



ぼくのゆめ

ぼくは、姉と同じ学校に行くのがゆめでした。

このゆめがかなって、今、姉と同じ小学校に通っています。

ぼくは、脳性まひの障害で歩くことができません。

外では車いすに乗って、学校や家の中では、ハイハイをして移動しています。

学校までの送りむかえは、母がしてくれます。教室は二階にあって、母は重いぼくをおんぶして、階段のぼつてくれます。最近、ぼくの体重がふえて、母はとてもきつそうです。

ぼくは、口に出すのがはずかしくて、「いつもぼくのお世話をしてくれてありがとう」と手紙に書きまし



た。母は泣いていました。父から、

「きつい思いをさせてごめんね。」

と、言われた時、ぼくは、

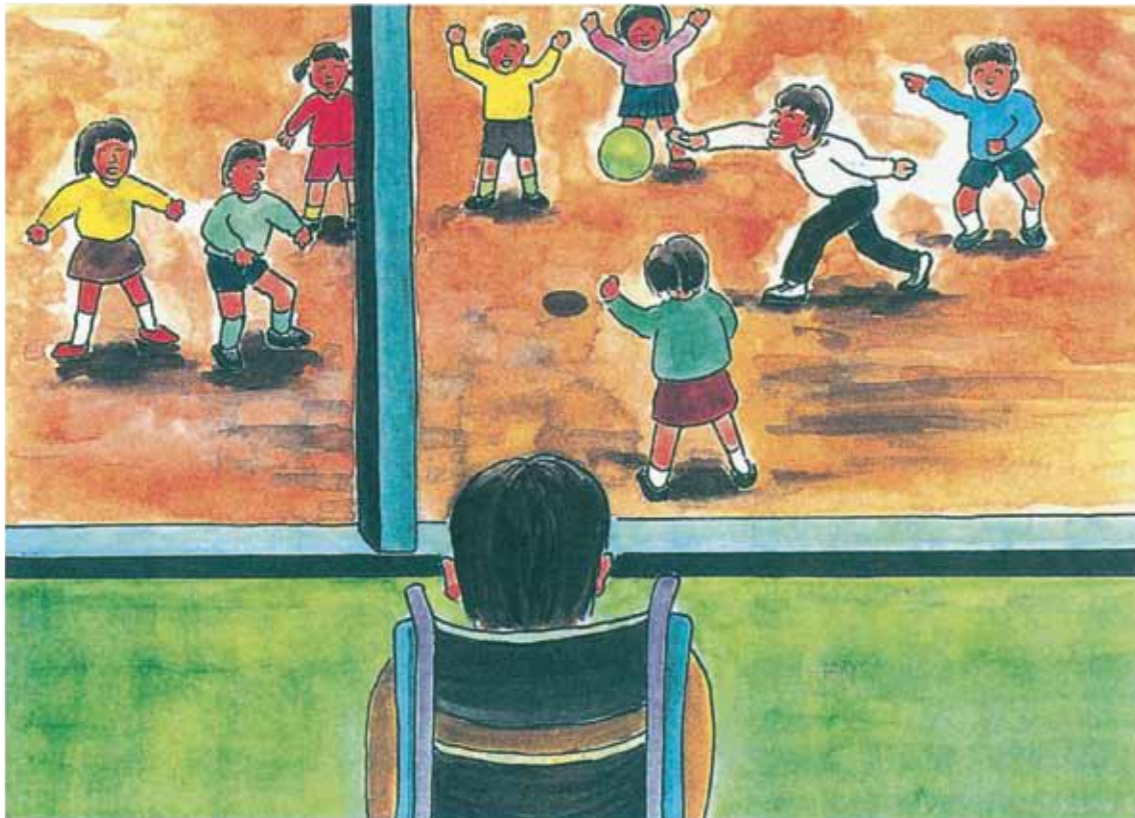
「これもぼくの人生だから。」

と答えました。父も母も泣いていました。

ぼくの家族は、とても明るくてにぎやかな家族ですが、ぼくのことを心配してなみだを流すことも多いです。でもぼくは、くやしくて泣くことはあっても、悲しくて泣くことはありません。いつも歌を歌っています。

