これから、私たちはどうしたらいいでしょうか。

まずは、障害や障害のある人について正しく知ることからはじめましょう。

障害はさまざまで、どのような生活のしづらさがあるかは人によって違います。それぞれ得意な面や苦手な面に個人差があるのを知ることで、その人に適した心配りや手助けができるようになります。

障害のある人が困っている様子を見かけたら、お手伝いできることはありますかと声をかけてみましょう。困っていることは人によって違いますので、相手の立場で考えて、丁寧にコミュニケーションをとってみましょう。自分だけではお手伝いできないことなら、周りの大人の人に手助けをお願いするなど、自分でできることからはじめてみましょう。

最後にヘルプマークというものを知っていますか。

ヘルプマークとは、外見から分からなくても、みなさんの助けや心くばりを必要としている人が、自分のバッグなどの持ち物につけたり、自分の連絡先やみなさんに協力してもらいたい事を記入したカードを提示して、周りの人に協力してほしいということを知らせるために作成されたマークです。

このリーフレットに関するお問い合わせは、

長崎県福祉保健部障害福祉課

電話番号095-895-2451、ファックス番号095-823-5082です。