



- ♥ わたしたちは、多様な障がいの特性を理解し、お互いが分かり合えるように努めます。
- ♥ わたしたちは、日常生活で障がいのある方が困っている場面を見かけたら、声をかけ、手助けを行います。
- ♥ わたしたちは、「あいサポート」バッジを身につけ、気軽に声をかけやすい環境をつくります。
- ♥ わたしたちは、「あいサポート」の仲間の輪を広げ、共に生きるよろこびを伝えます。



あいサポートバッジについて 【障がい者サポーター シンボルバッジ】



障がいのある方を支える「心」を2つのハートを重ねることで表現しました。
後ろの白いハートは、障がいのある方を支える様子を表すとともに、「SUPPORTER(サポーター)」の「S」を表現しています。
ベースとしている「橙色(だいたいいろ)」は、鳥取県出身で日本の障がい者福祉に尽力された糸賀一雄氏の残した言葉「この子らを世の光に」から「光」や、「温かさ」をイメージするものとしています。

また、「だいたい(代々)」にちなみ、あいサポーター(障がい者サポーター)が広がって、共生社会が実現されることへの期待も込められています。
「あいサポート」とは「愛情」の「愛」、私の「I」に共通する「あい」と、支える、応援する意味の「サポート」を組み合わせた、障がいのある方を優しく支え、自分の意思で行動することを意味しています。



あいサポートでこころ、つながる



あいサポート運動 ハンドブック



障がいを 知り、共に 生きる

ちとせし
千歳市

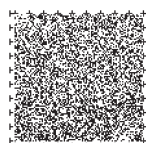


編集・発行

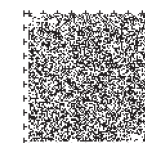
令和8年8月発行

千歳市保健福祉部障がい者支援課

〒066-8686 千歳市東雲町2丁目34番地
電話:0123(24)0327 FAX:0123(23)6700
電子メール:shogaishien@city.chitose.lg.jp



▲目の不自由な方のための
音声コード



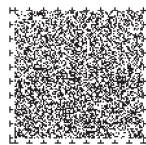
▲目の不自由な方のための
音声コード

つなげよう、やさしさのカタチ 広げよう、あいサポートの輪

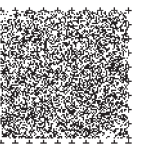
おなじ街に暮らす、たくさんの方々。
その中には、暮らしの中で誰かの助けを必要とする方も数多くいます。
例えば、体や精神に障がいのある方。
障がいのある方は、日常の何気ない場面で、
誰かのちょっとした思いやりや助けがあれば、
今よりもずっとイキイキと暮らすことができます。
一人ひとりがやさしさをカタチで表せたら、
そしてみんなのやさしさがつながれば、
きっとこの街はみんなが気持ちよく暮らせる
場所となります。
さあ、あなたもあいサポートの輪に入りませんか？

あいサポート運動って何？

さまざまな障がいの特性を理解し、障がいのある方に温かく接するとともに
障がいのある方が困っているときに「ちょっとした手助け」を行うことにより
誰もが暮らしやすい地域社会をつくっていく運動です。
平成21年11月28日に鳥取県でスタートしました。
千歳市は令和8年7月7日に鳥取県と「あいサポート運動の連携推進に関する
協定」を締結し、「あいサポート運動」を推進しています。



▲目の不自由な方のための
音声コード



▲目の不自由な方のための
音声コード

もくじ

目次

●視覚障がいについて	2
●聴覚障がいについて	4
●言語障がいについて	6
●盲ろうについて	8
●肢体不自由について	10
●内部障がいについて	12
●重症心身障がいについて	14
●知的障がいについて	16
●発達障がいについて	18
●精神障がいについて	20
●依存症について	22
●てんかんについて	24
●高次脳機能障がいについて	26
●難病について	28
●コミュニケーション支援ボードについて	30
●千歳市コミュニケーション条例について	32
●千歳市手話言語条例について	33
●障害者権利条約について	34
●障害者差別解消法について	36

「障がい」？「障害」？

障がいのある方の思いを大切に、共生社会の実現を推進するという観点から、「障がい」と表記しています。ただし、法令や機関の名称、医学用語などでは、「障がい」と表記することで意味が失われたり、誤解されたりするおそれがあるため、「障害」と表記しています。



視覚障がいのある方が
白杖を頭上50cm程度に
掲げてサポートを求め
る「白杖SOSシグナル」。

視覚障がい

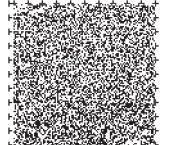
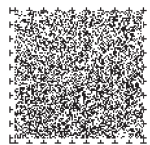
視覚に障がいがあることにより、「全く見えない状態」、「ほとんど見えない状態」、「見えにくい状態」があります。見えにくさは「まぶしくて見づらい」「暗いところが見づらい」「視野が狭い」「特定の色がわかりにくい」など、さまざまです。視覚障がいのある方の内、全体の約88%※を弱視（ロービジョン）が占めています。普段の生活では、見え方により、白杖と呼ばれる杖を使っている方や、点字を読む方、盲導犬同伴の方がいます。また、白杖を使わない方、点字が読めない方の方が多いことも理解しておきましょう。

※公益社団法人日本眼科医会が公表した数値

障がいの状態

全盲…視覚的な情報を全く得られない、またはほとんど得られない状態。

弱視（ロービジョン）…文字の拡大や視覚補助具などを使用し保有する視覚機能を活用できる状態。視力が低い状態の他に、見える範囲が狭い状態、光をまぶしく感じる状態、明るいところではよく見えるのに、夜や暗いところでは見えにくくなる状態も含まれます。



こんなサポートがうれしい！

**突然体に触れず前方から
声を掛けてください。**

進行方向に困っているように見えたり、「白杖SOSシグナル」を見かけた場合などは体に触れる前に、まず前方から「お手伝いしましょうか？」「あいサポーターの〇〇です。」など声を掛けてください。誘導の際は、介助者が前に立ち、後ろから肩や肘あたりに手を触れてもらい、ペースに合わせて歩くと安心して進むことができます。

**説明の仕方や情報発信方法を
工夫しましょう。**

「これ」「それ」などの指示語や、「赤い看板」など視覚情報を表す言葉ではなく、30cm右、時計で3時の方向など具体的な内容を説明してください。また、音声できちんと説明することと併せて点字資料を用意する、音声読み上げ機能を用いてスマートフォンやタブレット、パソコンを利用される方もおられるので、印刷物に音声コードを付ける、テキストデータを用意することなども重要です。

**自転車走行時など身近な
ところで注意が必要です。**

自転車の走行音は小さくてきこえない上に、狭い空間でも割り込んで来るなど、小回りが利く軽車両としての特性があることから、視覚障がいのある方などにとって非常に危険な存在です。自転車走行中に歩行者を見かけたら、ベルを鳴らしたり、声掛けをして歩行者に回避行動をとらせるのではなく、運転者側が一時停止、徐行することが原則です。これは、法律で定められているルールであり、違反すると罰則が適用されることがあります。また、点字ブロックの上で自転車を停めるのは絶対に止めてください。



事例

例えば、こんなことがあります。

手続きの際などに文字で書いてある申請書があっても必要事項を把握して記入欄に記載することが難しい場合があります。このようなとき、窓口の担当者に、説明書を読み上げてもらったり、代わりに申請書に代筆してもらったりすると助かります。また、セルフレジや飲食店のタッチパネルなど視覚的な情報で操作しなければならないものについては、操作を人的にサポートすることが重要です。





4



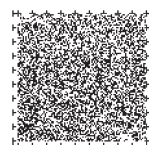
ちょうかくしょう

聴覚障がい

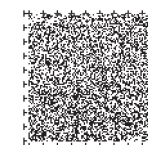
聴覚障がいは「全くきこえない」「静かなところではきこえるけど、人混みの中ではききとりづらい」など、きこえ方は人により違います。「手話言語」と「日本語（音声・文字）」を言語としている方があり、コミュニケーション方法はさまざまです。補聴器や人工内耳を使用している方、聴導犬同伴の方もいます。

