

心のバリアフリーについて

バリアフリーとは、世の中に存在しているさまざまなバリア(じゃまなもの、行く手をさえぎるもの)を取り払い、障害のある人、高齢者、妊娠中の人などが不便なく暮らすことができるようにすることです。

バリアには物理的バリア、情報のバリア、心のバリア、制度のバリアの4つがあります。心のバリアとは、日常の生活に困っている人のことを「知らないこと、知ろうとしないこと」「知っていても自分には関係ないと思っていること」「障害のある人は……だというように決めつけること」などが原因で、みんなが対等に、人格を尊重してつき合えないことを指します。心のバリアフリーとはこのような心のバリアを解消することです。

適正な支援方法を知ることが大事です

心のバリアフリーとは、困っている人に対して、ただ「優しく接する」ことではありません。また、その人の希望をすべてかなえることでもありません。その人が何に困っていて、そのときに何をしてほしいと思っているのかを「知り」、私たちがそこで何をすることができるか・すべきかを「考え」、「適正な方法で実行する」ことです。

知ること

困っている人を支援したいと思っている市民はたくさんいます。しかし、その方たちが、何に困っていて、何について支援を求めているのかを知る機会があまりありません。また、困っている人の求めることはさまざまであり、「視覚障害のある人には～すればよい」という固定的な考え方では対応できないことが多くあります。

目の前に困っている人がいて、みなさんがどう対応すればよいかかわからない場合には、その人に「何かお困りですか?」「私にお手伝いできることがありますか?」と尋ねてみてください。

考えること

困っている人が求めていることを、みなさんが支援できるかどうかを考えてください。あなたが通勤中に、^{はくじょう}白杖を使用している視覚障害のある人が迷っている場面を見て声をかけたところ、あなたの会社とは正反対の方向にある病院に連れて行ってほしいとその人から頼まれた…ということはよくあります。そういったときには、一緒に行くか、謝ってその場を立ち去るかの二者択一ではなく、病院がある方向に行く人を見つけるなどの次善の策を考えてください。

また、困っている人が求める支援の内容が社会的に適正なものかどうかもう考えてください。異性にトイレの手伝いを頼むこと、ボランティアの人を炎天下で長時間待たせることなどは適正ではないので、求められても断るのが当然です。

適正な方法で実行する

困っている人に対する支援の場面では、例えば、全盲の方の手引きをする際には手引き者は白杖に触れない、車いす使用者に物を渡す際には正面からひざもとで渡すなどの適正な方法があります。心のバリアフリーを進めるためには、適正な支援方法を多くの人に知ってもらうことが重要です。

人間は多様です。そのさまざまな人間の価値を、すなわち自分自身とは異なる人の価値を認めていくことこそ、心のバリアフリーの第一歩です。支援に関する正しい知識と技術を持つことで、心のバリアフリーが達成でき、共生社会につながっていきます。



正しい方法を
知ることが
大切なのね



視覚障害

視覚障害のある人は、全く目が見えない人から、ある程度の大きさの字を読むことができる人までさまざまです。全く目が見えない人のことを全盲、多少の視覚機能がある人を弱視といいます。全盲の人は印刷された文字を読めないなので、点字を読んだり、録音された音声を聞いたりします。一方、弱視の人は、目が見える人と同じように印刷された文字を読みます。また、拡大した文字を読む人もいます。

外出先などで 困ること

情報入手や移動に困ります

一般に、目が見える人は情報の80%以上を視覚から得ているといわれています。視覚障害のある人は周囲の音やにおい、風の流れ、皮膚の感覚などの視覚以外の感覚を使って生活しています。しかし、情報を得ることと移動することに不便があります。特に、道路工事や事故などのため、いつもと状況が異なるような場合に、何が起きているのか、自分がどう動けばよいのかわかりません。



●視覚障害のある人が外出の際に最も不安を感じるのは、横断歩道を渡るときです。音響信号がない場合には、周りの人や車の音を頼りに渡ることになります。

●書いてある文字を読めないので、スーパーや自動販売機などで何が売られているかわかりません。



●視覚障害のある人は「あっち」「こっち」「それ」などの指示語を使って説明されてもわかりません。

? 手助けしたい…でも、どうすればいいの?

手助けする際の原則

視覚障害のある人が不安そうな顔をしていたり、何かを探している様子であれば、まず声をかけてください。また、横断歩道前や駅のホーム、危険な箇所（例えば、放置自転車や木の枝、看板などが飛び出している所、歩道脇に溝がある所など）を視覚障害のある人が歩いたら、ためらわずに声をかけてください。その際には、できるだけ視覚障害のある人の正面から声をかけるようにします。後ろや横からでは、視覚障害のある人は自分に話しかけられていることに気づかないことがあります。急いで声をかけたいときであっても、突然、身体に触れたり、手や杖をひっぱったりしてはいけません。

道を尋ねられたときには、「改札は、進行方向に30mほど進んだ左側です」などと、具体的に状況を説明してください。その際に、音やにおいなどの情報が加わると、よりわかりやすくなります。



●音響式信号機のない横断歩道では、渡るタイミングを伝えてもらうだけで、視覚障害のある人は安心して横断歩道を渡ることができます。

●視覚障害のある人に物の位置を伝えるときには、さわってもらうようにします。



指点字を使ってコミュニケーションをしている様子

盲ろう者がいることを知ってください

視覚と聴覚の両方に障害のある人を盲ろう者といいます。視覚からの情報と聴覚からの情報を入力することが難しいため、情報入手やコミュニケーション、移動などに困難が生じます。視覚障害に対する援助と聴覚障害に対する援助に加えて、指点字や触手話のような独自のコミュニケーションの援助が必要になります。

