



# 知ってください、 私たちのこと

【作成】令和2年12月

三鷹市障がい者地域自立支援協議会 当事者部会

三鷹市障がい者地域自立支援協議会の当事者部会は、身体障がい、知的障がい、精神障がい、難病患者といったさまざまな障がいのあるメンバー9名で、障がい当事者の声を集め、発信しています。

今回は、日々の生活の中で、手助けしていただきうれしかったことを集めたので、その一部を紹介します！まちなかで、「何かお手伝いすることはありますか？」と声をかけていただくと、私たちはとても安心して生活できるということが伝わると思います。

## うれしかったこと その1

横断歩道にて、近くにいた方が、歩行者用信号が赤か青か教えてくれた。また、赤信号の場合には、「青になったら伝えますね。」と言ってくれた。

視覚障がい者より

困っているときに、店員さんやバスの運転手さんなどに質問したら、親切に教えてくれた。

知的障がい者より

まちなかで過呼吸で困ったとき、その場に居合わせた方が声をかけてくれた。

精神障がい者より



裏面もご覧ください

## うれしかったこと その2

ある歩いているときや公共交通機関こうきょうこうつうきかんを使っているときに具合ぐあいが悪わるくなることがあるが、気づかきって声こえをかけてくれる方かたがいると、地域ちいきの人に支さえられてると実感じっかんできる。



難病患者なんびょうかんじやより

公共交通機関こうきょうこうつうきかんや窓口まどぐちの列れつの最後尾さいごびが分からないので、それを教おしえてもらえた。そして、並ならんでいる間あいだ、列れつが進すすむたびに「進すすみますよ。」と声こえをかけてくれた。



視覚障がい者しかくしょうがいしやより

道みちに迷まよったとき、近ちかくにいた方かたに目的地もくてきちの地図ちずや住所じゅうしょを書かいた紙かみを見みせたら、目的地もくてきちの近ちかくまで連つれて行いってくれた。



知的障がい者ちてきしょうがいしやより

タクシーのに乗いるときに行先いきさきのメモうんでんしゆを運転手わたくしさんに渡わたすが、メモよを讀よんで指差ゆびさしなどの身振みぶりで伝つたえようとしてくれた。



聴覚障がい者ちやうかくしょうがいしやより

地震じしんが起おきたときに、近ちかくに居合いあわせた方かたが、車くるまいすを持もち上あげて避難場所ひなんばしょへ誘導ゆうどうしてくれ



肢体不自由者したいふじゆうしやより

当事者部会とうじしやぶかいでは、これからもさまざまな障しょうがい当事者とうじしやの声こえを集めていきます！

【お問い合わせ（事務局）】三鷹市健康福祉部障がい者支援課障がい者支援係  
電話：0422-45-1151（内線2651）