

# すこやかハート北九州

保健福祉の情報をお伝えします

## 知っていますか？ 発達障害のこと

### 発達障害とは

発達障害は、脳機能の障害で起こるといわれており、アスペルガー症候群・自閉症(自閉スペクトラム症)「注意欠陥多動性障害(ADHD)」などがあります。多くは2〜3歳頃から目立ち始めますが、中には気付かれないまま大人になり、悩みを抱えている人もいます。

- **「こんな辛さを抱えています」**  
自分の気持ちを言葉や表情にできない
- 予測できないことや急な変更が苦手  
不安が強くなる
- **「周りから見ると…」**  
物や形、場所、順番などに強い

## 発達障害の「こと」

- **「こと」**  
集中できない、じっとしていられない、考えるより先に動いてしまう
- **「個性や長所」**  
話を聞くよりも、絵や文字を見て理解することが得意
- 興味のあることには、集中力が高い

### 発達障害の人への対応は

- その人に合わせて、絵カードや写真を使って分かりやすく説明する
- 人混みやざわつき、大きな音が苦手な人には、集中できる環境を整える
- 注意は優しく、手短にする

## 発達障害に関する相談窓口

- **発達障害者支援センター「つばき」**(小倉南区春ヶ丘、☎922・5523) 発達障害のある人や家族、支援者。西部分所若松区大字小敷もあり。
- **特別支援教育相談センター**(小倉南区春ヶ丘、☎921・2230) 学習についていけない、就学に不安があるなど、特別な支援が必要な子どもや保護者などの相談に応じます。
- **共通 市のホームページ**  
ドレスは表紙参照でもご覧になれます。☎保健福祉局 精神保健福祉課 ☎582・2439へ。

## ご存じですか

### ハート・プラスマーク



ハート・プラスマークとは、身体内部に障害のある人を表すマークです。

身体内部(心臓、呼吸器、腎臓、膀胱、直腸、小腸、免疫、肝臓)に障害のある人は、その不自由さが外見から分かりにくい。そのため、電車の優先席や障害者の専用施設(駐車スペース、トイレなど)を利用して注意されるといった誤解を受けることがあります。

このマークのバッジなどを着用している人を見かけた場合は、理解と配慮をお願いします。



### 「ヘルプマーク」と「ヘルプカード」

ヘルプマークは、外見からは分かりにくい障害や難病、妊娠初期などの人が、配慮を必要としていることを知らせるマークです。ヘルプマークがデザインされたヘルプカードは、障害の特性や具体的な支援内容などを記入し携帯することで、緊急時などにスムーズに



支援を受けられるようにするものです。ヘルプカードを提示されたら、その記載内容に沿って必要な支援をお願いします。

対象者には、ヘルプカードを各区役所「高齢者・障害者相談コーナー」、各出張所などに配付しています。

☎保健福祉局障害福祉企画課 ☎582・2453へ。

## チエツクルと防災について学びましょう

☎危機管理室危機管理課 ☎582・2110

防災マスコットキャラクター「チエツクル」



最終回は、ハザードマップについて紹介するよ。

### お住まいの地域のハザードマップの確認を

ハザードマップとは、豪雨などの自然災害が発生した際、予測される被害の範囲を示した地図です。

本市では、「洪水ハザードマップ」と「津波ハザードマップ」、想定される災害を各小学校区単位で表示した「校区版ハザードマップ」の3種類を作成しています。

最新のハザードマップは市のホームページ(アドレスは表紙参照)でも確認できます。



### 防災の心構えを忘れずに

お住まいの地域のハザードマップを参考に、家族や地域の会議などで、想定される災害

これまで6回に渡り、チエツクルと防災について学んできました。

東日本大震災をはじめとする地震や、近年多発している豪雨災害など、自然災害はいつ、どこで起こるか分かりません。

防災について毎年、家族と話し合う日を決めておくなど、日頃からの心構えを忘れないようにしましょう。

災害が発生した時、まず大切なことは自分の安全を確保することです。

### ハザードマップで確認したいポイント

#### 洪水・土砂災害の場合

- 自宅など日常生活でよく使う場所の浸水想定区域・土砂災害警戒区域など
- 予定避難所の位置、自宅から避難所に至る経路、避難経路中の危険箇所
- 災害時に危険と思われる場所(アンダーパス、河川より低い道路など)