



## 内部障害について

### あなたに知ってほしいこと

#### 内部障害とは

内臓機能の障害であり、身体障害者福祉法では「心臓機能」「呼吸器機能」「腎臓機能」「ぼうこう・直腸機能」「小腸機能」「肝臓機能」「ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能」の7種類の機能障害が定められています。

#### こんなことに困っています

- 外見からわかりにくく、周りから理解されにくいいため、電車やバスの優先席に座りにくいなど、心理的ストレスを受けやすい状況にあります。
- 障害のある臓器だけでなく、全身状態が低下しているため、体力が低下し、疲れやすいです。重い荷物を持ったり、長時間立っているなどの身体的負担を伴う行動が制限されます。肝臓機能障害の方はこういったことが、顕著にあらわれます。  
集中力や根気が続かず、トラブルになる場合もあります。
- 障害者用駐車スペースが空いていても、外見からわかりにくく、周りから理解されにくいいため利用できないことがあります。
- 「心臓機能障害」で心臓ペースメーカー等を使用している方は、携帯電話から発せられる電磁波等の影響で誤作動する恐れがあります。
- 「呼吸器機能障害」のある方は、タバコの煙などにより大きな影響を受けます。
- 「腎臓機能障害」には、人工透析治療を受けている方があります。定期的な通院への理解と時間の配慮が必要です。
- 「ぼうこう・直腸機能障害」で人工肛門・人工ぼうこうを使用されている方は、専用のトイレが必要です。

## こんな配慮をお願いします

### 「外見からはわかりにくい障害」があることを理解しましょう

障害の種類や程度は様々です。外見ではわかりにくく、周りから理解されず苦しんでいる障害のある方がいることを知りましょう。

### 決められたルールやマナーを守りましょう

車内等で携帯電話を使用する時は、内部障害のある方にとって命に関わるものであることを知ったうえで、ルールやマナーを守った行動をしましょう。

### 風邪などをうつさないよう配慮しましょう

体力が低下しているため、風邪などに感染しやすくなっています。また、障害のある臓器に悪影響を及ぼすこともあるので、周りの人は注意しましょう。



内部障害のある方には、ハートプラスマークを付けられている方もいらっしゃいます。

詳しくは

奈良県身体障害者福祉協会連合会

〒634-0061 橿原市大久保町320-11 (奈良県社会福祉総合センター内)

電話：0744-29-0179 FAX：0744-29-0178



## 重症心身障害について

### あなたに知ってほしいこと

#### 重症心身障害とは

重度の肢体不自由と重度の知的障害などが重複した状態を重症心身障害といいます。自分一人では日常生活をおくることは困難であり、自宅で介護を受けたり、専門施設等に通所や入所して生活しています。口の動きや目の訴えで意思を伝えることができる場合でも、常時介護している方でないと理解しにくいです。全く表情を表すことができず、寝たきりの方もいます。また、医学的管理がなければ、呼吸することや栄養を摂取することも困難な状態を「超重症心身障害」といいます。このような状態にある人も在宅で生活しています。

##### ●姿勢

ほとんど寝たままで自力では起き上がれない状態が多く、座るのがやっとです。

##### ●移動

自力での移動や寝返りが困難で、座位や車いすなどで移動を行います。

##### ●排泄・入浴

全介助となり大変な労力を要します。(知らせることができない(70%)。始末ができない(76%))。また、オムツを使っていることが多いので、同性の介護が原則となります。

##### ●食事

自力ではできないため、スプーンなどで介助します。誤嚥を起こしやすいです。また、通常の食事が食べられない方は、細かく刻んだり、飲み込みやすいようにトロミをつけたりします。外食時には、ハサミやミキサーの貸出しがあると助かります。

##### ●変形・拘縮

手、足が変形または拘縮しており、側わんや胸郭の変形を伴う方が多いです。

##### ●筋緊張

極度に筋肉が緊張し、思うように手足を動かすことができません。

##### ●コミュニケーション

言語による理解・意思伝達が困難です。声や身振りで表現しますが、常時介護している方でなければ理解が困難です。声や身振りででの表現力は弱いですが、笑顔で応えます。

●健康

肺炎・気管支炎を起こしやすく、70%以上の方がてんかん発作を起こすため、いつも健康が脅かされています。痰の吸引が必要な方が多いです。

●趣味遊び

音楽、散歩、おもちゃ、ムーブメントが好きな方が多いです。

●超重症心身障害

超重症心身障害がある方は、水分と食べ物を鼻から胃へ注入する管をつけたり、呼吸がうまくできないため人工呼吸器をつけたりしています。このような障害のある方は常に医師の管理が必要です。

