

# 12月3～9日は「障がい者週間」です

仲間と一緒にライトレールに乗りました。景色がとても良かったです。



わく・わくアートコンクール宇都宮市長賞受賞  
ひばり 下野 善隆さん「みんなでライトレールに乗らしましょう」

障がい者週間は、障がいへの関心と理解を深め、障がいのある人が社会、経済、文化、その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高める1週間です。

この機会に、障がいのある人もない人も、共に支え合う地域共生社会の実現に向け、一人ひとりができることを考えてみましょう。

障がい福祉課 ☎(632) 2353

## まずは理解することから

障がいのある人は、日常生活を送る中で、不便なことや困難に感じていることが多くあります。これらの中には、差別や偏見、道路の段差など、周囲の人の理解やサポートがあれば不便さや困難さを感ぜないで済むことがあります。困っている姿を見かけたら、「何かお困りですか」と、勇気を出して声を掛けてみてください。

## 障がいのある人もない人も互いに尊重し合う社会へ

今年の4月から、会社や店舗などの民間事業者に対して障がいのある人への「合理的配慮の提供」が義務化されました。「合理的配慮の提供」とは、障がいのある人が障がいのない人と同じようにできるような配慮することです。具体的には、高いところにある商品を取って渡す、筆談、飲食店でメニューをわかりやすく説明したり、写真を活用したりすることなどです。合理的配慮は難しいものではなく、障がいの特性が分かれば誰でも対応できるものです。一人ひとりが相手の立場になって、お互いに理解することが重要です。

## 配慮が必要なことを知らせるマークなどを知っていますか？

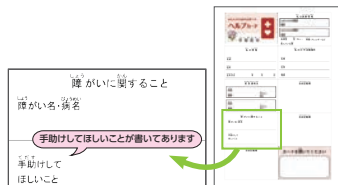
### ヘルプマーク

障がいがある人など、配慮や助けを必要としている人が周囲に知らせるマークです。マークを付け困っている人がいたら、「何かお困りですか」と声を掛けてください。



### ヘルプカード

障がいのある人などが、障がいの特性や支援を受ける際に必要な情報を記入し、いざというときに必要な支援や配慮を周囲の人にお願ひしやすくするためのカードです。



### ヘルプシール

障がいのある人などが、周囲に理解してほしいことや配慮をお願いしたいことをスムーズに伝えるため、ヘルプマークや携帯電話、手帳などに貼って使用するシールで、全27種類あります。



ベビーカーと誤認しないよう、周囲に理解してもらおうもの。



何か困りごとが発生した場合に周囲から声を掛けてもらうもの。

障がいに関するマークのQ&A

これは何のマークでしょう？



A1 **障がい者のための国際シンボルマーク**  
障がいのある人が利用しやすい工夫をしている建物や乗り物などを表した、世界共通のシンボルマークです。車いす利用者だけでなく、障がいのあるすべての人々を表しています。



A2 **ほじょ犬マーク**  
障がいのある人の体の一部となって働いている盲導犬、介助犬、聴導犬などの補助犬がお店に入ることができることを表すマークです。



A3 **耳マーク**  
耳の不自由な人を表すとともに、聞こえない人、聞こえにくい人への配慮を表すマークです。耳の不自由な人からこのマークを提示されたら、手話や身振り、筆談などの配慮をお願いします。



A4 **ハート・プラスマーク**  
心臓や腎臓など外見では分かりにくく、さまざまな誤解なども受けやすい身体の内側に障がいがある人々を表すマークです。

イベントに参加して障がいについてもっと知ろう

1～3のイベントを巡るスタンプラリーを実施します。すべてに参加すると3で、すてきなエコバッグをプレゼント(先着100人)。

障がい福祉課 ☎ (632) 2673

1 障がい者スポーツ体験会

- ▼日時 12月1日(日)正午～午後3時。
  - ▼会場 ベルモール(陽東6丁目)。
  - ▼内容 「モルック」と呼ばれる数字が書かれた棒を倒し、その点数を競う競技の体験。
- 障がい福祉課 ☎ (632) 2673

3 わく・わくショップU特別販売会 ID 1004235

- ▼日時 12月6日(金)午前10時～午後2時30分。
  - ▼会場 市役所1階市民ホール。
  - ▼内容 市内の障がい者施設(約20施設)で制作した製品の販売。
- わく・わくショップU ☎ (632) 7397

2 わく・わくアートコンクール2024 入賞作品巡回展

- ▼日時 12月1日(日)午前10時～午後4時。
  - ▼会場 ベルモール。
  - ▼内容 障がいのある人のアートコンクールで入賞した絵画や造形物などの芸術作品の展示。
- 障がい福祉課 ☎ (632) 2229

障がい者アート作品のウェブ作品展 公開 ID 1036740

- ▼内容 「わく・わくアートコンクール」応募作品と「うつのみやふれあい文化祭」展示作品をウェブ上で公開。
  - ▼今年度作品の公開開始日 12月3日。
- ▲わく・わくバーチャル美術館U ID URL1



おすすめはコチラ



一つ一つ心を込めて作ったクリスマス雑貨、アクセサリやキーホルダーなどを販売します。この機会にクリスマスプレゼントを探してみたいかですか。各施設、趣向を凝らしたパンや洋食・中華などのお弁当やお菓子が並びます。お気に入りのパン、お弁当やお菓子を見つけて、お昼やおやつにいかがですか。