障がいの状態

ろう 生まれつき又は幼いころから、きこえない状態。手話言語を使う方が多い。
 中途失聴 言葉を覚えた後で、事故や病気できこえなくなった状態。
 難聴 周囲の状況や音質などにより、人によってきこえ方が違い、小さい音がきこえにくい状態。



▲目の不自由な方のための音声コード



▲目の不自由な方のための音声コード



はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい！

外見では分かりにくい 障がいです。

外見では分かりにくい障がいのため、周囲に気づいてもらえないことがあります。特に難聴、中途失聴の場合は話せる方も多く、「挨拶をしたのに無視された。」「話せるからきこえるはず。」などと誤解されることがありますが、きこえていないため、情報が伝わっていないこともあります。気付いたら「筆談」「手話言語」などで伝えてください。

音声以外の連絡方法を 知ってください。

聴覚障がいのある方との連絡方法は、FAX・メール・電話リレーサービス（きこえる方ときこえない方を電話でつなぐサービス）などがあります。状況や連絡する内容によって、本人が希望する連絡方法を確認してください。

さまざまなコミュニケーション 方法があります。

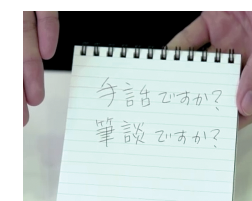
音声情報を取得するのが難しいため、お店や施設などでは、アナウンスや必要な情報に気づかず困ることがあります。手話言語や筆談のほか、音声を文字化したり、要約筆記や文字を入力することができるアプリなどを使っのての情報伝達も有効です。また、スマートフォンなどのビデオ通話機能を使った遠隔手話サービスにより、コミュニケーションをとる方もいることを知ってください。

聴覚障がいは、「全くきこえない」「補聴器などを付ければききとれる」など、内容や程度がさまざまです。コミュニケーション方法も「手話言語」「筆談」「口話」などさまざまで、組み合わせることもありますので、会話の始めに確認してください。

事例

例えば、こんなことがあります。

聴覚障がいのある方とのコミュニケーション方法は手話言語と思われるがちですが、中途失聴者や難聴者の多くは文字により情報を得ています。ききとりづらそうにしていたり、きこえていないように見えたら、筆談やアプリでコミュニケーション手段を確認してください。また、館内放送などの音声によるお知らせについても文字などで知らせてもらえると嬉しいです。筆談など、文字を書いて伝える場合は、短い言葉で簡潔に、読みやすい字で伝えてください。





げんごしょう 言語障がい

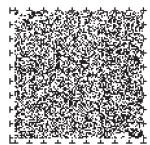
げんごしょう
言語障がいには「音声・構音機能の障がい」と「言語機能の障がい」があります。

しょうじょうたい 障がいの状態

おんせい こうおん きのう しょう
音声・構音機能の障がい……きいている言葉はわかるけど、声が出せない、話す言葉が不明瞭な状態。発声機能を喪失した方は発声が難しいですが、訓練により代用発声※を習得して会話ができるようになる方もいます。

※代用発声：食道・シャント・電気式人工喉頭

げんご きのう しょう
言語機能の障がい ………話すことや、言葉の理解・適切な表現をすることが困難な状態。言葉に関わる脳機能に障がいがあると、話すことが難しいだけでなく、きいて理解することや、文字の読み書きや計算などが難しいこともあります。



はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい！

ききとりにくい場合は
分かるまで確認してください。

おんせい こうおん きのう しょう はつおん ふ めい
音声・構音機能の障がいでは、発音が不明瞭であったり、言葉が伝わりにくいことがあります。ききとりにくい場合は、言葉のまわりとしてとらえ、その言葉をきき返し、分かるまで確認することが大切です。分かったふりをするとトラブルになる可能性があります。

コミュニケーションのとりやすい
環境づくりをしてください。

おんせい こうおん きのう しょう こえ だ
音声・構音機能の障がいでは、声が出にくいことがあります。本人が思っていることを伝えやすいようにコミュニケーションの方法を工夫してください。スマートフォンアプリなどのツールを用いたり、雑音の少ない静かな環境を作ることもコミュニケーションを円滑に進める上でとても大切です。

言葉だと難しい場合は
ツールを用いてみてください。

げんご きのう しょう はな ことば
言語機能の障がいでは、話し言葉によるコミュニケーションが円滑に進まず困ることがあります。筆談は漢字単語や絵、写真などを活用したり、コミュニケーションノート、スマートフォンアプリなどのツールを用い、内容を確認しながらコミュニケーションをとってください。

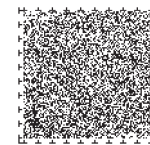
短い言葉で区切り、ゆっくりと
話すように意識してください。

げんご きのう しょう はな ことば り かい てきせつ ひょうげん
言語機能の障がいでは、言葉の理解・適切な表現が困難なことがあります。話すときは、短い言葉で区切り、ゆっくりと話すように意識してください。クローズドクエスション（はい・いいえなど少ない選択肢で答えられる質問）など有効なコミュニケーション方法のひとつです。

しれい 事例

たとえば、こんなことがあります。

げんご きのう しょう かた はな ことば り かい てきせつ ひょうげん
言語機能の障がいのある方は、話すことや、言葉の理解・適切な表現が困難なことがあり、その内容や程度はさまざまです。円滑にコミュニケーションが進んでいないと感じた場合は、例えば「ミカンとリンゴどっちが好きですか？」のようなクローズドクエスションに変更してみる、スマートフォンアプリなどのツールを使用してみる、など相手の意思を確認しやすい方法を見つけてください。





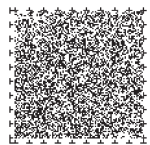
もう 盲ろう

視覚と聴覚の両方に障がいがあり、目からも耳からも情報が得られない、または得にくいことを「盲ろう」といいます。見えにくさ・きこえにくさは一人ひとり異なり、生活環境や障がいの程度、障がいの発症時期により、コミュニケーション方法が違います。

障がいの状態

「盲ろう」4つのタイプ

ぜんもう 全盲・ろう…全く見えず、全くきこえない状態	じやくし 弱視・ろう…少し見えて、全くきこえない状態
ぜんもう 全盲・難聴…全く見えず、少しきこえる状態	じやくし 弱視・難聴…少し見えて、少しきこえる状態



はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい！

コミュニケーションの支援や移動の 介助が必要な場合が多いです。

目と耳から入る情報が非常に少ないので、家の外を移動するのが困難になります。また、状況把握や、人とコミュニケーションをとるのが難しくなります。情報入手・コミュニケーションのサポートや移動の介助などの適切なサポートがあれば、自立生活や社会参加が可能です。

その方にあったコミュニケーション 方法を見つけてください。

手のひらに文字を書く「手のひら書き」や、相手の手話に触れて手話の形を読み取る「触手話」、盲ろう者の指に直接触れて点字を表す「指点字」など、その方に合った方法でコミュニケーションをとってください。

まずは、普通の大きさの声で 話し掛けてみてください。

困っている盲ろう者を見かけたら、普通の大きさの声で話し掛けてみてください。反応がなかったら、少し声を大きくしてみます。それでも反応がない場合は、きこえない方かもしれないので、手に軽くふれてみます。それからそっと手を取り、手のひらにひらがなで文字を書いてみてください。

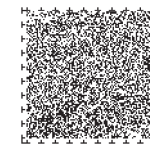
周りの状況を説明することも 大切です。

盲ろう者は、会話の内容だけでなく、周りの状況も分かりにくいです。「人がたくさん集まっていて、にぎやか」といったその場の状況を知ること大切です。会話の内容に追加して、伝えてください。

