

知的障害って、どんな障害

知能（知的機能）は一般的に18歳くらいまで発達しますが、知的障害のある方は知能の発達が遅れるために、生活をする上でさまざまな不自由さが生じてきます。

知的障害の原因は400ぐらいあるといわれていますが、原因の分からないものも多々あります。

知的障害のある方の特徴として、複雑な事柄の理解や判断、こみいった文章や会話の理解が不得手であること、おつりのやりとりのような日常生活の中での計算も苦手であることなどが、挙げられます。

一見しては障害がわかりにくく、少し話をしただけでは障害があることを感じさせない方もいます。しかし、自分のおかれている状況や抽象的な表現を理解することが苦手であったり、未経験の出来事や状況の急な変化への対応が困難という方が多くいます。

特徴の現れ方には個人差が大きく、支援のしかたは一人ひとり異なります。そのことを、まず理解してください。

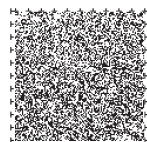


愛の手帳とは

東京都では、各種の福祉の援助を受けやすくするため、昭和42年4月から知的障害のある方に「愛の手帳」を交付しています。令和8年3月現在で、約10万人の方が愛の手帳の交付を受けています。「愛の手帳」では、知的障害の程度を4段階（1度～4度）で判定しています。

愛の手帳

東京都療育手帳



令和8年7月発行 登録番号8(6)
発行：東京都心身障害者福祉センター
東京都新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ
電話 03-3235-2952

東京都
再生紙を使用しています

リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

VEGETABLE
OIL INK

知的障害の理解のために

知的障害のある方が求める支援

知的障害のある方がどんな支援を求めているのか、意見をまとめました。

支援者の意見や考えを
押しつけないでほしい

君は〇〇した方が
いいよ！

私が何をしたいのか、
考えを聞いてほしいな……

本人が何をしたいのか、
確認してほしい

今度の休みはどこに
行きたいですか？

ヘルパーさんと一緒に、
コンサートに行きたいです。

本人の希望を実現できる
ように支援してほしい

こういう仕事に
就きたいです。

わかりました！
一緒に探しましょう。

人と比較するのは
やめてほしい

Aさんは〇〇も〇〇も
できるしスゴイよね

僕はダメって
言われているみたいだ。

話し方がきつかったり、
命令されるのは怒られ
ている気持ちになるので、
やめてほしい

〇〇しないとダメでしょ！
何やっているのっ

一人前の人間として扱っ
てほしい

〇〇さん、これからの生活を
一緒に考えていきましょう。

この人は、私を大人として扱
ってくれるから話がしやすいな。

話をゆっくり、わかり
やすくしてほしい

写真があるから、自分で
選べるぞ。

メニューを見て
注文してください。

配慮のポイント

まず本人に話しかけてください。知的障害のある方の中には、理解や判断を助けてくれる支援者と行動している方もいますが、自分のことを決めるのは本人です。本人ができないと決めつけしないで、肯定的なかかわり方について考えましょう。

