

ながおかきょうししょう しゃそうだんいんつうしん 長岡京市障がい者相談員通信



この通信は、長岡京市障がい者相談員から、ちょっとした悩みを抱えておられる方々へお届けするものです。とくにお悩みのない方も読み物としてお楽しみください。

障がい者相談員ってどんな人？

国の制度に基づいて、市の相談員として活動しています。市民からの障がいに関する相談に乗り、アドバイスをしたり、市役所や病院など必要な機関につなげたりしています。

身体障がい者相談員 … 視覚・聴覚・肢体(音声含む)のいずれかの身体障がいのある人
知的障がい者相談員 … 知的障がいのある人の家族

どんな相談ができるの？

- ・ 他の障がい者の方と交流してみたい。
 - ・ 家事や育児、外出をする際の困りごとへの対応方法を聞いてみたい。
 - ・ 補装具や福祉用具を実際に使っている人の意見を聞いてみたい。
 - ・ 日常生活で感じている不安や不満、愚痴を聞いてもらいたい。など
- 一人で悩まずにお気軽にご相談ください。

心身障がい者相談

身体障がい者相談員、知的障がい者相談員による相談を実施しています。(無料、予約不要)

障がい者相談員には個人情報保護・守秘義務があります。安心してご相談ください。

※場所:市役所本庁舎 3階相談室(4・6・8・10・2・3月は会議室301)

※日時:毎月18日(土日祝日の場合は翌平日)午後1時～4時 ※4月、10月は午後2時～4時

令和8年度の日程

日程	担当相談員の区分	日程	担当相談員の区分
4月20日(月)	全員	10月19日(月)	全員
5月18日(月)	聴覚、肢体	11月18日(水)	肢体、知的
6月18日(木)	肢体、知的	12月18日(金)	聴覚、音声
7月21日(火)	視覚、知的	1月18日(月)	視覚、知的
8月18日(火)	聴覚、音声	2月18日(木)	聴覚、肢体
9月18日(金)	視覚、知的	3月18日(木)	視覚、知的

※相談員に直接連絡し、相談することもできます。連絡先は障がい福祉課へお尋ねください。

ながおかきょうししょう しゃそうだんいん こえ 長岡京市障がい者相談員の声①



しんたいしょう しゃそうだんいん 身体障がい者相談員

わたし しょう しゃそうだんいん かつどう こんねんど ねんめ
私は障がい者相談員として活動させていただき、今年度で5年目となります。

こんかい ねんかん かつどう まな かん こんご かつどう ころ
今回は、これまでの4年間の活動で学んだことや感じたこと、今後の活動で心がけていきたいことなどを、文字にしてみようと思いますので、ご一読いただけますと幸いです。

わたし め み しゃ かくしやう しゃ ひとり こども ころ ていど み
私は目が見えない見えにくいという、視覚障がい者の1人です。子供の頃はある程度見えていたものの、少しずつ見えにくくなっていき、今は明暗がわかる程度の見え方です。ただ不思議なもので、少し見えていた頃より、ほとんど見えなくなった今の方が、気持ちは前向きに笑顔で過ごせているように思います。

かん いえ こと しごと くわ しょう しゃそうだんいん かつどう
そんなことを感じながら、家のことや仕事に加えて、障がい者相談員の活動もさせていただくようになりました。初めは何をしていいかもわからずでしたが、他の相談員の方々と関わる中で、視覚障がい以外の障がいのことを知り学ぶことができていきました。皆さんと関わる中で感じた事は、みんな同じ人だから、障がい者の〇〇さんというより、長岡京市に住む〇〇さんという、同じ地域で暮らす人として、身近な課題と一緒に考えていくことの大切さです。

さいきん ねんひとむかし ねんひとむかし おも しゃかい へんか はや えーあい しんぽ
最近では、10年一昔ではなく、5年一昔と考えるほど、社会の変化も早く、AIなどの進歩もあり、障がい者相談員の役割もまた、変わっていくのかもしれませんが。

えーあい そうだん かのう じだい おな ちいき く おな しょう ひと ちやくせつ あ
AIに相談することも可能な時代ですが、同じ地域に暮らす同じ障がいのある人と直接会うこと、直接話すことは、今も昔もそしてこれからも必要とされるのではないかと思いますので、何か相談してみたいなと思われる方がいらっしゃれば、ゆっくりお話を伺って、一緒に考えていければと思います。

しょう しゃそうだんいん わたしじしん そうだん
そして、障がい者相談員をさせていただいている私自身も、どなたかに相談することもありますし、皆さんにサポートしていただいたり、見守っていただきながら暮らしておりますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

