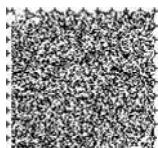
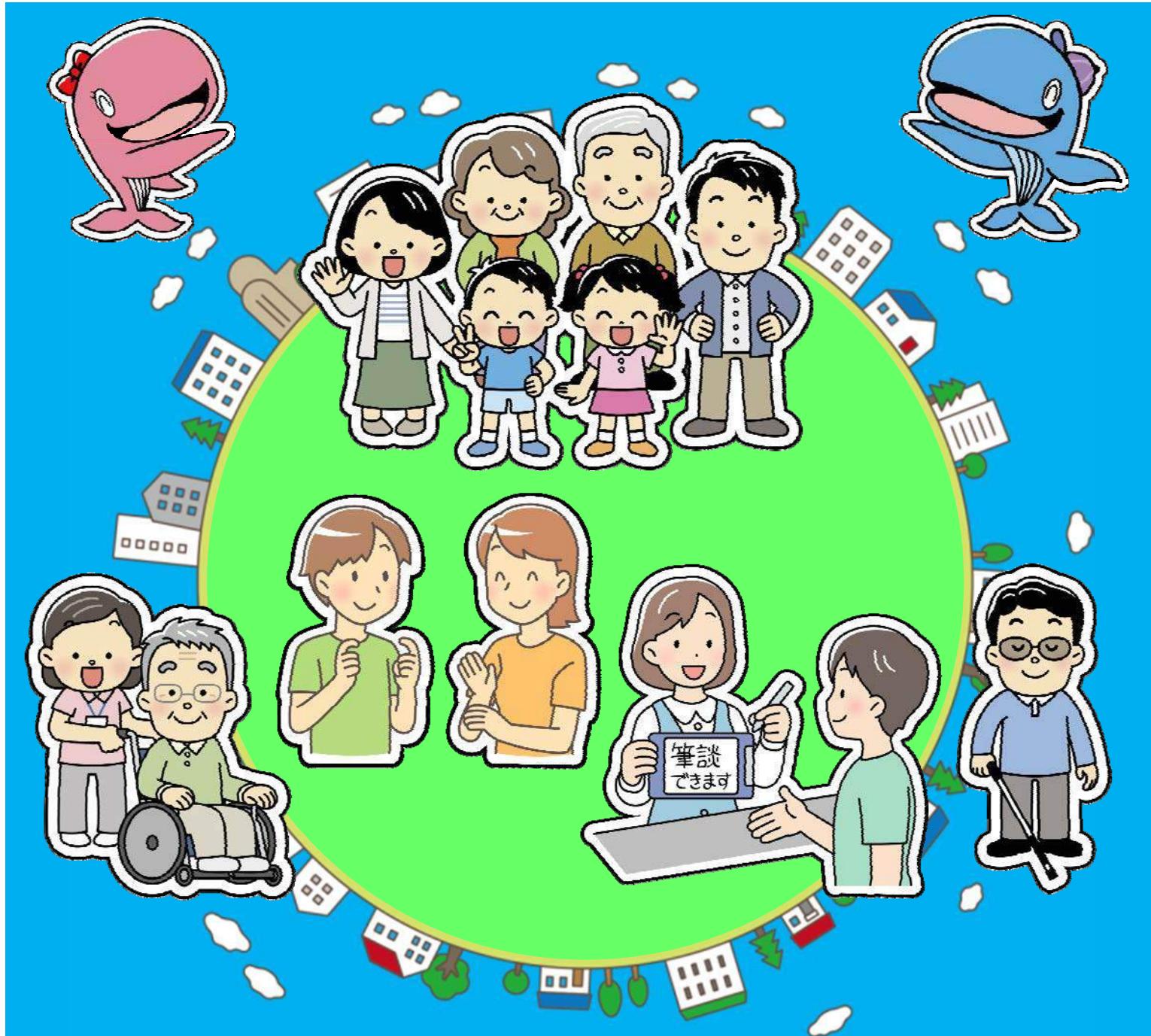


