

にいがたし ふくし とくほん  
新潟市福祉読本

こころゆた  
だれもが心豊かに暮らせるまちづくり



新潟市教育委員会

# ふだんのくらしをしあわせに

わが国では、平成28年4月1日に「障害者差別解消法」が施行されました。

この法律は、すべての国民が障がい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つなげることを目的としています。

新潟市は、同日に、「新潟市障がいのある人もない人も共に生きるまちづくり条例」を施行しました。（詳しくは p. 1 を参照）

新潟市では「障害」の「害」の字がもつマイナスイメージや当事者の方への配慮から、原則的にひらがなで表記することとしました。ただし、法律名や固有有名詞などは、漢字で表記しています。

新潟市は障がいのある人もない人も、年少者も高齢者も、すべての人々が誇りをもって、人と人との支え合いの中で、心豊かに暮らせるような社会を目指しています。

このような社会を実現するためには、まず、障がいや高齢化社会、福祉について正しく理解することが大切です。この福祉読本では、共生のまちづくりに向けた新潟市の取組や、障がいのある人・高齢者についての基本的な知識や支援の在り方などについて学ぶことができます。読んだ内容について仲間と話し合ったり、関連する本を読んだりすることで学びが深まります。インターネットで検索すれば、さらに詳しい情報や最新のデータを得ることもできます。

※ この冊子は文部科学省、厚生労働省、新潟市などのHP、p. 17～p. 19の「関連する書籍」を参考にしています。

皆さんの周りには、様々なボランティア活動を通して『だれもが心豊かに暮らせるまちづくり』を支えてくれている人たちがいます。皆さんも、その一員です。この冊子で学んだことを日々の生活に役立てるとともに、ふだんのくらしをしあわせにするために、自分に何ができるかを考え、行動に移していきましょう。

## 表紙と裏表紙の絵について

新潟市中央区にある障がい者の就労支援施設「あどぼんす」に通所しているハルミさんの作品です。

ハルミさんからのコメント：もともと植物が好きなのもあって、植物をモチーフに描くことが多いです。時には、抽象画やパターン画を描いたりもします。作品に取り掛かる時は、まず「今日はどんな色を使おうか？」と色を選ぶことから始めます。絵を描くことは、時に楽しいだけでなく生み出す苦しきも伴いますが、できあがったときの喜びはとても大きいです。

# 目次

## ⑬ だんのくらしをしあわせに

- I 新潟市の共生社会に向けた取組・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 「新潟市障がいのある人もない人も共に生きるまちづくり条例（共生のまちづくり条例）とは」
  - 差別って具体的にどんなこと？
  - 条例を知ってもらうために～「ともにプロジェクト」とは～
  - 「ともにプロジェクト」の主な活動
  - 民間企業などにおける、職場づくりの取組
- II 様々な障がいについて学ぼう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
- 肢体不自由，視覚障がい，聴覚障がい，内部障がい，知的障がい
  - ボランティア活動をサポートする施設
  - 発達障がい，発達障がいの子どもたちをサポートする施設
  - 精神障がい，精神障がいの人たちをサポートする施設
- III 障がいのある子どもたちの学習の場・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 15
- 通常の学級，通級による指導，特別支援学級，院内学級，特別支援学校
  - 関連する書籍の紹介
- IV 高齢者について理解しよう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20
- 高齢化の現状，高齢化による身体機能の変化
  - 地域包括ケアシステム，介護保険制度
- V 認知症について学ぼう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 23
- 認知症とは，認知症は予防できる，認知症サポーターになろう
  - 認知症の人と接するときの心構え
- VI 高齢者を地域で支えよう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 27
- にしかんの茶の間～地域の茶の間を核とした支え合い
  - 冬期五味（支・愛・繋・合・協）出しボランティア支援活動（亀田西小学校区コミュニティ協議会，早通小学校区コミュニティ協議会，新潟市立亀田西中学校）
- VII 障がい者に関するマークを知ろう・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 31

# I 新潟市の共生社会に向けた取組

## 1 「新潟市障がいのある人もない人も共に生きる まちづくり条例（共生のまちづくり条例）」とは



新潟市は、障がいがある人もない人も、  
みんなが生き生きと安心して暮らせる  
共に生きる社会（共生社会）の実現を目指しています。

### 基本理念

すべての市民が、障がいや障がいのある人に対する理解を深めるとともに、  
話し合いにより、お互いの立場を理解すること。

→ 問題が起きても、できるだけ話し合いで解決します。

### 条例で禁止していること

市や事業者が、障がいなどを理由に差別すること。

- 差別の内容
- ① 不利益な取扱い
  - ② 合理的配慮を行わないこと

トラブルの多くは、差別をしようと思ってしたのではなく、知らなかった、分からなかった、  
という理解不足や思い違いによって生じます。普段の生活の中で、相手を理解し、配慮を  
することで共生社会が広がります。

## 2 差別って具体的にどんなこと？

それでは、具体的にはどのようなことが「障がいなどを理由とした差別」にあたるの  
でしょうか。それを考える上で大切なキーワードが「不利益な取扱い」と「合理的配慮  
を行わないこと」です。

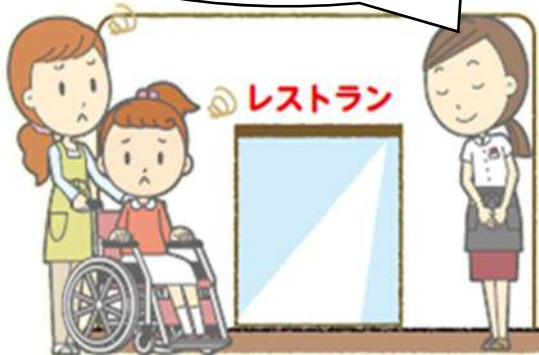


## (1) 「不利益な取扱い」とはどんなこと？

しっかりとした理由がないのに、障がい者を理由とし、お店のサービスなどを断ったり、制限したり、障がいのない人にはつけない条件をつけたりすることをいいます。ただし、正当な理由がある場合は、条例の差別にはあたりません。

### ～ 不利益な取扱いの例 ～

今混んでいますので、  
車椅子ご利用の方は、2時  
以降ならご利用になれます。



条件を付ける

### 〇〇スポーツクラブ

障がいのある方は危ないので、  
入会できません。



聴覚に障がいのある人

断る

## この事例はどうでしょうか？【実際の相談事例】

体育施設における「芝生部分に車椅子利用者は入ってはならない」という規則。ほかの人は芝生に入っていますが、「車椅子で芝生に乗り入れると芝生が傷むため」は正当な理由になるでしょうか。

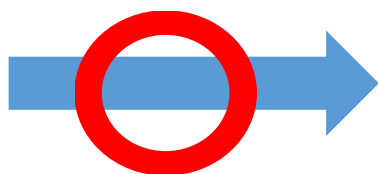


## 話合いの結果

はじめは、「車椅子が入ると芝生が傷むから」という理由で断っていました。しかし、車椅子を利用しない人は芝生に入り、サッカーやラグビーなどのスポーツも行っています。

車椅子の利用者が芝生へ入ってはならないという規則は、明確な理由はなく、「前からそうだったから」という理由で断っていたケースでした。

⇒ 施設管理者との話合いの結果、車椅子利用者も乗り入れが可能となりました。



## (2) 「合理的配慮を行わないこと」とはどんなこと？

障がいのある人が、社会生活を送るうえで必要な配慮を求めたにもかかわらず、その配慮を行わないことをいいます。

障がいのある人から言われた場合だけでなく、保護者など支援している人から言われた場合など、何らかの配慮が必要なことが分かるときに配慮を行わない場合も該当します。

## そもそも合理的配慮とは？

障がいのある人が日常生活を営むとき、社会には不便に感じるものがたくさん存在しています。たとえば、車椅子利用者にとっての段差、聴覚障がい者にとって声だけの会話、障がいのない人を前提につくられたルール。これらを「社会的障壁」と呼びます。

障がいのある人が困っている時に、過度な負担になりすぎない範囲で、この「社会的障壁」を取り除くことを、「合理的配慮」と言います。

私たちにできること、たとえば・・・



困っている障がいのある人を見かけたら、声をかけて協力できることはないか聞きましょう。





点字ブロックは視覚障がいのある人が歩行するために必要なものです。点字ブロックの上で立ち止まって話しこんだり、自転車を止めたりしないようにしましょう。



身体障がい者補助犬（盲導犬など）は、障がいのある人にとって大切な存在です。温かく見守るようにしましょう。



### 3 条例を知ってもらうために ～「ともにプロジェクト」とは～

「新潟市障がいのある人もない人も共に生きるまちづくり条例」の理念や目的などを多くの方から知ってもらい、障がいや障がいのある人への理解を深めるため、新潟市は平成29年度に「ともにプロジェクト」を立ち上げました。

