



さくせい え ひめけん ほ けんふく し ぶ い すいしんきよくしやう ふく し か
 作成：愛媛県保健福祉部生きがい推進局障がい福祉課
 じゅうしょ まつやまし いちばんちょう ちょう め
 住所：〒790-8570 松山市一番町4丁目4-2
 でんわ
 電話：089-912-2422 FAX:089-931-8187

れい わ おん がつはうこう
 (令和6年9月発行)

え がお 愛顔のあいサポートキッズ ハンドブック



え ひめ けん
 愛媛県

れい わ おん ど え ひめ けん み うらたもつ あい き きん じょ せい じ ぎやう
 令和6年度 愛媛県「三浦保」愛基金助成事業

あなたのやさしさで 広げよう「愛顔の輪」

みなさんは障がいについて知っていますか？

「目が見えないこと」「歩けないこと」のほかに、「自分の気持ちを伝えることが苦手」「気持ちをおさえることができない」といったことも障がいの一つであることがあります。

また、障がいとは、個人の心や体によるものだけではなく、日常生活の中で障がいのある方が困ることをいいます。

たとえば、通り道に大きな段差があると、車いすの人は一人で移動できません。

このように相手の困っていることを知ることで、自分にできるちょっとした手助けを考えてみましょう。

あなたの声がけやちょっとした手助けで笑顔になれる人がいます。

みんなが気持ちよく暮らせる社会にするために、あなたのやさしさで「愛顔の輪」を広げませんか？

目次

あいサポート運動って何？	1
障がいってなんだろう？	2
補助犬について	8
ヘルプマーク・ヘルプカード	9
障がいに関するマーク	11
コミュニケーション支援ボード	15
手話で話そう	17



あいサポート運動って何？

「あいサポート運動」とは、目の見えない人や車いすを使っている人などが困っていたら、ちょっとした手助けをすることを、みんなで広めていく運動です。また、そのようなちょっとした手助けをする人を「あいサポーター」と呼んでいます。

目が見えない、耳が聞こえない、重い病気にかかっている…どんな人たちがどのようなことに困って、どういう「サポート」を必要としているのか、みんなで学んで、自分にできるサポートをしてみませんか。

あいサポートキッズとは

「あいサポートキッズ」とは、お互いに助けあう「あいサポート」の心を持って行動する子どもたちのことです。

いろいろな障がいについて学び、障がいのある方が困っていること、障がいのある方に対するちょっとした手助けを知ってください。

障がいのある方もちょっとした手助けがあれば、安心して行きたい場所に行ったり、やりたいことに挑戦したり、楽しく暮らすことができます。

あいサポートマークとは



「あいサポート」の「あい」には、「愛情」の「愛」と、英語で「わたし」をあらわす「I」の2つの意味がこめられています。「サポート」は、助ける、ささえるということです。

「あいサポート」のマークは英語で「ささえる人」をあらわす「SUPPORTER」の「S」と、「こころ」をあらわす2つのハートをかたちにしています。だいたい色は、温かい気持ちをあらわします。

このマークは「わたしはあいサポートキッズです」という目じるしになります。

？ 障がいってなんだろう？

視覚障がい

分かったよ
シール

視力や見える範囲に障がいがあり、全く見えなかったり、文字等がぼやけて見えづらいなどの障がいです。見えづらい場合の中には「暗いところでは見えにくい」「まぶしい」「ゆがんで見える」などさまざまな症状があります。

（こんなサポートがうれしい！）



点字ブロックの上にもものを置かない。



とつぜんからだ突然体に触れず
ぜんぼう前方から声をかける。

3時の
ほうこう方向です



「こちら」「それ」ではなく、
ぐたいてき具体的に説明する。

聴覚・言語障がい

分かったよ
シール

耳の聞こえ方に障がいがあることにより、全く聞こえなかったり、聞こえづら
いなどの障がいです。また、言語障がいといって、言葉の理解や適切な表現が
難しい「言語機能の障がい」、言葉を発声することが難しい「音声機能の障
い」のある方がいます。

