

第13章 知的障がいのある人へのサポート

1 はじめに

知的障がい（ID：Intellectual Disability）とは、「知的発達インテレクシュアル デベロプメントの障がい」を意味しています。日本での「知的障がい」の定義は、法律で定められているわけではありませんが、厚生労働省が行っている「知的障害児（者）基礎調査」では、「知的機能の障害が発達期（おおむね18歳まで）にあらわれ、日常生活に支障が生じているため、何らかの特別の援助を必要とする状態にあるもの」と定義されています。診断の基準は、次の①～③のいずれにも該当するものを「知的障がい」といいます。

- ① 知的機能の障がいが発達期（おおむね18歳まで）にあらわれる。
- ② 知的機能が明らかに平均以下であること。
- ③ 知的機能の障がいにより適応行動（コミュニケーション、自己管理、家庭生活、社会的・対人的機能、地域社会資源の利用、自律性、発揮される学習能力、仕事の遂行、余暇の利用、健康の管理、安全など）が困難であること。

※ ②の知的機能が明らかに平均以下であるかどうかの判断は、「標準化された知能検査（ウェクスラーやビネーによるものなど）によって測定された結果、知能指数インテリジェンス クォーシャエント（IQ：Intelligence Quotient）がおおむね70までのもの」による。

【障がいの程度による判定】

	a	b	c	d
I (IQ ~ 20)	最重度知的障がい			
II (IQ 21 ~ 35)	重度知的障がい			
III (IQ 36 ~ 50)	中度知的障がい			
IV (IQ 51 ~ 70)	軽度知的障がい			

（日常生活能力水準の a、b、c、d は省略されている。）

※ 厚生労働省 知的障害児（者）基礎調査における知的障がいの程度資料

この区分や判定方法は都道府県によって異なります。

③の適応行動が困難であることは、年齢に相応した適応行動に明らかな制限がともなっていることを指しています。

これは、知的障がいのある人は、知的機能と適応行動の両方から明らかに制限を受けているということであり、個々の知能指数（IQ）の高低だけで

なく、知的障がいのある人とその人を取り巻く環境とが相互に作用した結果であると考えられます。

全国障害者スポーツ大会において、知的障がいのある人が出場できる競技には、「陸上競技」、「水泳」、「卓球」、「フライングディスク」、「ボウリング」、「バスケットボール」、「ソフトボール」、「バレーボール」、「サッカー」、「フットソフトボール」があります。

2 知的障がいの特徴

(1) 外見から分かりにくい

視覚障がいや肢体不自由であれば、アイマスクや車いすを用いて、その不便さを追体験し、理解することができますが、知的障がいは、障がいのあることによる生活の不便さ、困難さを、その一部でも追体験できる障がいではありません。また、本人自身が自分の困難さを主張することが不得意であり、こうした点で細やかな配慮が必要です。

(2) 障がいの状態の多様性

知的障がいのある人は、身辺処理がほとんどできない等、障がいの程度が非常に重い人から、就労し社会で自立した生活を送っている人まで、障がいの程度に幅があります。知的な発達のいろいろな面が比較的一様に遅れていることもありますし、著しく不均衡に遅れている場合もあります。そして、不均衡な遅れの生じ方も実に様々です。ですから必要な援助の量や質が個人によって大きく異なります。

(3) 障がいの状態の変動性

知的障がいのあることは、その人の将来の活動範囲を限定するものではありません。知的障がいのある人を取り巻く生活環境が整えられることによって、自立し、社会で生活することも可能となります。

(4) 知的能力の低さからくる適応力の弱さ

知的障がいのある人は、知的な面での弱さから抽象的な概念は理解しにくいことがあります。突発的な出来事に対しては臨機応変に対応することが難しいので、本人の理解の程度に合わせ、事前に働きかけて本人の了解を得ることが大切です。

(5) 判断力の弱さ

障がいの程度は、最重度、重度、中度、軽度の区分で表され、重度の人ほ

ど障がいの度合いが大きく、物事を理解することが難しくなります。適切かどうかという判断を求められる事柄に対しては、特に影響が大きいものです。判断の手がかりを示し、手順を追えば確実に正しい結果になるということを示すことが大切です。

(6) 自律性の弱さ

知的障がいのある人は、普通にしたことでも結果的にうまくできないことが多いので、とても不安になります。自信のないことには消極的になり、他律的な行動が目立ちます。人に頼る分、影響も受けるので支援する人のあり方が大きく影響を及ぼします。

