

きょう
今日からはじめよう!
みんなで

「あいこみ」

いしかりししょう しゃじょうほう こみゆにけーしょんがいどぶっく
石狩市障がい者情報・コミュニケーションガイドブック



が い ど ぶ っ く な い よ う お ん せ い き
このガイドブックの内容を、音声でも聞くことができます

し かく しょう ひ と も じ よ む ず か ひ と が い ど ぶ っ く な い よ う お ん せ い か
視覚に障がいのある人や文字を読むことが難しい人のために、ガイドブックの内容を音声化した
しーでいー つく か ぞく し あ ひつよう かた いしかりし ふくし ぶしょう
CDを作りました。ご家族やお知り合いが必要な方がいらっしゃいましたら、石狩市福祉部障がい
ふくし か でんわ れんらく しーでいー むりょう さ あ
福祉課(電話0133-72-3194)へご連絡ください。*CDは無料で差し上げます

れい わ ねん がつついたち

令和6年4月1日に

石狩市障がい者情報・コミュニケーション条例を 施行しました

だれ ぐ 「誰もが暮らしやすく、やさしいまち」になることを目指して

しょう がいのある人もない人も、みんなが互いに心を通わせ理解しあい、安心して暮らし続けることができるやさしいまちにしていけるための条例です。市民一人一人が障がいのある人にわかりやすく情報を伝え、受け取りやすくすることで、日常生活で困らないように環境を整備していくことを目指します。



じょう れい あい しょう 条例の愛称は「あいこみ」です

いしかり ししょう しょう がいのある人には「あい」のある言葉で接しましょう。

いしかり 「Ishikari」の「 | (あい) 」

「ふれあい」の「 あい 」

けい あい 「敬愛」の「 あい 」

事業者や市民の皆さん、合理的配慮の必要性やその理解を深めましょう

しょう れい し こう しょう がいのある人が日常生活や社会生活を送るうえで、社会的障壁などにより生活がしづらくなることのないよう、合理的配慮の必要性やその理解を深めていくことが求められます。

合理的配慮の提供例

- ・車いす利用者のために電車の乗り降りやお店の出入り口などで段差がある場所では、スロープを設置するなどして車いすの人を補助します。
- ・筆談、音読、手話、わかりやすい表現などを使い、障がいのある人がわかる方法で情報を伝え、受け取りやすいようにします。
- ・お店やイベントの案内所などで、知的に障がいのある人などにもわかるようにフリガナをつけて文書などを渡します。



しょう ひと 障がいのある人とは

しんたいしょう ちてきしょう せいしんしょう はつたつしょう ふく なんびょう
 身体障がい、知的障がい、精神障がい(発達障がいを含む)や難病、
 そのほかのしんしん きのう しょう しやかいせいかつ ふべん
 そのほかの心身の機能に障がいがあり、社会生活でさまざまな不便
 こんなん しやかいてきしょうへき かん まいにち せいかつ ひと
 や困難(社会的障壁)を感じ、毎日の生活がしづらい人のことです。



しょう ひと 障がいのある人との「あいこみ」

すす こえ 進んで声をかけましょう

しょう ひと こま なに
 障がいのある人が困っているときは、「何かお
 こま すず こえ
 困りですか」と進んで声をかけましょう。



あいて たち ば 相手の立場になりましょう

あいて たち ば あいて つた
 相手の立場になって、相手が伝えたいことを
 り かい
 理解しましょう。



こみゆにけーしょん たいせつ コミュニケーションを大切にしましょう

はなし
 お話をするときは、「ゆっくり」「ていねいに」
 かえ こと ば こころ
 「くり返し」そして「わかりやすい言葉」を心が
 あいて いし かくにん
 けながら相手の意思を確認しましょう。



じゅうなん たいおう こころ 柔軟な対応を心がけましょう

ひとり たいおう ば あい しゅうい ひと きょう
 一人で対応できない場合は、周囲の人に協
 りよく もと
 力を求めましょう。



じょうほう う と 情報を受け取りやすくするために！ このガイドブックで気を付けたこと

かんじ かたかな ふりがな つ よ
 漢字やカタカナにフリガナを付けると読みやすくなりますが、ぶんしょう むずか よ り かい
 文章が難しいと読んでも理解が
 できません。そこで、ふりがな ぶん いしき おお ひと じょうほう う と
 「フリガナ+わかりやすい文」を意識しながら、多くの人が情報を受け取る
 ようにつくっています。

視覚に障がいのある人！

との「あいごみ」



まったく見えない、光がまぶしい、暗いところが見えにくい、見える範囲が狭いなど、人によって見えにくさの違いがあります。

出かけるときは白杖（杖）や盲導犬などの補助が必要です。点字ブロックや周りの音から情報を得ています。

困っている人を見かけたときの「あいごみ」

困りごと

文字を読んだり書いたりすることが難しく、また、点字を読めない人がいたら…。



ここで「あいごみ」!

