

学ぼう! 心のバリアフリー



岩手県

ひとにやさしいまち・いわて

いわてのまちの中にはどんな心のバリアフリー・ユニバーサルデザインがあるか
みつけてみよう!相手の立場になって考え、思いやりをもって行動できるかな?

毎日の生活の中で、みんなが困らないように心がけることが大切です。



の 乗り降りしやすい乗り物

だん さ 段差がないと、こども
じゃなくくるま いすのひと りよう
するとき べん り
する時に便利!

え も じ はい あん ない 絵文字が入った案内

こと ば せつ めい
言葉の説明がなくても
り かい 理解できる。も じ 文 字 が 分 け
なくても、い み 意味が分かりや
すいね。

「ひとにやさしい」アイデアがかくれているよ。

いっしょに探してみよう。



1 誰もが利用できるエレベーター

2 高さの違う受付カウンター

3 高さが2段になっている手すり

4 段差のない歩道

5 多機能トイレ

6 点字ブロック

心のバリアフリーとは？

バリアを感じている人の気持ちになって考えて行動をすることです。

自分の周りには、どのようなバリアを感じている人がいるか、どのようなバリアフリーの工夫があるかに目を向けてみましょう。

様々なバリアフリーの工夫に気づいたら、障がいのある人などがそれを使いやすいように気をつけましょう。

- ① 障がいのある人が困っていることを取り除くのは社会の責任である。
（「障害の社会モデル」と言います。）
- ② 障がいのある人（その家族）への差別をなくす。
- ③ 自分とはちがった条件を持つ多様な人々とコミュニケーションをとり、
すべての人が困らないよう想像し共感する力をつける。



ユニバーサルデザインって何のため？

ユニバーサルデザインはみんなのためのデザインです。

年齢や性別、国籍、障がいの有無などに関わらず、すべての人が利用できるように、モノや場所をデザインしていこうという考え方のことです。

岩手県ではひとりひとりが、相手の立場に立って思いやりのある行動ができる「ひとにやさしいまちづくり」を進めています。「ひとにやさしいまち」をつくり、すべての人が『かけがえのない個』として大事にされる社会にします。





ユニバーサルデザインの 7つのきまり

1
公平
こう へい



だれでも使いやすく商品化
されていてどこでも手に入る
つか しょう ひん か
て はい

2
柔軟性
じゅう なん せい



使う上で、柔軟性があること
つか うえ じゅう なん せい

3
簡単
かん たん



わかりやすく
すぐ使えること
つか



4
感覚
かん かく



感覚で情報がわかること
かん かく じょう ほう

5
安全
あん ぜん



エラーによって起こされる
危険を最小限にする
お
き けん さい しょう げん



6
楽
らく



労力が少なく楽に使える
ろう りょく すく らく つか

7
大きさ・空間
おお ぐう かん



近づきやすく使いやすい
大きさや空間にする
ちか おお ぐう かん
つか

やってみようこんなこと

ひとにやさしいまちづくりのためには、人を思いやる「心」が大切です。
「心のバリアフリー」「心のユニバーサルデザイン」を実行しましょう!

どんなことができるか考えてみよう

こま ひと み
困っている人を見かけたら、
こえ
声をかけてみましょう。
あい て
相手がどんなことをしてほしい
かくにん て だす
か確認して、手助けをしましょう。

だん さ まえ くるま ひと
段差の前で、車いすの人が
こま
困っています



てん じ うえ もの
点字ブロックの上に物が
お 置かれて、困っています



て つだ おも こえ ことわ
手伝おうと思って声をかけたとき、断られる
こともあるかもしれませんが、がっかりすること
はありません。

じ ぶん ひと じ ぶん ひと
自分でやりたい人、自分でできる人もいます。
あい て さ も かんが
相手の気持ちを考えましょう。

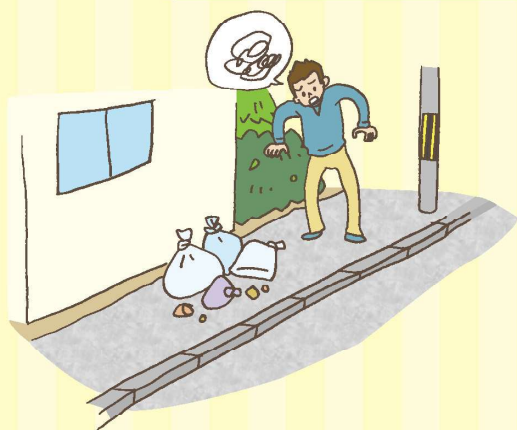
様々な状態を体験し理解しましょう

おこな
まちで行われているバリアフリーの点検やキャップハンディ体験(ハン
ディキャップを持った人の感覚を疑似体験)に参加するなどして、高齢者、障
がい者、妊娠中の人などへの理解を深めましょう。