事例

例えば、こんなことがあります。

全盲・ろうの状態、一人でいるときに災害が起こったら、どうしたらよいかわかりません。周りに人がいるのかが分からないため、自分から他の人に話し掛けて、その場の状況を把握することが困難です。困っていたり、孤立しているように見えたら、安全な場所への誘導や支援者につなぐなどの配慮をお願いします。





肢体不自由

病気・事故などが原因で、手や足、胴など体の部分に障がいがあることを言います。「歩く・立つ」といった日常生活の動作や姿勢の維持に支障がある場合や、脳に損傷を受けた場合は、言葉の不自由さや記憶力の低下などを伴うこともあります。障がいの部分や状態によってかなり個人差があり、日常生活の中で車椅子を使用する方、杖を使いながら歩く方、義手・義足を使う方、動作の補助をする介助犬同伴の方もいます。また、見た目ではわからない方もいます。

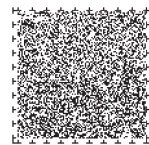
代表的な疾患と症状

脊髄損傷 …… 手足が動かないだけでなく、感覚もなくなり、体温調節が困難です。

脳性まひ …… 顔や手足などが自分の思いとは関係なく動いてしまう（不随意運動）のに加え、発語の障がいがある方もいます。

筋ジストロフィー …… 全身の筋肉がだんだんと萎縮していく難病で、萎縮が進むと全面的な介助を必要とする重度身体障がいとなります。

摂食嚥下障がい …… 食べること、飲み込むことが困難なため、食べ物にトロミをつけたり細かく刻むなどの加工が必要です。



はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい！

こま
困っていきそうなときは
積極的に声を掛けてください。

せま つうろ だんさ いどう さまた
狭い通路やちょっとした段差が移動を妨げ
ます。また、高いところや床にあるものを取
ること、カートなどを操作したり、ものを運ぶ
ことも困難です。困っている様子を見かけたら、
どの様なサポートが必要か積極的にきい
てください。

はなし と ばあい
話がきき取りにくい場合は
確認してください。

スムーズに話すことが難しかったり、顔や手
足などが自分の思いとは関係なく動いたり
してしまうため、自分の意思を伝えにくい方
もいます。きき取りにくい場合でも、分かった
ふりをせず、きちんと内容を確認してくださ
い。

こ あつか
子ども扱いを
しないでください。

びょうき じ こ のう そんしょう う こと ば はな
病気や事故で脳に損傷を受け、言葉がうまく話
せない方に、子どもに対するような接し方をせ
ず、年齢に相応な対応をすることが大切です。ま
た、下り道の歩行や細かな作業が苦手で、時間
がかかることがあります。一人でできる場合
は見守ることも必要です。

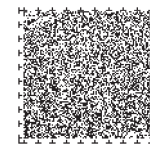
はなし
話をするときは
少しかがんでください。

くるま しよう
車いすを使用しているときに、立った姿勢で
話をされると相手を見上げなければならな
いので、疲労又は威圧感を感じることがあり
ます。会話の際は、少しかがむなどして目線の
高さをあわせましょう。

事例

たとえば、こんなことがあります。

くるま しよう
車いすを使用していると、スロープのすぐそばに荷物が置いてあったり、
店舗内の通路が狭かったり、段差があったりして移動できない、商品棚が
高くて欲しい商品を取ることができない、など不便なことがあります。
そんなとき、周りの人から積極的に一声掛けてサポートしてもらえると、う
れしいです。





ないぶしょう

内部障がい

からだ ないぶ しょう 内部に障がいのある方のことです。外見からは見えないためまわりの人に理解してもらいにくい障がいです。内部障がいには「心臓」、「肝臓」機能など、7つの機能障がいがあります。

障がいの状態

心臓機能障がい …… 動悸、息切れなどの症状があり、脈拍を正常に調整するためにペースメーカーを入れている方もいます。

腎臓機能障がい …… 体内にたまった老廃物を排せつするため、人工透析治療を受けている方は定期的に通院する必要があります。

ぼうこう・直腸障がい… 尿や便をためたり、排せつする機能が低下又は喪失した状態です。ストーマと呼ばれる人工肛門・人工膀胱を造設した方（オストメイト）は、排せつ物をためるための専用の装具をおなかに付けています。

呼吸器機能障がい ……

呼吸困難、息切れなどの症状があります。酸素ボンベを携帯して外出する方もいます。

肝臓機能障がい ……

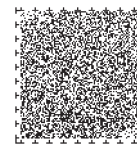
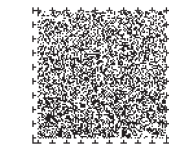
肝炎ウイルスなどにより、倦怠感、疲労感、おう吐、けいれん、肝性脳症の症状が表れます。

小腸機能障がい ……

消化吸収能力が不十分のため、食事制限があったり、まったく食べられなかったりします。

ヒト免疫不全ウイルス (HIV) による免疫機能障がい…

HIVウイルスがヒトに感染し発病すると、免疫機能が低下してさまざまな感染症にかかりやすくなります。

はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい！

「外見では分かりにくい障がい」ということを理解してください。

「障がいのない人」と思われ、電車やバスの優先座席に座ると冷たい目で見られることがあります。また、オストメイトは装具の交換に20～30分ほどの時間が必要ですが、長時間トイレを利用することで、順番を待つ人に嫌な顔や注意をされることがあります。障がいを正しく理解してください。

体力が低下していることに配慮してください。

内臓などの機能が低下している状態のため、重いものを持ちたり、長時間立ち続けることが大きな負担になることがあります。公共交通機関などで席をゆずる、継続的に通院が必要な方には職場での勤務時間を調整するなどの配慮をしてください。

風邪などをうつさないように注意してください。

体力が低下しているため、疲れやすく、風邪などに感染しやすくなっています。周りの人は、マスクを着用するなどの配慮をしてください。肺に障がいがある場合は、タバコの煙が症状を悪化させます。また、酸素ボンベの近くでの喫煙は非常に危険です。

携帯電話の使用や喫煙に当たってはルールを守ってください。

携帯電話などの電波によってペースメーカーの誤作動が起こる場合があります。禁止されている場所での、携帯電話などの電子機器の使用、喫煙により、命が危険にさらされることがあることを知ってください。

事例

例えば、こんなことがあります。

駐車場の障がい者用スペースに車をとめると、「障がいのない人はここに駐車してはいけません。」と厳しい口調で注意されることがあります。外見からは分かりにくい障がいですが、荷物を持った状態で長い距離を歩くのが難しいなどの障がいの特性を理解した上での対応をお願いします。また、人工透析治療を受けている方は通院や治療の時間を確保する必要があります。急な仕事が入ったときなどは、職場全体で時間に配慮してもらとうと助かります。





じゅうしょう しんしん しょう 重症心身障がい

じゅうど し たい ふ じ ゆう じゅうど ち てきしょう ちょうふく しょう にちじょうせいかつ じ ぶん ひと り おこ
重度の肢体不自由と重度の知的障がい重複しています。日常生活を自分一人で行うことが
こんなん い どう しよく じ にゆうよく はい ね がえ めん かいじょ ひつよう しよく じ ぐち い
困難で、移動や食事、入浴、排せつ、寝返りなどの面で介助が必要です。食事が口からとれず胃ろうから
えいよう い こきゅう たす じんこう こきゅうき しょう いりようてき ひつよう ば あい
栄養を入れる、呼吸を助けるための人工呼吸器の使用など、医療的ケアを必要とする場合もあります。こ
なか とく おお いりようてき にちじょうてき ひつよう かた ちょうじゅうしょうじ しゃ い
の中でも特に多くの医療的ケアが日常的に必要とされる方は超重症児・者と言います。