困っている人がいたらひと声かけて、許可を得てから文字を読み上げたり、代わりに書いたりしましょう。

困りごと

慣れない場所で目的地への方向や場所がわからなくなり立ちつくす人がいたら…。



ここで「あいごみ」!

許可を得てから誘導します。そのときは、「こちら」、「あちら」などの指示語ではなく、「30センチ右」、「2歩前」など具体的に伝えましょう。

困りごと

点字ブロックの上に自転車や荷物が置かれていて通れない人がいたら…。



ここで「あいごみ」!

視覚に障がいのある人にとって点字ブロックは、目的地まで安全に誘導してくれる大切なものです。点字ブロックの上に自転車や荷物が置いてあると、ケガや事故の原因となるので点字ブロックの上の物を置かないでください。

「あいこみ」ワンポイント講座

！ポイント

文字が読めない、読みづらい人には

点字や拡大鏡などがあると読みやすくなる人もいます。最近ではパソコンや携帯電話などを使い音声で読み上げて伝えることも多くなっています。



！ポイント

話しかけるときは

正面に立ち「お手伝いすることはありますか」と声をかけてから自分の名前を伝えます。その場を離れるときもひと声かけて知らせます。



！ポイント

付き添って歩くときは

許可を得てから自分の腕や肩をつかんでもらい、相手のペースに合わせて少し先を進みます。災害や事故のときには状況も説明します。



視覚に障がいのある人の声

外出のときに困るのがトイレです。音声案内で場所がわかっても、どこに便器があって水はどうやって流すのかなどで迷ってしまいます。また、白杖を上にはげているときは、困っているときの合図です。見かけたらひと声かけてくれると助かります。

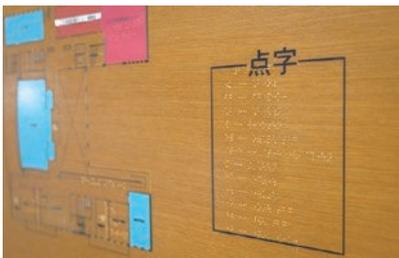


石狩市の「あいこみ」紹介



石狩市総合保健福祉センター「りんくる」では

石狩市民図書館では



点字で表示された館内の案内板。

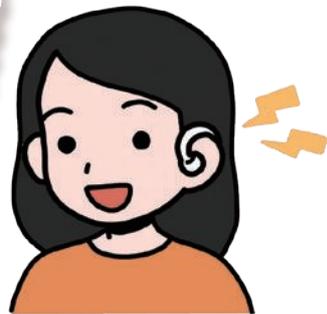


障がい者専用駐車場から受付まで点字ブロックで誘導。



文字が見えにくい人のために拡大読書機付きの専用席を設置。

ちょうかくしょう 聴覚に障がいのある人！



との「あいごみ」

き 聞こえにくい、^{まった}全く聞こえないなど人によって^{ひと}聞こえ方が^{かた}違います。また、聞こえにくいことで、^{かい}会話がうまくできない人もいます。

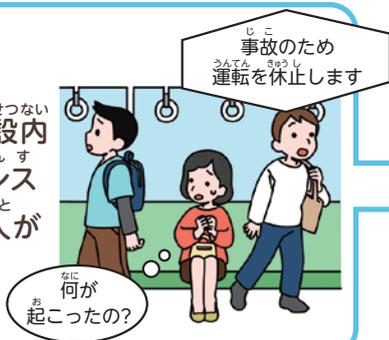
はな ^{かた}話し方や^{がいけん}外見からは^{しょう}障がいのあることがわかりにくいことがあります。あいさつをしたのに^{へんじ}返事がないなど誤解^{かい}されることもあります。

ほ ^{ちよう}補聴器を付けていても^{かい}会話が^{すべ}全て聞き取れているとは^{かぎ}限りません。目で見た^{じようほう}情報で^{かい}会話の内容を^り理解^{ひと}する人もいます。

こま 困っている人を見かけたときの「あいごみ」

こま 困りごと

こうつうきかん しせつない 交通機関や施設内の^{きんきゆう}緊急アナウンスが聞こえない人がいたら…。



ここで「あいごみ」!

