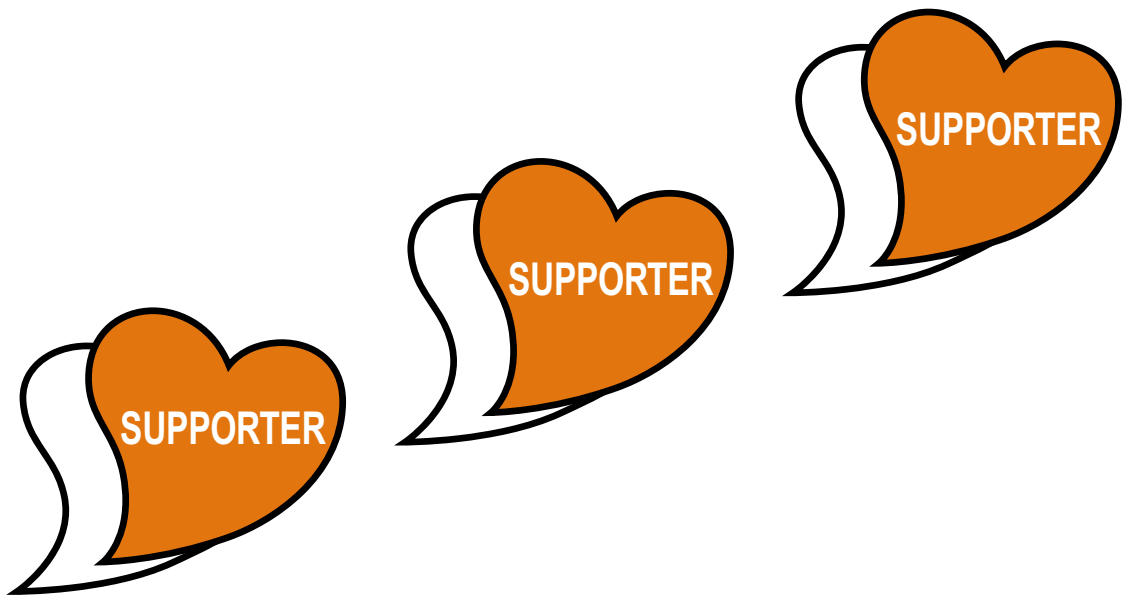


# 障がいを知り、 共に生きる



まず、知ることからはじめましょう

私たちは街中で赤ちゃんが泣いていても何の疑問も感じません。  
泣くことは赤ちゃんの自然な姿であり、それが普通のことだからです。

障がいのない方が不思議に思えることも、  
障がいのある方にとってはごく普通のことであり、特別なことではありません。

普段、私たちが眼鏡をかけたり、  
お年寄りに少し大きな声でゆっくり話しかけたりするように  
不自由さを補う道具や援助があれば  
障がいのある方にもできることはたくさんあります。  
様々な障がいの特性や、障がいのある方への配慮を正しく理解することが  
あたたかい地域社会を築き、

**『一緒にくらす』ことへの第1歩になるのです。**

## あいサポート運動・あいサポーターについて

### ～まず、知ることからはじめましょう～

様々な障がいの特性や障がいのある方が困っていること、そしてそれぞれに必要な配慮を理解し、日常生活でちょっとした配慮を実践していく『あいサポーター』の活動を通じて、誰もが暮らしやすい地域社会（共生社会）をみなさんと一緒につくっていく運動です。

意欲のある方は、誰でもあいサポーターになることができます。次のいずれかの方法で、「あいサポートバッジ」「障がいの特性や必要な配慮等をまとめたパンフレット」を受け取ります。

- ① 研修会、講演会、イベント等であいサポート運動の説明を受ける。
- ② 「あいサポートバッジ等交付申込書」を提出する。

**あいサポーターは  
「サポーター宣言」にのっとり、活動していただきます。**

あいサポート運動は、平成21年11月鳥取県で創設し、平成23年4月からは島根県と連携して取り組んでいます。多くのみなさんの賛同を得て、あいサポーターの輪が広がっています。

(注) このパンフレットに書いてあることをすべて完璧にする必要はありません。一人ひとりが自分でできるところから少しずつ始めていただくことが大切です。

# 目次

	ページ
● はじめに .....	2
● 視覚障がいについて .....	4
● 聴覚・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
● 身体障がい者補助犬について .....	28
● コミュニケーションボードについて .....	30
● 思いやり駐車場利用証制度について .....	32
● ヘルプマーク・ヘルプカードについて .....	34
● お問い合わせ先・関係団体一覧 .....	36



## はじめに

### まず、障がいについて理解してください

#### 障がいは誰にでも生じ得るものです。

病気や事故はいつ起こるかわかりません。  
同様に、障がいはいつでも誰にでも生じ得るものなのです。

#### 障がいは多種多様で同じ障がいでも一律ではありません。

障がいの種類も程度もさまざまであり、同じ障がいでも、その症状は一律ではありません。

また、複数の障がいを併せ持つ場合もあります。

#### 外見でわかるものだけでなく、外見ではわからない障がいのため、理解されず苦しんでいる方もおられます。

障がいは多種多様であり、外見だけでは障がいがあることがわからないこともあるため、周囲に理解されず、苦しんでいる方もおられます。

#### 周囲の理解や配慮があれば、活躍できることがたくさんあります。

目が悪くなれば眼鏡をかけるように、不自由さを補う道具や援助があれば活躍できることはたくさんあります。

障がいの種類・程度は人それぞれに異なりますが、少しの介助があれば、地域の中で日常生活を営み、障がいのない方と同じ職場で働いている方や、趣味やスポーツなどで活躍している方もたくさんおられます。

## そして、こんな配慮をお願いします

障がいのある方に対して冷たい視線を送ったり、見て見ないふりをするのは避けてください。温かく接してください。

### 困っていそうな場面を見かけたら

「何かお困りですか」と一声かけて、自分でできるサポートをしましょう。見守ることと、時には支える姿勢が大切です。

### 「障がいがあるから」と決め付けず

それぞれの個性や能力が活かせることを一緒に考えてみましょう。

### 介助者がいても

介助者ではなく本人に話しかけましょう。

自分のイメージですべての障がい者を見ないでください。

障がいだけを見るのではなく、

その人の全体像を見て接しましょう。

### 詳しくは

島根県健康福祉部障がい福祉課

〒690-8501 松江市殿町1番地

電話：0852-22-6526 FAX：0852-22-6687



# 視覚障がいについて

## あなたに知ってほしいこと

### 視覚障がいとは

何らかの原因により視機能に障がいがあることにより、全く見えない場合と見えづらい場合（ロービジョン）とがあります。

ロービジョンには

- 細部がよくわからない
- 光がまぶしい
- 暗いところで見えにくい
- 見える範囲が狭い、特定の色がわかりにくいなどの症状があります。

### こんなことに困っています

- 一人で移動することが困難です。  
慣れていない場所では、一人で移動することが困難です。
- 耳からの情報をたよりにしています。  
目から情報を得にくいいため、音声や手で触れることなどにより情報を得ています。また、視覚障がいのある方すべてが点字を読めるとは限りません。
- 自分がどこにいるのか、側に誰がいるのか、説明がないとわかりません。
- 人の視線や表情が理解できず、コミュニケーションに苦労します。
- 文字の読み書きが困難です。また、タッチパネル式の機械はうまく操作できません。
- 「見えないからできない」のではなく、「見えなくても教えてもらえばできる」ことが多くあります。
- 点字ブロックの上に、物や自転車などが置かれていると困ります。
- 買い物をするときに商品や価格がわからなくて困ります。



