

# わたしたちのことを知ってください

障害のある人の中には遠回しな言い方や曖昧な表現が理解しにくかったり、難しいことが理解しづらかったり、周囲に関心が向きにくく、表示を見過ごしたりすることがあります。また、初めての場所やどうしていいのかわからないことがあると固まったり、独特の行動をしたり、パニックを起こすこともあります。

でもそれは、周りにいる人を困らせようとしているわけではありません。

障害のある人を理解していただき、困っている様子を見かけたらサポートをお願いします。

## 障害のある人の中には・・・

### コミュニケーションがうまくとれない



### 初めての体験に不安を感じる



どうしていいのかわからない時は、適切な行動がとれなかったり、パニックになることもあります。



### 知的障害とは・・・

知的障害のある人は同年齢の人たちと同じように言葉を理解したり、使ったりすることが苦手です。また、数字や文字を覚えたり、お金や時間の理解が難しかったりする人もいます。言葉よりも絵や写真のほうが分かりやすい人もいます。

### 発達障害とは・・・

自閉症などの発達障害のある人は基本的に人とやり取りすることが苦手で、言葉を話せても自分の気持ちや状況をうまく伝えることができません。また、言葉を話せない人もいますが、絵を指さすなどの手段でコミュニケーションすることができる人もいます。

## 落ち着いて状況を把握してください

何か不安なことや分からないことがあるのかもしれませんが  
尋ねられていることが理解できていないのかもしれない

### 何か困っているみたい・・・、もしかして迷子かな・・・

- 困っているなど自分の状況や気持ちをうまく伝えられない人もいます。
- 表示が見えていない人や音が聞こえていない人、文字や言葉が分からない人もいます。
- 尋ねたことに対して、意図を理解しないで、すぐに「ハイ」「うん」と答えてしまう人もいます。



- 「お買いものですか?」「何かお困りですか?」などとゆっくり、やさしく、ていねいに話しかけてみてください。
- 言葉が通じない時には、コミュニケーション支援ボードを使ってください。
- 文字を読み書きできる場合は、コミュニケーション支援ボードと併せてメモ用紙などを活用し、筆談を行ってください。
- コミュニケーション支援ボード以外に実物や写真などが用意できると理解を助けます。



### 気になる行動をしている・・・

- お店の冷蔵庫を開けたり、閉めたり、品物を勝手に並べ替えたり、取り出したりする人もいます。
- 気持ちを落ち着かせようと何回も飛び跳ねたり、手をパチパチ叩いたり、身体を同じリズムでゆすったりする人もいます。
- ずっと電車を眺めていて、乗ろうとしない、終点になっても降りようとする人もいます。



- 危険でなく周囲の人の迷惑でなければ、しばらく様子を見守ってください。
- 落ち着いたら、ゆっくり、やさしく話かけてみてください。危険な場合でも急に強い口調で注意したり、急に手を引っ張ったりするのは、逆効果です。
- 混乱が大きく、落ち着かない場合は、静かな場所に移動し、落ち着くまで見守ってください。



### わたしたちの地域生活を応援してください。

- 買い物には品物を探したり、お金の支払いのときに時間がかかる人もいます。
- 交通機関に乗る時に、電車の遅れなど、急な変更で不安で落ち着かなくなる人もいます。
- 注射を怖がって採血などができない人もいます。



- ゆっくり、簡単な言葉でやさしく話してください。
- 変更が生じた場合は、「○番ホームで○分待ってください。」など次の行動の見通しが立つよう具体的に話してください。
- コミュニケーション支援ボードを使ってください。
- 絵カードなどを使って、注射の手順などこれからの行為を事前に説明しておくと、スムーズに行えます。

