

し わたし 知ってください、私たちのこと

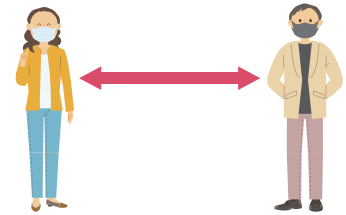
【作成】令和3年12月
三鷹市障がい者地域自立支援協議会 当事者部会

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。これまで障がい当事者が「どんなことに困っているか」や「どんな手助けをしてもらおうと嬉しいか」について紹介してきましたが、今回は、コロナ禍で生じた生活の変化や困難などについての声を集めました。新型コロナウイルス感染症が、私たちの生活にどのような影響を及ぼしているのか知ってほしいと思います。

コロナ禍による生活の変化や困難など

日常生活や外出について

■ 外出中に声をかけてもらう機会が減って、手助けを頼めなくなった。また、断られることも多くなった。例えば視覚障がいがあると、レジに間隔をあけて並ぶ際に、周りの方に教えてもらわないと立ち位置が分からない。



■ 視覚障がいのため、ガイドヘルパーの肩や肘に触れて歩行する必要がある。接触が気になるという理由でガイドヘルパーが見つからず、外出できないことがあった。



■ 車いすですバスに乗る際、運転手や周りの方が手助けしてくれず、乗車できないことがあった。

■ 聴覚障がいのため、話を聞く際は話し手の口の動きを読み取っている。そのため、マスクを着用したまま話されても分からない。



■ 利用していた福祉サービスが中止になったり頻度が減ったりして、心身が不安定になった。

■ 引きこもりがちになったため、一人でいると特に夜に不安が大きくなる。

■ ストレスを感じている人が多くなり、通所先の仲間から八つ当たりされた。

感染予防対策やワクチン接種について

■ 感覚過敏などの障がい特性によりマスクの着用が困難だが、周囲の理解を得にくい。

■ 呼吸器障がいがあるが、アナフィラキシーショックを経験しているためワクチン接種できない。そのため家族など周りの人が接種したかったが、優先接種対象でなかったため、なかなか予約が取れず困った。

■ 知的障がいのため、ワクチン接種後の倦怠感などを自ら訴えられない。



みなさんへのおねがい

● 障がい特性によって、例えばマスクの着用やソーシャルディスタンスをとることなどが難しい方がいることをご理解ください。

● みなさんのちょっとした配慮や手助けに助けられることがたくさんあります。コロナ禍にあっても、困っていそうな方を見かけたら、「何か困っていることはありますか?」、「何かお手伝いすることはありますか?」などのあたたかな声かけをお願いします。

● ヘルプマーク（下記参照）を付けている方を見かけたら、何か手助けが必要かな?と気にかけてください。困っているようであれば声をかける、電車やバスで席を譲るなど、思いやりのある行動をお願いします。



ヘルプマークを知っていますか?

外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう作成されたマークです。例えば、義足や人工関節を使用している方、身体の内部に障がいがある方や難病の方、または妊娠初期の方などが身につけています。

これまでに作成した「どんなことに困っているか」や「どんな手助けをしてもらおうと嬉しいか」については、三鷹市ホームページ (https://www.city.mitaka.lg.jp/c_service/090/090247.html) に掲載していますので、そちらもぜひご覧ください!

【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
☎ 0422-45-1151（内線 2652） ✉ shien@city.mitaka.lg.jp