しょう しょう たい 障がいの状態

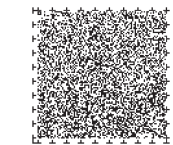
し せい じ りき お あ こんなん ね
姿勢 勢…自力では起き上がることが困難なため、ほとんど寝たままで。
しゆく しゆく ちよう き かん じ ぶん い し て あし うご
拘縮…まひなどにより、長期間、自分の意思で手足を動かすことができなく
なると、関節の可動範囲が狭くなります。

きん きん ちよう きよく どの きん にく きんちよう おも て あし うご
筋 緊張…極度に筋肉が緊張し、思うように手足を動かすことができません。

てんかん じゅうしょうしんしんしょう やく かた
てんかん…重症心身障がい児の約60～70%の方に、てんかんがあります。てんかん
は、脳の神経の一部が活発に活動しすぎるために起きる病気です。

ご ぐち と こ た もの すいぶん しよくどう おく あやま き かん
誤 えん…口から取り込んだ食べ物や水分をうまく食道に送ることができず、誤って気管に
はい けつか はいえん きかんし えん
入ってしまいやすいです。その結果、肺炎や気管支炎になりやすいです。

きゆういん き かん せつかい かた じ りき だ かた
たんの吸引…気管切開をしている方や自力でたんを出すことができない方は、
かいじょしゃ きゆういん ひつよう
介助者などがたんの吸引をする必要があります。



▲目の不自由な方のための
音声コード



はい りよ
配慮

こんなサポートがうれしい!

かいじょしゃ え がお やさ
介助者とともに、笑顔のあいさつや優しく
はな かし うれ
話しかけられることがとても嬉しいです。

ほとんど話すことができず、言葉による理解
い し でんたつ こんなん こま きざ
や意思の伝達が困難なためわかっていない
おも こと ば はな
と思われることがあります。言葉で話せなくて
かん こころ おな い しひよう じ ぐち め
も感じる心は同じです。意思表示は、口や目
うご え がお ひようじよう ひようげん
の動き、笑顔などの表情で表現できます。あ
いさつなどの声掛けから、ふれあいを大切に
いさ こん か たいせつ
優しく話しかけてください。

い どう こま
移動するとき、困っているように
み こえ か
見えたら、声を掛けてください。

移動するときは、介助者にかかえてもらったり、
い どう かいじょしゃ
車いすなどを使用します。本人の体が大きい場
くるま しよう ほんにん からだ おお
合や医療機器を持ち運ぶ必要がある場合、介
あい いりよう き き も はこ ひつよう ば あい かい
助者の負担はより大きくなります。少しの距離、
じょしゃ ふ たん おお い どう すこ きょ り
段差であっても、移動に人手が必要そうに見え
だん さ い どう ひと で ひつよう み
たら、「お手伝いすることはありますか。」と声
て つた こえ
を掛けてください。

しよく じ さい
食事の際は、ハサミやミキサーの
かし だ たす
貸出しがあると助かります。

かむ力や飲み込む力が弱く通常の食事が食
ちから の こ ちから よわ つうじよう しよく じ た
べられない場合は、細かく刻んだりトロミを
ば あい こま きざ
付けたりして食べています。店舗・施設などで
つ た てん ぼ し せつ
食事の際は、介助用の取り皿やスプーン、ハサ
しよく じ さい かいじょよう と ざら
ミやミキサーなどの貸し出しに協力してもら
えると助かります。

い どう
移動するときは、
ひろ ひつよう
広いスペースが必要です。

くるま
車いすやバギー(リクライニングできる車い
じんこう こきゅうき きゅういんそうち つ
す)、人工呼吸器やたん吸引装置も積んだスト
レッチャー(寝かせたままでも移動できる車輪付
ね い どう しゃりん つ
きのベッド)で移動するので、駐車場や施設の
ちゅうしゃじよう し せつ
通路、エレベーターなどでは広いスペースが必
つう ろ ひろ ひつ
要です。近くを通るときやエレベーターに同乗
よう ちか とお どうじよう
するときは、配慮してください。

じ れい
事例

たとえば、こんなことがあります。

しょう しょう かた なか がっこう し せつ う
障がいのある方の中には、学校や施設で「ムーブメント教育(療育)」を受け
てい かん ちようけい えんけい かる
ている方もいます。これは、パラ・バルーン(直径3mから8mの円形の軽い
ぬの つか うんどう まわ ひと
布)やスカーフなどの遊具を使って運動したり、周りの人たちとのかかわり
たの がくしゅう ほか じ どう かいじょしゃ いっしょ こうどう じ
を楽しんだりする学習です。他の児童や介助者と一緒に行動することで、自
しゅせい しゃ かいせい はやく おも しょう じ ぶん い し こう
主性、社会性などを育てています。重い障がいがあっても、自分の意思で行
どう
動し、コミュニケーションをとることができることを知ってください。



パラ・バルーンを使った学習



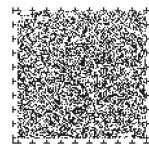
▲目の不自由な方のための
音声コード



ち て き し ょ う

知的障がい

18歳くらいまでの発達期において、生活や学習面の知的な能力が年齢相応に発達していないため、何らかの援助を必要とする状態です。例えば発語がなく、身の回りの支援が必要な重度の方や、働きながら生活を送る軽度の方など、さまざまです。主な特徴は「言葉を使う」「記憶する」「抽象的なことを考える」ことが苦手です。ひとつの行動にこだわったり、ひとりごとや同じ質問を繰り返す方もいます。



はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい！

ゆっくり簡単な言葉で話し掛けてください。

複雑な話や抽象的な話を理解しにくいので、困ってしまうことがあります。このような時は、ゆっくり分かりやすい言葉で話しかけ、何に困っているか聞いてみてください。1つの指示ごとにメモを書いて渡す、絵や写真などを使ってコミュニケーションを取る配慮も大切です。

パニック行動が起きたら落ち着ける場所に誘導してください。

状況を判断することが苦手で、予定が急に變更になったり、大声で注意されたり、予想外のことが起きたりすると、大声を出してしまうなどのパニック行動が起きることもあります。このような時は、慌てず、声をかけてから落ち着ける場所に誘導してください。そして、近くに家族や支援者がいないか確認してください。

危険なことが分からない場合があります。優しく知らせてください。

「赤信号でも渡る」「車が来ても避けない」「遮断機が下りても線路に入る」など危険が分からない、助けを求めることができない場合があります。そのようなときは、優しく声を掛けて危険であることを知らせてください。

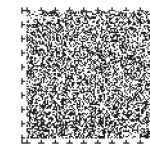
思い込みで判断せず、見守ってください。

障がいのが軽度の場合、会社で働いている方も大勢いますが、中には「通行する人を無表情で見ている」「ぴょんぴょん跳ねたりする」「一つのことにとこだわる」など、誤解されやすい行動をとる方もいます。障がいを理解し、温かい目で見守ってください。

し れ い
事 例

たとえば、こんなことがあります。

知的障がいのある方の中には、コンビニやスーパーに入ったとき、勝手に商品を並べ替えたり、開封したりする方がいます。また、「代金を払う」という考えが理解できず、お金を払わず商品を食べってしまう方もいます。これらの行為を、店員に気付かれないよう「こっそりと」するのではなく「堂々と」している方を見かけたら、知的障がいのある方かもしれませんので、ゆっくりと優しい口調で話しかけてください。そして、近くに家族や支援者がいないか確認してください。





発達障がい

発達障がいは、先天的な脳機能の障がいです。幼少期の頃は本人も周囲も障がいに気づかず、大人になり社会生活を送っていく中で「生きづらさ」を感じはじめて診断を受けるという例も少なくありません。障がいの特性による困り感人は人それぞれですが、大きく次の3つに分類されます。

