

かしょう　こころ
(仮称) 心のバリアフリーハンドブック

まちだし
町田市

まちだしふくし　すいしんきょうぎかい
町田市福祉のまちづくり推進協議会

もくじ
《目次》

- | | |
|---|---|
| 1　まちの中 <small>なか</small> にあるバリア | 4　まわりをよく見 <small>み</small> てみよう |
| 2　「心 <small>こころ</small> のバリアフリー」のためにできること | 5　障 <small>しょう</small> がいがある人 <small>ひと</small> とともに暮 <small>く</small> らしていくには |
| 3　いろいろな人 <small>ひと</small> の声 <small>こえ</small> を聞いてみよう | 6　先 <small>せんせい</small> 生 <small>ほご</small> や保 <small>しゃ</small> 護者 <small>かた</small> の方へ |

1 まちの中にあるバリア

した 下のイラストを^みてみましょう！ < ^{くるま}車^{つか}い^すを使^って^いる^{ばあ}A^いさん^の場^あ合^い>



Aさん
(車いす使用者)



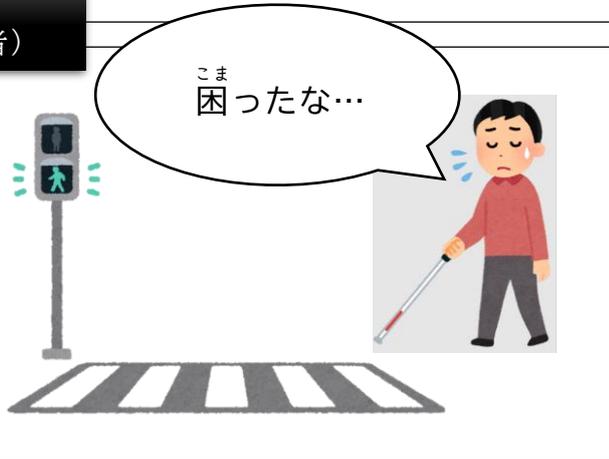
【ワーク1】 Aさんはなぜ^{こま}困っているのでしょうか？

【ワーク2】 あなたはどう^{おも}思いましたか？

めみ ばあい
<目が見えないBさんの場合>



Bさん
(視覚障がい者)



【ワーク1】 Bさんはなぜこま困っているのでしょうか？

【ワーク2】 あなたはどうおも思いましたか？

みみ き ばあい
<耳が聞こえないCさんの場合>



でんしゃ
電車が
と
止まっちゃった



さいかい ぶん
再開まで 40分
よてい
かかる予定です



あなた

なんでこの人は
ひと
こま
困っているんだろう

どうしてみんな
でんしゃ お
電車を降りてるの？

【ワーク1】 Cさんはなぜこま困っているのでしょうか？

【ワーク2】 あなたはどうおも思いましたか？

まちの中（^{なか}くらしの中）には階段などの^{かいだん}建物や^{たてもの}乗り物の^{もの}段差のような「^め目に見^みえるバリア」があります。

階段を^{かいだん}上がる^あことや、^{おうだんほどう}横断歩道の^{しんごう}信号が^{あお}青になったら^{わた}渡る^{わた}など、
あなたには^{もんだい}問題のない^{かんたん}ことも、^{ひと}簡単にできない^{ひと}人もいます。

カフェに入ろうとし、入り口に階段があり、Aさん（車いす使用者）が入れない様子のイラスト

交差点で困っているBさん（視覚障がい者）の様子のイラスト

車内で1人残ってキョロキョロしているCさん（聴覚障がい者）のイラスト

そんな^{とき}時、あなたは^{かんたん}簡単にできない^{ひと}人や、同じ^{おな}ことでも^{くろう}苦労している^{ひと}人を見て、「^{ひと}できない^{ひと}人の^{せいだ}せいだ」「^{かんたん}なんでこんな簡単な^{かんたん}こともできない^{かんたん}んだろう？」^{おも}っていませんか？

その^{おも}思い込みは、その^{ひと}人の^しことを^き知らずに^{こころ}決めつけている「^{こころ}心のバリア」です。
まちの中（^{なか}くらしの中）には^{なか}階段のような「^{かいだん}目に見^めえる^みバリア」だけでなく、「^{こころ}心のバリア」のような「^め目に見^みえないバリア」があることを^し知^しりましょう。

その「^め目に見^みえないバリア」を^{りかい}理解し、その^とバリアを^と取りは^とらう^とために^{こうどう}行動^{こうどう}を^とすることを「^{こころ}心のバリアフリー」と^い言^いいます。

バリアを^{かん}感じている^{ひと}人の^{たちば}立場^{かんが}になって^{かんが}考^{こうどう}え、^{こうどう}行^{こうどう}動^{こうどう}することが、「^{こころ}心のバリアフリー」につ^なが^りま^す。

2 「心のバリアフリー」のためにできること

さっきの ^{くるま} 車 ^{つか} いす を使っている A さんは ^{みせ} お店 に ^{かいだん} 階段 しかなくて ^{なか} 中 に ^{はい} 入れません。