#### ロゴマークの紹介



ともにプロジェクト  
TOMONI PROJECT

#### <作品説明>

人が手と手を取り合う様子をモチーフに、そこから笑顔が生まれる様子を表しています。人と人とのつながり、思いやりや優しさが伝わる、親しみやすさのあるデザインです。



ロゴマークを活用したオリジナルクッキーです。  
製作者：ワークセンターふじみ

## 4 「ともにプロジェクト」の主な活動

### (1) 障がいのある人との交流を創出

小中学校でのゲストティーチャー（障がいのある人などの講師）による授業を支援しています。



「にいがた盲導犬ハーネスの会」のゲストティーチャーより、視覚障がい者の立場から日常生活で困っている点や盲導犬について説明を受けました。

また、私たちが暮らしている町の中にある点字ブロックや工夫されている点についてもお話がありました。

### (2) 障がい者アートを活用した共生社会の普及啓発

共生社会の理解促進のために、多くの人々が利用するバス停や公共施設に障がい者アートを展示し、障がい者の文化芸術活動を知ってもらう活動を行っています。



新潟市役所前BRTバス乗り場での展示



新潟市子ども創造センター

作者の紹介や制作過程の様子、作者の思いなども一緒に掲載されています。身近な場所に障がい者アートが飾られているので、ぜひ作品を探してみましょう。

### (3) ともにEntrance

共生社会づくりに関心をもつ企業などのネットワークを作り、情報交換や取組事例を共有することで、民間における共生社会づくりの強化を図っています。



## 5 民間企業などにおける、職場づくりの取組

障がいのある人もない人も、誰もが働きやすい職場づくりを目指し、民間企業や団体でも様々な取組を行っています。



### (1) 一正蒲鉾株式会社 の取組



ジョブコーチの資格を取得したリーダーによる職場適応援助を行っています。勤務シフトや作業分担をチームで管理することで自主性を尊重するほか、作業内容も管理運営や受付対応など職域の拡大に努めています。

採用時に雇用トライアル期間を設けて、ジョブコーチによるサポートを行うことで、モチベーションアップにも努めています。

### (2) 株式会社 DeNA ビジネスコミュニケーションズ の取組

スタッフそれぞれの特性に合わせて、担当する業務を決めています。一つの業務を一人で完成させることが難しい場合には、いくつかの工程に分担して一つの業務を完成させています。また、マニュアルを用いて事前に研修を行い、業務の不明点や相談などは、チャットやビデオ通話でサポートスタッフが対応し、定期的な面談も実施しています。



入社前の会社説明から入社後の研修、面談などは数名のサポートスタッフで一貫して対応し、気兼ねなく相談できる環境づくりを心掛けています。

### 新潟市障がい者雇用企業認定事業（みつばち企業認定制度）について

この制度は「障がいのある方が働いていることをもっと知ってほしい。障がい者雇用を大切にする企業をもっと知ってほしい。」という思いから始まりました。右のような「みつばちプレート」を見かけたら、そこは障がいのある方に理解があり、雇用積極的に取り組んでいる事業所です。

紹介した2つの企業もみつばち認定企業です。



## Ⅱ 様々な障がいについて学ぼう

### 1 肢体不自由

脳性麻痺、脳血管障がい、事故による脊椎損傷、病気などによる筋力低下や関節損傷などで、歩行が困難になっている状態です。

ベッドに移ること、着替え、洗面、トイレ、入浴など、日常の様々な場面で、援助が必要な人が多くいます。

車椅子利用者にとっては、段差や坂道が移動の大きな妨げになります。手動車椅子の使用が困難な場合は、電動車椅子を使用することもあります。

車椅子用トイレ



#### 【 車椅子を利用している人に対する配慮・理解 】

- 公共施設には車椅子用のトイレを設置する必要があります。近年、車椅子用のトイレは、ユニバーサルデザインの考え方に従って、多機能化し、たくさんの設備が設置されています。
- 会話するときは、しゃがんで目線をあわせましょう。
- 車椅子が入るように、机などの高さを調節して、作業しやすくしましょう。
- 脊椎損傷のある人は体温調節がうまくできないことがあるので、部屋の温度管理に配慮しましょう。

脳血管障がいなどで片側の手足に麻痺がある人や、事故により片足を失った人などは、杖や義足を使うことで、多くの人が自立して日常生活を送っています。

長距離の歩行、階段、段差、エスカレーターや人混みでの移動が困難になります。失語症（早口や長い話になると理解できない。伝えたいことをうまく言葉や文章にできないなど）を伴う場合もあります。

#### 【 杖を利用している人に対する配慮・理解 】

- 公共施設には、エレベーターや手すりを設置する必要があります。エレベーターの操作盤はボタンが押しやすい高さに設置します。
- 滑りやすい床などでは転びやすいので、雨天時などは注意が必要です。
- 靴の履き替えが必要な場合は、椅子を用意しましょう。



エレベーターの内部

廊下の手すり

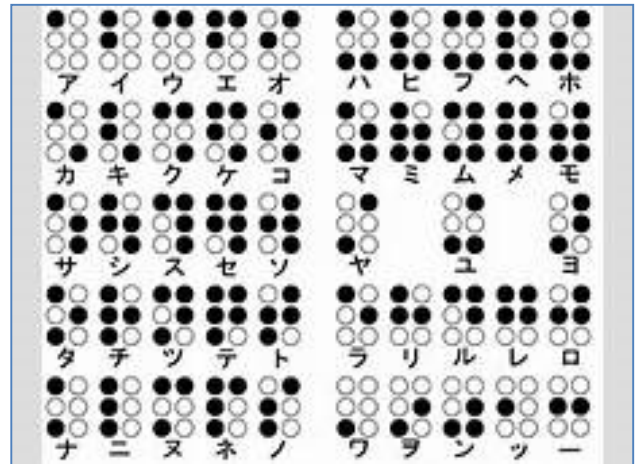


## 2 視覚障がい（視力障がい・視野障がい）

先天的に障がいのある人や、最近では、糖尿病性網膜症などで見えづらくなる人も多くなっています。高齢者では、緑内障や黄斑部変性症によるものが多く見られます。

視覚障がいの原因となる病気は、どの年齢でも発症します。中には失明する人も少なくありません。中途失明の人は、白杖を用いた歩行や、点字を読むことが困難なため、配慮が必要です。

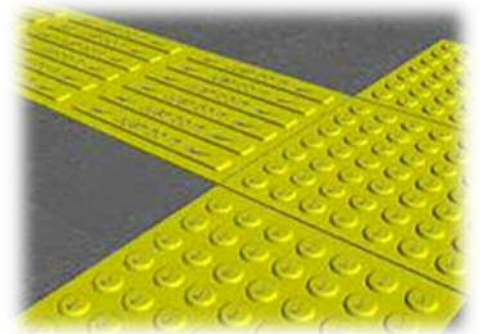
- ・視力障がいは、視覚的な情報を全く得られない、またはほとんど得られない人（全盲）と、文字の拡大や視覚補助具などを使用し、残存する視力を活用する人（弱視）に分けられます。
- ・視野障がいは、眼球を動かさないで見ることのできる範囲が狭くなる障がいです。見える部分が中心だけになってだんだんと周囲が見えなくなる求心性視野狭窄や、周囲はぼんやり見えるが真ん中が見えない中心暗転など、状態は様々です。



点字の五十音一覽表

### 【 視覚障がいの人に対する配慮・理解 】

- ・音声や点字などで、情報を伝えましょう。
- ・声をかける時には、ゆっくり近づき「〇〇さん、こんにちは。△△です。」のように、自分から名乗りましょう。
- ・説明する時には「それ」「あれ」「こっち」「このくらい」という表現は避け、「あなたの正面に」「〇〇くらいの大きさ」のように具体的に説明しましょう。
- ・普段から通路（点字ブロックの上など）に自転車などの通行の妨げになるものを置かないようにしましょう。
- ・日頃、視覚障がいのある人が使用している物の位置を変えないようにしましょう。



