



私にもできる  
心のバリアフリー  
みんなが暮らしやすい  
まちをつくろう

2	4	もっとバリアフリーを進めるために	22
6	5	みんなが暮らしやすいまちをつくろう	26
10	6	先生や保護者の方へ	27



音声コード Uni-Voice

## 指導者用別冊 概要版(完成案)

地域福祉部福祉総務課

ハンドブックがより使いやすくなるよう、活用後のアンケートにご協力をお願いします。  
児童向けアンケートもありますので、児童への回答のご協力もあわせてお願いします。

二次元  
コード

←児童向け  
アンケート (Graffer)

二次元  
コード

←活用後  
アンケート (Graffer)

# 目次

目次	2
はじめに	3
◆授業での活用方法	4
◆期待される学習効果	4
1 まちの中にあるバリア	5
★ ◆ワークに取り組むうえでのポイント	5
◆参考リンク	5
2 「心のバリアフリー」のためにできること	6
★ ◆ワークに取り組むうえでのポイント	6
★ ◆声かけについて	6
☆ ◆声かけをしてもらってうれしかったことやしてほしいことなど	7
【肢体不自由者】（パワーポイント版23～25ページ）	7
【視覚障がい者】（パワーポイント版26～28ページ）	7
【聴覚障がい者】（パワーポイント版29～31ページ）	7
【知的障がい者・発達障がい者】（パワーポイント版32～34ページ）	7
3 いろいろな人の声を聞いてみよう	8
☆ ◆肢体不自由者の困っていることなど（パワーポイント版35～37ページ）	8
☆ ◆視覚障がい者の困っていることなど（パワーポイント版38～42ページ）	8
☆ ◆聴覚障がい者の困っていることなど（パワーポイント版43～46ページ）	8
☆ ◆知的障がい者や発達障がい者の困っていることなど（パワーポイント版47～49ページ）	9
◆その他、まちにはさまざまな人がいます（パワーポイント版50、51ページ）	9
◆参考リンク	9
4 もっとバリアフリーを進めるために	10
◆参考リンク	10
◆ハンドブック掲載マークの引用元リンク	10
☆ ◆身体障害者補助犬について	10
5 みんなが暮らしやすいまちをつくろう	11
◆「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」ホームページ	11
◆合理的配慮に関する事例紹介	11
6 先生や保護者の方へ（用語集）	12
◆参考リンク	12

## はじめに

「心のバリアフリー<sup>1</sup>ハンドブック」は、2002年に作成して以降、総合的な学習の時間等、障がいのある人の理解について学ぶ機会が多い小学4年生を中心に、市民へ広く配布をしてまいりました。一方で、社会環境は「障害の社会モデル<sup>2</sup>」への理解が進み、「合理的配慮<sup>3</sup>」については、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」が施行され、行政・民間事業者については義務、市民は努力義務、また、障がいのある人にも発信の努力義務がなされるなど、大きく変化しています。このような情勢に対応し、今後更なる普及啓発を進められるよう、2025年4月に冊子の改定を行いました。

この指導者用別冊では、教育現場でハンドブックを使用する際に参考となる考え方やポイントについてまとめてあります。これは、小学校の学習指導要領の「総合的な学習の時間」の目的である「横断的・総合的な学習や探究的な学習を通して、自ら課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、よりよく問題を解決する資質や能力を育成するとともに、学び方や物の考え方を身につけ、問題の解決や探究活動に主体的、創造的、協同的に取り組む態度を育て、自己の生き方を考えることができるようにする。」に沿うような内容としています。

身の回りにいる障がいのある人などを理解し、問題解決に向けた意見交換など創造的な学習に取り入れられることを期待します。

---

<sup>1</sup> 町田市福祉のまちづくり総合推進条例では、「心のバリアフリー」について、「心の中にある先入観、偏見等の障壁を取り除き、すべての人の存在をお互いに理解し、支え合う考え方をいう。」と定義しています。すべての人が基本的人権を尊重され、自らの意思で行動し、あらゆる分野の活動に参加できるよう、地域社会における連携を深め、相互に協力する必要があります。

<sup>2</sup> 障がい者が日常生活又は社会生活において受ける制限は、心身の機能の障がいのみならず、社会における様々な障壁（バリア）と向き合うことによって発生するという考え方です。そのため、障壁を取り除くのは社会の責務であるとし、社会全体の問題として捉えます。