でんしゃ ばす こうつうきかん でばーと びやういん 電車やバスなどの交通機関や、デパート、病院などの施設内で緊急のアナウンスがあっても、聞こえていない場合があります。そんなときはアナウンスの内容を紙に書いたり、ジェスチャー(身振り)などで、伝えましょう。

こま 困りごと

なか ほちようき まち中で補聴器を付けていても聞き取りにくい人がいたら…。



ここで「あいごみ」!

ほちようき つ なか かんきようおん き 補聴器を付けていてもまち中の環境音で聞こえにくい人がいます。うしろから自動車や自転車で近づいても気づかないときは、ゆっくりと走行することを心がけましょう。

こま 困りごと

はな 話しかけても伝わらない人がいたら…。



ここで「あいごみ」!

き 聞こえない人は、話しかけても言っていることがわかりません。手話ができなくても、相手と目を合わせ、顔の表情や口の動きを見てもらうことで情報を伝えることができます。

「あいこみ」ワンポイント講座

！ポイント

かいわ
会話をするとき

きこえない人にとって手話は大切な言語であり、会話をするときには使う言葉です。日常生活で使える簡単な手話を覚えて、手話で会話をしてみましょう。



！ポイント

たいせつ
大切なことを
つた
伝えるときは

紙に書いて伝える筆談や、タブレット、携帯電話などの画面に文字を表示して伝える方法もあります。伝えるときはひらがなだけではなく、漢字やわかりやすい文を使いましょう。



！ポイント

こうわ かいわ
口話で会話を
するとき

話す人の口の動きを見て言葉を読み取る口話や読話という方法があります。口話を使うときは、正面からはっきり、ゆっくりと口を動かしましょう。



いしかりし 石狩市の「あいこみ」紹介



いしかりし やくしょ
石狩市役所では

いしかりし じん と しょ かん
石狩市民図書館では



1階ロビー



手話コーナー

手話に興味がある人や、手話を学びたい人のための本などが置かれています。



手話カフェ

1階ロビーの大型電光掲示板では手話の単語を紹介する動画を放映し、ロビーサロンでは、月に1回、手話カフェが開催されています。

こうほう
広報いしかり「みんなで手話」
YouTubeで手話動画を配信中



こうほう
広報いしかりで連載中の「みんなで手話」の動画をYouTubeで配信しています。

手話の
YouTubeチャンネル



知的に障がいのある人！ との「あいごみ」



おおむね18歳までに障がいがある人、現れ、覚えることや話すことが同年代の人にくらべ、ゆっくりとした発達となっています。

人によって必要な助けに違いはありますが、何らかの特別な支援や配慮を必要としています。

知的に障がいのある人も、私たちと同じように一般の会社で働いている人もいます。

困っている人を「あいごみ」見かけたときの

- 困りごと**
- 読み書きや計算が苦手な人がいたら…
- 慣れない場所や初めての人に不安を感じる人がいたら…
- うまく助けを求めることができない人がいたら…

ここで「あいごみ」!

読み書きや計算が苦手な人がいます。買い物でお金を支払うときに困っている人には、「ゆっくりでいいですよ」という見守る気持ちを持ちましょう。

体験したことがないことに出会うと大きな不安を感じます。上手に行動できるように、ゆっくりとていねいにくり返して説明しましょう。

困っていても、上手に相手に伝えることができない人もいます。まず、何に困っているのかをていねいに聞き取りましょう。

「あいごみ」ワンポイント講座

ポイント 会話をするときは

相手に合わせた対応で、一度にたくさん話さず、ゆっくりとていねいにくり返して伝えましょう。

ポイント 大切なことを伝えるときは

コミュニケーションボードや紙などに絵や文字を書いて、目で見てもらいながら説明すると伝わりやすくなります。

ポイント パニックになったときは

落ち着く場所に誘導し、気持ちを落ち着かせてから、ゆっくりと具体的に話を聞きます。

知的に障がいのある人の声

一人一人に特性(個性)があり、それぞれに何らかの特別な支援や配慮を受けながら社会の中で生活をしています。外見からはわかりづらくても、助けが必要な人の中には「ヘルプマーク」を付けている人もいますので、困っている人を見かけたら、ひと声かけてあげてください。



