

コミュニケーション手段の例

障がいの特性やその人に合ったコミュニケーション方法を知り、
障がいのある人もない人も、お互いを認め助け合い、
安心して生活ができる地域社会の実現を目指しましょう。

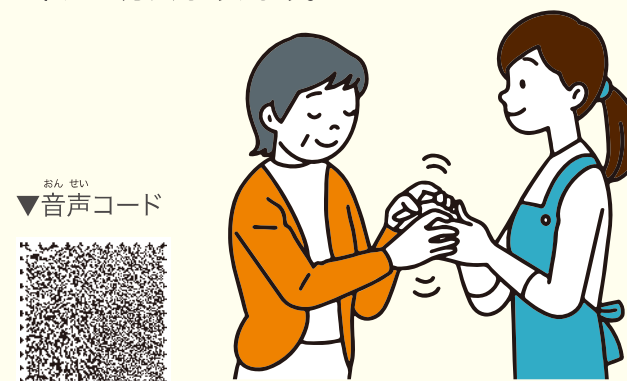
手話

手話は日本語を手の動きに置き換えたものではなく、独自の語彙や文法体系をもつ言語です。手の形や位置、動き、表情を使って相手に自分の意思を伝えることができます。

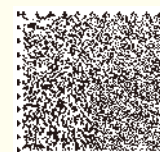


触手話

相手の手話を盲ろう者が触って読み取る方法です。また、相手が盲ろう者の手を取って手話の形を作って伝える方法もあります。



音声コード

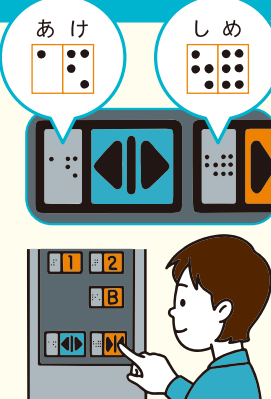


要約筆記

主に聴覚に障がいのある人や知的障がいのある人が情報を得る際に使用する意思疎通手段で、発話者の話を聞き、その場で要約してパソコンや手書きにより文字にして伝える方法です。

点字

主に視覚に障がいのある人が使用する、指先で触って読む文字です。平面から盛り上がった6つの点の有無の組み合わせで、五十音・数字・アルファベット・記号を表しています。



指点字

盲ろう者の両手の指（人さし指、中指、薬指）6本を点字の6点に対応させ、通訳者が盲ろう者の指に打って伝える方法です。



音訳

主に視覚に障がいのある人が情報を得る際に使用する手段です。内容が正しく伝わるように、書かれた文書や図を書いてあるとおりに音声で説明します。



コミュニケーションボード

聴覚に障がいのある人や知的障がいのある人、また障がいの有無にかかわらず、外国人など話し言葉によるコミュニケーションが困難な人に対して、日常生活に必要な事柄等が分かりやすいイラストや言葉で記載されているボードを指さしながら意思を確認する方法です。



重度障がい者用意思伝達装置

肢体不自由や筋萎縮性側索硬化症（ALS）などの障がいにより、体を動かすことや発語が難しい人の意思疎通手段です。指先や足、視線、脳波等のわずかな身体動作を感知する装置によってスイッチを操作し、文字や音声で意思を伝えます。

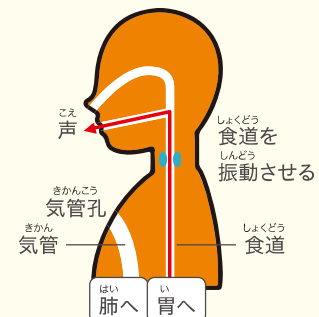


代用音声

喉頭摘出手術等で声帯による発声ができない場合、声にかわる音声的コミュニケーション手段です。大きく分けて、食道発声、人工喉頭による発声、シャント発声の3つの方法があります。

食道発声

食道に空気を取り込み、ゲップの要領で逆流させ、食道の粘膜を声帯の代わりに振動させて発声する方法です。



EL（電気式人工喉頭）

振動を発生させる電気式の機器をあごの下あたりに当て、振動を口の中で響かせ、舌や口の動きで振動音言葉にして発声する方法です。



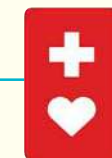
シャント発声

手術により気管と食道をつなぐ器具を挿入し、肺の空気を流して食道をふるわせ、発声する方法です。

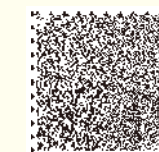


ヘルプマーク・ヘルプカード

外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせるためのものです。カードの裏面には支援してほしい内容が記載されています。マークやカードを持っている方が困っていたら「何かお困りですか？」と声をかける等、思いやりのある行動をお願いします。