（こんなサポートがうれしい！）



まず、コミュニケーション方法を確認する。



状況や人によって聞こえ方に差があるため、ゆっくり・はっきり口の形が分かるように話しかける。



聞き取りにくい場合は分かるまで確認する。

肢体不自由

分かったよ
シール

病気や事故によるけがなどが原因で、手や足、胴など体の一部もしくは全体に
起こる障がいです。歩く、立つなどの日常の動作や姿勢を保つことなどが
不自由な方がいます。

（こんなサポートがうれしい！）



困っていそうなときは積極的に声をかける。



通路には物を置かず、広い幅を確保する。



バリアフリートイレの使用を控える。

知的障がい

分かったよ
シール

18歳くらいまでに、生活や学習などの知的な能力が年齢相応に発達していないため、何らかの特別な援助を必要とする障がいです。「言葉を使う」「記憶する」「はっきりしていないことを考える」ことに時間がかかるなどの特徴があります。

こんなサポートがうれしい！



ゆっくり簡単な言葉で身振り手振りを交えて話す。



危険な場面では声をかけ、優しく促す。



障がいについて理解し、温かく見守る。

発達障がい

分かったよ
シール

生まれつきの脳機能の障がいです。人によっては大人になってから「生きづらさ」を感じて気づくこともあります。困っていることは人によってさまざま、できることも多くあり、そのアンバランスな様子が周りの人に理解されにくい障がいです。

こんなサポートがうれしい！



本人が「苦手なこと」を理解する。



何かをお願いするときは、具体的に伝える。



絵や写真を使って説明されると分かりやすい。

精神障がい

分かったよ
シール

うつ病などの病気のため、「せん細でストレスに弱い人」「実際にはない声が聞こえたり、ものが見えたりすることがある人」などさまざまな人がいます。

これらの症状は、薬を飲むことや環境が安定することなどにより、軽くなることが多いです。見た目では分かりにくいので、理解されにくく、一人で悩むときがあります。

こんなサポートがうれしい!



「がんばれ」よりも「がんばってるね」がうれしいです。



症状が見られたら無理を避けて
ゆっくり休養するよう勧める。



気持ちや体調に気を配った
対応を心がける。

補助犬について

分かったよ
シール

補助犬とは、目・耳・手足に障がいのある人の生活を助けるために特別な訓練を受けた犬のことです。補助犬ユーザーがハーネスや表示をつけた補助犬を同伴しているとき、補助犬は「工作中」です。工作中的の補助犬には、話しかけたり、じっと見つめたり、勝手に触ったりして気を引く行為をしないようにしましょう。

盲導犬



視覚障がいのある人が、街なかを安全に歩けるようにサポートします。障がい物をよけたり、立ち止まって曲がり角を教えたりします。
ハーネス(胴輪)をつけています。

聴導犬



聴覚障がいのある人に音を知らせます。
お湯が沸いた音、ドアのチャイム、電話の着信音などを聞き分けて伝えます。
「聴導犬」と書かれた表示をつけています。

介助犬



手や足などに障がいのある人の日常生活の動きをサポートします。電気をつけたり、ものを拾って渡したり、服を着たり、服を脱いだりするときの介助などを行います。
「介助犬」と書かれた表示をつけています。

ヘルプマーク・ヘルプカード

分かったよ
シール

ヘルプマークとは？

外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている方などが外出時に身につけることで、周囲の方に配慮が必要であることを知らせるものです。ストラップによりカバンなどにつけて使用し、うら面に付属のシールを貼り、ヘルプマーク利用者が周囲に伝えたい情報や必要な手助けの内容を記入することができます。また、衣服やスマートフォンにつけられるバッジ型やシール型も作成されています。



