

内部障害を  
持っています



# ハート・プラス通信

～内部障害者・内臓疾患者の暮らしについて考える～

2017年05月20日 No.39 <春号>

【配信元】 NPO 法人 ハート・プラスの会  
【連絡先】 事務局 E-mail: [info@heartplus.org](mailto:info@heartplus.org) 携帯電話: 080-4824-9928  
【ホームページ】 <http://www.normanet.ne.jp/~h-plus/>

## 会員様からの投稿

### ハート・プラスとの 出会い

〔小林由起子様〕

私がハート・プラスと出会ったのは、今から5〜6年前ぐらいになるでしょうか？  
当時私はあるNPOに勤めていました。そこでは、障害があることを認めて、自分らしく生きることを理念としていました。

それはいいのですが、私が疑問を持ったのは、「(見た目の) 障害が重ければ重いほど偉い、立場が強い(言い方に語弊があったらごめんなさい)」かのような風潮でした。

私は膠原病からの脳梗塞で右半身麻痺になり、車椅子です。膠原病という難病を抱えていると言うことは、車椅子に乗る前も後も同じなのに、車椅子に乗るようになったら回りの人がみんな優しくなり理解をしてくれるようになりました。

だけども見た目元氣そうな難病だけの時は、いくら辛いと訴えても怠けてるとかさぼってるようにとられてしまう時が多々ありました。痛みや苦しみは目に見えないから、やむを得ないので。私は自分が車いすになってみて、目に見えない障害だけの時とのあまりにも違う世間の接し方に驚きました。と同時に、目に見えない障害の大変さを思い知りました。

見た目にわかる障害は不自由な面も沢山ありますが、大変さがわかりやすいです。だけど、見た目ではわからない障害を抱えて不自由なことがたくさんあるのに、理解されない人達も沢山いるのです。見た目の障害だけで判断されることに疑問を持っていました。