そんなぼくにも、なやみが一つあります。それは、友だちがいないことです。ぼくも、みんなといっしょに思いつき遊びたいです。ぼくの気持ちをわかってくれて、いっしょに遊んでくれる友だちがほしいです。

どうすればいいのか一人で考えています。

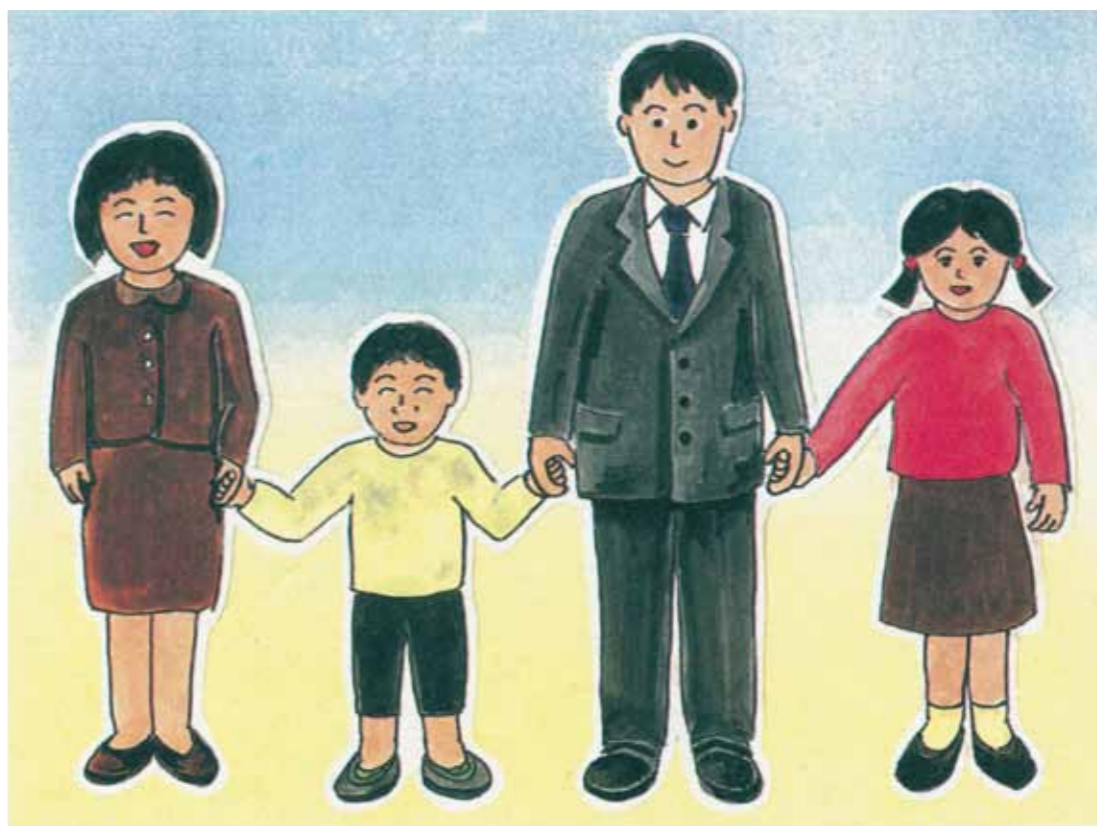




ぼくは、何でもみんなと同じようにやりたくて、いろんなことに挑戦ちょうせんしていますが、やはり一人ではたいへんなことが多すぎます。そんなとき、いっしょにいてはげましてくれる友だちがほしいです。

父や母は、たくさんの人と知り合えるように、いろんな所に連れていってくれます。父や母や姉は、ぼくのためにいっしょけんめいです。それが、ぼくにはよくわかります。「ありがたいなあ」と思います。

ぼくの大きなゆめは、父と母と姉と四人で手をつないで歩くことです。



「ぼくのゆめ」を書いたお友だちのお姉さんは、

弟に対して次のような気持ちをもっています。

わたしの弟は、わたしと同じ小学校に通っています。弟は脳性まひのうせいという障害しょうがいで、歩くことができず、車いすに乗っています。赤ちゃんの時から練習をされていて、「いつになったら歩けるだろう」と、ずっと思っていました。でも、歩けなくても、わたしは弟が大好きだし、弟がいやだなんて思ったことはありません。

