

特集

この町で

ともに暮らす

### 今月の目次

(表紙：真名瀬海岸から見える富士山と名島)

この町でともに暮らす	…… 2	年末年始のお知らせ	…… 17
子育てひろば	…… 12	町からのご案内	…… 18
健康情報	…… 14	葉山いろいろ写真館	…… 22
教育委員会だより	…… 16	町長コラム	…… 23

## 特集

# この町でともに暮らす

12月3日から9日までは「障害者週間」です。

同じ町でともに暮らす仲間として、一緒に過ごすために必要なことを考えてみましょう。

《障害者週間にあわせて、12月4日～8日に町役場1階でパネル展示をします》

診断名がついたから  
安心して育てられる

一色小学校6年生の有川すみれちゃんには、重度の知的障害があります。

「12歳ですが、知能は2歳程度。生活全般にわたって介助が必要です」と話すのはお母さんの文乃さん。

「すみれは普通に産まれてきました。が、寝返りをうたないなどの発達に不安があり、作業療法士の先生に身体の動かし方を教えてもらっていました。そして2歳の時、保健師さんから成長が遅れていると言われたのです。」

お父さんの雅裕さんはこう話します。

「第1子で他と比較もできないなか、この不安な状況に診断名がつけば、対策も考えられるだろうと、検査機関での受診を決めました。その結果、精神・運動発達遅滞だと診断され、適切な育て方を考えられるようになった。」



下山口に住む有川さん一家。毎日にぎやかで、笑顔が絶えません。

## 同じ地域で暮らすことを みんなに知ってほしい

人が大好きなすみれちゃん。取材中も、目が合うとニコッと笑いかけてくれます。「すみれは友達が好きで、友達もすみれに優しく接してくれています。重度の知的障害といふことで、『小学校は養護学校へ』と周りから言われていましたが、地域の学校に挑戦することに。その結



音楽が好きなすみれちゃん。バレエ教室では、お母さんと一緒になくても発表会に出られるようになりました！

果、あたたかい先生や優しいお友達に囲まれて、一色小学校を選んで良かったと心から思っています。在籍しているのは、みんなと同じ通常級。学習の目的によって、通常級と支援級を選ぶことができるので、助かっています。」と文乃さんは嬉しそうに話します。「色んな人が一緒に過ごせる理想的な社会を、子どもの頃から体感してもらえたら、差別はなくなると思うんです。」と雅裕さん。

「昨年のやまゆり園の事件は、犯人の動機がショックだったことに加え、『重度の障害者はいらない』ということに同調するような風潮まで現れていましたよね。無知がその考えを生み出してしまったのでしょうか。そんな考えがなくなるよう、すみれという存在を通じて子どもたちに気付きを持ってほしい。その意味も込めて、中学も葉山中学校に進学することを決めました。」

## 得意な部分を伸ばす アイデアを試す毎日

小学2年生の妹ひとみちゃんも、1年生のときにADHD（注意欠如・多動性障害）と診断されました。

「ひとみはみんなと違うことをしたり、友達の名前を覚えられなかったりしました。知能検査の結果、できること・できないことに大きなギャップがあることがわかりました。」と文乃さん。

障害がある子にできない子ではありません。得意なものを伸ばし、苦手な部分は工夫で補うようにします。

「教え方を変えるだけで、全く違う結果が出ます。毎日色々なアイデアを試し、失敗はあるけど、うまくいくと本当に嬉しい！二人には『自分分はこれでいいんだ』という自己肯定感を持ったまま、大人になってほしい。」と両親は語ってくれました。



放課後の過ごし方

町内には、「児童デイ結（堀内1836）」と「葉山あけぼの園（堀内746-1）」の児童発達支援・放課後等デイサービスがあります。有川さん姉妹は、放課後などに葉山あけぼの園で遊んだり、学習したりと過ごしています。