ヘルプマーク

せいしんしょう 精神に障がいのある人



との「あいこみ」

とうごうしつちようしやう びやう
統合失調症、うつ病、てんかん、
あるこーるいぞんしやう
アルコール依存症など、さまざま
せいしんしつかん
まな精神疾患があります。

てきせつ ちりやう ふくやく しゆうい
適切な治療や服薬と周囲の
しえん はいりよ しやうじやう こうどう
支援や配慮で、症状や行動を
こんとろーる
コントロールしています。

まわ ひと りかい びやう
周りの人が理解してくれず、病
き し
気のことを知られたくないと
おも
思っている人もいます。

こま 困っている人を「あいこみ」 み 見かけたときの

こま 困りごと

ひとづ あ
人付き合いや
こみゆにけー
コミュニケーション
ションが苦手な
ひと
人がいたら…。

しやう
障がいについて
ただ りかい
正しく理解さ
れず孤立する
ひと
人がいたら…。

ちやうきにゆういん
長期入院など
しやかいせいかつ
で社会生活に
な
慣れていない
ひと
人がいたら…。

ここで「あいこみ」!

す とれす よわ つか にんげんかん
ストレスに弱く、疲れやすいため、人間関
けい きすく ことがて ひと おお
係を築くことが苦手な人が多くいます。
ふだん えがお おだ せつ ところ
普段から笑顔で穏やかに接することを心
がけましょう。

み め へんけん も
見た目ではわかりづらいため、偏見を持た
れて孤立してしまうことがあります。相手
の障がいについて正しく理解しましょう。

わか とし ちやうきにゆういん ひと しやかい
若い時から長期入院していた人は、社会
せいかつ な
生活に慣れていないことがあります。安
しん せいかつ まわ ひと
心して生活できるように周りの人たちと
きやうりよく ささ
協力して支えましょう。

「あいこみ」 わんぼいんとこうざ ワンポイント講座



かいわ 会話をするとき

ふあん つよ ひと かんかく かびん ひと
不安の強い人や、感覚が過敏な人もいま
す。適度な声の大きさを心がけ、笑顔で穏
やかに接しましょう。



はなし き 話を聞くときは

なんど おな しつもん く かえ
何度も同じ質問を繰り返したり、つじつま
の合わないことを言ったりしても、最後ま
で話を聞きましょう。



たいちやう わる 体調が悪くなったときは

きんちやう ふあん つよ たいちやう わる
緊張や不安が強くなると、体調が悪くなる
ことがあります。そういうときは、不安な気
もちを聞いてあげたり、休ませて気分転換
をすることを勧めましょう。

せいしんしょう 精神に障がいのある人の声

せいしんしやう い しやうじやう ちが だれ なや す とれす せいしんしやう
精神障がいと言っても症状はそれぞれ違います。誰もが悩みやストレスでいつ精神に障がいをきたすかも
わかりません。特別な目で見ることなく、普通に付き合っ欲しいと思います。

発達に障がいのある人！ との「あいこみ」



じへいしょう がくしゅうしょう ちゅうい けっかん
自閉症、学習障がい、注意欠陥
たどうせいしょう のうきのう
多動性障がいなど、脳機能の
はったつ かんけい しょう
発達が関係する障がいです。

すぐ のうりよく はっき ひと
優れた能力を発揮する人もいま
あんばんらんす ようす り
すが、アンバランスな様子が理
かい
解されにくいことがあります。

きょうみ くわ
興味のあることには詳しいで
すが、興味のないことには理
かい しめ
解を示さないことがあります。

困っている人を「あいこみ」 見かけたときの

困りごと

まわ じょうきょう
周りの状況や
ひと きも
人の気持ちか
よ
読み取れない
ひと
人がいたら…。

とおまわ い
遠回しな言い
かた
方やあいまいな
ひょうげん にがて
表現が苦手な
ひと
人がいたら…。

わす もの おお
忘れ物が多い、
じかん もの かん
時間や物の管
り
理ができない
ひと
人がいたら…。

ここで「あいこみ」!