音声コード



主な障がいの特性に応じた配慮とコミュニケーション手段の例

聴覚障がい(ろう・中途失聴・難聴)

「ろう者」は主に手話を使用し、事故や病気が原因で後天的に聞こえなくなった「中途失聴者」や聞こえにくい「難聴者」は筆談や要約筆記、口話等の手段を選択するなど、その人によってコミュニケーション方法が異なります。補聴器や人工内耳で「聞こえ」を補うことのできる人もいます。

配慮

まずはその人に合ったコミュニケーション方法を確認しましょう。
話しかけるときは、口の動きや表情が分かるように、ゆっくり、はっきり明瞭に話をしてください。
スマートフォン・タブレット・パソコン等のIT機器を活用してコミュニケーションをとる方法もあります。

主なコミュニケーション手段

必要な情報を視覚情報に変えて伝えることが効果的です。

手話 筆談 要約筆記 口話 身振り 光
コミュニケーションボード スマートフォンの音声認識



視覚障がい

生まれながらに見えない人もいますが、病気が原因で視覚に障がいが出る人もいます。
全く見えない場合(全盲)と、見えづらい場合(弱視)があります。

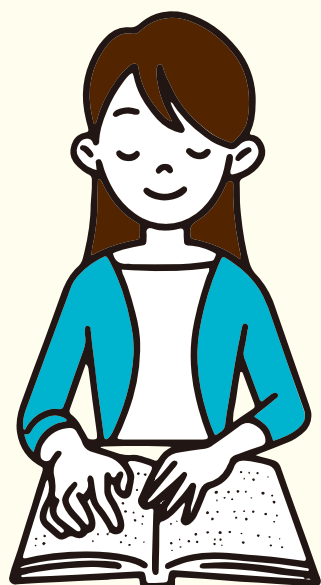
配慮

盲導犬を連れていたり、白杖を持っている人もいますので、見かけた場合は道を譲り、歩行がしやすいよう配慮しましょう。お手伝いをする場合は、いきなり体に触れると驚いてしまうので、まずは「何かお手伝いしましょうか」などと前方から話しかけてください。場所や物の位置を示す場合は、「あっち」「それ」ではなく、具体的に説明しましょう。

主なコミュニケーション手段

視覚情報によらない方法で伝えてください。

点字 音訳 代読 代筆 音声読み上げソフト
弱視の場合 拡大文字 白黒反転文字



盲ろう

「盲ろう」とは視覚と聴覚の両方に障がいがあることを言います。この障がいは程度により、全盲ろう(まったく見えず、聞こえない)、盲難聴(まったく見えず、聞こえにくい)、弱視ろう(見えにくく、聞こえない)、弱視難聴(見えにくく、聞こえにくい)の4つに分かれます。

配慮

コミュニケーション、情報収集、移動の3つの面で困難さがあり、通訳・介助者のサポートを必要とする方が多いです。
まずは、その人に合ったコミュニケーション方法を確認しましょう。

主なコミュニケーション手段

見え方・聞こえ方の障がいの程度により異なります。

手書き文字 触手話 指点字 指文字(日本語式・ローマ字式)
弱視手話 点字筆記 文字筆記 拡大文字
音声(耳元や補聴器に向かって話す)



言語障がい(音声機能障がい・言語機能障がい)

無喉頭、がんなどによる喉頭摘出、発声筋麻痺などにより、発声や発音、話し方などの音声機能に障がいのある人、失語症などにより、「話すこと」「聞いて理解すること」「読むこと」「書くこと」といった言語機能に障がいのある人がいます。外見からだけでは障がいがあることが分かりにくいので、周囲から誤解されることも多くあります。

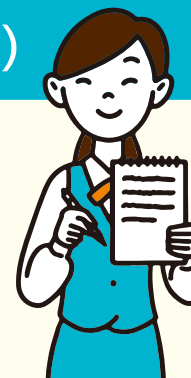
配慮

音声機能に障がいのある人との会話は、静かな場所に対応し、落ち着いて話せるようゆっくりと話しかけます。
言語機能に障がいのある人との会話は、ゆっくりと分かりやすい言葉で話すことを心がけましょう。
また、「はい／いいえ」で答えられる質問をするなど選択肢を示すことや、話し言葉だけに頼らず、身振りや文字、絵、カレンダーや地図などを使用することで、コミュニケーションがとりやすくなります。