道路上の点字ブロック

## 3 聴覚障がい

聴覚障がいは、外見上分かりにくい障がいであり、その人の抱えている困難も他の人には気付かれにくいという特徴があります。

聴覚障がいの人は、補聴器や人工内耳を使用したり、手話、筆談、口話などを用いたりしてコミュニケーションを図っています。補聴器や人工内耳を使用している場合、スピーカーなどを通した残響や反響のある音は、聞き取りにくい傾向があります。



## 【聴覚障がいの人に対する配慮・理解】

- 後ろから話しかけても分かりません。向かい合って話しましょう。
- 手話や文字表示など、目で見て分かる情報を提示しましょう。
- 音声だけで話すことは極力避け、視覚的な情報も併用しましょう。
- マスクをすると口形が見えないので伝わらないことがあります。フェイスシールドや透明なついでなどを使って会話しましょう。
- パソコンやタブレットなどのアプリに音声を文字に変換できるものがあるので、これらを使用すると筆談を補うことができます。

## 4 内部障がい

心臓、肺などの呼吸器、腎臓、肝臓、膀胱・直腸、小腸などの機能障がい（うまく働かないこと）や、HIV（ヒト免疫不全ウイルス）による免疫機能障がいにより、日常生活に支障がある状態をいいます。外見からは、障がい者とは分からないこともあります。疲れやすく、長時間立っていることや作業が困難であったり、常に医療的対応を必要としたりします。

## 【内部障がいの人に対する配慮・理解】

- ペースメーカーは外部からの電気や磁力に影響を受けることがあるので、注意すべき機器や場所などを学びましょう。
- 公共施設では、人工肛門の人のためにトイレにパウチ（便を一時的にためる袋）洗浄など、特殊な設備が必要となります。
- 人工透析が必要な人は、定期的に通院することが必要です。



オストメイト（人工肛門所有者）対応トイレ



オストメイトのマーク

- 呼吸器機能障がいのある人は、慢性的な呼吸困難、息切れ、咳などの症状があるので、楽な姿勢でゆっくり話をしてもらうようにしましょう。
- 常に酸素吸入が必要な人は、携帯用酸素ポンプを使用することが多いです。



携帯用酸素ポンプを使用している人



## 5 知的障がい

考えたり、理解したり、読んだり、書いたり、計算したり、話したりするなどの、知的な機能に発達の遅れがあり、生活上の適応に困難が生じます。

金銭管理、会話、買い物、家事などの社会生活への適応に関して、援助が必要です。知的障がいの原因としては、ダウン症候群などの染色体異常や、出産時の酸素不足やトラブルによる脳症や外傷性脳損傷、乳幼児期の高熱によるものがあります。てんかんを伴う場合もあります。

ダウン症候群の特性として、筋肉の低緊張、知的な発達の遅れ、心臓に疾患を伴う場合があります。

### 【 知的障がいの人に対する配慮・理解 】

- 言葉による説明を理解しにくいことがあるため、ゆっくり、ていねいに、分かりやすく話しかけましょう。
- 文書は、漢字を少なくし、ルビをふるなどして、分かりやすい表現に直しましょう。
- 写真、絵、ピクトグラム（絵文字）など、分かりやすい情報提供を工夫しましょう。
- てんかんの発作には、けいれんしたり、突然意識を失ったりすることもあるため、安全の確保に努めましょう。



ピクトグラム（絵文字）の例

## ボランティア活動をサポートする施設

ボランティア・市民活動センター（新潟市社会福祉協議会HP参照）

ボランティア活動に「関心がある」「参加したい」「手伝ってほしい」人たちのための相談窓口として、様々な情報を集めて、ボランティア活動を応援している施設です。

ボランティア活動を希望する場合は、各区にある社会福祉協議会のボランティア・市民活動センターへ連絡してください。

## 6 発達障がい

発達障がいの特性は、だれもがもっている特性です。発達障がいの人とそうでない人を、明確に分けることはできません。その意味で、発達障がいは「強い個性」と捉えた方がいいかもしれません。発達障がいの特性が強く、本人が学びにくさや生きにくさを感じている場合に、発達障がいという診断がなされます。

発達障がいは、脳の中樞神経（脳と脊髄）に何らかの機能障がい（機能が十分に働かないこと）があると考えられています。専門的な診断・検査をもとに一人一人の能力に応じた対応策が求められるため、専門家と相談することが必要です。

蓄音機や電灯など、100以上の発明をした科学者のトーマス・エジソン（1847～1931）は、実験は好きでしたが、文を書くことが苦手でした。相対性理論を確立し物理学に貢献したアルベルト・アインシュタイン（1879～1955）も数学は非常に得意でしたが、語学が苦手でした。

二人とも発達障がいだったと言われています。

### ○自閉スペクトラム症（自閉症スペクトラム障がい）

自閉スペクトラム症は、対人関係が苦手、強いこだわり、といった特徴をもつ発達障がいの一つです。自閉スペクトラム症には、対人関係やこだわりの特性がきわめて強い状態だけでなく、これらの特性が少しでもあることによって生活に支障をきたし、福祉的・医療的サポートが必要な状態まで幅広く含まれます。

#### <社会性の困難>

- 相手の表情や態度などよりも、文字や図形、物の方に関心が強いです。
- 見通しの立たない状況では不安が強いです。
- 大勢の人がいる所では集中できなったり、気温の変化に敏感に反応したりするなど、感覚が敏感で苦労しています。

### 【自閉スペクトラム症の人に対する配慮・理解】

- 肯定的、具体的、視覚的な伝え方の工夫をしましょう。  
（「〇〇をしましょう」というシンプルな伝え方、図・イラストを使って説明するなど）
- スモールステップで支援しましょう。  
（手順を示す、モデルを見せる、体験練習をする、新しく挑戦する部分は少しずつにするなど）
- 感覚過敏がある場合は、音や肌触り、室温の調整を行いましょう。  
（イヤーマフを活用する、大声で説明せずにホワイトボードで内容を伝える、人とぶつからないように居場所をついたてなどで区切る、エアコンのある部屋を  
利用できるようにするなど）



イヤーマフ

## ○学習障がい（LD Learning Disabilities の略）

※限局性学習症（SLD Specific Learning Disorder の略）とも言う

全般的な知的発達に遅れはありませんが、「読む」「書く」「計算する」などのいずれかが苦手です。本人は努力していても勉強する気がないと誤解されることがあります。

### <読みの困難>

- ・1文字ずつ読む傾向があります。
- ・形の似た字を間違えやすいです。
- ・文をどこで区切って読めばいいかわからないことがあります。

### <書きの困難>

- ・鏡文字（鏡に写ったような文字。上下はそのままでも左右が反転している。）になることがあります。

鏡文字

鏡文字の例

「モナリザ」や「最後の晩餐」を描いた画家としてだけでなく、様々な分野で素晴らしい業績を残した、イタリアのレオナルド・ダ・ヴィンチ（1452～1519）は、13,000ページものノートを書き、全て鏡文字で書いたことで有名です。

## 【LDの人に対する配慮・理解】

- ・得意な分野を積極的に使って情報を理解し、表現できるようにします（ICTを活用する際は、文字を大きくしたり、行間をあけるなど、読みやすくなるように工夫します）。
- ・苦手な部分については、作業の量や内容を調整する必要があります。

## ○注意欠如・多動症（ADHD Attention Deficit Hyperactivity Disorder の略）

ADHDは12歳以前に症状が現れ、社会的な活動や学校での生活に支障をきたすことがあります。育った環境などが原因で、ADHDそっくりの症状が引き起こされる場合もあり、専門家による診断が必要です。

次々と周囲のものに関心を持ち、周囲のペースよりもエネルギッシュに様々なことに取り組むことが多い反面、次のような特徴も見られます。

### <注意欠如の特徴>

- ・活動に集中できず、気が散りやすいです。
- ・物をなくしやすく、忘れ物が多いです。
- ・順序立てて活動に取り組んだり、身の周りのものを片付けたりすることが苦手です。



## <多動・衝動性の特徴>

- じっとしてられず、席を離れて走り回ることがあります。
- 順番を待つことが苦手です。
- 静かに遊ばなくて、しゃべりすぎる傾向があります。

## 【ADHDの人に対する配慮・理解】

- 短く、はっきりとした言い方で伝えましょう。
- 気の散りにくい座席の位置、わかりやすいルール提示などを工夫しましょう。
- 学習や作業は10～15分の集中でできる時間に区切って行うといいです。

