

障^{しょう}が^いの理^り解^{かい}

目次

障がいの考え方	3
障がい者の権利を守る	8
肢体不自由	11
視覚障がい	17
聴覚・言語障がい	25
重複障がいについて『盲ろう』	35
重症心身障がい	47
知的障がい	53
精神障がい	59
高次脳機能障がい	65
発達障がい	75
難病	82

障しょうがいの考かんえ方かた

障がいの考え方

障がいのとらえ方

みなさんは「障がい」と聞いて、どんなイメージをもちますか。

右の絵をみて、障がいはどれだと思えますか？



イメージ：image

昔は、「障がい」はその人が持っているもので、みんなと一緒に学校に行ったり、働いたりできないのは、「障がい」をもっているからだ、という考え方でした。

今はちがいます。「障がい」はその人が持っているものでも、その人のせいでもなく、まわりの環境がつくるものだという考え方が世界中にひろがっています。

かんきょう
環境：environment

足の病気で歩けなくなり、学校にいけない子がいます。なぜ学校にいけないのでしょうか。

歩けない障がいがあるからですか？

車いすがあって、車いすを押して一緒に学校へ行く友だちがいて、学校も車いすです自由にうごける場所だったらどうですか。その子は他の子どもと何も変わりません。車いすです走することもできます。一緒に勉強することもできます。あそぶこともできます。何も特別なことはないのに、「障がい者」でしょうか。「障がい」はどこにあるのでしょうか。

車いすがないこと、車いすです自由に動ける場所がな



いこと、友だちが「障がい者だ」と思っていることが、その子を「障がい者」にしています。

「障がい」は、まわりの環境によって「障がい」になったり、ならなかったりします。環境がかわれば、「障がい者」ではなくなるのです。



「障がい」があってもなくても「人」であることは変わりません。「障がい」があるから「かわいそう」という考え方や「何もできない人だ」と考えるのは正しくありません。昔は、障がい者に対して、「前世でわるいことをしたから」とか、「親やきょうだいがわるいことをしたから」という考え方がありました。でも、それは正しくありません。

「障がい」は脳の病気や、生まれるときにとても長く時間がかかって脳が損傷したなど、原因がわかるようになりました。もしかしたらみなさんも生まれるときに「障がい者」になっていたかもしれません。これから、バイクや自動車の事故で「障がい者」になるかもしれません。



損傷：injury

だれでも「障がい者」になる可能性があります。でも、歩けなくなっても、車いすがあれば自由に動けます。病気で目が見えなくなったり、言葉が理解できなくなっても、だれかのサポートがあれば「障がい」は軽くすることができます。



理解：understandings

サポート：support

ノーマライゼーションとソーシャルインクルージョン

ノーマライゼーションとは、障がいのある人もない人も、分けることなく、同じように生活する社会がノーマルな社会だという考え方です。ソーシャルイン



クルージョンは、障がい者かどうかだけではなく、高齢者も子どもも、ホームレスや外国の人も、すべての人が一緒に生きられる社会をあらわす言葉です。反対の言葉は、「社会的排除」です。

日本の障がい者

日本では障がいをいくつかに分類しています。

外から見て みんながわかる障がいもありますが、みんなが気がつかない障がいもあります。

① 肢体不自由 (運動機能障がい)

体の一部がない・手足や胴体を動かすことがむずかしい障がい



② 視覚障がい

目が見えない・見えにくい障がい

③ 聴覚・言語障がい

耳が聴こえない・聴こえにくい障がい

④ 重複障がい

いくつかの障がいがかさなっている状態

⑤ 重症心身障がい

重度の知的障がいと重度の肢体不自由がかさなっている状態

ノーマル: normal

ホームレス: homeless

外国: foreign country

反対: opposite

社会的排除: social exclusion

分類: classification

胴体: trunk

視覚: vision

聴覚: hearing

言語: speech

重複: multiple

重度: severe

⑥ 知的障がい

認知能力の制限や発達の遅れなどがある状態

⑦ 精神障がい

いろいろな理由で苦しみを感じたり機能障がいが出たりする障がい

病気やけがなどで脳が損傷し、外からの情報がうまく処理できない障がい

⑧ 発達障がい

発達期（低年齢）から脳機能障がいと考えられる特徴的な行動がみられる障がい

⑨ 難病

治療方法が見つからないめずらしい病気で、長い期間、療養が必要な状態

⑩ 内部障がい

外からわかりにくい、内臓に障がいがある状態

- ・心臓機能障がい
- ・呼吸機能障がい
- ・腎臓機能障がい
- ・膀胱・直腸機能障がい
- ・小腸機能障がい
- ・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい
- ・肝臓機能障がい

日本では、障がいのある人は、どんな障がいがあるかをあらわす、「身体障がい者手帳」や「療育手帳」、「精神障がい者保健福祉手帳」をもっていることが多いです。



認知能力: cognitive ability

制限: limitation

遅れ: delay

機能障がい: functional impairment

損傷: injury

情報: information

処理: process

特徴的: distinctive

治療方法: treatment methods

めずらしい: rare

療養: recover

内臓: internal organs

心臓: heart

呼吸器: respiratory system

腎臓: kidney

膀胱: bladder

直腸: rectum

小腸: small intestine

ヒト免疫不全ウイルス:

human immunodeficiency virus

免疫: immune

肝臓: liver

障^{しょう}がい^{しゃ}者の^{けん}権利^りを^{まも}守る

障がい者の権利を守る

障がい者権利条約と合理的配慮

2006年に国連総会で「障がい者の権利に関する条約」が採択されました。この条約の中では、障がいのある人が他の人と同じように地域社会で生活し、社会に参加できるように変更や調整をすることを定めています。

障がいのある人が他の人と同じスタートラインに立てるように配慮することを「合理的配慮」といっています。



しかし、障がいのない人たちが、障がいのある人から何も聞かないで勝手にいろいろなことを決めてはいけません。「Nothing about us, without us（私たちのことを、私たちぬきに決めないで）」と障がいのある人自身が言っているように、障がいのある人が自分で決められるようにすることが大切です。

自分で決めることがむずかしい障がいの人もあります。そのときも、まわりの人が勝手に決めてはいけません。障がいのある人自身が決められるように、わかりやすい言葉で伝えたり、わかりやすい絵や写真を見せて選んでもらったりします。



失敗するからといって、まわりの人が勝手にやめさせることもいけません。



どうしても、障がいのある人の考えがわからないときは、その人をよく知っ

ているまわりの人が集まって話し合います。話し合って、「きっとこうしてほしいのかな」と考え、

みんなでその人の反応をたしかめながら決めていきます。まわりの人が障がいのある人の気持ちをかわりに言葉にすることで、障がいのある人の権利や尊厳が守られることがあります。



国連：united nations

権利：rights

条約：treaty

採択：adoption

参加：participation

変更：change

調整：adjustment

スタートライン：start line

配慮：consideration

失敗：failure

勝手に：without permission

尊厳：dignity

障がい者虐待の禁止

障がいのある人をたたいたり、なぐったりすることや、かぎをかけて部屋にとじこめること、呼んでいるのに無視することなどは「虐待」といって、法律で禁止されています。

してはいけないことを見つけていきます。

① 身体的虐待

暴力や手足をしぼるなど。とても熱いものを食べさせたり、部屋から出さないことも

身体的虐待です。



② 放棄・放置 (ネグレクト)

ネグレクトとはほったらかしにされるという意味です。お風呂に入らせない、ごはんを食べさせない、無視する、病気なのに病院につれていかないなどはネグレクトです。



③ 心理的虐待

どなる、悪口やひどいことを言う、他の人の前でばかにするなど心理的虐待です。



④ 性的虐待

おしりや胸をさわる、無理やりキスやセックスをする、裸の写真を撮るなどは性的虐待です。



⑤ 経済的虐待

障がいのある人のお金を勝手に使う、お金や給料をわたさないなどは経済的虐待です。虐待



は障がいのある人の体や心を傷つけるだけでなく、尊厳を傷つけるものです。絶対にしてはいけません。

自分がしていなくても、他の人が「虐待」をしているところを見たら、必ず施設の人に報告します。

虐待をした人が警察に逮捕されることもあります。

たたく：beat

なぐる：beat

とじこめる：locked up

無視：ignore

法律：law

禁止：prohibit

暴力：violence

お風呂：bath

無視：ignore

どなる：yell

悪口：slander

ばかにする：mock

裸：nude

給料：salary

傷つける：hurt

絶対：absolutely must not do this

施設：facility for persons with disabilities

警察：police

逮捕：arrest

し た い ふ じ ゆ う
肢体不自由

障がいの特性について

1) 肢体不自由 (運動機能障がい)

① どんな障がいですか

手や足が動かないので、支援が必要です。肢体不自由 (運動機能障がい) といいます。

② 障がいの種類

おもな障がいは、脊髄損傷 (四肢麻痺・対麻痺)、片麻痺、脳性麻痺です。



四肢麻痺



対麻痺



片麻痺



脳性麻痺

③ 障がいの原因

- 脊髄損傷：自動車事故などのけがにより 脊髄が病気になります。
- 運動の麻痺と、感覚の障がい (知覚麻痺) もいっしょにおきます。麻痺の程度や内容によって必要なケアはさまざまです。



特性：characteristics

運動機能：motor function

支援：support

種類：kinds

脊髄損傷：spinal cord injury

脊髄：spinal cord

運動の麻痺：motor dysfunction

感覚の障がい、知覚麻痺：

sensory dysfunction

麻痺の程度：level of dysfunction

脊髄損傷：spinal cord injuries often cause impairment in both legs. we call it

対麻痺：paraplegia. it is also cause both motor and sensory dysfunction.

かた まひ みぎ のう びょうき ひだり てあし みぎ のう びょうき ひだり うご はなし
・片麻痺：右の脳が病気になると、左の手足が、右の脳が病気になると左が動きません。話が
できなくなったり、ごはんを自分で食べられなくなったりすることもあります。



Hemiparesia : When the right side of the brain becomes diseased, the left limbs become immobile. When the left side of the brain becomes diseased, the right limbs become immobile. It can also lead to an inability to speak or to eat independently.

のうせい まひ のう びょうき おお ばしよ しょう
・脳性麻痺：脳の病気のおおきさや場所により、いろんな障がいがおきます。おおきくわけて、
てあし かた けいちよくがた てあし がた わ ちてきしょう
手足が固くなる痙直型と、手足がふるえるアテトーゼ型に分かれます。知的障がいや、てんか
んがおきるひともいます。



Cerebral Palsy : Depending on the severity and location of brain disease, various impairments occur. Broadly speaking, it is divided into spastic type, where the limbs stiffen, and athetotic type, where the limbs tremble. Some people also experience intellectual disabilities or epilepsy.

⑤ 障がいの特性に応じた支援

・食事では・・・

脊髄損傷（四肢麻痺）では 手に自助具をつけることがあります。片麻痺では、よいほうの手でごはんを食べます。脳性麻痺は、座る姿勢や、むせることに 注意してください。



Support tailored to the characteristics of the disability

Feeding:

People with Spinal cord injury sometimes need self-device.

Hemiplegia use sound side of their hand. In case of cerebral palsy, you may attention for their seating position or choking.

Picture shows a plate that prevents food from spilling and is easy to scoop. And also shows a cup that is easy to hold and drink.

