

元気の出る情報・交流誌

手をつなぐ

特集

知ってみよう!
便利なICTツール

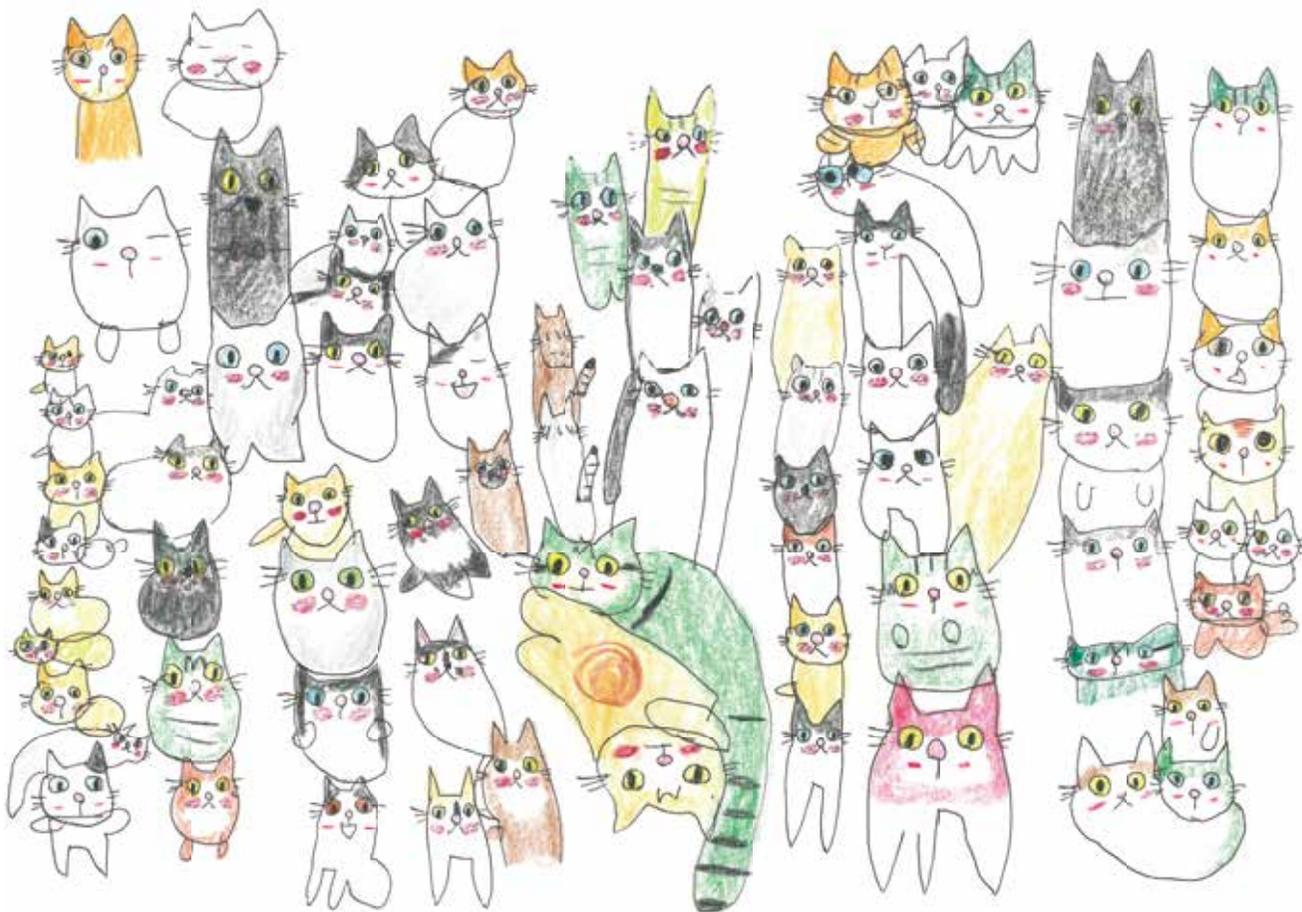
今月の問題 | A型事業所の解雇

ひびき | 工藤琉人 (プロ野球独立リーグ KAMIKAWA・土別サムライブレイズ)

2026

2月

No.840



CONTENTS

手をつなぐ

2026.2 [No.840]



表紙絵「ネコぎゅうぎゅう」

■石倉凧紗(いしくら・なぎさ)

28歳

■兵庫県小野市

■作者からのひとこと

たくさんのネコモデルさんの写真を見て、何回も描きました。いろんな色を使うのが好きなのでカラフルになりました。みんなが「なぎネコ」とよんでくれるのが嬉しいです。

できないんじゃない やらせていないだけ ~親が変われば子は必ず変わる~ [第5回]
妻の努力が育てた、表現の芽 石村和徳

02 わたしたちも言いたい
グループホームのことについて 樋口亮介

05 視点いろいろ 気持ちいろいろ みんな、まる。[第5回]
踊っている理由 津島つしま

07

特集

知ってみよう! 便利なICTツール

ICTってなに?