カフェに入ろうとし、
入り口に階段があり、
A さん（車いす）が
入れない様子のイラスト



^い 入り口 ^{ぐち} には ^{かいだん} 階段 しかない
から ^{はい} 入れないんだ…。

^い 入り口 ^{ぐち} を
^{なお} 直せば良
^い いんじゃない
い？

そうだね。でも、すぐには ^い 入り
^{ぐち} 口 ^{なお} を直すことができないよ。
その代わり、^か 取り外し ^と ができ
^{はず} る ^{ようい} スロープ を用意したよ。



また、^め 目 ^み が見えない B さんは ^{しんごう} 信号 の ^{いろ} 色 ^み が見えていないので ^{おうだんほどう} 横断歩道 を ^{わた} 渡れません。

交差点で困っている B さん（視
覚障がい者）の様子のイラスト



^{しんごう} 信号 の ^{いろ} 色 ^み が見えないから
^{わた} 渡れないんだ！

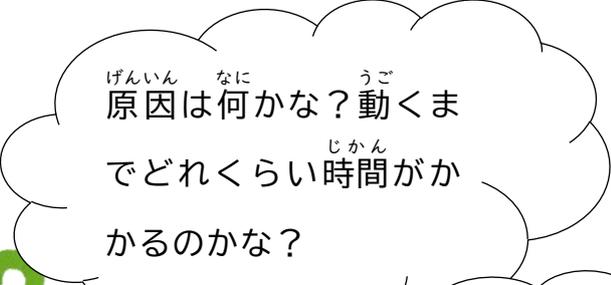
^{あお} 「青 になりま
した」ってしゃ
べる ^{しんごう} 信号 なら、
^み 見えなくてもわ
かるよ。

^{あお} 青 になったら ^{おと} 音 が ^で 出る ^{しんごう} 信号 を
すぐに ^つ 付けることができない
ときは、まわりの ^{ひと} 人 が ^{しんごう} 信号 の
^{いろ} 色 を ^{つた} 伝える ^{ほうほう} 方法 があるね。



ひだり 2つの例から、^{れい} 耳が聞こえないCさんについて ^{かんが} 考えてみましょう。

電車が止まった後、車内アナウンスが流れているのにCさんは気づいていないことに気づくあなた。



げんいん なに うご
原因は何かな？動くま
でどれくらい時間がか
かるのかな？



さいかい ふん
再開まで 40分
よてい
かかる予定です

もしかして、^き 聞こえていないのかな？

子ども

【ワーク】Cさんに対して、あなたができることを ^{かんが} 考えてみましょう。

《コラム》^{まちだしやくしょ} 町田市役所ではどうしてる？



みみ き
耳が聞こえないので、
しゅわつうやく
手話通訳をおねがいできますか？

すみません、^{しゅわつうやく} 手話通訳の人が今は他の人の
^{たいおう} 対応をしているので、^{わたし} 私 ^{ひつだん} が筆談で ^{たいおう} 対応します。

わかりました。
^{ひつだん}
筆談でおねがいします。



「障がい」とはなんだろう？

くるま つか ひと みせ まえ かいだん みせ はい
車いすを使っている人はお店の前に階段しかないと、お店に入れません。

いま かえ かんが みせ はい りゆう くるま
今までのワークをふり返って考えてみると、お店に入れない理由は、車い
すを使っているからではなく、入り口に階段しかないことが「障がい」になっ
ていることがわかつておもいます。

かいだん しょう しょう しゃかい なか
つまり、「階段しかないことが障がい」＝「障がいはまち（社会）の中にあ
る」と考えます。このようなかんがえ方は、「障がいの社会モデル」といいます。

だれ く
誰もが暮らしやすいまちにするためには、まち
（社会）のバリアをみんなで取りのぞくことが
たいせつ
大切です。

カフェの入り口は
スロープが併設されている
階段になっているイラスト

Aさん（車いす使用者）が
スロープを使用している
イラスト

かいだん め み かいしょう じかん かね
階段のような「目に見えるバリア」を解消するには、時間やお金がかかりま
すが、わたし ひとり こえ きくば
私たち一人ひとりの声かけや気配り、サポートはすぐにできます。

たと
例えば…

Cさんに対して
筆談で対応している
イラスト

Cさんに対して
ジェスチャーで伝えている
イラスト



じゃあ、^{わたし}私たちにできることって、どんなことかな？

^{こえ}声かけからはじめてみようかな



《^{こえ}声かけのポイント》

その1 ^{あいて}相手の^{かお}顔が^み見えるように^{いどう}移動します。

(^{うし}後ろから^{こえ}声をかけるとビックリしてしまいます)