<sup>3</sup> 障がい者から、社会的障壁を取り除くために何らかの対応を必要としているとの意思が伝えられたときに、その実施に伴う負担が重すぎない範囲で対応することです。お互いに建設的に話し合い、納得のいく方法を見つけることが重要です。

## ◆授業での活用方法

障がい当事者による講話などの福祉教育が予定されている場合は、事前に障がい者理解を深めるための教材としてご活用ください。

人権教育等でも読み物として活用することができます。

目次欄に優先度がわかるよう★印をつけています。

- ★ メインで行うと良い内容（1単元につき、30分程度）
- ☆ メインと合わせて行うと効果が期待できる内容（1単元につき、10～15分程度）

1時限のみの場合は★のみ、それ以上の時間で授業を行う場合は★☆を組み合わせると理解が進みやすくなります。

(例)

2時限行う場合

1時限目:声かけについて

2時限目:声掛けをしても

らってうれしかったこと

(各項目)→総括

1 まちの中にあるバリア.....	6p
★ ◆ワークに取り組むうえでのポイント.....	6p
◆参考リンク.....	6p
2 「心のバリアフリー」のためにできること.....	7p
★ ◆ワークに取り組むうえでのポイント.....	7p
★ ◆声かけについて.....	7p
☆ ◆声かけをしてもらってうれしかったことやしてほしいことなど.....	8p
【肢体不自由者】 (パワーポイント版23～25ページ).....	8p
【視覚障がい者】 (パワーポイント版26～28ページ).....	8p
【聴覚障がい者】 (パワーポイント版29～31ページ).....	8p
【知的障がい者・発達障がい者】 (パワーポイント版32～34ページ).....	8p

## ◆期待される学習効果

福祉・健康	障がい者や高齢者を取り巻く状況の理解
ボランティア活動などへの参加	まちの中で困っている人に声をかけ、協力する意識の醸成、実体験による交流
各種団体との連携	障がい者団体、社会福祉協議会、交通事業者など
道徳	・差別や偏見のない、誰もがいきいきと暮らすことのできる社会を目指す ・公共交通機関や公共施設における適正利用など、マナーを身につける
国語、社会など横断的学習	調べる、話を聞く、ディスカッションする まとめる、発表する力を身につける

# 1 まちの中にあるバリア

## ★ ◆ワークに取り組むうえでのポイント

※より詳細な取組方法については、パワーポイント版8ページ以降を参照。

- ・ 1クラスをA・B・Cそれぞれに分けたり、1つのテーマについてクラスで考える方法が考えられます。
- ・ ワークは、必ずみんなで意見を共有することを推奨します。
- ・ 自由に発言してもらい、発言内容について基本的に否定はしません。  
(「障がい者だからだめ」等過度な差別発言については指導をお願いします)
- ・ みんなの発言を踏まえてから、5ページを読むことでまとめになります。

## ◆参考リンク

### 【心のバリアフリーノート】

各教科等に関係する教材や資料集等のウェブサイトについて（サイト中段）

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/new-cs/1394142.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/1394142.htm)

⇒文部科学省が作成している心のバリアフリーのための教材です。

指導者用もあり、具体的な授業の進め方についても記載しています。



### 【知っていますか？街の中のバリアフリーと「心のバリアフリー」】

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201812/1.html>

⇒政府広報オンラインで作成している、4つのバリアについてまとめた記事です。



## 2 「心のバリアフリー」のためにできること

### ★ ◆ワークに取り組むうえでのポイント

※より詳細な取組方法については、[パワーポイント版17ページ以降を参照。](#)

- AさんとBさんについては、6ページで対応例を示しています。それ以外にも対応例はあるので、パワーポイント版19ページの「具体的な対応例」を参照し、適宜紹介をしてください。
- 様々な対応例はありますが、あくまで当事者本人の意向を聞き取り、可能な範囲で対応することが必要です。⇒**合理的配慮**
- 一通りの方法だけでなく、「声かけによってどうすれば良いのか聞き取ることが大切」ということを伝えます。

### ◆声かけについて

- せっかく声かけをしたのに断られてしまう場合もあります。時には、自身に余裕がなく、冷たい言葉で返してしまう方もいます。そういう時に落ち込んで次の声かけをためらってしまう、という声があります。そういう時は「その人は今は困っていないかった」と安心して、前向きにとらえるように伝えてください。
- 「障がい者や高齢者はみんな困っている」わけではなく、障がい等に関係なく「何かに困っている人がいる」場合に声かけをするように教えます。多少のバリアなら自分の力で解決できる方もいることを合わせて知ってもらうことが大切です。
- パワーポイント版22ページでは、白杖を持っている視覚障がい者への声かけについて紹介しています。