## こんな配慮をお願いします

### どんなに重い障害があっても真剣に生きている命を守ってほしい

どんなに障害があっても、どの人もみな可能性を秘めた「世界でただ一人の存在」なのです。その秘めた能力が周囲の人々に大きな勇気や希望を与えます。

### 困っていそうなときは、声をかけてみましょう

車いすやストレッチャーでの移動時に人手がいりそうなときは、介護している方に声をかけてみましょう。

### 詳しくは

奈良県重症心身障害児（者）を守る会

〒631-0072 奈良市二名4-1193-17（江原方）

電話：0742-43-6782 FAX：0742-43-6782



## 知的障害について

### あなたに知ってほしいこと

#### 知的障害とは

発達期になんらかの原因で知的な能力が年齢相応に発達していない状態であること、及び社会生活への適応に困難があることをいいます。

主な特徴は、「ことばを使う」「記憶する」「抽象的なことを考える」などに少し時間がかかります。また、仕事の手順を覚えることや、人とのやりとりに対応することが困難な場合があります。また、ことばや行動の意味が相手にうまく伝わらず、周りから誤解や偏見を受けることもあります。しかし、周囲の理解や支援によって、一步一步成長していける可能性を持っています。

障害の現れ方は人それぞれで個人差があります。障害を感じさせない方もいます。判断能力が弱く、常に同伴者と行動される方もいますが、障害があっても会社で働いている方もいます。

また、特性やこだわりからくる言動のために犯罪の被害者になりやすく、場合によっては加害者と間違われる場合もあります。知的障害のある方は、物事を理解したり表現する力が弱いこともありますが、豊かなものもたくさん持っていますし、色々な形で社会貢献しています。

#### こんなことに困っています

- 複雑な会話や抽象的な概念が理解しにくいです。
- 人に尋ねたり、自分の意見を言うのが苦手な方もいます。
- 漢字の読み書きや計算が苦手な方もいます。
- ひとつの行動に固執したり、同じ質問を繰り返す方もいます。
- 環境や、状況の変化に慣れるのが苦手な方もいます。
- 「暗黙のルール」や「社会のルール」が理解できない方もいます。
- 事故・トラブルにあっても助けを求めたり誰かに訴えることが苦手な方もいます。

## こんな配慮をお願いします

### ゆっくり簡単な言葉で話しかけましょう

「一方的に話す」「ひとり言を言う」「同じ言葉を繰り返す」等コミュニケーションがうまくとれない場合があります。そのような時は、内容が理解できるようにゆっくり簡単な言葉で話しかけましょう。

### やさしく声をかけ、危険であることを知らせましょう

「赤信号でも渡る」「車が来ても避けない」「遮断機が下りても線路に入る」等危険がわからない、助けを求めることができない場合があります。そのような時は、やさしく声をかけ危険であることを知らせましょう。

### 落ち着ける場所に誘導しましょう

状況の変化に柔軟に対応できず、「ひっくりかえる」「泣きわめく」「飛び跳ねる」などのパニック行動が起こることがあります。そのような時は、落ち着ける場所に誘導しましょう。

### 思い込みで判断せず、見守ってみましょう

「通行する人を無表情で見ている」「びよんびよん跳ねたりする」「ひとつのことにこだわる」など誤解されやすい行動をする場合があります。そのような時は、思い込みで判断せず見守りましょう。

### 詳しくは

一般社団法人奈良県手をつなぐ育成会

〒634-0061 橿原市大久保町320-11 (奈良県社会福祉総合センター内)

電話：0744-29-0150 FAX：0744-29-0151

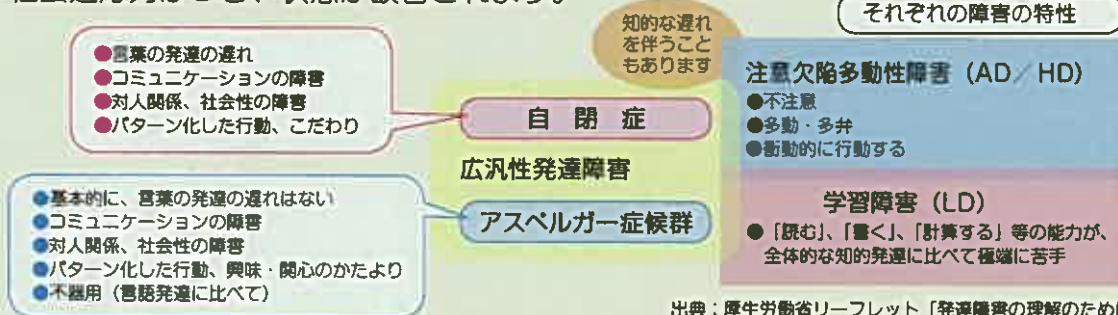


# 自閉症・発達障害（自閉症スペクトラム障害）について

## あなたに知ってほしいこと

### 自閉症・発達障害（自閉症スペクトラム障害）とは

自閉症は脳の機能障害ですが、原因はまだ特定されていません。  
 先天的に脳の中樞神経の働きに問題があり、情報伝達がスムーズにいかないこと  
 によって発達のゆがみが起こるといわれています。決して「親の養育態度」が原因  
 ではありません。①対人関係の困難さ②コミュニケーションの困難さ③こだわりと  
 興味の狭さなどの特徴がありますが、適切な療育や教育、周りの理解支援によって  
 社会適応力がつき、状態が改善されます。