主なコミュニケーション手段

静かな環境を作ってゆっくり話してもらい、急かさないようにしましょう。

音声機能障がい 代替音声 筆談 50音表 絵図 コミュニケーションボード
言語機能障がい 実物 絵図 写真 身振り



肢体不自由

事故や病気により上肢や体幹に欠損や麻痺等があると、細かいものをつかみ握ること、字を書くこと、書類や冊子のページをめくこと、小さなボタン、スイッチ、タッチパネル、キーボードやマウスを操作することなどに支障が生じる場合があります。また、発声に関する器官の麻痺や、不随意運動などにより、音声でコミュニケーションをとることが困難な場合もあります。

配慮

移動、読み書き、会話などに時間を要することがあるため、時間に余裕を持ち、見守ってください。また、求めがあれば、代読、代筆するなどの対応をしましょう。車いすを使用している方と話をするときは、少しかがんで目線の高さを合わせるようにしましょう。



主なコミュニケーション手段

障がいの程度により大きく異なります。

下肢の欠損や麻痺等の場合は障がいのない人と変わりありません。

音訳 代読 代筆 文字盤 視線 重度障がい者用意思伝達装置

難病(ALS等)

難病とは、原因も治療法も医学的に確立していない病気です。例えば、難病の一つである筋萎縮性側索硬化症(ALS)は、身体を動かすための神経系が変性する病気です。舌、のどの筋肉が動かなくなり、手足も麻痺することで意思の表明が困難になる一方、視覚や聴覚、記憶、物事を理解・判断する能力は維持されます。

配慮

障がいの状況によりコミュニケーション方法を変えていくことが必要です。どのような方法がよいか事前に確認しましょう。例えば、会話ができなくなり筆談も難しくなったときには、文字盤やコミュニケーションボードを指し示してもらい、コミュニケーションを図る方法もあります。

主なコミュニケーション手段

病気の進行により大きく異なります。

筆談 文字盤 視線 コミュニケーションボード 重度障がい者用意思伝達装置

重症心身障がい

重度の身体障がいと重度の知的障がい重複している障がいです。

意思疎通を図ることが非常に難しいですが、本人に合った方法をとることが重要です。

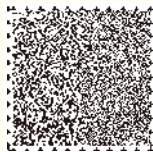
配慮

介護者ではなく、本人に話しかけましょう。言葉によるコミュニケーションが難しく、話しかけて反応がないように見えても、本人は話す側の言葉の雰囲気や表情などを感じ取っています。また、表情や仕草、身体の動きなどによって気持ちや意思を表しています。

主なコミュニケーション手段

口や目の動き 身振り 表情

▼音声コード



知的障がい

18歳頃までの発達期に知的能力が年齢相当に達しておらず、日常生活への適応に困難が生じます。複雑な会話や抽象的なことを理解すること、自分の気持ちを言葉で表現すること、順序だてて考えることが苦手などの特徴があります。

配慮

話をするときは、ゆっくり分かりやすい言葉を使うようにしてください。言葉だけで理解が難しいときは写真や絵を提示したり、コミュニケーションボードを使用しましょう。大切な用件はメモで渡すなどの工夫をしましょう。

主なコミュニケーション手段

平易な表現 実物 絵図 写真 身振り
コミュニケーションボード 要約筆記



発達障がい

脳の機能障がいのため生活上の困難さがありますが、優れた能力が発揮される場合もあり、発達のアンバランスな様子が理解されにくい障がいです。相手の表情や態度だけでは感情が読み取れなかったり、感情のコントロールが上手くできず、他者とのコミュニケーションが苦手な人がいます。音や気温、感触などの感覚が敏感な人もいたり、持っている特性は一人一人違います。

配慮

何かを説明するときは、絵や図を使い具体的に示したり、どんな方法が分かりやすいか本人に聞いてください。感覚が敏感な人の症状はそれぞれのため、大声を出さない、室内の温度を調整する、落ち着くまで個室で休んでもらうなどの配慮をしましょう。

主なコミュニケーション手段

実物 絵図 写真 身振り

精神障がい

統合失調症や躁うつ病などの精神疾患により、幻覚や幻聴、不安やイライラ感、憂うつ感、不眠などの症状が見られますが、服薬や環境の改善により安定していきます。

配慮

話をするときは、その人のペースに合わせてゆっくり話を進めましょう。一度にたくさんの情報が入ると混乱が生じるため、説明するときは紙に書きながら話をするなどの工夫をしましょう。疲れやすさを感じる人が多いため、体を休めるよう声かけしてください。情報の取捨選択が苦手な場合があるため、他の刺激がなく安心して話せるスペース・環境を確保しましょう。

主なコミュニケーション手段

平易な表現 実物 絵図 写真 身振り コミュニケーションボード

▼音声コード