にゅうよく
・入浴では・・・

シャワー用の車いすや、リフトを使うこともあります。ころばないように してください。



はいせつ
・排泄では・・・

せきずいそんしょう
脊髄損傷では、おなかの力が弱いので、カテーテルをいれておしっこを出します。だいべんざやく
大便是座薬
をつか
を使います。かたまひ
片麻痺や、のうせいまひ
脳性麻痺は、トイレに手すりをつけます。たつときに手すりにつかまります。
ときどき手伝います。



にちじょうせいかつ なか き
日常生活の中で気をつけること

にゅうよく はい
入浴や排せつは、はずかしいので、かいご まえ し
介護する前に 知らせてください。そと み
外から 見えないよう
に してください。

Bathing:

Care giver use variety of devises for bathing foe severe disabled parson. From the left, shower chair, lift, mechanical bathing device.

Elimination Care:

In spinal cord injury, abdominal strength is weak, so a catheter is inserted to drain urine.

For bowel movements, use suppositories.

For hemiplegia or cerebral palsy, handrails are installed in the bathroom. They hold onto the handrails when standing up.

Occasionally, assistance is provided with changing clothes.

Things to be mindful of in daily life, Bathing and toileting can be embarrassing, so please inform the person beforehand. Ensure they cannot be seen from outside.

視覚障がい

視覚障がいって？

「視覚障がい」は視力や視野が悪い状態です。目からの情報が入りにくいので、困ることがたくさんあります。



情報：information

視力：visual acuity

視野：field of view

「視覚」とは目で物を見ることです。「視力」と「視野」という2つのはたらきからできています。

1. 視力

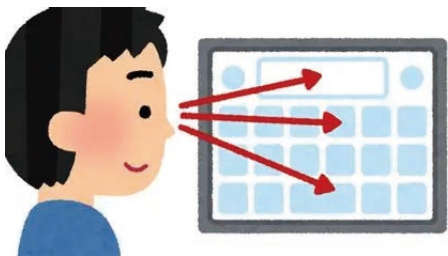
物をはっきりと見る力のことです。



はっきり：clear

2. 視野

目を動かさずに見える広さのことです。



視覚障がいの原因

1. 生まれた時に、目が小さかったり、脳や神経がうまく働かなかったりすると、視覚障がいになります。

2. 視覚障がいの原因で一番多いのは病気です。日本では、緑内障、網膜色素変性、糖尿病網膜症、加齢黄斑変性などが多いです。世界では白内障が一番多いです。

3. ケガや事故でも視覚障がいになります。例えば、ボールが目にあたる、とがったものが刺さる、薬品などが目に入る、交通事故などで目が傷つくなどがあります。



のう
脳：brain

しんけい
神経：nerve

りょくないしょう
緑内障：glaucoma

もうまくしきそへんせい
網膜色素変性：retinitis pigmentosa

とうようびょうもうまくしょう
糖尿病網膜症：diabetic retinopathy

かれいおうはんへんせい
加齢黄斑変性：age-related macular

degeneration

はくないしょう
白内障：cataract

とがった：pointed

やくひん
薬品：chemicals

視覚障がいの見え方

1. 見えない (全盲)

まったく見ることができません。人や物がどこにあるか分からなかったり、明るさも分からなかったりします。

2. 見えにくい (弱視、ロービジョン)

少しは見えるけれど、はっきりとは分からない状態です。人によって見え方は全然ちがいます。

見えにくい人の代表的な見え方

普通の見え方

January						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

1. ピントが合っていない写真のようにぼやけて見えます。

メガネをかけても、はっきり見えません。(病気：弱視)



ピント：focus

ぼやける：blur

2. 小さい穴からのぞいて見ているように、
まわりが見えません。

びょうき もうまくしきそへんせいしょう りょくないしょう
(病気：網膜色素変性症、緑内障)



のぞく：peek

3. 真ん中に黒い点やすりガラスがあるように見えます。

びょうき かれいおうはんへんせい りょくないしょう
(病気：加齢黄斑変性、緑内障)



まなか：centre

すりガラス：frosted glass

4. 真ん中がゆがんで見えます。

びょうき かれいおうはんへんせい
(病気：加齢黄斑変性)



ゆがむ：warp

5. 全体が白っぽく、まぶしく見えます。

びょうき はくないしょう
(病気：白内障)



しろっぽく：pale

まぶしい：dazzling

日常生活の中でどんな支援が必要?

視覚障がい者はまわりの状況が分からず、こまることがあります。そんな時は、次のように支援してあげてください。

1. ゆっくり分かりやすく話しかける

いきなり話すとはびっくりするので、まずは自分の名前を言ってから、落ち着いてゆっくり話しかけましょう。

2. はっきり聞き取りやすく話す

相手の方を向いて、はっきりした元気な声で伝えましょう。



3. 説明は全体から部分へ

「ここはお部屋です」と全体の場所を伝えてから、「ベッドは右にあります」と細かいものの場所を教えましょう。

状況：situation

こまる：trouble

いきなり：suddenly

落ち着く：calm down

はっきり：clearly

全体：overall

部分：partial

細かい：detail

4. 指示語をさける

「あっち」「それ」と言っても場所が分かりません。「右」や「あなたの前」と、言葉ではっきり伝えましょう。



5. クロックポジション

テーブルの上を時計に見立てて、「ご飯は7時の方向にあります」と教えると、場所がわかりやすくなります。



指示語： demonstrative pronoun

見立てる： assign

方向： direction

6. 手をそえて説明

いきなりさわらず、「手にさわります」と声をかけてから、相手の手を優しく持って案内してあげましょう。

7. ものを置く場所は一定に

いつもと同じ場所がないと、探せなくて困ってしまいます。使ったものは、必ず元の場所に戻しましょう。

8. 安全に歩く

肩や肘を持って、一緒に安全に歩くことを手引きといいます。

「手引き」の方法

1. まずは名前を名のる
2. 自分の肘か肩を持ってもらう
3. 半歩前を歩く
4. 階段は上りか下りかを説明する



手をそえる：place a hand on

いきなり：suddenly

さわる：touch

案内：guide

一定：certain

元の場所：original location

肩：shoulder

肘：elbow

半歩：half step

上り：up

下り：down

ちようかく げんごしょう
聴覚・言語障がい

聴覚障がいについて

聴覚障がいとは、周りの音や話していることが聞こえにくかったり、まったく聞こえなかったりすることです。障がいの程度や状態は、人によっていろいろです。次の①～③の分け方があります。



聴覚障がい：hearing impairment

分け方：classification

①聴覚の程度による分け方

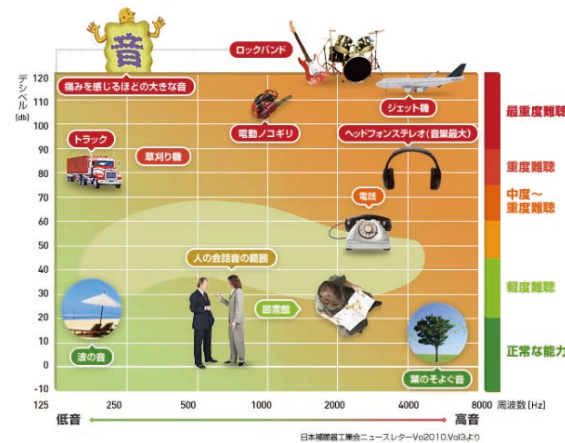
聞こえる音の大きさによって4つに分けられます。ノーマルな聞こえの人は0～20dBくらいの大きさの音が聞こえます。また、音の高さによっても聞こえに違いがあります。音の高さはHzで表します。

重度難聴…耳元で話した声が聞き取れません

高度難聴…普通の会話が聞き取れません

中等度難聴…普通の会話が聞き取りづらいです

軽度難聴…小さな声が聞き取りにくいです



ノーマル：normal

重度難聴：severe hearing loss

高度難聴：profound hearing loss

中等度難聴：moderate hearing loss

軽度難聴：mild hearing loss

② 障がいを持った時期による分け方

障がいを持った時期で、『先天性難聴』と『後天性難聴』に分かれます。

先天性難聴とは

生まれた時から障がいがあることを言います。新生児 1,000 人に対して、1 人の割合で見られます。

原因として

- ・ 遺伝子の異常
- ・ 妊娠中のウイルス感染
- ・ 低体重で生まれた
- ・ 妊娠中に使った薬の影響



などがあります。

後天性難聴とは

生まれた後に、何かの原因によって聞こえなくなったり、聞こえづらくなったりすることです。

原因として

- ・ 感染症（流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、細菌性髄膜炎 など）
- ・ 薬の副作用
- ・ 頭のけが
- ・ 騒音（大きな音）
- ・ 加齢



などがあります。

先天性難聴：congenital hearing loss

遺伝子：gene

妊娠中のウイルス感染：viral infections

during pregnancy

低体重：low birth weight

後天性難聴：acquired hearing loss

騒音：noise

加齢：aging

③ 障がいを受けた部位での分け方

耳のどこに障がいを受けたかによって3つに分けられます。

・**伝音性難聴**… 耳の入り口から鼓膜を通過して中耳までのどこかに障がいがあります

テレビのボリュームを下げたように、音が小さく聞こえます。

・**感音性難聴**… 音が内耳に入り、聴神経を通過して脳に届くまでのどこかに障がいがあります

音が小さく聞こえるだけでなく、言葉がゆがんで聞こえます。

・**混合性難聴**… 「伝音性難聴」と「感音性難聴」の両方の障がいがあります

伝音声難聴：conductive hearing loss

感音性難聴：sensorineural hearing loss

混合性難聴：mixed hearing loss

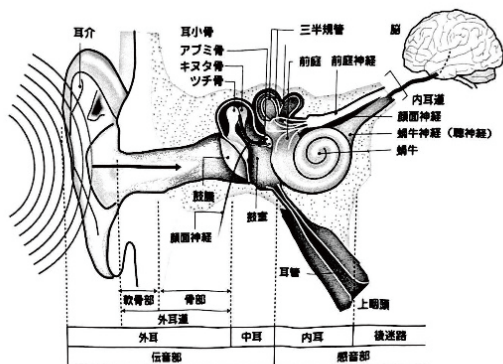


図2 聴覚器官の構造図

黒田生子・藤井正之・森 尚彰・野原 信 (2020) 『聴覚障がい児・盲ろう児の発達支援テキスト—0歳からの発達支援 基礎編』(エスコアール刊) 付録DVDより

聴覚障がいの人、生活で困ること

聴覚障がいの方は、耳からの情報を得ることができないので、いろいろ不便なことがあります。

コミュニケーションのこと

- ・グループでの会話に入れず、話の内容が分かりません。
- ・相手の言っていることが聞き取れず、何度も聞き返したり、誤解されたりします。
- ・病院の呼び出しや銀行の順番待ちで呼ばれても気づけません。
- ・マスクをして話をされると、唇の動きが分かりません。



生活音・環境音のこと

- ・電話やインターホンの音、来客、宅配便に気づきません。
- ・テレビの音や生活音（換気扇、エアコン）が聞こえません。



外出・移動のこと

- ・電車やバスのアナウンスが聞こえません。
- ・歩いているとき、後ろから車や自転車が来ても気づきません。



社会的な困りごと

- ・聞こえないことがまわりから見てもわかりにくいです。
- ・話しかけられても気づかないと「無視した」「やる気がない」などと思われてしまいます。



イラスト引用：公益財団法人 共用品推進機構 IHP

聴覚障がい者のコミュニケーションの方法

① 補聴器・人工内耳

補聴器は、音を大きくして伝える機械です。いろいろな形があります。伝音性難聴では音が聞こえやすくなります。



感音性難聴で補聴器をつけても聞こえがよくなる場合は、人工内耳をつけることがあります。人工内耳をつけるためには、手術をうける必要があります。



補聴器を扱うときには、落として壊したり、水にぬらさないように注意が必要です。

② 筆談

文字を紙に書いて、伝える方法です。

紙やペンがないときには、手のひらに書いたり空中に書いたり（空書き）してもいいです。



会議などでは、話したことを短い文にして、紙に書いたりパソコンを使って映し出す要約筆記を使うことが多いです。



③ 手話

手話とは、手や指の形、体の動き、表情を使って気持ちや意思を伝える「目で見る言葉」です。手話に単語がないときには、50音を一文字ずつ表す指文字を使ったり、身振りでもよいです。