ただ、わたしが思うことは、わたしは今まであたりまえのように歩いてきて、自分の行きたい所にはどこへでも行けて、たくさんけいけんの経験けいけんをすることができました。だから今度は、わたしが弟を歩かせて、「みんなと同じようにいろいろな経験をさせてあげたいなあ」ということです。





わたしは、弟のおかげで、障害のある人たちとたくさん出会うことができ、  
どんなことを手伝えればよいのかなど、いろいろ勉強になります。障害のある人は、  
わたしたちにとって何でもないようなことでも、すぐきたいへんです。弟は  
トイレに行くのにも、「電気をつけて」とお願いしないといけなく、お茶を飲む  
のにも、だれかにたのまないといけません。一回一回、人をお願いしないでできない  
弟を見ていると、「どんな気持ちなのかな」と思います。

弟はとても明るい性格で、何事にもくじけずにがんばっています。強がって  
いるところもたくさんあります。学校では、ひとりぼっちになることが多く、  
昼休みなどよくわたしの教室に遊びに来ます。

わたしも友だちと約束があつて、弟と遊べない  
日があります。そんなとき弟は、ろう下で、  
一人大きな声で歌を歌っていました。すごく  
かわいく思いました。わたしは弟といると、  
すごくやさしい気持ちになります。

わたしは来年中学生になります。わたしが  
卒業すると、弟はどうなるのか心配ですし、



わたしも弟に助けてもらおうことが多かったので、すごくさびしいです。

わたしは、弟からたくさんさんの勇気をもらったし、弟のがんばっている姿を見て、  
わたしも強くがんばれたことが多くあります。

わたしたちは、障害のある人たちから教えられることがたくさんあると思います。  
みんなが相手の気持ちになって思いやりの心をもてたら、きっと世の中の人たちは、  
みんな幸せになれると思います。

### 〈みんなできえよう〉

一、「ぼくの気持ちをわかってくれて、いっしょに遊んでくれる人がほしいです。」  
「いっしょにいてはげましてくれくれる友だちがほしいです。」という筆者の気持ちを  
考えて、話し合ってみましょう。

二、筆者のお姉さんが思っていることについて話し合ってみましょう。





## おとなになっても

わたしたちの学校は、普通の学校です。

男の子はちよつと荒っぽいし、テレビに出てくるようなかつこいい先生は少ないけれど、みんな思いやりのあるやさしい人たちばかりです。

学校には、特殊学級※とくしゅというのがあり、知的障害のある人を教えるクラスがあります。だれもが行き来できるように、プレイルームなどがあり、休み時間や昼休みになると、みんながここに来てトランプをしたり、折り紙おをしたりして、いっしょに遊ぶのです。むずかしいことはわからなくても、心が通じ合うのです。

わたしも目が不自由ふです。でも、通常学級つうじょうでおおぜいの友だちといっしょに、勉強べんけんすることができています。



授業じゆぎょうでは、先生や友だちが協力きょうりやくしてくれて、

わたしは楽しく勉強べんけんできます。先生は黒板に書くとき、読みながら書かれたり、

「声をそろえて問題を二度読みましょう。」  
と言ってくださったりします。何でもないことと思いかもしれないけれど、わたしにとっては、とてもうれしいことです。

秋には運動会がありました。運動が苦手なわたしは練習がたいへんです。リレーではこんなことがありました。走るのが速い男の子が、わたしをリードしてくれることになりました。放課後ほうかご、先生と三人で何回も何回も走りました。なかなか思うように息が合わず、わたしはすぐ転んでしまいます。息はハアーハアーするばかりでした。