出典：厚生労働省リーフレット「発達障害の理解のために」

### 注意欠陥多動性障害（ADHD）の特性

年齢あるいは発達に不釣り合いな注意力及び衝動性、多動性を特徴とします。次の3つの症状が通常7歳以前に現れます。

- うっかりして同じ間違いを繰り返してしまうことがあります。（注意力散漫）
- おしゃべりが止まらなかったり、待つことが苦手でうろうろしてしまったりすることがあります。（多動性）
- 約束や決まり事を守れなかったり、だしぬけに行動してしまうことがよくあります。（衝動性）

### 学習障害（LD）の特性

全般的な知的発達に遅れはないのに、「聞く」「話す」「読む」「書く」「計算する」「推論する」能力のうち特定のものの習得と使用に著しい困難があります。

- 音と文字のつながりを理解することや文字の視覚認知等が困難であるため、読むことや、書くことが極端に苦手であったりします。
- 数字の認識や算数の基本となる概念を理解すること等が困難であるため、計算を行ったりすること等が極端に苦手であったりします。

## 自閉症・アスペルガー症候群その他広汎性発達障害の特性

### ●相互的な対人関係の困難さ

相手の気持ちを理解したり、相手の立場に立って物ごとを考えたりすることが苦手で、周囲の人と共感的な関係を築くことが難しいです。また、初対面の人と親しい人とを区別したかわりが苦手で、社会的距離感が上手にとりにくい傾向があります。

### ●コミュニケーション能力の遅れやかたより

他人に意思を伝えること、理解することが苦手で、やり取りが一方通行になったり、例え話を理解できずそのまま受け取ってしまい困ってしまうことがあります。

### ●反復的で常同的な行動、興味、活動

変化に対応することが苦手で、同じ行動パターンや興味にこだわったり、場所、時間や道順の変更やルール違反などを極端に嫌ったりすることがあります。変化に対応できない時は混乱し、パニックを起こしてしまうこともあります。

## こんな配慮をお願いします

### 「なぜできないのか」でなく、具体的に示しましょう

障害があるために困難なことを「なぜできないのか」「怠けているのではないか」と見られるのはつらいことです。どうするとよいか抽象的な表現を極力減らし、短い文で、順を追って具体的に伝えましょう。

### 事前に見通しを示しましょう

「知らないこと」「初めてのこと」や変化に対応することが苦手で、言葉だけでなく、絵や写真も使ってあらかじめ本人が納得するように見通しを示しましょう。

### 詳しくは

特定非営利活動法人奈良県自閉症協会

〒639-1055 大和郡山市矢田山町84-10 (河村方)

電話：0743-55-2763 FAX：0743-55-2763





# 精神障害（統合失調症、うつ病）について

## あなたに知ってほしいこと

### 統合失調症とは

統合失調症は、思春期から30歳頃までに約1%の人が発病する病気です。病気の初期や再燃により症状が悪化したとき（急性期）には、ひどい恐怖感や不安感におそわれたり、眠れない日々が続く混乱と緊張の中で、幻覚や妄想といった異常な体験をすることがあります。

この急性期が一段落すると、休息が必要となり、徐々に病気・障害との付き合い方を探り始めます。

治療は、薬物療法他に、精神療法、デイケア、訪問看護等があり、再燃を防ぐには、服薬の継続、ストレスへの対処、過度な干渉をしない等の接し方の工夫も有効です。統合失調症の方は疾病と障害を同時にもっており、次のような特性があります。

- ・一時的にたくさんの課題に直面すると混乱しやすい
- ・昼夜逆転に陥りやすく、生活のリズムが乱れやすい
- ・人付き合いが苦手で、家にひきこもりがちになる
- ・自己評価の低下や自信を持ってないことが多い

### うつ病とは

うつ病の症状は、抑うつが強くなり、何も楽しめなくなります。自分を責めてばかりで、自殺を考えたり、企ててしまうこともまれではありません。強い疲労感や不眠、食欲減退など身体の不調も現れます。

一部のうつ病では、うつ状態を起こす前後の時期に、気分が高揚し活動が過剰になることがあります。これを躁うつ病といいます。

うつ病は自殺の危険を伴いますから、病気が疑われるときは専門医を受診しましょう。抗うつ薬と十分な休養により、数か月で治ることがほとんどです。

## こんな配慮をお願いします

### 統合失調症について

精神疾患について学校でも教えられず、正しい理解が進んでいません。そのため、なぜ自分はこんな病気になったのか、本人も家族も病気を受け入れることがなかなかできません。発病するまでは「私には関係のない病気」ですが、誰が発病するかわかりません。正しい理解と早期発見、早期治療が大切です。

ひとりの人間として認められると自信の回復につながります。「おはよう」「おかえり」など、声をかけて温かく見守ってください。

### うつ病について

うつ病は理由もなく落ち込み、何もできなくなる病気です。周囲の人から「怠けているのでは」と勘違いされることもあります。「病気だから、ゆっくり休養しないとイケない」という理解が必要です。

### 詳しくは

**特定非営利活動法人奈良県精神障害者家族会連合会**

〒639-1042 大和郡山市小泉町73-1 (地域活動支援センターふらっと内)

電話：0743-55-4666 FAX：0743-55-4666