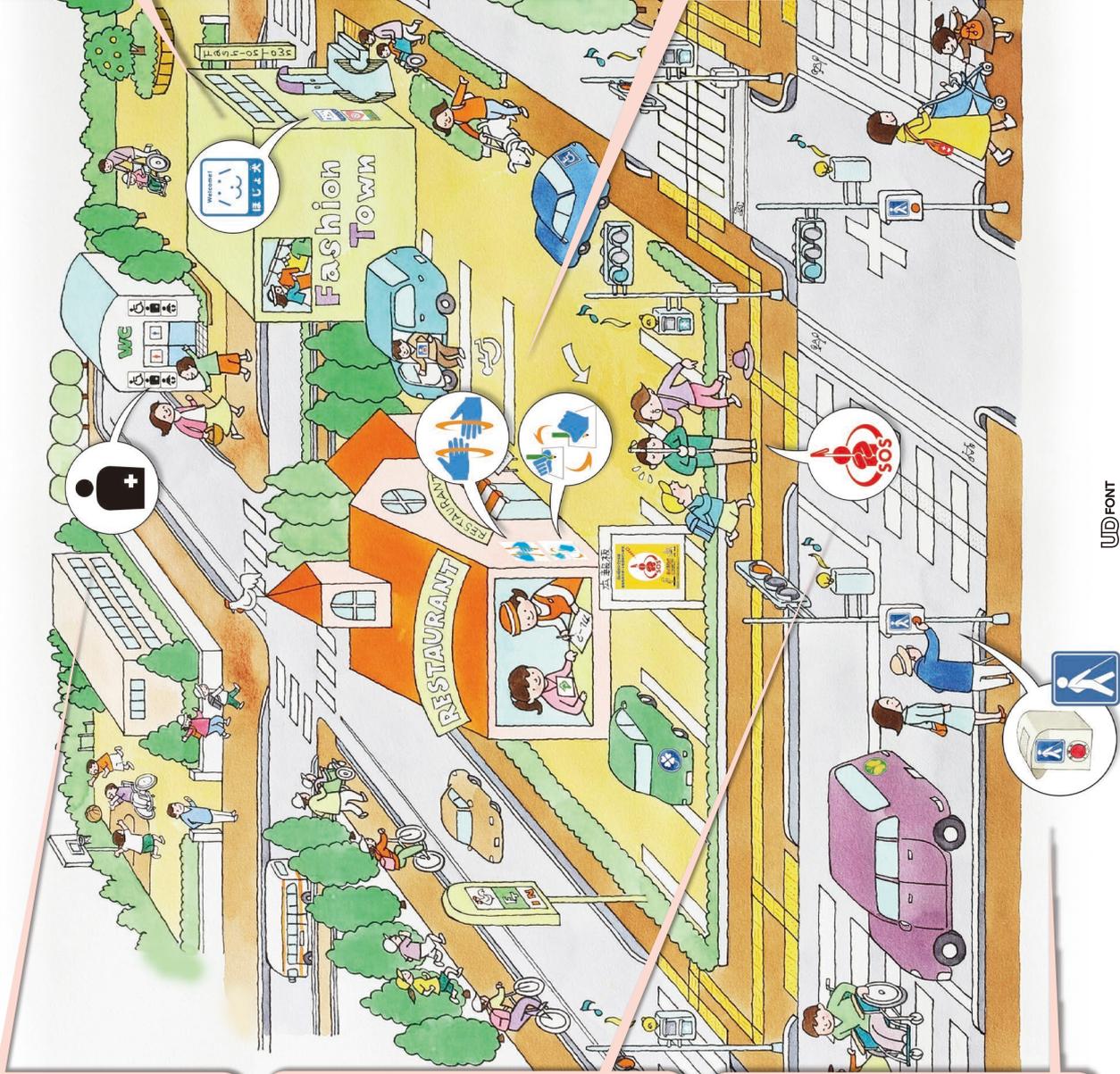
耳が聞こえない方が手話での対応を求めるときに提示したり、施設や交通機関、店舗の窓口や入り口などに掲示することで、手話で対応できることをお知らせします。

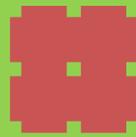


筆談マーク
【一般財団法人全日本ろうあ連盟】

耳が聞こえない方、音声言語障がいの方、知的障がいの方などが筆談での対応を求めるときに提示したり、施設や交通機関、店舗の窓口や入り口などに掲示することで、筆談による対応ができることをお知らせします。

どちらのマークも、イベント時のネームプレートや、災害時に身に付けるビブスなどに掲示されることもあります。このマークを見かけた場合は、コミュニケーション方法への配慮に心がけましょう。





監修協力 障がい関係団体

- ・岐阜市身体障害者福祉協会 TEL/FAX 058-252-6691
- ・岐阜市視覚障害者福祉協会 TEL 058-265-2946
- ・岐阜市聴覚障害者協会 FAX 058-273-0900
- ・岐阜地区知的障がい者育成会 TEL 058-253-8062
- ・岐阜県自閉症協会岐阜市ブロック TEL 058-232-5331
- ・岐阜市あけぼの会（精神障がい者家族会） TEL 058-271-8169
- ・ぎふ脳外傷友の会長良川 TEL 058-277-6113
- ・岐阜県難病団体連絡協議会岐阜支部 TEL 058-273-3310

研修会・出前講座 について

- ・岐阜市障害者生活支援センター TEL 058-254-9204
FAX 058-254-9205
- ・岐阜市社会福祉協議会 TEL 058-255-5511
FAX 058-255-5512

お問い合わせ

- ・岐阜市役所障がい福祉課 TEL 058-214-2138
岐阜市司町40番地1 FAX 058-265-7613
- ・岐阜市保健所地域保健課 TEL 058-252-7191
岐阜市都通2丁目19番地 FAX 058-252-0639

令和6年1月 第6版発行

このパンフレットのダイジェスト映像は岐阜市公式 You Tube チャンネル
(<http://www.youtube.com/user/gifucitychannel>) でご覧いただけます。

このパンフレットは岐阜市HP (<https://www.city.gifu.lg.jp/>) に掲載しています。