※症状は単一または重複の場合もあります。

障がいの状態

自閉スペクトラム症 (ASD) コミュニケーションの困難とともに、こだわりや興味の偏りなどがあります。本人自身「他の人と違う」と悩む方もいます。

注意欠如多動症 (ADHD) 忘れ物が多いなどの「不注意」や、「衝動性」、動いてしまう「多動」を特徴とします。すぐに判断をしたり、衝動的に動いてしまい、後で落ち込んでしまう方もいます。

限局性学習症 (SLD) 知的発達に遅れがなくても、読み書き、計算など特定の能力に困難があります。科目ごとに大きな開きがあるので、「怠けている」と誤解されることもあります。



配慮

こんなサポートがうれしい！

説明は短く、具体的に。様子の変化にも配慮をしましょう。

「初めてすること」や「変化への対応」が苦手な場合があります。説明するときは短い言葉や文章、絵や写真などで、順を追って具体的に示すと、理解しやすくなり失敗を少なくすることにつながります。また、不安な様子なときは静かな場所に案内するなどの配慮をしましょう。

本人が何を苦手と思っているか理解してください。

言葉を文字通りに受け取ってしまうために、冗談や比喩、曖昧な表現の理解が苦手な方や、時間管理が苦手な方、感覚が敏感な方などがいます。本人が何を苦手と思っているか、どのように接すれば本来の力を発揮できるかを理解し、適切な配慮をすることが大切です。

事例

例えば、こんなことがあります。

発達障がいのある方は、顔の表情などから相手の気持ちを推測して行動することが難しい場合があります。また、同時にたくさんのことを指示されると、適切な優先順位を付けられない場合があります。具体的な指示、取り組む順番や開始時間などをメモで渡すなどの配慮があると助かります。



まわりの人の理解とサポートが大切です

発達障がいの特性

知的な遅れを伴うこともあります

自閉スペクトラム症(ASD)

- コミュニケーションの苦手さ
- 対人関係・社会性の問題
- パターン化した行動、興味関心のかたより
- 感覚の敏感さ、または鈍感さ
- 不器用さ

注意欠如多動症(ADHD)

- 不注意(集中できない、ぼーっとしている)
 - 多動性および衝動性
- (じっとしていられない、考えるよりも先に動く)

限局性学習症(SLD)

- 「読む」「書く」「計算する」などの能力が、全体的な知的発達に比べて極端に苦手

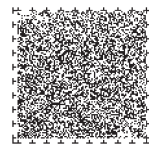
※ASD・ADHD・SLDには、明確な境界線がありません。症状のあらわれ方は、年齢や状況により変化したり、重複することがあります。

※次のように言う場合もあります。
 ◎自閉スペクトラム症⇒自閉症、アスペルガー症候群を含む広汎性発達障がい(PDD)
 ◎注意欠如多動症⇒注意欠陥多動性障がい(ADHD)
 ◎限局性学習症⇒学習障がい(LD)



精神障がい

とうごうしつちやうしょう きぶんしょう そう びよう せいしんしつかん げんかく もうそう ふ
統合失調症や気分障がい(躁うつ病)などの精神疾患では、幻覚や妄想、不
あん かん かん ふみん みと しやうじやう たい
安やイライラ感、ゆううつ感、不眠などが認められます。これらの症状に対
しては、とうやくちりやう こうかてき いっぱう びやうき しやうじやう おつ いよく
投薬治療が効果的です。一方、病気の症状が落ち着いてくると「意欲
しやうちやうりよく じ ぞくせい しやうじやう
がない」「集中力や持続性がない」などの症状がみられることがあります
けつ なま しやうじやう たい ふくし
が、決して怠けているわけではありません。これらの症状に対して、福祉
りやう おこな
サービスの利用などが行われます。



はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい!

「がんばれ」よりも
「がんばってるね」がうれしいです。

がい げん わ しやう り かい
外見からは分かりにくい障がいのため、理解
されにくく、ひとりで悩む時があります。また「が
んばれ」「早く」などの言葉に対して、時に、過
剰なストレスを感じることがあります。仕事な
どのはなし ぐ たいてき かんけつ つた えましよう。
否定的な言葉ではなく気持ちや努力を肯定す
ひいていき ことば き も どりよく こうてい
る声掛けをしてください。

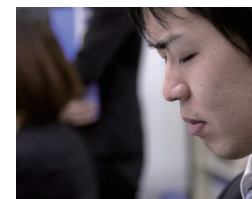
さいはつ よ ぼう ちゅうい
再発予防に注意し、
時には休養も必要です。

とうごうしつちやうしょう きぶんしょう そう びよう
統合失調症や気分障がい(躁うつ病)などの
せいしんしつかん かんきやう へん か
精神疾患では、ストレスや環境の変化などに
よって症状が再発することがあります。症状が
み けつ じ こと けつ
見られたら無理を避けて、休養するようす
めなど、き も たいちやう はいりよ たい おう こころ
気持ちや体調に配慮した対応を心
掛けてください。

じれい
事例

たとえば、こんなことがあります。

せいしんしやう かた ふ あん かん かん ふみん しやう
精神障がいのある方には、不安やイライラ感、ゆううつ感、不眠などの症
じやう み しやうじやう くすり ふくやう かんきやう かいぜん
状が見られますが、これらの症状は、薬を服用するとともに環境を改善す
ることで安定していきます。障がいのある方の気持ちや体調に対して、まわ
りの人が「目配り・気配り・心配り」することが重要です。

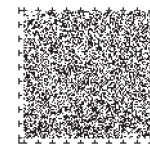


- ✓ わるぐち めいれい じぶん うわさ こえ
悪口や命令、自分のことが噂されている声がきこえる…。
- ✓ きこえないはずの声がきこえてくる…。
- ✓ じっさい じやうたい はや き づ たいせつ
実際にはないものが見えたり、感じられたりする…。
- ✓ わるぐち い おも こ
悪口を言われている…と思込む。
- ✓ ふだんじやう こうやうかん よくせい けつじよ すうじつ つづ
普段以上の高揚感や抑制の欠如が数日にわたって続く。
- ✓ ちが こうどう め だ
いつもと違う行動が目立つ…。
- ✓ つよ お こ かん すうじつ つづ
強い落ち込みやゆううつ感が、数日にわたって続く。
- ✓ なに たの きりよく わ むとんちやく
何をしても楽しくない、気力が湧かない、無頓着になる…。
- ✓ じぶん か ち き し かんが
自分には価値がない、消えたい、死にたい、など考える…。

か ぞく せんせい み ちか ひと ねが
家族・先生・身近な人へのお願い

このような状態に早く気付くことが大切です。
ほんにん じぶん ふちやう じ かく
本人が自分の不調を自覚していないこともあり
ます。早期発見には周りの人の協力が欠かせ
ません。精神科の受診や専門機関への相談に
きやうやく ひつやう
協力が必要なときもあります。

ほんにん き も たいせつ じっかん しやう たい ただ り かい ひつやう
本人の気持ちを大切にしてください。疾患や障がいに対する正しい理解が必要です。





依存症

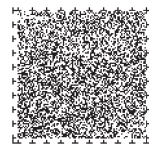
気分を変え、興奮や刺激などを得るために、物質使用や行動への依存を続けてしまい、やめられなくなっている状態です。アルコール・タバコ、薬物などの物質に依存する場合や、ギャンブル、ゲーム、インターネットなどの行動・プロセスに依存する場合、暴力や虐待などのように特定のひととの人間関係に依存し、相手を支配しようとする場合などがあります。

障がいの状態

アルコール、タバコ、覚せい剤、シンナー、大麻、市販の鎮痛剤、咳止め薬、病院で処方される睡眠薬、精神安定剤など。

ある行動をするプロセスで得られる興奮や刺激を求めて、その行動自体に執着・依存する。

ある特定のひととの人間関係に依存する。歪んだ人間関係に執着することで、人とのつながりを求めようとする。女性依存・男性依存・ドメスティックバイオレンス(DV)・ストーカーなど。



はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい!