→^め目が見えない人の場合は、^{ひと}腕や^{ばあい}肩などを^{うで}軽く^{かた}さわり、^{かる}合図します。

その2 ^{あいて}相手の^{かお}顔を見て、「何か^なお手伝い^{てつだ}できることはありますか？」と^き聞きましよう。

→^き聴こえない人の場合は^{ひと}マスクを^{はず}外して、^{はな}話している^{くち}口の^{かたち}形を^み見せます。

白杖を持った人に正面から声をかけている様子のイラスト

聴覚障がい者 or 車いす使用者へ声をかけているイラスト

まち（^{しゃかい}社会）の中には^{なか}さまざま^{ひと}人がいて、
いろいろな^{ほうほう}コミュニケーション方法があります。

《もし、^{ことわ}断られてしまったら…》

もしかしたら、「だいじょうぶです」と^{ことわ}断られてしまうかもしれません。

その時は、「今は^{とき}困^{いま}っていない^{こま}なかったんだ！よかった～」と^{あんしん}安心して^{ください}ください。

そして、また^{こま}困っている^{ひと}人を見かけたら、^{こえ}声をかけて^{みて}みてください。

「^{こま}困っている^きかもしれない」と^{たいせつ}気づけることが大切です。

《コラム》^{ほんにん}本人に^{こえ}声をかけましょう

^{いっしょ}一緒にいる^{ひと}人（例えば、^{たと}家族や^{かぞく}介助者、^{かいじょしゃ}手話通訳者など）ではなく、^{ほんにん}本人と^{ちよくせつはな}直接^話話しましょう。

3 いろいろな人の声を聞いてみよう

～困っていること・私たちが、まわりができること～

3-1 肢体不自由者（手動車いす・電動車いす・杖を使っている人など）

《困っていること／車いすを使っている人》

- 坂道や、でこぼこした道を通るのが大変です。下りを怖いと思う人もいます。
- 高いところにある物を取ったり、床に落ちたものを拾うことがむずかしいです。
- 階段やエスカレーターを使えないので、エレベーターを使います。
- トイレを使う時は、広いスペースが必要です。



《困っていること／杖を使っている人、手足の一部が麻痺している人》

- 物を持ったり、文字を書くことがむずかしい人もいます。
- バランスを崩しやすい人もいるため、車やバスで立っていることがむずかしいです。

もじ
文字が書きにくい人のイラスト

《私たちが、まわりができること》

- エレベーターが混んでいる時は、階段やエスカレーターを使いましょう。
- 車やバスの優先席、駐車場の優先スペースは必要な人のために空けておきましょう。

杖使用者が電車の優先座席に座っているイラスト

《手動車いすの操作方法》

【その1】 その人の車いすに合わせた対応が必要なので、どのように操作をすればよいのか、まず車いすを使っている人に確認しましょう。

【その2】 一人でお手伝いができない場合は、まわりの大人に声をかけましょう。

親子+車椅子使用者
車椅子使用者本人に子どもが確認している様子のイラスト

子ども「どうすれば良いですか？」

●止まる場合

少しでも離れる場合は、必ずブレーキをかけます。

ほんの少しでも地面が傾いていると動き出してしまい、危険だからです。



●坂道の場合

《上り》

しっかりグリップを握って、力を入れながらゆっくり押します。

《下り》

グリップをしっかり握って、手が離れないように注意します。

急な下り坂の場合は、後ろ向きに下りる方法もあります。

《コラム》 車いすの種類を紹介

車いすにはいろいろな種類があります。手動車いすや電動車いすのほかにも、「子ども用車いす*」などがあります。

手動車いすの
イラスト

簡易電動車いすの
イラスト

子ども用車いすの
イラスト

*病気や障がいが理由で移動できない子どもが利用するものです。ベビーカーと同じような形でも、その人にあわせてつくられているので簡単に折りたたむことができません。

3-2 視覚障がい者

《見え方について》

- 目の不自由な人の見え方は人によって違います。



●ぼやけてしまう



●視野がせまい



●中心が見えない

- 全く見えない人、見えにくい人がいます。
- 見えにくい人の中にも、まわりが見えない場合や、中心が見えない人、ぼやけて見える人などさまざまです。

《困っていること／白杖を使って歩く人》

- 足元の状況を確認するために白杖を使って歩いています。
- 白杖を急に触られると、とても怖いです。
- 点字ブロックを手がかりに歩いているため、ブロックの上に自転車や荷物などが置いてあると先に進めません。

誘導用ブロックの上を白杖の人が歩いているが、自転車（または、荷物）が置いてあり、先に進めない様子のイラスト

《困っていること／白杖を使っていない人》

- まわりの人に目が不自由なことに気づいてもらえません。
- 盲導犬の役割を知らない人がいます。（盲導犬については23ページ）

《私たち、まわりができること》

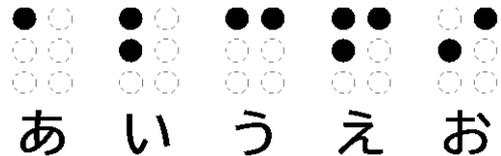
- 信号が青になったら、「青になりましたよ。いっしょにわたりますか？」と声をかけましょう。
- 点字ブロックの上に立ったり、物を置かないようにしましょう。

白杖を持った人に「青になりましたよ」と声をかけている様子のイラスト

《点字》

点字とは、目が不自由な人が指で読む文字のことです。文字や数字などをポツポツと盛り上がった、横2列×縦3列の6つの点で表します。

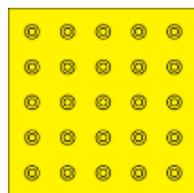
ただ、目が不自由な人の中には、点字が読めない人もいます。



《点字ブロック（正式な名前は「視覚障がい者誘導用ブロック」です）》

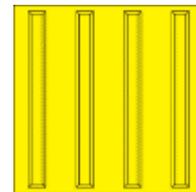
点字ブロックは危険なところや注意が必要なところを伝える点状ブロック（警告ブロック）と、行き先まで案内する線状ブロック（誘導ブロック）があります。