こみゆに けーしょん にがて まわ ふんいき
コミュニケーションが苦手で周りの雰囲気
あいて ひょうじょう よ と
や相手の表情を読み取ることができない
ひと くたいてき なに
人がいます。具体的に何をしたらよいか
ていねいに せつめい
説明しましょう。

はなし ないよう つた かん
話の内容が伝わっていないと感じたとき
え もじ みぶ まじ じっさい もの
は、絵や文字、身振りを交える、実際に物を
み せ ば な く たいてき つた
見せて話すなど具体的に伝えましょう。

いろいろ ものごと じぶん かんり にがて
色々な物事を自分で管理することが苦手
ひと ちえ つくりす と すけ
な人もいます。チェックリストやスケ
じゅーる ひょう つく たいおう
ジュール表を作って対応するようにしま
しょう。

「あいこみ」 ワンポイント講座



会話をするときは

ふあん つよ ひと かんかく かびん ひと
不安の強い人や、感覚が過敏な人もいま
てきど こえ おお ころろ
す。適度な声の大きさを心がけ、笑顔で穏
やかに ゆっくりと つか
伝えましょう。



大切なことを伝えるときは

あいて へんじ へんどう
相手から返事や返答があるまであせらずに
まちます。大切な会話の内容はメモに書い
て わた
渡します。



パニックになったときは

さわ ばしよ こんらん ぱにっく
騒がしい場所などで混乱してパニックに
なっている人を見かけたときは、落ち着く
まで こと
声をかけずに、そばで しみまも
見守ります。

発達に障がいのある人の声

たくさん の人がいる中で何かをするときは、緊張して表情がなくなることがありますが、参加したあとに
達成感を得ることがあるので、「その通りだね」など肯定的に励まし続けてください。また、最終的に「どう
なればよいか」という結果を伝えてから、具体的に何をするか説明してもらえると、理解しやすくなります。

て あし からだ しょう ひと 手足や体に障がいのある人 との「あいこみ」



びょうき けが など て あし
病気やケガなどで手や足など
うご 動かすことが難しく、日常生活
かつ いどう どう さ こんなん じょうたい
活の移動や動作が困難な状態
にあります。

つえ しょう ひと ぎそく しょう
杖を使用する人、義足を使用
する人、車いすで自力走行でき
る人や電動の車いすを使用す
る人などがいます。

ひと しょう しょうたい
人によって障がいの状態には
ちが 違いがあり、それぞれに何ら
かの特別な支援や配慮を必要
としています。

こま ひと 困っている人を「あいこみ」 み 見かけたときの

こま 困りごと

かいだん だん さ
階段や段差が
ある場所での
いどう 移動が困難な
ひと 人がいたら…。

たか ひく ぼしょ
高い(低い)場所
の物が取れない、
もじ か 文字が書けない
ひと 人がいたら…。

おも びょうき
重い病気によって
はな 話すことが難し
ひと い人がいたら…。

ここで「あいこみ」!

かいだん だん さ ぼしょ いどう むづか
階段や段差などがある場所は移動が難
しく、転んでケガをすることもあります。
さぼーと サポートするときは無理をしないで周り
のひと 人に協力を求めましょう。

くるま ひと たか ひく ぼしょ もの と
車いすの人は高い(低い)場所の物が取れ
ないことがあります。また、手や指にマヒ
がある人は文字を書くことが難しいです。
ひと 声かけてからサポートしましょう。

のうせいま ひ おも びょうき ひと かいわ むづか
脳性マヒなどの重い病気の人には会話が難
しい人もいます。意思を伝えることが難
しいひと よ 人に寄り添うことを心がけましょう。

「あいこみ」 わんぼいんとこうぎ ワンポイント講座



かいわ 会話をするときには

くるま ひと はな あいて いあつかん
車いすの人と話すときは、相手に威圧感
をあた 与えないように、かがんで同じ目線で話し
ましょう。



かいわ むづか 会話が難しいときは

かいわ むづか ひと い し かくにん かみ
会話が難しい人との意思確認は紙などに
か 書いて伝えます。返答が聞き取りにくいと
きは、ひと と言ひと 確認します。



さぼーと サポートするときには

さぼーと ほんにん きよか え
サポートは本人の許可を得てからにします。
さぼーと ないよう せいかく き と
サポートする内容を正確に聞き取るように
しましょう。

