

みんながいっしょに

まな

はたら

く

学ぶ・働く・暮らす

あまがさき

尼崎をつくろう!

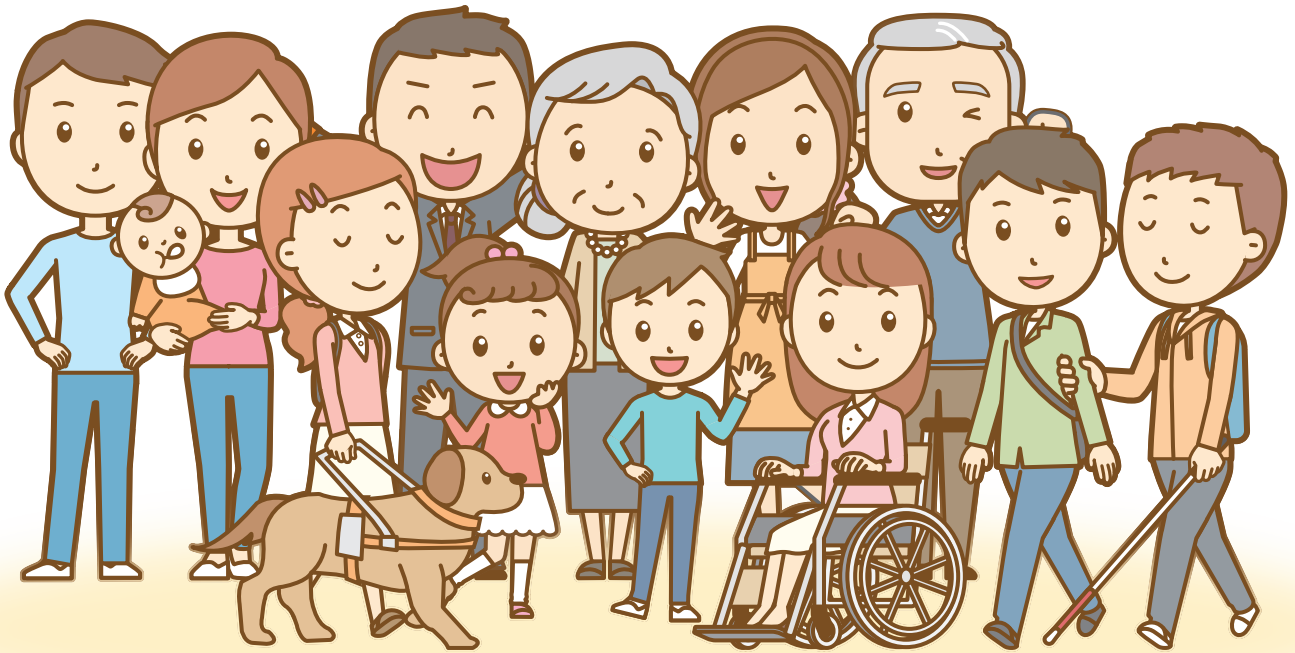
しょうがい

りかい

しょうがい

はいりょ

障害の理解と障害のあるひとへの配慮について



あまがさきし
尼崎市

～はじめに～

わたしたちの街には、さまざまな人が暮らしています。誰もが学び、働き、暮らす権利を持っています。皆さんの周囲にも障害のある人が暮らしていて、決して特別な存在ではありません。一方で、障害のある人には、日常生活や社会参加をさまたげる壁や差別があります。

このパンフレットでは、障害のある人が困っていることや配慮の例を紹介しています。

誰もがお互いの人格と個性を尊重して支え合う「共生社会」を実現するためには、障害を理由とした差別をなくすことが必要です。市民一人ひとりが障害の理解を深め、誰もが暮らしやすい豊かな社会をつくっていきましょう！

もくじ

はじめに	P.1
「障害」って何だろう?	P.2
もしも尼崎市が100人の村だったら.....	P.2
視覚障害	P.3
聴覚障害	P.4
肢体不自由	P.5
内部障害	P.6
難病	P.7
知的障害	P.8
発達障害	P.9
重症心身障害	P.10
精神障害	P.11
障害に関連するマークの一例	P.12
「障害者差別解消法」とは?	P.13
各種相談窓口	裏表紙

※尼崎市ホームページでは、本冊子のPDFデータに加えて、読み上げソフト対応のテキストデータを掲載しています。<https://www.city.amagasaki.hyogo.jp/kurashi/syogaisya/042gaiyou/1004185/1004199.html>



「障害」って何だろう？

障害は、何らかの原因で体や心のどこかがうまく働かず、日常生活や社会生活にさまざまな壁があることから、周りの人々の理解や協力が必要な状態をいいます。障害の原因となっているさまざまな壁(社会的障壁)を取り除くことが、障害のある人のよりよい生活と相互理解につながっていきます。

障害のある人は、日常生活や社会生活でさまざまな壁があります!!