目が不自由な人が手がかりにしているため、点字ブロックの上に自転車や物をおかないようにしましょう。



← 点状ブロック

せんじょう
線状ブロック→



《いっしょに歩く時は…》

その1 どのようにいっしょに歩いたらいいか、目の不自由な人に確認します。

その2 歩く時は、段差や曲がる方向などを伝えます。「あっち」や「こっち」などの言葉は使わず、「左」や「右」など具体的に方向を伝えましょう。

みぎ ま
右に曲がります

白杖を持っている人と一緒に歩いている様子のイラスト

3-3 聴覚障がい者

《聞こえ方について》

- 耳の不自由な人の聞こえ方は人によって違います。
- 全く聞こえない人、少しだけ聞こえる人などがいます。
- 話すことはできるけど、聞こえない人もいます。

《困っていること》

- 見た目ではわからないため、まわりの人に気づいてもらえません。
- 車や自転車の音、電車やバスのアナウンス、緊急放送や非常ベルの音が聞こえなかったり、気づかないことがあります。
- 口の形を見ながら、話している内容を確認しています。マスクをしていると口の形がわからないため、何を話しているかわかりません。



マスクをしたまま話しかけられ、口の形が確認できずに困っている様子のイラスト

《私たち、まわりができること》

- 自転車のベルを鳴らした時に振り向いてもらえない場合などは、「もしかしたら聞こえないのかも」と思って、一度止まってみましょう。
- 口の形が見えるように話しましょう。また、ジェスチャーも一緒にやると、伝わりやすいです。



市民の声

お店に買い物に行った時、最後に手話で「ありがとう」と伝えてもらえて嬉しかったです。

《手話／目で見てわかるコミュニケーション》

- 手話は、聴覚障がい者が使っている言葉です。手の指、体、目の動き、顔の表情などを使って話すものです。
- 目で見てわかるコミュニケーションの方法はいろいろあります。話す相手の顔を見て、口をしっかりと開けて話しながら、表情やジェスチャーで伝えます。“伝えたい”という思いが大切です。

●ありがとう



<p>ひつだん 筆談</p>  <p>かみて 紙や手のひらに文字などを かいてつた 書いて伝えます。</p>	<p>くうしょ 空書</p> <div data-bbox="638 913 901 1048" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 空書をしている 様子のイラスト </div> <p>くうちゅう もじ か 空 中 に文字を書いて つた 伝えます。</p>	<p>こうわ 口話</p> <div data-bbox="1021 913 1284 1048" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 口話をしている 様子のイラスト </div> <p>くち うご かたち 口の動きや形がわかるように、 くち おお あ はな 口を大きく開けて話します。</p>
<p>ジェスチャー</p> <div data-bbox="223 1310 542 1444" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> ジェスチャーをして いる様子のイラスト </div> <p>て からだ うご かお 手や体の動き、顔の ひょうじょう つた 表情で伝えます。</p>	<p>ゆび もじ 指文字</p> <div data-bbox="606 1310 925 1444" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 「まちだし」の指文字 のイラスト </div> <p>おん ゆび かたち あらわ 50音を指の形で表 します。</p>	<p>スマートフォン・タブレット</p>  <p>もじ う こえ もじ か 文字を打ったり、声を文字に変 えて画面を見せる方法もあり ます。</p>

【ワーク】10～15ページを読んで、気が付いたことや、感じたことを書いてみましょう。

3-4 知的障がい者／発達障がい者

《知的障がいとは？》

- 自分の気持ちを伝えることが苦手な人が多いです。
- 早口で話しかけられたり、一度にたくさんのことを言われたりすると、相手の言っていることがわからなくなる人が多いです。
- いつもと違う状況になると不安になる人が多いです。トラブルが起きた時に、その場に合わせた行動がむずかしい人が多いです。
- 順番に並ぶなど、ルールを理解することが苦手な人もいます。

質問された時に、何て答えれば良いのか困っている様子のイラスト

普段通る道が工事中で通行止めになっており、困っている様子のイラスト

《発達障がいとは？》

- 急な出来事や予定の変更に対応することが苦手な人もいます。
- 光や音、肌ざわりなどの刺激を強く感じる人もいます。
- 気が散って、集中できず、じっとしてられない人もいます。

イヤーマフを着けている様子のイラスト

*イヤーマフとは

音に対する刺激を避けるため、まわりの音を聞こえにくくするものです。耳全体をおおう形をしていますが、音楽などを聞くヘッドホンとは使い方がちがいます。

- *発達障がいにはいくつかの診断名がありますが、いくつかのタイプが重なっていることが多く、その重なり方や症状の現れ方などは人によってことなります。そのため「診断名=その人の特徴」と言い切れません。

わたし
《 私 たち、まわりができること》

- ^{みじか} ^{ぶんしょう} 短い文章で、「ゆっくり」「ていねいに」「わかりやすく」^{せつめい} 説明しましょう。
- ^{いそ} ^お ^つ ^{ことば} ^で 急がせず、落ち着いて言葉が出てくるのを待ちましょう。
- ^{しつもん} ^{ばあい} ^{あいて} 質問する場合は、相手が「はい」「いいえ」で答えることができるように工夫
しましょう。

