わかる、選べる、活用できる。
あなたのための障害者手帳ガイド

障害者手帳の種類・メリット・取得方法をわかりやすく解説

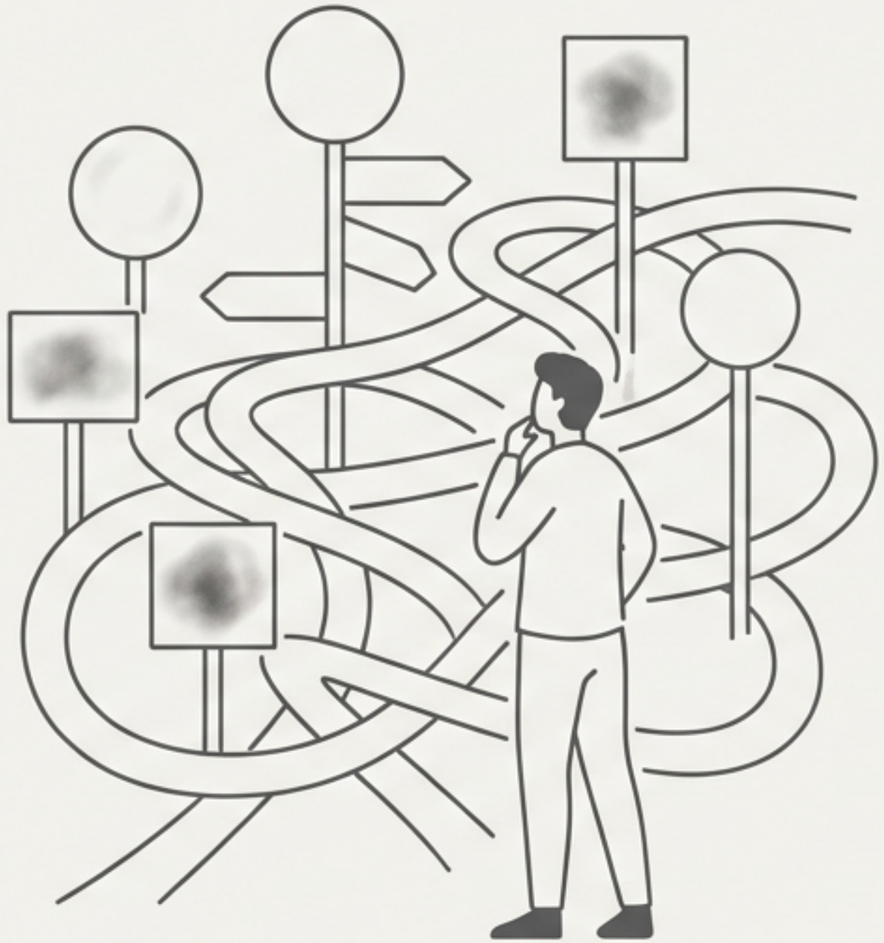


Idend

NotebookLM

「どの手帳が、自分に関係あるんだろう？」

- 「障害者手帳には種類があるの？」
- 「自分はどの手帳の対象になるんだろう？」
- 「取得すると、どんなメリットがあるの？」



NotebookLM

答えはシンプルです。
障害者手帳は、3つの種類に分かれています。

- 身体障害者手帳
- 精神障害者保健福祉手帳
- 療育手帳

NotebookLM

3つの手帳、ひと目でわかる違い

身体障害者手帳

- **対象**
  視覚、聴覚、肢体不自由、内部障害など
- **等級**
  1級（重度）～6級
- **根拠法**
  身体障害者福祉法

精神障害者保健福祉手帳

- **対象**
  統合失調症、うつ病、てんかん、発達障害など
- **等級**
  1級（重度）～3級
- **根拠法**
  精神保健福祉法

療育手帳

- **対象**
  知的障害
- **等級**
  A（重度）、B（中軽度）など
  ※自治体により異なる
- **根拠法**
  （法律ではなく国の通知に基づく）

NotebookLM

PATH 1

身体障害者手帳

身体機能に、一定以上の障害がある方へ

対象となる障害

視覚障害、聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害、肢体不自由、内部障害

等級

1級から6級まで。数字が小さいほど重度。

有効期限

原則として更新はありません。



NotebookLM

PATH 2: 精神障害者保健福祉手帳

心の不調や、発達特性のある方へ

- **対象となる疾患**
  統合失調症、うつ病、てんかんなど。

ポイント

発達障害（ADHD, ASDなど）の方も、
この手帳の対象となります。

- **等級**
  1級から3級まで。
- **有効期限**
  2年ごとの更新が必要です。



NotebookLM

PATH 3: 療育手帳

知的障害と判定された方の、成長と自立を応援

- **名称について：**自治体によって「愛の手帳」「みどりの手帳」など、独自の名称が使われます。
- **等級：**国のガイドラインでは「重度(A)」と「それ以外(B)」。 自治体によりさらに細かい区分があります。
- **有効期限：**年齢や状態に応じて、数年ごとの再判定（更新）が必要です。



