

ふく し ぞく ほん  
福祉読本

# ともにいきる



滋賀県

# 目次

## 福祉ってなんだろう？

ふだんのくらしのしあわせ ..... 1

## ともに生きる地域ってなんだろう？

まちを観察してみよう ..... 2

周囲にいる人はどんな人？ ..... 4

「共生社会」を目指す ..... 6

滋賀県と福祉 ..... 7

障害福祉と造形活動 ..... 8

ひろがる障害者スポーツ ..... 9

アスリートインタビュー ..... 10

## バリアについて考えてみよう

どこに「バリア」はあるのかな？ ..... 12

まちなかにある「サイン」 ..... 14

「ユニバーサルデザイン」って何？ .. 16

合理的配慮って？ ..... 19

## できることについて考えてみよう

まずは声かけから始めよう ..... 21

困っている時にできること ..... 22

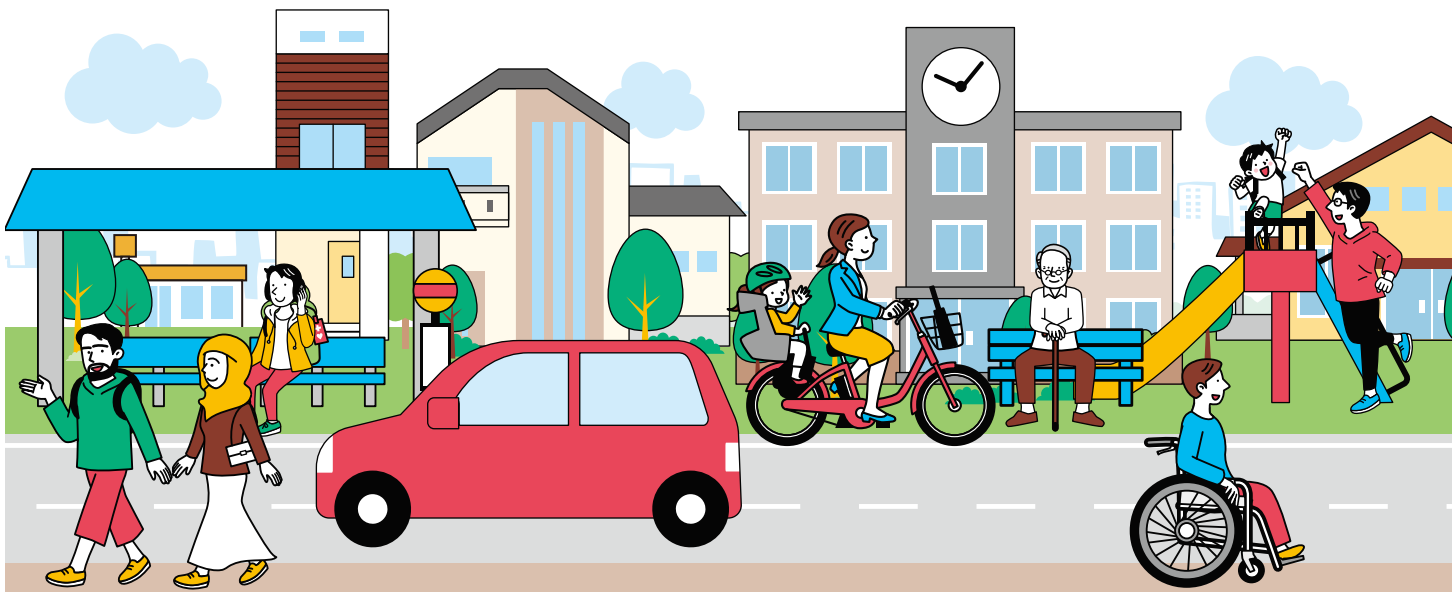
心のバリアフリーを実践 ..... 23

「心身機能の障害」を理解しよう ..... 24

さまざまな居場所 ..... 27

寄り添う人たち ..... 28

地域で活躍する人たち ..... 29



# ① だんの ② くの ③ しの しあわせ

「福祉」という言葉を聞いたことがある人は多いでしょう。

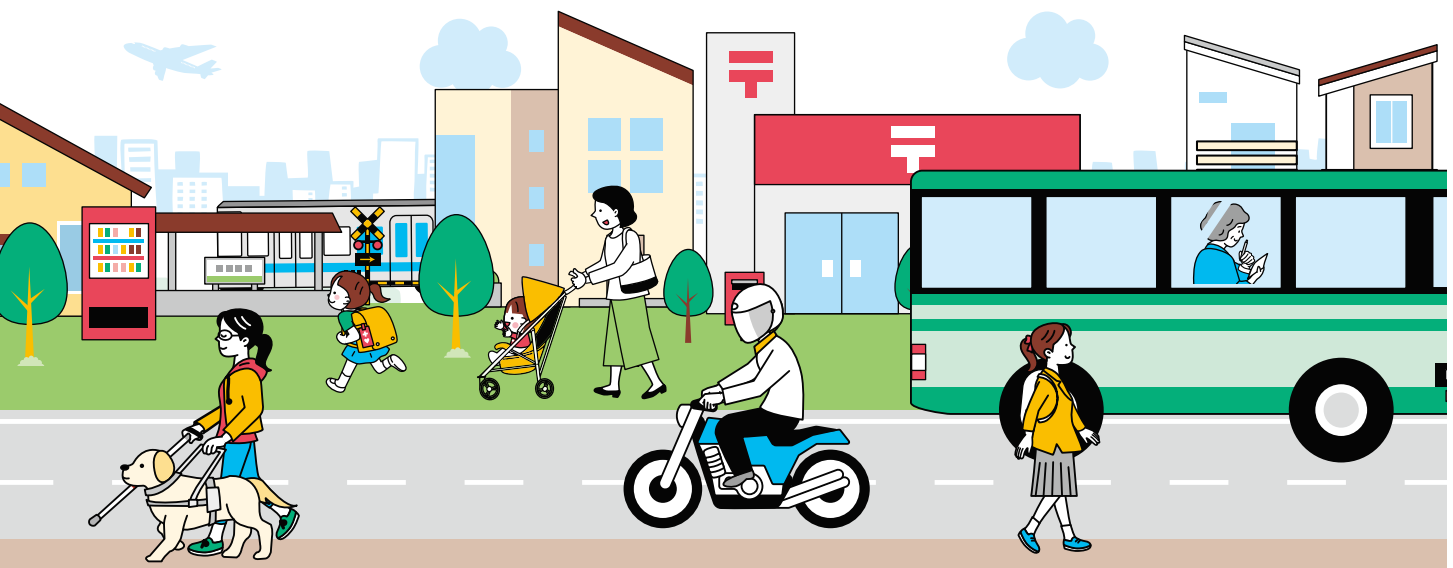
しかし、「福祉」って何？と聞かれたら、なんと答えますか。迷わず答えられる人は少ないかもしれません。

「福祉」とは、すべての人がその人らしく、幸せに暮らしていくことを支え、助けていくことを指します。言い換えるならば、「ふ」だんの「く」らしの「し」あわせだと言えます。では、「しあわせ」とはどのような状態のことでしょうか。

わたしたちが暮らす滋賀県や市町では、福祉を向上させるためにさまざまな取組が行われています。しかし、そうしたサービスさえあれば福祉は実現できると言えるのでしょうか。「福祉」が指す豊かで幸せな暮らしには、周囲の人たちと理解し合い、支え合うことがなにより大切です。