手話のわからない聞こえる人と話すときや、聞こえる人がいる会議では、手話通訳を使うことがあります。



補聴器：hearing aid

人工内耳：cochlear implant

筆談：writing conversation

要約筆記：offer memorandum

手話：sign language

④ 口話・読話

口話…聴覚を使って日本語を聞き取ったり、相手の口の動きや表情を見たりして内容を読み取ることです。自分も音声を使って話します。

読話…相手の口の形の形や開け方、表情を見て、何を言っているのか読み取ります。



口話：spoken language

読話：lip reading

聴覚障がい者の生活を支える情報機器

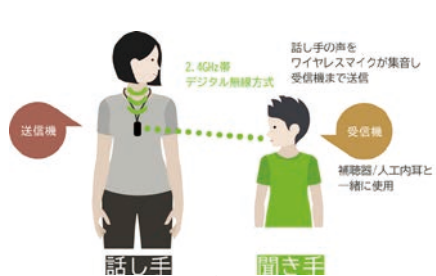
このようなものがあります。



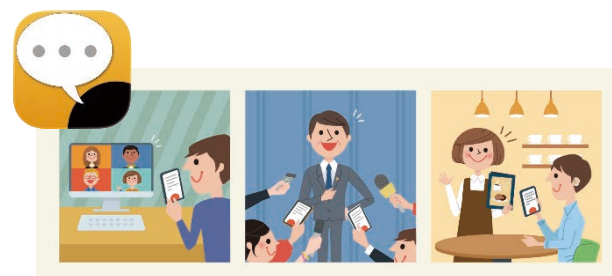
来客を光で知らせるもの



目で聴くテレビ



デジタル補聴援助システム



UDトーク（スマートフォンアプリ）

聴覚障がい者とかかわるときに気をつけてほしいこと

・相手や周りの様子をよく見ましょう

相手の口の動きや表情、手や体の動きを見ながら、何を話しているのかを読み取りましょう。

・今、何が話題になっているかはっきりさせましょう

話の内容が分からないと、話に加わることが難しいです。近くにいる人が、今、話題になっていることを教えてあげるとよいでしょう。

・聞き取りやすい伝え方をしましょう

特別な話し方やとてもゆっくりした話し方は、逆にわかりにくいです。少しゆっくりと大きな声で話してあげましょう。どうしてもわからなさそうなときは、もう一度話すか、短い文や違う言葉に変えて話してみましょう。手話がわからなくても、いろいろな方法を使ってコミュニケーションをとってみましょう。

・聞き手にとって聞きやすく、見えやすい環境を選びましょう

窓のそばや暗い場所は、顔が影になってわかりにくいです。また、雑音が多いところも避けましょう。

・話し手がだれかわかるようにしましょう

たくさんの人が話している場所では、だれが話しているのかわかるように、手をあげてから話したり、話している人に顔を向けたりしてください。



気をつけてほしいこと：things to be careful about

コミュニケーションの取り方

①年齢相応にかかわりましょう

言語に障がいがあると、言い間違いや聞き間違いがみられることがあります。その時、子ども扱いはせず、年齢相応の人として接しましょう。

②会話は、急がせず落ち着いた雰囲気で行きましょう

言語障がいのある人は、ない人に比べて会話に時間がかかります。本人が焦ったり不安になるような声かけや態度にならないように気をつけましょう。

③支援機器をうまく活用しましょう

音声言語以外の手段を使うと、コミュニケーションがスムーズに進むことがあります。

例えば、次のような道具・ツールがあります。



トーキングエイド

(キーボードで入力した言葉を機械に話してもらう)



コミュニケーション支援ボード

年齢相応の関わり: age-appropriate interactions

落ち着いた雰囲気: calm atmosphere

支援機器: assistive devices

ちょうふくしょう
重複障がいについて
『もう』

『重複障がい』について

重複障がい者とは、障がいが2つ以上ある人のことを言います。

障がいの種類

- ・視覚障がい（目が見えない・見えにくい）
- ・聴覚障がい（耳が聴こえない・聴こえにくい）
- ・平衡機能障がい（体のバランスが取れない・ふらつく）
- ・言語・咀嚼機能障がい（口をうまくうごかせない・うまく話せない）
- ・肢体不自由（体の一部がない・体をうごかすことがむずかしい）
- ・内部障がい（心臓や腎臓など、体の中に病気がある）
- ・知的障がい（認知能力の制限や発達の遅れなどがある）
- ・精神障がい（いろいろな理由で苦しんだり機能障がいが出たりする）

重複障がいには、さまざまな状態があります。

例えば、聴覚障がい・肢体不自由・知的障がい3つの障がいがある人を

『ろう重複障がい者』と言います。

ひとりひとり、必要な支援の内容や方法も違います。

今回は、視覚障がいと聴覚障がいの2つの障がいがある人『盲ろう者』について学びます。



Multiple disabilities

A person with multiple disabilities refers to someone who has two or more disabilities.

Kinds of disabilities

- ・ Visual impairment
- ・ Hearing impairment
- ・ Balance impairment
- ・ Speech impairment

平衡機能：impairment of balancing

咀嚼機能：impairment of chewing.

認知能力：cognitive impairment

制限：limitation

発達の遅れ：developmental delay

機能障がい：functional impairment

『盲ろう者』について

盲ろう者とは、視覚障がいと聴覚障がいの2つの障がいがある人のことを言います。



なぜその障がいになったのか、原因は人によっていろいろ違います。



生まれつき盲ろうの子どもたちの障がいの原因には、いろいろな病気に関係しています。

遺伝子や染色体の異常、お母さんの妊娠中の感染症、未熟児、水頭症、そのほか原因がわからないこともあります。



大人になってからいろいろな病気や事故が原因で盲ろうになる人もいます。

生まれつき：生まれたときから since born.

遺伝子：genes

染色体：chromosomes

妊娠：pregnancy:

感染症：infections

未熟児：premature infants

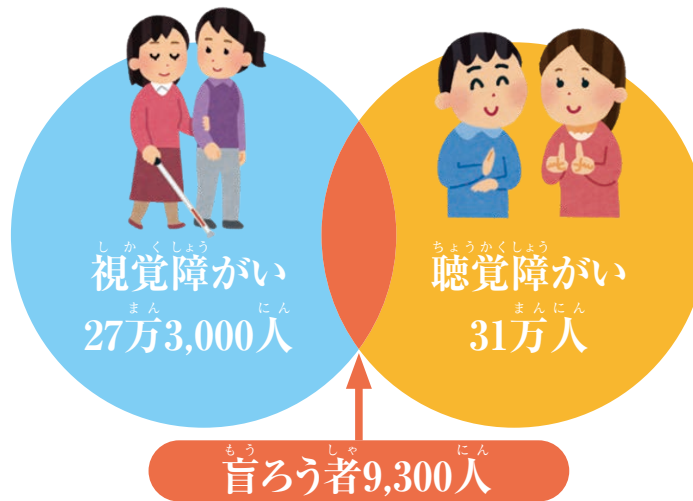
水頭症：hydrocephalus

原因：causes

日本の盲ろう者の人数

2024年におこなわれた盲ろう者の調査では、日本には9,300人の盲ろう者がいるそうです。

しかし、いろいろな支援（サポート・お手伝い）を受けながら地域社会に参加している（暮らしている）盲ろう者は1,300人くらいしかいないそうです。



出典／参考・引用文献『令和6年度盲ろう者の生活状況等の実態調査』
『盲ろう者の同行援護』P13より引用【いずれも全国盲ろう者協会 製作】

支援：support

地域社会：local community

盲ろうの障がい特性と特徴(1)

盲ろう者は、視覚と聴覚の障がいの程度や状態により大きく4つに種類分けされます。

障がいの程度や状態によって、使うコミュニケーション手段や必要な支援内容は、一人ひとり違います。

	聴こえない	聴こえにくい
見えない	全盲ろう まったく見えない まったく聴こえない	盲難聴 まったく見えない 少し聴こえる
見える	弱視ろう 少し見える まったく聴こえない	弱視難聴 少し見える 少し聴こえる

出典／参考・引用文献『盲ろう者の同行援護』P17より引用
【全国盲ろう者協会 製作】

程度：level

状態：status, conditions

種類：classifications

盲ろうの障がい特性と特徴 (2)

いつ 盲ろうになったのかによっても、
その人の特性や状態は違います。

- ① 生まれた時から視覚障がいと
聴覚障がいがあった人
- ② はじめは視覚障がいがあり、
あとで聴覚障がいになった人
- ③ はじめは聴覚障がいがあり、
あとで視覚障がいになった人
- ④ 大人になってから視覚障がいと
聴覚障がいになり、いっしょになった人

		聴覚障がいの受障時期		
		先天性～乳幼児期	～成年	～老年期
視覚障がいの受障時期	先天性 乳幼児期	① 先天性の 盲ろう	② 盲ベースの 盲ろう	
	成年 老年期	③ ろうベースの 盲ろう	④ 成人期の 盲ろう	

特性：characteristics
状態：conditions




出典／参考・引用文献 『盲ろう者の同行援護』 P19 より引用

【全国盲ろう者協会 製作】

盲ろう者が生活の中で困ること

盲ろう者の生活は、一人ひとり違いがあり、全く同じ生活をしている人は一人もいません。盲ろう者の生活の困りごとには、大きく分けて次の3つがあります。

【盲ろう者が生活において抱える大きな3つの困りごと】

<p>コミュニケーション</p> 	<ul style="list-style-type: none"> 相手の声が聞こえません。筆談された文字も読めません。 話していることが相手に伝わっているか、わかりません。
<p>情報入手</p> 	<ul style="list-style-type: none"> 文章や新聞、細かい文字が読めません。 テレビを見たり、本を読んだりできなくて、楽しみがありません。
<p>移動</p> 	<ul style="list-style-type: none"> 信号の色が見にくく、車の音も聞こえず、一人で外出すると車にぶつかりそうになります。 バス、電車の行き先が見えず、一人での移動が不安です。