依存症は、病気であることを理解してください。

依存症は、病気であって、意志の弱さ、道徳心の低さや家庭環境が悪いことが原因ではないと理解することが重要です。専門とする医療機関での早めの治療が効果的な場合があります。家族や周りの人も、病気や治療に関して正しい知識を学んでください。

治療や自助グループに参加する時間への配慮をお願いします。

依存症の治療は、その物質や行為などをやめ続ける以外にありません。医療機関では主に心理社会的な治療を行います。また、依存症は、回復することのできる病気ですが、本人だけの力ではなかなか困難です。自助グループなどへ参加することが重要で、そのための時間の配慮も必要です。

自分の力だけで依存を断ち切るのは困難です。

依存には、飲酒や薬物の使用、ギャンブルなどの行動を繰り返すことにより、脳の状態が変化して、自分で自分の肥大した欲求をコントロールできない「精神依存」や、実際にその物質を中断すると体に異常(離脱症状など)が生じる「身体依存」などが見られます。

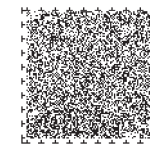
家族や周りの人も依存症について学んでください。

専門の医療機関や相談機関では、「依存症」について学び、回復につながる対応方法話を合う場所として、家族教室などを開催しているところもあります。本人だけでなく、家族や周りの人もこのような機関で学び、サポートをしてもらうことが回復の支えとなります。

事例

例えば、こんなことがあります。

依存症は病気であり、身体的な不調ばかりではなく、家庭内での孤立や貧困、失業などの社会的な問題が生じます。したがって、治療や回復をサポートする仲間が必要とされますが、個人の問題だととらえられ、治療に対する周囲の理解が得られない場合があります。治療のための通院や、療養のための休暇、精神的・身体的な苦痛などに対する周りの人の配慮が必要です。

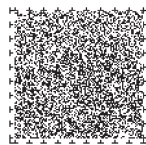




てんかん

脳神経の一部が活発に活動しすぎるために、突然けいれんが起きたり、意識を失ったりする「てんかん発作」が繰り返し起きる脳の病気です。外見からは見えないため、周りの人に理解してもらいにくい障がいです。子どもから高齢者まで、年代を問わず誰にでも起こる可能性があります。日本には100人に1人、約100万人のてんかん患者がいるとされ、身近な病気です。てんかんは現在の医療で、7・8割の方は薬や外科治療によって発作を抑制することができ、日常生活に差し支えなく生活することができています。

出典：鳥取県・公益社団法人日本てんかん協会鳥取県支部作成
『てんかんの正しい理解のために「てんかん」についてのQ&A』



はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい！

「てんかん」について 正しく理解してください。

決して珍しい病気ではありませんが、てんかんを理由にサービス利用を断られたり、就職の際や職場において不当な扱いをされた経験のある方も少なくありません。てんかんを正しく理解し、過剰に活動を制限せず、さまざまな機会を掴み取ることにないように配慮してください。

発作のときは、体を 押さえたりしないでください。

発作が起きているときは、名前を呼んだり、体を押さえたり、揺さぶったりしてはいけません。「舌をかまないように」と、口の中に指、タオルなどを入れてはいけません。メモなどで発作時の症状を記録しておき、発作の症状や起きやすい時間帯を理解しておくことも大切です。

発作が起こったら、まずは あわてず見守ってください。

発作に遭遇した場合はお湯や鋭利なものなど、体に触れると危険なものは遠ざけて、無理に体を動かさず、発作が終わるまで静かに見守りましょう。意識が回復しないのに次の発作が連続して起きる、発作が5分以上続く、といったときには、救急車を呼んでください。

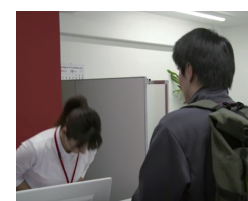
疲れすぎたり、寝不足が続くと 発作が起きやすくなります。

薬は絶対に飲み忘れてはいけません。テレビゲームなどの強い光、寝不足、疲れ、発熱、飲酒、ストレスなどで発作が誘発されることがあります。健康を保つために、より良い生活習慣を身につけることが大切とされています。周りの人は配慮をお願いします。

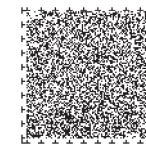
事例

例えば、こんなことがあります。

現在の治療で、7・8割の方のてんかん発作が抑制されています。子どものとき「てんかん発作」をよく起こしていた方も、大人になって治療と薬でほぼ発作はおさまり、差し支えなく生活している方も少なくありません。それでも、エステやスポーツクラブの利用などを断られるケースがあります。正しく理解をしてください。



スポーツクラブへの入会を断られるケースもあります





26

高次脳機能障がい

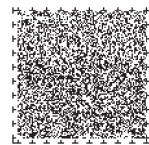
交通事故などによる頭部外傷や、脳出血・脳梗塞などの脳血管疾患、低酸素脳症などの病気が原因で脳が損傷し思考・記憶・注意・行為・言語などの脳機能の一部に障がい起きた状態をいいます。脳の受傷部位や受傷の程度により、症状のあらわれ方や程度が異なります。

障がいの状態

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……
さっき言ったことを忘れていて、何度も同じ間違いを繰り返すなどの症状	注意散漫で他の刺激に気を取られやすく、集中力が続かないなどの症状	計画を立てて物事を実行することができないなどの症状	感情のコントロールが難しく急に怒りだすなどの症状

失語症……………	失行症……………	失認症……………
ことが出にくい、相手の話が理解できないなどの症状	麻痺などの運動障がいはないが日常的な動作がうまくできないなどの症状	見えている、きこえているのに認識できないなどの症状

▲目の不自由な方のための音声コード



こんなサポートがうれしい!

障がいがあることを理解してください。

外見からは分かりにくいので、周囲の理解が得られなかったり、本人自身も障がいを十分に認識できなかったりすることがあります。日常生活や仕事、対人関係などの面で、病気やけがの前と同じことができず、自信をなくし不安になりやすいことを知ってください。

1日の予定などが紙に書いてあると行動しやすくなる場合があります。

記憶力などが不十分なことに配慮してください。作業のチェックリストや機械の使用方法、1日のスケジュールなどが紙に書いてあると行動しやすくなります。また、周りの人から別々のアドバイスをされると混乱するので、情報共有をした上でのサポートをお願いします。

感情のコントロールが難しいときは気分転換をさせてください。

行動や感情を適切にコントロールすることができなくなる場合があります。イライラして怒りっぽくなっていたり、落ち着きがなくなったり、疲れているように見える場合は、休憩して気分転換するよう促してください。

コミュニケーションのサポートをしてください。

話をきいていても、内容が理解できず集団の中で取り残されたり、ほかの人に伝達することができず誤解が生じたりする場合があります。話の輪に入れるよう配慮したり、間に入って理解を助けたりしてもらとうれしいです。

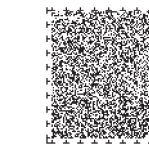
事例

例えば、こんなことがあります。

病気やけがの後遺症で高次脳機能障がいになった方が、高次脳機能障がいの発症前の職場に復帰した際、記憶障がいや注意障がいなどのため、「以前と同じようなペースで仕事をするのが難しい…」と悩んでしまう場合があります。周囲の理解が得られないと状況が悪化することもあります。本人の状態に合わせて仕事の内容や量を調整したり、一緒に作業したりするなどの配慮をしてください。



周囲のサポートを得て働いています



▲目の不自由な方のための音声コード



難病

発病の原因が明らかでないために、治療方法が確立していない病気で、長期の療養を必要とする病気です。なかでも、患者数が日本で一定数に達しない、客観的な診断基準が確立している疾病は「指定難病」と呼ばれています。難病には、次のようなものがあります。

