

～障がいのある人を理解するために～

# 障がいを知る



※ここでは、障がいの“がい”は、平仮名で表記しております。

# はじめに

ひと だれ ひびせいかつ なか  
人は誰でも、日々生活していく中で

びょうき じこ さいがい  
いつ病気になるか、いつ事故や災害に

そうぐう わ  
遭遇するか分かりません。

とき ばしょ えら しょう だれ  
時と場所を選ばず障がいは誰にでも

しょう え  
生じ得るものなのです。

しょう しゅべつ ていど たしゅたよう  
障がいの種別や程度も多種多様であり

ていど かる かた ふくすう しょう も かた  
程度の軽い方、複数の障がいをあわせ持つ方、

しょう がいけん わ  
また障がいがあることが外見では分からないため

しゅうい りかい なや かた  
周囲から理解されず悩んでいる方もいます。

しゅうい りかい はいりよ かいじょ  
周囲の理解や配慮、ちょっとした介助があれば

かいけつ おお  
解決することも多いのです。

~まず、障がいを知ることからはじめてみませんか~

# おも しょう しょうかい ◎ 主な障がいの紹介

## しかくしょう ① 視覚障がい

み じょうたい ひと  
～「見えない」状態も人それぞれ～

はくじょう つか ある ひと み  
白杖を使って歩いている人を見たら

しかくしょう かた わ  
視覚障がいの方と分かりますが、

しかくしょう  
視覚障がいにもいろいろなケースがあります。

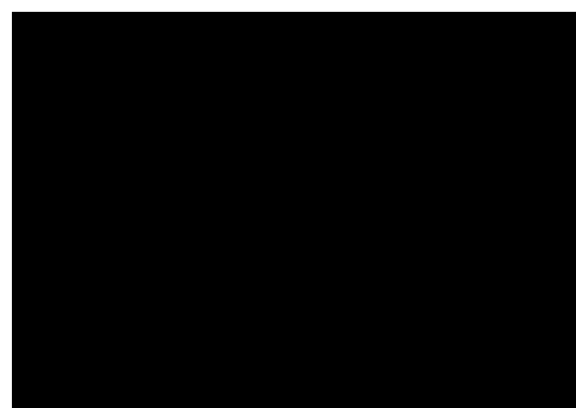
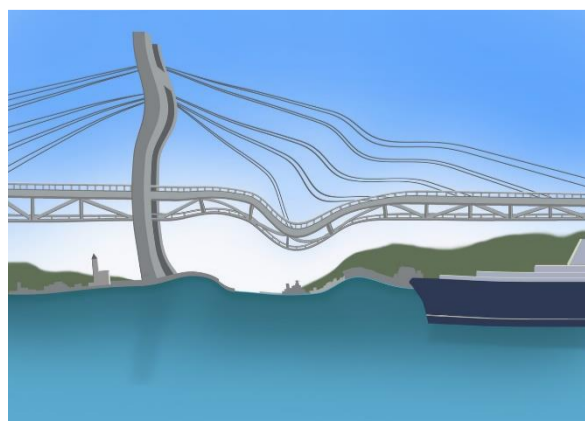
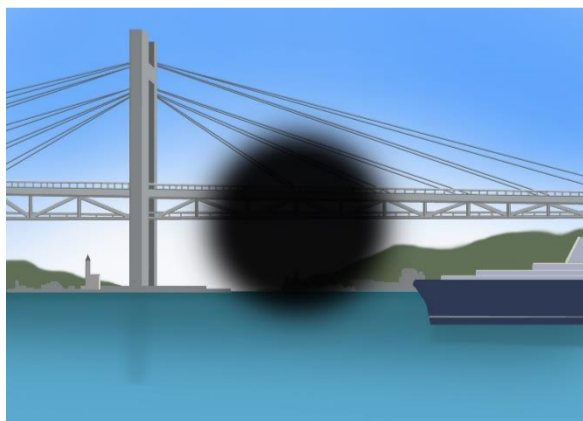
まった み ぜんもう きょうせい しりよく よわ じゃくし み はんい しゃ  
全く見えない「全盲」、矯正しても視力が弱い「弱視」、見える範囲（視野）