ヘルプカードとは？

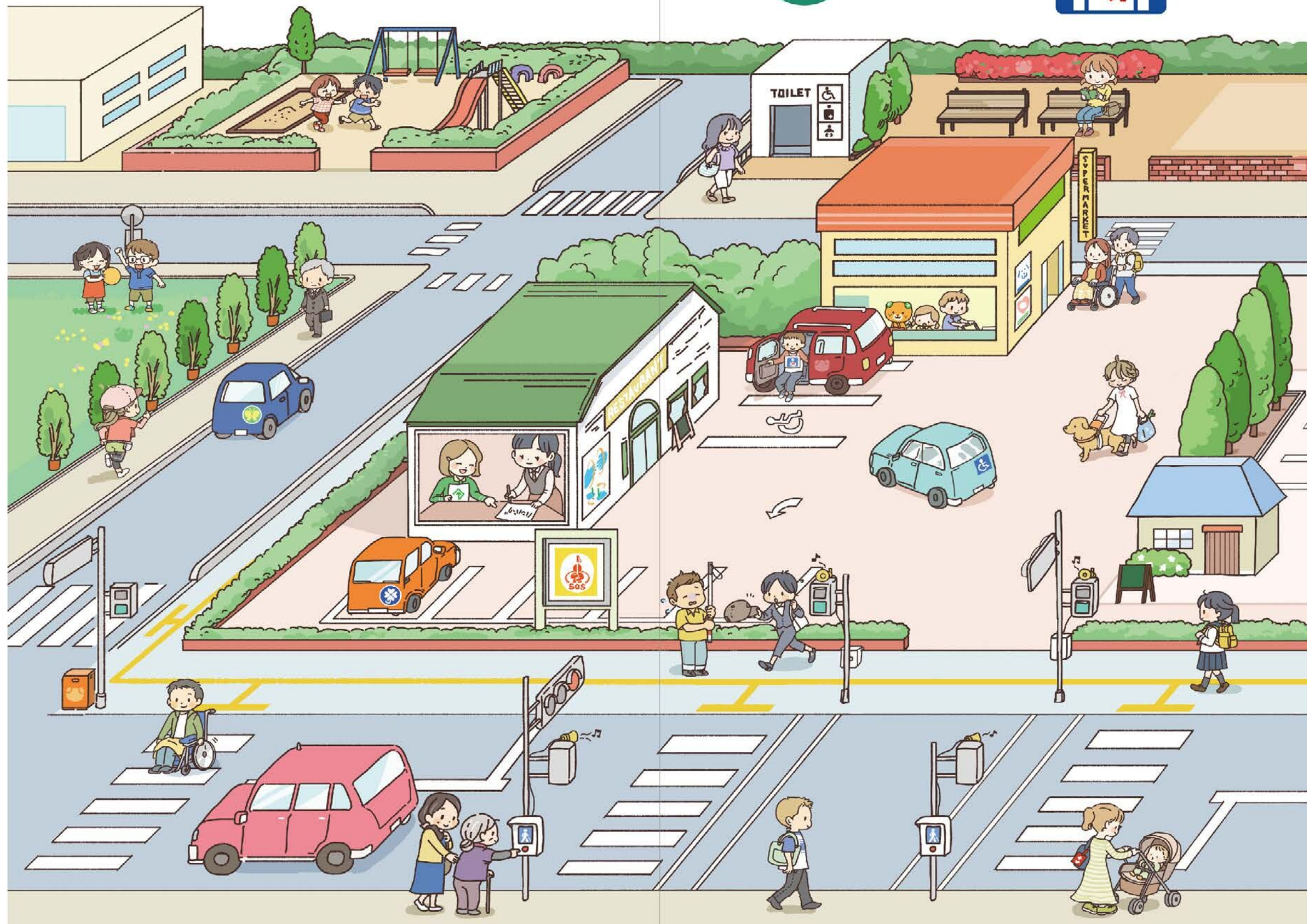
「手助けがほしい人」と「手助けしたい人」をつなぐコミュニケーションのためのカードです。

聴覚障がいなど、障がいがあることが分かりにくい方や言葉などでうまく伝えられない方が、具体的な困りごとや周りの人をお願いしたいことを書いて携帯し、緊急時や災害時に相手に見せて適切な手助けを求めるものです。

あなたの支援が必要です ヘルプカード		【私の医療情報】	
 愛媛県〇〇市		障がいや病気の名称と特徴	
		飲んでいる薬	
		アレルギー等	
		かかりつけ 医療機関	連絡先: (市) (区) (町) (丁目) (番) (号) 電話番号:
令和 年 月 日 記入		お願いしたいこと	
ふりがな 名前 住所 生年月日 (年齢) 年 月 日 性別 男・女 血液型 型 Rh +-		お願いしたいこと	
緊急連絡先①: 電話番号: 呼んでほしい人の名前:		お願いしたいこと	
緊急連絡先②: 電話番号: 呼んでほしい人の名前:		お願いしたいこと	
緊急連絡先③: 電話番号: 呼んでほしい人の名前:		お願いしたいこと	
このカードの中に お願いしたいことが書いてあります。 中を開いて見てください。		自由欄	

しょう かん さが 障がいに関するマークを探してみよう!