代表的な疾患と症状

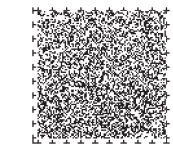
パーキンソン病………脳の神経細胞が減少することで、手足の震え、筋肉のこわばり、姿勢保持障がいなど、さまざまな機能障がいが見れる病気。

筋萎縮性側索硬化症（ALS）………全身の筋萎縮や筋力低下を生じ、全身が動きにくくなる病気。進行すると徐々に寝たきりになり、呼吸や飲み込みも困難になる。

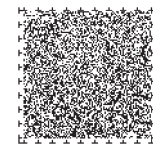
関節リウマチ………免疫の異常により関節に炎症が起こり、関節の痛みや腫れが生じる病気。進行すると関節の変形が起こり、日々の生活に支障をきたす。

膠原病………膠原病は一つの病気ではなく、全身性炎症性の免疫異常による疾患の総称。発熱・発疹・筋肉痛・関節痛などの症状がある。

網膜色素変性症………網膜に異常をきたす、進行性・遺伝性の病気。暗いところで見えにくい、まぶしく感じる、視野が狭くなるなどの症状がある。



▲目の不自由な方のための音声コード



▲目の不自由な方のための音声コード



はいりよ
配慮

こんなサポートがうれしい！

ただ
正しく
理解してください。

難病は、いつ誰に発症するかわからない病気であり、さまざまな種類があり、症状や程度、注意すべき点も異なります。しかし、多くの難病は、薬や通院などで安定した状態を保つことができます。また療養している方も、仕事・生活と治療の両立を希望していますので、正しく理解してサポートしてください。

症状の変化が大きく、
誤解されやすい方もいます。

病気によっては、治療により症状が抑えられる場合もありますが、効果に差があるため、症状が変化する場合もあります。昨日までできたことができなくなったりするため、周囲との関係に苦しんでおられる方もいることを知ってください。

こんなことに
困っています。

難病への先入観、偏見や差別に悩んでいます。外見からは分からない症状もあるため、一人で苦しんでいる方もいます。「難病」＝「働けない」という誤解をされやすいため、病気のことを職場に隠していることに繋がっています。

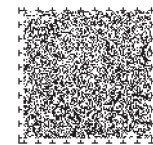
気軽にコミュニケーションが取れる
信頼関係を望んでいます。

難病にはさまざまな種類があり、同じ病気でも症状は人や日によって異なるため、求められる配慮もさまざまです。そのため、日々の生活の中で相談ができる信頼関係を求めています。また、街でヘルプマークを持っている方が困っていたら、声をかけてもらえると嬉しいです。

事例

たとえば、こんなことがあります。

難病にはさまざまな種類があり、症状は人によって異なります。また、症状のあらわれ方の差が大きいため、不安を抱えられている方もいます。難病にかかっている方の中には、専門医による早期の診断や治療により症状の進行を遅らせることができる方もいます。また、医学の進歩により安定した状態を保つこと（寛解）ができる方もいます。しかし、これらの治療のために定期的に通院が必要であり、無理をすることで症状を悪化させることもあるので、周囲の配慮を必要としています。



▲目の不自由な方のための音声コード

コミュニケーション支援ボードについて

コミュニケーション支援ボードとは

障がいのある方の中には、話し言葉でうまく意思や状況を伝えられなくても、イラストや写真などを指さすことでコミュニケーションをとれる方がいます。コミュニケーション支援ボードは、イラストを指さすことで、お互いの意思を伝え合えるよう工夫されたものです。



こんなとき、「コミュニケーション支援ボード」の出番です。

- 相手の伝えたいことが分からない。
- 何かを伝えたいことは分かるが言葉をきき取れない、話の意味が分からない。
- 自分の話が伝わらない。
- 障がいのある方がそわそわしている、ぶつぶつ言っている、困っている、言葉の意味が通じない。

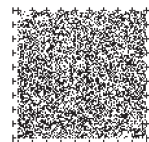
「コミュニケーション支援ボード」を利用しましょう。

- 「コミュニケーション支援ボード」を見せて、イラストを指さしてもらいます。
- 相手が指さした内容に答えましょう。

相手がイラストを指させない場合は。

- 「なに?」と問い掛けて、指さしの見本を示しましょう。
- 「トイレ?」「いたい?」のように、推測されることを指さしてきいてみます。
- うまく伝わらない場合は、一つずつ指さしてきいてみましょう。

【コミュニケーション支援ボード】P 3 1 ▶



コミュニケーション支援ボード

Communication support board

What is your _____?

あなたの？

名前

Name

住所

Address

電話

Telephone number

名 前 _____

住 所 〒 _____

電 話 _____

ほしい

I want it

やめて

Please stop

暑い

I feel hot

たべたい

I am hungry

のみたい

I am thirsty

寒い

I feel cold

はい

Yes

わかりません

I don't understand

いいえ

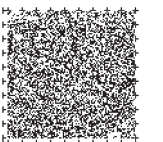
No

書いてください

Please write it down

トイレに行きたい

I want to go to the restroom



多様なコミュニケーション手段を理解しよう！

千歳市コミュニケーション条例



千歳市コミュニケーション並びに情報の取得及び利用のための

多様な手段の利用促進に関する条例

障がいのある人や高齢者が必要とする多様なコミュニケーション手段の利用を促進し、すべての市民が相互に人格と個性を尊重しながら、安心して共に生きることができる地域社会の実現を目指し、「千歳市コミュニケーション条例」を制定しました（令和7年3月10日施行）。

条例の基本理念

多様なコミュニケーション手段の利用促進にあたっては、次のことを基本とします。

- 障がいのある人や高齢者が、どのようなコミュニケーション手段を使うか、自分で選ぶ権利を尊重すること。
- すべての市民が相互に人格と個性を尊重し合うこと。

市、市民、事業者の責務や役割

市の責務

- 多様なコミュニケーション手段の利用を促進するための施策を推進する。

市民の役割（努力義務）

- 基本理念に対する理解を深める。
- 市の施策に協力する。

事業者の役割（努力義務）

- 基本理念に対する理解を深める。
- 事業活動において、障がいのある人や高齢者が多様なコミュニケーション手段を利用できるようにする。
- 市の施策に協力する。



手話という「言語」を理解しよう！

千歳市手話言語条例



「手話が言語である」という認識のもと、手話に対する理解を広げ、手話を使用しやすい環境づくりのための施策を推進し、市民がお互いに支え合い、安心して共に生きることができる地域社会の実現を目指し、「千歳市手話言語条例」を制定しました（平成30年3月8日施行）。