せま し や きょうさく  
が狭い「視野狭窄」があります。

う びょうき きれい じ こ しょう ないよう ひつよう  
また、生まれつきか、病気や加齢、事故によるものか障がいの内容や必要な

はいりよ こじんさ  
配慮には個人差があります。

(さまざまな見え方の例) 



とくせい  
【特性】

- ・視力がほとんどない人は、音声・触覚・嗅覚など視覚以外の情報を手がかりに状況を把握します。
- ・文字の読み取りは、点字以外に、最近では画面上の文字情報を読み上げるソフトを用いて、パソコンで行うこともあります。
- ・移動は、白杖（白いつえ）や盲導犬を利用している人もいます。
- ・視力をある程度活用できる人は、拡大鏡などの補助具を利用して文字などの情報を得ています。
- ・「視野狭窄」は、視野の中心部しか見えない。視野の周辺部しか見えないこともあります。
- ・状況によって、明るさの変化への対応が難しい場合があります。

たとえば…移動や情報収集のさい

このようなことに困る事があります…



◎まわりの音、足や杖から感じ取る情報をもとに自分の歩く方向を定めるため、後ろから突然声を掛けられたりすると混乱してしまいます。声を掛ける際は、立ち止まったさいに正面や横から話しかけてください。

◎点字ブロックの上に物を置いたり、突然立ち止まる、歩きスマホはNGです。

# ちょうかくしょう ②聴覚障がい

ひと こえ もの おと き き  
～人の声や物音が聞こえない、または聞こえにくい～

がいけん しょう  
外見から障がいがあることがわかりにくく

さいがい じ こ か じ とつぜん うご だ とき  
災害や事故、火事など突然みんなが動き出した時は

なに お わ こと  
何が起きたか分からない事があります。

しょう しゃ ちゅうとしちようしゃ なんちようしゃ わ  
この障がいは「ろう者」と「中途失聴者・難聴者」の二つに分けられます。

しゃ しゅわ だいいちげんご にちじょうてき つか ひと はつおん  
「ろう者」とは手話を第一言語として日常的に使っている人をいいます。発音

ふ めいりょう はな にが て ひと ちゅうとしちようしゃ なんちようしゃ はな  
が不明瞭など、話すのが苦手な人がいます。「中途失聴者・難聴者」は、話し

ことば おぼ あと びょうき じ こ き き  
言葉を覚えた後に、病気や事故などにより聞こえなくなったり、聞こえにくくな

ひと も じ あいて くち うご こうわ しかくじょうほう  
った人をいいます。文字や相手の口の動き（口話）などの視覚情報がコミュニ

しゅだん ちゅうしん しゅわ かぎ ふ つう はな  
ケーション手段の中心で、手話ができるとは限りません。普通に話すことはで

き と むずか ご かい う おお  
きても聞き取ることが難しいので、誤解を受けることが多いです。

## コミュニケーションの取り方



み ぶ て うご かお ひょうじょう つた  
●身振り・・・手の動きや顔の表情で伝えます

ひつだん かみ て もじ か つた  
○筆談・・・紙や手のひらに文字などを書いて伝えます



くうしょ くうちゅう もじ か つた  
●空書・・・空中に文字を書いて伝えます

こうわ くち おお あ はな つた  
○口話・・・口を大きく開けてゆっくりと話して伝えます



しゅわ て ゆび からだ め うご かお ひょうじょうなど つか はなし  
●手話・・・手の指、体、目の動き、顔の表情等を使って話をします

ゆびもじ おん ゆび かたち あらわ  
○指文字・・・50音をそれぞれ指の形で表します

# もう ③ 盲ろう

~視覚と聴覚両方に障がいがあること~

重要な感覚器官の2つが失われているため、情報を得ることやコミュニケ

ーション、移動が困難な状態に置かれ、孤独な生活を強いられています。

先天的に両方の障がいがある場合や、元々どちらかの障がいがあったところ

にもう一方の障がいが増える場合など、発症の経緯はさまざまです。また見

え方・聞こえ方の状態や程度も人それぞれで、視覚と聴覚以外の障がいを

併せ持つ場合など多様なため、一人一人に合わせた支援が必要です。

