

障がいのある人への手助け

【基本的なこと】

その人が何をしてほしいのかを聞いて、それから行動することが大切です。状況に応じて、例えば耳が不自由な人に対して“顔を向けゆっくりはっきり話す”“筆談をする(携帯電話の文字入力画面を使う)”といったように、コミュニケーションをとるにあたり心配りをすることが望ましい場面もあるでしょう。

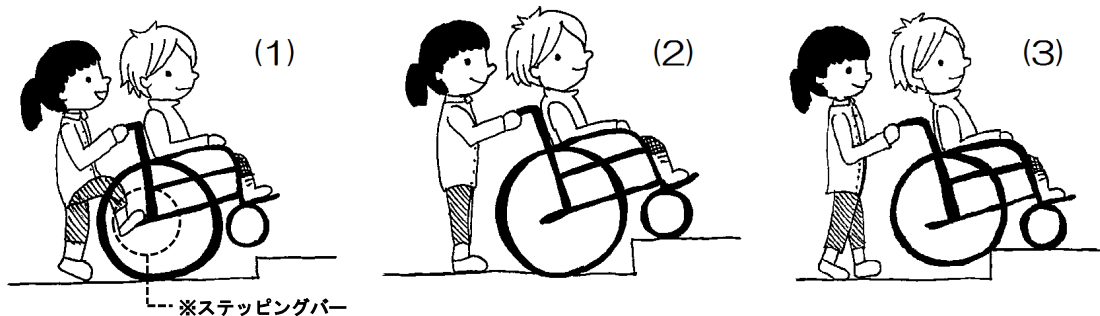
また、もし何か困っている様子の人を見かけたら、まずは「何かお手伝いできることはありますか？」と声をかけることが大切です。時には「大丈夫です。」と断られるかも知れませんが、手助けをする気持ちがあると示すことが支え合いの第一歩になります。

＜具体例①：車いすを使用している際に自力での移動が難しい場面＞

※車いすのタイプや障がいの程度によって適さない運び方もあるので、必ず本人に確認をとるようにしましょう。

○段差を上げる場合

- (1) 足元のステッピングバー(※)を踏んでゆっくり前輪を上げる。
- (2) 前輪を段差の上に乗せる。
- (3) 後輪を段差に押し付けるようにしてゆっくり車いすを上げる。



○階段で車いすごと抱えて運ぶ場合

安全のために必ず3人以上で運びましょう。

車いすの向きは、上る時は前向き、下りる時は後ろ向きです。

- (1) 車いすのブレーキをかける。
- (2) 右側、左側、後ろ側からそれぞれパイプやハンドルを持つ。
- (3) 車いすの背の方へやや傾けるようにして、声をかけ合いながら運ぶ。



＜具体例②：目が不自由なため自力での移動が難しい場面＞

誘導をする場合のポイント

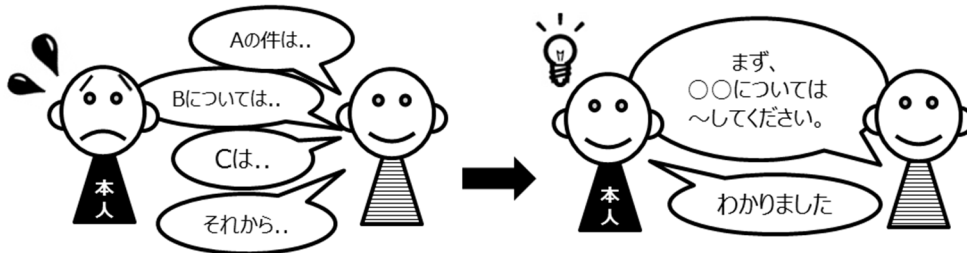
- (1) 本人の前(白杖を使用している場合は持ち手の反対側)に立ち、ひじの上等を握ってもらう。
- (2) 半歩先を、歩調を合わせながらまっすぐ歩く。
- (3) 周囲の状況を声に出して伝えながら進む。
- (4) 曲がる時・方向を示す時は、時計の針の位置で説明すると伝わりやすい場合もある。(例えば、時計の文字盤による方向は、右は3時、左は9時、正面は12時と考える)
- (5) 狭い場所を通る時は、握ってもらっている腕を背中に回し、縦一列に並んで歩く。
- (6) 段差、上り階段、下り階段、扉等これから通過する前方の様子を伝え、場合によっては直前で止まる・通過し終わる前に声をかけるなどして安全に気をつける。
- (7) 手すりや机・いす等の位置を示す時は、本人の手をとって導き、触れて確かめてもらう。