困りごと：problems

筆談：writing conversation

文章：sentences

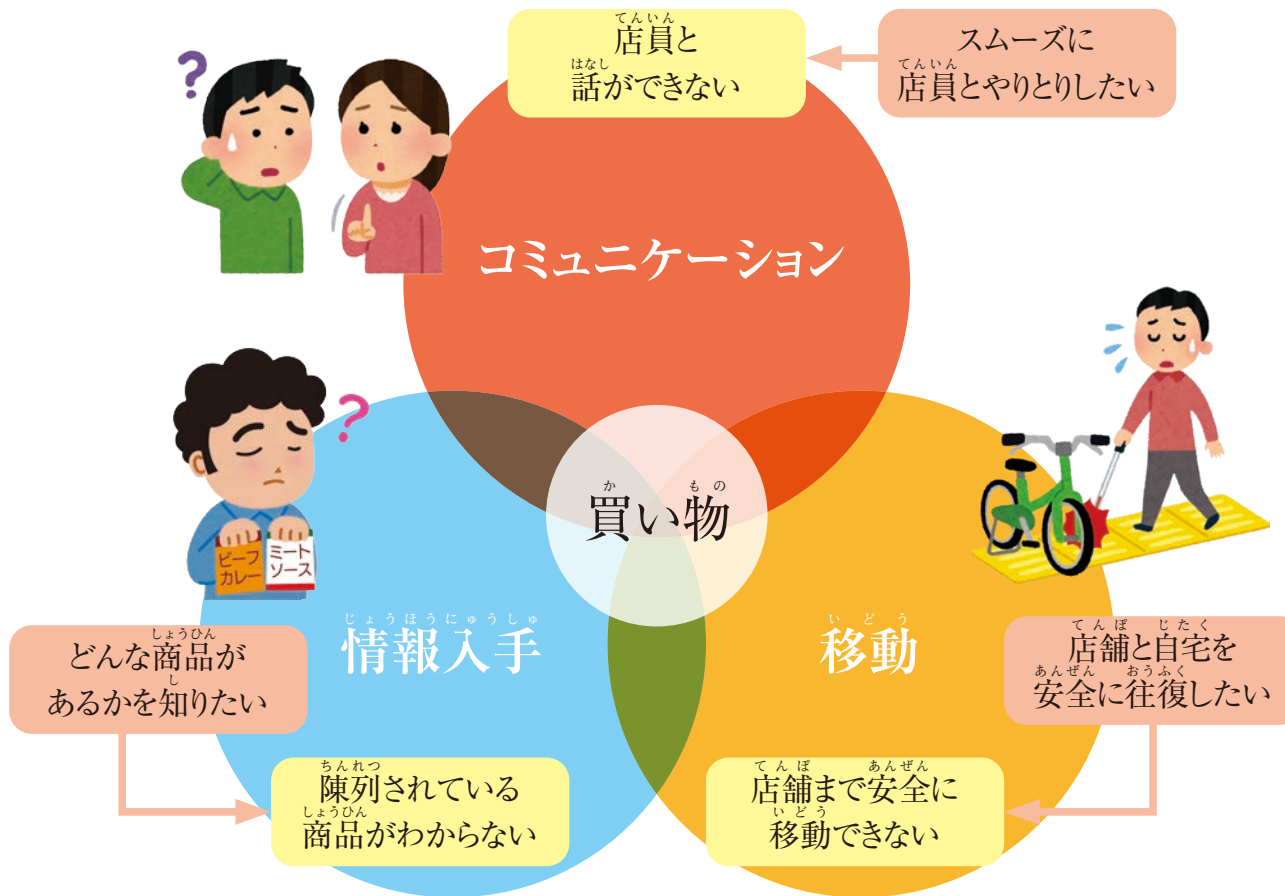
情報入手：information acquisition

移動：locomotion

出典／参考・引用文献 『盲ろう者の同行援護』 P14 より引用

【全国盲ろう者協会 製作】

たとえば、「買い物」について、大きな3つの困りごとを 考えます。



出典／参考・引用文献 『盲ろう者の同行援護』 P15より引用
【全国盲ろう者協会 製作】

これらの3つの困りごとは、つながりがあります。いろいろな困りごとが積み重なっています。

盲ろう者の情報の入手・コミュニケーションの手段

盲ろう者にもいろいろな人がいます。

一人ひとりの盲ろう者の情報の入手方法やコミュニケーション手段も違います。

盲ろう者が求めている支援ができるように、また必要な情報を伝えたり、お互いにコミュニケーションができるように、目の前にいる盲ろう者に合ったコミュニケーション手段を使うことが大切です。

情報提供とコミュニケーションの手段には次のようなものがあります。

『手書き文字』

盲ろう者の手のひらに文字を書いて伝える方法です。「手のひら書き」とも言います。



『音声』

盲ろう者の耳元や補聴器のマイク等に向かって話す方法です。

『点字』

ブリストという点字タイプライターと盲ろう者の指を点字6点に見立てて、直接たたく「指点字」という2つの方法があります。



入手方法：method of obtaining

コミュニケーション手段：means of communication

お互いに：each other

情報提供：information provision

補聴器：hearing aid

マイク：microphone

タイプライター：type writer

『手話』

手話の形を盲ろう者が触って読み取る「触手話」と盲ろう者の見え方にあつた範囲で手話をあらわす「弱視手話」という2つの方法があります。



範囲：range



『指文字』

日本語式（五十音式）とローマ字式の2種類があり、盲ろう者は見たり、触ったりして読み取ります。

『筆談』

通訳者が紙やタブレット等にかいた文字を、盲ろう者が読む方法です。



タブレット：tablet



『パソコン』

通訳者がパソコンで入力した文字を、盲ろう者が画面で読む方法です。

画面：monitor

『先天性盲ろう児のコミュニケーション』

オリジナルサイン、視覚的・触覚的シンボルや物などの非言語的な方法を使用している盲ろう児・者もいます。



先天性：congenital
非言語的：non-verbal

イラストの引用：啓発パンフレット『盲ろう者について知っていますか?』P6～7より引用

【全国盲ろう者協会 製作】

じゅしんほうほう つかうかんかく
【受信方法と使う感覚】

		しゅわ 手話をもとに	ゆびもじ 指文字をもとに	てんじ 点字をもとに	もじ 文字をもとに	おんせい 音声をもとに
使う 感覚	さわ 触る しよつかく 【触覚】	しよくしゅわ 触手話	じしき ローマ字式 ゆびもじ 指文字	ゆびてんじ 指点字 ひっきてんじ 筆記点字	てがもじ 手書き文字	
	みる 見る しかく 【視覚】	じやくしゅわ 弱視手話	にほんごしき 日本語式 ゆびもじ 指文字		ひつだん 筆談 もじひっき 文字筆記	
	きく 聞く ちようかく 【聴覚】					おんせい 音声

出典／参考・引用文献 『盲ろう者の同行援護』 P21 より引用

【全国盲ろう者協会 製作】

もう しゃ はなし とき
盲ろう者と話をする時は…

め まえ いる もうろう者 が、 いつもの 生活 で使っている 「ことば (コミュニケーション方法)」 は何か? を理解するようにしましょう。

しえん する 人は、 しよくしゅわ や ゆびてんじ ができる、 知っている という こと だけ ではなく、 もうろう者 が 受信 しやすい ことば づかい や 話す 速さ 等 にも 気をつけて いく ことが 大切 です。



りかい
理解：understanding

じゅしん
受信：receiving

盲ろう者を支援するときに気をつけてほしいこと

(1) 盲ろう者の「疲れ」に気をつけましょう

盲ろう者は、「見えないこと」「聴こえないこと」による不安や緊張で知らないうちに疲れがたまりやすいことが多いです。

盲ろう者の表情や身体の動きなどをよく見て、ときどき休憩をするようにしてください。

盲ろう者が、楽な気持ちで過ごすことができるように気を配りましょう。



(2) 「自立」を意識しましょう

盲ろう者が自分でできることは、盲ろう者にしてもらうように心がけましょう。

何でも支援者がやってしまう（お世話をする）のではなく、盲ろう者ががんばっていることを見守るなど、「積極的に待つ」ことも大切です。

どうしたらいいのか、わからない時や迷う時は、「割りばしは、自分で割りますか?」「お手伝いしましょうか?」と、盲ろう者に聞いて、盲ろう者にどうするか決めてもらう方法もあります。

大切にしてほしいことは、盲ろう者の「自己決定」と「自立支援」です。

盲ろう者が困っていることについて、どうしたらいいのかをいっしょに考えながら、

① 盲ろう者がどう生活するかを自分で決める

② 盲ろう者が自分でできることは自分でやる

ということを頭に入れて支援することが大切です。



不安：anxiety

緊張：nervousness

疲れ：fatigue

表情：expressions

休憩：rest

楽な気持ち：a relaxed feeling

自立：independent

支援者：supporters

お世話をする：care

がんばる：doing his/her best

見守る：watch over

積極的：proactive

迷う：hesitate

割りばし：disposable chopsticks

自己決定：self-determination

自立支援：support for independence

頭に入れる：input

(3) 安心・安全な「移動支援」を心がけましょう

盲ろう者が、安心できる移動支援の方法は、一人ひとり違います。

「どのような方法で移動しているのか」を盲ろう者にしっかりと教えてもらってから、支援を始めるようにしましょう。

とくに、外出時には盲ろう者と事前に打ち合わせをしっかりとしましょう。

すぐにまわりの情報を伝達できるよう、サインなどを決めておくなど、いろいろな工夫をすると楽に移動できます。

例) 赤信号で止まるときのサイン、青になって移動開始するときのサイン

階段の手前でのサイン（昇り、降り）

歩行誘導の姿勢については、視覚障がい者の誘導方法とほとんど同じですが、少しちがう人もいます。いっしょに歩く盲ろう者に合わせましょう。

■盲ろう者の移動介助方法



支援者の自分勝手な考えで移動支援をするのはやめましょう。

盲ろう者自身の安心・安全を最優先させた移動支援をしてください。



移動支援：mobility support

外出時：when going out

事前に：in advance

打ち合わせ：meeting

伝達：information transmission

歩行誘導：pedestrian guidance

誘導方法：induction method

腕：arm

肘：elbow

肩：shoulder

安心・安全：safety, feel secure

最優先：top priority

イラストの引用 『盲ろう者の同行援護』 P38 ~ 39 より引用

【全国盲ろう者協会 製作】

じゅうしょうしんしんしょう
重症心身障がい

重症心身障がい

重症心身障がいとは

重度の肢体不自由と 重度の知的障がいがかさなった障がいを重症心身障がいといいます。

生まれるときや、生まれてすぐに何か原因になる病気になり、障がいをもつことが多いです。

脳の障がいによって、運動障がいと知的障がいがかさなった状態ですが、他にも、感覚障がいや うまく飲んだり食べたりできない咀嚼・嚥下機能の障がい、排泄障がい、呼吸器機能障がい、骨格異常などいろいろな障がいがあることがあります。



児は「こども」のことです。者は「おとな」のことを表します。

どのくらいの知的障がいと運動障がいがあると、重症心身障がい児（こども）や重症心障がい者（おとな）とよばれるのでしょうか。

身体は、自分で起きることができない寝たきりか、歩くことはできないけれど 座ることだけできるくらいです。知的障がいはIQ（知能指数）35以下の人です。IQ35は5～6歳くらい、IQ20は3歳くらいです。

重度：severely disabled

肢体不自由：physically impaired

知的障がい：intellectual disability

かさなる：multiple

原因：cause

脳：brain

運動障がい：movement disorder

感覚障がい：sensory impairment

咀嚼・嚥下障がい：dysphagia

排泄障がい：excretory dysfunction

呼吸器機能障がい：respiratory

dysfunction

骨格異常：skeletal abnormality

寝たきり：bedridden

IQ（知能指数）：Intelligence Quotient

介助：assist

医療的ケア児・者

医療的ケア児・者とは、胃に直接チューブなどをいれて栄養をとる経管栄養や、呼吸がうまくできないときにする気管切開や人工呼吸器、痰を自分で出せない人に必要な喀痰吸引などの医療的なケアが必要なこどもやおとなの人をいいます。



