

しょう ひと かん しょうかい
障がいのある人に関するマークの紹介

これらのマークは、さまざまな障がいや必要な配慮について表しています。

ここで紹介したマーク以外にもさまざまなものがあります。

しょう しゃ
障がい者のための
 こくさい
国際シンボルマーク



しょう ひと りょう
 障がいのある人が利用できる
 たてもの しせつ
 建物や施設であることを示す
 せかいきょうつう
 世界共通マーク
 くるま
 ※車イスだけでなくすべての
 しょう しゃ たいしょう
 障がい者を対象としています。

みみ
耳マーク



き 聞こえが不自由で
 あることを示す
 マーク

オストメイトマーク



しゆじゆつ なか じんこう
 手術をして、お腹に人工
 こうもん ぼうこう
 肛門や膀胱をつけている
 ひと
 人（オストメイト）のた
 めの設備があることを示
 すマーク

ハート・プラス マーク



しんぞう かんぞう からだ
 心臓や肝臓など、体
 ないぶ しょう
 の内部に障がいのあ
 ることを示すマーク

けん
ほじょ犬マーク



しんたいしょうがいしゃほじょけん どうはん
 身体障害者補助犬の同伴を
 けいはつ
 啓発するマーク

もうじん こくさい
盲人のための国際シンボル
マーク



しかくしょう しゃ あんぜん
 視覚障がい者の安全
 こう
 やバリアフリーに考
 りよ たてもの せつび
 慮された建物、設備
 とう
 等であることを示す
 せかいきょうつう
 世界共通のマーク

ヘルプマーク



がいけん わ
 外見からは分からなくて
 はいりよ てだす ひつよう
 も配慮や手助けが必要
 であることを周りの人
 し
 に知らせるマーク

しんたいしょうがいしゃひょうしき
身体障害者標識(マーク)



からだ ふじゆう ひと うんてん
 体の不自由な人が運転する
 くるま
 車であることを示すマーク

ちようかくしょうがいしゃひょうしき
聴覚障害者標識(マーク)



みみ き ひと き
 耳が聞こえない人、聞こえ
 づらい人が運転する車であ
 ることを示すマーク

もうどうけん こえ
盲導犬の声を聞こう!

ぼく しょう ぶつ さ だんさ かど おし
 僕たちは、障がい物を避けたり、段差や角を教えたりなど、視覚障がい者が安全に歩くためのお手伝い
 をしているよ。ハーネスをつけてお仕事しているときはとても集中して緊張しているから、見かけたと
 きはそっと温かく見守ってほしいな。
 また、場所によっては、僕たちの入店を断られてしまうことがあるんだ。きちんと訓練を受けているの
 で、いたずらしたりはしないよ。僕たちを受け入れてもらえると嬉しいな。



ごう り てき はい りよ
合理的配慮?

ごうりてきははいりよ しょう かたがた じんけん がっこう い しごと
 「合理的配慮」とは、障がいのある方々の人権（学校に行く、仕事をするなど）が障がいのない方々と同
 じように保障され、学校や職場、その他社会生活の中で自分らしく生きていくために、それぞれの障がい
 や困りごとに合わせておこなわれる配慮のことです。このパンフレットにも、配慮してほしい内容が載っ
 ています。

さくせい そうましちいきじりつしえんきょうぎかい けんりようごふかい
作成：相馬市地域自立支援協議会 権利擁護部会

はっこう そうまししゃかいふくしか
発行：相馬市社会福祉課 TEL 0244-37-2109 FAX 0244-37-2162

き き
聴いて、聞いて、わたしたちのこと
 き おも
聞きたい、みんなの思っていること

そうまししょう りかい
一相馬市障がい理解のためのパンフレット



しょう し
みなさんは「障がい」について知っていますか？

め み みみ き ある
 「目が見えない」「耳が聞こえない」「歩けない」などいろいろな「障がい」があります。
 しかし、「障がい」はその人の体や心にあるのではなく、普段の生活の中で障がいのある人
 が困っていることそのものが「障がい」なのです。このパンフレットにはそうした障がいの
 ある人の声を載せています。

しょう ひと ひと だれ たの あんしん く いっしょ かんが
 障がいのある人もない人も誰もが楽しく、安心して暮らせるように一緒に考えてみま
 しょう。

しょうかい こえ はいりよ いち ぶ ひつよう はいりよ てつだ
ここで紹介した声や配慮は一部であり、必要な配慮や手伝いはさまざまです。

てつだ ひとこえ
「お手伝いしましょうか」と一声かけてください。



ち てき
知的
しょう
障がい



わたし むずか りかい にがて
私は難しいことを理解することが苦手です。そのため、難しいお金の計算など、自分だけではできなかつたりすることがあります。

ただ、手伝ってもらったり時間をかければできることもあるので、何に困っているか聞いてもらえると嬉しいです。

ちい ものごと ぶんしょう りかい むずか せつめいしょ
小さいころから物事や文章の理解が難しく、説明書や手続きの内容を理解することが苦手とを感じる方もいます。知的障がいの程度は、軽度・中等度・重度に分けられます。