①～⑪のマークがどこにあるか探してみよう。また、それぞれのマークの意味について考えてみよう。



答え合わせ

11 ページ、12 ページの答え合わせをしてみましょう。

4 聴覚障がい者
シンボルマーク
(耳マーク)
聴覚障がい者である
ことや聞こえない人など
への配慮を表すマーク。



5 聴覚障がい者標識
聴覚障がい者が運転する
車に表示するマーク。



7 身体障がい者標識
(四つ葉のクローバーマーク)
肢体不自由者が運転する
車に表示するマーク。



3 白杖SOSシグナル
普及啓発シンボルマーク
白杖を頭上50cm程度に掲げる
SOSのシグナルを啓発するマーク。



1 盲人のための国際シンボルマーク
視覚障がいのある人々を示す世界共通のマーク



6 ハート・プラスマーク
心臓や臓器など体の内部に
障がいがあることを示すマーク。



8 オストメイトマーク
手術をして、おなかに人工のこう門や
ぼうこうを付けている方 (オストメイト)
のための設備があることを示すマーク。

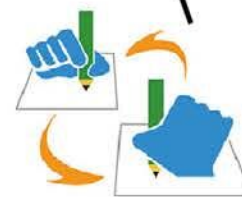
分かったよ
シール



2 ほじょ犬マーク
身体障がい者補助犬(盲導犬・
聴導犬・介助犬)と
いっしょに施設などの
利用ができることを
知らせるマーク。



9 障がい者のための
国際シンボルマーク
すべての障がい者が利用
できる施設などであること
を示す世界共通のマーク。



11 筆談マーク
筆談での対応をお願いする場合や
窓口などで筆談での対応が可能で
あることを示すマーク。



10 手話マーク
手話での対応をお願いする場合や
窓口などで手話での対応が可能で
あることを示すマーク。

コミュニケーション支援ボード

分かったよ
シール

障がいのある人の中には、話し言葉でうまく思いや状況を伝えられなくても、イラストや写真などを指さすことでコミュニケーションをとれる人がいます。コミュニケーション支援ボードは、イラストを指さすことで、お互いの思いを伝え合えるよう工夫されたものです。

こんなときコミュニケーション支援ボードを活用してください。

- 相手の伝えたいことが分からない。
- 何かを伝えたいことは分かるが言葉を聞き取れない、話の意味が分からない。
- 自分の話が伝わらない。
- 障がいのある人がそわそわしている、ぶつぶつ言っている、困っている、言葉の意味が通じない。

What is your _____?