そんな時に前代表の白井さんと出逢い、話をしてすっかり意気投合し、当然のようにハート・プラスの会に入らせていただきました。



世の中にはまだまだ知らない病気が沢山あって、日本で内部障害と法的に認められていないものもたくさんあります。膠原病だって法的に言えば内部障害には含まれません。

でも私の思いを白井さんに伝えた時、彼女は私の意見に賛同し、理解してくれました。このことがどれほど嬉しかったことか！

ハート・プラスは、目に見えない障害でつらく苦しい人に寄り添い、力を与えることができる場所だと思っています。



## みんなに 知ってほしいから

〔松元 愛実様〕

これ書こか悩んだけどやっぱ  
みんなに知って欲しいから。

少し前の電車での事。

健康そうなチャラチャラした  
感じのお兄さんが優先席に座っ  
てた。

そこに杖をついた

おばあさんが乗ってきた。

それを見てた子どもがお兄さん  
に「ここは体の不自由な人の座ら  
席やでー!!!」  
って注意した。

そしたらお兄さんは立って  
「そうやな。ごめんな。どうぞ。」  
って笑顔でおばあさんに席を譲っ  
て 次の駅で降りていった。

ここまでやと思いきりある子ど  
もやな。 で終わるかもしれん。

でもお兄さんの鞆には  
ハート・プラスマークっていう内  
部障害者がつけるマークのキーホ  
ルダーがついてた。

あいみ気付いたら一緒に電車降  
りて声掛けちゃってた。

なんも考えてないのに声かけて  
もーてあいみ若干パニック。笑

それ気付いてくれてお兄さんか  
ら色々話してくれた。

なんか同じ内部障害者として  
分かり合えるものがあつた。

30分くらい話して  
お兄さんとはさよならした。

それからずっと考えてた。  
この事は誰も悪くない。

子どもの勇気もすごいと思う。  
お兄さんの対応もすごいと思う。



ほんまに人は見かけで判断出来  
ひんなつて思った。

お兄さんあの笑顔になるまでに  
どんな思いをしてきたんやろって  
考えたら悔しくなつてきた。

誰も悪くないだけにもっと。

でも世の中全体に

あともう少しの知識と配慮があれ  
ば、お兄さんが傷付く事は防げた  
んかなつて思う。

車椅子とか杖とかついでる目に  
見える障害者はわかるし

障害者マークもみんなが知ってる  
からだいたい配慮してもらいやす  
なつてると思う。

だけど世の中には  
目には見えない障害を抱えてる  
人もたくさん居てる。

それを示すマークが  
こんなにもある。

やのにこのマーク達  
まだまだ世間に浸透してない。  
当事者ですら知らん事も多い。

ほんまはこんなマーク達なくて  
も、ハンデのある人が素直に手を  
貸してくださいって、言える世の  
中であつてほしい。

だけどやっぱり人間は、目に見  
えるもので判断してしまう。

だからもっとみんなに知ってほ  
しい。

せめてあいみの周りにだけでも  
このことを知ってほしい。

色んな意味で

目に見えるものが全てじゃない。

※松元様のフェイスブックから  
許可を得て使用させて頂きまし  
た。



## ハート・プラスマーク を掲げていると・・・

〔神奈川県 石川様〕

ハート・プラスマークの自作  
カードを掲げ続けて3年経過しま  
した。

「ハート・プラス通信」30号に  
掲載してもらいましたが、これま  
でにこのカードを見た人はかなり  
いると思われず。

自治体の福祉局・障害者支援に  
関する部署や植込み施術を施した  
済生会病院などにも首から掲げた  
まま行動しています。

そこで電車・バスの優先席付近  
での周囲の人の状況をお伝えしま  
す。

### ●街中で・・・

六角橋商店街(横浜市)で立ち  
寄った食材卸の店主の言葉・・・  
首から掲げてるのは何だい？

### ●帰宅する際横浜駅のバスターミ ナルで・・・

初老の女性3人グループ↓これ  
可愛いね。どこで売っているの？

●路線バス車内で幼女とヤングマ  
マの会話・・・  
幼女↓ママあれなくに？  
ママ↓ハートが壊れたのよ！！

●東海道線優先席付近で立ってい  
たらご年配の女性より・・・  
どうぞ・・・

●横浜市営地下鉄優先席に着座し  
ていると、後から乗車の小中学生  
姉妹が向い側席に座り、スマホを  
操作 妹がわたしの首から吊下げ  
ているハート・プラスマークを見  
て、姉に肘で合図してマークを指  
し姉も見て、スマホスイッチを切  
っていた。

〔横浜市営地下鉄は優先席に 人  
型が腰かけていて胸の部分にハー  
トが、描かれているマークと一緒に  
に表示されています。〕



車内表示シール

※横浜市営地下鉄は『優先  
席』ではなく『ゆずりあい  
シート』と表記

●相模鉄道の海老名駅から  
乗車・・・

かなり空席の状況で優先席に座  
っていると途中の大和駅から乗車  
した外国人が(神奈川県でこの駅  
はアメリカ軍の人の乗降が多い  
駅)

隣に座りスマホを操作していた  
ので、カードを見せたら

『オッソソソソ』だって！  
スイッチ切ってくれました。  
外国人にも通じた(笑)

●かなり空いている地下鉄ゆずり  
あいシートで・・・

対向席に着座していた少女の視  
線が掲げカードをしばらく見て  
『あのおそれ何ですか？』と問い  
かけてきたので、『身体内部に障  
害が有る人を表します』と答え  
名刺を渡しました。

●東京・新橋駅で東海道線に乗車  
し、優先席の前で立っている  
と・・・

優先席に座っている営業マンら  
しき男性は、薄目を開けてカード  
を見て寝たふりをして下を向い  
てしまいました。

席を譲ってくださいました。  
皆様に感謝いたします。

## 第4回横浜ミニ交流会開催のお知らせ

日時：平成29年6月18日(日) 13時30分～16時30分

会場：横浜市社会福祉センター 9階 小会議室 901

住所：神奈川県横浜市中区桜木町1-1

申し込み：ysm.indeco-kame6324@docomo.ne.jp

参加費無料

## ハート・プラスマークを必要としている人の最近の傾向

〔代表理事 鈴木〕

### ※はじめに

前事務局長に代わって、私と徳永理事で事務局業務を担当し始めて5ヶ月が経過しました。事務局としての基幹業務は、電話やメールの応対とマークの送付作業が大部分を占めています。

実際に携わってみて、今年になつてから約4ヶ月間を振り返りながら傾向を見ることにしました。

### ※メール対応に関して

会へのメールの大半は、行政や出版関係・各種団体からのマークの掲示の承認申請です。

以前は行政からの申請や問合せが多かったのですが、最近では、出版物への掲載の許諾を求められることが多くなりました。

具体的には、様々なマークばかりを集めた書物や、福祉関係の教材や副読本のようなものが多数あります。これは、障害を示したり配慮を求めするためのマークがかなり多く見かけるようになったことが影響しているものと考えられます。しかも、それは街中にあるというより、SNS（ソーシャル・ネットワークワーキング・サービス）などで画像配信されているものが多く含まれています。