えがお
みんなが笑顔になる
す
めざ
住みよいまちを目指して

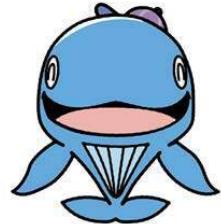
あきしましそうがいしゃさべつかいしおほう
昭島市障害者差別解消法パンフレット



はじめに

私たちのまちには、年齢や性別、国籍、障害の有無など、さまざまな背景をもった人たちが共に生活しています。一人一人が異なる状況や感じ方をも持っており、その違いを尊重し理解することが大切です。時には、周囲への少しの気づかいが、誰にとっても快適で過ごしやすい環境を作るきっかけとなります。

誰もが地域の一員として、安心して、自分らしく暮らしていくことが、昭島市が目指す「互いに支え合い、尊重し合うまち」に近づけると思います。その実現のためには、みんなでお互いを支え合い、思いやりをもって接することが大切です。このパンフレットでは、「障害者差別解消法」に着目して、その基本的な考え方や、日常生活の中でできる配慮や理解について、皆さんに考えてもらうことで、一人一人が互いを尊重し合って生活をしていく大切さを理解するきっかけになれば幸いです。



あきしましごうしき
昭島市公式キャラクター
アッキー



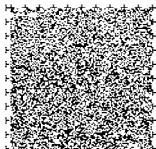
あきしましごうしき
昭島市公式キャラクター
アーラン



あきしましごうしき
昭島市公式キャラクター
ちかっぱー

もくじ

○障害者差別解消法とは·····	2
○さまざまな障害·····	3
○障害のある方はこんな場面で困っています	
お店などの困りごと·····	5
移動の時の困りごと·····	7
生活の場での困りごと·····	9
○こんなサポートができるかも·····	11
○ヘルプマーク・ヘルプカードって?·····	13
○障害に関するマーク·····	14



Uni-Voice (ユニボイス) コード

このコードは、自分の不自由な方などのために開発された、コードにスマートフォンをかざすと、印刷物の内容を読み上げるアプリのためのコードです。

しょうがいしゃさべつかいしょうほう 障害者差別解消法とは

障害者差別解消法は、全ての人が、**障害の有無**によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現に向け、障害を理由とする差別の解消を推進することを目的とした法律です。

障害者差別解消法では、**不当な差別的取扱い**をなくし、**合理的配慮**によって、障害のある人も無い人も、誰もが暮らしやすい社会の実現を目指したルールを定めています。

障害の有無

「障害」とは、病気やケガ、生れつきの違いなどで、体や心がうまく働かず、生活の中で困ることがあります。年を取ったり、ケガをしたりして、誰でも障害のある状態になることがあります。また、車いすで自由に移動できる人が、エレベーターがないことで、2階に行けなくなってしまうことも障害になります。そのため、障害は誰にとっても身近なことで、思いやりと助け合いが大切です。

不当な差別的取扱い

不当な差別的取扱いとは、正当な理由がないのに、障害があることで、サービスの提供を拒否したり、提供場所や時間帯を制限したりすることなどをいいます。

合理的配慮

合理的配慮とは、障害のある方から、手助けや必要な配慮についての意思が伝えられた時、負担が重すぎない範囲で、話しあいを行い、必要かつ合理的な対応をすることをいいます。

「障害」はどこにある？

「障害」は社会にある

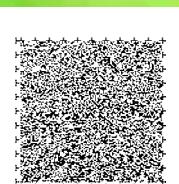
日本には、16人に1人、心身を働かせることの障害がある人がいると言われています。その障害もさまざまですが、果たして、「障害」というのは、心身に機能障害があるので、その人にあって、困難が生じれば、その人は自分で乗り越えていかなければならないのでしょうか。例えば、車いす使用者の方が、お店に入れなくて困っているとします。段差がある、入口の幅が狭い、スロープ（坂道）がないなどによって、入れません。この方の「障害」となってお店に入れないという困りごとを生じさせているのは、お店の環境づくりにも要因があるのではないでしょうか。つまり、「障害」は社会（モノ、環境、人的環境等）と心身機能の障害とがあいまって、つくりだされているのです。すなわち、「障害」は社会にあります。

障害の社会モデル

「障害＝バリア」は、社会（モノ、環境、人的環境等）と心身機能の障害があいまってつくりだされているものであることを、『障害の社会モデル』といいます。この「障害」を取り除き、また取り除くための手助けをして、差別を行わず、多様な人々とのコミュニケーションをする力を磨き、行動をすることが共生社会に求められています。