ながおかきょうししょう しゃそうだんいん こえ 長岡京市障がい者相談員の声②

ちてきしょう しゃそうだんいん 知的障がい者相談員

さくねん しょう しゃ じ ふくし じぎやうしょ はたら しんしよくいん みな たいしやう けんしゅうかい
昨年の暮れ、障がい者(児)福祉サービス事業所で働く新職員の皆さんを対象とした研修会で当事者家族としてお話する機会がありました。

しょう こ しょう しゃふくしせいど ささ
テーマは「ダウン症のわが子のあゆみー障がい者福祉制度につながり支えられてー」として36才になったダウン症の娘と家族のこれまでの歩みを[誕生から1歳][乳幼児期][学齢期][成年
せいじんき ぐばん かだい ほんにん おや もと せんたく
成人期]に区分し、それぞれのステージで課題になったこと、本人と親に求められた選択、つながり

支えられた福祉サービスなどをエピソードをまじえて報告しました。36年のうち支援学校卒業後の18年のあいだお世話になっている乙訓の障がい福祉事業所と事業所間のネットワークによる切れ目のない支援については特に詳しく報告しました。

報告づくりは、節目節目での進路の選択が、その後の娘にとってどうだったかなど、過去の経験を振り返り考える機会になりました。いつか相談員活動にも役立つことがあるのではと思います。

後日、主催者から参加した皆さんの感想が送られてきました。多くの参加者から「これまでご家族からの声を直接聴くことはなかった」「利用者について、その生い立ちまでさかのぼって知る機会がなかった」という感想が寄せられていました。

参加者のほとんどが就職して5年程度であることに加え、対象としている利用者が成人・壮年期の場合、家族と対面すること自体ほとんどないのが実状かと思います。事業所として個人情報管理にも配慮が必要です。

いっぽうで、直接、現場で支援にあたっている支援者にとっては、支援の時間帯だけでなく、利用者がこれまで経験してきたことや現在の家庭や地域生活の様子などを知ることは支援の目的や課題に意識的であるためには必要ですし、何よりも、利用者と支援者の間で話題が増え、応答関係がゆたかになり支援の前提である信頼関係を育むことにつながるとわが子の姿を見ていて思います。

当事者家族が〈わが子と家族のあゆみ〉を語りひろげることが求められているんだなと感じました。



コラム① ヘルプマークって何？



ヘルプマークは、援助が必要な方のマーク

ヘルプマークの赤は支援を必要としていること、ハートは相手にヘルプする気持ちを持っていただくという意味を含んでいます。外見からは分かりにくいけれども、援助を必要とする方のためのマークです。

どんな方々がつけているの？

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、援助や配慮を必要としている方々です。

ヘルプマークマークを付けている方を見かけたら

このマークを見かけたら、電車内で席をゆずる、困っているようであれば声をかける等、思いやりのある行動をお願いします。

ヘルプマークを受け取るには

長岡京市役所では、障がい福祉課の窓口で、1人1つお渡ししています。
費用は無料です。また、障がい者手帳や診断書等の提示や書類での手続きは不要です。
ご利用をご希望される方が、窓口でお声をかけて頂ければお渡しが出来ます。
ご利用をご希望される方ご本人が、窓口にお越しいただくことが難しい場合は、ご家族にお渡しすることも出来ます。ご希望の方はお気軽にお声掛けください。

ヘルプマークをかばんなどに付けたり、人の目の届きやすいところに掲示したら、外出の時に困ったことがあっても自分から助けを求めやすくなったよ。また、周りの人に声を掛けてもらう機会もヘルプマークを付けることで増えたから、気兼ねなく外出できるようになったよ。



コラム② 「合理的配慮」を知っていますか

合理的配慮とは

障がいのある方から「配慮をしてもらいたい」と意思表示があった場合、過重な負担とならない範囲において必要かつ合理的な配慮を行うことです。

具体的には…

- 飲食店で車いすのまま食事をしたい。⇒ 車いすのまま着席できるような店のいすを移動させる。
- 難聴のため筆談をもらったが、文字が細く小さくて読めない。⇒ 太いペンで大きく書く。等

“過重な負担”の判断は、具体的な場面や状況に応じて異なりますが、「前例がない」「特別扱いできない」「もし何かあったら…」 「〇〇障がいのある人は…」といった考え方は避け、可能な範囲でどのような対応ができるか、建設的な解決策を共に検討することが重要です。

令和6年4月から民間事業者にも合理的配慮の提供が義務化されました

障害者差別解消法により、従来から行政機関には合理的配慮の提供が義務付けられていました。令和6年4月1日からは、民間事業者についても合理的配慮の提供が義務化されました。

“民間事業者”には、企業だけでなく、営利・非営利問わず、個人事業者やボランティア組織なども含まれます。