## コミュニケーションの取り方

● 手書き文字・・・手のひらに文字を書いて伝える方法

○ 音声・・・(聴力が残っている場合) 耳元や補聴器のマイクに向かって話す方法

● 筆談・・・(視力が残っている場合) 通訳者が紙などに文字を書いて伝える方法

○ 触手話・・・手話の形を手で触って読み取ります

● 点字・・・ブリスト(点字タイプライター)や指点字で伝える方法

○ 指文字・・・盲ろう者に見せたり触らせたりして伝える方法

(社会福祉法人全国盲ろう者協会より)



# したいふじゆう ④ 肢体不自由

～手や足のまひや欠損、あるいは体幹の機能障がい～

立ったり、歩いたり、物の持ち運びなどの日常動作や、

姿勢の維持に不自由のあることを言います。


移動に車いす、杖、義足、補装具を使用している人もいます。また中でも、脳

性まひなどにより全身に障がいが及ぶ場合は、自分の意思に反して手足や

顔が動く(不随意運動)という特徴があり、言語障がいがある場合もあるた

め、意思の伝達が困難なことがあります。

例えば…車椅子等の移動の際にはこのような

困り感や不便さがあります… 

◎ 車いすや歩行器、杖などを利用している方はドアの開閉、高い場所

や低い場所の物の取得、段差のある場所や急な坂道などで動作に困

難が生じる事がある。



◎ エレベーターを利用する人が増えており、乗りたいときに乗れない。

◎ 歩きスマホにより、駅のホームなどの狭い場所で怖い思いをする。

◎ 車を運転する方は、乗り降りに広いスペースが必要です。障がい者

マークの駐車場が空いていないため、不自由な思いをすることがある。

◎ お店に入るのに断られ、食事も気楽に摂れない。

とくせい  
【特性】

いじょう き が せんめん にゅうよく にちじょうてき しえん ひつよう ひと  
・ベットの移乗、着替え、洗面、トイレ、入浴など、日常的に支援が必要な人が  
います。

まひ ていど かる つえ そうぐほこう かのう ばあい ぎそく しょう  
・麻痺の程度が軽いため、杖や装具歩行が可能な場合や、義足を使用するな  
どして、支援をあまり必要しない人もいます。



☆パラリンピックって知っていますか？   

せかい りくじょうきょうぎ すいえいきょうぎ さまざま しゅもく きそ あ  
世界のトップアスリートが陸上競技や水泳競技など様々な種目で競い合う  
オリンピック。

おな しょう ひとたち きそ あ  
これと同じように、障がいのある人達がいろいろなスポーツで競い合うのが  
パラリンピックです。手や足がない人でも、義足や義手といった補装具を付け  
て走ったり、とんだり、水泳も出来るのです。

とうきょう きょうぎたいかい きょうぎ しゅもく かいじょう じっし  
東京2020パラリンピック競技大会は、22競技539種目が21会場で実施  
され、2021年8月24日開会式翌日から9月5日の閉幕まで12日間にわた  
り繰り広げられます。

(パラリンピックホームページ内2020年8月3日現在)





## こうじのうきのうしょう ⑤ 高次脳機能障がい

～外見では分かりにくいいため「見えない障がい」～

交通事故や脳血管障がいなどの病気により、脳にダメージを受けることで生じる認知障がいや行動障がいなどの症状のことをいいます。

例えば…このようなことに困る事があります…



◎ 新しいことが覚えられず、繰り返し説明をしてもすぐに同じことを尋ねるようになります。極端な例では、自分のしたことを忘れてしまう、1日の予定等が覚えられない。

◎ 感情や行動を調整する事が難しくなったりします。

※他にも、肝機能障がいや呼吸機能障がいなど外見では分からない障がいがあり、どの症状があるかは個人差があります。

# ちてきしょう ⑥知的障がい

がいけん しょう  
～外見からはわかりにくい障がい～

せいかつ なか がくしゅうめん あらわ ちてき はたら はったつ どうねんれい ひと へいきん くら  
生活の中や学習面で現れる知的な働きや発達が同年齢の人の平均と比べて  
ゆっくりとしていることをいいます。