視覚障がいのある人が白杖を頭上50cm程度に掲げてサポートを求める「白杖SOSシグナル」があります。

※視覚障がい者が困っているように見えたり、危険に遭遇しそうな場合は、白杖SOSシグナルを示していなくても、声をかけてサポートをしてください。

## こんな配慮をお願いします

### 困っているように見えたら、突然体に触れず、前方から声をかけましょう

白杖使用者を見かけたときは様子を見守り、困っているように見えたら声をかけましょう。視覚障がいのある方は、周りの状況がわからないため、会話が始められないことがあります。また、知っている相手でも声だけではわからないことがあります。

声をかける時は、突然体に触れず、できるだけ前方から話しかけ、自分の名前や「あいサポーターです」など簡単な自己紹介をし「何かお手伝いすることはありませんか」と申し出てください。

### 情報伝達方法を工夫しましょう

点字や音声による情報を増やしましょう。また、ロービジョンの場合は、文字を拡大したり、黒字に白い文字などコントラストをはっきりさせると見えやすい場合があります。

### 指示語を使わないでください

「こちら、あちら、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、「どこ」か「何」が分かりません。

「30センチ右」「時計で3時方向」など具体的に説明しましょう。

場合によっては、手で触れながら説明しましょう。

### その人の「目」になる気持ちが大切です

まず、どのような手助けが必要か尋ねましょう。

例えば、慣れていない場所では、腕を持ってもらって誘導することができます。誘導するときは、障がいのある方のペースにあわせて歩きましょう。

### 詳しくは

#### ライトハウスイブラリー

〒690-0884 松江市南田町141-10

電話：0852-24-8169 FAX：0852-28-4321

#### 島根県西部視聴覚障害者情報センター

〒697-0016 浜田市野原町1826-1

電話：0855-24-9334 FAX：0855-24-9335



# 聴覚・言語障がいについて

## あなたに知ってほしいこと

### 聴覚・言語障がいとは

聴覚障がいには、まったく聞こえない場合や聞こえにくい場合があります。また先天性のもの、事故や病気で途中から聞こえなくなる中途失聴とがあります。

言語障がいには、言葉の理解や適切な表現が困難な「言語機能の障がい」（失語症、言語発達障がいなど）と、言葉の理解には支障はなく発声だけが困難な「音声機能の障がい」（吃音症、構音障がい、言語発声機能喪失など）があります。また、聴覚障がいと言語障がい重複することもあります。

### こんなことに困っています

- 周囲に気づいてもらえないことがあります。

外見ではわかりにくい障がいのため、周囲の方に気づいてもらえないことがあります。特に中途失聴の場合は、話せる方も多く、「挨拶をしたのに無視された」などと誤解されることがあります。失聴した年齢時期、障がい程度などによって聞こえ方はさまざまです。

- 音によって周囲の状況を判断することができません。

放送や呼びかけ、自転車のベルなどに気づかないことがあります。

また、音による状況判断ができない場合があるため、危険な目にあうことがあります。

- コミュニケーション方法を間違われる場合があります。

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」「筆談」「口話」などその方なりの方法があります。また、発声が困難な音声機能の障がいのみの場合でも、言葉の理解や聴力にも障がいがあると誤解されることがあります。

- 会話が困難なため、情報を得られないことがあります。

「聞こえないため、教えてもらえずできない」ことも多くあります。

- 会話が困難なため、不便さを伝えることが困難です。

特に言語障がいのある場合は、知りたいことを質問できない不便さが理解されず、日常生活にさほど不自由していないと誤解されることがあります。



聞こえが不自由なことを表す「耳マーク」です。

このマークを提示された場合は、相手が「聞こえない」ことを理解し、コミュニケーション方法に配慮をお願いします。



## こんな配慮をお願いします

### コミュニケーション方法を確認しましょう

会話の方法が適切でないと話を伝えることができない場合があります。その方の会話方法を確認しましょう。難聴や中途失聴の方には、要約筆記が望まれます。また、連絡手段として、ファクシミリや電子メールを活用することも必要です。

伝わりにくい場合があっても、あきらめず、伝える努力をしましょう。

- 筆談 互いに文字を書き、意思を伝えあいます。もっとも手軽な手段です。
- 口話 相手の口の動きを読み取る方法です。少しゆっくりはっきりと口を動かして話すようにしましょう。
- 手話 手指や表情で表す視覚言語です。聴覚障がいの方の約2割程度の方が使用しています。
- 代用発声 発声機能を喪失した音声機能障がいの方は声帯の代わりに食道部を振動させて声にしたり(食道発声)、電動式人工喉頭を首に当てて声にしています。聞き取りにくい場合は、筆談を併用することもあります。

### 音声以外の情報伝達方法を

メール、ファックス、掲示板、パネル等視覚を通じた伝達方法を考えましょう。また、イベント等を開催する際は、手話通訳や要約筆記を活用しましょう。

### 聞き取りにくい場合は確認しましょう

特に言語障がいのある方への対応は、一つ一つの言葉を聞き分けることが大切です。わかったふりをせず、きちんと内容を確認しましょう。

### 詳しくは

#### 島根県聴覚障害者情報センター

〒690-0011 松江市東津田町1741-3

電話：0852-32-5960 FAX：0852-32-5961

#### 島根県西部視聴覚障害者情報センター

〒697-0016 浜田市野原町1826-1

電話：0855-24-9334 FAX：0855-24-9335



# 盲ろうについて

## あなたに知ってほしいこと

### 盲ろうとは

視覚と聴覚の両方に障がいがあることを「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
- 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、大きく次の4つに分けられます。

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

### こんなことに困っています

情報入手・コミュニケーション・移動などの様々な場面で大きな困難が生じます。自分の力だけで、情報を得たり、人と会話したり、外出・移動することが困難です。このため社会から孤立してしまうこともあります。

社会参加をするためには、情報入手・コミュニケーションの支援や移動の介助が不可欠です。そうした支援を受けて社会で活躍している人もたくさんいます。

生活環境や視覚障がいと聴覚障がいの程度、またその障がいの発症時期により、コミュニケーションの方法が一人ひとり異なります。

家族や周りの支援者が、手のひらに文字を書いたり、触手話や指点字など、それぞれにあったコミュニケーション方法を生み出す努力と工夫をしています。

### 様々なコミュニケーション方法の一部を紹介します

- 手書き文字  
手のひらに指先等で文字を書き伝えます。
- 触手話  
相手の行う手話に触れて、手話の形で読み取ります。

## ● 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方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方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。

## こんな配慮をお願いします

### まず、触れ合うことから始めましょう

盲ろう者は全く見えない、全く聴こえない方ばかりではなく、視力や聴力が少し残っている方もいます。肩に軽く触れるなど、本人が気付いてからいろいろなコミュニケーションをとってみましょう。

### 周りの状況を説明することも大切です

盲ろう者は、お互いの会話の内容だけでなく、周りの状況も分かりません。他の人の発言や、「道沿いに赤い花が咲いている」などの情景や、その場の状況を知らせることも大切です。

### 様々な支援があることを伝えてください

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うことがあります。困難な状況にある方をみかけたら、様々な支援があることを伝えてください。