## 発達障がいの子どもたちをサポートする施設

### 新潟市発達障がい支援センター「JOIN(ジョイン)」(新潟市発達障がい支援センターHP参照)

発達障がいのある人やその家族が安心して地域で暮らせるよう、様々な相談に応じています。子育てについてアドバイスをしたり、必要に応じて心理・発達検査を実施したりします。就労を希望する発達障がい者に対して情報提供や関係機関との連絡調整も行っています。

### 特別支援教育サポートセンター (新潟市HP参照)

担当指導主事や専門相談員による発達検査や就学相談、教育相談、巡回相談、教員研修などの学校支援、保護者・市民への教育相談、関係機関の連絡調整を行っています。困難な事例については、臨床心理士などの専門家チームを設置し、学校や保護者に助言を行います。保護者だけでなく、学校生活で心配なことがある小中学生本人からの相談にも応じます。

### 教育相談センター (新潟市HP参照)

様々な理由で学校生活になじめず、不登校状態にある小中学生や、保護者の方からの相談に応じています。教育相談、体験活動、学習支援を通して、子どもたちの自立や学校生活への復帰を支援します。家庭訪問、夜間の学習指導や進路相談も実施しています。北区、東区、江南区、秋葉区、南区、西蒲区に各区教育相談室があります。

### 児童発達支援センター「こころん」(新潟市HP参照)

発達が気になるお子さんやその保護者を対象に、通所支援や発達相談、保育所等訪問支援などを通して、関係機関と連携しながら幼少期からの切れ目ない支援を行っています。また、研修や講演など地域の支援力を向上させる事業を実施しています。



## 7 精神障がい

うつ病や統合失調症等のために、生活する上で困難を抱えている状態を言います。外見からは分かりにくく、怠けているなどと誤解を受けることもあります。強いストレスや生活環境の変化などが原因と考えられています。

症状によっては学習や仕事を続けることができなかつたり、コミュニケーションがうまく回れず、引きこもりの状態になったりしてしまう場合もあります。

### ○統合失調症

統合失調症は、脳の様々な働きをまとめることが難しくなるために、幻覚（実際にはないものをあるように感じる知覚の異常）や妄想（明らかに誤った内容を信じてしまい、周囲の人が訂正しても受け入れられない状態）などの症状が起こる病気です。

### ○気分障がい

ゆううつな気分、気持ちが重い、といったうつ状態がほぼ一日中あり、それが長い期間続くのがうつ病の症状です。気分がよくて無謀な買い物をするような極端な躁状態と極端なうつ状態が交互にあらわれるのが双極性障がい（躁うつ病）です。

### ○摂食障がい

食事をとりたがらない拒食症と、極端に大量の食物をとる過食症があります。過食の後に、食べ物を全部吐くような場合は、治療を要する摂食障がいの疑いがあります。

### 【 精神障がいの人への配慮・理解 】

周りの人たちが正しく理解し、支援することにより、社会参加できるようになります。本人の努力を認め、温かく見守るような配慮が大切です。

## 精神障がいの人たちをサポートする施設

### こころの健康センター（新潟市HP参照）

こころの健康センターは、医師、精神保健福祉相談員、保健師などの専門スタッフで構成されています。

うつ病、統合失調症、アルコール・薬物依存、摂食障害などのこころの健康や、思春期・青年期におけるこころの健康、災害や事故後の気持ちの変化に関して、本人および家族との相談、社会復帰のための支援を行っています。



## Ⅲ 障がいのある子どもたちの学習の場

障がいなどにより配慮が必要な子どもたちへの教育を特別支援教育といいます。新潟市には、障がいのある子どもたちが、その障がいの状態に応じて「通級による指導」「特別支援学級」「特別支援学校」など、専門的な支援が受けられる様々な学習の場があります。

### ○通常の学級

障がいがあっても、一人一人の実態に合わせた支援を受けながら、通常の学級で授業を受けている児童生徒がいます。

通常の学級で学習するのが困難な教科が増えてきた場合は年度の途中でも、特別支援学級へ在籍を変更することが可能です。また、特別支援学級に在籍した後に、障がいにもと基づく困難が軽減した場合は、通常の学級に在籍を変更できます。



### ○通級による指導

新潟市には「ことば」「きこえ」「発達障がい」の通級指導教室があります。

通級による指導は、週1回程度、近隣の通級指導教室に通い、その障がいに関する専門的な指導を受けることができます。(詳細は新潟市HP参照)

「ことば」の通級による指導では、子どもの興味・関心に応じた遊びや会話を通して、正しい発音や、楽に話す方法を指導します。

「きこえ」の通級による指導では、補聴器などの活用に努め、子どもの「きこえ」を生かして、抽象的な言葉の理解を促します。

「発達障がい」の通級による指導では、認知特性や生活経験の状態、過敏性などの感覚の特性などを考慮しながら、具体的な社会生活技能や対人関係形成のための技能の習得を目指した指導を行っています。

### ○特別支援学級

新潟市内のほとんどの小学校、中学校には特別支援学級が設置されています。知的障がい、肢体不自由、病弱・身体虚弱、弱視、難聴、発達障がいなどがある児童生徒が、少人数で学習する場です。

特別支援学級は、一人一人の実態に合わせて、国語、算数・数学、音楽、体育などの学習を行うほか、障がいにもとづく困難の改善・克服のための「自立活動」という学習があります。一人一人の実態に応じて、通常の学級の児童生徒と一緒に学習する時間も、柔軟に組み込まれています。



## ○院内学級

長期療養で入院している児童生徒が学習するために設置された院内学級もあります。病気治療の上で負担にならない範囲で、主治医から学習を許可された児童生徒が、病院内で学習しています。



在籍小中学校の担当教員が病院に赴き、院内学習室での少人数学習や、病室での個別学習を行っています。

### 【 新潟市内にある院内学級 】

設置場所	住所	在籍小中学校名	院内学級名
新潟市民病院内	新潟市中央区鐘木463-7	東曾野木小学校	のぞみ学級
新潟大学医歯学総合病院内	新潟市中央区旭町通1-754	小-白山小学校 中-新潟柳都中学校	あさひ学級
新潟県立がんセンター新潟病院内	新潟市中央区川岸町2-15-3	小-鏡淵小学校 中-白新中学校	ひまわり学級

## ○特別支援学校

特別支援学校には、肢体不自由、視覚障がい、聴覚障がい、病弱、知的障がいの子どもを対象とする学校があります。

新潟市内には、新潟市立、新潟県立、大学附属の特別支援学校があります。幼稚部、小学部、中学部、高等部があり、それぞれの年齢に該当する園児、児童、生徒が学習しています。

それぞれの障がいに配慮した施設や、専門的な設備・教材を活用しながら、一人一人の子どもがもっている力を高め、生活や学習上の困難を改善または克服するために必要な支援を受けられる場です。

### 【 新潟市内にある特別支援学校 】

学校名	対象学年	障がい名	所在地
新潟市立東特別支援学校	小・中学部	知的障がい	新潟市東区海老ヶ瀬31
新潟市立西特別支援学校	小・中学部	知的障がい	新潟市西蒲区堀山新田88
※県立新潟盲学校	幼・小・中・高等部	視覚障がい	新潟市中央区山二ツ3-8-1
※県立新潟聾学校	幼・小・中・高等部	聴覚障がい	新潟市東区小金台1-1
	高等部	知的障がい	
県立東新潟特別支援学校	小・中・高等部	肢体不自由	新潟市東区海老ヶ瀬994
県立はまぐみ特別支援学校	小・中・高等部	肢体不自由	新潟市中央区水道町1-5932 (はまぐみ小児療育センターに隣接)
県立江南高等特別支援学校	高等部	知的障がい	新潟市江南区北山1510
県立江南高等特別支援学校 川岸分校	高等部	知的障がい	新潟市中央区川岸町2-4 (白新中学校内)
県立西蒲高等特別支援学校	高等部	知的障がい	新潟市西蒲区堀山新田51-1
新潟大学附属特別支援学校	小・中・高等部	知的障がい	新潟市中央区西大畑町5214

※県立新潟盲学校と県立新潟聾学校は、令和4年度に統合予定。

特別支援学校では、通常の授業のほかに、障がいに基づく困難の改善・克服のための「自立活動」という学習が組まれています。一人一人の児童生徒の実態などに応じて、困難を改善・克服して生活を送ることができるように指導内容が設定されています。