重症心身障がい児・者ぜんぶが医療的ケアを必要としているわけではありません。しかし、たくさんの重症心身障がい児・者が医療的ケアを必要としていて、医療的ケア児・者とよばれています。



原因

いろいろな原因で重い障がいになります。

- ①生まれる前（母親のお腹の中にいるとき）の原因
感染症、小頭症、脳奇形、染色体異常
- ②生まれる時・生まれてすぐのときの原因
分娩時異常、低出生体重児、重症仮死
- ③生まれて少し時間がたってからの原因
脳炎、髄膜炎、てんかん後遺症、頭部外傷 など

チューブ：tube

栄養：nutrition

経管栄養：tube feeding

気管切開：tracheostomy

人工呼吸器：ventilator

喀痰吸引：sputum suctioning

感染症：infectious disease

小頭症：microcephaly

奇形：malformation

染色体異常：chromosomal abnormality

分娩：childbirth

低出生体重児：low birth weight infant

仮死：apparent death

脳炎：encephalitis

髄膜炎：meningitis

てんかん後遺症：seizure-related sequelae

頭部外傷：head injury

しょう たくせい 障がいの特性

① きんきんちようこうしん 筋緊張亢進

のう しょう したいふじゆう きんにく きんちよう つよ
脳の障がいで、肢体不自由といっしょに、筋肉の緊張がとても強くなることがあります。
かんせつ ま の くび あたま おな ほうこう む
関節が曲がらなかったり、伸びなかったりします。首や頭も同じ方向しか向けられないこ
とがあります。



きんきんちよう
筋緊張: muscle tone

こうしん
亢進: hypertonic

かんせつ
関節: joint

ほうこう
方向: direction

しせい
姿勢: posture

② しせいしょうがい 姿勢障がい

りょうほう ひじ りょうほう てくび しせい かたほう うで の ほんたいがわ うで まげ
両方の肘や両方の手首をまげる姿勢や片方の腕を伸ばし、反対側の腕を曲
げる姿勢などいろいろな姿勢の異常が出ます。なが あいだ いじょう しせい
ので、せきちゆう からだ へんけい で
脊柱のねじれや身体の変形が出てきます。



せきちゆう
脊柱: spine

へんけい
変形: deformity

こきゅう
呼吸: breath

③ こきゅうしょうがい 呼吸障がい

のう しょう こきゅう ふか しょう
脳の障がいで呼吸のリズムや深さが障がいされることがあります。
また、した のど おく お くび きんちよう
舌が喉の奥に落ちこんだり、首がいつも緊張してうまく
こきゅう
呼吸ができないこともあります。



リズム: rhythms

のど
喉: cough

うまく いき おも しょう
うまく息ができない重い障がいのときは、きかんせつかい のど
気管切開といって喉に

こきゅう あな
呼吸をするための穴をあけます。そこにきかん せつかい
気管チューブをいれて呼吸をします。さんそとうよ じんこう
酸素投与や人工
こきゅうき こきゅう かんり
呼吸器で呼吸を管理することもあります。

きかん
気管チューブ: tracheostomy tube

さんそとうよ
酸素投与: oxygen administration

かんり
管理: management

④ そしゃくえんげしょうがい 咀嚼嚥下障がい

うまく た もの の こ はな
うまく食べ物をかんだり、飲み込んだりできず、鼻からのチューブや
い
胃ろうのチューブから栄養を補給している場合もあります。



ほきゅう
補給: nutritional supplementation

重症心身障がい児・者の支援でだいじなこと

①自分の力で動くことができない人が多いので、生活のほとんど全部で介助が必要です。その人にあわせた介助の方法があります。

②言葉でコミュニケーションをとることがむずかしいので、顔の表情や、身体
の緊張、サインなどから気持ちを知っていくことが必要です。

③姿勢の障がいや呼吸障がい、嚥下障がい、排泄障がいだけでなく、あとから二次障がい
が起きないように、注意が必要です。

※二次障がい：胃食道逆流症、機能性イレウス、便秘、褥瘡、低栄養状態など



二次障がい：secondary disability

胃食道逆流症：gastroesophageal

reflux disease

機能性：functional

イレウス：ileus

便秘：constipation

褥瘡：pressure ulcer

障がいの特性にあわせた支援

①姿勢の異常への支援

・身体が硬くかたまらないように、だいたい2時間ごとに緊張した筋肉をゆっくり伸ばすように関節を動かします。



・いつも同じ姿勢ではなく、いろいろな姿勢をととのえること（ポジショニング）も必要です。



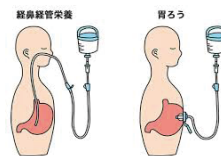
②呼吸困難への支援

・自分で呼吸がきちんとできているかを確認します。
・痰が多い時は、痰をだしやすい姿勢をしたり、吸引をおこないます。



③咀嚼嚥下障がいへの支援

・チューブで栄養をとるときは、まちがえないようにおこないます。
・口から食べるときは、食事介助のときに、誤嚥に気をつけます。
誤嚥は食べ物や飲み物が、まちがって気管の中に流れこんでしまうことです。
誤嚥性肺炎を起こすことがあるので、とても注意が必要です。



④いろいろな経験から、まわりのことを理解することができます。

・重症心身障がい児・者はたくさんのケアを必要としますが、何もわからない人ではありません。車いすを見れば「外へ行くのかな」「起きるのかな」とわかっていることも多いです。することは、介助者が決めるのではなく、必ず本人に確認します。
・ゆっくりですが、指を動かしたり、表情が変化したり、いろいろな表現で意思表示をします。そのサインを見逃さないようにします。



気管：trachea

誤嚥性肺炎：aspiration pneumonia

ち て き しょう
知的障がい

知的障がい

知的障がいの人は、同じ年齢の人とくらべて分からないことやできないことが多く、生活していく中で特別な支援が必要です。

知的障がいがどれくらいかを表すのに、知能指数 (IQ) があります。知能指数 (IQ) は、検査をして分かります。70未満の人が知的障がいといわれています。

また、知的障がいの人は療育手帳を持っています。療育手帳は4つの等級 (軽度、中度、重度、最重度) があり、その人のおおよその知的レベルが分かります。



年齢: age

特別な: special

支援: support

知能指数 (IQ): intelligence quotient

検査: examination

療育手帳: disability certificate for intellectual children

どうして知的障がいになるのかについては、まだはっきり分かっていないこともありますが、以下のことが挙げられます。

① 染色体異常や遺伝子の病気、出産時のトラブルなど

② 貧しくて栄養が足りない場合や子育てが十分にできていない場合など

③ 親が薬物を使ったり、タバコを吸ったり、お酒をたくさん飲んだりしている場合や子どもへ暴力をふるったりする場合



染色体異常: chromosomal

abnormalities

遺伝子の病気: genetic disorder

栄養: nutrition

薬物: drugs

知的障がいのある人は知的レベルに応じた特性があります。

最重度の場合

・会話でのコミュニケーションが難しく、サイン言語（表情や目の動き、身振りや声のトーン）などで表します。こうすればこうなるということが分かってくると、サイン言語で伝えてくることができます。してもらいたいこと、止めてもらいたいことをサイン言語で伝えてくれます。



・食事や着替え、排泄、入浴など生活の場面で多くの支援が必要で、健康を守っていくことや安全に気を配ることが大切です。

・今いるところだけ、自分の手の届くところだけで分かるとうまいます。見る、聞く、触れることから好きや嫌いを表すことができます。



・繰り返し経験していると、次は何が起きるか予想できます。食器が出てくると「ご飯だ!」

→ 支援者は、よく観察して何を伝えているのかを分かってあげることが大切です。

重度の場合

・乳幼児期は会話することはむずかしいですが、学齢期以降は毎日の生活の中で決まったことや簡単な会話ができます。「ジュースちょうだい」「車乗るよ」など。絵や写真が分かるようになり、指さし、身振りも加えてコミュニケーションが取れるようになっていきます。



知的レベル：intellectual level

特性：characteristics

最重度：most severe

サイン言語：sign language

排泄：excretion

入浴：bathing

健康：health

経験：experience

予想：forecast

食器：tableware

観察：observation

重度：severlity

乳幼児：infant

学齢期以降：school-age and beyond

簡単：easy

指さし：pointing

身振り：gestures

・今までに経験したことを思い出して、何とかしようします。また、明日何するかを聞いたり、なんで?という質問をしたりする時期でもあります。

・多い少ない、大きい小さいなど、一つだけ、ここ、あちなど位置を表す言葉が分かるようになります。

・食事や着替え、排泄、入浴など生活の場面でもできることも増えていきますが、部分的に支援が必要です。

→いろいろな経験をさせてあげることが大切です。言葉でのやりとりだけではなく、身振りや動作も入れて関わっていくことが大切です。



経験: experience

時期: period

位置: position

部分的: partial

動作: movement

中度の場合

・乳幼児期は言葉の発達はゆっくりですが、学齢期にはかんたんな会話ができます。読み書き計算、時間やお金の理解などゆっくり発達しますが、ある程度までで止まってしまうのも特徴です。

・実際に経験したことは、なんでこうなるのかわかりますが、経験していないとイメージしにくいようです。

→手順を覚えて一人で行えることが多いので、支援者は応援してあげることが大切です。言葉だけではイメージできないことがまだあるので、絵や写真も使ってみることが大切です。



中度: moderate

言葉の発達: language development

ゆっくり: slowly

かんたんな: easy

読み書き: reading and writing

計算: calculation

時間: time

手順: procedure

応援: support



軽度

- ・乳幼児期には、発達の遅れが分かりにくいことがあります。
- ・経験したことでなくても、イメージできることがあります。ただし目に見えることに限られ、ことわざや、比喩などの理解はむずかしいです。
- ・足し算、引き算、掛け算、割り算ができますが、引き算割り算は苦手です。お金を使うことはできますが、計画的に使うことは難しいです。時間が分かりますが、計画的には使うことはむずかしいです。
- ・読み書きはできます。
- ・自分の身の回りのことは他の子と同じようにできます。
- 分かりにくい言い回しは分からないことが多いので、気をつけたいです。お金や時間の使い方には支援が必要です。



軽度：mild

ことわざ：proverb

比喩：metaphor

足し算：addition

引き算：subtraction

掛け算：multiplication

割り算：division

計画的：planed

身の回りのこと：personal affairs

言い回し：phrase

どんな支援が必要なのか

大きく3つあります。

①生活の中でいろいろなことを経験して、自分で決めたい、自分で試した

いという気持ちを育てることが大切です。できないことをできるようにすることだけに目を向けないで、できないことはお手伝いしてあげたり、ICTなどを活用したりすれば良いのです。

②人は変わるのです。知的障がいがあっても変わっていきます。「これは嫌いだった」が好きになることがあります。決めつけしないで、変化に合わせる必要があります。

③ライフステージに合わせた支援が必要です。

乳幼児期は、家の中の安心安全が一番です。親も支援者も気長にあきらめず、期待しすぎずで、



児童期は、母子分離がすすみ、人間関係を広げていきます。いろいろ

な場所で自分の顔を作っていきます。その人らしさを

作っていきます。ありのままの自分を認めていく時期。

青年期、壮年期は、社会に出て、様々な選択を

自分でしていきます。本人の決定が優先されないと

無気力になったり、投げやりになったり、うつになったりします。

高齢期は、今までできたことができなくなり、落ち込んでしまうことがあります。

尊厳が損なわれないように関わっていきます。体の不調を伝えられな

くて病気がすすんでしまうこともあるので注意が必要です。



ICT: Information and Communication

Technology

試す: to try

嫌い: dislike

決めつける: make assumptions

変化: change

ライフステージ: life stage

気長に: patiently

あきらめず: never give up

期待しすぎず: don't get your hopes

up too high.