## 詳しくは

### ライトハウスライブラリー

〒690-0884 松江市南田町141-10  
電話：0852-24-8169 FAX：0852-28-4321

### 島根県聴覚障害者情報センター

〒690-0011 松江市東津田町1741-3  
電話：0852-32-5960 FAX：0852-32-5961

### 島根県西部視聴覚障害者情報センター

〒697-0016 浜田市野原町1826-1  
電話：0855-24-9334 FAX：0855-24-9335



# 肢体不自由について

## あなたに知ってほしいこと

### 肢体不自由とは

事故による手足の損傷あるいは腰や首、脳の血管等に損傷を受けたり、先天性の疾患などによって上肢・下肢にあるマヒや欠損等により、歩くことや物の持ち運びなど日常の動作や姿勢の維持が不自由になります。病気や事故で脳に損傷を受けた場合には、言葉の不自由さや記憶力の低下等を伴うこともあります。肢体不自由の中でも脳性マヒ・脊髄損傷・筋ジストロフィーなど全身に障がいがおよぶものを全身性障がいといいます。

### こんなことに困っています

- 車いすを利用していると、
  - 十分なスペースがなかったり、ちょっとした段差や障害物があるために、移動することができないことがあります。
  - 高いところにあるもの、床にあるものなどをとることが困難です。
  - ATMや自動販売機等、正面向きでは足が入らず使いにくいです。
- 脊髄損傷の方では、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。
- 脳性マヒの方の中には、発語の障がいに加え、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）ため、自分の意思を伝えるのが難しい方もいます。
- 筋ジストロフィーは、筋肉が萎縮し、その機能を失っていく病気で、いくつかのタイプに分類されます。代表的なデュシェンヌ型では、幼少期に軽い運動障がい（転びやすい等）が多く見られますが、生活の様々な場面でサポートすることによって、障がいのない方と同じように生活を送ることができます。また、ベッカー型では15歳を過ぎても歩行可能なのが特徴です。全身の筋肉の萎縮変性は常に進行性であるため、その後、歩行不能になり全面的な介助を必要とする重度身体障がいとなります。
- 障がい者用駐車スペースが空いていないため、利用できないことがあります。
- 食べること、飲み込むことが困難（摂食嚥下障がい）な方には、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。また、外食時にはハサミやミキサーの貸し出しなどがあると助かります。

## こんな配慮をお願いします

### 困っていそうなときは、声をかけてみましょう

さりげなく声をかけ、どんな手助けが必要か尋ねましょう。  
望まれる方法で対応することが大切です。

### 子ども扱いをしないようにしましょう

言葉がうまく話せない人に対して、子どもに対するような接し方をしないようにしましょう。

### 聞き取りにくい場合は確認しましょう

聞き取りにくいときは、わかったふりをせず、きちんと内容を確認しましょう。

### 詳しくは

島根県身体障害者団体連合会

〒690-0011 松江市東津田町1741-3 島根県社会福祉協議会内

電話：0852-32-5972 FAX：0852-32-5982



# 内部障がいについて

## あなたに知ってほしいこと

### 内部障がいとは

内臓機能の障がいであり、身体障害者福祉法では「心臓機能」「呼吸器機能」「腎臓機能」「ぼうこう・直腸機能」「小腸機能」「肝臓機能」「ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能」の7種類の機能障がい定められています。

### こんなことに困っています

- 外見からわかりにくく、周りから理解されにくいいため、電車やバスの優先席に座りにくいなど、心理的ストレスを受けやすい状況にあります。
- 障がいのある臓器だけでなく、全身状態が低下しているため、体力が低下し、疲れやすいです。重い荷物を持ったり、長時間立っているなどの身体的負担を伴う行動が制限されます。肝臓機能障がいの方はこういったことが、顕著にあらわれます。  
集中力や根気が続かず、トラブルになる場合もあります。
- 障がい者用駐車スペースが空いていても、外見からわかりにくく、周りから理解されにくいいため利用できないことがあります。
- 「心臓機能障がい」で心臓ペースメーカー等を使用している方は、近い距離で携帯電話を使用されると、発射される電波の影響で誤作動する恐れがあります。
- 「呼吸器機能障がい」のある方は、タバコの煙などにより大きな影響を受けます。
- 「腎臓機能障がい」には、人工透析治療を受けている方がいます。定期的な通院への理解と時間の配慮が必要です。
- 「ぼうこう・直腸機能障がい」で人工肛門・人工ぼうこうを使用されている方（オストメイト）は、専用のトイレが必要です。

## こんな配慮をお願いします

### 「外見からはわかりにくい障がい」があることを理解しましょう

障がいの種類や程度は様々です。外見ではわかりにくく、周りから理解されず苦しんでいる障がいのある方がいることを知りましょう。

### 決められたルールやマナーを守りましょう

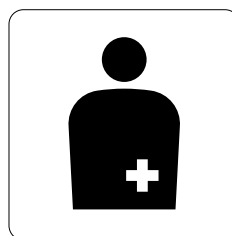
車内等で携帯電話を使用する時は、ルールやマナーを守った行動をしましょう。

### 風邪などをうつさないよう配慮しましょう

体力が低下しているため、風邪などに感染しやすくなっています。また、障がいのある臓器に悪影響を及ぼすこともあるので、周りの人は注意しましょう。



内部障がいのある方には、ハートプラスマークを付けている方もいらっしゃいます。



このマークはオストメイトのための設備があることを表しています。

### 詳しくは

#### 島根県身体障害者団体連合会

〒690-0011 松江市東津田町1741-3 島根県社会福祉協議会内  
電話：0852-32-5972 FAX：0852-32-5982



# 重症心身障がいについて

## あなたに知ってほしいこと

### 重症心身障がいとは

重度の身体障がいと重度の知的障がいなどが重複している最も重い障がいです。自分で日常生活をおくることは困難であり、自宅で介護を受けたり、専門施設等に入所したりして生活しています。口の動きや目の訴えで意思を伝えますが、常時介護している方でないとう理解しにくいです。また、医学的管理がなければ、呼吸することや栄養を摂取することも困難な状態を「超重症心身障がい」といいます。

#### ●姿勢

ほとんど寝たままです自力では起き上がれない状態が多く、座るのがやっとです。

#### ●移動

自力での移動や寝返りが困難で、座位や車いすなどで移動を行います。

#### ●排泄・入浴

全介助となり大変な労力を要します。(知らせることができない(70%)。始末ができない(76%。))また、オムツを使っていることが多いので、同性の介護が原則となります。

#### ●食事

自力ではできないため、スプーンなどで介助します。誤嚥を起こしやすいです。また、通常の食事が食べられない方は、細かく刻んだり、飲み込みやすいようにトロミをつけたりします。外食時には、ハサミやミキサーの貸出しがあると助かります。

#### ●変形・拘縮

手、足が変形または拘縮しており、側わんや胸郭の変形を伴う方が多いです。

#### ●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。

#### ●コミュニケーション

言語による理解が困難です。声や身振りで表現します。常時介護している方であれば理解が困難です。声や身振りの表現力は弱いですが、笑顔で応えます。

#### ●健康

肺炎や気管支炎を起こしやすく、70%以上の方がてんかん発作を起こすため、いつも健康が脅かされています。痰の吸引が必要な方が多いです。

#### ●趣味・遊び

音楽、散歩、おもちゃ、ムーブメントが好きな場合が多いです。

#### ●超重症心身障がい

超重症心身障がいがある方は、水分と食べ物を鼻から胃へ注入する管をつけたり、胃に穴を開けて管を入れたり、呼吸がうまくできないため人工呼吸器をつけたりしています。このような障がいのある方は常に医師の管理が必要なため、外出することが難しいのが現状です。