いしかりし
石狩市の
「あいこみ」
しょうかい
紹介

いしかりし そうごう ほけんふくし せん たー
石狩市総合保健福祉センター
「りんくる」では

かい かい い き だん
1階と2階を行き来できる段
差のないスロープ。

いしかりし みんと しょうかん
石狩市民図書館では

くるま はいりよ ほん か だ こーなー
車いすに配慮した本の貸出しコーナー
と車いすの貸出し。

みち えさき いしかり あつた
道の駅 石狩「あいろーど厚田」では

えすかれーたー えれべーたー
エスカレーター・エレベーターと
やね つ しょう しやせんようちゆうしやじょう
屋根付きの障がい者専用駐車場。

からだ ない ぶ しょう ひと 体の内部に障がいのある人

との「あいこみ」



しんぞう こきゅうき ぞう
心臓、呼吸器、じん臓、ぼうこう・
ちよくちょう しょうちょう かんぞう ひ とめんえき ふ
直腸、小腸、肝臓、ヒト免疫不
ぜん う いる す えいちあいはい めんえき
全ウイルス (HIV) による免疫
きのう しょう
機能の障がいがあります。

み め
見た目ではわかりづらいため、
ゆうせんせき すわ まわ
優先席に座っていると周りか
ら理解が得られないことが
あります。

こま ひと 困っている人を「あいこみ」 み 見かけたときの

「あいこみ」 わんぼいんとこうぎ ワンポイント講座

こま 困りごと

おも にもつ も
重い荷物を持って
ない、長時間立っ
ていられない人
がいたら…。

けむり けい
たばこの煙や携
帯電話で悪い影
響を受ける人が
いたら…。

ここで「あいこみ」!

びょうき からだ ちょうし わる つか
病気により体の調子が悪くなり、疲れや
すい人がいます。状態に気づいたときは
すわ ばしよ やす ばしよ つた
座れる場所や休める場所を伝えるなど、
ひつよう こえ ころ
必要な声かけを心がけましょう。

はい しょう ひと けむり しん
肺に障がいがある人はたばこの煙が、心
ぞう ペーす めーかー しょう ひと
臓にペースメーカーを使用している人は
けいたいでん わ でん じ は わる えいきょう あた
携帯電話の電磁波が悪い影響を与えるこ
とがあります。人が集まる場所ではマナー
を守りましょう。

ポイント かわ 会話をするときは

つか かん よう い てき
疲れを感じないようにいすを用意したり、適
ど きゅうけい と かわ
度に休憩を取りながら会話をしましょう。

ポイント こうきょうこうつうきかん 公共交通機関を 利用するときは

でんしゃ ばす こうきょうこうつうきかん へるぶ
電車やバスなどの公共交通機関でヘルプ
まーく つけてい りる ひと ゆうせんせき すわ
マークを付けている人がいたら、優先席に座
れるように声がけをして席をゆずりましょう。

おぼ おすとめいとまーく
覚えておこう!「オストメイトマーク」

じんこうちもん じんこう ひと
人工肛門や人工ぼうこうの人のための
せんじょうせつび し まーく
洗浄設備があることを知らせるマーク
です。多目的トイレの入口などに表示
されています。



おぼ へるぶまーく
覚えておこう!「ヘルプマーク」

がいけん しょう ひと
外見ではわかりづらい障がいのある人や
にんしんちゅう ひと まわ しえん はいりよ
妊娠中の人など、周りからの支援や配慮
ひつよう 必要としていることを表すマークです。



おすとめいとたいおう おんせいあんない こうきょうしせつ
オストメイト対応・音声案内のある公共施設

いしかりしんとしょかん
石狩市民図書館では

みち えき いしかり
道の駅 石狩
「あいろーど厚田」では




おすとめいとたいおうといれ かい
オストメイト対応トイレは2階に
あります。

おすとめいとたいおうといれ かい
オストメイト対応トイレは1階にあります。
※こちらは音声案内が流れます

なんびょう 難病のある人！ との「あいごみ」



げんいん ちりょう むずか
原因がわからず、治療が難しい
めづらしい病気で、長い間療養
が必要でです。

しょうじょう へん か まいにち ひ
症状の変化が毎日ある、日に
よって変化が大きい、症状が見
えにくいなどの特徴があります。

へいせい ねん しょうがいしゃ て ちよう
平成25年から障害者手帳を
も 持っていない難病のある人も
しょうがいふくしきーびす りよう
障害福祉サービスを利用でき
るようになりました。

こま 困っている人を「あいごみ」 み 見かけたときの

- こま 困りごと
- いち 日の中で体調
の変動が激しい
人がいたら…。
- み め 見た目ではわ
からないしびれ
や痛みがある
人がいたら…。
- うんどう 運動や食事
に制限のある人
がいたら…。

ここに「あいごみ」!