### 【特別支援学校における自立活動の例】

視覚障がい者	白杖を使った歩行指導、視覚情報を補うための触覚や聴覚などの活用の指導、弱視レンズ、拡大映像設備などの視覚補助具の活用の指導
聴覚障がい者	補聴器をつけての発音指導、言語指導、多様なコミュニケーション手段を活用する指導
知的障がい者	知的障がいに伴って見られる極端な表出言語の遅れや強い情緒不安定、自己の行動のコントロールなど
肢体不自由者	姿勢保持や移動、食事・排泄・衣服の着脱などの日常生活動作、コミュニケーションの指導



白杖を使った歩行練習



発話練習



衣服の着脱練習

## 関連する書籍の紹介

様々な障がいについての理解や、障がいのある人への支援について、もっと詳しく知りたい場合は、下記の書籍を読んでみましょう。

「はじめの一步」 新潟市社会福祉協議会発行

※配付を希望する学校は連絡してください。(TEL 025-243-4370 へ)



「障がいを知る本」 全11巻 大月書店発行

No.	書名	No.	書名
1	障害と私たちの社会	7	自閉症の子どもたち
2	ダウン症の子どもたち	8	LD(学習障害)の子どもたち
3	てんかんのある子どもたち	9	知的なおくれのある子どもたち
4	ことばの不自由な子どもたち	10	からだの不自由な子どもたち
5	耳の不自由な子どもたち	11	障害児を支える人びと
6	目の不自由な子どもたち		



市立図書館では、「学校貸出セット（オレンジBOX）」に、福祉をテーマにしたセットを用意して学校に貸し出しています。

- オレンジ色の箱で届けられます。
- 1クラス全員が本を手にとれるよう、セットの冊数は30冊～35冊で用意されています。



バリアフリー・  
ユニバーサルデザイン



点字・手話



障がい

※内容は令和2年度のもので、最新版は、学校図書館支援センターへお問い合わせください。

セットNo. 総合1 テーマ「バリアフリー・ユニバーサルデザイン」

合計35冊 2セットあり

No.	シリーズ名・書名	発行所
1～5	調べよう！バリアフリーと福祉用具 1～5	ポプラ社
6	よく分かるユニバーサルデザイン	PHP研究所
7～8	みんなで楽しもう！UDスポーツ 1・2	文研出版
9～11	見る！知る！考える！ユニバーサルデザインUDがほんとうに分かる本 1～3	六耀社
12～14	みんなのバリアフリー 1～3	あかね書房
15	はじめよう！ボランティア2 スポーツとくらしのバリアフリー	廣済堂あかつき
16	新しい心のバリアフリーずかん	ほるぷ出版
17	車いすの図鑑	金の星社
18	発見！体験！工夫がいっぱい！ユニバーサルデザイン	学研プラス
19～20	みんなを幸せにする新しい福祉技術 2・3	汐文社
21～26	みんなのユニバーサルデザイン 1～6	学研教育出版
27	ユニバーサルデザインとバリアフリーの図鑑	ポプラ社
28～33	さがしてみよう！まちのバリアフリー 1～6	小峰書店
34	みんながつかうたてものだから	偕成社
35	ユニバーサルデザインが分かる事典	PHP研究所

セットNo. 総合2 テーマ 「点字・手話」 合計30冊 2セットあり

No.	シリーズ名・書名	発行所
1～3	手で読む心でさわるやさしい点字 1～3	国土社
4	もっと知ろう点字	ポプラ社
5	ルイ・ブライユと点字をつくった人びと	岩崎書店
6	てんじ手作り絵本 みつけちゃ王	桜雲社
7	てんじ手作り絵本 ためしちゃ王	桜雲社
8	みんなを幸せにする新しい福祉技術 1	汐文社
9	てんじつきさわるえほん ぐりとぐら	福音館書店
10	G-10 とマナブくんの点字教室	全国視覚障害者情報提供施設協会
11	手話の絵事典	PHP研究所
12	新・点字であそぼう	同友館
13～15	しらべよう！りかいしよう！点字の世界 1～3	岩崎書店
16	子どものための点字事典	汐文社
17	子どものための手話事典	汐文社
18～22	てではなそう 1～5	柏書房
23	みんなで遊べる手話ゲームブック	鈴木出版
24～29	やってみよう！はじめての手話 1～6	岩崎書店
30	歌でおぼえる手話ソングブック	鈴木出版

セットNo. 総合3 テーマ 「障がい」 合計35冊 2セットあり

No.	シリーズ名・書名	発行所
1	スポーツでひろげる国際理解 5	文溪堂
2～8	知ろう！学ぼう！障害のこと 1～7	金の星社
9	アイちゃんのいる教室	偕成社
10	アイちゃんのいる教室 3年1組	偕成社
11	アイちゃんのいる教室 6年1組にじ色クラス	偕成社
12	よく分かる障がい者スポーツ	PHP研究所
13～17	きいてみよう障がいてなに？ 1～5	ポプラ社
18～22	知っておきたい障がいのある人のSOS 1～5	岩崎書店
23	えほん障害者権利条約	汐文社
24～31	新しい発達と障害を考える本 1～8	ミネルヴァ書房
32	ローラのすてきな耳	朝日学生新聞社
33	わたしたちのトビマス	偕成社
34	わたしたちのトビマス大きくなる	偕成社
35	わたしたちのトビマス学校へいく	偕成社

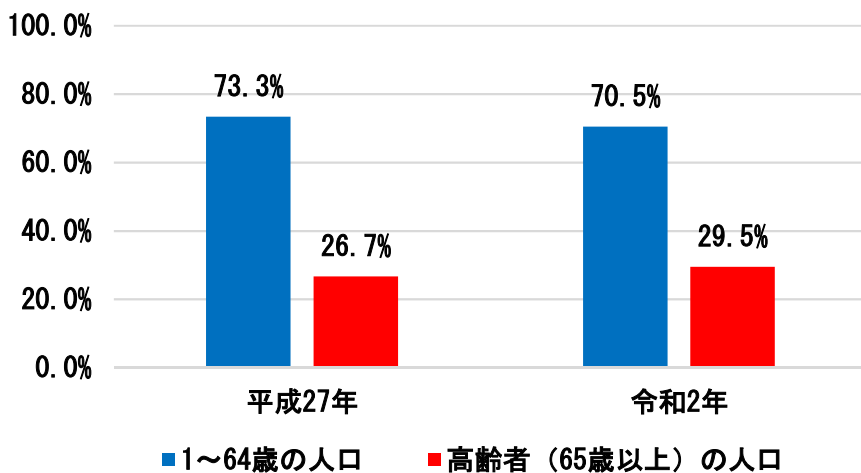
# Ⅳ 高齢者について理解しよう

## 1 高齢化の現状

全国的には、少子高齢化が更に進み、2025年には高齢者（65歳以上）の割合は、総人口の3割に達すると見込まれています。

新潟市でも高齢化が進んでいます。下のグラフを見ると、2020年（令和2年）6月末のデータでは、人口総数の3人に1人が高齢者となっています。（最新版は新潟市HP参照）

新潟市の人口総数に占める高齢者（65歳以上）の割合（各年6月末のデータ）



## 2 高齢化による身体機能の変化

誰でも高齢になると身体の機能が衰え、次のような症状が出てくる可能性があります。

- 視野が狭くなる。白内障などで物がよく見えなくなる。近くの見えにくくなる。
- 耳が遠くなる。特に高音が聞こえにくくなる。耳鳴りがする。
- 歯が弱くなる。歯周病などで歯が抜けてしまう。
- 歩幅が狭くなる。転びやすくなる。歩行が遅くなる。
- 骨がもろくなる。骨折しやすくなる。
- 筋力が低下する。物がつかめなくなる。重い物が持てなくなる。
- 味覚が低下する。味がよく分からなくなる。味付けが濃くなる。
- 温感が低下する。低温やけどになりやすくなる。