ひとみちゃんは9か月の頃にヒブ感染症にかかり、開頭手術を行いました。何があっても前向きに進むのが、有川家の皆さんです。

生活介護事業所 葉山はばたきでは、ミックスペーパー分別袋を製作しています（分別袋は町役場など公共施設で配布しています）。



間違った知識による誤解は、差別を生んでしまいます。正しい知識を持ち、「わからないから対応しない」ことをなくしていきたいでしょう。

## 「わからないこと」を減らす

障害って何だろう？



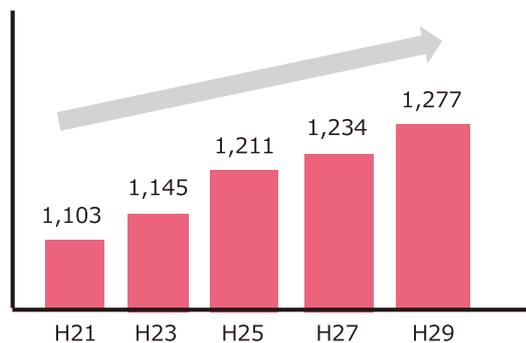
障害は、その人の一部ではなく、行動する際に「妨げ」になるものだという考えがあります。例えば、外国語がわからず、旅先でコミュニケーションがとれない場合、その障害は「言語」であり、通訳者を挟むことで解決します。このように、周りの環境によって、障害は小さくも大きくもなるのです。私たちにできるのは、この障害をいかに小さくできるか考え、行動することではないでしょうか。

町に何人いるの？



町で障害者手帳を取得しているのは、平成29年4月現在で1,277人（全体の人口は33,377人）。8年前の1,103人と比べると、174人増え、約25人に1人が、何らかの障害があります。また、事故や病気などにより、後天的に障害がある人も多くいます。

町の障害者手帳交付数（4月現在）



## 身体障害

身体機能の一部に不自由があり、日常生活に制約がある状態のことで、視覚障害や聴覚障害、肢体不自由、言語障害、内部障害の5種類に分類される。

障害者基本法では、障害者の定義を「身体障害、知的障害、または精神障害があるため長期にわたり日常生活、または社会生活に相当な制限を受ける者」としています。

## 主な障害の種類とは？

### 知的障害

知的機能の障害が発達期（おおむね18歳まで）にあらわれ、日常生活に支障が生じているため、何らかの特別な援助を必要とする状態にあること。

### 精神障害

精神疾患によって、日常生活に制約がある状態。精神疾患には、主に統合失調症やうつ病、アルコール依存症、薬物依存症、不安障害、PTSD、認知症などがある。

覚えておいてね

## 最近よく耳にする「発達障害」って？

発達障害は、自閉症やアスペルガー症候群、学習障害(LD)、注意欠如・多動性障害(ADHD)など、脳の一部の機能障害のことです。



外見からはわかりづらいため、「わがままだ」とか「変わった人だ」と誤解を受けたり、「努力不足」、「親のしつけが悪い」と批判を受けたりなど、理解されにくい傾向があります。専門機関に相談し、早期にサポートすることで、困りごとが軽減できる場合もあります。不安があれば医師へご相談ください。

差別はある？



葉山町障害者福祉計画の策定にあたり、平成26年にアンケートを実施しました。

18歳以上の町民から無作為に抽出した300人を対象にした質問「障害を理由とした差別について」では、教育・保育機関と職場において、約6割が「差別はある」と回答しています。

## 困っているのはお互いさま まずは関心を持つことから



社会福祉法人 湘南の風  
支援センター 風

菊池 一美 施設長

### 見守ってください

障害のある人との会話で困ったことはありませんか？ しかし、思いを伝えられず、「困っている」のは相手も同じ。まずは地域に目を向け、「障害のある人がいる」という日常に気付き、関心を持つことからです。

例えば毎日バス停で見かけるあの人。最初から特別な声かけをしなくても、日頃からあなたが見守っていることで、いざというときに力になれるかもしれないのです。

無理に距離を縮める必要

はありません。気負わず、あなたかく見守ってください。

### あなたができる支援を

困っている人に声をかけるのには勇気がいると思います。「おせっかいだと思われてしまうかな」とか「最後までお手伝いしてあげなきゃ」とか考えてしまいますよね。相手も手助けが必要でない場合には断りますが、それは聞いてみるとわかりません。