### ※電話対応に関して

次に、電話対応ですが、これは様々な方から電話がかかってきます。内部障害・内臓疾患の当事者からが多いのですが、行政関係の方からの電話もあります。

ただ、そのほとんどが、住民や利用者からの質問ということですから、もともとは当事者からとい



うこととなります。大部分の電話は、「マークがほしいがどうしたらいいか」というものです。

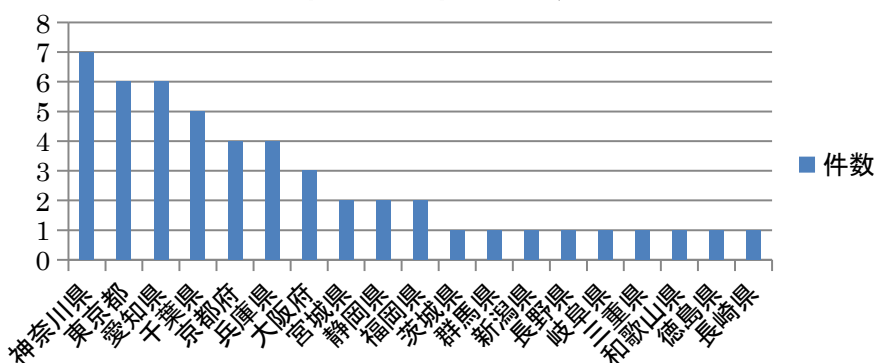
私も仕事をしている身なので、取れないこともあるし、長時間話せない場合もありますので、端的に用件だけ聞いてすぐに何らかの返答をするようにしています。

中には、行政に言ってもまともに話を聞いてくれないという愚痴を長々と話される方もおられますし、自分の病氣自慢をされる方もおられます。ゆっくり話を聞いてあげられたらいいのですが、事務局と言う職務の性質上、あまり深い話にまでは対応しきれません。

### ※マークの送付業務に関して

そして、マークの送付業務についてですが、最近4ヶ月間で行った送付の実態について整理してみました。データ数としては50件でさほど多くはないのですが、それでもある傾向が見えてきます。希望される方を都道府県別にみると神奈川県が最も多く、全体の14%を占めています。そして東京都・愛知県と続き、さらに千葉県・京都府・兵庫県の順となっています。

都道府県別件数



この6府県で全体の6割以上を占めており、所謂都市部にお住まいの方からの要望が多いということがわかります。

これは単に人口が多いからという理由だけではありません。京都府より人口が多い埼玉県、北海道、広島県は皆無です。但し、埼玉県では県がハート・プラスマークカードを当事者に配布するという



事業を行ってもらっていますので、  
会に問い合わせ前に手に入れられ  
ている方が多いかもしれません。

このデータから言えることは、  
都市部においてハート・プラス  
マークの認知度が高いということ  
です。問合せをしてきたりマーク  
を送ってほしいと要望される方は  
何かで当マークの存在を知ったわ  
けです。つまり、送付件数が多い  
地域は知る機会が多いと考えてい  
いのではないと思っています。

### ※事例に関して



それに少し面白いと感じる事例  
がいくつかあります。

東京都が推進しているヘルプ  
マークは昨年から多くの自治体で  
採用されるようになりました。こ  
れは配慮を必要とする人なら誰で  
ももらえるようになっていたよう  
ですから、べつにハート・プラス  
マークでなくてもこのマークがあ  
ればいいことになりました。

既に京都府では導入されています  
し神奈川県も今年3月から始ま  
りました。にもかかわらず、ハー  
ト・プラスマークがほしいという  
方がおられるということです。

その中には、ハート・プラス  
マークのデザインのほうが当事者  
であることがわかりやすいと言わ  
れる方もおられます。

また、こういう事例もあります。  
兵庫県は独自で作成した「譲り合  
い感謝マーク」というものがあり  
運用としてはヘルプマークと同様  
なのですが、先日兵庫県の某市の  
障害福祉課の方から電話があり、  
当事者の方にはハート・プラス  
マークを紹介したいと思えますが  
いいですかと言われました。  
兵庫県のマークのことも知って  
おられましたので間違っておられ  
たわけではありません。

ヘルプマークがJIS規格に追  
加されたというニュースがあり、  
ヘルプマークを推進されている方  
には全国統一に向けての追い風に  
なっているようですが、それでも  
敢えてハート・プラスマークを使  
いたいという方がおられるとい  
うのは嬉しく思います。

