

# し 知っておこう



## ないぶしょう なんびょう ひと 内部障がいや難病の人のこと

- 内部障がいの人は、心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう・直腸、小腸など、内臓の器官の機能が、免疫機能の障がいを持っています。
- 難病とは、発病の原因がよくわからず、治療の方法も定まっていない病気のことをいいます。

### まちでは・・・



○タバコの煙  
タバコの煙が原因で、脈がみだれたり、呼吸が苦しくなったりすることがあります。

○ぶつかるのが不安  
酸素を十分にとりこむことができない人が、携帯用のポンベを持ち歩いています。

○携帯電話  
病気のため心臓にペースメーカーをうめこんでいる人がいます。電磁波で動かなくなる可能性があります。

\*ペースメーカーとは、心臓に障がいがあり、最低限の脈を保つ電氣的な器械です。

### どう接したらいいの？

外見では分かりにくいので、病気のことを理解して、優先席や人ごみでは携帯電話の電源を切るなど、思いやりの気持ちを大切にしましょう。

#### フリちゃんの豆知識【難病】

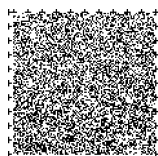
難病には、現在、筋萎縮性側索硬化症（ALS）やパーキンソン病など121の病気が認定されています。

#### フリちゃんの豆知識【オストメイト対応トイレ】

ぼうこうや直腸などの機能障がいのために、ストーマ（人工ぼうこうや人工肛門）を持っている人のことを「オストメイト」といいます。空港やデパート、駅などには、オストメイト対応トイレのあるところも増えています。



市役所の1階や松戸駅西口のボックスビル1階にあるよ。



# 知っておこう

自分の気持ちをつたえるのがいけて、人もいよ。



## 精神障がいがある人のこと

精神障がいは、脳をはじめとした神経系の病気で、さまざまな症状があります。

### まちでは・・・

#### ○不安になったり緊張したりします

初めての場所や慣れないこと、また人の視線や会話などで不安になったり、疲れやすくなる場合があります。



#### ○受け入れられないこと

強すぎる光、暗さ、狭さ、渋滞、人ごみなど受け入れられないことがあります。



### どう接したらいいの?

#### ☆病気を理解しましょう

病気のことを理解して、思いこみや誤解をなくしましょう。

また、ゆったりとした態度で、わかりやすく話しましょう。

### \*くらしかた

社会への復帰をめざし、共同作業所などで働いている人もいます。



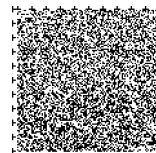
### フリちゃんの豆知識

#### 【うつ病】

ゆううつな気分が長く続き、普通に生活をするのがむずかしくなります。「心のかぜ」と言われるくらい、ストレスの多い現代では増えてます。無理なげましが逆にストレスになることもあります。

#### 【統合失調症】

20歳前後でかかることが多い病気です。症状はさまざまですが、作業や人との関わりがむずかしくなります。治療のためには、まわりの人の理解がとても大切です。



# いっしょに学ぼう

ちょっと知っていると  
べんり  
便利だよ。



## 1. 車いすのお手伝い・正しい使い方

車いすには、自分の手で車輪をまわして動かすものや、他の人におしてもらもの、電気で動くものなどがあります。電動式の車いすの重さは70kg以上、手で動かすものでも乗っている人の体重を加えるとかなりの重さになります。坂道やでこぼこ道、段差のあるところでは、無理はしないで、できることをお手伝いしましょう。