ごぜんちゆう たいちよう わる ゆうがた
午前中は体調が悪くても、夕方になると
よくなるなど、1日の中でも体調の変動
があります。体調に気を配りながら接し
ましょう。

なんびょう いた み め
難病にはしびれや痛みなど、見た目では
わからない症状が多くあります。症状を
理解して負担をかけないように接しま
しょう。

しょうじょう うんどう しょくじ せいげん
症状によっては運動や食事に制限がある
人がいます。症状を正しく理解して配慮
するように心がけましょう。

「あいごみ」 わんぼいんとこうざ ワンポイント講座

ポインント にちじよう せつ 日常で接するとき

いりようてき け あ ひつよう ひとり ひとり
医療的なケアの必要があったり、一人一人
しょうじょう ちゆうい ちが ただ り
症状や注意することが違うので、正しく理
解して接するようにします。

ポインント はなし き 話を聞くときは

しょうじょう たいちよう おう はいりよ ないよう
症状や体調に応じて、配慮してほしい内容
をかくにん しながら、できるだけ負担をかけな
いように心がけましょう。

ポインント たいちよう よ 体調が良くないときは

たいちよう よ からだ やす ぼしょ ゆう
体調が良くないときは、体を休める場所に誘
導します。また、事故やトラブルがあったとき
はきんきゆうれんらくさき き れんらく
緊急連絡先を聞いてすぐに連絡をします。

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆ おも していなんびょう し 主な指定難病を知りたい方は ◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

なんびょう しょうじょう
難病の症状はさまざまです。厚生労働省が指定する難病については、厚生労働省の
ホームページをご覧ください。



医療的ケア児 との「あいこみ」



医療的ケア児とは

日常生活や社会生活を営むために継続的に医療的ケアを受けることが必要な児童のことです。

医療的ケアの種類

経管栄養、気管切開部からの吸引、衛生管理、口腔・鼻腔内吸引、人工呼吸器の使用、導尿、ストーマケア、酸素療法などがあります。

「あいこみ」ワンポイント講座



医療的ケア児をまちの中でみかけたら

移動するときは医療機器を積んだバギー型の車いすを使う人もいて、付き添っている家族が動かすときに広いスペースが必要な場合があります。もしもまちの中でみかけたら動きやすいスペースを作ることなどを心がけましょう。また、付き添っている家族に助けを求められたときは、快くお手伝いをしましょう。



<p>医療的ケア児を支える主な人たち</p> <p>普通の暮らしができるように たくさんの人たちが支援しています</p>	<p>医師</p> <p>診察や投薬などのほか、 看護師への指示をします。</p>	<p>看護師</p> <p>ケアの実施や体調管理などの サポートをします。</p>	<p>保健師</p> <p>育児や子どもの発達、 きょうだいについて 相談に応じます。</p>
<p>医療的ケア児等 コーディネーター</p> <p>保健、医療、福祉、 教育などの多分野にまたがる 支援の利用を調整します。</p>	<p>相談支援 専門員</p> <p>困りごとの整理やサービス、 事業所の紹介などをします。</p>	<p>教員</p> <p>学校生活の相談や その子に合わせた教育をします。</p>	<p>市役所(障がい 福祉課)</p> <p>サービスや制度などの 説明や申請を受け付けます。</p>

医療的ケア児がいるご家族の声

困っていること

医療的ケア児は大きな車いすで移動します。車の乗り降りにはリフトを使うので、障がい者専用駐車場の周りに駐車する際にはスペースに余裕を持っていたきたいです。また、まち中や施設で困っているときは、付き添いの人が声をかけることがあります。その時はお手伝いをしていただけると助かります。

たくさんの人に知ってもらいたい

医療的ケア児が普通の生活を送るためには、子どもとその家族、そして地域との連携が大切です。そのため、医療的ケア児のことをもっとたくさんの人に知ってもらいたいです。石狩市が、医療的ケア児を育てていても普通の生活ができるようなまちになるとすてきだと思います。