まずは障害にはどんな
種類があるのか
次のページで見てみよう



さまざまの障害

障害についての理解を深めるために、まずは、障害にはどんなものがあるのかを知りましょう。そして、まわりの人の力も借りて、私たちにどんな手助けができるのかを考えてみましょう。

視覚障害 目が見えない・見えにくい人

自分が見えにくい人の中には、まったく見えない人もいれば、ぼんやりと見える人、明るさだけがわかる人もいます。昼は見えても夜は見えなくなる人や、まんなかだけが見える人もいます。

それぞれ違います。

白い杖を持っている人や、盲導犬と歩いている人は、自分が見えにくいことがまわりからもわかりやすいですが、ぼんやりと見える人の中には、白い杖を持っていない人もいます。



身体障害

体の一部や全部が動かない・動かしにくい人

病気やケガ、生まれつきの理由で、身体が自由に動かしにくい人がいます。車イスや手足の代わりの道具を使っている人もいます。段差や階段があると一人では移動が出来ないことがあり、まわりの人の手助けやスロープ・エレベーター等を使うことが必要なことがあります。



聴覚障害 耳が聞こえない・聞こえにくい人

まったく聞こえない人や、耳が聞こえにくい人もいます。

音や人の声がわからないと、話をしたり、気持ちを伝えたりするのが難しくなります。手話や文字、口の動きを見て、お互いに気持ちを伝えています。聴こえないことでも、言葉を話すことが難しくなる人もいます。

コンニチハ



知的障害

考えたり覚えたりすることが苦手なことがあります。自分のことは自分でできるけど、お金の計算や言葉で気持ちを伝えるのが苦手な人もいます。

人によっては、着替えたり、ご飯を食べるのに助けが必要な人もいて、誰かの日常的な手助けが必要なこともあります。

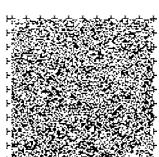


精神障害

心の元気がなくなったり、毎日の生活が難しくなることがあります。

突然怖くなったり、気分がとても落ちこんだり、人と話すのが辛くなることもあります。

心の不安や疲れで困っている人がいますが、まわりからはわかりにくいことが多いです。



ないぶしょうがい 内部障害

心臓や肺、腎臓など体の中の働きがうまく動かない人がいます。見た目ではわからないことが多いですが、長い時間歩くことが難しかったり、すぐ疲れてしまったりします。

ペースメーカーを入れたり、排便や排尿をする道具をつけている人がいます。



こうじのうきのうしうがい 高次脳機能障害

病気や事故などで脳にダメージを受けると、忘れやすくなる、目が見えにくくなる、思った言葉が出なくなるなどにより、気持ちをコントロールすることが難しくなることがあります。



じゅうしうがいしんしんしうがい 重症心身障害

身体を動かすことや、話したり考えたりすることが、どちらとも難しい人がいます。食べる時や、車イスの乗り降りなどが、人やリフト、クレーンの助けを受けないとできないことがあります。

いりょうてき 医療的ケアが必要な人

痰をとったり、鼻や体に入れたチューブから栄養をとるなど、いのちを守るために日々的に医療の手助けが必要な人がいます。家や学校でもケアが必要です。



なんびょう たびょうき 難病・その他の病気

身体の働きに問題が出る、長く続く病気があります。治すのが難しく、手足が動かしにくくなったり、話すことや食べるなどが大変になることもあります。

見た目では分かりにくいですが、体調によっては、かなりつらい症状も出ることがある病気です。

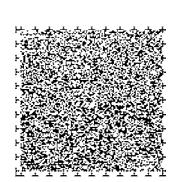


はつたつしうがい 発達障害

自分の好きなことに気を取られたり、言葉で気持ちを伝えるのが苦手だったり、音や匂いにとても敏感なことがあります。順番をまもるのが難しかったり、人の気持ちを読みとるのが苦手なこともあるなど、できることと、難しいことの違いが人それぞれで、いろんな特性が表れます。



