発達障がいって、なんだろう？

発達障がいは、広汎性発達障がい、学習障がい、注意欠陥多動性障がいなど、脳機能の発達に関係する障がいです。発達障がいのある人は、他人との関係づくりやコミュニケーションなどがとても苦手ですが、優れた能力が発揮されている場合もあり、周りからみてアンバランスな様子が理解されにくいといわれています。

発達障がいの人たちが個々の能力を伸ばし、社会の中で自立していくためには早い段階からの気づきと適切なサポート、そして発達障がいに対する私たちの一人一人の理解が必要です。

４月２日は「世界自閉症啓発デー」です

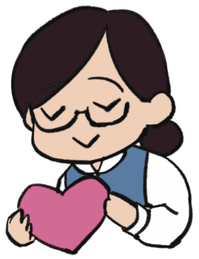


2007 年 12 月の国連総会において、毎年４月２日を「世界自閉症啓発デー」とすることが決議されました。日本では、毎年、世界自閉症啓発デーの４月２日から８日までの１週間を「発達障がい啓発週間」として広く啓発する活動を行っており、本市でも「癒し・希望・平穏」を表すシンボルカラーの青色で佐世保港周辺のライトアップを行います。
皆さんも、世界自閉症啓発デー・発達障がい啓発週間をきっかけに、自閉症をはじめとする発達障がいについての知識・理解を深めてみませんか。（参考：政府広報オンライン）

相談先：障がい福祉課

ゆみはり会

「ゆみはり会」を紹介します。
「ゆみはり会」とは、精神にハンディ（主に統合失調症）を持つ人の家族の集まりです。
ゆみはり会は「支え合い、学び合い、働きかける」をモットーに家族が安らぐ場を大切に育てていく活動をしています。
一人で悩みを抱えこんでいませんか？一緒に元気な心を保っていきませんか？
さまざまな思いを抱えていらっしゃるご家族の方々、ともに語り合いましょう。



例 会　毎月第３土曜日 13：00 ～（変更の場合もあります）
場 所　ボランティアセンター別館研修室（花園町）

例会のほかにも、学習会や催しを開催していますので、お気軽にご連絡ください。

いろいろなものを作ったり、デイケア活動もしています



- 連絡先 -
ゆみはり会事務局
☎ 080-7892-7607

障がい福祉だより
vol.10　2023 年４月特集号

〒857-0042 佐世保市高砂町５－１
佐世保市保健福祉部障がい福祉課
☎ 0956-24-1111（代表）　FAX 0956-25-2281
http://www.city.sasebo.lg.jp/　syogai@city.sasebo.lg.jp

障がい福祉だより vol.10

佐世保市の障がい福祉のとりくみについてご紹介します。

挨拶でよく使う手話表現です。新年度で出会う方に使ってみては？手話動画もぜひご覧ください！

手話動画



佐世保市手話言語条例を知っていますか？

～平成３０年３月２７日制定（平成３０年４月１日施行）～

佐世保市では、手話が言語であることの認識に基づき、手話に対する理解を広げ、相互に地域で支えあい、安心して暮らすことのできるまちづくりを目指し、条例を制定しました。
手話に関する施策等について、市民のみなさんのご理解とご協力をお願いします。

●手話は言語です

手話は、音声の代わりに手指や体の動き、表情を使って視覚的に表現することば（言語）です。

●この条例の目的

手話が言語であるとの認識の下、手話に対する理解・普及に関する基本理念を定め、
○市の責務、市民・事業者の役割を明らかにします。
○市が実施する基本的事項を定めます。
⇒相互に支えあい、全ての人が安心して暮らすこと、訪れることができるまちづくりを目指していきます。

●市

手話への理解と普及を図る施策並びにあらゆる場面で手話による円滑な意思疎通ができる地域社会を構築するための施策を講じ、その推進に努めます。
⑴市民の手話の理解及び普及を図る施策
⑵手話による円滑な意思疎通ができる地域社会を構築するための施策
⑶手話通訳者の派遣等によるろう者等の社会参加の機会の拡大を図るための施策

●市民

地域社会でろう者等とともに暮らす一員として、手話に対する理解を深めるとともに、市が推進する施策に協力するように努めます。

●事業者

ろう者等が利用しやすいサービスを提供するとともに、働きやすい環境を整備するように努めます。

※佐世保市手話言語条例の全文は佐世保市のホームページに掲載しています。

https://www.city.sasebo.lg.jp/

依存症とは…

依存症は脳の病気です。

日常生活に支障があるにも関わらず、アルコールやギャンブル、スマホやゲームなどにのめりこんで、やめたくてもやめられず、自分でコントロールできなくなる**脳の病気**です。