## こんな配慮をお願いします

### どんなに重い障がいがあっても真剣に生きている命を守ってほしい

どんなに重い障がいがあっても必ず内に秘めた能力を持っています。その力が周囲の人々に大きな勇気や希望を与え、命の大切さや思いやりの心を教えてくれます。

### 困っていそうなときは、声をかけてみましょう

車いすやストレッチャーでの移動時に人手がいりそうなときは、声をかけてみましょう。また、人工呼吸器などの医療機器のアラーム音が鳴っているときは、速やかに介護している方に知らせましょう。

### ○知ってください「子ども用車いす」

重い病気や障がいのある子どもが使用する車いす（子ども用車いす）は、その外観が似ていることから、一般的なベビーカーと誤認され、公共交通機関や店舗等でたたむよう要請されたり、「なぜ歩かないのか」と誤解されることがあります。

子ども用車いすは、重い病気や障がいにより自力での移動や姿勢の保持が困難な子どもにとって大切な乗り物です。ベビーカーと異なり、外出先でたたんだり、子どもを降ろすことは困難であることをまず知ってください。

また、子ども用車いす利用者が公共交通機関や施設を利用する際に、子ども用車いすの利用をやめさせることはお控えください。

なお、子ども用車いす利用者は、子ども用車いすを示すマークや、ヘルプマーク等により周囲に理解を求めていることがあります。



子ども用車いすの例

### 詳しくは

島根県心身障害児（者）親の会連合会

〒690-0011 松江市東津田町1741-3

電話：0852-32-5976 FAX：0852-32-5982



# 知的障がいについて

## あなたに知ってほしいこと

### 知的障がいとは

発達期になんらかの原因で知的な能力が年齢相応に発達していない状態であること、及び社会生活への適応に困難があることをいいます。

主な特徴は、「ことばを使う」「記憶する」「抽象的なことを考える」などに少し時間がかかります。また、仕事の手順をすぐ覚えることや、人とのやりとりですばやく対応することが困難な場合があります。しかし、周囲の理解や支援によって、一步一步成長していける可能性を持っています。

障がいの現れ方は人それぞれで個人差があります。障がいを感じさせない方もいます。ことばや行動の意味が相手にうまく伝わらず、周りから誤解や偏見を受けることがあります。重度障がいのため常に同伴者と行動される方もいますが、障がいが軽度の場合は会社で働いている方も大勢います。

また、犯罪の被害者になりやすく、場合によっては加害者と間違われる場合もあります。

### こんなことに困っています

- 複雑な会話や抽象的な概念が理解しにくいです。
- 人に尋ねたり、自分の意見を言うのが苦手な方もいます。
- 漢字の読み書きや計算が苦手な方もいます。
- ひとつの行動に固執したり、同じ質問を繰り返す方もいます。

## こんな配慮をお願いします

### ゆっくり簡単な言葉で話しかけましょう

「一方的に話す」「ひとり言を言う」「同じ言葉を繰り返す」等コミュニケーションがうまくとれない場合があります。そのような時は、内容が理解できるようにゆっくり簡単な言葉で話しかけましょう。

### やさしく声をかけ、危険であることを知らせましょう

「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」等危険がわからない、助けを求めることができない場合があります。そのような時は、やさしく声をかけ危険であることを知らせましょう。

### 落ち着ける場所に誘導しましょう

状況の変化に柔軟に対応できず、「ひっくりかえる」「泣きわめく」「飛び跳ねる」などのパニック行動が起こることがあります。そのような時は、落ち着ける場所に誘導しましょう。

### 思い込みで判断せず、見守ってみましょう

「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」「ひとつのことにこだわる」など誤解されやすい行動をする場合があります。そのような時は、思い込みで判断せず見守りましょう。

知的障がいのある方の中には、適切な判断ができない方もいます。  
障がいのある方の目線で接してください。

### 詳しくは

島根県手をつなぐ育成会

〒690-0011 松江市東津田町1741-3

電話：0852-32-5976 FAX：0852-32-5982

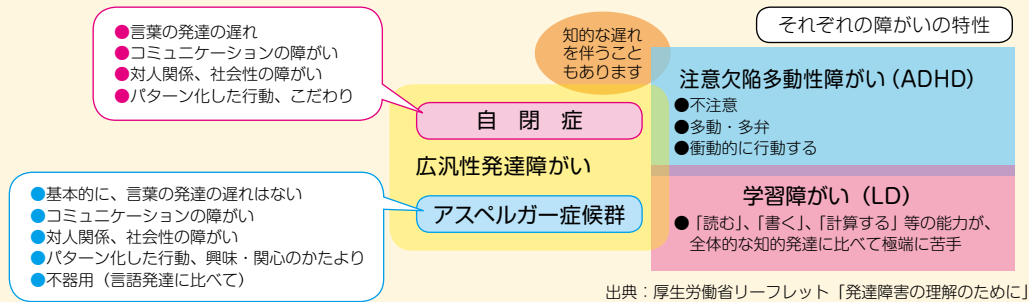


# 発達障がいについて

## あなたに知ってほしいこと

### 発達障がいとは

障がいの困難さも目立ちますが優れた能力が発揮されている場合もあり、周りから見てアンバランスな様子が理解されにくい障がいです。脳の機能障がいによるもので、どんな能力に障がいがあるか、またどのくらいの程度なのかは人によって様々です。



### 注意欠陥多動性障がい (ADHD) の特性

年齢あるいは発達に不釣り合いな注意力及び衝動性、多動性を特徴とし、学校や家庭など複数の場面で見られます。

- うっかりして同じ間違いを繰り返してしまうことがあります。(不注意)
- おしゃべりが止まらなかったり、待つことが苦手であらうろろしてしまったりすることがあります。(多動性)
- 約束や決まり事を守れなかったり、だしぬけに行動してしまうことがよくあります。(衝動性)

### 学習障がい (LD) の特性

全般的な知的発達に遅れはないのに、「読む」「書く」「計算する」など限定的な能力の障がいがあります。

- 音と文字のつながりを理解することや文字の視覚認知等が困難であるため、読むことや、書くことが極端に苦手であったりします。
- 数字の認識や算数の基本となる概念を理解すること等が困難であるため、計算が極端に苦手であったりします。

## 自閉症・アスペルガー症候群その他の広汎性発達障がい<sup>(\*)</sup>の特性

(\*)「自閉症スペクトラム障害」または「自閉スペクトラム症」という場合もあります。

### ●相互的な対人関係の困難さ

相手の気持ちを理解したり、相手の立場に立って物ごとを考えたりすることが苦手です。周囲の人と共感的な関係を築くことが難しいです。また、初対面の人と親しい人とを区別したかわりが苦手など、対人的距離感が上手にとりにくい傾向があります。

### ●コミュニケーション能力の遅れやかたより

人に意思を伝えること、理解することが苦手です。やり取りが一方通行になったり、例え話を理解できずそのまま受け取ってしまい困ってしまうことがあります。

### ●パターン化した行動やこだわり

変化に対応することが苦手です。同じ行動パターンや興味にこだわったり、場所、時間や道順の変更やルール違反などを極端に嫌ったりすることがあります。変化に対応できない時は混乱し、パニックを起こしてしまうこともあります。

## こんな配慮をお願いします

### 「なぜできないのか」でなく、具体的に示しましょう

障がいがあるために困難なことを「なぜできないのか」「怠けているのではないか」と見られるのはつらいことです。抽象的な表現を極力減らし、どうするとよいか、短い文で、順を追って具体的に伝えましょう。