あなたはもちろん、周囲のすべての人が一人ひとり違う人間です。年齢、性別、国籍、出身地、言語、価値観、能力など、違いを考えるとたくさんあることに気づきます。これまでも、この先にも、多様な人との出会いの中でわたしたちは生きていきます。

すべての人が分けへだてられることなく大切にされ、支え合えること。だれもが暮らしやすく、生き生きとした社会となること。こうした「共生社会」を目指すため、わたしたちにどんなことができるのか、一緒に考えていきましょう。



( ともに生きる地域ってなんだろう？ )

# まちを観察してみよう

なに こま 何に困っているのかな？



絵の中をじっくり見てみましょう。困っている人がいたり、不便なところがあったり  
いませんか。また、どんな配慮※がされているのかも探してみましょう。

※他人の立場や状況を考えること

まちの中をよく見ると、いろいろなことに気づきます。すべての人が暮らしやすい地域にするた  
めには、どんなことが必要でしょうか。話し合ってみましょう。

例えば……手すりが必要な人が困っています。どうして？



動画で学習

「まちを観察してみよう」



字幕・手話  
つき



# 周囲にいる人はどんな人?

いろいろな人とともに暮らしている

わたしたちは生きています。家族や友達だけでなく、学校の先生、同じ地域に暮らす人など、さまざまな人がいます。今朝、ここに来るまでに会った人を思い出してみよう。

あなたの身の回りには、どんな人がいますか。困った時に声をかけたり、一緒に考えたりしてくれる人はいますか。あなたのことを見守っている人は、きっとたくさんいます。



あなたの身の回りには、どんな人がいますか。

親戚

近所の人

お父さん

友達のお父さん

友達

ペット

友達のお母さん

学校の先生

宅配便の人

おばあちゃん

地域の人

幼稚園の先生

保育園の先生

児童委員

自治会の人

子ども110番の家・店の人

きょうだい

高校生

お母さん

中学生

おじいちゃん

学童保育の指導員

児童館の人

郵便配達の人

町内会の人

スポーツ少年団の人

役場・役所の人

警察官

新聞配達の人

民生委員

地域の中には、お互いに見守り、支えようとする取組があります。自治会や子ども会、スポーツ少年団、地蔵盆や、地域のラジオ体操など、これらは同じ地域に暮らす人が関わり合いながら活動しています。



スクールガード・見守り隊

## スクールガード・見守り隊

登下校中、交通事故や犯罪の被害にあわないように、交通量の多い交差点や見通しが悪い道、人通りの少ない道などに立ち、安全に通行できているかを見守ります。登下校の付き添いや、通学路の点検をし、危険な場所を学校や市町に報告する取組もあります。



消防団

## 消防団

消防署に勤務する消防士と協力し、火災や大規模な災害が発生した時に自宅や職場から現場へかけつけ、消火活動・救助活動を行う団体です。多くは地域の住民がチームとなり、地域に密着した経験を活かしながら、活動にあたっています。



子ども食堂

## 子ども食堂

食事を通して、地域ぐるみで子どもを見守り育てていく取組です。子どもたちが安心して過ごし、また勉強や遊びを体験できる地域の居場所です。滋賀県では、子どもが歩いて行ける範囲である、小学校区に1つ以上の開設を目指しています。



地域の人による授業

## 地域学校協働活動

地域と学校がつながり、協働する仕組みをつくることで、地域全体で子どもの成長を支える取組です。ボランティア活動や郷土学習、地域の人による授業への参画や、学校周辺の環境を整えるなど、地域とともにある学校を目指して実践します。



子ども110番の目印

## 子ども110番

地域ぐるみで子どもの安全を守るため、子どもが被害に遭いそうになった時に、助けを求めてかけ込める避難場所を確保する取組です。避難場所「子ども110番の家」の目印として、黄色のロードコーンや旗、ステッカーなどが付けられています。

（ともに生きる地域ってなんだろう？）

# 「共生社会」を目指す

だれもが生き生きとした人生を送るために

## キーワード 共生社会

わたしたちは障害の有無だけでなく、性別、年齢、国籍、出身地、宗教、価値観、能力、育った環境などが異なる一人ひとりちがう人間です。すべての人が分けへだてられることなく、お互いの「人権（幸福に暮らしていくための権利）」や「尊厳（その人の人格を尊いものとして認め、敬うこと）」を大切に、支え合うこと。そうすることで実現を目指す、**だれもが暮らしやすく、生き生きとした人生を送ることができる社会を「共生社会」と言います。**

共生社会をつくるために必要なことはなんでしょうか。地域での取組を学びながら、わたしたちにできることを考えましょう。

## 滋賀県が考える共生社会

わたしたちが暮らす滋賀県では「**地域住民の多様性が尊重され、『つながり、支え合う』地域づくりの推進**」に取り組み、共生社会の実現を目指しています。福祉にかかわる人だけでなく、暮らしている地域住民や民間企業などさまざまな人が一緒に、支え合いの関係を社会のなかで育むことを目標にしています。



共生社会  
シンボルマーク

滋賀県は、障害のある人もない人もお互いにその人らしさを認め合いながら、ともに生きる社会の実現を目指しています。一人ひとりが違うということを知り、違いを認め合うことが、その人らしく生きられる社会へとつながります。

(参考) 滋賀県障害者差別のない共生社会づくり条例



**基本理念**

県民一人ひとりが輝ける健やかな滋賀の実現

すべての地域住民のために

すべての地域住民で支える

「地域福祉」による共生社会の構築



## 滋賀県と福祉

滋賀県で取り組まれてきた障害福祉

第二次世界大戦後、戦争で家族をなくした子どもや障害のある子どもたちが、ほかの子どもと同じように学校に行き、遊べるように、そして子どもたちを差別から守るために取り組んだ人物がいます。滋賀県で始められたその活動は、日本の障害のある子どもに対する福祉や教育に大きな影響を与えました。

### 「障害者福祉の父」糸賀一雄

糸賀一雄は、戦後日本の障害者福祉を切り開いた第一人者です。戦争で親をなくした子どもや、障害のある子どもがひどい状況におかれていることを知り、そうした子どもたちが勉強したり、生活したりするための施設「近江学園」をつくりました。さらに、医療と教育を一緒に行う重症心身障害児施設「びわこ学園」も創設しています。障害の有無にかかわらず、**すべての人が分けへだてられることなく生きる社会こそが豊かな社会**だと確信し、実践しました。



### 糸賀一雄がのこした言葉

豊かな社会の実現にむけ、糸賀一雄はたくさんの言葉をのこし、今に伝えられています。なかでも代表的な言葉が、**（この子らに世の光をではなく、）「この子らを世の光に」**です。障害のある子どもたちに哀れみの目を向けるのではなく、子どもたち自らが輝く人そのものであると考え、もっと輝けるための権利を保障することを目指しました。

### 受け継がれていく思い

現代社会においてもさまざまな障壁（バリア）は残っており、生きづらさを抱える人が多くいます。一方、糸賀一雄の思いを受け継ぎ、**お互いを認め合える社会を目指そう**と取り組む人もたくさんいます。

### 近江学園

知的障害のある子どものための施設です。戦後まもない1946（昭和21）年、糸賀一雄らによって大津市南郷に創設されました。その後、現在の湖南市に移動しましたが、糸賀の思いは今も変わらず受け継がれ、知的障害のある子どもたちが豊かに育っていく支援を続けています。



