特集

心のバリアフリーとは

～誰もが安心して生活できる社会に～

バリアフリーとは、多様な人が社会に参加する上での障壁（バリア）をなくすことです。私たちの社会には、心身機能に障がいがある人などにとってさまざまなバリアが存在します。

今回の特集では、障がいの有無にかかわらず、どんな立場の方でも安心して自由に生活をするために、一人ひとりが思いやる「心のバリアフリー」について考えてみましょう。

1. バリア（障壁）って何？

「バリアフリー」の「バリア」とは、英語で障壁（かべ）という意味です。バリアフリーとは、生活の中で不便を感じること、さまざまな活動をしようとするときに障壁になっているバリアをなくす（フリーにする）ことです。

それでは、そのバリアとは、どんなものなのでしょうか。

私たちが暮らす社会には多様な人々がいます。外見や性格、価値観、能力も人それぞれ違います。年齢や性別、国籍、仕事、受けてきた教育や宗教、育った環境などもさまざまです。

このように多様な人がいるにもかかわらず、多数を占める人に合わせて社会がつくられてきました。多数を占める人たちにとっては不便でもなんでもないことが、少数の人たちにとって、不便さや困難さを生むバリアとして存在しています。

ただ、このようなバリアは、障がいがある人や高齢者など多様な人がいることを考え、その人たちも参加しやすく変えていくことで解消することができます。

障がいのある人もない人もすべての人が参加しやすい社会にしていくために、どのようなことがバリアになっているのか、それを解消するために何ができるかを考えてみましょう。

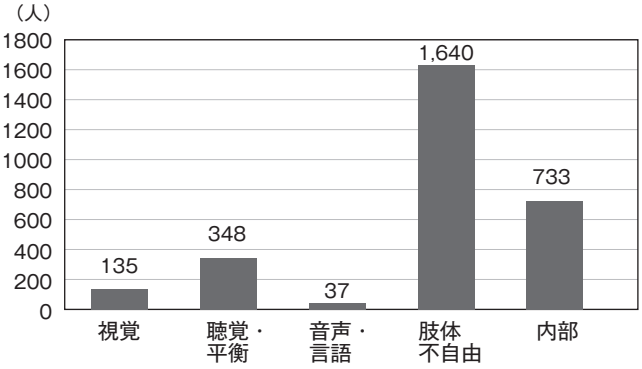
2. 村上市の障がい者

市の身体障害者手帳所持者数は2893人です。内訳としては、肢体不自由な人が1640人と半数を超え、内部障がいのある人が733人、聴覚・平衡機能に障がいのある人が348人、視覚に障がいのある人が135人、音声・言語に障がいがある人が37人となっています。【図1】

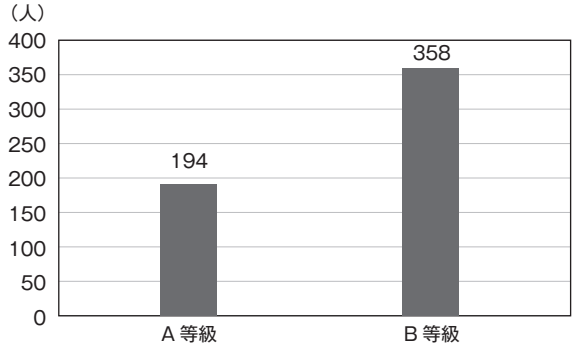
療育手帳所持者数は552人です。重度障がいであるA等級と中度・軽度障がいのB等級があり、A等級が194人、B等級が358人となっています。【図2】