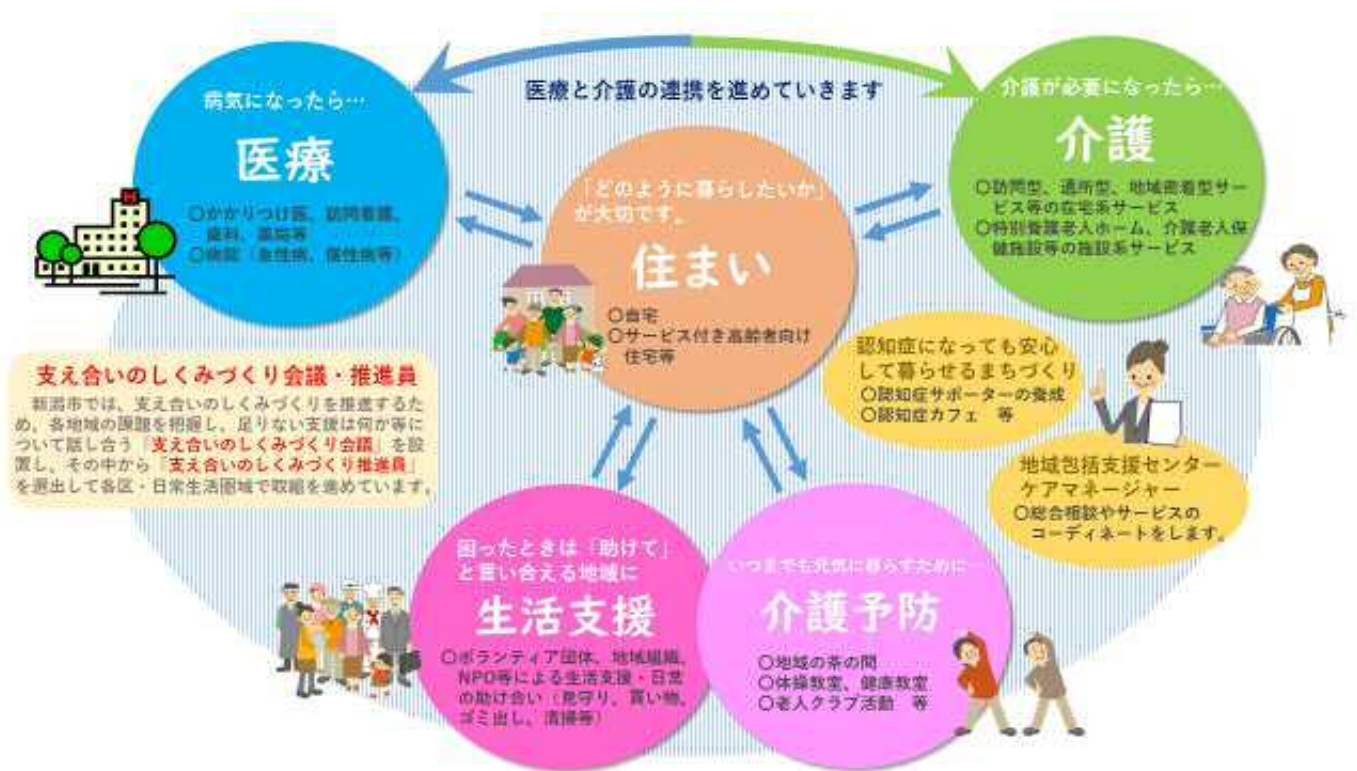
新潟市社会福祉協議会には、高齢者の身体状況を実際に体験できる「高齢者疑似体験」のセットがあり、福祉教育の協力もしています。（新潟市社会福祉協議会HP参照）

身体の機能が衰えた高齢の方と接するとき、どんなことに気を付けたらよいか考えてみましょう。

### 3 地域包括ケアシステム

新潟市では「地域包括ケアシステム」を推進しています。これは、高齢者が住み慣れた自宅や地域で、自分らしく暮らし続けることができるよう医療・介護・予防・住まい・生活支援を一体的に提供する仕組みです。

子どもから高齢者まで、障がいや認知症の有無などにかかわらず、だれもが、それぞれの生きがいや役割をもつことで、自発的な参加意欲が生まれる場「地域の茶の間」を地域包括ケアシステムの土台として位置付け、住民主体により自発的に支え合う地域が作られ、介護予防や健康寿命の延伸につながることを目指しています。（新潟市HP参照）



地域包括ケアシステムイメージ図

### 4 介護保険制度

#### ○介護保険のしくみ

介護保険制度は、介護を必要とする状態となっても、尊厳を保持し、できる限り自立した日常生活を営めるよう、社会全体で介護を必要とする人を支え合う仕組みです。

40歳以上の人全員から介護保険料を納めてもらい、それを基に、寝たきりや認知症など介護が必要な方にサービスを提供しています。入浴、排泄、食事などの日常生活動作について介護や支援が必要になった時に利用できます。



# ○主な介護保険サービス

区分	サービス	内容
訪問型	訪問介護 ～ホームヘルプサービス～	訪問介護員（ホームヘルパー）が自宅を訪問し、入浴、排泄、食事などの身体介助、食事の用意や衣類の洗濯、部屋の清掃などの生活援助を行います。
通所型	通所介護 ～デイサービス～	高齢者がデイサービスセンターなどの施設へ通い、入浴や食事の提供など日常生活上の支援を受けます。 ・看護師や保健師などによる健康チェックや日常動作訓練 ・移動や排泄の介助、見守りなどのサービス ・レクリエーションなど、高齢者同士の交流
	短期入所生活・療養介護 ～ショートステイ～	介護する方の負担を軽減するために、特別養護老人ホームや介護老人保健施設・病院などの施設へ、高齢者が短期入所し、入浴、排泄、食事などの介助や、日常生活上の支援・機能訓練などのサービスを受けます。
施設入所型	介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	常時介護が必要で、自宅では介護が困難な高齢者が入所します。施設サービス計画に基づいて、入浴、排泄、食事などの介助、日常生活上の支援、機能訓練、健康管理などのサービスを受けます。
	介護老人保健施設 (老人保健施設)	症状が安定し、治療よりも看護や介護に重点をおいたケアが必要な方が入所します。施設サービス計画に基づいて、医療、看護、医学的管理下での介護、機能訓練、日常生活上の支援などのサービスを受けます。
地域密着型	小規模多機能型居宅介護	高齢者ができる限り住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、通いを中心に訪問や泊まりを組み合わせたサービスの提供を受けます。



# V 認知症について学ぼう

## 1 認知症とは

認知症は、老化にともない誰にでも起こる可能性がある脳の病気です。いろいろな原因で、脳の細胞が死んでしまい、働きが悪くなることによって、生活する上で様々な困難が生じます。年をとるほど認知症になりやすくなり、65歳以上の高齢者の7人に1人が認知症になると言われ、今後、高齢化が進むにつれ、その数も増えることが予想されています。

初期の認知症の人の特徴的な症状としては、「新しいことが覚えられない、体験したことや出来事を忘れる」などがあります。老化によってみられる「もの忘れ」と、認知症による「もの忘れ」とは異なります。

### 老化による「もの忘れ」と認知症による「もの忘れ」の違い

老化による「もの忘れ」	認知症による「もの忘れ」
<ul style="list-style-type: none"> <li>・体験の一部を忘れる</li> <li>例 食事したことは覚えているが食べたものを忘れる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体験そのものを忘れる</li> <li>例 食事したこと自体を忘れる</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活にあまり支障がない</li> <li>例 昔、活躍した歌手の名前を思い出せない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活に支障をきたす</li> <li>例 仕事の約束を忘れる</li> <li>例 毎日通っている道で迷う</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・もの忘れをしている自覚がある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・もの忘れをしている自覚がない</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・新しいことを覚えることができる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新しいことを覚えられない</li> </ul>

認知症の症状が進行すると、外出したまま自宅に戻れなくなったり、感情のコントロールが難しくなることで怒りっぽくなったり、暴言や暴力など、介護する家族や周りの人にとって負担となる行動が出ることもあります。



## ○アルツハイマー型認知症

認知症の原因で一番多い病気です。1907年にドイツの精神科医であるアルツハイマー博士が初めて報告したことから博士の名前が病名に付けられました。アミロイドβというたんぱく質が脳内に溜ることが原因と考えられ、新しいことを覚えられなかったり、覚えたことを思い出せなかったりといった症状が見られます。

## ○脳血管性認知症

脳梗塞（脳の血管が詰まる）や脳出血（脳の血管が破れる）が原因で、その部分の脳の働きが悪くなるために、転びやすくなったり、言葉が出せなくなったりするなどの症状が見られます。

## ○レビー小体型認知症

レビー小体というたんぱく質が脳に溜ることによって起こる認知症で、手足のふるえ、動作や歩行がぎこちなくなる、実際には存在しないものが見えるといった症状（幻視）が特徴です。

## ○若年性認知症

認知症は老化によって起こるものだけでなく、脳血管障がいや若年性アルツハイマー病のために認知症を発症することがあります。65歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」と言います。

若年性認知症の人は、働き盛りの世代でもあることから、本人だけでなく家族の生活にも大きく影響します。仕事を続けていくことが困難になることも多く、経済的にも苦しい状況になることもあります。