- (例)・建物や駅などにある段差
 ・研修会などでの手話通訳者の未配置
 ・障害を理由とした資格制限
 ・障害のある人への偏見 など



歩行が困難なこと ≠ 障害



段差(社会的障壁)があること = 障害

もしも尼崎市が100人の村だったら…

村には、どんな障害のある人がいるのでしょうか？

- ① 身体に障害のある人……5人
- ② 精神に障害のある人……1人
- ③ 知的に障害のある人……1人
- ④ 難病患者……1人(0.8人)
- ⑤ 発達に障害のある人……1人(0.4人)



村の100人のうち、8人の障害のある人が暮らしています。

12人に1人の割合

- ・①～③は手帳所持者数
- ・④は特定疾患医療受給者証所持者数
- ・⑤は厚生労働省推計からの試算値

次のページからは、主な障害ごとに、配慮すべき例の紹介をしていきます。

視覚障害



視覚障害には、視力や視野、色覚などの障害があります。まったく見えない人から、文字の拡大や視覚補助具などを使用して保有する視力を活用できる人まで、個人差があります。文字の読み取りには点字に加え、最近ではパソコンやスマホなどの読み上げソフトを使う人が増えています。

視覚障害者が困っていること

- 慣れない場所では、位置が分からず一人で移動することが難しいです。黙ってそばを離れたり、つかまるものがない空間に置き去りにされると、不安になります。
- 外出先のトイレでは、中の様子(洋式か和式かなど)がわかりません。
- あいさつや会議などでは、名前を言ってもらわないと、誰が発言者かわからないことがあります。
- 中途障害の多くの人には、白杖を使った歩行や点字の読み取りなどの、技術の習得に困難があります。



配慮の例

- ふだんから通路(点字ブロックの上)などに通行の妨げになるものを置かない、また、日頃視覚障害者が使用しているものの位置を変えないようにしましょう。
- 説明するときは、身振り手振りや「それ」、「あれ」、「こっち」などではなく、「あなたの正面」、「○○くらいの大きさ」などと具体的に説明しましょう。



コラム

～「声かけ」のお願い～

視覚障害のある人は、「声かけ」を望んでいます。出会ったとき、まず声かけがあると安心します。いろんな場面でのあなたの「声かけ」が私たちの大きな支えになります。駅のホームから転落しそうなときや、車や自転車とぶつかりそうなときなど、事故につながりかねない危険を感じたら、迷わず呼びかけてください。「止まって!あぶない!」



聴覚障害



聴覚障害には、まったく聞こえない(=ろう)、聞こえにくい(=難聴)などの障害があり、聞こえの程度には個人差があります。障害の程度や生活の環境などによって、手話や筆談で会話する、補聴器を使用しながら相手の口元を見て言葉を理解するなど、いろいろなコミュニケーション方法を用います。

聴覚障害者が困っていること

- 外見からは、障害があることがわかりにくいので、声をかけられても気付かず、「無視された」と誤解されることがあります。
- 補聴器をしていても、雑音の中での聞き分けや、言葉の聞き取りが難しい(人によっては音の有無しかわからない)場合があります。



配慮の例

- 口の動きをはっきりさせて、ゆっくり話したり、手話や筆談、簡単な身振り・手振りや意思を伝えるなど、その人にあった伝達方法を見つけてみましょう。
- 複数の人がいる場所で話すときは、話す前に手を挙げて、一人ずつ発言しましょう。
- マスクは口形が見えないため、外すようにしましょう。
- 避難所などでは、放送の内容や情報を紙やボードに書くなど、見てわかる情報提供を工夫しましょう。
- イベントなどの連絡先には、電話番号だけでなく、FAX番号やメールアドレスを記載しましょう。



コラム

～「筆談」が苦手な人も～

過去には学校で手話が禁止されていたこともあり、聴覚障害のある人の国語力には個人差があり、文章が苦手な人もいます。最近ではスマホなどSNSを使い、やり取りには文章だけではなく、ビデオ通話機能を使って手話でコミュニケーションを取る人もいます。