はつご み まわ ぜんめんてき しえん ひつよう じゅうど ひと しゃかいせいかつ おく  
発語がなく身の回りの全面的支援が必要な重度の人から、社会生活を送れ  
る軽度の人まで、障がいの現れ方にはさまざまな違いがあります。

おも げんいん う しょう しゅっさん じ のう あっぱく  
主な原因としては、生まれつきの障がいや、出産時の脳の圧迫などのトラブ

にゅうようじき かんせんしょう のうがいしょう おお ばあい げんいん ふめい  
ル、乳幼児期の感染症や脳外傷などがありますが、多くの場合は原因が不明  
です。

## とくせい 【特性】

- ふくざつ はなし ちゅうしょうてき りかい はんだん にながて  
・複雑な話や抽象的なことがらを理解し判断することが苦手です。
- けいさん もじ か ぶんしょう よ にながて  
・計算することや文字を書いたり文章を読んだりすることが苦手です。
- じぶん かんが きも つた にながて  
・自分の考えや気持ちを伝えるのが苦手です。



# ⑦ダウン症<sup>しょう</sup>

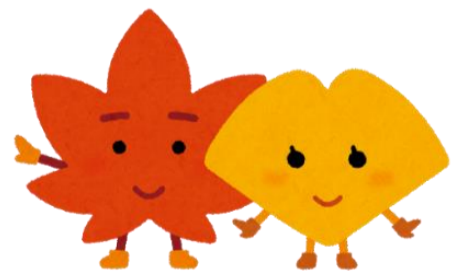
～体細胞の21番染色体が通常より1本多く存在～

計3本(トリソミー症)になることで発症する先天性疾患群

染色体の突然変異によって起こります。この染色体の突然変異は誰でも起り得ます。先天性の障がいで、ほとんどの場合遺伝病ではありません。多くの場合知的な発達に遅れがあり、特徴的な顔貌を持ち、心疾患などを伴うことも多いです。

## 【特性】

- ・長期記憶が良いですが、時間の経過を把握することが苦手です。
- ・抽象的な話は理解しづらいため、具体的な方が良いです。
- ・言葉で表すより行動で表現することが得意。
- ・筋力の低緊張があり、筋量は少ない。



※ダウン症は頑固と言われますが、コミュニケーション能力(理解の言葉と表出したい言葉のギャップ)と情緒認知能力(急激で一時的な好き嫌いの感情など)などの複合的理由からくるものと言われています。

# せいしんしょう ⑧精神障がい

がいけん しょう  
～外見からはわかりにくい障がい～

しょう とくせい  
障がいの特性もさまざま

せいしんしょう せいしんしっかん にちじょうせいかつ しゃかいせいかつ  
精神障がいとは、精神疾患のために日常生活や社会生活がしづらくなるこ  
とをいいます。多くの場合、適切な治療を受けることで症状が安定し回復  
む しょうじょう のこ さいはつ  
に向かいますが、症状が残ったり、再発したりすることもあります。



## （おも しょうじょう） 【主な症状】

とうごうしっちょうしょう じっさい じぶん わるぐち き げんちょう  
・統合失調症：実際には自分の悪口が聞こえてくるなどの「幻聴」や  
もうそう とくちょうてき しょうじょう よわ ものごと じゅうなん たいおう  
「妄想」などが特徴的な症状です。ストレスに弱く、物事に柔軟に対応するこ  
にがて  
とが苦手です。