## 2 認知症は予防できる

認知症は、完全に治すことが難しい病気ですが、人との交流を多くし、適度な運動とバランスのとれた食事、生活習慣を改善していくことで発症を予防することができます。

## ○軽度認知障がい（MCI Mild Cognitive Impairment の略）

もの忘れなど軽い記憶の障がいはあっても、基本的には普通の日常生活は送ることができ、認知症の一手手前の段階です。軽度認知障がいの人のうち、5～20%の人が認知症に移行するといわれています。

軽度認知障がいの段階で発見し、適切に対処すれば、認知症になることを防いだり、先送りできることがわかってきました。下のような症状がいくつか見られる場合は、専門医を受診することが大切です。

- 外出するのを面倒くさがる。
- 同じことを何度も話す。
- 手の込んだ料理を作らなくなる。
- 運転していて車をこすることが増える。
- 外出時の服装に気を使わない。
- 小銭の計算が面倒でお札で支払う。
- 味付けが変わったと言われる。



### 3 認知症サポーターになろう

認知症サポーターは、特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、活動する「応援者」です。

#### ○認知症サポーターに期待されること（詳細は厚生労働省HP参照）

- ・認知症に対して正しく理解し、偏見をもたない。
- ・認知症の人や家族に対して温かい目で見守る。
- ・近隣の認知症の人や家族に対して、自分なりにできる簡単なことから実践する。

#### ○認知症サポーターになるためには

新潟市では、認知症にやさしい地域づくりに取り組んでいます。そのため、地域の人たち、学生、企業に勤めている人をはじめ、全市民から認知症サポーターになってもらいたいと考えています。

認知症サポーターになるためには、認知症の症状や具体的な接し方について学んでもらうための「認知症サポーター養成講座」を受講してもらいます。

受講した人には、認知症サポーターの証であるオレンジリング（ブレスレット）をお渡ししています。

認知症にやさしい地域づくりをみんなで取り組むために、みなさんのまわりにいる友達や家族と一緒に認知症のサポーターになって認知症の「応援者」になってみませんか。



#### 認知症サポーター養成講座 基本カリキュラム

基本となる内容	標準時間
・認知症サポーターキャラバンとは	15分
・認知症の症状 ・様々な症状（中核症状・周辺症状）とその支援	30分
・認知症の診断・治療 ・認知症の予防についての考え方 認知症の人と接するときの心構え ・認知症介護をしている人の気持ちを理解する	30分
・認知症サポーターとは、認知症サポーターのできる事	15分



## 4 認知症の人と接するときの心構え

認知症の症状は、その人の性格や生活してきた環境によっても、現れ方がそれぞれ違います。認知症の症状にまず最初に気付くのは本人です。

もの忘れで失敗したり、今までできていた家事や仕事があまくいかなかったりして、誰よりも早く「おかしい」と感じ、自分は「認知症になったのではないか」と不安になり、苦しくて、悲しい思いでいます。

また、時には、やり場のない怒りや悲しみから、「私は忘れてなんかいない」と言い張ったり、「私はもの忘れなんかしない」という態度をとってしまったりすることもあります。認知症の人の隠れた悲しみの表現であることを知っておくことが大切です。

まわりの人が、「認知症になった人」の気持ちを本当に理解することは難しいことです。認知症の人の不安な気持ちを想像し、理解しようとするのが、認知症の人や家族の人へのやさしい言葉がけや温かく見守ることへの第一歩になるのではないのでしょうか。

そして、私たち一人一人の思いが様々なように、認知症の人の思いや望みも様々です。認知症の人だからと決めつけず、その人が抱える不安や苦しみを理解し、さりげなく、自然に手助けすることが大切です。

認知症の人が、これまでとは変わらない生活を安心して過ごすことができるためにも、身近な地域に認知症について理解のある人たちである「応援者」が沢山いることが大切です。

認知症の人を支える地域の一人として、自分たちの問題だと考え、友達や家族と一緒に、自分たちには何ができるのかを考えていきましょう。



## VI 高齢者を地域で支えよう

高齢者人口の増大や一人暮らし高齢者、認知症高齢者の増加などにより、医療や介護、食事の用意や部屋の清掃などの日常生活支援に対するニーズが増大しています。その一方で、生産年齢人口は減少し、担い手の不足が見込まれるため、地域全体で高齢者を支える仕組みが必要です。

ここでは、地域が主体となって高齢者を支える取組を紹介します。

### 〇にしかんの茶の間～地域の茶の間を核とした支え合い～

#### ★概要

「にしかんの茶の間」から地域に助け合い、支え合いのやさしい「風」を吹かせたいと地元有志によるボランティア団体Rera（レラ、アイヌ語で「風」の意味）が、平成28年に立ち上げた地域の茶の間。西蒲区の地域包括ケア推進モデルハウスとして運営されており、西蒲区における地域の茶の間の中心的存在です。

#### ★活動内容

空き家になっていた民家を借り上げ、当番のボランティアスタッフが、参加者と交流しながら運営しています。

自由に立ち寄れて、おしゃべり、ゲーム、編み物など、子どもから高齢者まで各々がやりたいことをやり、楽しく過ごしています。

参加者の中には進んで自分の役割を見つけて実行する人もいて、自然に助け合いの場が作られ、その助け合いがやりがいにもつながっています。

民家を会場としているため、まるで自宅の茶の間で過ごしているような居心地の良さがあります。



〈開催日時〉 毎週月・木曜 10:00～15:00

〈利用料金〉 200円（高校生以下無料）

〈開催場所〉 西蒲区巻甲660（巻地区公民館付近の元空き家）

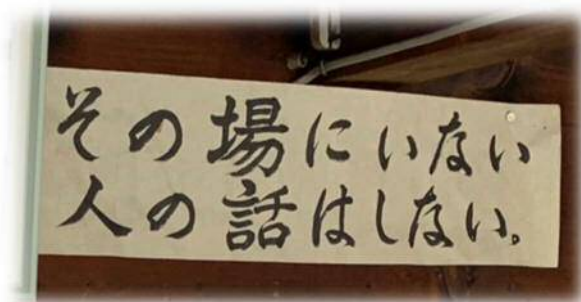
## ★工夫していることなど

- ・コロナウイルス感染症対策として、入口で体温を測り手指の消毒を行います。また、近くの人と距離をとったり透明なビニールで仕切りをしたりなどの工夫も状況に応じて行っています。
- ・多くのボランティア（約40名）が交代で当番を務めています。
- ・毎月第3木曜日は、その月に生まれた人たちのお誕生会を行います。
- ・地域の祭りに参加したり、手作りのアクセサリーを小学校にプレゼントしたり、お礼のメッセージをいただいたりなど、地域との交流も大切にしています。



## ★みんなのきまりごと

- ・プライバシーを聞き出さない。
- ・その場にはいない人の話はしない。
- ・どなたが来られても「あの人だれ？」という目をしない。



みんなでマナーを守ることで、  
安心して過ごせる茶の間です。

## ★地域包括ケア推進モデルハウス

地域包括ケアシステムの構築のためには、一方的に支えるだけでなく、お互い様の関係性による「新しい支え合いのしくみ」が必要です。

新潟市が発祥の地域の茶の間は、市内約500か所で開催されており、本市の新しい支え合いのしくみづくりの土台です。

この取組がさらに広がり、深化していくよう、住民と市役所の協働により、地域包括ケア推進モデルハウスを市内各区に開設しました。

各区にできたモデルハウスは、各地域で助け合いを広げるための拠点として、それぞれの特徴を生かしながら運営されています。

# ○冬期五味（支・愛・繋・合・協）出しボランティア支援活動 （亀田西小学校区コミュニティ協議会、早通小学校区コミュニティ協議会、 新潟市立亀田西中学校）

## ★概要

高齢者にとって、冬のごみ出しには危険が潜んでいます。早朝作業であることや、「ごみ」であるために、ほかの人にお願ひしにくいという点が課題です。

亀田西中学校では、ごみ出しの危険性が高まる冬期間に、地域に住む高齢者世帯などで希望する方に対し「ごみ出し支援」を行っています。

## ★活動内容

- ・12月から3月の4か月間、学校登校日に限り、生徒が学校に行く途中にごみ出しボランティアの活動をしています。
- ・この活動を実施するために、地域の高齢者の支援を行っている地域包括支援センターを中心に、自治・町内会長、民生委員、区社会福祉協議会を通して高齢者の方に活動を知っていただき、利用したい・利用した方が安心だと思われる方に「利用希望申込書」を提出していただきます。
- ・中学校には、ボランティア参加者募集の呼びかけをする時間を作っていただきます。呼びかけの時には、地域コミュニティ協議会が直接、地域の現状を中学生に説明し、協力のお願ひをします。話を聞き、ボランティア活動をしたと思った生徒に「ボランティア参加意思カード」を提出してもらいます。毎年多くの生徒からカードを提出していただいています。
- ・中学校に配置されている地域教育コーディネーターが、利用希望者と生徒の通学路のマッチングを行い、事前に利用者と中学生の顔合わせも行います。