※現在は特別支援学級とくべつしえんと言います。





それよりもわたしは、男の子が女の子の手を引いて走るなんて、その男の子がみんなにひやかされそうで、もうしわけない気持ちでいっぱいでした。

運動会でその子は、先に走ってから、急いでもどってきってくれるのでした。練習とちがっておおぜいのお客さんが見ています。きつと、はずかしさでいっぱいだったでしょう。わたしは、感謝かんしゃの気持ちとともにその勇気ゆうきがすごいと思いました。わたしが、

「今日は思いっきり引っぱってね。」  
と言うと

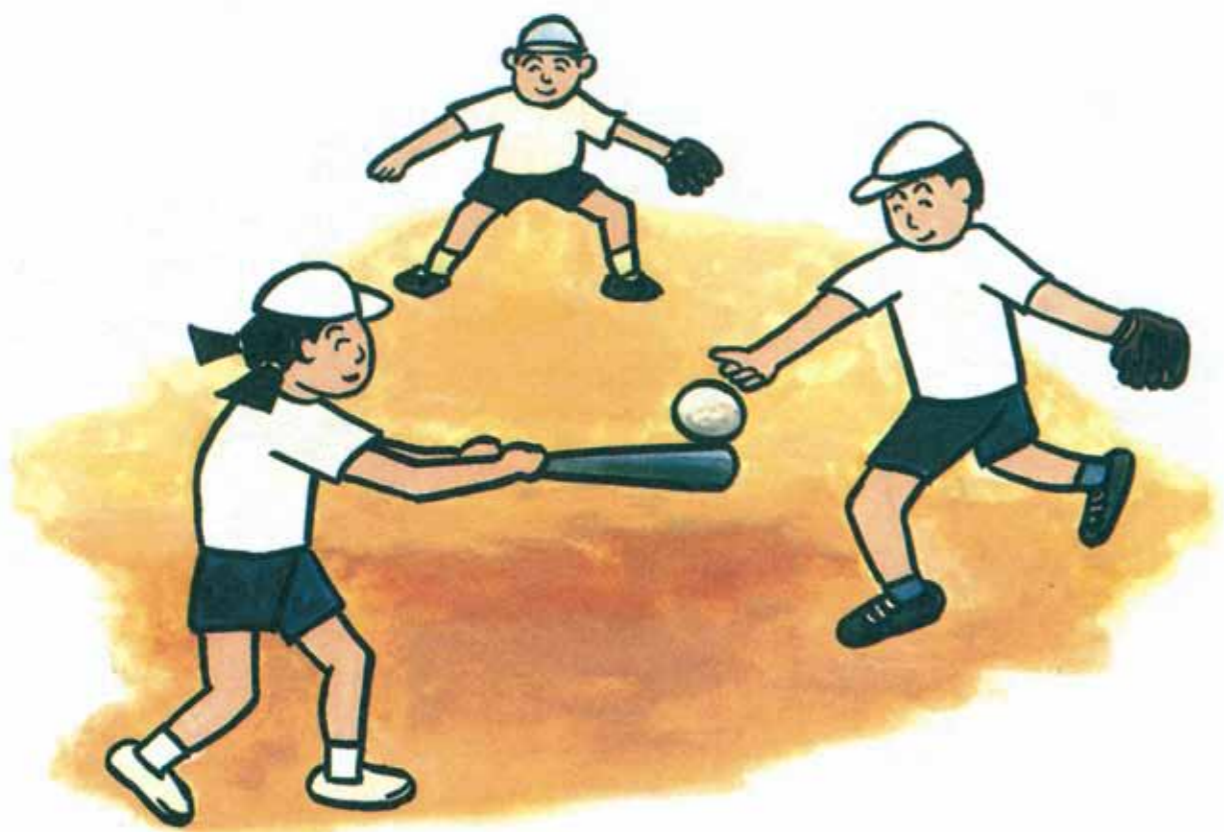
「うん。」

と小さな声でうなずいてくれました。手には汗あせがにじんで、ピストルの音がむねにつきささるようでした。

「がんばれー。がんばれー。」と言う声だけが、ぐるぐるとまわって聞こえるだけでした。

「育いちゃん。思いっきり走れたね。」  
とたずねられても

「うん。ありがとう。」



としか答えられませんでした。それよりもその子が、後からひやかされないかと心配でした。しかし、男の子も女の子も、一生けん命おもう応えんしてくれるのが、わたしにははつきりと聞こえました。

