

# ちのみつき 知野 光希さん

燕市出身で、車いすバスケットボールの U23 日本代表として9月の世界選手権の優勝に貢献した知野さん。自身の障がいと障がいに対する世間の反応についてお話を聞かせてくれました。



※知野さんの活躍については、広報つばめ 2022 年 11月号「シリーズひと」内で紹介しています。

## 「気軽に接してくれる気持ちが嬉しい」

私は、「おうだんせいせきずいえん横断性脊髄炎」という病気です。

記憶はあまりないのですが、4歳の頃にいきなり両足に痛みが走り、その次の日には足が動かなくなっていました。この病気の原因は分かっておらず、治療法も確立されていないようです。周りの人には過剰に心配されることがよくあって、病気のことあまり触れたがらない人がほとんどです。

私としては、「どういう病気なの?」と気軽に聞いてくれて大丈夫。そのくらいフランクに接してくれた方が、距離が縮まって良いんです。

何より、私の「障がい」について知ろうと思って接してくれる気持ちがとても嬉しいです。

特集

# 手を取り合って



## 障がいへの理解を深め、適切な配慮をしましょう

「障がい」には多くの種類があります。主な特性や配慮が必要な人への心配りについて紹介します。

※下記のほか、発達障がい、言語障がい、難病など心身の機能の障がいのある人も含まれます。

### 視覚障がい

全く見えない、見える範囲が狭いなど人によって見え方がさまざま。

～手助け・心配り～

点字ブロックの上で立ち止まったり、障害物を置かない。

### 内部障がい

心臓、呼吸器、じんぞう ぼうこう腎臓、膀胱、直腸、小腸、肝臓、HIVによる免疫機能障がい、環境の影響を受けることも。

～手助け・心配り～

携帯電話やタバコの煙など公共の場でのルールを守る。

### 聴覚障がい

全く聞こえない、雑音が混じるなど人によって聞こえ方がさまざま。

～手助け・心配り～

筆談、手話、口話など会話の方法を確認する。短文で簡潔な情報で伝える。

### 精神障がい

統合失調症やうつ病などさまざまな疾患により、生活のしづらさを抱えている。

～手助け・心配り～

不安を感じさせないよう、笑顔で穏やかに対応する。

### したい 肢体不自由

手や腕、足や脚、体幹に障がいがあり、体を思うように動かせないなど。

～手助け・心配り～

車いすを使用している人の移動やドアの開閉などを手伝う。

### 知的障がい

発達期に知的機能の障がいが見られ、社会生活への適応がしにくいと感じる。

～手助け・心配り～

ゆっくり、丁寧に話し、絵や写真などでわかりやすく説明する。

私たちは1人きりでは生きていけません。

みんな誰かに支えられて生きています。

毎年12月3日～9日は障がい者週間です。

1人ひとりが障がいへの理解を深め、

すべての人が助け合い、支え合いながら暮らせる「燕」にしていきたいと思います。