(7) 学習に時間がかかる

学習したことをすぐには覚えられませんが、よい経験を継続することで身に付くことが多くあります。支援する者は気長に見通しをもって対応することが大切です。

(8) 反復や固執性をもつ

自閉症スペクトラムを併せ有する知的障がいのある人は、その特性の一つとして、同じ行動を何度も繰り返したり、一つのものに固執したりする傾向（こだわり行動）が多く見られます。周囲の人が環境に配慮し、本人にとって余分な刺激を少なくすることで、未然にその状況を防止することができます。

(9) コミュニケーションが上手にできない

知的障がいのある人は音声言語がなかったり、あっても会話が成りたたなかったりする場合があります。このような方の場合、言葉の概念が形成されていないことが多いので、分かっているように見えても、実際には理解していないことが多く見られます。言葉の理解しにくさを視覚で補うアプローチとしてカードの活用などが有効です。

(10) 感性が鋭い

感性の部分は障がいを受けていないので、快、不快もしっかりと感じています。知的理解が困難な分、感性や感情で物事を捉えていくことが多いです。しかし、相手の表情などから感情を読みとることに関しては、喜びの表情は障がいのない人と変わりなく認知できるのですが、悲しみと怒りの表情を混同してしまい、認知しにくいと言われていました。快い感性豊かなこと

に多く出会える環境が、円満な人格形成に繋がります。

(11) 感覚が極端に鋭い（鈍い）

外界の刺激にあまり過敏に反応しすぎて情緒不安定になるような場合は、刺激を弱くする等の配慮が必要です。自閉症スペクトラム障がいを持つ人の中には、味覚過敏の方もいます。そのような人は、カレーや丼物など、複数の料理が混ざることや不快を感じる場合もあります。本人の五感（視覚・聴覚・触覚・味覚・嗅覚）が鋭いか鈍いか、どんな支援が必要なのかを見極めることが必要です。

3 コミュニケーションのポイント

知的障がいのある人の中には、自分の気持ちを上手く表現できない人もいますが、それぞれいろいろな『思い』や『願い』をもって、全国各地から「SAGA2024全障スポ」に参加します。そのことを理解し、誠意を持ってサポートしましょう。

(1) 参加者一人一人を「個人」として尊重しましょう

知的障がいのある人という先入観を持たずに一人の個人として接しましょう。表現の不十分さは個性としてとらえ、優しく穏やかな声で対応しましょう。

(2) 相手の年齢に配慮しましょう

知的障がいのある人の中には、実年齢より幼く見える人がいます。幼く見えても皆さんより人生の先輩も多いです。言葉遣いや態度など年齢に合わせた対応を心掛けましょう。成人の方の場合には、子ども扱いしないようにしましょう。

(3) たくさん会話をしましょう

会話をすることで、相手の気持ちがわかります。話の糸口をつかむために、話題を用意することも大切なことです。SAGA2024全障スポでは、選手の出場する競技など、共通の話題を用いて、選手に日頃の練習の様子や努力していることなどを聞き、話に花を咲かせましょう。

(4) 応対は積極的にしましょう

「何かお困りのことはありませんか。」「お手伝いしましょうか。」などの言葉を積極的にかけ、参加者が気軽にサポートを頼めるような雰囲気を作り

ましょう。

(5) 分からないことは聞きましょう

相手に「してほしいこと」を聞いて対応しましょう。また、サポートの方法が分からないときやうまく相手の話が聞けなかったときは、付き添いの方などに状況を聞いてから対応してください。一人で判断することは事故に繋がりがねませんので注意しましょう。

(6) 説明は具体的に分かりやすくしましょう

トイレの場所や集合場所などを聞かれた場合、「あっち」や「向こうの方」などの曖昧な言い方や、「第〇ゲート」など、関係者にしか分からない言い方ではなく、近くの目印や目標物などを具体的に示し、分かりやすく説明しましょう。慣れない場所での行動は不安になるものです。できる限り目的の場所まで付き添って案内しましょう。そのためにも、自分自身が会場のことを十分に把握しておきましょう。

(7) 短い文章で説明しましょう

一度にたくさんのことを言われると混乱するので、短い文章で「ゆっくり」「丁寧に」「繰り返し」説明し、内容が理解されたことを確認しながら対応しましょう。

(8) 穏やかな口調で話しましょう

社会的なルールを理解しにくいいため、周囲とは別行動を起こす人もいるかもしれませんが、いきなり強い口調で言葉をかけたりせず「どうしましたか?」「何かお手伝いしましょうか?」と穏やかな口調で言葉をかけましょう。

4 知的障がいと発達障がい

知的障がいの区分（カテゴリー）を考える上で、理解しておかなくてはいけないことの一つとして、発達障がいが挙げられます。

発達障がいの捉え方は、教育・行政・医療・福祉など異なる領域にまたがる中で必ずしも統一されているわけではありません。発達障害者支援法（平成16（2004）年）では、発達障がいという障がいの定義を「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害その他これに類する脳機能の障害であってその症状が通常低年齢に発現するものとして政令で定めるもの」（発達障害者支援法第2条）と定めています。また、医療現場で