「すごいなお前。よかったよ。」  
と、他の男の子たちも、いっしょよろこに喜んでくれたことがうれしかったです。

また、あるときは、学級活動の時間にソフトボールをすることになりました。そのときに、みんなはわたしのために、ルールを作ってくれました。

わたしの打ったボールだけは、十秒間拾ってはいけないこと、ピッチャーは、ボールを打ちやすいように近くによって、やわらかなボールを投げることなど、いろ



いろいろな意見が出ました。わたしは、ありがたい気持ちとうれしい気持ちでいっぱいでした。このクラスにいてよかった、この学校に入れてよかったと思いました。

試合では、わたしが入ると弱くなってしま  
うのに、もんくも言わずに応えんしてくれま  
した。わたしも負けられないように、手に力が入  
りました。そんなとき、少しだけ先生が手伝っ  
てくださってヒットを打てました。先生の手  
伝いで打てたのに、応えんしてくれました。  
みんなのやさしい心が一つになって楽しい  
ソフトボールができました。

このみんなのあたたかいやさしい心は、きつ  
と、いつまでも変わらないうでしよう。おとな  
になり、まちで出会った障害のある人にも、  
やさしく声をかけてくれることでしょう。



それを自然にしてもらえることが、わたしたち障害のある人にはうれしいのです。  
どこにいても「こんには。さようなら。」と、声をかけてもらえることがうれしい  
のです。

道ばたのざつ草でも、小さなありでも、みんな一生けん命生きている仲間です。  
どんな障害があっても、助け合って生きていきたいと思えます。まわりには、  
おおぜいの友だちがいます。わたしたち障害のある人も下を向いてはいけません。  
もっと積極的に、輪に入らなくてはならないと思えます。

### 〈みんなで考えよう〉

「おとなになっても」という題には、筆者のどんな気持ちか、こめられて  
いるのでしょうか。筆者が、みんなにわかってほしいと思っ  
ていることを考えてみましょう。





# 障害のある人の生活を知ろう

## 障害のある人の社会生活

障害のある人は、どのような生活をしていると思いますか。  
障害のある人も、仕事をしたり、旅行をしたり、好きなことを楽しんだりして、自分らしくいきいきと生活しています。



仲間と支え合いながらグループホームで生活しています。



みんなでコスモス畑へピクニックに出かけました。



コースターに色づけの作業をしています。



会議の内容が録音されたカセットテープを聞いて、文章をつくっています。

難病患者・家族と県民の集い

難病であっても、明るく、前向きに

日時 平成19年10月14日(日)

場所 長崎県総合福祉センター5階ホール  
TEL.095-901-9633

開場 午後13時30分～  
入場無料

内容 講演  
パネルディスカッション  
バンド演奏 メモリーズ

後援 長崎県 長崎市 長崎県医師会 長崎市医師会 長崎県看護協会  
長崎県難病医療連絡協議会 長崎県理学療法士会 日本赤十字社長崎県支部  
長崎県実業士会 長崎新聞社 西日本新聞社 長崎放送 長崎放送 長崎放送  
KTNテレビ長崎 NBS長崎国際テレビ 長崎文化放送株式会社



できあがり



パソコンでポスターをつくっています。



ミシンを使ってぬい物をしています。



かまぼこ工場<sup>はたら</sup>で働いています。



障害のあるお友だちも、国語や算数、体育などの学習をしています。  
また、身のまわりのことなど、生活に必要な学習もしています。



水泳学習  
「ゴールまであと少し！」



発音練習  
「くちびるの動きを意識して…」



文字の学習  
「ていねいに書くぞ！」



お金の学習  
「100円, 200円, 300円…」



歩行練習  
「しっかりもって, よいしょ, よいしょ。」



交流会  
「かけっこ, ダンス, がんばるぞ！」



買い物学習  
「350円ですね…」



バスの乗り方の学習  
「ありがとうございました。」





### 障害ってどんなことか考えよう

障害とは、体に何らかの不自由さがあることや、心が病気になっていることなどをいいます。そのため、学習や生活をするのにこまってくることもあります。

障害は生まれつきや病気・事故による場合もあります。

だから、障害は、すべての人に関係があることなのです。

太郎君と花子さんは、障害とはどのようなことなのかを知り、どのような気持ちをもつことが大切なのか、考えていきたいと思いました。  
そこで、いろいろな人にインタビューしてみることになりました。