＜具体例③：聞こえに困難があったり、発話に困難があったりするなど、様々な理由でコミュニケーションが難しい場面＞
 （あくまで一例です）

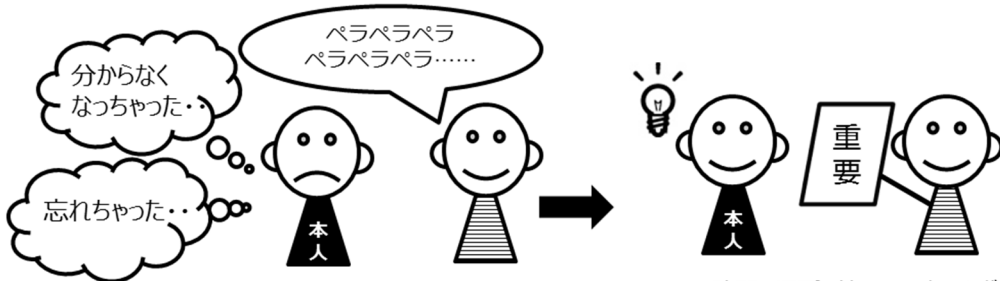
大事なことを伝える際のポイント

- (1) 一度にたくさんのことを伝えないようにする。
- (2) 視覚情報も加えて伝える。
- (3) 漠然とした伝達や依頼は避け、具体的に伝えるようにする。



× 一度にたくさんのことを言う

○ 1つずつ、ゆっくり話す

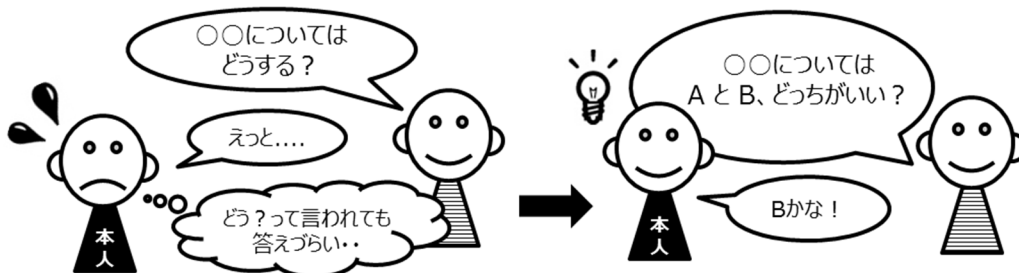


× 口頭でのみ伝える

○ 時間、場所、持ってくるものなど大事な情報は、メモなどに書いて伝える

本人の意思を確認するときのポイント

- (1) 選択肢を提示したり、YES/NO で答えられる質問にしてみる。



× 漠然とした質問をする

○ 選択肢を提示して質問する。

【日頃からの心がけ】

例えば、歩道に敷かれている点字ブロックの上に物を置いたり自転車を止めたりすると、点字ブロックを頼りにして移動する人が困ります。自転車の駐輪については、所定の自転車置場以外の場所やスロープへの導線となるスペースに停めてしまうと、目の不自由な人や車いすを使用している人たちにとって大きな障害物となります。このような事態を引き起こさないようにするためには、日頃からの個々人の心がけ、互いの声のかけ合いが大切です。