障害のある人がどんなこと
で困っているのか
次のページから見てみよう



みせ こま 障害のある人の お店などでの困りごと

くるま ひと みせ か
車イスの人がお店で買い物をする時
たか ばしょ しお
高い場所の商品に手が届かないことがあります。



くるま ひと みせ なか
車イスの人がお店の中を移動する時
お店の通路がせまくて移動しにくいことがあります。

しおがい ひと みせ
障害のためにひとりでの買い物が難しい時
買い物つきそいのサービスをしてくれるお店と、そうでないお店があります。

くるま ひと いんしょく みせ
車イスの人が飲食のお店に入る時
入るのを断られたり、お店のテーブルやイスの高さが合わなかったり、固定イスしかなくて、食べにくいことがあります

くるま ひと あめ ひ しお
車イスの人が雨の日に障害者スペースに駐車する時
屋根のない駐車場では、乗り降りの時に体がぬれてしまうことがあります。

しおがい ひと の くるま
障害のある人が乗った車が駐車する時
障害者駐車スペースが必要のない人に使われていて、使えないことがあります。

もじ よ むずか ひと
文字を読むのが難しい人がメニューなどを読む時
めみ ひと かんじ
目の見えにくい人や漢字の苦手な人は、お店のメニューや商品の説明を読むことができずに、注文や買い物が難しいことがあります。

じぶん す
メニューなどを自分が好きなものを選んで決めたい
じぶん きも せいり ことば
自分の気持ちの整理や言葉を表現するのが難しい人は、周りの人が、勝手にメニューなどを選んでしまうことがあります。

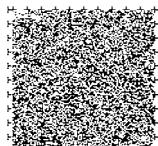
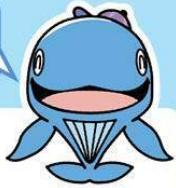
めみ ひと ひょういん
目の見えにくい人が病院に通う時
びょういんない いどう うけつけばん
病院内での移動や、受付番号の案内などがわからず困ることがあります。



もじ よ むずか ひと
文字を読むのが難しい人がタッチパネルを使う時
めみ ひと かんじ
目の見えにくい人や漢字の苦手な人は、画面の文字や使い方がわからず、タッチパネルや銀行ATMを使うことが難しいことがあります。

しおがい ひと ふどうさんや
障害がある人が不動産屋に行くと
しおがい りゅう へや いえ
障害を理由に、部屋や家を借りる時などに、申込みを断られることがあります。

とき いっしょ かんが
こんな時どんなサポートができるか一緒に考えてみよう



いどう とき こま 移動の時の困りごと

めみひとみちある
目の見えにくい人が道を歩
く時
てんじうえじてんしゃ
点字ブロックの上に自転車
ものおあんぜん
や物が置いてあると、安全
すす
に進めなくなってしまいま
す。



じてんしゃ はどう とお
自転車が歩道を通ったり
ほうち
放置されたりしていると
くるま のひと しかく
車イスに乗る人や視覚
しようがい ひと とお
障害のある人が通れなか
つたり、自転車にぶつかり
じこ
そうになって、事故やケガ
のもとになります。

めみひとおうだん
目の見えにくい人が横断
歩道をわたる時
おばしょ
押しボタンの場所がわから
なかつたり、音で知らせて
くれない横断歩道があつ
わたるのに困ることがあり
ます。

からだ ふじゅうひと
体の不自由な人がエレベ
ーターに乗る時
こ
エレベーターが混んでい
ほんどう ひとつようひと
て、本当に必要な人が乗れ
とき
ない時があります。



からだ ふじゅうひと たもくてき
体の不自由な人が多目的
トイレを使う時
からだ ふじゅうひと ゆうせん
体の不自由な人が優先さ
れず、必要な人が使えなく
て困ってしまうことがあります。

しかく ちょうかく ちてきしようがい
視覚・聴覚・知的障害の
ひと けんぱいき つか とき
ある人が券売機を使う時
でんしゃ アイシー
電車のきっぷやICカード
がめん
のチャージのための画面
そうさ あんない
操作や案内がわからなく
つか とき
て、使えない時があります。

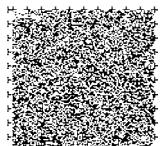
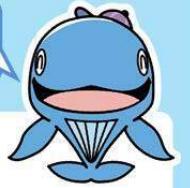
でんしゃ い さきへんこう
電車やバスの行き先変更や
おく とき
遅れがおきた時
ちてきしようがい ちょうかく しようがい
知的障害や聴覚障害の
ひと でんしゃ
ある人が、電車やバスの
よいていか ふあん うご
予定が変わって、不安で動
けなくなってしまうことが
あります。