太郎君と花子さんは、障害のある人にお話を聞きました。

#### 《視覚障害のある人のお話》

わたしは、音楽をきいたり、点字の本を読んだりするのが楽しみなんだよ



※視覚障害のある人全員が、点字を読めるとはかぎりません。

#### 目が不自由であること

全く見えない人と、少し見える人がいます。

少し見える人でも、光や明かりがなんとかわかる人、一日の中でも、特に見えにくい時間がある人など、見え方は一人一人ちがいます。

はじめに、障害の種類と人数を調べるために、長崎県庁に行きました。



長崎県で障害のある人は、全部で十万人以上もいるんだね。

#### 耳や言葉が不自由であること

全く聞こえない人や、大きい音が、やっと聞こえる人、補聴器を使用すれば聞こえる人などがいます。  
聞こえないために、話せない人もいます。口の動きを見て、言葉を理解する人もいます。

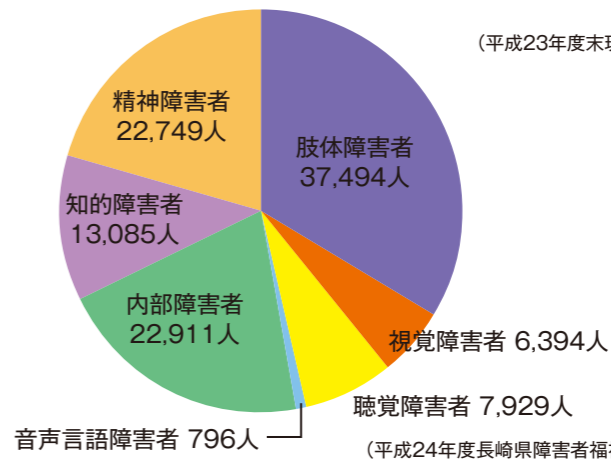
#### 《聴覚障害のある人のお話》

口を大きく開けて、大きな声で話しかけてくれるかな。



長崎県内で障害のある人の数

(平成23年度末現在)



(平成24年度長崎県障害者福祉課資料)

#### 《足が不自由な人のお話》



最近、車いすで入れるトイレも増えたから、外出しやすくなったんだ。

#### 手足が不自由であること

手足が不自由で、車いすや杖を使っている人がいます。



### 知的障害があること

人によってちがいますが、言葉の意味やルールを理解することや、身のまわりのことなどを身につけるのに時間がかかったり、とまどったりすることがあります。しかし、くり返し取り組むことで、少しずつできるようになります。

#### 《知的障害のある人のお話》

もっとみじかく、かんたんな言葉で話してほしいな。友だちをたくさん作りたいんだ。



### 《精神障害のある人のお話》

障害を理解してもらえるかな。友だちができるか、とても心配だな。



#### 精神障害があること

心が不安定になったり、つかれやすくなったりして、心が傷つきやすくなっています。薬を飲むなどして、生活しています。

### 内部障害があること

体の内側（心臓や腎臓など）に病気があり、日常生活に不便なことがあります。

太郎君と花子さんは、障害には、目に見えやすい障害と、見た目にはわかりにくい障害があることに気づきました。また、障害のある人たちも、そうでない人たちも、みんな同じように、好きなことを楽しんでいたり、生活をしていたりしていることを知りました。

#### 《みんなで考えよう》

「目に見えやすい障害」と「見た目にはわかりにくい障害」とは、どんなことか考えてみましょう。

### つぎのような障害のある人もいます

#### てんかん

発作が起きると意識を失ったり、体がけいれんしたりします。薬を飲み、規則正しい生活を送ることで、発作をおさえることができます。

#### 自閉症

相手の気持ちや言葉を理解しにくかったり、自分の思いを伝えることに、とまどったりする時があります。耳で聞くよりも、目で見て理解する方が得意な場合があります。絵や文字など、その人にわかりやすい方法を使うことで、気持ちを伝え合うことができます。

