



もっと

市民の力を活用しよう

はじめに

狛江在住40年近い私ですが、福祉カレッジを受講するまで、狛江にいる障害のある方の暮らしぶりや支援策とその状況を知る機会がありませんでした。

狛江は日本で2番目に小さい市ですが、
障害者であっても、そうでなくても、もし自分や家族がそうなったときでも
「狛江が地元で良かった」と思える場所になって欲しいと思いました。

国や市町村の財源・資源で行き届かないところに市民みんなのちょっとした参加が増えれば、こう思える人も増えるんじゃないかと思い、市民が障がいに関心を向け、支援を実践することを促したい、と思いこのテーマにしました。

「障がい」の知識を広める

身体・知的・精神・その他の心身の機能の障害がある人(難病など)

見た目では分からない障害もある

途中から障害になることもある

障害が重複している人もいる

障害は
人それぞれ違う

本人・家族だけですべて何とかするもの？

今の狛江で障がい者が自分らしく暮らせる？

➡それって市民みんなにとって住みやすいまちなのか

もっと障害のことを知ろう

あの人困っているのかな…？

声をかけたい！
だけど恥ずかしい

なんか怖い…

手伝ってあげようかな。
でも、自分にできるかな…



それって、知らないからじゃない？

身体障害以外でもこんな困りごとがある

視覚障害

信号機の色、注意看板、タッチパネル、複雑な操作ボタン、エレベーター、商品の種類、値段、賞味期限、等

聴覚障害

音声通話、サイレン、インターホン、銀行・病院の呼び出し、駅や電車のアナウンス、防災行政無線、テレビやネットの字幕、等

知的障害

曖昧・複雑な言葉、意志の伝達、報・連・相、会計、書類記入、予定管理、マルチタスク、優先順位付け、状況の変化、暗黙のルール、記憶と注意力、集中力の持続、等

精神障害

慢性疲労・意欲低下、不眠・生活の乱れ、認知機能の低下、症状の波・不安定さ、服薬管理、就労、理解されにくさ、対人関係、パニック、金銭管理、行政手続き、偏見(スティグマ)、等

狛江みんなで支え合おう

専門家や行政、施設だけが支援じゃない。
誰もがサポーターになれる力がある。

(さらに進んで)

都の「行動支援従事者養成講座」
「同行援護者養成講座」や、
手話通訳など専門的な活動

ボランティア活動・サークル

「こまえくぼ1234」や「広報こまえ」
によく募集がでているので要チェック
小さい市だからこそ近いのが利点！



声かけ

「何かお困りですか？」
「お手伝いしましょうか？」
「代わりに〇〇しましょうか？」



「やってあげる」じゃない、人と人との付き合いの「助け合い」

障がいがあ
あっても、なくても
住みやすい狛江を目指して、
市民が知識を得て、
実際に行動に移すきっかけを
もっと広めていきたい