みみ きひと でんしゃ
耳の聴こえにくい人が電車
やバスに乗る時
アイシー
ICカードチャージ切れの
し シゃない
お知らせや車内のアナウン
おんせいつ がめん あんない
ス、音声付きの画面案内な
どがわからない時があります。



こんな時どんな**サポート**ができるか一緒に考えてみよう



せいかつ ばめん こま 生活の場面での困りごと

文字を読むのが難しい人が受付窓口を利用する時
目の見えにくい人や漢字が苦手な人が、受付窓口で文字を読めずに困ることがあります。

耳の聴こえない・聴こえない人は
耳の聴こえる人から言葉かけをされても、わからないことがあります。

体の不自由な人が受付窓口を利用する時
自分の手で文字を書いたり、暗証番号を入力することが難しい場合があります。

お話を聞いたり理解することが苦手な人は
長い言葉や、早いしゃべり方でお話をされると、聞きとって理解することが難しい場合があります。



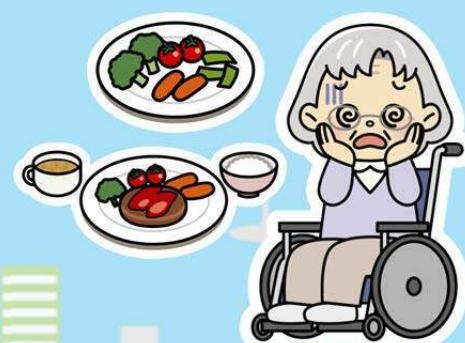
ものごとの手順をおぼえるのが苦手な人は
どれが大事なことで、どんな順番でものごとを進めればいいのか、わからないことがあります。

幼児語や子ども扱いした言葉かけをされる
障害のある人の中には、小さな子に使うような言葉で話しかけられることで、傷つく人もいます。

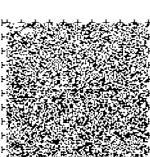
間違っていることを注意する時
間違っているところを注意するだけだと、本当は何をするべき正しいのかわからなくて、不安を感じる人もいます。

自分の力でできること
自分の力でできることについて、自分自身の力でやりたいと考えている人もいます。

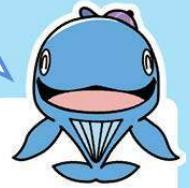
食べにくいものや飲みにくいものがある
体の不自由な人は、食べ物のサイズが大きすぎて食べられなかったり、飲み物が熱すぎて飲めないことがあります。



災害の時に
障害のある人は、さまざまな理由により、避難ができないったり、避難所での生活が難しいことがあります。



こんな時どんな**サポート**ができるか一緒に考えてみよう



お店などでは こんなサポートができるかも

車イスで高い場所の商品に手が届かない人がいたら高い場所の商品をとってあげたり、お店の人を呼んで来ましょう。

車イスの人が駐車場で雨にぬれて困っていたら一緒にお店の中までカサをさしてつれて行きましょう。

そのほかひとりでの買い物に困っている人がいたら「大丈夫ですか」「何か困つてますか」など声をかけて、自分で解決せずに、必ず大人の人を呼んで来ましょう。

通路がせまくて車イスの人が通りにくかったら車イスの人が通りやすいように、通路をゆずりましょう。

車イスの人がお店に入れなくて困っていたら車イスの人が通りやすいようドアを開けたり、段差に困っている人がいたらお店の人に伝えに行きましょう。



タッチパネルが使えないなくて困っている人がいたら一緒にタッチパネルを操作するか、インターホンの場所を教えたり、直接お店や病院の人を呼ぶなどでサポートしてもらいましょう。