ほかに、いろいろな障害のある人がいますが、みなさんと同じ地域で同じように生活しています。ともに理解し合い、支え合っていきましょう。

### 障害のある人をまちで見かけたら

- ① 障害のある人をまちで見かけたら、まず、困っているのかどうか様子を見てみましょう。
- ② つぎに「何かお手伝いすることはありますか。」と声をかけてみましょう。
- ③ 自分一人で無理な時には、まわりの人に声をかけ、協力をたのみましょう。
- ④ 「だいじょうぶです。」と言われても、どうしても心配な時には、静かに様子を見守りましょう。

何かお手伝いしましょうか。



今はだいじょうぶです。どうもありがとう。困った時は、よろしくね。







## 障害のある人と交流しよう

最近さいきんは、障害しょうがいのある人とそうでない人との交流もさかんに行われています。さまざまな活動をとおして、おたがいに知り合い、理解りかいし合うきっかけとなっています。みなさんも計画を立てて交流をしてみましよう。

### 聴覚障害・視覚障害のある人との交流



「指文字を教えてください。」



「盲導犬もうどうけんが仕事をしているときは話しかけないでください。」



「手話はこのようにして。」



「ぼくのひじにつかまってください。」

## 障害のあるお友だちとの交流

特別支援学級とくべつしえんや特別支援学校のお友だちとの交流も行われています。遊びやゲーム、製作活動せいさくなどにいっしょに取り組み、明るく元気にふれ合っています。



「入った。すごい。」



「シーソー楽しいね。」

## 体験して、発見しよう

福祉ふくしについて学ぶ活動の一つに、車いすやアイマスクなどの体験学習たいけんがあります。その体験によって、障害のある人たちが感じている不便ふべんさや、どのような暮らしをしているのかを、少しでも知ることができます。みなさんも、障害のある人のところに遊びに行ったり、学校におまねきしたりして、話を聞いてみましょう。そして、障害のある人も共にとも生きていくにはどうすればいいのか、考えてみましょう。



アイマスクをして食事をする体験



車いすにすわったまま、話すことができる公衆電話



車いすにのってくらしている人をおまねきして、みんなで教室へ

### 〈みんなで考えよう〉

- 一、交流をする前に「いつ」、「だれと」、「何をするか」などの計画を立ててみましょう。
- 二、交流するお友だちと話し合ってみましょう。
- 三、交流をふり返って、感じたことを話し合ってみましょう。また、次の交流に生かしたいことを話し合ってみましょう。

障害のある人の話を  
お聞きして、生活の様子や  
生きがいなど、たくさん  
知ることができたよ。



まわりの人が工夫くふうすること  
で、障害があっても  
自分らしくくらししてい  
けるのね。



### 〈みんなで考えよう〉

- 一、体験をしてみても、感じたことやわかったことを話し合みましょう。
- 二、体験したことを生かして、もう一度、交流会の計画を立ててみましょう。



## 「ゆめをもって」…南川佐千子さん

(アテネパラリンピック女子車いすバスケットボール代表)

車いすバスケットを始めたきっかけを教えてください。

十六歳のとき、通っていた病院の人に  
さそわれて、長崎まで車いすバスケット  
の試合を見に行きました。

そのとき、選手のいきいきとした姿に  
感動し、自分もやりたくなって始めました。



今、どんなゆめをおもちですか。

はじめは、日本代表選手になって、パラリンピックに出場することがゆめでした。そして、パラリンピックに出場してからは、勝って、「メダル」をとりたいと思うようになりました。これからは、車いすバスケットをたくさんの人に知ってもらいたいです。日本代表選手が、九州からもたくさん出てほしいと願っています。

大きな「ゆめ」は、障害のある人も、自分の思うとおりに自由に過ごせるよう、バリアフリーの社会が広がることです。障害のある人たちが、自分が住みたい場所で、家族や仲間と、いきいきとくらせる社会になるといいなあと思います。

