

知的障害 1



特ちょうは子どものころ（18才くらいまで）にあらわれます。あらわれ方は1人1人ことなり、個人差が大きいです。

●どんな障害？

生活に必要な力（知的能力や適応能力など）に限りがあることによって、社会生活がうまく送れなくなっている状態

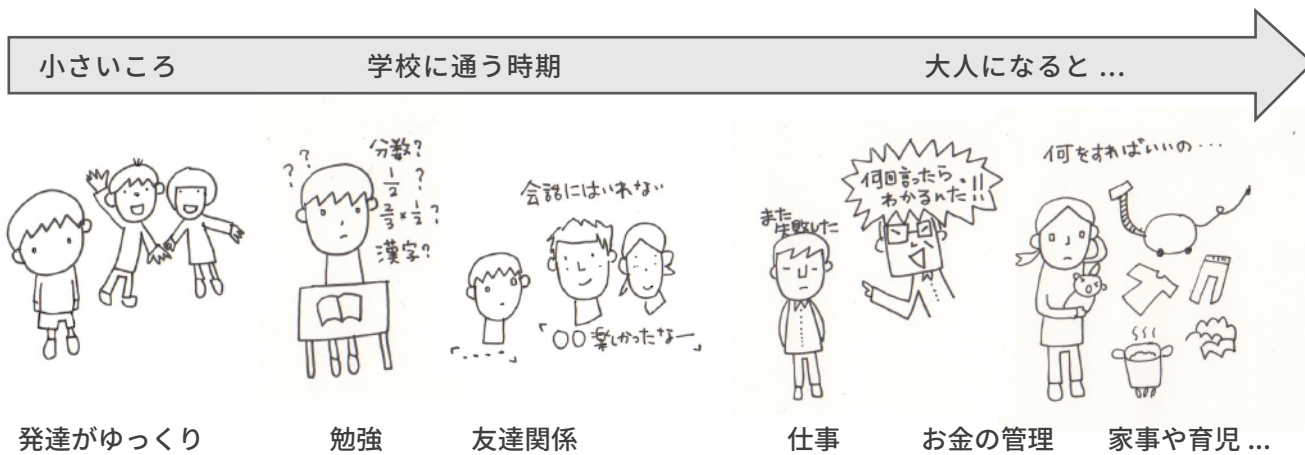
知的障害の人は100人に2人くらいいると予想されています



●こんなことで苦労しがち... (例)



●年代別、どんなことが起こりやすいの？



●いろいろな気持ち

わからない 話についていけない こりつ 孤立 おこ また怒られた ...
 自信がない どうしたらいいの？ せいっぱい 精一杯やっているのに ...



小さいころは、特ちょうが目立たないこともあります。年れいがあがり、自分でやらないといけないことがふえると、困りごとがふえて、まわりや本人が気づくことがあります。



いろいろな工夫を見つけたり、相談やサービスを使って、その人らしい生活（仕事、家事や育児、しゅみなど）を実現している人がたくさんいます

●どうしたら生活しやすくなるの？

本人ができること

- 自分の良いところ（強み）を見つけます
 - ・家庭や職場で、得意なことやできる事を生かしている人がいます
- 苦手なことは、どうすればよいか考えます
 - 例)・1人でうまくいかないときはSOSを出す「手伝ってください」
 - ・メモをとる、「1つずつ教えてください」とお願いする
- 健康を大切にします
 - 例)・好きなことをしてリラックス
 - ・定期的に身体を動かす

身近な人ができること

- 良いところを言葉で伝えます
 - 例)・「あってるよ」「ていねいだから助かるよ」など。本人が強みを実感できるように。
- 苦手があること、本人のせいではないことを理解します
- 本人がもっている力を^{はっき}発揮しやすいようにサポートします
 - 例)・質問しやすいふんいきや時間を作る
 - ・本人の見える位置から、顔を見て、おだやかな口調で話す
 - ・具体的に短い言葉で伝える
 - ・ジェスチャーをそえる
 - ・くり返し体験して覚えることを手伝う
 - ・見本を示す

計算は苦手だけど
コツコツするのは
得意

ひとつずつ言ってもらえれば
できる

- ①
- ②
- ③



●生活を支える相談機関やサービス

相談できるところや、生活を支えてくれるサービス（サポート）があります。

- 市区町村の役所（障害福祉担当）
- 障害者生活支援センター、就労支援センター
- 療育手帳 など

相談先がわからないときは役所へ

「こんなことで困っています。相談できるところや利用できるサービスはありますか？」と聞いてみてください。
このシートを持って行き、話してみてもいいと思います。

※このシートの全文、さらによく詳しい情報はウェブサイトで開催中

子ども情報ステーション
知的障害

検索