## ☆ ◆声かけをしてもらってうれしかったことやしてほしいことなど

パワーポイント版では、それぞれの障がいがある方からの声を多く紹介しています。概要版では、その一部を紹介します。

### 【肢体不自由者】（パワーポイント版23～25ページ）

- 困っている場合は、車椅子のまま止まっていることが多いです。そのような場合には、「何かお手伝いしましょうか」と声をかけてくれると嬉しいです。
- 硬い表情をした人の中には、麻痺の影響で無表情の人もいることを知ってほしいです。声をかけてもらったり、お手伝いしてもらえるのは助かっていますし、嬉しいので、めげずに声をかけてほしいです。

### 【視覚障がい者】（パワーポイント版26～28ページ）

- ガイドヘルパーや盲導犬に声をかけるのではなく、本人に声をかけてほしいです。
- トイレで順番を待つのは当たり前と思っていますが、並んでいるのか・どこが空いたのかもわからないので、「ここで並んで下さい。一緒に並びましょう」の声掛けが嬉しいです。

### 【聴覚障がい者】（パワーポイント版29～31ページ）

- ジェスチャーや筆談など、伝える方法は色々あるので、コミュニケーションをしようと思う気持ちがあれば伝わります。
- 後ろから声をかけられても分からない人が多いので、声をかける時は、前にまわって目を合わせて「どうしましたか？」と聞いてください。（口の形が見えるように）

### 【知的障がい者・発達障がい者】（パワーポイント版32～34ページ）

- 無意識に他害（グッと力を入れて肩をつかんでしまうなど）してしまうこともあるため、パニックになっている時に子どもは近づかず、近くの大人を呼んでくるなど、そっと見守ってほしいです。

### 3 いろいろな人の声を聞いてみよう

パワーポイント版では、それぞれの障がいがある方からの声を多く紹介しています。概要版では、その一部を紹介します。

冊子に記載されている困りごとはごく一部であり、その他にもさまざまな困りごともあることを知ってもらう必要があるほか、実際に当事者のインタビューや講話を行うことも効果的です。

#### ☆ ◆肢体不自由者の困っていることなど（パワーポイント版35～37ページ）

- 手が不自由で、ファミレスのドリンクバーの飲み物を運ぶことが苦手です。特にお盆にカップを乗せて運ぶことが苦手で落として割ってしまったことがあります。店員がいやな顔せず「大丈夫ですよ」と優しくフォローしてくれたことがありがたかったです。

#### ☆ ◆視覚障がい者の困っていることなど（パワーポイント版38～42ページ）

- 白杖は視覚障がい者が使用していることを知らない人が多いです。「その白い杖は何？」「釣り竿ですか？」など質問されたことがあります。もっと白杖を知ってほしいです。

#### ☆ ◆聴覚障がい者の困っていることなど（パワーポイント版43～46ページ）

- 聴覚障がい者の中でも手話ができない人もおり、筆談を希望する人もいます。手話をみんなが使えるようになったら良いとは思いますが、「聴覚障がい者＝手話」と思い込まないでほしいです。聞こえる人（聴者）に「手話を覚えないと聴覚障がい者とコミュニケーションができない」というイメージを持たれてしまうと、聴覚障がい者みんなと関わるができなくなってしまいます。
- パワーポイント版46ページでは、聴覚障がい者が手話などを介して電話を利用する「電話リレーサービス」について紹介しています。

☆ ◆知的障がい者や発達障がい者の困っていることなど（パワーポイント版47～49ページ）

- あたたかい対応は嬉しいですが、おせっかいと感じてしまう時もあります。そっ  
としておいて、嫌な顔をせず、そっと見守るだけでも助かります。

◆その他、まちにはさまざまな人がいます（パワーポイント版50、51ページ）

- 社会に障がいがあると感じている人はさまざまいます。冊子に記載されている方  
は一部であり、その他にもさまざまな困りごとがある人もいることを知ってもら  
う必要があります。

◆参考リンク

【参考動画(YouTube)】

- 東京都 心のバリアフリー「見た目では分かりにくい障害者等への配慮」

[https://youtu.be/mPV5s6jxGoc?si=7V0YUZcPoXIRm\\_sX](https://youtu.be/mPV5s6jxGoc?si=7V0YUZcPoXIRm_sX)