メニューなどを勝手に選ばないで言葉を伝えるのが難しい人にも、2つか3つの中から指さしで選んでもらうなど、その人が自分で選べる工夫をしてみましょう。

メニューや説明が読めなくて困っている人がいたら一緒にメニューや説明を読んで教えてあげましょう。

病院の移動や番号案内がわからず困っている人には呼び出されている受付番号を教えたり、病院の人に困っている人のことを伝えにいきましょう。

いどう とき 移動の時では こんなサポートができるかも

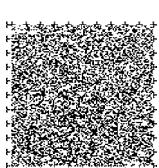
点字ブロックを必要とする人のために点字ブロックを安全に利用できるように、点字ブロックの上には物や自転車を置かないようにしましょう。

目の見えにくい人や車いすの人が道を通れるように自転車に乗る時は、人にぶつからないように、道を広くあけましょう。

横断歩道で困っている人がいたら押しボタンを押したり、安全に横断歩道をわたれるように、信号の色を伝えよう。

の ちの おんせい き 乗り物で音声が聴こえずに困っている人がいたら手話や筆談でサポートするか、駅員さんやバスの運転手さんに声をかけましょう。

エレベーターが混んでいたら体の不自由な人や、ベビーカーを押している人など、優先的に必要とする人が乗れるようにしましょう。



電車やバスの予定変更がわからぬ人がいたら変わったあの時間や場所をわかりやすく伝えるか、駅員さんなどに声をかけましょう。

駅の券売機で困っている人がいたら「大丈夫ですか」「何か困つてますか」など声をかけて、駅員さんを呼びましょう。

体の不自由な人がトイレを利用できるように必要な時以外は、多目的トイレの利用を避けて、本当に必要な人がいつでも利用できるようにしましょう。

生活の場面では こんなサポートができるかも

文字を読むのが難しい人に案内をする時は文字を読み上げたりふりがなをふったり、できるだけわかりやすく説明するなどの工夫をしてみましょう。

食べやすい大きさや飲みやすい温度に気をくばる食べる時にサポートが必要な人には、食べやすい大きさに切ったり、少し冷ました飲み物を用意しましょう。

お話を聞いたり理解することが苦手な人にはゆっくりとしゃべり方で、短い言葉に区切ってお話をすると、聞きとって理解してもらいやすくなります。

耳の聴こえづらい人とお話をするために筆談や手話が難しい場合、耳の聴こえづらい人は口の動きで言葉を理解することもあるので、マスクを外すなどの工夫をしましょう。

自分の力でできることまで手を貸しすぎない自分でやりたいという気持ちを持つ人には、自分でできることを増やしたいという気持ちに寄りそって、見守ることも大切です。



災害の時に障害のある人もない人も、誰もが安全に避難できるよう、助け合いや譲り合いの気持ちを大切にしましょう。

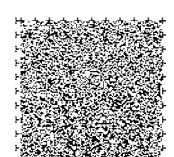
間違っていることを教える時、間違っているところを注意するだけでなく、正しい方法で一緒にやってもらうと助かります。

文字が書けずに困っている人にはできるだけ文字を書かないですむ方法を考えて、用意しましょう。

いろいろなルールをおぼえるのが苦手な人には何を一番先にすればよいのかを伝えて、一つずつ順番に伝えることで、わかりやすくなることがあります。

性別や年齢にふさわしい敬語等で話しかける相手が小さい子でなければ、障害のあるなしにかかわらず、普段通りの言葉づかいで話しかけましょう。

障害や困っていることをまわりの人に伝えるためにヘルプマークやヘルプカードがあるよ



ヘルプマーク・ヘルプカードって？

ヘルプマーク

ヘルプマークは、義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう、作成したマークです。

ヘルプマークを身に着けた方を見かけた場合は、電車・バス内で席を譲る、困っているようであれば声をかけるなど、思いやりのある行動をお願いします。



ヘルプカード

ヘルプカードは、援助を必要とする障害のある人などが携帯し、困った時に周囲へ必要な支援や配慮をお願いするためのカードです。カードには、必要な支援や緊急連絡先が書かれていますので、必要に応じて、記載内容を確認し、必要な支援をお願いします。



