

【連載】

わかと



障がい者基幹
相談支援センター
だより

第
40
回

改正障害者差別解消法について

Q
質問



障害者差別解消法の一部改正は、どんな内容？

A
回答



平成28年に施行された「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律」を一層推進するため、今までは、主に行政機関に義務付けられていた合理的配慮の提供を、民間事業者に対しても義務付け、障がいを理由とした差別を解消するための措置を強化していく内容となっています。(令和6年4月施行)

Q
質問



どんなことに気を付けていけばいい？

A
回答



合理的配慮の提供は、障がいのある人から「助けてほしい、手伝ってほしい」と伝えられた時に、提供する側に負担がかかりすぎない範囲で手助けをすることです。

具体的事例について、内閣府のホームページから参照することができます。

詳しくは
こちらから



障がいのあるかたの差別に関する相談窓口は、市役所福祉課(障害福祉グループ) ☎0587-32-1281 FAX0587-32-1219と、障がい者基幹相談支援センター ☎0587-23-6713 FAX0587-33-4666に設置されています。



今回は、「障害者雇用促進法」についてお伝えします。

※本会ではノーマライゼーションの理念を推進する観点から広報紙面などにおける「障害」の表記を、「障がい」と一部ひらがな表記に努めています。
※ノーマライゼーションの理念とは、デンマークにおける知的障がい者の親の運動から広がった考え方で、障がいのある人もない人も、みんなが安心して生活をおくることのできる地域社会を築くことをめざすものです。

オーラルフレイル予防(2)

「お口のトレーニング」

高齢者後立ち かわら版

第38回



加齢によって筋肉が弱ってくると、お口周りの筋肉や舌の動きが悪くなり、口腔機能の低下に繋がります。

日頃からお口周りの筋力を維持・向上させるトレーニングを行なうことで、唾液がよく出るようになり、食べ物も飲み込みやすくなる効果があります。

今回は、そんなトレーニング方法の一つをお伝えします。

【あいいうべ体操】



一日30セットを目安に毎日続けます。声は出しても出さなくてもかまいません。

入浴時にやるのがおすすめです。しゃべるときより口をしっかり、大きく動かす必要がありますが、無理はしないようにしましょう。

次回は、「オーラルフレイル予防(3)」について紹介します。