- 東京都 心のバリアフリー「外国人へのコミュニケーションでの配慮」

<https://youtu.be/jTY7k+QSLuE?si=ZqMnmC2h90XDCoIw>



## 4 もっとバリアフリーを進めるために

### ◆参考リンク

#### 【参考動画(YouTube)】

##### <エレベーター>

- 東京都 心のバリアフリー「お店を利用する時のバリア編」

[https://youtu.be/ao8XwMPd\\_cY?feature=shared](https://youtu.be/ao8XwMPd_cY?feature=shared)



##### <バリアフリートイレ>

- 東京都 心のバリアフリー「選びましょう 自分にあったトイレ」

<https://youtu.be/mzASGCKjGMY?si=Vm9Hag40wtJOfnwG>



##### <障がい者用駐車区画・思いやり駐車区画>

- 東京都 心のバリアフリー「バリアフリー設備（障害者等用駐車区画）の適正利用」

<https://youtu.be/knarYdiIp34?si=VyDe-ZQELGmFQ0J2>



### ◆ハンドブック掲載マークの引用元リンク

- 内閣府ホームページ「障害者に関係するマークの一例」

<https://www8.cao.go.jp/shougai/mark/mark.html>



### ◆身体障害者補助犬について

- 厚生労働省ホームページ「身体障害者補助犬」

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaiigo/shougai\\_shahukushi/hojoken/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaiigo/shougai_shahukushi/hojoken/index.html)



⇒啓発用ショートムービーもあります。

## 5 みんなが暮らしやすいまちをつくろう

### ◆「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」ホームページ

[https://www.city.machida.tokyo.jp/iryosyougai\\_hukushi/syougai\\_torikumi/sabetukaisyoujourei.html](https://www.city.machida.tokyo.jp/iryosyougai_hukushi/syougai_torikumi/sabetukaisyoujourei.html)



条例についてわかりやすく解説した動画を作成しています。

- 町田市公式 YouTube 「2024 年 10 月 1 日スタート！

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」

<https://youtu.be/mRyzU2uh5yY?si=UeEjj0L5VUZ7DLDR>



### ◆合理的配慮に関する事例紹介

- 内閣府ホームページ「合理的配慮等具体例データ集」

<https://www8.cao.go.jp/shougai/suishin/jirei/index.html>



- 東京都福祉局ホームページ「合理的配慮の提供の詳細と具体例」

[https://www.fukushil.metro.tokyo.lg.jp/tokyoheart/sabetsu/sabetsu\\_03.html](https://www.fukushil.metro.tokyo.lg.jp/tokyoheart/sabetsu/sabetsu_03.html)



- 文部科学省ホームページ「資料 8：合理的配慮について」

[https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo3/046/siryo/attach/1308221.htm](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo3/046/siryo/attach/1308221.htm)



## 6 先生や保護者の方へ (用語集)

### ◆参考リンク

<心のバリアフリーや障害の社会モデルに関するリンク>

- ・ 「心のバリアフリー」を学ぶアニメーション教材 (首相官邸)

[https://www.kantei.go.jp/jp/singi/tokyo2020\\_suishin\\_honbu/udsuisin/program.html](https://www.kantei.go.jp/jp/singi/tokyo2020_suishin_honbu/udsuisin/program.html)

⇒2017年に作成の動画で、合理的配慮についての情報が古い  
ため、 使用にはご注意ください。



- ・ ユニバーサルデザイン 2020 行動計画 (首相官邸)

[https://www.kantei.go.jp/jp/singi/tokyo2020\\_suishin\\_honbu/ud2020kkkaigi/pdf/2020\\_keikaku.pdf](https://www.kantei.go.jp/jp/singi/tokyo2020_suishin_honbu/ud2020kkkaigi/pdf/2020_keikaku.pdf)

⇒国が示す「心のバリアフリー」の考え方や方針について記載  
しています。



- ・ 「心のバリアフリー」ホームページ (東京都福祉局)

<https://kokoro.metro.tokyo.lg.jp/>

⇒児童・生徒向けの「心のバリアフリー」に関する啓発動画や  
取組などをまとめています。



編集・発行 町田市地域福祉部福祉総務課

2026年4月初版

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：042-724-2133 FAX:050-3101-0928