昭島市のヘルプマーク配布場所

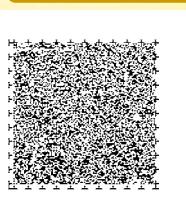
配布場所	所在地	電話番号
昭島市役所障害福祉課（1階13番窓口）	昭島市田中町1-17-1	042-544-5111
保健福祉センター（あいぽっく）	昭島市昭和町4-7-1	042-544-5126
東部出張所	昭島市玉川町3-10-15	042-541-0759
昭島市障害者相談支援センター	昭島市昭和町4-7-1(保健福祉センター2階)	042-513-5456
虹のセンター25（地域活動支援センター）	昭島市中神町1176-19-101	042-549-7733
自立生活センター・昭島	昭島市朝日町3-18-12	042-545-7553
昭島市障害者就労支援センター	昭島市松原町3-6-7-105	042-542-7288

ヘルプマークを身につけている方を見かけたら

電車やバスの中では、席をお譲りください。
外見では健康に見えても、疲れやすかったり、
つり革につかまり続けるなどの同じ姿勢を保
つことが困難な方がいます。
また、外見からは分からぬため、優先席
に座っていると不審な目で見られ、ストレス
を受けることがあります。

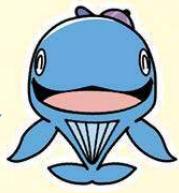
駅や商業施設等で、
声をかけるなどの配慮
をお願いします。
交通機関の事故等、突
然の出来事に対して
臨機応変に対応するこ
とが困難な方や、立ち上
がる、歩く、階段の昇降
などの動作が困難な方
がいます。

災害時は、安全に避難す
るための支援をお願いし
ます。
視覚障害者や聴覚
障害者等の状況把握
が難しい方、肢体不自
由者等の自力での迅速
な避難が困難な方がい
ます。



しうがい かん 障害に関するマーク

しうがい
障害や、そのサポートのための
さまざまなマークがあるよ



しうがいしゃ
障害者のための
こくさい
国際シンボルマーク



しうがい ひと はいりよ
障害がある人に配慮し
くるま ぱしょ
た車や場所です。

しうたいしうがいしゃひょうしき
身体障害者標識



てあし ふじゅう ひと
手足が不自由な人が
りょう くるま
利用する車です。

しゅわ
手話マーク



しゅわ はなし
「手話でお話できます。」
というマークです。

ひつだん
筆談マーク



もじ か たいおう
「文字で書いて対応します。」
というマークです。

ちようかくしうがいしゃひょうしき
聴覚障害者標識



みみ ふじゅう ひと
耳が不自由な人
りょう くるま
が利用する車で
す。

みみ
耳マーク



き 聞こえにくいこと
あらわ
を表すマークです。

もうじん
盲人のため
こくさい
の国際シン
ボルマーク



め ふじゅう ひと つか
目が不自由な人が使いや
くふう ばしょ
すい工夫がされてる場所
です。

はくじょう
白杖SOSシグ
ふきゅうけいはつ
ナル普及啓発



しろ つえ ひと
白い杖を持っている人を見かけ
たら、声をかけて、お手伝いを
してください。

オストメイト
マーク



はいへん はいよう
排便や排尿を
するための、
とくべつ
特別なふくろをつけて
いる人のためのマーク
です。

ハート・
プラス



み め
見た目

ではわからない、
ない ふ しうがい
内部障害がある人
のマークです。

ほじよ犬
マーク



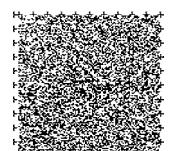
いぬ
ほじよ犬
(盲導犬・
ちようどうけん
聴導犬・介助犬)
かいじょけん
りょう
と一緒
いつしよ
に利用できる施設のマー
クです。

しうがいしゃ
こ
障害者雇
ようしえん
用支援マ
ーク



しょうがい
障害のあ
ひと はたら
る人が働きやすいよう
おうえん
かいしゃ
みせ
に、応援している会社や
お店のマークです。

よ
パンフレットを読んでどんなことを感じたか書いて話し合ってみよう





障害者差別解消法についてのさらに詳しい情報は
こちらの二次元コード読み取り先のページをご覧ください



障害のある方への差別や虐待と感じることがあった時は、
相談窓口にご連絡ください。

障害のある方への差別についての相談
昭島市障害福祉課 042-544-5111
(内線2132~2135)

昭島市差別解消法パンフレット

令和7年11月発行

発行 昭島市

編集 昭島市保健福祉部障害福祉課

〒196-8511 東京都昭島市田中町1-17-1

電話 042-544-5111 (代表)

ファックス 042-546-5496