わく・わくショップUとは？

市役所1階にある障がい者施設等製品販売所です。障がい者施設で作られた、パンやクッキー、野菜、手作り雑貨など、さまざまな製品が販売されています。

- ▼営業日 月～金曜日(祝休日を除く)。
- ▼営業時間 午前10時～午後3時。
- ▼会場 市役所1階南玄関付近。

障がい福祉課 ☎ (632) 2229、わく・わくショップU ☎ (632) 7397



▲わく・わくショップU ID URL2

事業所では水耕栽培で野菜を育てています。種からまき、大きく成長した新鮮な野菜を収穫するのが楽しいです。ショップでは、お客さんに顔を覚えてもらったり、買った野菜がおいしかったと声を掛けてもらったりするとうれしいです。





障がい者生活支援センターは、身体・知的・精神の障がい分野に関わらず、地域で生活している障がいのある人やご家族の相談に応じ、地域生活に必要な支援を行います。

■対象 生活支援を必要とする障がいのある人とその家族。

■支援内容

- ▼ 居宅介護（ホームヘルプ）、短期入所（ショートステイ）などの障がい福祉に関するサービスの利用支援。
- ▼ 障がい者福祉施設などの社会資源を活用するための支援。
- ▼ 成年後見人などの権利擁護に関する支援。
- ▼ 介護者の突発的な病気や入院などの緊急時における支援 など。

支援センター職員の声



「もし自分や家族が障がい者となった場合、どこに相談したらよいか分からない。」

「親亡き後の子どもの介護が不安だ。」

こうした相談は、障がい種別や年齢などを問わず、お近くの障がい者生活支援センターまでお問い合わせください。

私たちは障がいに関するさまざまな相談に応じ、障がいのある人が地域で安心して暮らせるようサポートします。

事業所名	住所	問い合わせ先	担当地区 (自治会連合名)
障がい者生活支援センター ひかり	若草4丁目20-7 セントラル若草206	☎ (678) 3077 FAX (612) 7718	西部 = 上戸祭、国本、城山、姿川、宝木、富士見、細谷、明保
障がい者生活支援センター サポートみゆき	海道町79	☎ (661) 5116 FAX (661) 5145	東部 = 石井、泉が丘、清原、平石、峰、御幸、御幸ヶ原、陽東
障がい者生活支援センター クライス	桜2丁目5-30 福田ビル2階	☎ (612) 4746 FAX (666) 5912	中央部 = 今泉、桜、城東、昭和、中央、戸祭、西、錦、西原、東、宮の原、築瀬、陽南
障がい者生活支援センター スローライフ	下金井町587	☎ (678) 8781 FAX (678) 8782	北部 = 上河内、河内、篠井、富屋、豊郷
障がい者生活支援センター とみや	宝木町1丁目40-7	☎ (612) 8120 FAX (612) 8110	南部 = 五代若松原、雀宮、瑞穂野、緑が丘、陽光、横川

※ 担当地区が不明な場合は、お近くの障がい者生活支援センターへお問い合わせください。

体験してみませんか **障がい者体験的宿泊支援事業**

問障がい福祉課 ☎ (632) 2353

障がいのある人が、住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らすことができるよう、グループホームでの宿泊を通して、介護者からの自立を体験する「体験的宿泊支援事業」を実施しています。将来に向けて宿泊体験してみませんか。

- ▼ 会場 市内のグループホーム。
- ▼ 内容 1泊2日または日帰りで、食事、洗濯、掃除、入浴、料理、買い物、散歩などを体験。
- ▼ 対象 市内在住の障がいのある人で、宿泊を伴うサービスを利用していない18歳以上の人。
- ▼ 費用 1,000～3,000円程度(食費などの実費)。

ご利用ください

# 12月3日から障がい者支援アプリ 「わく・わくアプリU」の運用を開始します



障がいのある人やその介護者が、障がいの特性に応じて必要な情報をいつでもどこでも簡単に取得できるよう、スマートフォンアプリ（WEB版含む）を導入します。



## 主な機能

### 1 障がい福祉サービスの検索

障がいの種別や等級などから利用できる福祉サービスを検索し、サービスの内容やサービス利用の申請に必要な書類をいつでも確認できます。



### 2 事業所情報・空き情報の検索

利用目的や場所、障がい種別などから事業所を絞り込み、事業所情報を写真などで確認し、特徴や空き情報を知ることができます。



### 3 施設のバリアフリーマップ

公共施設や商業施設の多目的トイレの有無や施設入口のスロープの設置状況など、バリアフリー情報を写真などで確認することができます。



## ポイント

### お知らせ配信機能

障がい者手帳や各種サービスの更新手続きのお知らせの他、本市の障がい福祉施策やイベント情報などをプッシュ通知で受け取ることができます。

※ お知らせ配信を希望する人は、知りたい情報や利用中の各種サービスの有効期限の事前登録が必要です。

### 登録方法



ホーム画面ページ下の「ログイン/無料会員登録」を押す。



青色の「新規会員登録の方はこちら」を押す。



必要事項を入力し、ページ下の「登録する」を押す。

### ダウンロードについて

1039475

アプリのダウンロードなど、詳しくは、市庁をご覧ください。



▲市庁

入力したアドレス宛てに届くメールに記載されたURLにアクセスし、登録完了。

## アプリの操作説明会を開催します

障がい福祉課 ☎ (632) 2353

■申込方法 当日、直接、会場へ

1 障がい福祉サービス事業所の職員向け

▼日時 12月23日(月) 午前10時～正午。

▼会場 市教育センター(天神1丁目)。

▼内容 事業所情報の登録・変更などの手順やアプリの基本的な操作方法、ダウンロードについての説明会。

2 障がいのある人、介護者向け

▼日時 令和7年1月22日(水) 午後1時30分～3時。

▼会場 市総合コミュニティセンター(明保野町)。

▼内容 アプリの基本的な操作方法やダウンロードについての説明会。希望者には会場でダウンロードなどをお手伝いします。