# しょうがいふくし ぞうけいかつどう 障害福祉と造形活動

しょうがいふくし なか う ぞうけいかつどう みりよく であ きかい  
障害福祉の中で生まれた造形活動の魅力に出会う機会を

しがけん いとがかずお せつりつ おうみがくえん  
滋賀県では、糸賀一雄らにより設立された「近江学園」で  
ねんど つか ぞうけいかつどう はじ  
粘土を使った造形活動が始まりました。その後、こうした造形  
かつどう けんない ふくしせつ ひろ なか う さくひん  
活動が県内の福祉施設に広まり、その中で生まれた作品には、  
アール・ブリュットとして評価を受けているものもあります。  
「アール・ブリュット (ART BRUT)」とは、「生の芸術」とい  
い み んご にほん ねん かいさい てんらんかい  
う意味のフランス語で、日本では2010年に開催された展覧会  
「アール・ブリュット・ジャポネ」から関心が高まってきました。  
しがけん ふくしせつ ぞうけいかつどう けんない  
滋賀県ではこうした福祉施設での造形活動を、県内のさまざ  
まな場所で紹介するなど、福祉の現場で生まれたアートの魅力  
ひろ かつどう と く  
を広める活動に取り組んでいます。



澤田真一《無題》2007年 滋賀県立美術館蔵

## じっさい 実際にみてみよう

### しがけん りつびじゅつかん 滋賀県立美術館



撮影：大竹央祐氏

しがけん しょうがいふくし げんば  
滋賀県の障害福祉の現場から、たくさんの才能あふれるアーティストが世に送り出されてきました。彼らの作品は、全国各地の美術展で紹介されています。2013年には、栗東の福祉施設に通う澤田真一さんの作品がヴェネツィア・ビエンナーレに出品されました。こうした流れは、福祉のみならず美術業界にも影響を与えています。  
美術館では、澤田さんの作品をはじめ、滋賀の障害福祉と造形活動にかかわる作品をコレクションしています。

やまだ そう し がけん りつびじゅつかん がくげい いん  
山田 創 (滋賀県立美術館学芸員)

### ボードレス・アートミュージアム NO-MA

よこい ゆう 横井 悠 (ボードレス・アートミュージアムNO-MA主任学芸員)

つぶ なら てん う せん えが  
粒を並べる、点を打つ、線を描く——。ささやかな方法であっても、じっくり向き合って作ることで、想像を超えた、びっくりするようなアートになっていきます。こうした作品は、どのような人が、どのような気持ちで作っているのでしょうか。作品が生まれるところを知ること、「自分のなかにある多様な世界」に出会えるかもしれません。また、その制作を支援する人や家族とのかかわり、それをみんなで「おもしろい！」って言い合える場所が、作者の「つくる」を支えているということも大切な視点です。



# ひろがる障害者スポーツ

障害の有無を問わず参加できるさまざまなルール

障害者スポーツとは、障害があってもスポーツ活動ができるよう、障害に応じてルールを変更したり、用具などを用いて障害を補ったりする工夫がされたスポーツのことを言います。

障害のある人だけでなく、子どもや高齢者、または体力に自信がない人や運動が苦手な人みんなが楽しめるようになっています。

## ● ボッチャ

「ジャックボール」と呼ばれる白いボールを投げた後、対戦する両者がそれぞれ赤と青の6球を投げ合い、自分の球をよりジャックボールに近づけた方が勝ちとなるスポーツです。手で投げるのでできない選手はキック、あるいは競技アシスタントのサポートを受けながら、「ランプ」と呼ばれる補助具を使ってボールを転がすことができます。



## ● ゴールボール

3名1チームで、鈴が入ったボールを転がし合い、相手ゴールに入った得点数を競う対戦型の競技です。選手は全員「アイシェード」という光をさえるように作られたゴーグルを着けて参加します。視覚以外のすべての感覚を研ぎすませ、チームで協力し合って競うゴールボールでは「チームワーク」が一番の見どころです。

## ● フライングディスク

プラスチック製の円盤（ディスク）を投げて競います。「アキュラシー」という投げた距離の正確性を競うものと「ディスタンス」という飛んだ距離の遠さを競うものがあります。投げ方にルールはなく、障害のある人もない人もハンディキャップなしで競うことができるスポーツです。



(ともに生きる地域ってなんだろう?)

# アスリートインタビュー

ブラインドマラソン選手 近藤寛子さん

見えなくても、スポーツの楽しみは無限大



視野が徐々にせばまり失明する病気を発症し、視力を失った近藤寛子さん。走ることならわたしにもできる!と思い、始めたブラインドマラソン(視覚障害者マラソン)で、2016年リオ・パラリンピック5位入賞を果たされました。滋賀県出身の近藤寛子さんに、ブラインドマラソンの楽しさなどについてインタビューしました。

～ブラインドマラソンとは?～

通常のマラソンと同じように、長い距離を走ってタイムを競いますが、ガイドランナーという役割の人がいて、目が見えない人と一緒に走ります。

**Q** ブラインドマラソンの特徴を教えてください。

**A** 一緒に走ってくれるガイドランナーが、“きずな”と呼ばれる1本のロープを輪にしたものを一緒に持って走ることが特徴的です。ガイドランナーはわたしたちの目の代わりに段差やカーブなどを教えてくれます。



“きずな”

**Q** ブラインドマラソンの面白いところを教えてください。

**A** ジョギングで自然の中を走っている時にガイドランナーが景色を教えてください。わたしたちは見えていないんですけれども、その景色を話してくれることで、景色を感じたり風を感じたりしながら走ることができます。競技として走る時もわたしたちは一人ではありません。ガイドランナーと一緒にゴールを目指すという楽しさがあり、苦しみ半分、喜び2倍ということをととてもうれしく思っています。

～近藤さんからのメッセージ～

わたしの好きな言葉の中に「失ったものを数えて悔やんでいくよりも、今あるものを最大限に活かしていく」というものがあります。これは障害のある人もない人もみんなに言えることだと思います。苦手なことや出来ないこと、小さなことにクヨクヨするよりも、今、自分ができ、得意なことをどんどん取り組んでやっていくことは本当に素敵なことだと思っています。



動画で学習

「スポーツの楽しみは無限大」

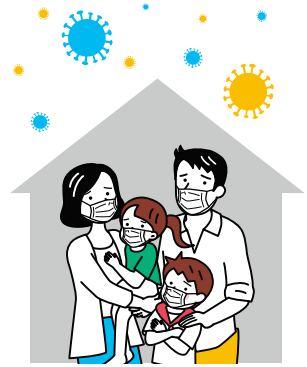


字幕・手話  
つき



# 新型コロナウイルス感染症で みんなの暮らしが変わりました

2019年に発生した新型コロナウイルス感染症(COVID-19)は、発生当初感染の仕組みが不明だったことや、未知のウイルスであったために、ワクチン開発も進まず多くの人を不安にさせました。ウイルスは主に感染者のくしゃみやせき、つばなどの飛沫、また接触により広がるため、人々の活動は大きく制限されることになりました。集団感染を防ぐために外出を控えるよう呼びかけられたことで、会社やお店が休業になったり営業時間が短くなったりし、失業や収入が減少する人が増えました。



## コロナ禍で経験したこと

### 緊急事態宣言により学校が休校。自宅待機に

- 友達とも会えない、学校行事も中止になり、ともに活動する学びの機会が少なくなった。
- 常にマスクをしているから表情がわからず、お互いの気持ちが伝わりにくくなった。
- 外出が制限され、学校や地域で体験できることが減ってしまった。
- 子ども一人だけで家で過ごすことが増え、孤独・不安になった。