## ★活動状況など

中学生も出席をして「中間報告会」(1月下旬)、「反省会」(活動最終日)を実施しています。高齢者の方の参加は難しいのですが、利用した感想を地域包括支援センターの方が聞き取り、伝えてもらっています。会議は、関係者にとって予想もしなかった交流が芽生えていることを知る機会にもなりました。以下は、実際に会議で報告された感想の一部です。

### 【生徒からの感想】

- ・近所の人にあいさつしてもらえてうれしい気持ちになった。
- ・毎回「今日もありがとう。お願いね。」と言われることがうれしかった。
- ・大変だなと思うこともあったが、毎回やることで習慣となり、家でもやろうという気持ちになった。
- ・地域の人とコミュニケーションが取れ、みんなが自然と笑顔になれたと思う。

### 【利用された人からの感想】

- ・学生さんが訪問してくださることで、我が家に活気が戻ったように感じた。
- ・学生さん、皆さんの力を借りることで今年の冬も安心して一人暮らしができた。頼もしくうれしかった。
- ・日ごろ、道路で会った際にあいさつしてくれるだけでも、さわやかな気持ちになり元気がもらえる。
- ・保護者の方にもお礼を言いたい。



## ★今後の展望

地域コミュニティ協議会では、この事業に取り組むことが、地域全体で助け合い・支え合うしくみづくりの第一歩と考えています。

感染症対策など新たなものも含め、細かな課題は後を絶ちませんが、自治会・地域コミュニティ協議会・中学校・福祉団体・区役所が協働することで、利用される方が不安にならないよう努めるとともに負担が偏らないよう話合いで課題解決し、活動を継続させています。

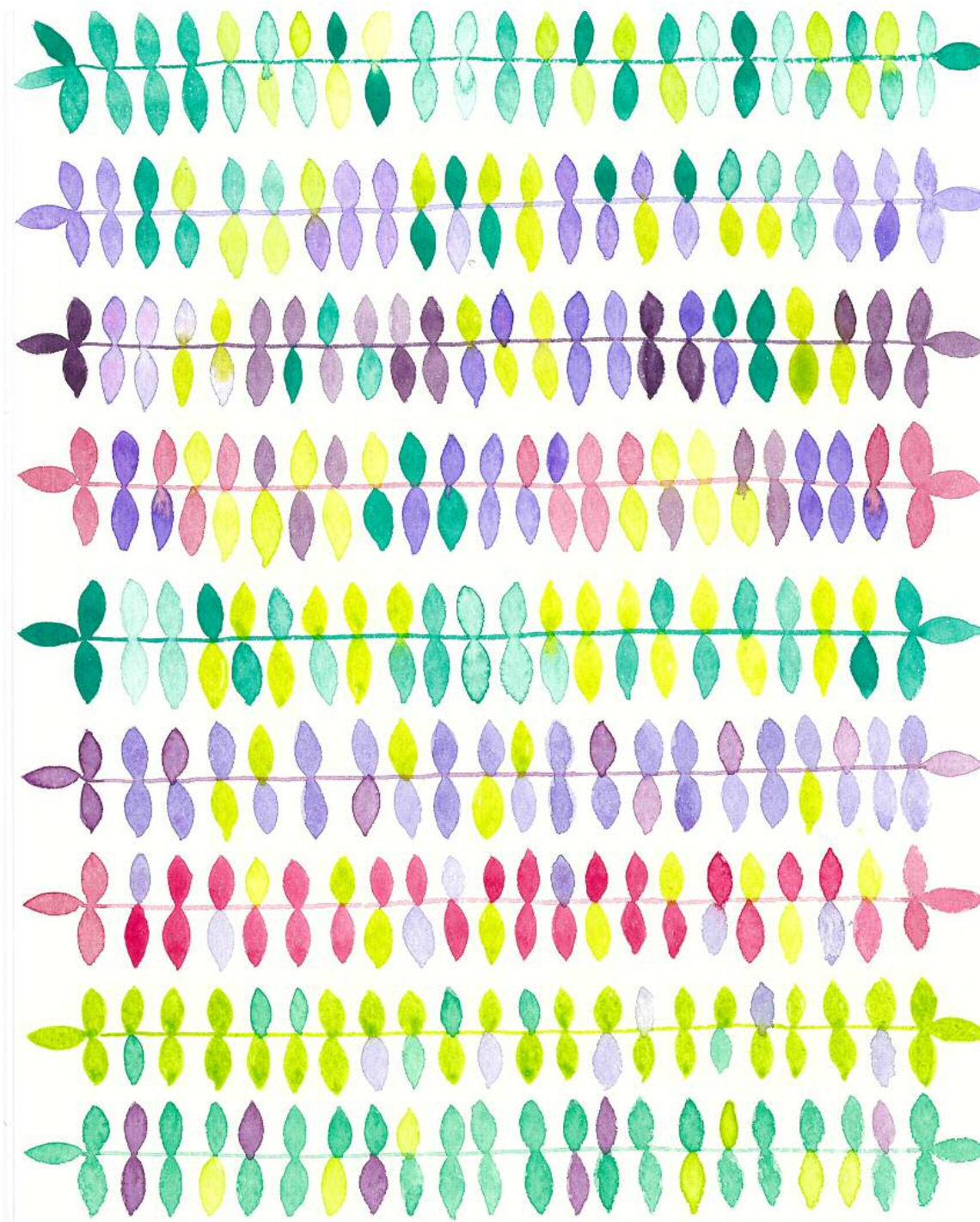
多くの中学生にこの活動にかかわってもらい福祉への理解と関心を高め、思いやりの気持ちをもってほしい、高齢者などには住み慣れた場所で安心して暮らしてほしい、という2つの願いから、この事業を継続し広げていきたいと思えます。

## Ⅶ 障がい者に関するマークを知ろう

皆さんは、次のマークの意味が分かりますか。(詳しくは内閣府のHPを見てください。)

マーク	名称・意味すること
	<p><b>障がい者のための国際シンボルマーク</b></p> <p>障がい者が利用できる建物、施設であることを明確に表すための世界共通のシンボルマークです。駐車場などで、このマークを見かけた場合は、障がい者の方の利用を優先します。※このマークは「すべての障がい者を対象」としたものです。特に椅子を利用する障がい者を限定して使用されるものではありません。</p>
	<p><b>盲人のための国際シンボルマーク</b></p> <p>世界盲人会連合で1984年に制定された、盲人のための世界共通のマークです。視覚障がい者の安全やバリアフリーを考慮した建物、施設、機器などに付けられています。信号機や国際点字郵便物などで身近に見かけるマークです。</p>
	<p><b>耳マーク (国内)</b></p> <p>聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない人・聞こえにくい人への配慮を表すために、国内で使用されているマークです。聴覚障がい者は、見た目には分からないために、誤解されるなど、社会生活上で不安があります。このマークを提示された場合は、「はっきりと口元を見せて話す」、「筆談をする」などの配慮をお願いします。</p>
	<p><b>ほじょ犬マーク</b></p> <p>身体障がい者ほじょ犬同伴の啓発のためのマークです。身体障がい者ほじょ犬とは、盲導犬、介助犬、聴導犬のことを言います。デパートやスーパー、ホテル、レストランハーネスなどの施設でも身体障がい者ほじょ犬が同伴できるようになりました。「ハーネス」を付けている時は、犬にさわってはいけません。</p> 
	<p><b>ヘルプマーク</b></p> <p>このマークは、援助や配慮が必要な方のためのマークで、東京都が作成しました。義足や人工関節を使用している方、内部障がいや難病の方、妊娠初期の方など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方から援助や配慮を得やすくなるよう作成されたものです。</p>





にいがたしふくしどくほん  
新潟市福祉読本

だれもが心豊かに暮らせるまちづくり

発行日 令和 3 年 4 月

編集 福祉読本作成委員会

発行 新潟市教育委員会