せい しん
精神
しょう
障がい



わたし お こ ぶんあん げんき
私は落ち込んだり不安になったり元気になったりと、感情に波があっていつも通りに生活できないときがあります。

こころ ちょうし わる かじ しごと
心の調子が悪くて家事や仕事ができないときは、回復するのを待ってもらったり手伝ってもらえると嬉しいです。不安なときは話を聞いてもらえると安心できます。

このほかに、幻覚や妄想、痙攣による発作など、さまざまな症状を抱えている方がいます。また、精神の病気は誰にでもなる可能性があります。

ちょう かく
聴覚
しょう
障がい



わたし みみ まった き こえ
私は耳が全く聞こえないので声をかけられても気付かず、無視しているのではないかと誤解されることがあります。

コミュニケーション方法は手話の他に、筆談・口話・身振りなどがあるので、それぞれの方法で対応をお願いすることがあります。

ちょうかくしょう まった き こえ
聴覚障がいは全く聞こえない・聞こえにくいなど人によって異なります。補聴器や人工内耳を使用することで聞こえることもあります。言葉として理解することは難しいです。

し かく
視覚
しょう
障がい



わたし め ひかり かん
私の目は、光を感じることはできますが、色や形を見ることはできません。

普段は白い杖（白杖）を使ったり、盲導犬と一緒に生活していますが、初めて行くところでは戸惑ってしまうので、声をかけてもらえると助かります。

しかくしょう しりよく しや しきかく ひと
視覚障がいは、視力や視野、色覚により人それぞれ異なります。歩行のサポートをする際は、手をつないだりするのはなく、自分（サポートする人）の腕に手を添えてもらうと良いです。

はっ たつ
発達
しょう
障がい



わたし き ち しゅうちゅう しっぱい
私は、気が散って集中できなくて失敗をしたり、片付けや準備ができなくて悩んでいます。

スケジュールのように書いて見せてもらえると分かりやすくて助かります。また、病院の待ち時間や避難所などでは、車で待ったり、個別のスペースがあると落ち着くことができます。

はったつしょう う
発達障がいは生まれつきの脳の働き方の特性です。ADHD（注意欠如多動性障がい）の他にASD（自閉症スペクトラム）やLD（学習障がい）があります。さまざまな特性がありますが、その人に合わせた対応をすれば落ち着いて過ごすことができます。

こう じ のう
高次脳
き のう しょう
機能障がい



わたし じ こ げんいん のう いちぶ きず
私は、事故などが原因で脳の一部に傷ができました。その影響で予定を立てたり、少し前のことや約束を忘れてしまうことがあります。

ゆっくり、わかりやすく、詳しく話してもらったり、大切な話はメモに書いてもらいたいです。

こうじのうきのうしょう じ こ びょうき のう
高次脳機能障がいは、事故や病気で脳にダメージを受けることで生じる障がいです。症状の現れ方はさまざままで、感情のコントロールが難しい方や、話すことができない方（失語症）もいます。

ない ぶ
内部
き のう しょう
機能障がい・
なんびょう
難病



わたし み め わ
私は見た目では分かりづらいですが、心臓に病気を抱えています。そのため、周りの人より疲れやすく、息切れをしてしまいます。だいたいのことは自分でできますが、重い物を運んだり、長時間立ったりすることは難しいです。

体調の変化が大きいので、休憩時間や場所を用意してもらえると助かります。

ないぶきのうしょう かた しんぞう じんぞう こきゅうき ちよくちょう
内部機能障がいの方は、心臓、腎臓、呼吸器、直腸などの臓器の病気を患っている方です。難病は、治療方法が難しい病気で、たくさんの種類があります。

し たい
肢体
ふ じ ゆう
不自由



わたし あし わる くるま せいかつ しつない
私は足が悪く、車イスで生活しています。室内や平らな道は自分で移動することができますが、段差や急斜面などは助けが必要です。

また、高い物を取るときやドアの開け閉めも一人では難しいので、お手伝いをお願いすることがあります。

しだいふじゆう て あし からだ ささき きのう
肢体不自由は、手や足だけでなく、体を支える機能などの障がいもあります。事故などによる損傷だけでなく、脳性麻痺などが原因で身体が不自由になる方もいます。