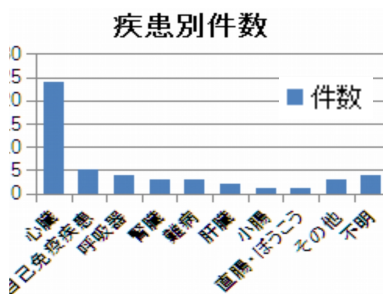
さらに、ある方は車に掲示され  
たいとB6サイズのを要望され  
たのですが、その主目的は、も  
し車を運転中に発作が起きたり気  
分が悪くなった時に、このマーク  
を付けていると助けてもらえるの

ではないかと期待してのことらし  
いです。

ベビー・イン・カー（この車に  
は赤ん坊が乗っているのでもし事  
故にあった時は助け出してほしい  
というステッカー）とよく似た意  
味としてマークを付けたいと言  
う方もおられるのを初めて知りま  
した。

### ※マーク送付希望者に関して

また、マーク送付希望者を疾患  
別に見ると、心疾患の方が圧倒的  
に多く半数近くに及びます。その  
中でもペースメーカーやICDを埋  
め込まれている方が心疾患全体の  
3分の2となっています。その何  
人かのお話によると、自分の障害  
を表わすのに一番相応しいのが  
ハート・プラスマークであると言  
われていました。



### ※マークの意義に関して

ハート・プラスマークは「助け  
て下さい」「譲って下さい」とい  
うマークではなく、内部障害者・  
内臓疾患者を表現しているとい  
う確かな意味を持っています。既に  
ヘルプマークが導入されている自  
治体においてもハート・プラス  
マークを併せて紹介されている実  
態も確認できていますので、以前  
より増して理解が進んでいるもの  
と思っています。当マークが必要  
だという方はまだまだおられます  
ので、今後も誠実に対応してい  
きたいと思っています。



## 事務局（代行）からの お知らせ

〔配布するカードを  
パウチ加工しました。〕

先日、イオンの黄色いレシート  
キャンペーンで寄附金を頂きました  
たのでそのお金（イオンギフト  
カード）を元にイオンで買い物  
させて頂きました。

故加藤事務局長がイオン黄色い  
レシートキャンペーンに応募して  
下さっていたのでイオンから寄附  
金を二万数千円も頂きました。  
応募したときに購入品目を事務  
用品としていたためイオンの事務  
用品コーナーへ、引越越しをした  
新事務所に必要な事務用品、カッ  
ター、穴開けパンチ、ホチキス、



新しい配布カードイメージ

ラミネーター、その他消耗品（プ  
リンター用紙、ラミネーターフィ  
ルム、宛名用紙等々）いろいろ購  
入しました。

それで、これまでカードが欲し  
いと事務局に返信用封筒を送っ  
て下さる方には紙のカードを  
送っていたのですがこれからはラ  
ミネーター（パウチ）加工をした  
物を送るようにします。

ホームページでは紙のカードを  
お送りしますのでパウチ加工をす  
ると長持ちしますとお知らせし  
ていましたがこれからは少し長持ち  
するパウチ加工をした物をお届け  
します。

### 新住所（事務局）

〒572-0848  
大阪府寝屋川市秦町41番1号  
寝屋川市立市民会館4階  
寝屋川市立市民活動センター 内  
携帯電話：080-4824-9928

## 活動予定等

### 第十回 総会

平成29年10月29日に名古屋  
市で、第十回総会を開催します。  
議案書等は9月後半にご案内を郵  
送予定です。

日時：10月29日（日）

13：30～16：30

場所：名古屋都市センター

第一会議室

住所：名古屋市中区金山町

1の1の1

皆様の出席を理事一同、心から  
お待ちしております。

### 九州交流会



平成29年5月28日に北九州  
市で、ハート・プラスの会の交流会  
を開催します。

日時：5月28日（日）

13：30～16：30

場所：小倉商工会館

3階 会議室A

住所：福岡県北九州市小倉北区

魚町1丁目4の21

魚町センタービル4F

アクセス：北九州モノレール

「平和通」下車すぐ

JR「小倉」駅から

徒歩7分

募集定員：30名

### 関東交流会

平成29年8月13日に横浜市  
で、ハート・プラスの会の交流会  
を開催します。

日時：8月13日（日）

13：30～16：30

場所：横浜市社会福祉センター

9階 小会議室901

住所：神奈川県横浜市中区

桜木町1の1

皆様の出席をスタッフ一同、心か  
らお待ちしております。

※ともに参加費無料でどなた  
でも参加できます。

※参加申込みは、当会事務局  
メールか電話で。