乳幼児期: infancy

人間関係: human relationships

児童期: childhood

その人らしさ: That person's true self

ありのまま: as it is

青年期: adolescence

せいしんしょう
精神障がい

精神障がいへの支援

1. 精神障がいとは

精神障がいは、考えられなくて、気持ちが整理できなくて、毎日の生活が難しくなります。

2. 障がいの種類

障がいの要因は心理的（心因）なもの

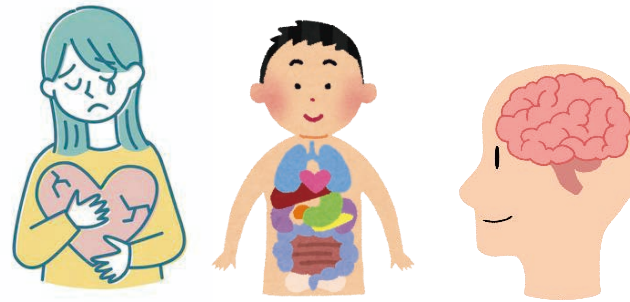
遺伝や体質的（内因）なもの、

脳機能（器質因）のものに分かれます。

心因は神経症などです。内因は気分

障がいや統合失調症です。器質因は

認知症などです。



3. 障がいの原因 ※完全にはわかりません。

1) 気分障がい（うつ病） Depression

ストレスが加わると発症します。障がい前の生真面目な性格の人が多いです。

2) 統合失調症 Schizophrenia

ストレスが多いと発症します。

3) 不安障がい Anxiety Disorder

たくさんの不安とストレスで発症します。



気持ち：emotions

整理：get my emotions in order

難しい：difficult

要因：underlying factors of a disorder

心理：mental state

遺伝：genetic factors

体質：constitutional factors

脳機能：brain function

神経症：neurosis

気分障がい：mood disorder

統合失調症：schizophrenia

認知症：dementia

完全：the causes are all the same.

ストレス：stress

加わる：stress is added

発症する：develop(a disease)

生真面目な性格：a very serious personality

不安障がい：anxiety disorder

不安：anxiety

4. 障がいの特性

< 全体 >

1) 不安

不安の内容がはっきりしている場合と不明な場合があります。しかし基本的に不安があります。

2) 睡眠障がい Sleep Disorder

たくさんの精神障がいには睡眠障がいがあります。眠れないことで考えることや気持ちの整理ができなくなり、さらに眠れなくなります。



< 障がい別 >

3) 統合失調症

考えがまとまらない。落ち着かない。やる気が出ない。



4) 気分障がい

[うつ状態]

- ・気持ちがとても落ち込む。
- ・やる気が出ない。疲れやすい。
- ・考えられない。
- ・自分が価値のない人間のように思う。
- ・死ぬことを考え、それを実行しようとしています。



特性: characteristics of a disorder

全体: an overview of the disorder

内容: the source of anxiety

はっきり: be clearly understood

不明: unknown

場合: case

基本的: basic

眠れない: cannot sleep

さらに: furthermore

まとまる: organize my thoughts

落ち着く: feel calm

やる気: feel motivated

状態: the patient's condition

落ち込む: feel depressed

疲れ: feel tired

価値: feel worthless as a person

死ぬ: die

実行: die by suicide

[^{じょうたい}そう状態]

- ・^{きもち}気持ちが^{こうよう}とても高揚する。
- ・^{ねむ}眠れない。
- ・^{びんかん}敏感になる。
- ・^{おこ}怒りっぽくなる。



^{こうよう}高揚する: feel excited

^{びんかん}敏感: sensitive

^{おこ}怒りっぽい: short-tempered

5) ^{ふあんしょうがい}不安障がい

^{しんぱい}心配や^{ふあん}不安がたくさんあり、^{せいかつ}生活ができない。^{こころ}心と^{からだ}体に変化^{へんか}が起きます^お。

- ・^{しやう}パニック障がい

^{とつぜん}突然^{ふあん}不安になり、^{しんぞう}心臓がドキドキして、^{めまい}めまいがして^{こきゅう}呼吸が^{くる}苦しくなります。

^し死ぬ^{おも}と思ひます。

- ・^{きやうはくせいしょうがい}強迫性障がい

しなくていいとわかっているでもやめられなくて、^{なんかい}何回も^{おな}同じことをする。^{たと}例えば「^く繰り返^{かえ}し^て手^を洗^い続^ける」などです。



^{しんぱい}心配: worry

^{こころ}心: mind

^{からだ}体: body

^{へんか}変化: changes

changes in the mind and body

^{とつぜん}突然: suddenly

^{しんぞう}心臓: heart

ドキドキする: heart races

めまい: dizziness

^{こきゅう}呼吸: breathing

^{くる}苦しい: difficulty breathing

^く繰り返^{かえ}す: repeat

^{つづ}続ける: keep doing it



5. 特性に応じた支援

1) 統合失調症

安心できる場所と関係を作ります。「大丈夫です」と声をかけます。



2) 気分障がい

うつ状態の時は励まさない。「休んで良いんですよ」と声をかけます。

死なない約束をします。次回会うことを約束しましょう。

そして直ぐ主治医や家族に連絡しましょう。



3) 不安障がい

不安を否定しない：

→不安にそのままの理解を示します。

パニック発作時対応：

→心配せず、あなたが落ち着いて行動することが本人の不安軽減になります。

生活の予定を伝えましょう。



応じる：support tailored to individual

characteristics

安心：feel safe

場所：space

関係：human relationships

大丈夫：you' ll be fine.

声をかける：check in with someone

励ます：encourage

休む：take a break

約束：appointment

次回：next time

主治医に連絡する：contact the attending doctor

否定しない：do not deny

理解する：understand

示す：show

対応する：respond

行動する：take action

軽減：reduce

予定：schedule

6. 生活の工夫

- ・ バランスのよい食事
- ・ 十分な睡眠
- ・ ストレスを少なくする
- ・ 軽い運動をする



7. まとめ

相手の話に合わせてるように対応しましょう。命に関わる場合があります。病院に通っていることを確認しましょう。

参考文献

- 1) 内閣府、令和7年版障がい者白書
- 2) 精神神経疾患ビジュアルブック、Gakken、2023年

工夫：devise ways

充分：get enough sleep

少なくする：cut down

軽い運動：light exercise

相手：the other person

命に関わる：life-threatening

病院：hospital

通う：attend

確認：check

こ う じ の う き の う し ょ う
高次脳機能障がい

高次脳機能障がいへの支援

1. 高次脳機能障がいとは

高次脳機能障がいは、病気やけがによって脳を損傷して脳機能に障がいがでて、毎日の生活や社会生活がうまくいなくなる状態のことです。



例えば、社会の中で その場に合った行動が難しくなったり、感情がコントロールできなくなります。脳の中の損傷ですから、見た目には分かりにくい「見えない障がい」と言われています。他の障がいと違って分かりにくいので、支援が受けにくい障がいです。

2006年从高次脳機能障がい者に対する支援が始まりました。それまでは障がいとして認められませんでした。

2022年の調査によると医師から診断があった人数は約23万人います¹⁾。

障がい: disability

脳: brain

損傷: damage

けが: injury

病気: illness

感情: emotion

見た目: appearance

支援: support

麻痺: paralysis

記憶: memory

調査: research

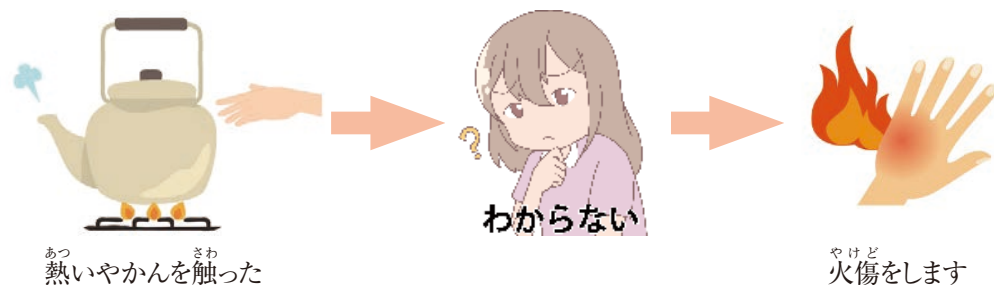
脳機能: brain function

診断: diagnosis

2. 高次脳機能障害の障害とは

感覚の障害や運動の障害ではなく、知覚と運動をつなぎ合わせて判断するネットワーク機能の異常です。

例えば、触っていることは分かるが、触ったものが熱いか冷たいか分かりません。



感覚の障害: sensory impairment

知覚: perception

運動の障害: motor impairment

判断: judgment

ネットワーク機能: neural network function

異常: abnormal

やかん: kettle

触る: touch

火傷: burn

症状: symptoms

記憶障害: memory impairment

注意障害: attention impairment

遂行機能障害:

executive function disorder

社会的行動障害:

impairment of social behavior

◆ 症状



ちゅういしょう
[注意障がい]

- ・ミスが多い。
- ・落ち着かない。



ミス：mistake

落ち着かない：feel restless

すいこうきのしょう
[遂行機能障がい]

- ・計画を立てて動けない。
- ・変化に合わせて対応できない。
- ・指示がないと動けない。



たいおう
対応：response

しじ
指示：instruction

きおくしょう
[記憶障がい]

- ・置き場所を忘れる。
- ・何度も同じことを言う。
- ・新しいことを覚えられない。



おきしょ
置き場所：place to put something

なんど
何度も：many times

おぼ
覚えられない：cannot memorize

しゃかいてきこうしょう
[社会的行動障がい]

- ・すぐに怒る。
- ・暴力を振るう。
- ・意欲が低下する。



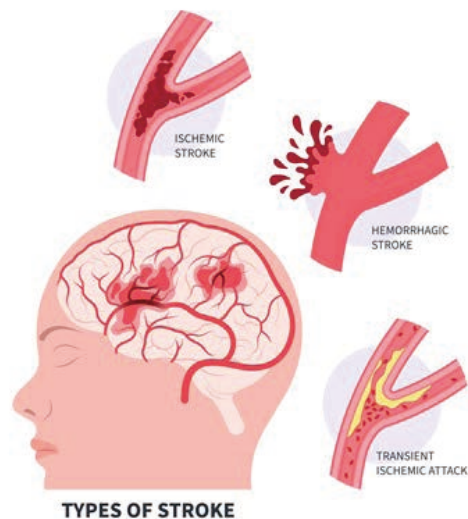
ぼうりょく
暴力を振るう：use violence

いよく
意欲が低下：loss of motivation

3. 障がい^{しょうがい}の原因^{げんいん}

2つあります。

- ① ^{のうこうそく}脳梗塞^{のうしゅっけつ}や^{まくかしゅっけつ}脳出血^{まくかしゅっけつ}、^{まくかしゅっけつ}くも膜下出血^{のうけっかんしょう}などの^{のうけっかんしょう}脳血管障がい^{のうけっかんしょう}です。



- ② 交通事故

- ・ ^{たか}高い^{ところ}所からの^{てんらく}転落による^{がいしょうせい}外傷性^{のうそんしょう}脳損傷
- ・ ^{ていさん}低酸素^{そのうしょう}脳症
- ・ ^{のうしゅよう}脳腫瘍