しょう かん そう だん 障がいに関するご相談・ たい けん い べん と 体験イベント



ひ び なや そう だん 日々の悩みごと・ご相談は

してい そう だん し えん じ ぎょう じょ 指定相談支援事業所

いしかりし す しょう かの ひと かぞく にち
石狩市にお住まいの障がいのある人やそのご家族からの、日
じょうせいかつ こま ふ あん そう だん う つ
常生活の困りごとや不安などのご相談を受け付けています
（相談無料）。

じぎょうしよ 事業所	でん わ 電話
いしかりし そう だん し えん せん たー 石狩市相談支援センター ぶろっぷ	0133-72-6137
そう だん し つ よ る ど 相談室ヨルド	0133-74-9399
いしかりし こ ほったつ し えん せん たー そう だん し つ 石狩市子ども発達支援センター 相談室 ゆう たいしやう じどう ※対象は児童	0133-72-7016
そう だん し つ 相談室りんく	0133-77-5723
けあぶらん せん たー ぐるーヴ ケアプランセンター グルーヴ	0133-67-1086
そう だん し つ 相談室ばんごろ ※対象は児童	0133-76-6511

しょう しゃしゅうぎやう せい かつ し えん せん たー 障がい者就業・生活支援センター

しょう かの かた しゅうろう しゃかいせい かつ
障がいのある方の就労や社会生活について
そう だん じよげん そう だん むりやう
相談・助言をします（相談無料）。

じぎょうしよ 事業所	でん わ 電話
いしかりしやう しゃしゅうぎやう 石狩障がい者就業・ せい かつ し えん せん たー 生活支援センター のいける	0133-76-6767

し えん せい ど じよ せい きん 支援制度・助成金

いしかりし し えん せい ど
石狩市の支援制度について
くわ し かつ いしかりし
詳しく知りたい方は「石狩市
ほけん ふくし が い ど ぶ っ く
保健・福祉ガイドブック」をご
らん
覧ください。



しょう ふく し かん 障がい福祉に関することは

いしかりし そうごう ほけんふくし せん たー
石狩市総合保健福祉センター「りんくる」には障がい福祉課や石狩市相談
し えん せん たー
支援センター ぶろっぷなど、障がいや福祉に関わる機関があります。

いしかりし そうごう ほけんふくし
石狩市総合保健福祉
センター「りんくる」

いしかりし そう だん し えん
石狩市相談支援
センター ぶろっぷ

いしかりし ふく し ぶしやう 石狩市福祉部障がい福祉課 でん わ 電話 0133-72-3194		いしかりし そう だん し えん せん たー 石狩市相談支援センター ぶろっぷ でん わ 電話 0133-72-6137	
--	---	--	---



ひろ ば かい さい ふれあい広場いしかりの開催

まいとし なつ かい さい
毎年、夏に開催される「ふれあい広場いしかり」では、
てん じ くるま しゅ わ きやうしつ じっさい たいけん
点字や車いす、手話教室など、実際に体験しながら障
がいについて学べるイベントを開催しています。

しゃかいふく し ほうじん いしかりし しゃかいふく しきやうぎ かい 社会福祉法人 石狩市社会福祉協議会 でん わ 電話 0133-72-8181	
---	---

しょう たいけん まな 障がいについて体験しながら学べます



ご存じですか。障がいのある人への支援マーク

障がい者のための国際シンボルマーク



障がいのある人が利用できる建物、施設であることを表す世界共通のマークです。

※お店の駐車場などにこのマークがある場所は障がいのある人のスペースとなります

盲人のための国際シンボルマーク



視覚障がいの人の安全やバリアフリーを考えてつくられた建物、設備、機器などに付けられています。

ほじょ犬マーク



公共・民間施設では身体障害者補助犬の同伴を拒んではならないことを表すマークです。

耳マーク



聞こえない人・聞こえにくい人への配慮を表すマークです。聴覚障がいのある人に寄り添ったコミュニケーションをしましょう。

聴覚障害者マーク



聴覚に障がいがある人が運転する車に付けるマークです。このマークは必ず付けなければいけません。

ハート・プラスマーク



身体内部に障がいがある人を表しています。このマークを付けている人を見かけたら配慮をお願いします。

このほかにもマークはたくさんあります。くわしくは内閣府ホームページへ



石狩市福祉部障がい福祉課 電話 0133-72-3194
ファクス 0133-75-2270

〒061-3216 石狩市花川北6条1丁目41-1

(石狩市総合保健福祉センター「りんくる」1階)

令和6年12月発行



この事業はサマージャンボ宝くじの収益金を活用して実施しています。