このまちで生きるためにみんなができること

12月3日(木)～9日(水)は「障害者週間」です。そこで今号では障がいのある人や家族、支援者にお話を伺いました。障がいについて知り、このまちで誰もが安心して暮らせるようにどのようなことができるか、みんなで考えてみませんか。

問☎357-9165身体障がい者福祉センター

「手伝いましょうか」の声に安心

市川障害者の集い「そよ風の会」代表 山本 邦昭さん

前向きにとらえていろいろなことに挑戦する

15年前脳出血で倒れ、以降左手足にまひがあり車いすで生活しています。私は自分の障がいについて「チャレンジド」（天から挑戦する権利を与えられた者たち）という前向きなとらえ方をしています。一人でバスや電車に乗ったり、初対面の人と出会ってコミュニケーションをとったりといろいろなことに挑戦していて、こうした活動が日々の楽しみになっています。

誰もが安心して暮らせるまちづくりには障がい者とみなさん双方の歩みよりが大切です。私は障がいの種別にかかわらず交流する会「そよ風の会」の代表をしていますが、そこで周りの障がいのある方たちには「Let's go 障がい者」と呼びかけ、心を閉ざさず外に目を向けるようにと伝えています。みなさんはヘルプマークなどをつけている方や困っている方を見つけたら「手伝いましょうか」などの言葉をかけてみてください。こうした双方の前向きな気持ちが安心して暮らせるまちづくりの大きな一歩です。

市川のここが好き

坂道や踏切があるけれど、人が温かく下町のような雰囲気がある、私の育った真間の地域が大好きです。

一緒に暮らしながら「想(おも)う」こと

▲写真左が西口美恵子さん

西口 美恵子さん

障がいがあっても心はみなさんと同じです

娘は小学1年生のときに交通事故に遭い、重度心身障がい※があります。

もともと旅行が好きな女の子だったので、退院後は、徐々に遠くに出かけるようになり、中学2年生のときにはハワイ旅行をするまでになりました。それ以来、毎年行っていて、普段あまり顔の表情が現れないのですが、私が「旅行に行くよ」というとニコッと楽しそうにしています。

公共交通機関の車いすスペースをあけてくださったり、さまざまな方が娘に話しかけてくださったりと、昔に比べ障がい者への理解は進んでいると感じます。しかしまだ、障がい者用駐車スペースに障がいのない方が車を止めている姿などを目にし、残念に思うことがあります。一人ひとりが思いやりを持つことでさらに良い社会になると思います。娘も楽しいことには目を輝かせて喜び、反対にじろじろ見られると緊張します。心はみなさんと同じです。話しかけるときは笑顔で普通に接していただけると助かります。

※重度心身障がい＝重度の肢体不自由と重度の知的障がいとが重複した状態

市川のここが好き

江戸川土手の河津桜並木が好きです。娘と一緒に歩いていて、春の風が心地よかった思い出があります。

接することが「気づき」につながる

▲写真右が阿波野さん

阿波野 翔亮さん 大学生

ボランティアから始めてみる

障がい者施設で土日や平日の夕方、特に知的障がいのある方が外出する際に付き添って移動支援をする「ガイドヘルパー」のアルバイトをしています。この仕事で障がいのある方に接していると、うれしいことを体いっぱいに表現してくれるなどその純粋さに気づかされます。その姿を見ていると私までうれしくなってきて、それが仕事のやりがいにつながっています。

しかし、みなさんが知的・精神障がいのある方と接する場合、障がいの種別、程度にもよりますが障がいについての理解なしでは難しいことがあります。まずは、そっと温かく見守ってあげること、そして危険なときや困っているときには助けてあげることが大切だと思います。また、インターネットで調べると障がい者施設でのボランティアの仕事が出てきます。私はこうしたボランティアをきっかけにして今の仕事を始めました。まずは、こうしたことから障がいのある方に接してみませんか。

市川のここが好き

真間山弘法寺から見る商店街の夜景が好きです。弘法寺の「真間あんどん祭り」での思い出もあります。

ヘルプマークってどんなマーク

義足や人工関節を使用している方や内部障がいの方など外見から分からなくても援助を必要としている方が携帯し、支援や配慮が必要なことを知らせるためのものです。

ヘルプマーク

ヘルプマークを付けた方をみかけたら

電車やバスで席を譲る、声をかけるなどの配慮、また災害時には避難場所での声がけなどの支援をお願いします。

その他にもさまざまな障がい者マークがあります。

詳しくは内閣府 Web サイトなどで確認してください。

地域生活支援拠点等事業が始まります　登録受付開始

「障がいのある子どもと自宅で2人暮らしだけど、親の私も年をとってきたし、もし私に何かあったら……」。コーディネーターが相談を受け、家族の急病などの緊急時に備え、サービスの利用や一時受け入れ施設の調整など、「もしも」のときの行き先探しをお手伝いします。支援を受けるには事前の登録が必要です。

支援の対象など詳しくは右記2次元コードで確認してください。

問☎712-8517 障がい者支援課

令和2年度 WEB 版 I♡あいフェスタ

I♡あいフェスタ（あいあいフェスタ）とは、大人も子どもも、障がいがあってもなくても楽しめるイベントです。

毎年12月初旬に、ニッケコルトンプラザのコルトンホールでイベントを開催していましたが、新型コロナウイルス感染防止のため、中止となりました。そのため、今年は市公式 Web サイトで「WEB 版 I♡あいフェスタ」を開催します。Web サイトでは障がいのある方が制作した作品や福祉事業所の自主製品などを紹介している「I あいギャラリー」やハートフルギャラリー「福祉の店」、市内障がい者施設の情報などを掲載しています。下記2次元コードからご覧ください。

▲障がいのある方の作品を紹介しています