びょう そう びょう じょうたい き も つよ お こ き で  
・うつ病・躁うつ病：うつ状態では気持ちが強く落ち込み、やる気が出ないな  
しょうじょう そうじょうたい き も かじょう こうよう ちょうじ かんはなしつづ  
どの症状があります。躁状態では、気持ちが過剰に高揚し、長時間話続け  
お っ  
たり、落ち着きがなくなったりします。

## さべつ へんけん ～差別や偏見～

しせん ほんにん くる う  
まわりの「視線」が本人の苦しみを生んでしまうことがあります。

わる ことば い なに へんけん くる  
「悪いことをするのは…」と言葉で言われ、何もしていないのに偏見で苦しんでしまうこと  
いっぱんてき しゃかいけいけん でき しゃかい なじ つら  
もあります。一般的な社会経験が出来ないため、社会で馴染んでいく辛さがあります。



# はったつしょう ⑨発達障がい

がいけん わ しょう  
～外見からは分かりにくい障がい～

とくちょう あらわ かた ちが  
ひとりひとり特徴の現れ方は違います

う のうき のう しょう かんが りかい こうどう めん せいかつ  
生まれつきの脳機能の障がいと考えられていて、理解や行動の面で生活し  
づらいことがあります。多くは低年齢で特徴が現れますが、成長してから気  
づくことも多いです。

とくちょう た しょう じゅうふく おお ひとり  
さまざまな特徴があり、それらやその他の障がいも重複することも多く、一人  
ひとり特徴の現れ方は違います。その特徴や行動から誤解されることも多い  
ですが、親の育て方や本人の努力不足によるものではありません。

## はったつしょう ぶんるい だいひょうてき 【発達障がいの分類:代表的なもの】

### じへいしょう (1) 自閉症スペクトラム

きょうみ かんしん はんい せま か こうどう つよ ひと  
・興味・関心の範囲が狭く、パターン化した行動が強い人がいます。

あいて ひょうじょう たいど あいて きもち さっ ながて  
・相手の表情や態度から、相手の気持ちなどを察することが苦手です。

みとお た じょうきょう ふあん  
・見通しが立たない状況は不安になります。



ちょうかく しょっかく みかく かびん ひと いた どんかん ひと  
・聴覚や触覚や味覚などに過敏な人、痛みなどに鈍感な人などいます。

げいじゅつてき すぐ ひと  
・芸術的に優れている人がいます。



## (2) 学習障がい (LD)

• 一般的に知的な遅れがなく、「話す」「理解」はできるのに、「読む」「書く」

「計算」が苦手です。



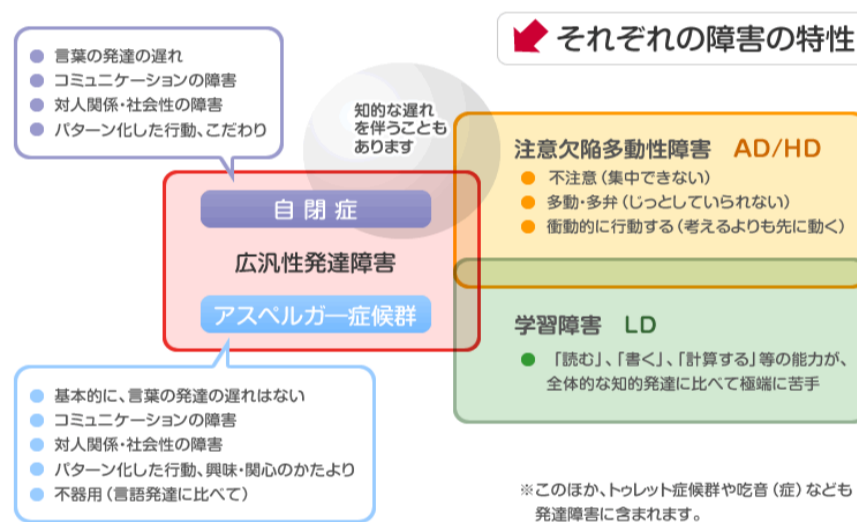
## (3) 注意欠陥多動性障がい (ADHD)