《コラム》 ^か ^{こうどう} ^{ほんにん} ^{りゆう} 変わって見える行動にも本人なりの理由があります。

^{からだ} ^{ぜんご} ジャンプをしたり、体を前後にゆらすなど、^{おな} ^{こうどう} ^{かえ} 同じ行動をくり返すことがあ
^{けつ} ^{こま} りますが、決して、まわりを困らせようとしているわけではありません。

上下にジャンプ
している（飛び
跳ねている）イ
ラスト

左右や前後に体
をゆらしている
様子のイラスト

同じことを繰り返しぶつぶつ
言っている様子のイラスト

《コラム》 ^{しつ} カームダウン・クールダウン室／スペース

^{そと} ^{おと} ^き ^{きも} 外の音をなるべく聞こえないようにし、気持ちを
^お ^つ ^{ひつよう} ^{ひと} ^{りよう} 落ち着かせることが必要になる人が利用します。

（出典：公益財団法人

交通エコロジー・モビリティ財団）



3-5 妊婦、子育て中の親

《困っていること》

- おなかに赤ちゃんがいても、おなかが大きくなるとまわりの人に気づいてもらえません。
- ベビーカーを押していると、階段やエスカレーターの上下ができません。
- 電車やバスの中で、急に赤ちゃんが泣きだすと、あわてたり、申しわけない気持ちになります。
- 小さな子どもの横をスピードを出した自転車などが追いこしていくことが怖いです。

ベビーカーを押している人が階段の下で困っている様子のイラスト

ベビーカーを押している人の（または、小さな子どもが親と手を繋いでいる）横をスピードを出している自転車が追い越しておく様子のイラスト

《私たち、まわりができること》

- 電車やバスの中で、マタニティマークを付けている人や、赤ちゃんを抱いている人を見かけたら、席を変えましょう。
- 赤ちゃんが泣いていても、やさしい気持ちで見守りましょう。

電車の中で泣いている赤ちゃんをまわりの人がニコニコみている様子のイラスト

《コラム》マタニティマーク

まわりの人に、おなかに赤ちゃんいることを知らせるために、カバンなどにつけるマークです。



【ワーク】16～18 ページを読んで、気が付いたことや、感じたことを書いてみましょう。

3-6 そのほか、まちにはさまざまな人^{ひと}がいます。

(1) 高齢者^{こうれいしゃ}

《困^{こま}っていること》

- 耳^{みみ}が聞こえづらいため、話^{はな}している内容^{ないよう}が聞き取りにくくなったり、インターフォンが鳴^なっていることに気づ^ききにくくなります。
- 説明書^{せつめいしょ}のなどの小^{ちい}さな文字^{もじ}が読^よめません。
- 動^{うご}きたいという気持^{きも}ちがあっても、若^{わか}いころのよ^うに体^{からだ}を動^{うご}かすのがむずかしくなります。
- 注^{ちゅう}意^い力^{りょく}が欠^かけるようになり、だまされやすくなります。

インターフォンの音が鳴っているのに気が付かない様子のイラスト

書類^{もじ}の文字^{もじ}が小さくて、虫眼鏡^{もじ}などを使って頑張^{もじ}って文字^{もじ}を読^よんでいる様子のイラスト

(2) 内部障がい者^{ないぶしょう}・難病^{しやなんびょう}の人^{ひと}

《内部障がいとは?》

心臓^{しんぞう}・腎臓^{じんぞう}や呼吸器^{こきゅうき}、膀胱^{ぼうこう}や直腸^{ちよくちよう}など、からだの内部^{ないぶ}が働^{はたら}きにくくなったり、なくなっている障^{しょう}がいです。

《難病^{なんびょう}とは?》

原因^{げんいん}がわからないため、治^{なお}す方法^{ほうほう}が決^きまっていない、あるいは治^{なお}りにくい病^{びょう}気^きです。

《困^{こま}っていること》

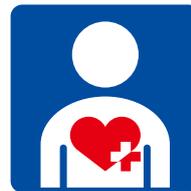
- 外見^{がいけん}からは「障^{しょう}がいがある」ことがわかりにくく、電車^{でんしゃ}やバス^{ゆうせんせき}の優先^{ゆうせんせき}席^{せき}に座^{すわ}っていると、まわり^{ひと}の人^{ひと}から不審^{ふしん}な目^めで見^みられることがあります。
- 心臓^{しんぞう}に障^{しょう}がいがある場合^{ばあい}、疲^{つか}れやすかったり、胸^{むね}がどきどきしやすかったりします。
- 呼吸器^{こきゅうき}に障^{しょう}がいがある場合^{ばあい}は、たばこのけむり^{くる}でとても苦^{くる}しく感^{かん}じます。
- 風邪^{かぜ}などがうつると悪化^{あつか}しやすくなる人^{ひと}もいます。