休校になって、友達や家族の大切さがわかった

### 感染者や医療従事者に対する差別や人権侵害

- 感染者に対する誹謗・中傷、医療現場で働く人に対する差別。

コロナの症状も怖いけど、誹謗中傷の方がもっと怖い



### 感染や自粛生活がもたらす心への影響

- 感染により大切な命が奪われることの悲しみなど。



## 子どもたちの笑顔を増やすための暮らし・遊び・学びの指標『すまいる・あくしょん』

コロナ禍の子どもの声から生まれた、子どもの笑顔を増やすためにみんなが取り組める行動や方法、条件などを示した『すまいる・あくしょん』。『子どもが自分自身のために行動できること』『子どもが必要としていることに対して大人が行動すること』という2つの視点から、7つの行動指標(あくしょん)を策定しました。

詳しく知ろう



みんなのできることを考えて、一人ひとりが行動しましょう。

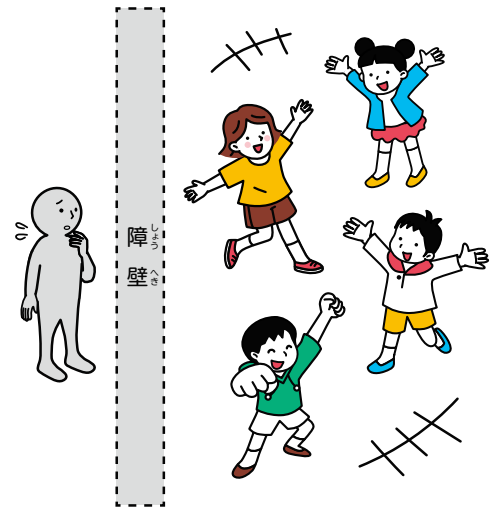
# どこに「バリア」はあるのかな？

自分の身の回りを見渡して、「バリア」を考える

「バリア」とは、社会のさまざまな場面で生活の不便さや生きづらさを感じさせる「障壁 (=かべ)」のことを指します。心身に障害のある人や、ケガや病気で体が不自由な人だけでなく、国籍や言語、出身地が異なる人、性別にかかわらず、あらゆる人にとって生じる問題です。

なぜ、バリアは生まれてしまうのでしょうか？ 社会には多様な人がいるにもかかわらず、多数の人々に合わせて社会環境をつくった結果が表れたものだと考えられます。

なかでも、心身に障害がある人の「バリア」を社会全体の問題としてとらえ、社会で取り除くべきだとする考え方を「障害の社会モデル」と言います。こうした考えをもとに、自分の身の回りでも「バリア」はないか、探してみましよう。



## 身近な「バリア」を考える

一人ひとりの行動や、環境を整えることで、解決できるバリアはたくさんあります。人によって、どんなことでバリアを感じるのかは異なります。あなたにも、他人とは違うと感じること、困っていることはありませんか。まずはまわりの人と2つのポイントを考えてみましょう。

### ① 身の回りのバリアに気づく

自分はもちろん、いろいろな場面や人を想像し、どんなことがバリアになるのか考えましよう。

### ② バリアを解消する行動を考える

気づいたバリアを取り除くために、どんなことができるでしょうか。

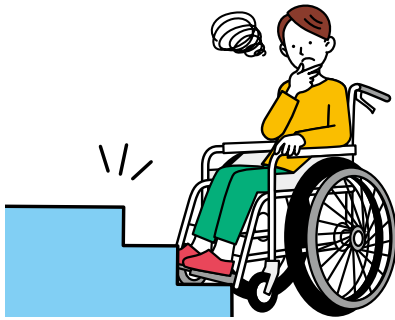
# 社会にある「4つのバリア」

障害のある人が直面する「バリア」は、大きく4つに分けられます。心身に障害のある人だけでなく、高齢者、妊娠中の女性、小さな子どもを連れている人、海外からの旅行者など、いろいろな人に起こりうる可能性があります。4つのバリアから、どんな場面が想像できるでしょうか。

## 物理的なバリア

電車やバスなどの公共交通機関、道路、建物などにおいて、利用者に移動の困難をもたらすバリアのことを言います。

建物の出入口に階段しかないと、車いす使用者にとっては、建物に入るのが困難。



## 制度的なバリア

社会のルールや制度によって、障害のある人が能力以前の段階で機会の均等をうばわれているバリアのことを言います。

資格試験にあたり点字受験を求めたが、前例がないことを理由に断られた。

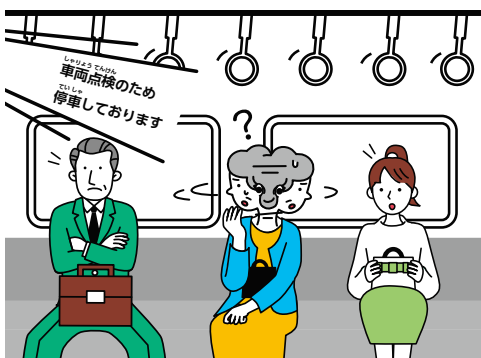


# 4つのバリア

## 文化・情報面でのバリア

情報の伝え方が不十分であるために、必要な情報が平等に得られないバリアのことを言います。

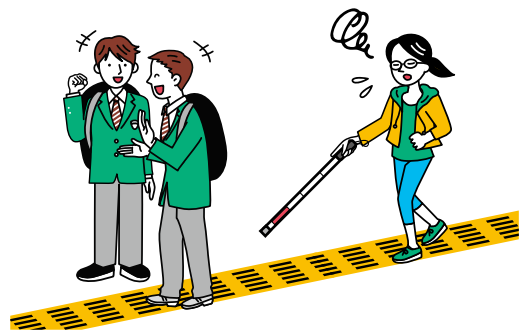
電車内のお知らせが音声アナウンスのみ。



## 意識上のバリア

誤った認識による心ない言葉、差別、無関心など、障害のある人を受け入れないバリアのことを言います。

点字ブロックの上に立ったり、自転車や物を置いたりする。



動画で学習

どこに「バリア」はあるのかな？



字幕・手話  
つき



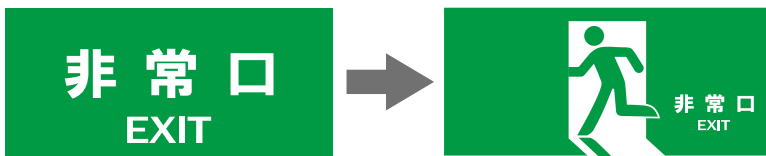
# まちなかにある「サイン」

## ピクトグラム、マーク

まちの中や、お店、公共施設などをよく見ると、さまざまな「サイン」があることに気づきます。それらは文字ではなく、絵（ピクトグラム、マーク）で示すことにより、多くの人に情報を伝えることができます。





### 情報を絵で伝える「ピクトグラム」

ピクトグラムとは、言葉や文字を使わずに「絵」で情報を伝えるものです。注意や指示のほか、場所の案内やサービスなどを示す時にも使われます。障害のある人のみならず、海外からの旅行者など、言語の異なる人にも伝わりやすくなるよう、考えられています。



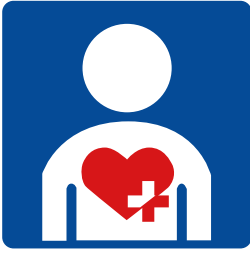
### 配慮が必要な人に関連する「マーク」

会社や団体、個人などを示す際に使われる「マーク」には、体の障害を表す意味を持つものもあります。配慮した施設・設備であることを障害のある人に伝えたり、周囲の人に配慮をうながすことにつながったりといった役割があります。