### 事前に見通しを示しましょう

「知らないこと」「初めてのこと」や変化に対応することが苦手です。言葉だけでなく、絵や写真も使ってあらかじめ本人が納得するように見通しを示しましょう。

## 詳しくは

### 島根県東部発達障害者支援センター ウィッシュ

〒699-0822 出雲市神西沖町2534-2 さざなみ学園内

電話：050-3387-8699 FAX：050-3730-9745

### 島根県西部発達障害者支援センター ウィンド

〒697-0005 浜田市上府町イ2589 こくぶ学園内

電話：0855-28-0208 FAX：0855-28-0217



# 精神障がいについて

## あなたに知ってほしいこと

### 精神障がいとは

統合失調症や気分障がい（そううつ病）などの精神疾患では、幻覚や妄想、不安やイライラ感、ゆううつ感、不眠などが認められます。

また、「自発性がない」「集中力や持続性がない」「人付き合いに緊張しすぎる」などの症状により、周囲から怠けているかのように見えるなどの誤解を受けることがあります。

これらの症状は、薬を服用することや環境が安定することにより、軽快していきます。

統合失調症などの多くの症状は、症状が不安定な時期を過ぎると、しだいに回復し、安定していきます。その経過の中では、無気力になったり、集中力や持続力が低下したり、落ち込んだり、疲れや眠気を感じ、ひきこもりがちになるなど、日常生活や社会生活のしづらさがみられます。

精神疾患は、薬を中断したり、多くのストレスが重なると症状が再発することがあります。

再発につながる注意サインを知っておくことも、再発予防になります。

不眠がみられたり、急に活動的になったり、ささいなことに過剰に反応するなど、注意のサインとみられる症状を知っておくことも大切です。

これらの症状がみられたら主治医に早めに相談するとともに、無理をさけてゆっくり休養することが必要です。

## こんな配慮をお願いします

### 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

無理な励ましは、本人のストレスとなることがあります。  
本人のペースに合わせたはたらきかけが必要です。  
じっくり、時間をかけることも必要です。  
伝えたいことを「具体的に」「はっきりと」「簡潔に」声かけをしましょう。

### 詳しくは

#### 島根県立心と体の相談センター

〒690-0011 松江市東津田町1741-3  
電話：0852-21-2885 FAX：0852-32-5924

#### 一般社団法人島根県精神保健福祉会

〒690-0011 松江市東津田町1741-3  
電話：0852-32-5927 FAX：0852-32-5927



# 依存症について

## あなたに知ってほしいこと

### 依存症とは

依存症は、依存している物質（アルコールや薬物など）や行為をやめようと思ってもやめられない状態をいいます。必ずしも体の中に物質が入っているというわけではなく、アルコール・薬物・たばこなどの物質に依存する「物質嗜癖（しへき）」のほか、ギャンブル・インターネット・買い物などに依存する「プロセス嗜癖」などがあります。

### こんなことに困っています

- 自分の力だけで依存を断ち切るのは困難です。

依存症は、心や体に変化が起こり、自分自身でもコントロールができない状態です。

依存には、自分の意志で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）を生じる「身体依存」などが見られます。

- 依存症には治療が必要です。

依存症は病気であり、自身の心や体のみにとどまらず、家庭や職場等周囲にも深刻な問題が生じてきます。したがって、治療が必要とされますが、まだまだ偏見や誤解が根強く、個人の意志とか性格の問題ととらえられ、なかなか治療に対する周囲の理解が得られないことがあります。



## こんな配慮をお願いします

依存症は、意志の弱さや道徳観、家庭環境などが要因となって生じるものではなく、病気であり、治療が必要です。治療の経過の中において、家族や周囲の人は、依存症について正しく理解をし、関わるのが大切です。

依存症の治療は、依存の対象となるものに頼らない生き方を取り戻すことを目指します。また、依存症の人がその対象に頼らない生活を続けていくには、本人だけの力ではなかなか困難であることから、自助グループなどへ参加することが重要です。

例えば、アルコール依存症においては、アルコールに頼らない生き方を見つけていくことが大切です。

医療機関においては、主に精神療法と薬物療法が行われます。

離脱症状（アルコールなどが体から抜けるときに出てくる症状で、強い不安・不眠に襲われたり、手の震えや、時に幻覚などが生じることもある）に対する治療、精神症状（幻覚や妄想、抑うつ状態、不安、不眠など）の治療、依存症との向き合い方を見直す治療（認知行動療法等）、肝機能障がいなどの身体的治療が行われます。

### 詳しくは

#### 島根県立心と体の相談センター

〒690-0011 松江市東津田町1741-3  
電話：0852-21-2885 FAX：0852-32-5924

#### 公益社団法人島根県断酒新生会

〒699-0402 松江市宍道町白石1412-1  
電話：0852-66-3612 FAX：0852-66-3660



# 「てんかん」について

## あなたに知ってほしいこと

### 「てんかん」とは

脳の神経の一部が活発に活動しすぎるために、てんかん発作がくり返しおきる病気です。てんかん発作は、神経の機能（はたらき）に対応した症状が現れます。身体の一部あるいは全身が痙攣したり、また意識だけが失われるなど症状は様々です。「てんかん」は、100～200人に1人の割合で生じ、日本には約100万人の方がおられると推計されています。遺伝病ではなく、どの年代でも見られる身近な病気で、薬や外科治療によって発作のほとんどはコントロールできます。

### こんなことに困っています

- 正しい情報が知られていないため、「差別」や「誤解」、「偏見」が問題になりやすい病気です。
- 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。
- 発作が起きることへの不安から新しいことに挑戦することをあきらめたり、引きこもりがちになることもあります。

## こんな配慮をお願いします

### 「てんかん」について正しい理解をしましょう

#### てんかん発作がおこったら

- まず、あわてずに見守りましょう。
- まわりの人ができること
  - 危険を避ける  
意識の失われる発作では、危ないものを遠ざけましょう。  
倒れる危険性がある場合には、頭を床に打たせないよう支えるなど転倒を予防したり、安全な場所へ移動するなど配慮してください。
  - 無理に動かさず見守る  
発作が起きている間は、無理に動かそうとせずにおきましょう。意識がなくて歩きまわるときは後ろから付いていくなど、危険がないよう注意深く見守ってください。
  - 発作の様子をくわしく見ておく  
発作の正しい時間を知るために時計を見る、発作の間の表情の変化を観察するなど発作の様子をくわしく見ておくこと病気を知る手がかりになります。
- やってはいけないこと
  - 口にハンカチなどの物を入れる
  - 痙攣を止めようと体を押さえる
  - 早く意識を戻そうとして刺激する
- 意識が回復しないのに次の発作が連続して起きる、痙攣発作が10分以上続くようなときには、病院で受診しましょう。

#### 詳しくは

公益社団法人日本てんかん協会（波の会） 島根県支部

〒690-0017 松江市西津田2-2-20

電話：0852-23-5320 FAX：0852-23-5320



# 高次脳機能障がいについて

## あなたに知ってほしいこと

### 高次脳機能障がいとは

人間の脳には、体を動かしたり、見たものや聴いたものを直接感じる『一次脳』と、それらの様々な情報を互いに伝えあう高度な働きをする『高次脳』とがあります。

交通事故などの頭部外傷や、脳出血・脳梗塞などの脳血管疾患、病気によりこの高次脳に損傷がおきると、『言語』『思考』『記憶』『注意』などの様々な脳機能の一部に障がい起きることがあります。これが高次脳機能障がいです。