《コラム》ハート・プラスマーク

内部障がい^{ないぶしょう}は外見^{がいけん}からはわ

かりにくいいため、まわりの人に、理解^{りかい}と協^{きょう}力^{りょく}をひろ

ためのマークです。



(3) 精神障がい者

《知ってほしいこと》

- 見た目ではわからないため、まわりの人に気づいてもらえません。
- 薬の副作用で早く起きられない、疲れやすいという人もいます。
- 人との関わりに不安を多く持っていたり、緊張したりする人が多く、社会生活や日常生活を送る上でさまざまな困難があります。
- まわりの人が本人やその家族に対して理解をもって接することで、こうした困難を軽くできることがあります。
- 適切な治療・薬、リハビリテーションや支援により、地域で安定した生活ができるようになっていくことを知ってください。



●色々考えてわからなくなってしまうこともあります。



●人が話している姿を見て、自分が笑われているような気がする人もいます。



●人混みが、とても怖いと感じる人もいます。

《コラム》 ヘルプマーク／ヘルプカード

ヘルプマークは、内部障がいや難病の人など、援助や配慮を必要としていることが見た目からはわからない人たちが、援助をしてもらいやすくなるように、まわりの人たちに配慮を必要としていることを知らせるマークです。

ヘルプカードは障がい者が緊急時や日常生活の中でまわりの人へ支援を求める時に見せるものです。

どういう手助けが必要か書かれています。



(4) 高次脳機能障がいの人

《高次脳機能障がいとは？》

病気や交通事故により、脳が傷ついたことが原因で、新しいことを覚えるのが苦手、集中力が続かない、うまく家事や仕事を進められないなどの特性があります。

《困っていること》

- 外見からは障がいがあることがわかりにくいいため、まわりの人に気づいてもらえないことがあります。
- 文字やイラスト、図を使わずに言葉だけの説明では理解が難しいことがあります。

(5) 外国の人たち

《困っていること》

- 日本語がむずかしく、災害時などの情報がわかりにくい人もいます。
- 日本と自分の国の考え方や習慣の違いにとまどうことが多いです。
- みんなが英語をわかるわけではありません。英語を話さない外国の人たちもたくさんいます。

(6) 性の多様性

性には、「こころの性（自分が実感している性別）」「からだの性（生まれたときの体の性別）」「好きになる性（好きになる相手の性別）」「表現する性（言葉遣いや服装など自分が表現したい性別）」などがあります。性のあり方はさまざまです。

そのため、見た目や声で性のあり方を決めつけたり、性別を限定する表現には気を付けましょう。

4 まわりをよく見てみよう

ほんとう つか ひと つか
本当に使いたい人が使えるようにしましょう！

《エレベーター》

エレベーターしか使えない人（例えば、
くるま
車いすやベビーカーなど）がいます。

エレベーター以外が使える人は、エレベ
ーターが混んでいる場合は、階段やエスカ
レーターを使いましょ。う。



《バリアフリースイレ》

くるま
車いすを使っている人が利用する時に
くるま
車いすの向きを変えられるように広くつ
くられているトイレです。

そのほか、おとなのおむつ替えにも使える
おお
大きなベッドや、じんこうこうもん じんこうぼうこう ひと
人工肛門、人工膀胱の人
はいせつぶつ なが
が排泄物を流すための設備や、ベビーベッ
ドやベビーカーがあったりします。



《しょう しょうちゅうしゃくかく おも ちゅうしゃくかく 障がい者用駐車区画、思いやり駐車区画》

しんたい ふじゆう ひと ないぶしょう ひと
身体が不自由な人、内部障がいのある人など、
くるま の お いどう ひつよう ひと
車の乗り降りや移動にスペースが必要な人が
りよう ちゅうしゃくかく
利用する駐車区画です。



補助犬ってどんな犬？

《身体障がい者補助犬とは》

補助犬には以下の3種類がいます。

<p>もうどうけん 盲導犬</p> 	<p>しかくしょう ひと あんぜん かにてき ある てつだ いぬ 視覚障がいのある人が、安全に、快適に歩くお手伝いをする犬で す。交差点や段差で止まったり、障がい物をよけて歩きます。また、 しかくしょう ひと もうどうけん しじ だ ある しごとちゅう 視覚障がいのある人が盲導犬に指示を出して歩きます。仕事中は ハーネスを付けています。</p>
<p>かいじょけん 介助犬</p> 	<p>からだ ふじゆう ひと お ひろ どあ かいへい 体の不自由な人のために、落としたものを拾う、ドアの開閉、 しじ たも も にちじょうせいかつ てだす 指示されたものを持ってくるなど、日常生活の手助けをしてくれ る犬です。使っている人がたおれた時などには、人を呼びに行っ たり、緊急ボタンを押すといった緊急対応なども行います。</p>
<p>ちやうどうけん 聴導犬</p> 	<p>ちやうかくしょう ひと せいかつ うえ ひつよう 聴覚障がいのある人へ生活をしていく上で必要なさまざま な音について知らせ、サポートする犬です。赤ちゃんの泣き声、ド アのチャイム、目覚まし時計の音など、音が鳴ったことを知らせ、音 が鳴っている場所まで案内してくれます。</p>

(日本補助犬協会ホームページ参照)

- 補助犬は特別な訓練を受けた犬です。
- 市役所や図書館、駅や電車、バスをはじめ、レストランやスーパー、ホテルなどいろいろな場所へ連れて行くことが認められています。