<p>しょうがいしゃ だんたい こじん しょうがい</p> <h4>障害者のための国際シンボルマーク</h4>  <p>くるま しょうしゃ かぎ 車いす使用者に限らず、 しょうがい ひと 障害のあるすべての人が りよう たてもの しせつ しめ 利用できる建物や施設を示 す世界共通のマークです。</p>	<p>みみ</p> <h4>耳マーク</h4>  <p>じぶん みみ ふじゆう 自分の耳が不自由であるこ とを表すために使用するほ か、筆談を申し出しやすく するマークです。</p>
<p>しんたいしょうがいしゃひょうしき</p> <h4>身体障害者標識</h4>  <p>しんたいしょうがい ひと うんてん 身体障害のある人が運転 する時に、車に表示します。 とき くるま ひょうじ 周囲の運転者に注意をうな がすことにつながります。</p>	<p>ちょうかくしょうがいしゃひょうしき</p> <h4>聴覚障害者標識</h4>  <p>ちょうかく しょうがい ひと うんてん 聴覚に障害のある人が運転 をする時、車に表示します。 しゅうい うんてんしゃ ちゅうい 周囲の運転者に注意をうな がすことにつながります。 ※補聴器を使用する人は含まれません。</p>



## ハート・プラスマーク



がいけん  
外見からわかりづらい、  
しんたい ないぶ しんぞう こきゅう  
身体の内部（心臓、呼吸  
きのう めんえききのう  
機能、免疫機能など）に  
しょうがい ひと あらわ  
障害のある人を表してい  
ます。

## ヘルプマーク



ないぶしょうがい なんびょう にんしん  
内部障害や難病、妊娠  
しよき ひと しゅうい  
初期の人など、周囲に  
はいりよ ひつよう  
配慮を必要としている  
ことを知らせるマーク  
です。

## ほじょ犬マーク



しんたいしょうがいしゃ ほじょけん ほう  
身体障害者補助犬法の  
けいはつ  
啓発のためのマークです。  
こうきょうしせつ こうつうきかん  
公共施設や交通機関はも  
ちろん、お店なども補助  
けん どうはん  
犬を同伴することを受け  
い ぎむ  
入れる義務があります。

## マタニティマーク



にんさんぶ こうつうきかん  
妊産婦が交通機関などを  
りよう さい み  
利用する際に身につけ、  
しゅうい はいりよ しめ  
周囲が配慮を示しやすく  
するためのマークです。

## 駐車場でのいろいろな工夫

ちゅうしゃじょう  
駐車場をよく見ると、サインだけでなく、いろいろな工夫がされていることがわかります。  
しょうがい ひと くるま の お  
障害のある人もスムーズに車から乗り降りできるようにするには、どんな駐車場であることが  
たいせつ  
大切でしょうか。

### くるま しょうしゃようちゅうしゃ 車いす使用者用駐車スペース

くるま しょうしゃ の お かんが  
車いす使用者が乗り降りすることを考え、  
さゆう  
左右が3.5メートルと幅が広い駐車スペース  
です。施設の入り口に近い場所に設置されて  
いることが多く、自立つように青色で塗装す  
るなど工夫がされています。本当に必要とす  
る人が使えるよう、必要のない人は使わない  
ようにしましょう。



3.5メートル

### しがけんくるま しょうしゃとうようちゅうしゃじょうりようしょう 滋賀県車いす使用者等用駐車場利用証

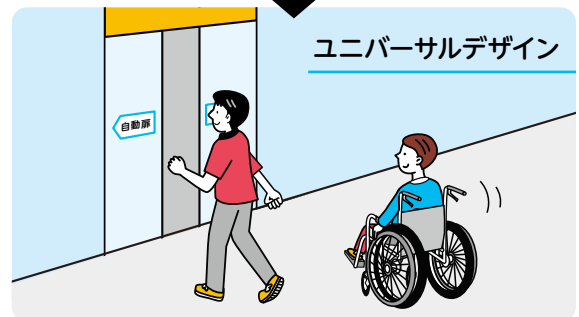
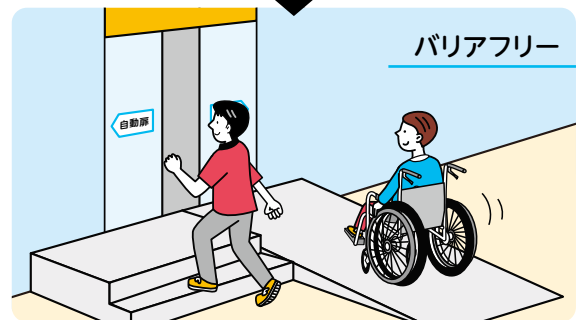


しがけん くるま しょう ひと ちゅうしゃ  
滋賀県では車いすを使用している人が駐車  
しやすくするためのあおいろ りようしょう ひだり  
青色の利用証(左)と、  
しょうがいしゃ こうれいしゃ にんさんぶ にん いどう  
障害者や高齢者、妊産婦やけが人など、移動  
はいりよ ひつよう ひと ちゅうしゃ  
に配慮が必要な人が駐車しやすくするための  
みどりいろ りようしょう みぎ はっこう  
緑色の利用証(右)を発行しています。

# 「ユニバーサルデザイン」って何？

「すべての人」を思い、生まれるもの・こと

「ユニバーサルデザイン」とは、年齢や性別、体格、障害の有無、能力、国籍、文化、言語などにかかわらず、できるだけ多くの人にわかりやすく、利用できるように製品や建物、空間をデザインすることです。「すべての人」に合わせることは難しいかもしれませんが、それぞれの状況をふまえて代替の案を考えるなど、**より多くの人が参加し、より良いものにしていくという取組や過程そのものが、ユニバーサルデザインの考え方です。**



## 「バリアフリー」との違いって？

「バリアフリー」とは、障害のある人が生活をしやすく、上での障壁（バリア）とを感じるものを取り除き、対処するという考えです。「ユニバーサルデザイン」は、**初めからさまざまな人が利用しやすいようにデザインするという考え方です。**

## 滋賀県の「福祉のまちづくり」

滋賀県では、ユニバーサルデザインの考え方をもとに、福祉のまちづくりに取り組んでいきます。行政、県民、事業者、民間団体が、ともに取り組むという思いをこめて、**「だれもが住みたくなる福祉滋賀のまちづくり条例」**が制定されました。関連してユニバーサルデザインの推進に取り組んでいくためのガイドラインとして、**「淡海ユニバーサルデザイン行動指針」**が策定されています。ユニバーサルデザインによる建物や製品が完成したあとも、利用者のニーズや多様化など、時間とともに「使いやすさ」は変わっていくものです。滋賀県では、**一人でも多くの人の声に応えられるように、改良し続ける姿勢を大切にしています。**



## 滋賀県のバリアフリー調査

令和2年5月から令和3年1月にかけて、公共交通機関122か所（JR線59か所、京阪電車線24か所、近江鉄道33か所、信楽高原鉄道6か所）、宿泊施設70か所のバリアフリー調査を行いました。

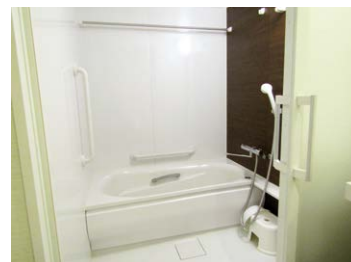
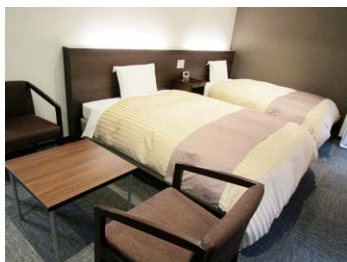
### 駅

