

# 情報 掲示板



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、令和2年2月末頃より、障害者生活支援センターの各種イベントは原則として休止または延期とさせていただきます。各種イベントの今後の予定につきましては、決まり次第ご案内をさせていただきます。

日頃ご支援・ご協力をいただいている皆様、参加を楽しみにして下さっている皆様には大変ご迷惑をおかけいたします。どうぞご理解・ご協力の程お願い申し上げます。

## 休止・延期中のイベント・事業 (6/1 現在)

- ★サロンよりみち (毎月第3金曜日：休止中)
- ★オフィスちゃぼ (年数回：休止中)
- ★専門職向け講座 (令和2年3月開催予定⇒延期)
- ★障害児・者向け夏のイベント  
(例年7～9月頃開催：中止)
- ★障害児・者向け余暇イベント  
(不定期：休止中)



## 「新しい生活様式」の実践例

### (1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m (最低1m) 空ける。
- 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をしている時は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時、屋内にいるときや会話をしているときは、症状がなくてもマスクを着用
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う (手指消毒薬の使用も可)

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

### 移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのために、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

### (2) 日常生活を営む上での基本的な生活様式

- まめに手洗い・手指消毒 □咳エチケットの徹底 □こまめに換気
- 身体的距離の確保 □「3密」の回避 (密集、密接、密閉)
- 毎朝体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養



### (3) 日常生活の各場面別の生活様式

#### 買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画を立てて早く済ませ
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

#### 娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

#### 公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

#### 食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

#### 冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

### (4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務 □時差通勤でゆったりと □オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン □名刺交換はオンライン □対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成予定

参考：「新型コロナウイルスを想定した新しい生活様式」

厚生労働省ホームページより

## ご利用ください！ 障害者生活支援センター

☎0467(85)5520 / FAX 0467(85)9651 / ✉shougai-center@shakyo-chigasaki.or.jp

障害者生活支援センターでは、在宅で生活される障害のある方やそのご家族など様々な方からのご相談をお受けしています。相談はすべて無料です。どんなことでも構いません。お気軽にご相談ください♪

● **総合相談** サービス等利用計画の作成 (ケアプランの作成)

● **専門援助相談**

● **理学療法相談 (からだの相談)**

理学療法士がご自宅に訪問し、体の状態をみながらご相談にのり、その方にあった体操やリハビリの方法などをアドバイスします。(申込制=日時は調整します)

● **住宅改修相談 (お住まいの相談)**

お住まいの生活しづらい場所など、建築士、理学療法士がご自宅を訪問してご相談にのり、身体機能にあった改修をご提案します。(申込制=日時は調整します)

# きら

障害者生活支援センター通信

# きら

～第18号～

2020年6月1日発行

「障害者生活支援センター通信 きらきら」は、障害者生活支援センターの活動や、行ったイベントなどの報告、周知を目的に発行しています。

## ～目次～

★自立支援協議会 障害理解促進部会の取り組み報告

・合理的配慮のパンフレットについて

・福祉教育・障害理解促進部会研修会について

★情報掲示板

発行

社会福祉法人 茅ヶ崎市社会福祉協議会 障害者生活支援センター

〒253-0044 茅ヶ崎市新栄町13-44 さがみ農協ビル2階

TEL 0467(85)5520/FAX 0467(85)9651

E-mail [shougai-center@shakyo-chigasaki.or.jp](mailto:shougai-center@shakyo-chigasaki.or.jp) ホームページ <http://www.shakyo-chigasaki.or.jp>

# 障害理解促進部会の取り組み (2018・2019)

## 合理的配慮の理解啓発パンフレットを作りました！

障害者生活支援センターでは、茅ヶ崎市の委託を受け、2018年4月～2020年3月までの2年間 障害理解促進部会の事務局を担当しました（2020年度からは部会編成が変更となり、市と一緒に当事者部会の事務局を担当しています）。

自立支援協議会とは、「市や関係機関が、相互の連絡を図ることにより、地域における障害者等への支援体制に関する課題について情報を共有し、関係機関等の連携の緊密化を図ることを目的」として設置されている会議です。障害理解促進部会では、「合理的配慮」（※障がい者から何らかの助けを求める意思の表明があった場合、過度な負担になりすぎない範囲で、社会的障壁を取り除くために必要な便宜のこと）について取り組みを行いました。

2年間の取り組みの中で、部会員の皆様と一緒に障がいのある方へインタビューを行い、外出する時、通院する時に「困っている事・協力してほしい事」をパンフレットにまとめました。障がいの状態は一人ひとり異なるため、この内容がすべての人にあてはまるわけではありませんが、障がいのある方が実際に困っていることとして参考にしていただき、障がい理解と「日ごろのちょっとした配慮とご協力」に役立てていただけたらと考えています。



外出編

例えば・・・

- ◆茅ヶ崎の道は坂が多く、車イスを使って一人で歩道を移動するのが結構大変です。通りすがったら、「大丈夫ですか？」と声を掛けてもらえると、助けを求めやすいです。
- ◆視覚障がいがあると、バスや電車・タクシーで並んでいる列の最後尾がどこかわかりません。気付かずに横入りをしてしまうのは申し訳ないので、一番後ろを教えてください。
- ◆聴覚障がいのある方が困っている事に気付いたり、助けを求められたら・・・  
①マスクを外してはっきり話す ②身振り手振りも加え、ゆっくりと話す ③筆談や、スマートフォンに文字を打って伝える などに留意してもらえると助かります。