《私たち、まわりができること》

- ・身体障がい者補助犬には、障がいのある人の体の一部として働くという大切な役割があります。かわいいと思っても、さわったりして補助犬の仕事のじゃまになることはやめましょう。

み
見つけてみよう！いろいろなマーク

 <p>しょう しゃ 障がい者のための こくさい 国際シンボルマーク</p> <p>しょう ひと りょう 障がいのある人が利用できる たてもの の もの であらわ 建物、乗り物であることを表すマー クです。</p>	 <p>もうじん 盲人のための こくさい 国際シンボルマーク</p> <p>せかいきょうつう しかくしょう 世界共通のマークで、視覚障がい しゃ あんぜん こうりょ 者の安全やバリアフリーに考慮された たてもの せつび きき 建物・設備・機器などにつけられます。 おんきょうしきしんごうき しゃくしょ てい 音響式信号機や市役所などの出入 ぐち せっち おんせいあんないそうち り口に設置されている音声案内装置に ついています。</p>
 <p>オストメイトマーク</p> <p>じんこうこうもん じんこうぼうこう 人工肛門、人工膀胱をつけている ひと つか せつび 人が使うための設備があることを あらわ 表すマークです。</p>	
 <p>ほじょ犬マーク</p> <p>しんたいしょうがいしゃほじょけんほう さだ 身体障害者補助犬法で定められ ほじょけん う い みせ い ぐち た補助犬を受け入れるお店の入り口 けいじ などに掲示されます。</p>	 <p>みみ 耳マーク</p> <p>ちようかく しょう しめ 聴覚に障がいがあることを示し、 こうむにけいしんほうほう はいりよ もと コミュニケーション方法に配慮を求め ばあいなど しょう う つ る場合等に使用される。受け付けカウ ターなどに掲示されます。</p>
 <p>ひつだん 筆談マーク</p> <p>ちようかくしょう しゃ ちてきしょう しゃ 聴覚障がい者、知的障がい者な ひつだん たいおう もと み どが筆談での対応を求めるときに見 せたり、筆談で対応できるところに置 いてあります。</p>	 <p>しゅわ 手話マーク</p> <p>ちようかくしょう しゃ しゅわ 聴覚障がい者などが手話でコミュ ニケーションでの対応を求めるときに み たいおう もと 見せたり、手話で対応できるところに置 いてあります。</p>
 <p>しんたいしょうがいしゃひょうしき 身体障害者標識</p> <p>しんたいしょう ひと 身体障がいのある人が、 うんてん しめ 運転していることを示しています。</p>	 <p>ちようかくしょうがいしゃひょうしき 聴覚障害者標識</p> <p>ちようかくしょう ひと 聴覚障がいのある人が、 うんてん しめ 運転していることを示しています。</p>

5 障がいがある人とともに暮らしていくには

障がいがある人を嫌な気持ちにしたり、障がいがある人のしたいことをできないようにしたりすることを差別といいます。

町田市では、障がいがある人が悲しむことがなく、みんなと同じように、「自分のしたいこと」ができるまちにするために、「町田市障がい者差別をなくし誰もがともに生きる社会づくり条例」をつくりました。

この条例では、まち（社会）のバリアによって「したいことがあるけれど、困ることがあるので、解決してほしい」と障がいがある人から言われたら、言われた人はその方法を一緒に話し合っ、できることは何かを考えて行動する「合理的配慮」をしましょう、というルールを決めています。

私たちが住んでいるまち（社会）には、子どもから大人、男の子や女の子、障がいがある人もない人も、いろいろな人が暮らしています。みんなで力をあわせて、障がいがある人の困りごとをなくしていき、一人ひとりが暮らしやすいまちをいっしょにつくっていきましょう。

※ 条例とは市のルールやきまりのことをいいます。



みなさんといっしょに取り組んでいく
町田市障がい者差別解消犬「ノンバリー」

《コラム》合理的配慮ってなに？< 車いすを使っているAさんの場合 >

車いすを使っているAさんは階段しなくて入れませんでした。そこで、Aさんはお店に入ることをあきらめず、店員さんに相談してみました。



すると、店員さんがお店の奥から取り外しができるスロープを出してきてくれました。

このように話し合い、おたがいが納得のいく方法を見つけ、その方法で行うことを「合理的配慮」と言います。

6 資料編（先生や保護者の方へ）

6-1 用語の説明

（1）「心のバリア」と「心のバリアフリー」

- 私たちが暮らす社会には多様な人々がいます。多様な人々への理解が無いことや、「誰にとって」、「何が」社会の中の「バリア（障壁）」になっているのか想像できていないことが「心のバリア」です。
- 「心のバリア」や障がい者への理解が進まないことが原因で、誤解や偏見、差別を受けて、困難に直面したり、それによって自信を失ったりして、尊厳が傷つく人がいます。
- 「心のバリアフリー」とは、「バリア（障壁）」をなくすことにより、その人の権利と尊厳を守り、社会的な不利益が生じないようにすることです。
- 「心のバリアフリー」を実現するためには、「障がいの社会モデル」を理解し、多様な人々がお互いにコミュニケーションを取る力を養い、どのような支援や配慮が必要か正しく理解することが重要です。