原因^{げんいん}: cause (s)

脳梗塞^{のうこうそく}: cerebral infarction ischemic stroke

脳出血^{のうしゅっけつ}: cerebral hemorrhage

intracerebral hemorrhage

くも膜下出血^{まくかしゅっけつ}: subarachnoid hemorrhage

脳血管障がい^{のうけっかんしょう}:

cerebrovascular disease

交通事故^{こうつうじこ}: motor vehicle accident

転落^{てんらく}: fall / falling accident

外傷性脳損傷^{がいしょうせい}: traumatic brain injury (TBI)

低酸素脳症^{ていさん}: hypoxic brain injury

脳腫瘍^{のうしゅよう}: brain tumor

4. 障がいの特性

1) 失語：言葉で表現ができないことです。

- ・話そうとしても言葉が出てこない。
- ・相手の言っている言葉が分からない。
- ・文章が読めない。
- ・文字が書けない。



2) 失認：感覚は正常ですが、

- ・視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚が正常ではありません。
- ・人の顔や声、音がわからない。



3) 失行：運動機能は問題がないのに、動作が難しくなることです。

- ・セーターを見ても着方が分からない。
- ・歯ブラシの使い方が分からないから使えない。



4) 遂行機能障がい：目標を立て、計画し、

行動する能力が低下することです。



特性：characteristics / features

失語：aphasia

表現できない：cannot express

言葉が分からない：cannot understand language

失認：agnosia

正常：normal

視覚：vision

聴覚：hearing

嗅覚：sense of smell

味覚：sense of taste

触覚：sense of touch

失行：apraxia

動作：movement / action

難しい：difficult

着方：how to put on clothes

分からない：cannot figure out

歯ブラシの使い方：how to use a toothbrush

目標を立てる：set a goal

計画する：make a plan

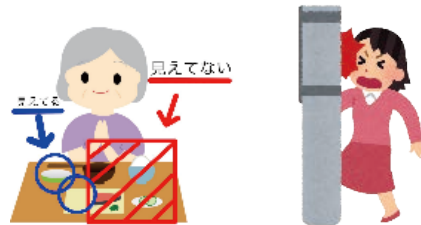
行動する：take action

能力低下：decline in ability

5) ^{はんそくくうかんむし}半側空間無視 : ^{しかくきのうせいじょう}視覚機能は正常ですが、^{ひだりがわ}左側にあるものだけ (または^{みぎがわ}右側にあるものだけ)

^わ分かりにくい。

- ・^{しょくじときひだり}食事の時に左にお惣菜があることが^わ分からない。
- ・^{はしら}柱があることが^わ分からず^あ当たってしまう。



★^{おなぼめんかんが}同じ場面で考えてみましょう。



ペットボトルが^{なん}何だかわからない (失認)。^{しつじん}

の^{かた}飲み方がわからない (失行)。^{しつこう}

な^{まえ}名前がわからない (失語)。^{しつご}

じどうはんばいき^と自動販売機から取れない (遂行機能障がい)。^{すいこうきのうしょう}

^{しかくきのう}視覚機能 : visual function

^{ひだりがわみぎがわ}左側と右側 : the left side and the right side

^{そうざい}お惣菜 : prepared food

5. 特性に応じた支援

今まで出来たことが出来なくなるため、生活に大きな支障があります。

1) 毎日の生活への影響

- ・周りの人から誤解されます。
- ・コミュニケーションがうまくできません。

2) 支援の必要性

周りの人たちの理解と配慮が必要です。けがをしないようにして、生活をサポートすることが重要です。具体的には、手順を簡単にします。

3) 具体的な支援方法

(1) 環境調整

- ・できる能力を発揮できるようにする。
- ・安心して過ごせるようにする。

(2) 物理的環境

- ・鍵や財布など大切なものの置き場所を決める。
- ・ルールや日課（1日のやることや順番、時間）を同じにする。 ※苦手になった事を補う、または代わりの方法を考えます。

生活：everyday life

影響がある：have an impact

誤解：misunderstanding

必要性：necessity / need

理解と配慮：understanding and consideration

けがをしない：avoid injury/ not get hurt

重要：important / essential

手順を簡単にする：make procedures simple

環境調整：environmental adjustments

できる能力：remaining abilities

発揮する：demonstrate/make use of

安心して過ごす：live with peace of mind

物理的環境：physical environment

大切なもの：important items

置き場所：designated place

決める：decide / set

日課：daily routine

苦手を補う：compensate for difficulties/make up for weaknesses

代わりの方法：alternative method

6.まとめ

高次脳機能障がいはいろいろな症状を持ち、一人ひとりに合わせた理解と支援が求められます。しかし、意識もありプライドもあるので「できない人」ではなく、「お手伝いします」という気持ち大切です。

参考文献

- 1)厚生労働省. 令和4年度 生活のしづらさなどに関する調査 (全国在宅障がい児・者等実態調査)
- 2)厚生労働省. 令和6年度 障がい者総合福祉推進事業 高次脳機能障がい者への支援の手引き

はっ たつ しょう
発達障がい

発達障がい

発達障がいは、生まれたときから、脳のうの特性とくせい（特徴とくちょうや性質せいしつ）がわたしたちとは違うため、変わった行動こうどうをとったり、変わったことを話したりします。わたしたちとは考え方かんが、感じ方かんが違うので、ふだんせいかつの生活なかの中で生きづらさいを感じています。



例えば、私たちにとって当然とうぜんのルール（例えば、順番じゅんばんを守る・じゃんけんまで負けたら相手あいてにゆずるなど）が発達障がいの人には分かりにくいようです。他の障がいのように、みえやすい障がいではないので、分かりにくく、かかわり方かた、支援しえんの仕方しかたにも工夫くふうが必要ひつようです。

どうして発達障がいになるのかについて、まだまだ原因げんいんはわかっていません。昔は親の子育ておやに問題もんたいがあると言われて、親は責められていましたが、今は、発達障がいは脳のうの障がいしょうがいで、親の子育ておやが原因げんいんであることは決してないと言われてます。ただし、適切な子育ててきせつや周りまわの支援しえんは大切です。また環境かんきょうを整えてあげることも必要ひつようで、それらがないと、二次障がいにじじょうがい（自分じぶんに自信じしんが持てなくなり、心こころが病んでしまっ、引きこもったり、乱暴らんぼうになったりするなど）が起きてしまいます。



脳のう: brain

特性とくせい: characteristics

生きづらさい: difficulty in living



当然とうぜん: of course

順番じゅんばん: order

じゃんけんま: rock-paper-scissors

工夫くふう: ingenuity



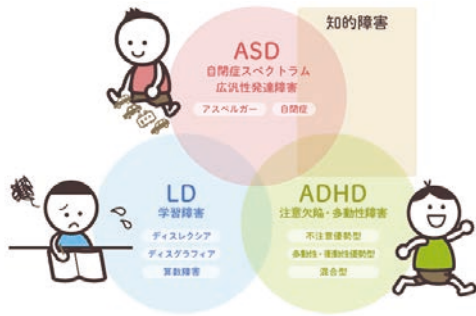
決してないけっ: never

二次障がいにじじょうがい: secondary impairment

引きこもるひ: shut oneself away from

society

乱暴らんぼう: violent



発達障がいはいは大きく3つの障がいに分かれています。
 ただし、特性のあらわれ方が違ったり、いくつかの発達障がいをあわせて持ったりすることもあります。そこで、それぞれの特性を理解して、どのようなあらわれ方をしているかを観察していくことで、その人に合った支援を見つけていくことが大切になっていきます。

まずは3つの発達障がいについて理解していきましょう。

①広汎性発達障がい (いまは自閉症スペクトラムと言われることが多いです)

症状や特徴として、目を合わせない、指さしをしない、ほほえみかえさない、あとおいがみられない、ほかの子どもに関心をしめさない、言葉の発達が遅い、こだわりが強い、ひとり遊びが多く集団活動が苦手、かんしゃくを起こす、自分の興味のあることばかりを話す、自分の興味のあることには、毎日何時間でも熱中する、初めてのことや決まっていたことが変更されることは苦手、環境になじむのに時間がかかる、好き嫌いが多く、感覚過敏などがあげられます。

あらわれ方としては、

・今の相手の表情や態度よりも、文字・図形やもの、過去の記憶の方にとらわれてしまうようで、言われたように動かず、突然フラッシュバックしてわからない行動をしてしまうことがあります。



観察: observation

支援: support

自閉症スペクトラム: autism spectrum

disorder

指さし: pointing

ほほえみ: smile

こだわりが強い: strongly particular

集団活動: group activities

かんしゃく: tantrum

熱中: enthusiasm

苦手: not my forte

なじむ: become familiar with

感覚過敏: sensory hypersensitivity

記憶: memory

フラッシュバック: flashback

・見通しが立たないと不安になりますが、見通しがしっかり立つときはしっかりと実行できます。

・感覚刺激が多いところ（騒がしいところ、暑いところなど）や変化に弱いですが、細やかさやこだわりが芸術的才能につながり、絵を描くことやモノづくりにつながることがあります。



・重度の知的障がいを伴う場合には、睡眠障がいや自分や他人を傷つけたり、物を壊したり、飛び出したりする強度行動障がいにつながることがあります。



②注意欠如・多動症 (ADHD)

注意が続かない、動き回って落ち着きがない、待てないのが主な症状です。小さな子どもはあたりまえの行動ですが、大きくなっても続いていきます。

多動性・衝動性の症状・特徴は、落ち着きがない、座っていても手足をもじもじする、席を離れる、おとなしく遊ぶことが難しい、しゃべりすぎる、順番を待つのが難しい、他人の会話やゲームに割り込むなどが挙げられます。



不注意の症状・特徴は、学校の勉強でミスが多い、課題や遊びなどに集中し続けることができない、話しかけられていても聞いていないように見える、やるべきことを最後までやりとげない、課題や作業の段取りが苦手、整理整頓が苦手、忘れ物が多い、気が散りやすいなどが挙げられます。



見通し：outlook

割り込む：cut in line

段取り：preparation

気が散りやすい：easily distracted

あらわれ方としては、

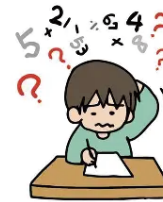
- ・周囲の人のペースよりも、目立ってエネルギーに動いたり、発言したりします。
- ・いろいろなことに次々関心をもちますが、片付けができなかったり、忘れ物が多かったりします。



エネルギー: energetic

③学習障がい (LD)

話したり、理解したりは普通にできるのに、読む、書く、計算することが極端に苦手です。
鏡文字を書くこともあります。



学習障がい: learning disability

「まがひた」

極端に: extremely

鏡文字: mirror writing

日常生活の中でどんな支援が必要なのか

(どんなことに困るのか、どんな支援があるのか)

- 1) 多くの情報を同時処理ができない場合が多いので、一つずつ伝えていくことが大切です。伝え方もいいことを短く伝えましょう。
- 2) 耳からの情報や気持ちを表す言葉など形のないものは分かりにくいです。そういう場合には絵や写真で伝えることに効果があります。どのように、どれくらいと具体的に伝える必要があります。
- 3) 次に何をすればよいか分からないので、活動予定をスケジュールで見通しをもつことも必要な場合があります。