あなたの？



名前

Name



住所

Address



電話

Telephone number

名前

住所

電話

わたしの伝えたいこと

What I want to communicate



トイレ

Restroom



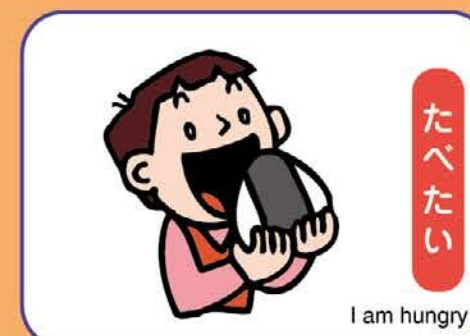
いたい

Pain



のみたい

I am thirsty



たべたい

I am hungry



はい

Yes



いいえ

No



ほしい

I want it



やめて

Please stop



わからない

I don't understand



でんわ
してください

Please call



手話で話そう

えがお 愛顔のあいサポーター研修手話



※表現されている手話をマネしましょう！

①【おはよう】朝



こめかみ付近にあてた右手のこぶしを下におろす。

②【こんにちは】昼



人差し指と中指を、額の中央にあてる。時計が正午を表すイメージ。

③【こんばんは】夜



両手の平を前に向け、顔の中央で交差させる。

④【ありがとう】



片方の手を下に向け、その甲の上に反対の手を直角にのせ、その手を上にあげる。

⑤【ごめんなさい】迷惑+お願い



人差し指と親指で、眉間のあたりをつまみ、その後、顔の中央で片手を立てて前へ出す。

⑥【ご苦労様】苦労



右手でこぶしを作り、左手手首のあたりを2回たたく。

⑦【わかる】知っている



右手のひらを胸にあてて、下になでおろす。

⑧【わからない】知らない



右肩を右手の指先でパッパッと2回ほど払う。

⑨【出来る】大丈夫



丸めた右手指先を左胸にあててから右胸にあてる。

⑪【そうです】同じ



両手の人差し指と親指を上に向けて左右に並べ、同時にちょんちょんと指の開閉を2回ほど繰り返す。

⑬【違います】異なる



右手の人差し指と親指を立てて、半回転させる。

⑩【出来ない】むずかしい



右手の人差し指と親指で頬をつねるような仕草をする。

⑫【かまいません】いいですよ



立てた右小指を顎にトントンと2回ほどあてる。

⑭【よろしくお願いします】良い+お願い



鼻先においた右手こぶしを前に出す。顔の中央で片手を立てて前へ出す。

⑮【何?】



立てた人差し指を左右に何度か振る。



分かったよ
シール

指文字をおぼえよう

指文字 (相手側から見た形)

あ アルファベットの[a]	い アルファベットの[i]	う アルファベットの[u]	え アルファベットの[e]	お アルファベットの[o]
か アルファベットの[k]	き きつねの「き」	く 手話の数詞の「九」	け アルファベットの「B」	こ カタカナの「コ」の一部
さ アルファベットの[s]	し 手話の数詞の「七」	す カタカナの「ス」	せ 「兄(せ)」の敬称「背の君」	そ 「それ」の「そ」
た アルファベットの[t]	ち カタカナの「チ」	つ カタカナの「ツ」	て 手そのものを表す	と 「あなたと私」の「と」
な アルファベットの[n]	に カタカナの「ニ」	ぬ 「ぬすむ」の「ぬ」	ね 木の根の「ね」	の カタカナの「ノ」
は アルファベットの[h]	ひ 手話の数詞の「1」	ふ カタカナの「フ」	へ カタカナの「ヘ」	ほ 「舟の帆」を形象する
ま アルファベットの[m]	み 手話の数詞の「三」	む 手話の数詞の「六」	め 「目」を形象する	も 手話の「同じ」を示す
や アルファベットの「Y」	ゆ 「湯気」を形象する	よ 手話の数詞の「四」		
ら アルファベットの[r]	り カタカナの「リ」	る カタカナの「ル」	れ カタカナの「レ」	ろ カタカナの「ロ」
わ アルファベットの[w]	を 後ろへ引く	ん カタカナの「ン」	ゝ 横に移動する (例「ぶ」)	。↑ 上に移動する (例「ば」)



指文字 (自分側から見た形)

あ アルファベットの[a]	い アルファベットの[i]	う アルファベットの[u]	え アルファベットの[e]	お アルファベットの[o]
か アルファベットの[k]	き きつねの「き」	く 手話の数詞の「九」	け アルファベットの「B」	こ カタカナの「コ」の一部
さ アルファベットの[s]	し 手話の数詞の「七」	す カタカナの「ス」	せ 「兄(せ)」の敬称「背の君」	そ 「それ」の「そ」
た アルファベットの[t]	ち カタカナの「チ」	つ カタカナの「ツ」	て 手そのものを表す	と 「あなたと私」の「と」
な アルファベットの[n]	に カタカナの「ニ」	ぬ 「ぬすむ」の「ぬ」	ね 木の根の「ね」	の カタカナの「ノ」
は アルファベットの[h]	ひ 手話の数詞の「1」	ふ カタカナの「フ」	へ カタカナの「ヘ」	ほ 「舟の帆」を形象する
ま アルファベットの[m]	み 手話の数詞の「三」	む 手話の数詞の「六」	め 「目」を形象する	も 手話の「同じ」を示す
や アルファベットの「Y」	ゆ 「湯気」を形象する	よ 手話の数詞の「四」		
ら アルファベットの[r]	り カタカナの「リ」	る カタカナの「ル」	れ カタカナの「レ」	ろ カタカナの「ロ」
わ アルファベットの[w]	を 手前へ引く	ん カタカナの「ン」	ゝ 横に移動する (例「ぶ」)	。↑ 上に移動する (例「ば」)