しかし、外見から分かりにくく、周囲の人が理解することが難しく、本人自身も自分の障がいを十分に認識できないことがあります。一人ひとりの症状も異なり、問題点が特定の状況にならないと見えてこないこともあります。主な原因に、脳卒中・脳腫瘍・脳外傷・脳炎・低酸素脳症などがあります。

### こんなことに困っています

- 記憶障がい  
新しいことが覚えられない、よく物忘れをするようになった
- 注意障がい  
気が散りやすい、同じミスを繰り返す、同時に複数のことができない
- 遂行機能障がい  
スケジュールや計画の手順が立てられない  
トラブル時の対応ができずに混乱する
- 社会的行動障がい  
いつもイライラしておこりっぽい、やる気が起きない、人が変わった
- 失語症  
話そうとしてもうまく話せない
- 外見からは見えにくい障がい  
救命救急医療の発達で、社会復帰を果たしたものの「以前と何かが違う」と感じますが、本人も周りも理由がわからずとまどい、誤解し、トラブルになることがあります。

## こんな配慮をお願いします

### 正しい理解と支援が求められています

日常生活や対人関係、仕事などがうまく行かず自信をなくし、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。

### 具体的に伝えましょう

ゆっくり、わかりやすく、具体的に話しましょう。  
情報は、メモを書いて渡し、絵や写真、図なども使って伝えましょう。  
何かを頼むときには、一つずつ、具体的に示しましょう。

### 気分転換を促しましょう

疲労やいらいら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。

### 「簡単」「シンプル」に！

「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、環境の調整をすることが大切です。

## 詳しくは

#### 【松江圏域】松江青葉病院

〒690-0015 松江市上乃木5-1-8  
電話：0852-21-3565 FAX：0852-21-0111

#### 【浜田圏域】西部島根医療福祉センター

〒695-0001 江津市渡津町1926  
電話：0855-52-2442 FAX：0855-52-0344

#### 【雲南圏域】そよかせ館

〒699-1333 雲南市木次町下熊谷1259-1  
電話：0854-42-8011 FAX：0854-42-2727

#### 【益田圏域】相談支援事業所 ほっと

〒699-5132 益田市横田町2087-1  
電話：0856-31-5433 FAX：0856-31-5102

#### 【出雲圏域】エスポアール出雲クリニック きらり

〒693-0051 出雲市小山町361-2  
電話：0853-25-3949 FAX：0853-25-3952

#### 【隠岐圏域】太陽

〒685-0021 隠岐郡隠岐の島町岬町中の津四309-1  
電話：08512-2-5699 FAX：08512-2-3757

#### 【大田圏域】地域活動支援センター のほほん

〒694-0041 大田市長久町長久口267-6  
電話：0854-82-3077 FAX：0854-82-3952



# 身体障がい者補助犬について

## あなたに知ってほしいこと

### 身体障がい者補助犬とは

身体障がい者補助犬とは、目・耳・手足に障がいのある方の生活をサポートする「盲導犬」「聴導犬」「介助犬」のことです。「身体障害者補助犬法」に基づき認定された犬で、特別な訓練を受けています。障がいのある方のパートナーであり、ペットではありません。きちんと訓練され管理も行われているので、社会のマナーも守れますし、清潔です。だからこそ、人が立ち入ることのできる様々な場所に同伴できます。

#### ●盲導犬

街中で視覚障がいのある方を、障害物をよけながら安全に誘導します。ハーネス（胴輪）をつけています。



#### ●聴導犬

聴覚に障がいのある方に音を知らせます。お湯の沸いた音、ドアチャイム、電話の着信音などを聞き分けて伝えます。「聴導犬」と書かれた表示をつけています。



#### ●介助犬

手や足などに障がいのある方の日常生活動作をサポートします。電気を付けたり、物を拾って渡したり、着脱衣の介助などをします。「介助犬」と書かれた表示を付けています。



## 身体障がい者補助犬の受入れへ 御理解と御協力をお願いします

補助犬は、「身体障害者補助犬法」において、人の立ち入ることのできる様々な場所で受け入れるよう義務づけられています。きちんと訓練され管理も行われているので、社会のマナーを守ることができ、清潔です。だからこそ、さまざまな場所に同伴できます。補助犬は、身体に障がいのある方の自立と社会参加に重要な役割を担っています。御理解いただき、御協力をお願いします。

- 仕事中の補助犬には、話しかけたり、勝手にさわったりして気を引く行為をしないようにしましょう。
- 補助犬に食べ物や水を与えないようにしましょう。ユーザーは与える食事の量や水の量、時刻をもとに犬の排泄や健康を管理しています。
- 補助犬は、ユーザーの指示に従い待機することができるので、特別な設備は必要ありません。
- 受入れの際、他のお客様等には、「身体障害者補助犬法」において受入れ義務があること、補助犬の行動や管理はユーザーが責任をもって行っていることを説明し、理解を求めてください。
- 補助犬が通路をふさいだり、匂いをかぎ回るなど困った行動をしている場合は、補助犬ユーザーにはっきり伝えてください。
- 補助犬を同伴していても援助を必要とする場合があります。困っている様子を見かけたら、声をかけ、コミュニケーションをとってください。

### 詳しくは

島根県健康福祉部障がい福祉課

〒690-8501 松江市殿町1番地

電話：0852-22-6527 FAX：0852-22-6687



# コミュニケーションボードについて

## あなたに知ってほしいこと

### コミュニケーションボードとは

障がいのある人の中には、話し言葉でのコミュニケーションが苦手な人もおられます。しかし、絵や記号などわかりやすい方法があれば伝え合えることがあります。「コミュニケーションボード」とは、話し言葉に代わるコミュニケーションツールです。言葉でうまく伝え合えないとき、またそのやりとりの最中にこのコミュニケーションボードを差し出し、絵を指さしてもらいましょう。

### コミュニケーションボードの使用方法

#### 1) 基本的な使い方

- 言葉でうまく伝え合えないとき、そのやりとりの最中に「コミュニケーションボード」を指さしてもらいます。
- 「コミュニケーションボード」を使うときは、多くの言葉を使うことはやめ、多少ゆっくり見せて指さしできるよう待ちましょう。
- 「コミュニケーションボード」がわからなくても、実物や写真ならわかる場合があります。また、文字や絵を書くことができる人もいます。
- 指さしすることが困難な人には、こちらが指さしして聞きましょう。

#### 2) マニュアル

##### (1) こんな時、「コミュニケーションボード」の出番です

- 当事者が困っている  
→そわそわしている・ぶつぶつ言っている・困っている
- 対応する側が困っている  
→言葉の意味が通じない・何を言っているのかわからない・何かを伝えたいことはわかる

##### (2) 「コミュニケーションボード」を利用しましょう

- 「わたしの伝えたいこと」を見せ、絵を指さしてもらいます。
- 指さした内容に答えましょう。

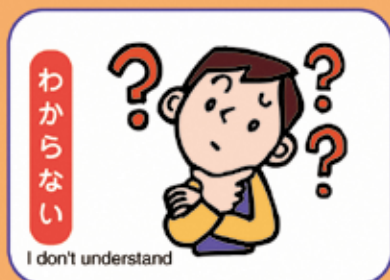
##### 【※指させない場合】

- 「なに？」と問いかけて、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聞いてみます。
- それでもうまく行かない場合は、一つずつ指さして聞いてみましょう。