肢体不自由



肢体不自由には、四肢(手足・関節)の障害、体幹障害(立ったり、座ったりといった姿勢の保持が難しいこと)、運動機能障害(脳性まひ)などがあります。障害の部位や程度により、杖や装具を使って日常生活が自立している人から、着替えや入浴など、日常のさまざまな場面で援助が必要な人まで、個人差があります。

肢体不自由者が困っていること

- 車いすの利用者など、階段や段差がある場所で、移動が困難になる人がいます。
- 杖を使って歩行が可能な人も、長距離歩行者や人ごみでの移動に困難があったり、床が滑りやすく転倒しやすいことがあります。
- 頸椎を損傷している人は、体温調節機能が損なわれていることがあります。
- 体の一部がまひしている人は、痛みを感じないので、じょくそう(床ずれ)ができることがあります。

配慮の例

- 段差をなくす、車いす移動時の幅・走行面の斜度(しゃどき)に気をつける、車いす用のトイレを設置する、ドアを引き戸や自動ドアにするなどの配慮をしましょう。
- 車いすなどを使う肢体不自由者と話すときには、立ったままだと見下すかたちになるため、座るなど視線を合わせて話しましょう。
- 満員電車の時間帯を避けた勤務時間の設定を行う、障害者用の駐車場を用意してマイカー通勤を認めるなどの通勤時の工夫をしましょう。



コラム

～障害は人それぞれ～

脳性まひなどの重度の肢体不自由者は、知的レベルについても低く思われがちです。初めて接する人が、本人が理解できていないことを前提に話を進めて、本人がづらい思いをすることが少なくありません。障害は、人それぞれなので、先入観を持たずに話をしてみましょう。



内部障害



内部障害には、心臓、呼吸器、じん臓、ぼうこう・直腸、小腸、肝臓、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫機能の障害などがあります。

いろいろな病気などによる障害であるため、日常生活で自立している人から、外見からわかりづらく周りの人に理解が得られない人まで、個人差があります。

内部障害者が困っていること

- 体力がなく、疲れやすい状態になる人がいます。
- 呼吸器の機能が弱っている人は、慢性的な呼吸困難、息切れ、せきなどの症状があります。
- 人工肛門・人工ぼうこうを使用している人は、外出先で排せつ物の処理やパウチ(尿や便をためておく袋)の洗浄ができる場所が少なく、見つけるのに時間を要することがあります。
- 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。



配慮の例

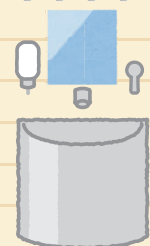
- 呼吸器機能が弱っている人は、ゆっくり話をすることや、楽な姿勢をとれるような環境に配慮しましょう。
- 多くの人が集まる場所など、人工肛門・人工ぼうこうを使用している人が利用できる多目的トイレとその案内をより多く設置しましょう。
- 外見からはわかりにくい症状(痛みやしびれ、食事の制限、疲れやすさ)などがあることを理解し、その人にあわせた配慮をしましょう。



コラム

～オストメイトとは?～

病気や事故などで、人工肛門・人工ぼうこうを造設した人のことを「オストメイト」といいます。オストメイトは、外出先で多目的トイレを利用しますが、時間が長くなりがちで、外から「どうなっているんだ。」と注意されることもあります。皆様のご理解をよろしくお願ひします。



難病



難病には、原因不明で治療方法が未確立な上、後遺症を残す恐れがある病気で、常に医療面の対応を必要とする場合や、病態が進行する場合など、個人差があります。
希少な病気で長期療養のため、身体的・精神的負担を抱えています。

難病患者が困っていること

- 定期的な通院が必要であることから、仕事を欠勤したり、学校で授業・試験を欠席したりすることが多くなってしまいます。
- 日によって体調が変動するため、一律に定められている就業時間では、業務を行うことが難しいことがあります。
- 外見からわからない症状(痛みやしびれ、食事の制限、疲れやすさ)などがある人もいますが、周囲の目が気になってしまい、休めないことがあります。



配慮の例

- 勤務先において、通院時間や休憩時間、時間外労働について、本人と相談の上、体調に配慮した勤務シフトを構築していきましょう。
- 病気によって特徴や注意することが違うため、本人の状態を理解し、その人に合わせた配慮をしましょう。



コラム

~パーキンソン病患者の日常~

毎日、朝昼晩と欠かさず服薬することで、何とか体を動かしています。
薬がよく効かないときや、薬が切れてくると、体が動かなくなります。
病気は毎年進行していき、手先が不器用になり、転びやすくなります。
乗り物では立ってられません。
見た目は健常者のように見える人もいますが、ヘルプマークをつけている人には、席を譲りましょう。