条例の基本理念

手話に対する理解促進と手話の普及にあたっては、次のことを基本とします。

- 手話が言語であることを認識すること。
- ろう者とろう者以外の全ての人々が意思疎通を円滑に行えるよう、お互いを尊重し合うこと。

市、市民、事業者の責務や役割

市の責務

- 手話に対する理解を広げるための施策・手話を使用しやすい環境づくりのための施策を推進する。

市民の役割（努力義務）

- 手話に対する理解を深める。
- 市の施策に協力する。



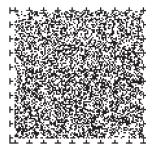
事業者の役割（努力義務）

- 手話に対する理解を深める。
- ろう者が利用しやすいサービスを提供する。
- ろう者が働きやすい環境づくりのため、手話による意思疎通に配慮する。

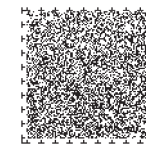
手話通訳者・要約筆記者を派遣します

聞こえない方、聞こえにくい方のコミュニケーションを支援します（ご利用は無料です）。

千歳市社会福祉協議会地域福祉課
電話：0123-27-2526（直通）
ファックス：0123-27-2528



目の不自由な方のための音声コード



目の不自由な方のための音声コード

しょうがいしゃけんりじょうやく 障害者権利条約



しょうがいしゃけんりじょうやくは、すべての障がいのある方の人権及び基本的自由を認め、社会の一員として尊厳をもって生活することを目的としています。

この条約では、障がいの捉え方として、「医学モデル」ではなく「**社会モデル**」の考え方が反映されています（平成18年 国連総会で採択／日本は平成26年批准）。

Check! しょうがい 障がいの捉え方

しょうがい 医学モデル

「障がい」を個人の心身機能や病気、
外傷などに起因する
「**個人の問題**」
と捉える考え方

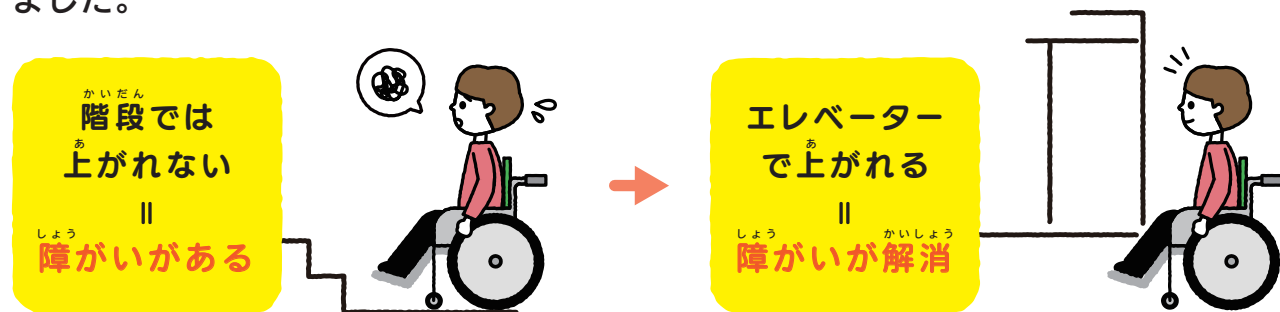
しょうがいしゃけんりじょうやくはこちらを反映

しょうがい 社会モデル

障がいのある方にとって、
日常生活又は社会生活を営む上で
障壁（社会的障壁）となる
ものを「障がい」と捉える考え方

条約では、障がいは、変わりうるものであり、障がいがある方と、環境による障壁・まわりの人たちの態度との間の「**相互作用**」に起因するものとされています。

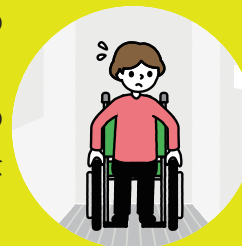
条約の内容を受け、国内での法整備にあたっては、「社会モデル」の考え方が反映されました。



Check! しゃかい てきしょうへき 社会的障壁（バリア）の例

じぶつ 事物の障壁（バリア）

くるまい す りようしゃ
車椅子利用者にとっての
だんさ しかくしょう 段差や視覚障がい者に
てんじ 点字ブロックの
な ほどう 無い歩道などの物理的な
しょうへき 障壁（バリア）



せいど 制度の障壁（バリア）

しょうがい りゆう 障がいを理由として利用
ことわ を断ったり、せいげん 制限したり
せいどめん するなどの制度面での
しょうへき 障壁（バリア）



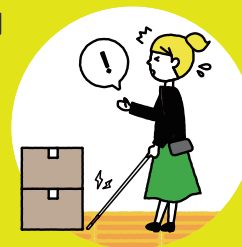
かんこう 慣行の障壁（バリア）

しょうがい 障がいのある方の存在を
いしき 意識していないために、
しゅわ つうやく 手話通訳や字幕、点字な
じょうほう どの情報保障が不十分
ぶんか 文化に親しめなかつ
てい たり、情報面で制約された
しょうへき りするなどの障壁（バリア）



かんねん 観念の障壁（バリア）

しょうがい 障がいのある方は大変
かわいそう 「可哀想」などの偏見や
むりかい 無理理解、無関心といった
いしきじょう 意識上の障壁（バリア）

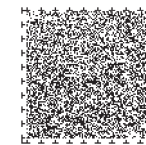
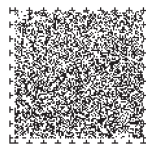


※これらの他、障がいのある方の日常生活、社会生活上の障壁となるものは全て社会的障壁として含まれます。

しゃかい てきしょうへき 社会的障壁（バリア）を解消するために



社会的障壁を解消するためには社会全体が変わっていくことが求められます。
時代・環境の変化に応じて、適切なサポート・配慮を一人ひとりが考え実践していくことが大切です。



しょうがいのある方もない方も、チャンス・待遇は平等です。
しょうがいしゃさべつかいしょうほう

障害者差別解消法

しょうりゆうさべつかいしょうすいしんかんほうりつ
障がい理由とする差別の解消の推進に関する法律

この法律は、誰もが障がいの有無によって分け隔てられることなく、
お互いに人格と個性を尊重し合いながら暮らすことができる
社会の実現を目的としています（平成28年4月1日施行）。



注意! しょうがいのある従業員、職員に対する事業主の義務については、
障害者雇用促進法が適用されます。

この法律で禁止している「障がいを理由とする差別」とは？

① 不当な差別的取扱い

障がいを理由として、正当な理由なく、サービスの提供を拒否・制限したり、条件を付けたりしてはいけません。

【例】

- お店に入ろうとしたら車いすを利用していることが理由で、断られた。
 - アパートの契約をするとき、「私には障がいがあります」と伝え、と、障がいがあることを理由にアパートを貸してくれなかった。
 - スポーツクラブや習い事の教室などで、障がいがあることを理由に、入会を断られた。
- ※正当な理由があり、その対応がやむを得ないときは、不当な差別になりません。



② 合理的配慮の不提供

障がいのある方から何らかの配慮を求められた場合には、負担が重すぎない範囲で、社会的障壁を取り除くために必要な合理的配慮を行うことが求められます。

【例】

災害時の避難所で、聴覚障がいのある方がいると管理者に伝えたのに、必要な情報が音声でしか伝えられなかった。

申込手続きを行う際に、視覚障がいがあるため必要事項を把握して、自筆で記入することが難しい。

例えば... ホワイトボードなどに連絡事項を書くようにする。

例えば... 店員が内容を読み上げる、記入欄に代筆をする。

「障がいを理由とする差別」を解消するための措置

ふとうさべつてきとりあつかい 不当な差別的取扱い	しょうしやしやこうりてきはいりよ 障がい者への合理的配慮
くにぎょうせいきかん 国の行政機関・ ちほうこうきょうだんたい 地方公共団体など	ほうてきぎむ 法的義務 こうりてきはいりよおこな 合理的配慮を行わなければなりません。
みんかんじぎょうしや 民間事業者（※1）	ほうてきぎむ 法的義務（※2） こうりてきはいりよおこな 合理的配慮を行わなければなりません。
ふとうさべつてきとりあつかいきんし 不当な差別的取扱いが禁止されます。	

※1 個人事業者やNPOなどの非営利事業者も含みます。

※2 法改正により、令和6年4月1日から民間事業者における合理的配慮の提供が義務化されました。

合理的配慮の提供とは ～建設的な対話が重要です～

障がいのある方とない方の平等な機会を確保するために、障がいの状態や性別、年齢などを考慮した変更や調整を行ったり、サービスを提供したりすることを「合理的配慮」といい、人によって、状況によって、必要な配慮はさまざまです。お金がかかりすぎる場合など、その負担が過重な場合は対応できないことがあります。
建設的な対話を通して、一緒に代替案を考えていくことが重要です。

合理的配慮について詳しくはこちら▶

<https://shougaisha-sabetukaishou.go.jp/>



どのような配慮が合理的配慮に当たるかは個別のケースで異なります。内閣府が公開している「障害者の差別解消に向けた理解促進ポータルサイト」では、障害者差別解消法の概要や、障がいの特性ごとの「合理的配慮の提供」に関する事例などが紹介されています。