ボランティア活動に参加しましょう

しゅ わ てん じ おん せい ろく おん よう やく ひつ き とう ゆき
手話、点字、音声録音、パソコン要約筆記などのサークル等や雪かき、
せい そう かつ どう せっきよくてき さん か
清掃などのボランティア活動に積極的に参加しましょう。

こんなことをしていませんか？



ほ どう つう ろ
歩道や通路を

ふさいでいませんか？

ほ どう じ てん しゃ ちゅうりん ほう ち
歩道への自転車の駐輪、ごみの放置、
かん ばん つう こう
看板のはみだしなどは通行のじゃまになる
ので、やめましょう。

た き のう しょう しゃ よう
多機能トイレ、障がい者用トイレを
ひつ よう い じょう つか
必要以上に使っていませんか？

くるま し よう ひと
車いすを使用している人やオストメイト
など、そのトイレを必要としている人がいま
いっ ばん つか た き のう
す。一般のトイレを使える人が多機能トイレ
つか
を使うのはできるだけやめましょう。



いわ て けん すす 岩手県が進めるひとにやさしいまちづくり

め ざ すがた
目指す姿

すべ ひと こ じん そんなちよう みずか い し もと じ ゆう こう どう
全ての人が個人として尊重され、自らの意思に基づき自由に行動し、
ぶん や かつ どう さん か き かい かく ほ ち いき しゃ かい
あるゆる分野の活動に参加する機会が確保される地域社会

1.ひとづくり

さま ざま ひと り かい
様々な人を理解し、
ささ あ
支え合うことのできる
「ひと」を育てます。

2.まちづくり

おお ひと つか たて もの
より多くの人がいやすい建物、
の もの どう ろ あん ぜん
乗り物、道路などをつくり、安全で
く
暮らしやすいまちをつくりま。

3.ものづくり

だれにとっても使
つか
いやすいものづくり
すす
を進めます。

4.情報発信

みんなが、必要な情報を、必要
ひつ よう じょう ほう ひと
なときに、必要な形で受け取れる
ひつ よう かたち う と
よう、工夫して情報発信します。

5.参画

みんなが暮らし
く
やすく、活躍できる
かつ やく
かんきよう
環境をつくりま。



くわ
詳しくは、「ひとにやさしいまちづくり推進指針(2020-2024)」。

まちにある色々なマーク

～ユニバーサルデザインの図や記号の意味を知ろう！～

たくさんの人が利用する建物や駅などでは、駐車場やトイレ、エレベーターなどを図記号で案内してあるのを見かけます。だれもが使いやすいようにデザインされた場所、すべての人が安心して生活できるよう気をつけてください、とお願いする意味をもつマークです。

ひとにやさしい駐車場



この駐車区画はひとにやさしい駐車場利用証をお持ちの方が利用できます。

(施設管理者名)

岩手県

障がい者のための国際シンボルマーク

障がい者が利用できる建築物、施設であることを明確に示す世界共通のシンボルマークです。



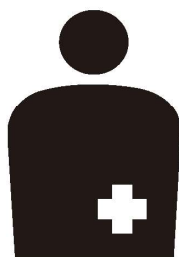
耳マーク

聞こえが不自由なことを表すマークです。また耳の不自由な方に必要な援助を行うという意思表示を示すのに使います。



オストメイトマーク

人工肛門・人工膀胱を付けている人(オストメイト)のための設備があることを示します。



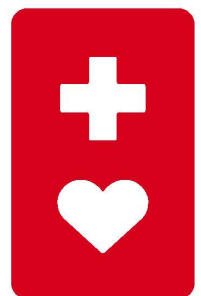
盲人のための国際シンボルマーク

視覚障がい者の安全やバリアフリーに考慮された建物などにつけられている世界共通のマークです。



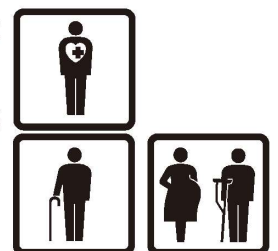
ヘルプマーク

義足や内部障がいのある方など、外見からはわからない人が、周りに配慮を必要としていることを知らせるマークです。



その他のマーク

交通機関の優先席表示で広く使われています。上が内部障がい者、左下が高齢者、右下が妊産婦、けが人を示します。



このマークはほんの一例です。まちで見つけてみよう!