（2）「障害の社会モデル」

- 「障がい」と言われているものは、その人の身体や心にある「障がい」と社会の中にある「バリア（障壁）」のお互いが影響しあうことで生まれたものであり、社会の中にある「バリア（障壁）」をなくしていくことは、すべての人が取り組むべきことである、という考え方のことです。
- 東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会及び「ユニバーサルデザイン 2020 行動計画」を契機に広がってきたものです。

（3）合理的配慮

障害のある人から、社会の中にあるバリアを取り除くために何らかの対応を必要とするとの意思が伝えられたときに、負担が重すぎない範囲（「過重な負担」のない範囲）で対応することです。「過重な負担」があるときでも、障害のある人に、なぜ「過重な負担」があるのか理由を説明し、別のやり方を提案することも含め、話し合い、理解を得るよう努めること（建設的対話）が大切です。このような対応については、「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律（障害者差別解消法）」に定められています。

6-2 国及び東京都の動向

（1）国の動向

- 障害者の権利に関する条約（障害者権利条約） 2014 年批准
障害者の人権や基本的自由の享有を確保し、障害者の固有の尊厳の尊重を促進するため、障害者の権利の実現のための措置等を規定し、市民的・政治的権利、教育・保健・労働・雇用の権利、社会保障、余暇活動へのアクセスなど、様々な分野における取り組みを締約国に対して求めています。

- 障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律（障害者差別解消法）
行政機関等や事業者に対し、障害を理由とする「不当な差別的取り扱いの禁止」と「合理的配慮の提供」を求めています。
- 高齢者、障害者等の移動等の円滑化の促進に関する法律（バリアフリー法）
高齢者、障がい者等の移動上及び施設の利用上の利便性及び安全性の向上の促進を図り、公共の福祉の増進に資することを目的としており、本法律に基づき、ハード・ソフト施策の充実や、高齢者・障がい者等を含む全ての人が暮らしやすいユニバーサル社会の実現を目指しています。また、2020（令和2）年には市町村が作成するバリアフリー基本構想に記載する事業メニューの1つとして心のバリアフリーに関する「教育啓発特定事業」が追加されました。
- 障害者情報アクセシビリティ・コミュニケーション施策推進法
障がいのある方の情報の取得や利用、意思疎通に関わる取り組みを総合的に進め、共生する社会の実現を目指しています。
- ユニバーサルデザイン 2020 行動計画
東京オリンピック・パラリンピック競技大会を契機として、共生社会の実現に向けたユニバーサルデザイン、心のバリアフリーを推進し、大会以降のレガシーとして残していくための施策を実行するため、2017年2月の「ユニバーサルデザイン 2020 関係閣僚会議」において、「ユニバーサルデザイン 2020 行動計画」が策定されました。

（2）東京都の動向

- 東京都福祉のまちづくり推進計画

6-3 「町田市障がい者差別をなくし誰もがともに生きる社会づくり条例」について

町田市では、年齢や性別、障がいの有無等にかかわらず、誰もが身近な地域で支え合い、自分らしく生きることができる共生社会の実現を目指すため、2024年10月に「町田市障がい者差別をなくし誰もがともに生きる社会づくり条例」を制定しました。

本条例の主な特長は次の5つです。

- 1 不当な差別的取扱いの禁止
- 2 合理的な配慮
- 3 障がい、障がい者及び障がいの社会モデルに対する理解促進
- 4 建設的対話
- 5 差別に関する相談体制

《冊子の目的（ワークの目的）》

このハンドブックは、主に小学4年生を対象として、総合的な学習の時間における障がい者理解の学習に活用してもらうことを目的としています。

- 第1章では、普段は生き生きと暮らしている障がい者等が、まちの中にあるバリアによって、とまどったり、不平等を感じる人があるということを知り、誰にでも自立心や尊厳、人権があるということを知ります。
- 第2章では、自分たちにできる「バリア」を解消するための方法を考え、「障害の社会モデル」について知ります。
- 第3章では、それぞれのニーズや特性を知り、偏見や差別をなくしていくために、自分ができることについて考えます。
- 第4章では、エレベーターの適正利用の必要性や身体障がい者補助犬、まちの中にある障がい者等のためのマークの紹介を通して、自分の行動について考えます。
- 第5章では、「(仮称) 町田市障がい者差別をなくし誰もがともに生きる社会づくり条例」を通して、「合理的配慮」について学びます。
- 第6章では、先生や保護者が子どもたちへの学習を深めるための用語解説を行います。

《コラム》「障がい者」の「害」の字について

町田市では、「害」の文字は「悪くすること」や「わざわざ」という悪いイメージがあるため、「障害者」のように「ひと」に使うときは、相手が嫌な気持ちにならないように、「がい」の文字をひらがなにしています。

《発行にあたって》

編集・発行	町田市 町田市福祉のまちづくり推進協議会
連絡先	町田市地域福祉部福祉総務課 〒194-8520 町田市森野 2-2-22 電話番号 042-724-2133 FAX 番号 050-3101-0928
編集協力	株式会社アークポイント
デザイン	有限会社レゾナ
イラスト	白玉社／杉野悦子
刊行物番号	

ねん 年	くみ 組	なまえ 名前：
---------	---------	------------