### 段差

下りる時は、乗っている人に不安を与えないために③→②→①の順に後輪から下ります。

①



声をかけてから車いす下部の棒（ティッピングバー）を踏み込み、キャスターをゆっくり上げます。

※ティッピングバーがないものもあります。

②



キャスターを段差に乗せま  
す。グリップをしっかり持  
ち、身体を寄せて自分の  
体重をかけるのがコツで  
す。

③



後ろの車輪も段の上におし  
上げて、前に進みます。

### 坂道

急なスロープや坂道は危険なので、しっかりグリップを握ってゆっくりおします。

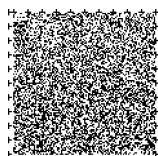
下る時は後ろ向きに下りることもあるので、どちらがよいか本人に確認します。



### 折りたたみ方

たたむ時はシート（すわる  
ところ）のまん中を引き上げ  
ます。

広げる時は左右のひじかけ  
を持って広げ、シートを  
おさえつきます。手をはさ  
まないように注意が必要で  
す。



## 2. 補助犬

もうどうけん かいじょけん ちようどうけん

盲導犬、介助犬、聴導犬のこと。

平成14年に身体障害者補助犬法が制定されて、入ることのできるお店や旅館が増えてきました。日本全国には、約1,000頭の補助犬が働いています。

### 盲導犬

め ふじゆう ひと ほこうじ  
目の不自由な人の歩行時に  
だん さ しょうがいぶつ でんしゃ  
段差や障害物、また電車の  
ドアや空席などを教えます。

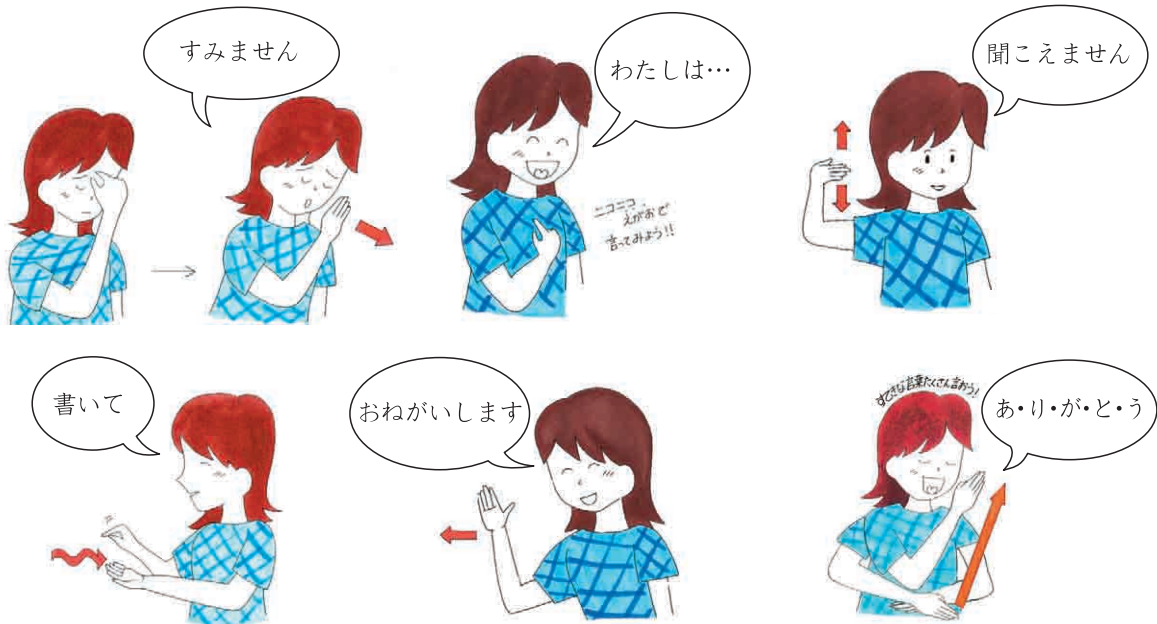
### 介助犬

からだ ふじゆう ひと せいかつ  
身体の不自由な人の生活を  
てだす  
手助けします。ドアの開け  
し おの ひろ  
閉めや、落としたり拾  
たりします。

### 聴導犬

みみ ふじゆう ひと せいかつ て  
耳の不自由な人の生活を  
だす  
手助けします。ブザーの音、  
ファックスの受信音などを  
知らせます。

## 3. やさしい手話



## 4. いろいろなマーク

### ○マタニティマーク

わたしにんしん  
「私、妊娠しています」

### ○盲導犬可マーク

もうどうけん はい みせ  
盲導犬が入れるお店  
です

### ○車いすマーク

くるま  
しょう しゃ りよう  
障がい者が利用でき  
る設備があることを示  
す国際的なマーク

### ○オストメイト

たいおう  
オストメイト対応トイ  
レの設備があるところ  
につけます