聴覚障害

聴覚障害は耳が聞こえない、聞こえにくい状態をいいます。

聞こえ方の程度によって次のように分けられます。「ろう者」は、まったく聞こえない人です。「難聴者」は、少し聞こえる人です。「中途失聴者」は、言葉を身につけた後、聞こえなくなった人たちです。コミュニケーションの手段には、「手話」「口話」「筆談」などがあります。

外出先などで 困ること

音だけの情報はわかりません

外見からはわかりにくいので、手助けしてもらいにくい障害です。聞こえないことで、知らないうちに周りに不愉快な思いをさせたり、誤解を受けたりすることがあります。また、状況を判断できず、途方にくれることがあります。

聞こえの程度はさまざまです。難聴の中には、補聴器をつけてもはっきり聞こえない人がいます。耳元で大きな声を出されても伝わりません。



- 列車などの遅延や災害時の放送などが聞こえず、状況を判断することができません。

- 耳マークを見せても理解してもらえず、筆談を面倒がられることがあります。



- 補聴器をつけていることで、はっきり聞こえると誤解されます。しかし、耳元で大声を出されても聞き取れません。





手助けしたい…でも、どうすればいいの？

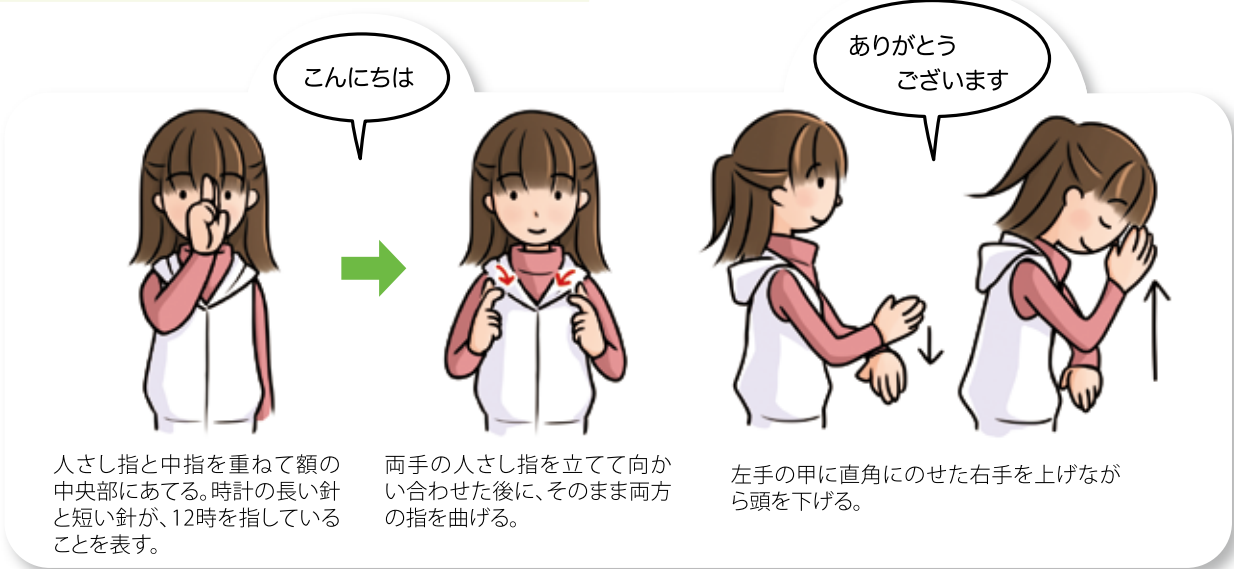
手助けする際の原則

同じ聴覚障害のある人でも聞こえの程度や聞こえなくなった時期などによって、コミュニケーションの仕方が異なります。聴覚障害のある人に情報を求められたら、こころよく引き受けてください。話の内容を紙に書いたり、口の動きや身振りあるいは手話などで伝えてください。紙に書くときは、単語だけを並べるのではなく、わかりやすく短い文で書いてください。話すときは、口の動きがわかるように大きく口をあけて、ゆっくり、はっきり、正面から話してください。手話を使用している聴覚障害のある人にとっては、手話が最もリラックスして伝えることのできる方法です。何か1つでも手話を使えるといいですね。しかし、手話を使えなくても、身振りをつけて口の動きと一緒に伝えることもできます。相手に伝えようという気持ちが大切です。



- 補聴器をつけていて発声可能な聴覚障害のある人でもはっきりと聞こえているかどうかはわかりません。1対1で向き合い、口元が相手に見えるように大きくゆっくりと話してください。口の動きなどで伝わらないときは、紙に書いてください。書くものを持ってないときは、携帯電話の画面に文字を書いて見せる方法があります。

- 耳マークを見たら、「耳が不自由であるマーク」だと理解してください。手話や身振りを使ったり、正面から大きな声ではっきり話したり、筆談などでコミュニケーションをしてください。筆談を求められたらこころよく引き受けてください。



人さし指と中指を重ねて額の中央部にあてる。時計の長い針と短い針が、12時を指していることを表す。

両手の人さし指を立てて向かい合わせた後に、そのまま両方の指を曲げる。

左手の甲に直角にのせた右手を上げながら頭を下げる。

- 「こんにちは」と「ありがとうございます」の手話です。手話は手だけを使うのではなく、表情も一緒につけるとより伝わりやすくなります。