これまでより外出がしやすい工夫がされています。一方で、駅員がいない「無人駅」や窓口が閉まっている時間のある駅が多くなり、スムーズに利用できないこともあります。そのような時は、手助けを必要とする人が連絡できる宛先が各駅に記されています。



### 宿泊施設

ユニバーサルルームという部屋がある宿泊施設が増えています。ユニバーサルルームがなくても、改装をして、バリアフリー設備を設置しているところもあります。それだけではなく、宿泊施設の職員のあたたかな配慮や少しの工夫で過ごしやすくされているところもありました。



### 調査隊の声

車いす利用者の視点で調査を行ったことで、わたしたち調査員だけでなく、調査にご協力いただいた方々にも多くの気づきや発見がありました。このことは大きな成果であり、ユニバーサルデザインの取組の一端を担うことができました。

これからもユニバーサルデザインの活動を通じて、だれもが安心して快適に暮らせるまちづくりを考えていきたいと思えます。

しがけんせきずいそんしょうしゃきょうかい  
(滋賀県脊髄損傷者協会)

普段利用している公共交通機関や泊まっていたいホテル・旅館のバリアフリー状況について調べてみよう！

旅しが style!

～湖国を自由にでかけよう～



<http://tabishiga-style.com>

# ( バリアについて考えてみよう )

## 合理的配慮って？

お互いに求めること、できることを話し合おう

**キーワード** 合理的配慮の提供

困っている人から配慮を求められた時、どんなことができるでしょうか。お互いに必要なことやできることを話し合い、負担が重くない範囲で配慮を行うことを「合理的配慮の提供」と言います。さまざまな場面で、その人ごとに合った工夫や配慮をすることが必要とされています。



## 話し合いを大切にしよう

求める配慮はその人ごとに異なり、場面などによっても変わります。まずはお互いが「何に困っているのか」「どんなことができるのか」を話し合うことが大切です。コミュニケーション不足や相手の話を聞こうとしない姿勢がバリアにつながることもあります。互いにアイデアを出し合い、その場その時にできる対応をしましょう。

# はいりよ ひつよう 配慮にあたって必要なこと

## 1 コミュニケーションを大切に

お互いに、相手の意思を確認する気持ちが大切です。会話をするのが難しいと思われる場合でも、避けたり、わかったふりをしたりせず、相手の意見を聞く姿勢を持ちましょう。

## 2 相手の立場を尊重すること

だれもが人格を尊重されるべき、ひとりの人間です。思いこみや押しつけではなく、相手が必要としていることを確認することが大切です。介助の人や手話通訳者ではなく、本人と直接対話をしましょう。

## 3 困っている人がいたら声をかけること

障害の有無や特性は、外見からは見えないこともあります。「困っているかも」と感じたら、声をかけましょう。障害についてたずねるのではなく、相手が「どんな手伝いを必要としているのか」を聞くことが大切です。

## 4 柔軟な対応を心がけること

相手の話をよく聞き「何に困っているのか」をしっかりと理解できるようつとめましょう。応対方法がわからない時、自分ひとりで抱えるのではなく、周囲の人に協力を求めることも大切です。

## 5 不快な言葉は使わないこと

差別的な言葉はもちろん、不快に感じるかもしれない言葉を使っていないか考えましょう。また、相手を下に見るような態度で話していないか考えましょう。

**ポイント**

ひとり一人ひとりとコミュニケーションをとることが大切です。困っている人がいたら、まずはその人の状況や必要な配慮は何かを聞き、姿勢を大切にしましょう。



# まずは声かけから始めよう

気づき、考え、行動する「バリアフリー」を实践しよう

## キーワード 心のバリアフリー

わたしたちには、それぞれ障害の有無や心身の特  
性、考え方、育った環境などが異なり、一人として同  
じ人はいません。お互いの理解を深めるためにコミュ  
ニケーションをとり、支え合うことを「心のバリアフ  
リー」と言います。さまざまな「バリア」をなくし、  
差別や偏見のない社会をつくるために、大切なことは  
なんでしょうか。



## あぶ むかんしん 危ない「無関心」

普段の何気ない発言や、行動をふり返ってみましょう。そのなかに、誤解や偏見はふくまれて  
いませんか。気づかないうちに（無意識のうちに）つくり出す「意識上のバリア」は、設備  
を整備するだけでは解消できません。

大切なのは、すべての人が障害の有無など「他人と違うこと」で分け隔てられることなく、  
人権を守られていることです。そのためには、周囲の人に目を向け、まずは関心をもつことが  
大切です。無関心によってバリアをつくったり、バリアを見過ごしたりすることもあります。  
困っている人に気づかないふりをしていないか、だれかを傷つけることをしていないか、もう  
一度考えましょう。



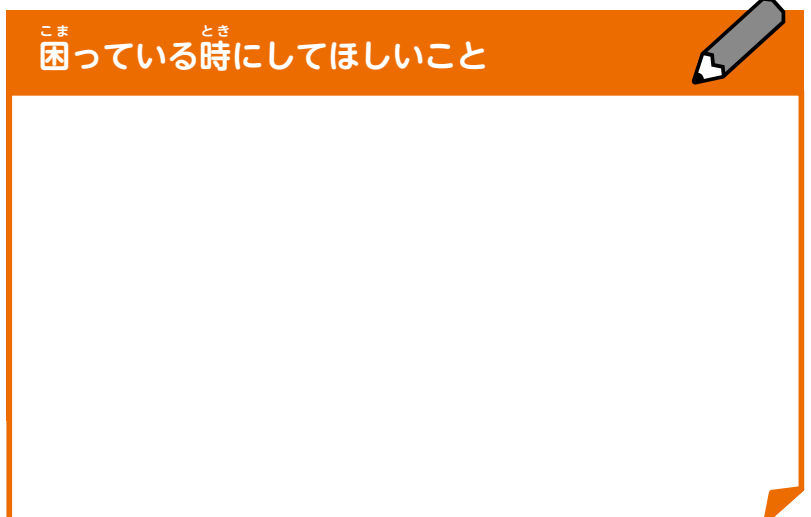
# こま 困っている時にできること

へ はいりよ かんが  
バリアを減らす「配慮」を考えよう

まちの中や駅、学校など、さまざまな場面で「バリア」は生じます。自分自身も困ってしまうことがあるかもしれません。例えば、歩きながらスマートフォンを操作している人とぶつかりそうになったり、重い荷物を運びたいのにエレベーターがないなど、いろいろなことが挙げられそうです。