そして最後までお手伝いする自信がないという方。必ずしも自分が支援者になるのではなく、その人が困っていることを周りに伝えるスピーカーのような役割もあるということを覚えておいてください。あなたが全てを解決する必要はありません。困っている人の小さな声を大きくすることからできるのではないのでしょうか。

## 相手と同じ目線で話す

車椅子の人などと話すときは、立ったままで話をすると見下ろしているようになり、相手に心理的負担を与えてしまいます。かがんで相手の目線に合わせましょう。



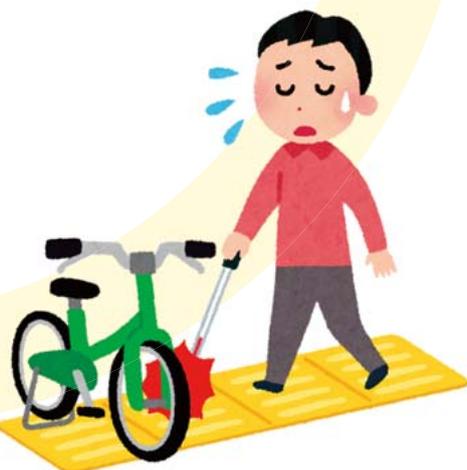
一緒にできる

## 筆談をわかりやすく

聴覚障害がある人には、手話ができなくても紙やスマートフォンで気持ちを伝えられます。時間をかけないためにも、文章は短く、わかりやすいものを心がけましょう。

暮らしの工夫とは

障害には様々な種類があり、同じ障害でも症状や程度は違います。また、外見だけではわからないものもあります。日常の暮らしにおいて、障害を小さくできるように、このページを参考に考えてみましょう。



## 点字ブロックに注意

点字ブロックは視覚障害のある人が一人で歩行できるように設置しているものです。その上に自転車などが置いてあると進めなくなってしまうので、絶対にやめましょう。

地域で一緒に過ごす

素敵な時間

葉山町地域活動支援センター  
ターポート（一色925-13）  
では、心の病を持つ人が再発を防ぎ、安定して生活できることを目指して、軽作業や学習、くつろぎの場を提供しています。

コーヒーの入れ方などの講座には、地域の人も参加できます。また、陶芸や絵画、押し花など、講師ができる人も募集していますので、お気軽にお問い合わせください。

☎ 087615515





## 興味を持ったら ボランティア！

写真はトントン工房でお弁当調理のボランティアをするようすです。障害を知るには、直接話したり、心のふれあいを持ったりすることが一番。また、ボランティアは、活動を通じて地域の色々な人と交流することができます。

葉山町社会福祉協議会では、障害のある人のサポートだけでなく、多岐にわたるボランティア登録を呼びかけています。

困ったときはお互いさま。できる範囲での支援について考えてみましょう。

問合せ 町社会福祉協議会  
☎875-9889

よく聞いてくれると、  
思っていることや悩みも  
素直に打ち明けやすい！



## 相手の話をよく聞く

特に精神障害・知的障害・発達障害のある人と話すときは、相手の話をさえぎらず、よく聞こうとする姿勢が大切です。こちらが話すときはゆっくり穏やかに話しましょう。

## マークを知っておく

ヘルプマーク（右のイラスト）は、外見からはわからなくても支援が必要な人のためのマークです。電車やバスでは席を譲るなど、思いやりのある行動をとりましょう。



## 何かお困りですか？

障害のある人には、困っていることを周りにうまく伝えられない人がいます。困っている人を見かけたら、「何かお困りですか？」とこちらから声をかけましょう。



☎04671611  
2225

障害のある人の社会的な自立を進めるために設けられたグループホームでは、食事・入浴・排泄などの介護や相談支援、日常生活上の援助を受けながら地域で生活することができます。町内にあるジャストサイズ堀内（左の写真）では、短期入所事業も実施し、住み慣れた地域で、当たり前のように、安心して暮らして続けることのできる地域社会の実現を目指しています。