# つた わたしの伝えたいこと

What I want to communicate





# 思いやり駐車場利用証制度について

## あなたに知ってほしいこと

### 思いやり駐車場利用証制度とは

県と協定を結んだ施設（ショッピングセンターや病院、公共施設など）に専用の駐車スペース（思いやり駐車場）を設けてもらうとともに、障がいや難病などにより歩行が困難な人に「思いやり駐車場利用証」を交付し、それを掲示した車が思いやり駐車場を優先して利用できるようにする制度です。



### 対象となる方

- 身体・知的・精神障がいや難病により歩行が困難な方
- 要介護・要支援認定を受けた高齢者で歩行が困難な方
- けが等により一時的に歩行が困難な方
- 妊産婦の方（妊娠7ヶ月から産後1年間）

※ただし、障害者手帳をお持ちでも、障がい区分や等級によっては対象とならない場合があります。

## 利用証をもらうには

次の窓口にお越しいただくか、申請書類と返信用封筒を郵送することにより利用証の申請ができます。

申請するときは、障害者手帳、診断書、母子手帳など、要件に当てはまることを確認できる書類が必要です。

(申請窓口)

- 島根県健康福祉部障がい福祉課

## 思いやり駐車場の設置施設（協力施設） ※平成29年12月現在

思いやり駐車場を設置していただいている施設は、県内で291施設です。

また、思いやり駐車場利用証は、同様の制度を実施している全国36府県1市の協力施設でも利用できます。

## 詳しくは

島根県健康福祉部障がい福祉課

〒690-8501 松江市殿町1番地

電話：0852-22-6686 FAX：0852-22-6687



# ヘルプマーク・ヘルプカード について

## あなたに知ってほしいこと

### ヘルプマークとは

内部障がいや難病等の方、妊娠初期の方などは、疲れやすかったり、同じ姿勢を保つことが困難な場合があります。そのような方は、例えば公共交通機関で優先席に座っていると、そうした事情が周囲の人に分からないことから、不審な目で見られストレスを受けることがあります。

「ヘルプマーク」は、援助や配慮を必要としている方が外出先で身に付けることで、援助や配慮が必要であることを周囲に知らせるためのものです。

### ヘルプカードとは

「ヘルプカード」は、内部障がいや難病等、支援や援助を必要としている方が、必要な支援の内容や緊急連絡先をあらかじめ記載し、外出先で提示することで、周囲に自身の障がい等の特性への理解や支援を求めるためのものです。

(例：レストランでアレルギーの内容を伝える、体調の急変時に病院への連絡を依頼する、災害時の誘導を依頼する)

### ヘルプマーク・ヘルプカードをもらうには

- ヘルプマークは、市町村の窓口や県の障がい福祉課、保健所、心と体の相談センターで受け取ることができます。
- ヘルプカードは、県障がい福祉課のホームページからダウンロードし、印刷して利用することができます。
- ヘルプマーク・ヘルプカードは、援助・配慮を必要とされている方であればどなたでも手に入れることができます。

## ヘルプマーク・ヘルプカードを見かけたら こんな配慮をお願いします

### (1) 公共交通機関では、席をお譲りください。

外見では分かりにくいものの、疲れやすかったり、つり革につかまり続けるなどの同じ姿勢を保つことが困難な方がいます。また、外見からは分からないため、優先席に座っていると不審な目で見られ、ストレスを受けることがあります。

### (2) 駅や商業施設等で、声をかけるなどの配慮をお願いします。

交通機関の事故等、突発的な出来事に対して臨機応変に対応することが困難な方や、立ち上がる、歩く、階段の昇降などの動作が困難な方がいます。

### (3) マーク等に記載された内容に従って配慮・支援をお願いします。

マーク等には「アレルギーの内容」、「ゆっくり話してほしい」、「体調の急変時には病院に連絡してほしい」など、マーク等を見た方に希望する配慮・援助の内容が記載されています。

### (4) 災害時は、安全に避難するための支援をお願いします。

視覚障がいや聴覚障がいで状況把握が難しい方、肢体不自由等で自力での迅速な避難が困難な方がいます。

ヘルプマーク



ヘルプカード (表)



ヘルプカード (裏)

(ふりがな)	
氏名	
生年月日	年 月 日   血液型 ( 型 )
住所	
連絡先	- - / ( )
緊急連絡先	- - / ( )
障がいの名、病名	
かかりつけ医療機関	
TEL: - - (主治医: )	
お願いしたいこと	

### (SOSベストについて)

視覚障がいや聴覚障がい等により、災害時に避難誘導の支援が必要な方のために、身近にあるビニール袋等を使った「SOSベスト」を作成・着用する取組が進められています。



## 詳しくは

島根県健康福祉部障がい福祉課

〒690-8501 松江市殿町1番地

電話：0852-22-6685 FAX：0852-22-6687

## 障がい福祉関係団体一覧

島根県と鳥取県は、「あいサポート運動の共同推進に関する協定」を締結し、平成23年4月から、あいサポート運動を連携して取り組むこととしました。ここでは、島根県と鳥取県における関係団体を掲載します。

## 島根県

区 分	名 所 在 地	電 話			関連 ページ
		F	A	X	
視覚障がい	公益社団法人島根県視覚障害者福祉協会 〒690-0884 松江市南田町141-10 ライトハウスライブラリー内	0852-24-8169			4
		0852-28-4321			
	山陰網膜色素変性症協会（JRPS 山陰） 〒690-0044 松江市浜乃木 1-5-65 矢野健方	090-7597-7758			
		—			
	島根ハーネスの会 〒690-0056 松江市雑賀町1559 三輪利春方	090-5372-7478			
		0852-24-8013			
聴覚・言語障がい	ライトハウスライブラリー 〒690-0884 松江市南田町141-10	0852-24-8169			6
		0852-28-4321			
	島根県西部視聴覚障害者情報センター 〒697-0016 浜田市野原町1826-1	0855-24-9334			
		0855-24-9335			
	島根県ろうあ連盟 〒690-0011 松江市東津田町1741-3	0852-32-5959			
		0852-32-5922			
	島根県難聴者協会 〒697-0023 浜田市長沢町606-2 白川輝美方	—			
		0855-23-1312			
	島根県難聴児を持つ親の会 〒690-0877 松江市春日町617-7 浅野貴之方	0852-69-9138			
		—			
	島根県聴覚障害児（者）親の会連合会 〒690-0823 松江市西川津町722-34 仁宮武甫方	0852-21-3070			
		0852-21-3070			
島根県清音会 〒693-0032 出雲市下古志町294-5 生田正春方	0853-23-7325				
	0853-23-7325				
島根県ことばを育てる親の会 〒690-0002 松江市大正町398 中央小学校通級指導教室	0852-23-6960				
	0852-23-6960				
島根県人工内耳友の会かがやき 〒699-0203 松江市玉湯町布志名770-11 足立裕方	—				
	0852-31-7927				
島根県聴覚障害者情報センター 〒690-0011 松江市東津田町1741-3	0852-32-5960				
	0852-32-5961				
島根県西部視聴覚障害者情報センター 〒697-0016 浜田市野原町1826-1	0855-24-9334				
	0855-24-9335				
盲 ろ う	しまね盲ろう者友の会 〒690-0012 松江市古志原 2 丁目25-25 原朱実方	0852-24-9948			8
		0852-24-7337			
	ライトハウスライブラリー 〒690-0884 松江市南田町141-10	0852-24-8169			
		0852-28-4321			
	島根県聴覚障害者情報センター 〒690-0011 松江市東津田町1741-3	0852-32-5960			
		0852-32-5961			
島根県西部視聴覚障害者情報センター 〒697-0016 浜田市野原町1826-1	0855-24-9334				
	0855-24-9335				