• 集中できない、うっかりミスが多いという「不注意」、じっとしてられない「多

動」、考えるより先に行動を起こす(衝動)などが現れます。

※一般的な感覚ではありえない言動がみられますが、障がい特性であり、相

手を困らせたいと思っていたり、故意にしていることはありません。



(図: 政府広報オンラインより)

## ○ 感じ方の違いについて

「音や光」「温度や触り心地」「味やにおい」に苦痛を感じてしまうことがあります。

じっとしてられず、声が出たり、体が動いてしまうこともあります。

## ● 対応としては

混乱や不安を感じている時は、落ち着くまで急がせず見守ることが大事です。

絵や文字を使った方が理解できる人もいます。

# なんびょう ⑩ 難病

がいけん わ ばあい おお  
～外見から分かりづらい場合が多い～

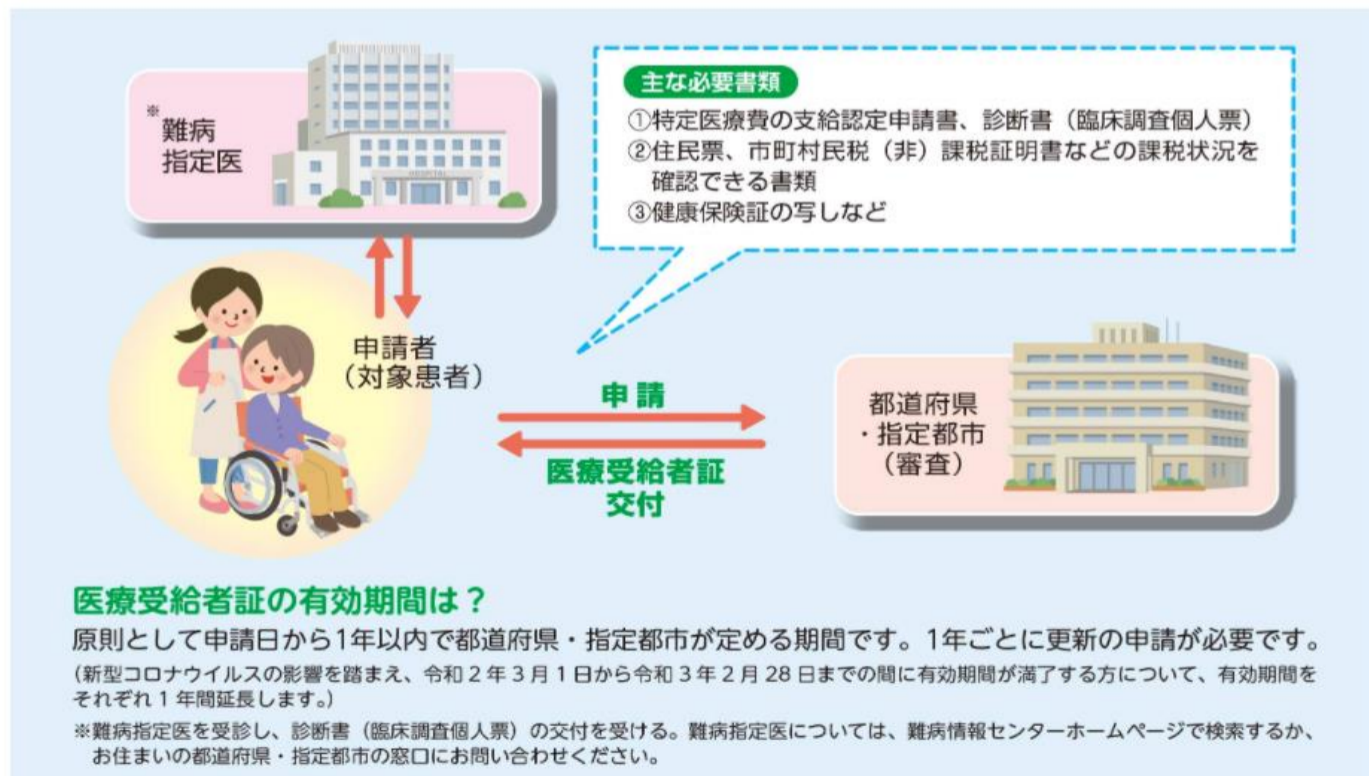
りかい  
なかなか理解されない

はつびょう げんいん ふめい ちりょうほうほう かくりつ ちょうき りょうよう ひつよう  
発病の原因が不明で、治療方法が確立しておらず、長期の療養を必要とする疾病を難病と呼んでいます。