生活支援の拠点  
グループホーム

# Interview

できることを最大限に生かした就労や活動を行う皆さんにインタビューしました。



ながた えいじ

## 永田 英司 さん



### 町役場の手話通訳者

町役場では、聴覚や音声言語機能に障害のある人を対象に、手話通訳者を設置しています。

日時 毎週月曜13時～15時

※開庁日のみ

場所 町役場1階 福祉課

## できることの選択肢を広げる

### 自分の適性

歯科技工士として働き、24年になります。

昔から絵を描いたり、工作したりすることが好きだったので、高校の進路相談で「ものづくりの仕事に就きたい」と相談しました。そこですすめられたのが歯科技工士です。

聴覚障害があるので入れる専門学校は多くありませんでしたが、一つの学校からは「本人の実力次第」という回答をもらいました。その言葉が気に入って進学を決めたんです。集中して細かい作業をすることが得意なので、今の仕事は自分の適性が生かせていると感じます。

### 就労は困難？

私には生まれたときから聴覚障害があります。しかし発音や手話を学び、時間はかかるかもしれませんが、向かい合って話せば気持ちを伝えられます。そのため、就労にはあまり苦勞しませんでした。というよりも、これが当たり前です。っと生きてきているので、自然だったという感じですね。就業してからは、上司から技術の鍛錬やアドバイスを

### 選べる自由を

をいただきながら仕事に取り組む、3年前の全国障害者技能競技大会の歯科技工種目では、銀メダルをとることができました。1位はとれませんでしたが、仕事で覚えたことを100%出しきったので、悔いはありません。

仕事のほかに、聴覚障害者協会の青年部、広報部などで活動をしています。私は若い頃に聴覚障害について

てよく知らなかったことから、できることに制限があったように感じています。大好きなサッカーは補聴器をつけてできないことを理由に、部活に入れませんでした。しかし、今の子どもたちには選択肢を多く持つてほしいと思います。制度を学んだり、手話を覚えたりすることで、普通の人と変わらない生活ができるということを多くの人に知らせたいです。

# 色々な人に出会って変われた。次は人のために

## 辛かった日々

20歳で就職しましたが、ストレスにより体調を崩し、1か月で退職。うつ病と診断されました。一日中家にいて寝たきりだったり、リストカットをしたりと、とにかく辛かったです。できないことがある自分が嫌で、他人からできないと指摘されるのも嫌でした。当時は薬を32錠飲み、副作用の頭痛にも悩んでいました。そんな中、作業所トントン（現・トントン工房）の存在を知ったんです。

## 自分に向き合う

トントンに通うようになってからは、色々な人と出会い、自分に向き合うことができました。「私は何が得意で、何ができないんだろう」。そう考えていく

ちに、もしかしたら発達障害ではないかと思うようになりまして。そこで新たな病院で、自ら「発達障害かもしれない」と相談すると、「そう思う理由を紙に書いてきてください」と言われたのです。

「金銭管理が苦手なこと、人との対話を難しく感じる

こと、掃除が苦手なこと、人の顔と名前が覚えられないこと」などを書き、検査の結果、「ADHD（注意欠如・多動性障害）」と診断されることになりました。

## 助ける立場へ

診断されてからは、「今日できないことがあっても

仕方ない。明日また挑戦しよう」と物事を重く考えすぎないようにになりました。周りも「明るくなったね」と言ってくれるようになりました。

そして、「WRAP（ラップ）」という毎日を元気で豊かに生きられるよう、調子が乱れたときに元気に向かうことを促してくれる、自分で作る自分のための行動プランというものに出会いました。

「元気がないときには音楽

を聴く」などと自分で書いたノート（下の写真）を持ち歩き、調子が悪いとき

に見て実行するのです。今は、WRAPのファシリテーター（促進者）になれるよう、研修を受けています。自分が精神的に辛いときに助けられたことを、これからは人にもできるようにになれば嬉しいです。