依存症からの回復はやめ続けることです。

依存症を治す薬はありません。唯一の方法は「やめ続けること」です。しかし、一人でやめ続けることは大変困難です。専門の医療機関で治療プログラムを受けるか、自助グループにつながることが大切です。また、周囲の方が本人をいくら責めても問題は解決せず、「叱責」「処罰」「借金の肩代わり」などは状況をさらに悪化させるばかりです。依存症は「否認の病気」といわれており、本人が回復の必要性を自覚するまでには時間がかかります。まずは、家族や周囲の方が自助グループや病院、保健所に相談し、適切なサポートや効果的なかかわり方について知ることから始めましょう。

◆　自助グループ　◆

（依存症本人または家族同士が体験を共有しながら回復を目指します）

「断酒会」 アルコール依存症当事者と家族のグループ

- 第２・４火曜日 １３：３０（中央保健福祉センター）
- 第１土曜日 １９：００～、第３日曜日 １３：３０（佐世保市民活動交流プラザ）

「AA 長崎地区早岐会場」 アルコール依存症当事者と家族のグループ

日　時　第２・４日曜日 １５：００～１６：３０
場　所　早岐地区公民館

「GA 佐世保」
ギャンブル依存症当事者のグループ

日　時　毎週水曜日 １９：００～
場　所　佐世保市民活動交流プラザ

「ギャマノン結」
ギャンブル依存症に悩む家族や友人のグループ

日　時　毎週水曜日 １９：００～
場　所　佐世保市民活動交流プラザ

「長崎ダルクさせぼ相談所」 薬物・ギャンブル・アルコールなどの問題でお困りの方

日　時　月曜日から水曜日 １０：００～１７：００
場　所　県北振興局天満庁舎５階 ※駐車場はありません
電　話　0956－59－7822

「依存症ミーティングルーム」 依存症の問題でお困りの方、ご家族

- 当事者ミーテイング　　毎週 火曜日 １９：００～２０：００
- 家族ミーテイング　毎月第1･3月曜日 １９：００～２０：００

場　所　県北振興局天満町舎５階 ※駐車場はありません
電　話　0956－59－7822



生きづらさを感じていませんか？

生きづらさを感じる、気持ちが沈むなどの様々なこころの悩みを抱えていたら、その悩みを相談してみませんか。電話相談だけでなく、LINE、オンラインチャットなどでの相談窓口もあります。

まもろうよ　こころ
（厚生労働省）
電話だけでなく、SNS やチャットで悩みを相談できる窓口があります

みんなの情報交差点 カチッ！
（長崎県）
悩みを抱えている人のサポートサイト

また、障がい福祉課では地域のグループや企業、学校など様々な団体にゲートキーパー（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと）養成講座を実施しています。講座を希望される方は、社会教育課または障がい福祉課へお問い合わせください。

ゲートキーパーは特別な資格ではありません。誰でもゲートキーパーになることができます。専門性の有無にかかわらず一人でも多くの人が、ゲートキーパーの意識を持つことが自殺予防につながります。

長崎いのちの電話

社会福祉法人「長崎いのちの電話」は誰にも相談することができずひとりで悩んでいるひとのための電話相談窓口です。名前をいう必要はなく、秘密も守られます。
下記の日時でご利用いただけます。通話料は有料となります。

長崎いのちの電話

相談用番号　☎ 095-842-4343

・毎日午前 9 時から午後 10 時
・毎月第 1・3 土曜日午前 9 時から翌日午前 9 時
（24 時間体制）

いのちの電話フリーダイヤル

☎ 0120-738-556
下記の日時で通話料無料でご利用いただけます。

・毎日午後 4 時から午後 9 時
・毎月 10 日午前 8 時から翌日午前 8 時（24 時間体制）

相談ボランティア募集中！！

いのちの電話の相談員はボランティアとして、いのちの電話を第一線で支えている存在です。社会福祉法人「長崎いのちの電話」では、相談ボランティアを募集しています。相談員になるためには所定の手続きや講座を受ける必要があります。詳細は事務局までお問い合わせください。

社会福祉法人長崎いのちの電話事務局
☎ 095-843-4410
✉ ngsk-inoden@space.ocn.ne.jp