かんち てきせつ ちりょう じこかんり つづ ふつう せい  
ただし、完治はしないものの、適切な治療や自己管理を続ければ、普通に生活ができる疾病が多くなっています。

なんびょう ひと ひとくち い しっぺいすう おお びょうじょう ひとりひとりちが  
「難病のある人」と一口に言っても、疾病数は多く、病状は一人一人違います。病気であることが外見から分かりやすい人もいれば、病気であることが分かりにくく、理解されにくい場合もあります。先入観や偏見を持たずに接することが大切です。

## 申請から医療費受給者証交付の流れ



なんびょうじょうほう  
(難病情報センターより)

# しょう ◎「障がい」はどこにあるの…?

にほん には、16人に1人、からだやところに機能の障がいがある人がいると言  
われています。

心身の機能に障害を持つ人の数

国内総人口の6% 16人に1人



出典：厚生労働省調査

\* 障害者数について

横の図では、身体障害、知的障害、精神障害の3区分の障害者数を挙げていますが、障害者は、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がある人のことをいい、障害や社会のバリアによって、日常生活や社会生活で困難のある方をいいます。

その障がいもさまざまですが、果たして「障がい」というのは、からだやところに機能障がいがあるので、その人に困難が生じれば、自分で乗り越えていかなければならないのでしょうか?

例えば…車いすを使っている人が、お店に入れなくて困っているとします。

階段が狭い、お店の入口の幅が狭い、入れる入り口の案内がない…などによ  
って入れません。

ということは、この人の「障がい」となってお店に入れられないという困りごとを生  
じさせているのは、お店づくりに問題があるのではないのでしょうか?

「障がい」は社会(ものや環境や人)とからだやところの機能の障がいとの  
両立でつくりだされているのです。

「障がい」は皆さんが生活している社会の中にあります。



# だれ 誰もが暮らしやすい社会を目指して

しょう 障がいがある、ないにかかわらず、おんな ひと おとこ ひと 女の人 男の人、としよ わか ひと お年寄りも若い人も、すべての人がお互いの人権や尊厳を大切に、ささ だれ い い 支えあい、誰もが生き生きとした人生を送る事が出来る社会をつくっていかなければなりません。

か こ 過去において、しょう 障がいのある人が受けてきた さべつ ぎゃくたい かくり ぼうりよく とくべつ 差別、虐待、隔離、暴力、特別な目で見られるなどのことは、げんだい しゃかい 現代の社会においてはあってはならないものです。またしょう 障がいのある人はかわいそうであり、いっぽうてき たす 一方的に助けられるべき存在であるということはまちが 間違いです。

しょう 障がいのある人もない人も、きほんてき じんけん うま も 基本的な人権を生れながらに持っており、普段の生活やスポーツや文化などの活動など、しゃかいせいかつ おく 社会生活を送っています。

ひと たす あ とも い すべての人助け合い、共に生きていく社会をつくるということがじゅうよう 重要です。

## しょう しゃかい した かつ 「障がい」についてもっと知りたい方へ

と あ しょう 一部 障がいです。さまざま しょう いろいろな「障がい」について、いろいろ

ほん えいが さまざまな しょう 存在しています。もっと深く知りたい、学びたいという方は、ぜひ

いしかりしとしょかん 石狩市図書館やインターネットで調べてみてください。そして、「障がい」についてもっと深く

し まな かんが さいわ 知り、学び、考えていただくと幸いです。