など・・・

茅ヶ崎に暮らす皆さんの  
生の声です！  
ぜひご活用ください！



通院編

例えば・・・

- ◆車イスを使っていますが、受付後待合室が混んでいると、車イスが幅を取ってしまい気を遣ってしまいます。車イスの人用のスペースがあると助かります。
- ◆知的障がいのある方・・・問診票にふりがなが無いと、何を書けばよいか分かりません。特別な問診票を用意しなくても良いので、困っている様子だったら口頭で教えてください。
- ◆発達障がいのある方・・・診療の内容や流れがうまく理解できず、不安・緊張が強まってしまう子に対しては、「絵カード」を用いる工夫をしています。治療の内容を描いた絵を用意しているので、これを順番に並べて、流れを可視化しています（小児歯科専門医）。
- ◆精神障がいのある方・・・精神科以外の病院にかかる時、問診票に精神科の既往歴を書くのが複雑な気持ちになります。病気に悪いイメージを持っていないか不安になってしまい、看護師さんの反応を見てしまいます。そんな気持ちであることを知ってくれれば助かります。

など・・・

パンフレットは、茅ヶ崎市社会福祉協議会 ホームページからダウンロードできます！

## 福祉教育・障害理解促進部会研修会を開催しました！

令和2年2月20日（木）15：30～17：00「事例も交えてヒントを学ぶ ～誰もなかまはずれにならない、みんなの学校～」というテーマで、講師に宮脇 文恵氏（宇都宮短期大学 人間福祉学科 教授）をお招きして、研修会を開催しました。

この研修会は、障害理解促進部会の話し合いの中から企画されました。「小学校3年生頃から障がいのある子が周りから“特別視されているな”と思う事があった。9、10歳くらいからいじめの問題が出てきたりすると聞く。周りの子との違いを意識したりする小学生の頃に、“合理的に”や、“早く”といった価値観が植え込まれ、このような社会が形成されているのではないかと感じる。」という意見から始まり、社会福祉協議会の福祉教育で実施している自閉症と知的障害の理解啓発プログラム「茅ヶ崎いんくる隊」の活動についても、「学校側も、知的障害や発達障害のある児童がいる中、子どもの受け取り方等を懸念し慎重になっている印象を受けている。」といった意見が出たことがきっかけでした。

講師の宮脇先生からは、LGBT、発達障害、具体的な視覚支援グッズについてなど、限られた時間の中で、非常に盛りだくさんな内容の講義をいただきました。

社会福祉協議会で毎年開催している福祉教育研修会との共催とし、障害理解促進部会のメンバーにもお手伝いをいただきました。当日は学校の先生や、福祉教育に御協力をいただいているボランティア団体、地域での福祉活動をされている方々など、62名の方が参加されました。

### 参加者のアンケートの一部をご紹介します。



#### 学校の先生から・・・

感想：特に発達障害について、具体的にどのように支援したらよいか示されておりとても勉強になりました。  
課題と感じている事・市社協と協働したい事：本校には支援級がありませんが、発達障害を持った生徒は入学してきます。普通級担当であっても研修は今後必要になってきます。

#### ボランティアから・・・

感想：養護学校へお手伝いに行った時に、子供達が急に走り出す、その理由が理解できた。  
課題と感じている事・市社協と協働したい事：気になる人だけが理解するのではなく、もっとひろく促進してほしい。子ども達と接する大人、先生方の福祉教育、障害理解に力を注ぐ必要があると感じている。

#### 地域の方から・・・

感想：とてもわかりやすいお話で良かった。健康とはからだのところと、人と人の関係⇒全てが元気⇒幸せ、という言葉がとても心に残りました。  
課題と感じている事・市社協と協働したい事：障害者とはその方に害があるわけではなく、社会との壁が障害になっていると言った方がいます。誰もが平等に過ごせる社会になればと思います。

#### 自立支援協議会関係者から・・・

感想：大変わかりやすいご講演でした。弱点をストレングスに置き換える視点は重要だと思います。また、一般の人に、障がいのある人とのコミュニケーションツールや手法、考え方を具体的に伝えることで、共生の難しさが緩和できると思いました。  
課題と感じている事・市社協と協働したい事：・発達障害（自閉等）、イメージの障害というのが、健常者（多数派）の側も障害者に理解が無いのは想像力の弱さがあるのでは？！と思ってしまう事がある。  
・もっと一緒に過ごす時間を子どもの時から持たせてほしい。最近は障害の子と通常の子を別々に考え学習の場等で交わることが少ないため、お互いの成長のために変わって欲しいです。

#### その他の方から・・・

感想：誰も仲間外れにならない社会は、障害のある方ばかりでなくすべての人に心地よい環境であると思います。種を植え付けていく。そしてその理解を深めることは大事にしたい流れだと思います。