NotebookLM

手帳は、暮らしを豊かにする「パスポート」です。



手帳を取得することで、様々な公的支援や割引など、あなたの生活をサポートする多くの扉が開かれます。これは、あなたが自分らしく生活するための大切なツールです。

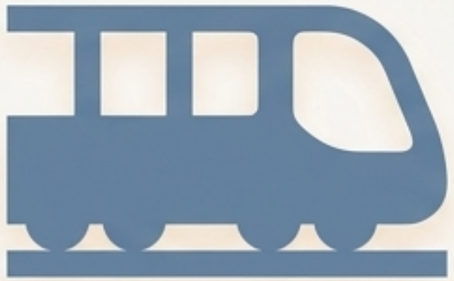
NotebookLM

手帳がひらく、３つの主なメリット



1. 経済的な安心

所得税・住民税の障害者控除
自動車税の減免
NHK受信料の免除
携帯電話料金の割引



2. 行動範囲の拡大

JR・バス・タクシーなど
公共交通機関の割引
公共施設（美術館など）の
入場料割引



3. 自分らしい働き方

企業の障害者雇用枠への応募
就労移行支援などの
サポート利用

NotebookLM

一歩を踏み出した、ある女性の物語（Gさんの場合）

状況　20代女性。ASD（自閉スペクトラム症）の診断を受け、仕事が長続きせずに悩んでいた。

行動　医師の勧めで「精神障害者保健福祉手帳(3級)」を取得。障害者雇用枠での就職活動を開始。

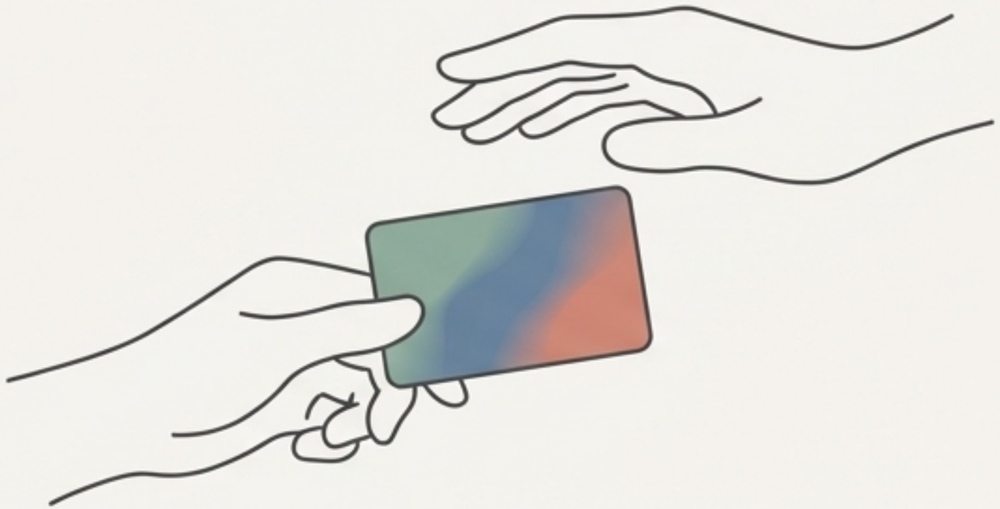
変化　自分の特性を理解してくれる企業に就職。余暇も楽しめるように。



「手帳を取って、自分が守られていると感じた」

NotebookLM

「レッテルを貼られるようで怖い…」その不安について



「手帳はいつでも返還できます。
まずは『使えるサービスを増やすためのカード』として、
気軽に考えてみてはいかがでしょうか。」

NotebookLM

考えるきっかけのセルフチェック

- 身体の機能に不自由を感じている
- 気分の落ち込みや強い不安などが長く続いている
- コミュニケーションや学習で、幼少期から
  生きづらさを感じてきた
- 障害者雇用枠での就職を考えている
- 公共料金などの割引制度を利用したい



NotebookLM

申請から就労まで、
アイデンドが伴走します

手帳をお持ちの方も、申請を考えている方も、まだ迷っている方も。
私たちは、あなたの状況に寄り添います。

- **手帳取得の相談**
  申請方法や主治医への相談の仕方などをアドバイス。
- **働き方の提案**
  手帳の有無に関わらず、あなたに合った働き方を
  一緒に考えます。



NotebookLM

小さな疑問でも、まずはお気軽にご相談ください



アイデンド八戸：**0178-32-0617**（平日9-17時）



アイデンド十和田：**0176-58-6257**（平日9-17時）



manaby CREATORS 八戸：**0178-51-8951**（平日9-17時）

すべて無料です。あなたの「次の一歩」を、私たちがサポートします。

NotebookLM

「こんなことを聞いてもいいのかな？」

その一言から、新しい道が始まるかもしれません。
どんな小さなことでも構いません。
私たちは、あなたの不安や疑問に寄り添い、
一緒に解決していきたいと考えています。

まずは一歩、踏み出してみませんか？

Idend

NotebookLM