区 分	名 所 在 地	電 話			関連 ページ
		F	A	X	
肢体不自由	島根県身体障害者団体連合会 〒690-0011 松江市東津田町1741-3 島根県社会福祉協議会内	0852-32-5972			10
	島根県肢体不自由児(者)父母の会連合会 〒690-0046 松江市乃木福富町735-107 けんしれん事務局・事業部	0852-32-5982			
	島根県進行性筋萎縮症児(者)親の会 〒690-0015 松江市上乃木5丁目8-31 国立病院機構松江医療センター療育指導室内	0852-27-7185			
		0852-31-7927			
内部障がい	島根県身体障害者団体連合会 〒690-0011 松江市東津田町1741-3 島根県社会福祉協議会内	0852-21-6131			12
		0852-27-1019			
	公益社団法人日本オストミー協会島根県支部 〒699-0711 出雲市大社町杵築南956-3 岩谷精方	0852-32-5972	0853-53-4687		
	島根県腎友会 〒690-0061 松江市白瀧本町43 市民活動センタースティックビル3階A-3	0853-53-2071	0852-28-4445		
	全国心臓病の子どもを守る会島根県支部 〒693-0041 出雲市西園町3450 横田紀子方	0852-28-4445	0853-28-1348		
重症心身障がい	島根県重症心身障害児(者)を守る会 〒693-0051 出雲市小山町307-1-1003号 芦矢京子方	0853-28-1348	0853-23-4544		14
	島根県心身障害児(者)親の会連合会 〒690-0011 松江市東津田町1741-3	0852-23-4544	0852-32-5976		
		0852-32-5982			
知的障がい	島根県手をつなぐ育成会 〒690-0011 松江市東津田町1741-3	0852-32-5976	0852-32-5982		16
発達障がい	島根県自閉症協会 〒697-0062 浜田市熱田町716-34 NPO 法人海内	0855-27-0767	0855-28-7540		18
	島根県ことばを育てる親の会 〒690-0002 松江市大正町398 中央小学校通級指導教室	0852-23-6960	0852-23-6960		
	島根県東部発達障害者支援センター ウィッシュ 〒699-0822 出雲市神西沖町2534-2 さざなみ学園内	050-3387-8699	050-3730-9745		
	島根県西部発達障害者支援センター ウィンド 〒697-0005 浜江市上府町イ2589 こくぶ学園内	0855-28-0208	0855-28-0217		
		0855-28-0217			
精神障がい	一般社団法人島根県精神保健福祉会連合会 〒690-0011 松江市東津田町1741-3	0852-32-5927	0852-32-5927		20
	島根県精神当事者連絡会 〒694-0041 大田市長久町長久イ453-10 コーポ亀の子II102号	080-6319-3468	—		
	島根県立心と体の相談センター 〒690-0011 松江市東津田町1741-3	0852-21-2885	0852-32-5924		
		0852-21-2885			
依 存 症	公益社団法人島根県断酒新生会 〒699-0402 松江市央道町白石1412-1	0852-66-3612	0852-66-3660		22
	島根県立心と体の相談センター 〒690-0011 松江市東津田町1741-3	0852-21-2885	0852-32-5924		
		0852-21-2885			
てんかん	公益社団法人日本てんかん協会(波の会) 島根県支部 〒690-0017 松江市西津田2-2-20	0852-23-5320	0852-23-5320		24
高次脳機能障がい	脳外傷友の会・らぶ 〒690-0861 松江市法吉町193-4	090-4692-4308	—		26

## 鳥取県

## 【障がい福祉関係団体】

区 分	名 所 在 地	電 話			関連 ページ
		F	A	X	
視覚障がい	公益社団法人鳥取県視覚障害者福祉協会 〒683-0001 鳥取県米子市皆生温泉3丁目18-3	0859-35-4336			4
		0859-22-7688			
聴覚・言語障がい	公益社団法人鳥取県聴覚障害者協会 〒683-0845 鳥取県米子市旗ヶ崎6丁目19-48堀田ビル2階 鳥取県難聴者中途失聴者協会 〒683-0062 鳥取県米子市栴屋町12 鳥取県清音会 〒684-0043 境港市竹内町1324-1 深田様方	0859-30-3720			6
		0859-30-3131			
		0859-33-8179			
		0859-22-4360			
盲 ろ う	鳥取盲ろう者友の会 〒683-0033 鳥取県米子市長砂町401 菅澤様方	0859-35-0119			8
		0859-35-0119			
肢体不自由	社会福祉法人鳥取県身体障害者福祉協会 〒680-0846 鳥取県鳥取市扇町21番地(県民ふれあい会館内) 鳥取県肢体不自由児・者父母の会連合会 〒689-0201 鳥取県鳥取市伏野1729-5(鳥取県社会福祉協議会内) 一般社団法人日本筋ジストロフィー協会鳥取県支部 〒689-4122 鳥取県西伯郡伯耆町坂長641-27(平野様方)	0857-50-1070			10
		0857-50-1072			
		0857-59-6344			
		0857-59-6340			
内部障がい	社会福祉法人鳥取県身体障害者福祉協会 〒680-0846 鳥取県鳥取市扇町21番地(県民ふれあい会館内)	0857-50-1070			12
		0857-50-1072			
重症心身障がい	全国重症心身障害児(者)を守る会鳥取県支部事務局 〒683-0226 鳥取県西伯郡南部町高姫332(岡田方)	0859-64-3084			14
		0859-64-3084			
知的障がい	社団法人鳥取県手をつなぐ育成会 〒689-0201 鳥取県鳥取市伏野1729-5(鳥取県社会福祉協議会内)	0857-59-6344			16
		0857-59-6340			
発達障がい	特定非営利活動法人鳥取県自閉症協会 〒680-0821 鳥取県鳥取市瓦町601	0857-30-2776			18
		0857-30-2785			
精神障がい	鳥取県精神障害者家族会連合会 〒680-0901 鳥取県鳥取市江津318-1 精神保健福祉センター内	0857-21-3031			20
		0857-21-3034			
依 存 症	特定非営利活動法人鳥取県断酒会 〒689-3221 鳥取県西伯郡大山町富長70(杉原様方) A.A. 鳥取白うさぎグループ (A.A. 中四国セントラルオフィス) 特定非営利活動法人鳥取ダルク 〒681-0001 鳥取県岩美郡岩美町牧谷645-4 特定非営利活動法人全国薬物依存症者家族会連合会・事務局 〒121-0813 東京都足立区竹の塚5-18-9 竹の塚マンション207	0859-54-3421			22
		0859-54-3421			
		082-246-8608			
		082-249-1081			
		0857-72-1151			
てんかん	社団法人日本てんかん協会鳥取県支部 〒683-0001 鳥取県米子市皆生温泉2-2-8	03-5856-4824			24
		03-5856-4827			
高次脳機能障がい	鳥取県高次脳機能障害者家族会 〒683-0816 鳥取県米子市西倉吉町83-3 (障害者生活支援センターまちくら内)	0859-35-5647			26
		080-1921-1711			
		0859-35-5648			



## サポーター宣言

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 (だいだいいろ)」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、「暖かさ」をイメージするものとしています。

また、「だいだい (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、障がいのある方を優しく支え、自分の意志で行動することを意味しています。

平成30年3月発行

編集・発行 島根県健康福祉部障がい福祉課

〒690-8501 松江市殿町1番地

電話：0852-22-6526 FAX：0852-22-6687