08 ・使いたい人も そうでない人も「ICT」の今を知ってみませんか
『手をつなぐ』編集部

活用してます! SNS・ICT

- 10 ・SNSを味方にして、育成会をもっと身近に 井上かおり
- 11 ・手作り感あふれるSNS発信! 西尾市手をつなぐ育成会のインスタグラム
瀧川賢司
- 12 ・支援現場のICT化と、つながりを守る工夫 酒井麻由美
- 14 ・ICTで働きやすさを支える現場の工夫 緑川 眞
- 16 ・知的障害のある人たちとコミュニケーションツールの活用 坂井 聡

知っておくと便利! 今どきの使い方

- 18 ・GIGAスクール構想に象徴されるデジタル化と、合理的配慮 本田 環
- 20 ・AIでサクッとわかりやすい情報を 羽山慎亮
- 22 ・「わからない」から始めてOK! 育成会のウェブ活用入門 矢野一隆

小さく始めるICTのある暮らし

- 24 ・ICT使ってみたらこうなった!
- 26 ・怖がらずに、“伝える”をはじめよう 藤井 亘

29 今月のオススメ

30 ひびき

好きなことをとことんやらせてもらえたから今がある 工藤琉人

33 こつこつ進めば大丈夫。~思いが届くコミュニケーション~ [第8回]

介助者と一緒に探そう、意思表示できる場所を 認定NPO法人こつこつ

34 今月の問題

A型事業所の解雇

38 育成会だより

大阪・関西万博で「障害者の文化芸術国際フェスティバル」を開催しました (2)

40 暮らしを支える福祉の制度 [第60回]

成年後見制度について その6 ~望まれる制度のあり方1~ 又村あおい

42 中央の動き

令和8年度予算の概算要求が公表されました (1)

45 ニュースのじかん

ちいきのいいもの [第54回]

パン職人が作ったやわらか〜いいパン よしかの里

グループホームのことについて

宮城県手をつなぐ育成会
みやぎフレンズ会
樋口亮介

私がグループホームに入ったのは2023年7月でした。

グループホームに入居したきっかけは、職場の移転です。

今の職場で長く働き続ける手段として

グループホームの入居を考えました。

見学と体験を通して、入居をしました。

グループホームに入居する前は、

体験を2回したのですが、

同じ利用者の方やスタッフの方にやさしくしてもらい、



入居後もやっつけていけそうと感じました。

入居から2年が経ちましたが、

グループホーム内で

カラオケや散策などのイベントがあります。

イベントで同じ仲間と交流を深めることができます。

そして、普段仕事から戻ってグループホームでは、

トランプゲームをしたりして過ごしています。

また、みんなと色々な話もしたりします。

グループホームでの生活にも慣れて

今でも同じ仕事場に通えています。



「わたしたちも言いたい」ではみなさまからのお便りを募集しています（宛先は48ページ）。
生活のこと、仕事のこと、暮らしのことなどふだん感じていることを書いてお送りください。

便利な

知ってみよう!

ICTツール



手続きや情報収集、家族や支援者とのやりとりなど、
私たちの暮らしの中で、ICTツールは少しずつ身近な存在になってきました。
けれど、「難しそう」「使いこなせないかも」と感じている方も、まだまだ少なくありません。
この特集では、知的障害のある本人や家族、支援者の事例を通して、
ICTを上手に活用するヒントを探っていきます。
スマートフォンやアプリなど、ちょっとした工夫でできることが広がるかもしれません。
「わからない」から始めても、大丈夫。ICTとの付き合い方を、いっしょに見つけていきましょう。

イラストレーション 高村あゆみ



親の活用

本人の活用

支援者の活用

「ICT」の今を知ってみませんか

『手をつなぐ』編集部

新しい技術や機器などの受け入れ方は、人それぞれです。たとえば新型スマートフォンが登場した際、誰よりも早く使いたいと思って発売を心待ちにする人、ある程度普及するまで様子を見てから買う人、どうしても使う必要が生じない限りは買わない人。どの選択が好ましいということではなく、その人の考えかた次第です。

今月号では、「ICT」を特集します。ICTは日本語でいうと「情報通信技術」となり、情報伝達やコミュニケーションをおこなうための機器・ネットワークのことです。たとえば、メール、LINE、フェイスブックなどのSNS、Zoomなどのテレビ会議システムといったものがその例です。昔は直接会ったり話したりしていたのが、今では機器を通してやりとりすることが増えていますね。コロナ禍で人との接触が避けられる

ようになったことが、拍車をかけたものと思います。『手をつなぐ』の編集会議も、コロナ禍前は毎月集合しておこなっていましたが、今ではオンライン会議を中心としています（左ページ写真）。

活用するかどうかは人それぞれ

そうした流れの中で、機器類が苦手だったり関心がなかったりすると、「今の時代、使えないとダメだよ」と言われたり、自身でそう感じたりすることもあるかもしれません。ただ、繰り返しになります。ICTを使うことには、メリットもデメリットもあります。障害のためにうまく使えない場合もあります。バリアフリーの観点からも「機器類を使わなくてもできる」方法は残しておくべきです。