どんなお仕事をされていますか。



佐世保市立総合病院の企画情報室というところに務めています。

そこで、病院の機能が向上するようさまざまな取組を行っています。

また、結婚して子どももいます。仕事をしながらお母さんとしてもがんばっています。二人の子どもたちもバスケットをはじめ、家族みんなでバスケットを楽しんでいます。

### 南川さんからのメッセージ

- ☆ 自分のことと同じくらい、他人のことも大事にできるような、思いやりのある「豊かな心」を育ててください。
- ☆ 失敗をおそれず、自分が熱中できるものをみつけて積極的に挑戦し、最後までやりとげる強い心をもってください。
- ☆ 自分を信じ仲間を信じて「ゆめ」や「目標」にむかってがんばってください。

### ☆南川さんのこれまでの成績☆

1988年	ソウルパラリンピック	5位
1992年	バルセロナパラリンピック	6位
1996年	アトランタパラリンピック	5位
2000年	シドニーパラリンピック	3位
2002年	ゴールドカップ (車いすバスケットボール世界選手権大会)	4位
2004年	アテネパラリンピック	5位



# 点字

点字とは、目の不自由な人たちが指でさわって読むことで、<sup>じょうほう</sup>情報を伝える方法です。たて3つ、横2列の小さな6つの点で文字を表しています。

エレベーターのボタン、<sup>こうしゅう</sup>公衆電話、<sup>はんばい</sup>自動販売機など、みなさんの身近なところでも見つけられると思います。

## 点字のABC (アルファベット)



A B C D E F G H I J



K L M N O P Q R S T



U V W X Y Z

外文字符 外国語 ~ 引用符

## 点字の数字



1 2 3 4 5



6 7 8 9 0

数符 小数点 位取り点

## 点字のあいうえお

あ	い	う	え	お
か	き	く	け	こ
さ	し	す	せ	そ
た	ち	つ	て	と
な	に	ぬ	ね	の
は	ひ	ふ	へ	ほ
ま	み	む	め	も
や		ゆ		よ
ら	り	る	れ	ろ
わ		を		ん

# 手話

手話とは、手や指の動きや顔の表情、<sup>びんぎょう</sup>頭の動きなどを使ってあらわす「目で見ることば」です。ことばが不自由な人のための、コミュニケーション（気持ちなどを相手に伝えること）の方法の一つです。

手話では、表情をつけると気持ちが正しく伝わります。たとえば、うれしいときは悲しいときには悲しそうな表情で伝えましょう。手話といっしょにかならず声を出し、気持ちを伝えることも大切です。

## こんにちは

「こんにちは」は、人と人が出会ってあいさつをする様子を両手の人さし指を使って表します。



両手の人さし指を向かい合わせ、両方の指先を曲げる

## こんばんは

「こんばんは」は、太陽がしずむ様子を両手を使って表し、あいさつをする様子を頭を下げて表します。



開いた両手を胸の前で交差させ、頭を下げる

## おやすみなさい

「おやすみなさい」は、まくらと寝る様子を右手を使って表し、あいさつをする様子を頭を下げて表します。



右こぶしをこめかみに当て、頭を下げる





### ノースカロライナ州に住む自閉症の人の暮らし

アメリカのノースカロライナ州では、多くの人たちが、さまざまな工夫をして、自閉症の人たちを支えています。自閉症の人たちも、ほかの人と同じように地域の中で仕事をしたり、楽しく生活したりしています。



自閉症のことを知らない会社の人たちには、ジョブコーチといわれる人が、障害の持ちようを説明したり、その人に合った仕事の内容を提案したりして、自閉症の人が

仕事をしやすいように、さまざまな工夫をしています。

自閉症の人がくらすグループホームでは、住む人それぞれが、自分の部屋を持っています。一人一人のプライバシーが大事にされていて、一人一人の好みを取り入れた部屋づくりがされています。また、自閉症の人が、一日の予定を理解して、自分の力で生活できるように、スケジュールボードが用意されるなどの工夫もなされています。



生活スケジュールボード



自閉症の人たちがくらすグループホーム



グループホームの部屋の中