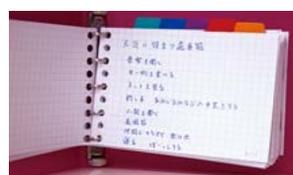
しもじょう あきこ

## 下条 章子 さん



町役場の売店です

下条さんも働く役場1階の売店では、就労継続支援B型事業所のトントン工房の皆さんが販売業務を行っています。機織りやクロスステッチなどの自主製品も販売しているので、是非お立ち寄りください。





あかい とおる

## 赤井 徹 さん



葉山町では9人を雇用

葉山町では、職員全体の3.23%にあたる雇用率で、障害のある人9人を雇用しています（平成29年6月1日現在）。町は、今後も障害のある人の一般就労への取組みを進めていきます。

## 本当に大切なものは何なのか

### 優先したものの

今年の4月から葉山町福祉文化会館で働いていますが。前の職場で徐々に体調が悪くなり、平成23年5月に精神疾患だと診断されました。一度休職し、復帰しましたががまた再発。何もできない自分に落ち込んだり、消極的になったり、身

体にも不調をきたした結果、約17年勤めた職場を退職することになりました。

まさかこんな形で退職するとは思わず、今まで積み上げてきたものはどうなるんだと不安に思うこともありましたが、病気と向き合うには、今、仕事にこだわる必要はないと判断したんです。

### 自分を客観視

精神障害者保健福祉手帳を取得したのは約2年前です。市役所の掲示板でたまに見かけ、「精神疾患がある人は持たなきゃいけないだ」と思い込んで申請しました。精神疾患になる前には、まさか自分が手帳を申請する立場になると思っていなかったの、制度についてもわからないことばかりでした。疾患については主治医から「治るとい

う概念はない」と言われていたのですが、手帳を取得して「2級」と認定されたことで、自分自身を客観的に見られるきっかけにもなりました。仕事も順調に進み、当初は週20時間の勤務を許可されていたものも、今は週24時間が許可されるようになりました。

### 土台をしっかりと

体調管理で自分なりに実行していることは、「一日の動きを同じにすること」

です。仕事のある日もない日も同じ時間に起きる、同じ時間に食事をとる、同じ時間に寝るようにしています。たまに気分の浮き沈みもありますが、規則正しい生活を続けることで、いつものリズムが取り戻しやすいです。疾患にかかると前は仕事のことしか考えず、私生活を重要視していませんでした。今は気持ちを安定させるために、土台としての私生活をしっかりとしようと思がけています。



町には、障害のある人の暮らしについて、当事者や地域の人と一緒に考える「葉山町自立支援協議会」があります。暮らす人が考え、様々な立場の人が協力して行動する会は、葉山ならではの取り組みです。

障害のある人に接するには、福祉の専門家である必要はありません。家族や友達のように、地域の仲間としてお互いに思いやりを持って接するだけでいいんです。

専門の知識が必要な場合には、町役場の福祉課から専門家につながる事ができるので、お問い合わせください。

問合せ 福祉課

☎内線 2355237

広報はやま12月号

長柄にある生花店「花ぬすびと」では、約10年前から毎週2回、ダンボールの資源回収を葉山はばたきにお願いしています。



### 広報担当者より



今回の取材では、障害のある人20人以上に会いました。知的障害のある人には、施設スタッフの接し方を真似て丁寧に声をかけ、聴覚障害のある人には手話通訳者を介するなどの工夫をすれば、私とその人之间には何の障害もありませんでした。

上の写真を撮影したときも、お店の

人に笑顔であいさつし、ダンボールを運ぶ一つひとつの作業に前向きに取り組む姿からは、学ぶことが多くありました。ともに暮らす仲間として私ができるのは、そんな皆さんの声を記事にすることだと思います。(政策課 高野)  
※広報葉山の音訳版は町HPから聞くことができます。