は発達障がいをもより広く捉え、知的障がいや情緒などの障がいまで対象を広げています。発達障がい者には、知的障がい者と同様に時間をかけたサポートが求められていること、個々のニーズを満たすことのできる支援などが必要です。

【代表的な発達障がい】

○ 広汎性発達障がい（アスペルガー症候群・高機能自閉症）

言葉が使えない重い知的障がいを伴う人から、言葉と知的発育に遅れがない高機能自閉症やアスペルガー症候群と診断される人まで様々です。近年は、これらを総称して「自閉症スペクトラム」あるいは「自閉症スペクトラム症」（ASD）と呼ぶことが増えています。

自閉症スペクトラムのある人は、個人差はあるものの次の3つの特徴があります。

- ① 人と上手に付き合えない
- ② コミュニケーションがうまくとれない
- ③ 想像力が弱い・強いこだわりがある

他にも、特定の音や声、光などを嫌がったり、においや温度に敏感だったりします。体に触れられるのをとても嫌がる人もいます。

また、変化や見通しが見つからない場面では、情緒が不安定になりやすく、小さい子どもなら危険がわからなかったり、体を揺らしたり跳びはねたりすることもあります。話しかけても返事がなかったり、意味不明のことをしゃべっていたりすることもあります。

そして、知的発達に遅れがない場合でも、人の気持ちを察したりその場の雰囲気を読んだりすることが苦手なので、周囲から誤解を受けやすいです。

○ 注意欠陥・多動性障がい（AD/HD）

注意力と集中力に欠けること、じっとしてられない多動性や考えずに行動してしまう衝動性が見られたりすること、このどちらかまたは両方の特徴があるため、勉強や仕事がかたくなりに進まないことがあります。

自分の気持ちや行動をコントロールする力が弱く、行動面に現れることが多いです。

○ 学習障がい（LD）

知的な遅れはありませんが、聞く、話す、読む、書く、計算する、

推論するといった学習に必要な能力のうち、一つ又は複数の力をうまく使えないために、学習面で困っていることが多いです。例えば、見たものを区別して読み取ったり、聞いたものを区別して聞き分けたりすることが苦手です。また、中には手先が不器用で運動発達に遅れがある人もいます。それゆえ、人より時間がかかったり何度やっても失敗ばかりしたりするので、自信を失ってしまうことも多いです。

<発達障がいの主な特徴>

- ・ 外見からはわかりにくい。
- ・ 遠回しな言い方やあいまいな表現は理解しにくい。
- ・ 順序立てて論理的に話すことが苦手な人もいる。
- ・ 年齢相応の社会性が身に付いていない人もいる。
- ・ 関心のあることばかりを一方向的に話す人もいる。
- ・ 人とのコミュニケーションが苦手。
- ・ 相手の表情や態度から相手の気持ちを読み取ることが苦手。
- ・ 突然走り回ったり、怒ったり、笑ったりすることがある。また、その場にそぐわない行動をすることもある。
- ・ 場所や物の配置などにこだわりがあって、その状態の変化を嫌がり、変化に対する適応が難しいこともある。
- ・ 相手の言ったことを繰り返す。(この場合、相手の言っていることが理解できていないことが多い。)
- ・ 騒々しい環境は苦手で、静かな環境の方が落ち着くことが多い。

<コミュニケーションのポイント>

- ・ 簡単な言葉を理解できる人でも、長い言葉はよく理解できません。具体的に短い言葉で、ゆっくりとわかりやすく話しかけましょう。
- ・ やさしい口調を心がけましょう。
- ・ 言葉だけで理解できない人も多いので、具体的な物や絵、文字や身振りなどを使って、本人に分かりやすい方法で伝えましょう。
- ・ 否定的な言動に過敏な人が多いので、「○○しない」ではなく「○○しましょう」と肯定的な言葉をかけましょう。
- ・ こだわりや癖が周囲の人にはおかしく見えたり、わがままに感じたり、迷惑に思ったりすることがあるかもしれませんが、大声で注意したり力で抑えたりすることは逆効果なので、穏やかな口調と毅然とした態度で声をかけましょう。

- ・ 言葉が話せても「嫌です」と言えずに困っている場合もあるので、その人が、今、何を感じているのか配慮が必要です。
- ・ 見通しが立たずに不安になっていることが多いので、危険のない限り、また迷惑にならない範囲で温かく見守ってあげてください。
- ・ パニックになったら刺激しないよう、また危険がないように注意しながら、落ち着くまで見守りましょう。カづくで押さえつけることは逆効果です。