同時処理: simultaneous processing



写真: photo

具体的: concrete



スケジュール: schedule

見通し: outlook

4) 変化が苦手で、予定を変えるときは事前に知らせることが大事です。最初は同じ職員がかわり、同じ支援で安心させるなどの工夫も必要です。

5) 雑音、光、色、においなど苦手なことを理解してあげて、それに応じた環境を整えることも大切です。

こうした支援をまずはしていねいに行い、支援者間でも話し合い、同じように関わっていくことが大切です。本人が安心して過ごすことをまず優先していきましょう。



落ち着いて安心できるようになったら、苦手なことを減らしていけるような支援も必要になります。

・人との会話が苦手

→ 一方的に話をする場合や例えをそのまま受け取ってしまう場合には、ある程度聞いてから、言いたいことをまとめてあげます。相手の思いも伝えて、折り合いをつけることができるようにしていきます。

・相手と一緒に協力する活動が苦手

→ ペアで歩いて、相手の歩調に合わせていくことを学んでもらいます。

食器洗いなど、洗う人とすすぐ人に分かれて、洗う人がすすぐ人に食器を渡していきます。タイミングが合わないことで待つことも学べます。

・できること、できないことの差が激しい。



事前に: in advance

工夫: ingenuity

苦手: not my forte

折り合い: compromise

差が激しい: the difference is significant

自信: confidence

→できることで自分に自信をつけていきます。一方でできないことをそのままにしないで、少しずつやってみます。



・絵や写真ではなく言葉だけで分かってもらえるか、スケジュールも言葉で伝えて分かってもらえるか、段階に応じていきます。



・苦手なことも、経験していくことで少しずつ受け入れていく場合があります。また代替りのもので受け入れることができる場合もあります。生活

の中で試していくことも必要です。ずっと「〇〇は苦手だから、しなくてよい」ではなく、「こうした工夫をしたらできるよ」ということを伝えます。



・一番大切なのは、支援者同士が本人のことを話し合っ、生きやすくしてあげる支援を考えることです。こうした支援をつなげていくと、二次障がいを防ぐことが出来るようになります。おもしろい。

段階：stage

苦手：not my forte

経験：experience

工夫：ingenuity

支援者同士：among supporters

生きやすくする支援：support to make

life easier

二次障がい：secondary disability

なんびょう
難病

1 難病とは

病気の原因がわかりません。病気を治す方法もわかりません。病気はだんだんと悪くなります。
本人や家族は生活がくるしくなり、体もころもつらくなる病気です。

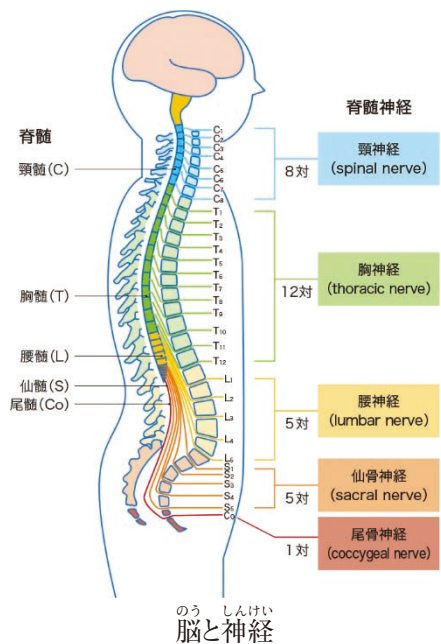
原因：cause of the disease
治す方法：treatment method

2 難病にどんなものがありますか？

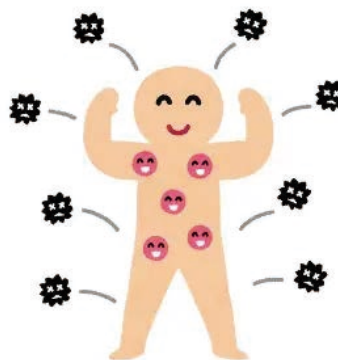
いま、418の病気がみとめられています。

① 神経や筋肉の病気と、② 免疫の病気に分けられます。

神経：nervous
筋肉：muscular
免疫：immune



きんにく 筋肉



めんえき 免疫

筋萎縮性側索硬化症 (ALS)

①どんな病気か

脳や神経からの命令を筋肉に伝える運動神経だけがだんだんとわるくなる神経の難病です。病気になると3年から5年くらいで食べたり、飲んだりができなくなります。そして呼吸をする筋肉がよわくなり亡くなります。感覚神経はだいじょうぶです。目や耳はだいじょうぶです。今は、人工呼吸器などいろいろな機械を使って生きられるようになりました。40歳から70歳で病気になります。



人工呼吸器：
呼吸をたすける機械

呼吸をする筋肉がよわいので人工呼吸器をつかいます。

(引用 <https://alsjapan.org/>)

脳：brain



ALS: Amyotrophic Lateral Sclerosis

神経の種類

運動神経：motor neuron

感覚神経：sensory nerve

自律神経：autonomic nervous system

呼吸（息）：breathing

亡くなる：pass away、死ぬこと

② 障がいの種類

- ・筋力低下：筋力が弱くなり、力がなくなります。自分でからだをうごかせません。
- ・嚥下障がい：食べ物をうまく飲みこめなくなります。
- ・呼吸不全：息がしにくくなります。
- ・コミュニケーション障がい：話したり、顔をうごかしたりできなくなります。
- ・歩行困難：歩けなくなります。
- ・日常生活動作（ADL）全介助：ごはんをたべたり、排泄をしたり、毎日の生活が全部うまくできなくなります。

③ 障がいの原因

原因は、はっきりわかりません。体全部の筋力がよくなり、ふだんしている日常生活動作がだんだんとできなくなり、全介助になります。

④ 障がいの特性

手足をうごかすだけでなく、食べたり飲んだり話をすることもできなくなります。あとから呼吸をすることができなくなります。病気がだんだんわるくなります。障がいもだんだん重くなります。そして、人工呼吸器をつけないと亡くなります。

筋力低下：muscle weakness

嚥下障がい：dysphagia

呼吸不全：respiratory failure

コミュニケーション障がい：

communication disorder

歩行困難：difficulty walking

日常生活動作：

ADL（Activity of Daily Living）

服を着る、歯をみがく、ごはんを食べる、

尿や便をする、お風呂にはいるなどの

動作のこと。

全介助：comprehensive assistance

特性：disease characteristics

⑤ 障がい者の特性にかんけいした支援

1) 入浴

はじめは てすりを つけます。あとには ぜんぶ介助します。シャワーとか 機械を使って お風呂にはいります。



特別な お風呂



シャワーくるまいす

2) 移動と移乗

本人にあった車いすをえらびます。リクライニング車いすをつかいます。車いすに乗るときはリフトを使います。



リクライニングくるまいす



リフト

支援：助けること support

てすりにつかまってあるく



handrail

移動：transfer to the toilet

移乗：transfer from the wheelchair to the bed

3) 排泄 排尿と排便

おむつは使いません。尿器や差し込み便器を使います。



尿器



差し込み便器

4) 外出

電動車いすを使います。



ALSは感じる事ができるので、おむつは使いません。



おむつ ×

外出：そとは 介助する人と 一緒に 行きます。

going out

5) コミュニケーション

話すことができなくなったら、パソコンや文字盤を使います。顔や目をつかって気持ちを伝えます。



とくべつ
特別なパソコン



とくべつ
特別なスイッチ



とうめいもじばん
透明文字盤

スマートスピーカーでテレビやエアコンをうごかすことができます。



⑥ 日常生活の中で気をつけること

助けることが だんだん ふえます。今のことだけでなく 少し先のことを 考えましょう。

病気がすすむと かならず できなくなります。

パーキンソン病 PD

①どんな病気か

脳の中にある神経細胞が少なくなるので、運動を調整するドーパミンが少なくなる神経の病気です。



*ドーパミンは脳の中にあります。しあわせになったり、やる気が出たり、考える力をつよくするホルモンです。

②障がいの種類

- 手がふるえます (安静時振戦)
- 筋肉がこわばります (筋強剛)
- ころびやすくなります (バランス障がい)



③障がいの原因

- 脳の中にあるドーパミンが少ないことで起こります。

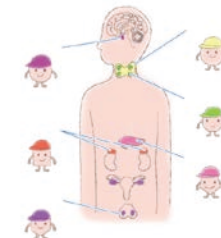


perkinson disease

神経細胞: nerve cell
調整: adjust



ホルモン: hormone



女の人が生理になるのもホルモンのおかげです。

安静: rest
振戦: tremor

こわばる: my hands feel stiff.

④ 障がいの特性

- ・老人がなりやすい病気です。
- ・障がいかわるくならないようにする薬があります。
- ・障がいもちながら長生きできます。



⑤ 支援方法

- ・薬をちゃんと飲んでいるか確認します。
- ・足が出にくいときは「1・2」と声をかけます。
- ・ころぶことがあるので歩くときは近くにいます。服を着替えるときは椅子に座ります。

⑥ 日常生活の中で気をつけること

- ・一日のうちで障がい重くなったり、軽くなったり変わることがあります。薬のせいです。
- ・転ぶので注意してください。骨折しやすいです。

こっせつ
骨折：fracture



筋ジストロフィー

①どんな障がいか

・筋肉が壊れて、力がなくなります。歩くことやご飯を食べることができなくなります。車いすを使います。

②障がいの種類

・力がなくなります。心臓や呼吸も悪くなります。
・悪くなると人工呼吸器を使います。

③障がいの原因

・筋肉が壊れます。家族の中に同じ病気の人がある「遺伝」の病気です。

④障がいの特性

・だんだん悪くなります。20歳くらいで呼吸ができなくなります。

⑤障がいの特性に応じた支援

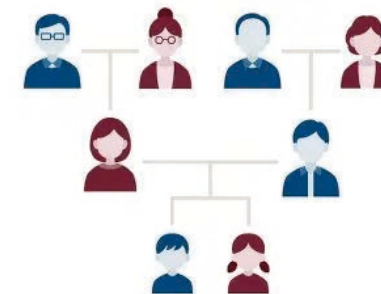
・リハビリテーションを続けます。
・電動車いすやパソコンをつかったコミュニケーション支援をします。

⑥日常生活の中で気をつけること

・こどもがなる病気です。特に体がつらくなったとき、いつもどう支援するか、よく本人と話をしましょう。



いでん
遺伝：genetics



コミュニケーション支援：

communication support devices

悪性関節リウマチ

①どんな病気か

免疫の病気です。朝、手足がこわばります。関節が腫れて、痛くなります。

②障がいの種類

関節が痛い、関節が動かない、力がない、目や肺も悪くなります。

③障がいの原因

原因はわかりません。自分の免疫が悪さをします。



④障がいの特性

30歳～50歳の女性に多いです。はじめは、朝に手の関節がこわばります。

すすむと、関節が動かないせいで日常生活ができなくなります。最後には、関節が痛くて歩くことができなくなります。

しかし、はじめに病気がわかったらすぐに薬をのむと、治ることがあります。

⑤障がいの特性に応じた支援

関節が痛くて、動かないので、いろんな自助具をつかいます。足が変形するので、特別な靴をはいたり、杖をつかったりします。

chronic rheumatoid arthritis

免疫：immune

関節：joint

自助具：assistive device

変形：joint deformity

⑥ ^{にちじょうせいかつ} ^{なか} ^き 日常生活の中で気をつけること

- ・ ^{くすり} 薬をのむことを ^{わす} 忘れません。
- ・ ^{うんどう} 運動をします。
- ・ ^{ほんにん} ^{しょうじょう} 本人の症状にあつた ^{じじょぐ} 自助具をえらびます。



^{しょうじょう} 症状: symptoms of illness