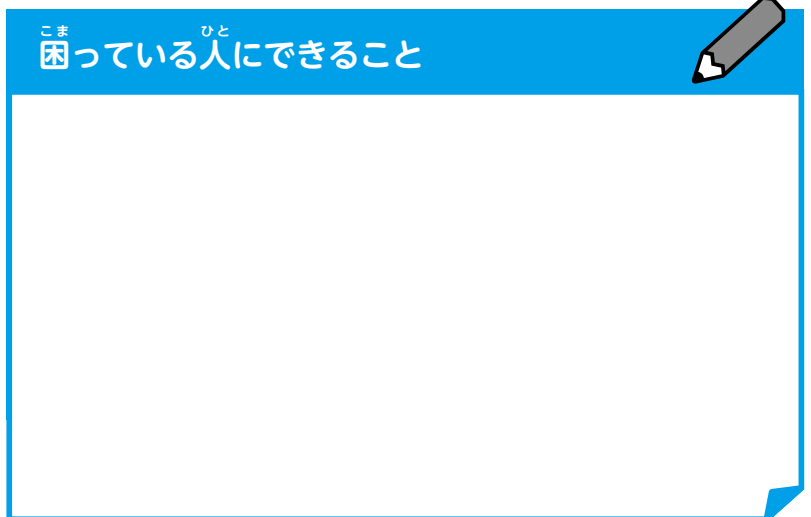
あなたが困っている時、周囲の人にどのような配慮をしてほしいですか。どんな状況になるとうれしいですか。

こま 困っている時にしてほしいこと



絵の中にも、困っている人がいます。その人に対して自分だったらどんなことができるか、考えてみましょう。

こま 困っている人にできること





# 心のバリアフリーを实践

実際に、心のバリアフリーを实践してみましょう。そのためには、どんなことが大切でしょうか。

- 多様な人々が、ともに生きていく社会をつくるという意識を持ちましょう。
- さまざまなことに「バリア」を感じている人がいることを理解しましょう。
- 地域や学校、家など、さまざまな場面で出会う人の立場を想像し、自分にできることを考えましょう。
- 相手の思いを聞いたり、自分の考えを伝えたりし、お互いの理解を深めましょう。

まちの中や駅、学校など、さまざまな場所で困っている人を見かけた時、何をしたらよいか分からない人もいられるかもしれません。そんな時こそ、コミュニケーションをとることが大切です。

## 「〇〇しましょうか？」の声かけをしよう

自分にできることが察知できたら、具体的に「わたしが〇〇しましょうか？」と声をかけてみましょう。付き添いの人や、介助者ではなく、本人に聞くことが大切です。



## わからない時は、聞いてみる

困っていそうだけれど、何に困っているのかわからない。また、どんなことをすればよいかかわからないこともあります。そんな時は「何か困っていますか?」「わたしにできることはありますか?」と聞いてみましょう。



### ポイント

声をかける、聞いてみることからコミュニケーションが始まります。自分にできることを押し付けるのではなく、相手の気持ちを尊重し、相手を理解しようとするのが大切です。

# 「心身機能の障害」を理解しよう

どのようなことに障害を感じるのかは、人によって異なります。心身機能の障害についても同様で、種類や程度によってさまざまです。同じ人でも、周囲の環境や体調によって異なるため、すべてを明確に分類することができません。ですが、主な心身機能の障害を理解することは、心のバリアフリーを実践するためのヒントにもなります。

## 視覚障害

まったく見えない(全盲)、光が感じられる(光覚)、メガネで矯正しても視力が弱い(弱視)、見える範囲がせまい(視野狭さく)、色の見え方が異なる(色覚異常)などさまざまです。

## 聴覚障害

まったく聞こえない人(ろう者)、聞こえにくい人(難聴者)、病気や事故で突然聞こえなくなった人など、聞こえ方に個人差があり、外見からはわかりにくいです。聞こえないことによって声を出して話すことが難しい人もいます。

## 障害の特性に合わせて考えよう 〈心身機能の障害によって異なる対応例〉

障害の特性はそれぞれ異なります。どんな方法や、心がけをすると心地よい配慮になるでしょうか。各障害の特性に合わせた対応例を参考に考えてみましょう。

### 視覚障害

周囲の状況がわかりづらい障害です。まずは声をかけましょう。説明をする場合でも「あれ」「これ」などの指示語は使わず、「2歩先」や「右です」と具体的に説明することが必要です。方向や位置を伝える時は、視覚障害のある人の向きを中心に。場合によっては、相手の理解を得た上で、手をそえ、ものに触れてもらい説明をします。点字ブロックの上に立ったり、ものを置くなど、歩行をさまたげたりしないようにしましょう。



### 聴覚障害

まずは本人に、どのような方法(音声、手話、筆談など)でコミュニケーションをとればよいか確認しましょう。話しかける時は、本人の正面に行き、口の動きを見せます。筆談をする場合は、短文で簡潔に表現します。また、1対1では音声での会話ができる人でも、複数の人が一度に話すと聞き取りが難しくなることも。手話や筆談も困難になります。聴覚障害のある人が、安心してコミュニケーションができる状況を整えることが大切です。



## 肢体不自由

まひなどで手や足など身体のどこかが動かない、あるいは動かしにくい状態にある人がいます。身体に力が入らなかったり、思うように動かなかったりと、さまざまな状態があります。車いすや、つえを使う人もいます。

## 内部機能障害

心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、かん臓、免疫機能など、身体の内部に障害があり、外見からはわかりにくいです。疲れやすかったり、長時間立っていることが難しかったり、ひんぱんにトイレに行く必要がある人もいます。

## 難病

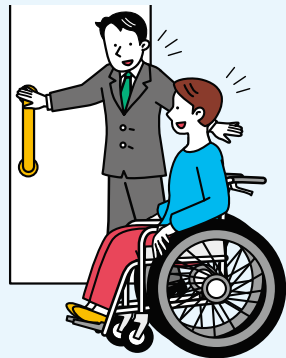
原因不明で、症例が少なく、治療が極めて難しい病気があることです。後遺症を残す恐れがあることや、症状が続くこと、生活面に支障をきたすことがあります。ストレスや疲れによって症状が悪化することもあります。

## 知的障害

知的機能の障害がおおむね18歳頃までに現れ、日常生活でさまざまな不自由を感じる人がいます。未経験のことが苦手だったり、自分の気持ちの表現を難しく感じたりと個人差があります。

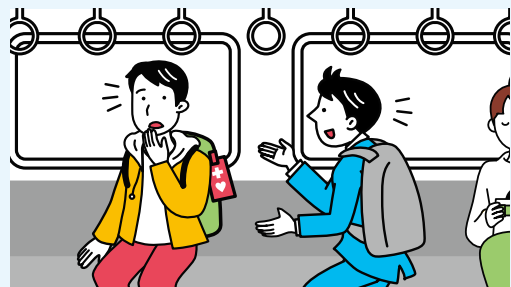
### ● 肢体不自由

肢体不自由のある人にとって、手動式ドアの開閉は非常に困難です。見かけたら、ドアを開き、手で押さえるなどサポートをしましょう。また、日常会話などコミュニケーションを取ることが難しい場合もあります。わかりやすい内容で、ゆっくり、確認をとりながら説明をしましょう。また、相手の言葉が聞き取りにくい場合でも、わかったふりをせずきちんと確認することが大切です。車いすを使用している人と話す時は、座るなどして視線を相手に合わせましょう。



### ● 知的障害

家族や支援者と一緒でも、かならず本人の思いを聞きましょう。絵や図など、見てわかりやすいように工夫しながら話すことが大切です。たくさんのことを一度に伝えず、ひとつずつゆっくりと、ていねいに説明することを心がけましょう。相手が混乱していたり、言葉を発するまでに時間がかかったりしているようであれば、ゆっくり考えていいことを伝えましょう。



こうじのうきのう  
高次脳機能  
しょうがい  
障 害

こうつうじこ のうがいでいしょう のうしゅけつ しょうがい げんごはったつ  
交通事故による脳外傷や、脳出血などにより、脳が損傷を受けることで生じる  
しょうがい しんたいめん にんちめん せいしんめん あらわ えいきょう  
障害です。身体面、認知面、精神面など、現れる影響はさまざまです。

