

## 〇●〇内部障がいについて知ろう〇●〇

内臓機能の障がいで、心臓機能障がい、呼吸器機能障がい、腎臓機能障がい、肝臓機能障がい、ぼうこう・直腸機能障がい、小腸機能障がい、ヒト免疫不全ウイルス（H I V）による免疫機能障がいの7つの障がいの総称です。

### 困っていること

内部障がいは、外見では障がいがあるとわかりにくいので、周囲の人から誤解を受けることがあります。

- ・ 混雑時に、電車やバスの優先席に座っていると、冷ややかな目で見られます。
- ・ 障がい者用の駐車スペースに車を停めていると、警備員に注意されることがあります。
- ・ 疲れやすい状態にあることから、重いものを持つ、長時間立ち続けるなどの身体的負担を伴う行動が制限されます。
- ・ 呼吸器機能障がいがあると、タバコの煙等で、呼吸が苦しくなることがあります。
- ・ 人工肛門、人工ぼうこうを使用していると、外出先での排泄、食生活、入浴などの特有の悩みがあります。

## サポートするときのポイント

外見からはわかりにくい障がいがあることを理解しましょう。

- ・ 決められたルールやマナーを守りましょう。電車やバスなどで席を譲ったり、喫煙マナーを守りましょう。重い荷物を置くスペースを設けるなどして体力的な負担を軽くすることも配慮につながります。
- ・ ハートプラスマークやヘルプマークなどをたよりに、こちらから内部障がいがある人に気づき、配慮するようにしましょう。

### ハートプラスマーク



ハートプラスマークは身体内部に障がいがある人を表すマークです。心臓や腎臓などの内部障がいや内部疾患は外見ではわかりにくいため、視覚的に示すことで、理解と協力を広げるために作られたマークです。

### オストメイトマーク



人工肛門・人工ぼうこうを使用している人（オストメイト）のための設備があることを表すマークです。オストメイト対応のトイレの入り口・案内誘導プレートに表示されています。このマークを見かけた場合にはそのトイ

レがオストメイトに配慮されたトイレであることを理解し、協力しましょう。

## 災害時にサポートするときのポイント

- ・ 具合が悪そうだったり、様子がおかしいと思ったら「何か手伝えることはありますか？」  
等と声を掛けましょう。
- ・ ストーマ交換のための洗浄場所の確保や交換後に換気出来るように配慮しましょう。