はっ たつ  
発 達  
しょうがい  
障 害

う まれつきみられるのうの働きの違いによりおこるしょうがい げんごはったつ  
生まれつきみられる脳の働きの違いによりおこる障害です。言語発達のおくれ  
や、ふちゅうい たどうせい しょうどうせい よ か けいさん にがて きつおん かんかく かびん  
や、不注意、多動性、衝動性、読み書きや計算が苦手、吃音、感覚が過敏など  
しょうじょう まわ かんきょう ひと せいかつかんきょう しょうじょう なか  
症状はさまざまで、周りの環境や人とのかわりにより、日常生活の中でや  
りづらさや、すごしにくさがでできます。

せい しん  
精 神  
しょうがい  
障 害

せいかつかんきょう へんか はっしょう かのうせい  
ストレスや生活環境の変化によって発症するなど、だれもがなる可能性のあ  
るのうきのうしょうがい くすり びょうき えいきょう しこう じかん  
脳機能障害です。薬や病気の影響で、思考に時間がかかることがあります。  
せいかつかんきょう しょうじょう か み  
生活環境の状況によって症状が変わりやすいことも見られます。

しょうがい とくせい あ かんが しんしん しょうがいきのう こと おうたいれい  
障害の特性に合わせて考えよう 〈心身の障害機能によって異なる応対例〉

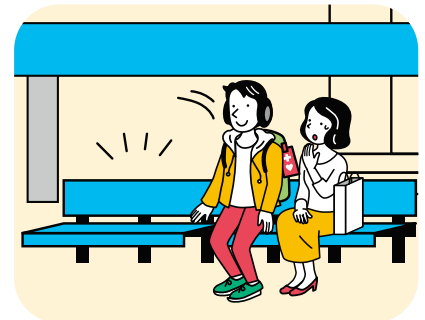
はっ たつ しょうがい  
発 達 障 害

くたいてき ひょうげん ひていてき ひょうげん にがて かん  
具体的ではない表現や、否定的な表現が苦手だと感じる  
ひと え ず つか せつめい つた わり や すい ひと ふあん  
人、絵や図を使いながら説明すると伝わりやすい人、不安が  
つよ ひと かんかく びんかん ひと ひとり ちが  
強い人や、感覚が敏感な人など一人ひとりに違いがあります。  
あいて おも き かんきょう おち つ  
相手の思いを聞きながら、どんな環境だと落ち着けるのかな  
いっしょ はな りかい  
どを一緒に話して理解しましょう。



しょうがい こうどう  
..... 障害からくるいろいろな行動があります .....

がいけん しょうがい ひと おお おおごえ だ  
外見から障害がわかりづらい人も多くいます。ですが、大声を出したり、とびはねたり、いつ  
ものばしょ じゃないと おち つ かな かつ たり ..... と、こうどう あらわ しょうがい  
場所じゃないと落ち着かなかつたり.....と、行動で現れることも。「障害からくるいろいろな  
こうどう りかい  
行動がある」ことを理解しましょう。



どうが がくしゅう  
動画で学習

「わたしたちにできること」



じまく しゅわ  
字幕・手話  
つき



# さまざまな居場所

それぞれの人が抱える環境やバリアに対して、配慮された居場所

## 児童養護施設

さまざまな事情により家族と一緒に暮らせない子どもが、再び家庭に戻るようになるまでの間、または社会で自立できるようになるまでの間、日常生活を過ごす場所。

## 放課後児童クラブ

保護者が共働きの家庭の小学生を預かり、遊びなどを通じて暮らしまんみなで活動する大切さを学ぶことができる場所。

## デイサービス

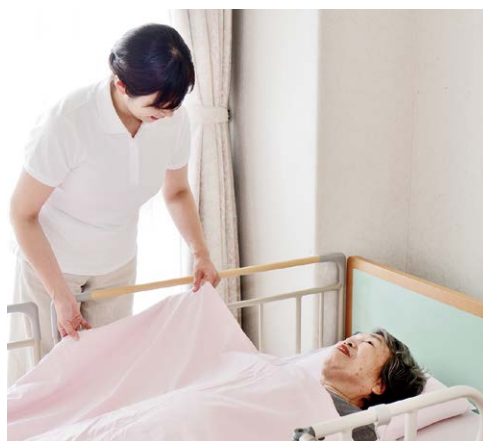
日常生活に不自由さを感じている高齢者が日中に通い、食事や入浴の介護、レクリエーションなどを行う場所。

## 特別養護老人ホーム

病気や高齢などで介護が必要でありながら、家庭では生活が困難な人々が、それぞれにあった手助けを受けながら自立した生活をする場所。

## 障害者支援施設

介護が必要な障害者が入所し、安定した日常生活ができるように、さまざまな支援を受けられる場所。



# 寄り添う人たち

暮らしの中にある不便なことについて、相談できる人

## 生活相談員

老人福祉施設にいる人が、無理なく生活を送ることができるように、相談にのり、手助けをする人。

## 生活支援員

高齢者や障害のある人びとの暮らしに密着しながら、施設などで困った時に手助けをしたり、身体を動かしたりし、身の回りのことを行う力をつける手助けをする人。

## 介護福祉士

施設での介護のほか、自宅での介護方法や生活の仕方などの助言や相談にのる人。

## 社会福祉士

暮らしの中で高齢や障害による不便を感じている人の相談にのり、利用できる制度を紹介したり、利用のための手助けをしたりして解決に向かうための協力をする人。

## 精神保健福祉士

精神障害のある人が必要な手助けを受けられるよう相談にのったり、日常の暮らしに必要な訓練や手助けをしたりする人。



## 介護支援専門員(ケアマネジャー)

助けを必要としている人の相談や、心や身体状況に合わせて、介護サービスを受けられるように計画を立て、関係するところへ連絡をとる人。

## 訪問介護員 (ホームヘルパー)

施設ではなく自宅で生活している人々の家に行き、食事や入浴、買い物の手伝いなど生活の手助けをする人。

## 栄養士

高齢者、病気を患っている人のみならず、健康な人に対しても、一人ひとりに合わせて食事内容の相談にのったり、一緒に考えたりする人。

## 保健師

各自治体や企業で保健、医療、福祉、介護などの分野で、すべての人を対象にそれぞれに必要なサービスを考え、実施する人。

## ガイドヘルパー(移動介護従事者)

一人で外出するのが困難な人について、必要な手助けや介助を行う人。

## 手話通訳士

聞こえないことによる不利益を生じないよう、手話で通訳をする人。



令和2年4月28日

# 地域で活躍する人たち

地域の中で、ボランティアとして人々を見守り支える人

## 民生委員・児童委員

地域で困っている人の相談にのって、手助けをする人。子どもたちが元気に安心して暮らせるように、子育ての不安や心配ごとなどの相談・手助けもします。

## 保護司

犯罪者の立ち直りを地域で支える人。過ちを反省した後の暮らしを整える手助けをしたり、相談を受けたりします。

## 福祉委員

だれもが安心して暮らせる地域づくりを目指すリーダー。地域福祉活動を行う時に率先して行動します。



福祉読本 ともにいきる 2023年3月発行

■編集・発行：滋賀県健康医療福祉部健康福祉政策課  
〒520-8577 滋賀県大津市京町四丁目1番1号  
TEL 077-528-3512 FAX 077-528-4850  
メールアドレス ea00@pref.shiga.lg.jp

■参考資料は健康福祉政策課サイ  
ト内に掲載





# Mother Lake