精神障害者保健福祉手帳所持者数は417人です。1級が49人、2級が334人、3級が34人と、2級所持者が約8割となっています。【図3】

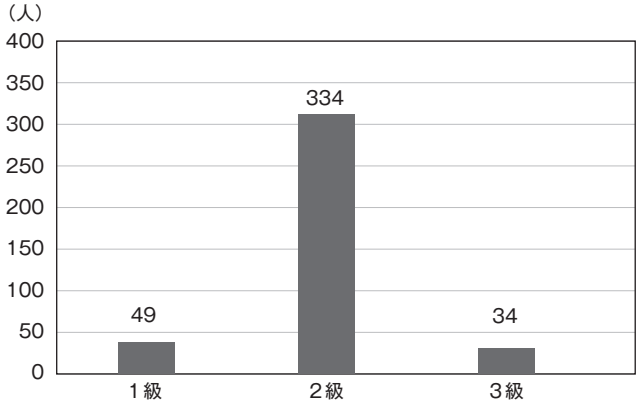
この3つの手帳の所持者数の合計と特定医療費（指定難病）受給者数を加えることで、市における障がいのある人のおよその数を把握することができます。障がいのある人の総数は約4300人で、市民の約14人に1人の割合となっています。



【図１】市の身体障害者手帳所持状況
（平成31年4月1日現在）



【図２】療育手帳所持状況
（平成31年4月1日現在）



【図３】市の精神障害者保健福祉手帳所持状況
（平成31年4月1日現在）

3．4つのバリア

障がいのある人は、社会の中でどんなことにバリアを感じているのでしょうか。障がいのある人が社会の中で直面しているバリアには、大きく分けて4つあります。

⑴物理的なバリア

公共交通機関、道路、建物などで、利用者に困難をもたらすバリアのことをいいます。

例えば、路上の放置自転車、狭い通路、急こう配の通路、ホームと電車の隙間や段差、建物までの段差、滑りやすい床、座ったままでは届かない位置にあるものなどです。

▲エレベーターのボタンが高い位置にあると、車いすを使っている人はボタンが押せません。

⑵制度的なバリア

社会のルール、制度によって、障がいのある人が能力以前の段階で機会の均等を奪われているバリアのことです。

例えば、学校の入試、就職や資格試験などで、障がいがあることを理由に受験や免許などの付与を制限するなどです。

▲盲導犬に対する理解が不十分なため、盲導犬を連れての入店を断られることがあります。

⑶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です。

例えば、視覚に頼ったタッチパネル式の操作盤、音声のみによるアナウンス。分かりにくい案内や難しい言葉などです。

▲車内アナウンスだけでお知らせしても、聴覚に障がいのある人には情報が伝わらず、どうしたらいいのか困ってしまいます。

⑷意識上のバリア

周囲からの心ない言葉、偏見や差別、無関心など、障がいのある人を受け入れないバリアのことです。

例えば、精神障がいのある人は何をするか分からないから怖いといった偏見。障がいがある人に対する無理解、奇異な目で見たりかわいそうな存在だと決めつけたりすることなどです。

▲点状ブロックに無意識に立ったり物を置いたりすることで、視覚障がいのある人のバリアをつくってしまいます。

4. 心のバリアフリーって？

私たちの周りには、障がいのある人が使いやすいように、ハード面のバリアフリー化がさまざまな場面で広がってきました。

しかし、バリアフリーの設備を整備するだけでは、社会のバリアはなくなりません。バリアフリーの設備があっても、障がいのある人に対する無関心や誤解、何気なく行っている行動や発言などが「意識上のバリア」をつくってしまうことがあります。

バリアフリーな社会にしていくためには、こうした「意識上のバリア」をなくすことも重要です。

意識上のバリアをなくすために大切なのが、一人ひとりの「心のバリアフリー」です。心のバリアフリーとは、バリアを感じている人の身になって考え、行動を起こすことです。

まず、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。さまざま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利用しやすいように配慮しましょう。

例えば、次のような場面に出くわしたら、あなたならどうしますか？

エレベーターに並んでいたら後ろにベビーカー利用者が待っていた

優先席前に杖をもった高齢者が立っていた

お店の前の段差で車いすの人が困っていた

知っていますか？
障がいに関する主なマーク

障がい者のための国際シンボルマーク
障がいのあるすべての人が利用できる建物や施設を示す世界共通マークです。

視覚障がい者のための国際シンボルマーク
目が不自由な人が利用する機器などに表示される世界共通のマークです。

ほじょ犬マーク
身体障がい者補助犬同伴の啓発マークです。公共施設や交通機関、レストランなどの店舗では、同伴を受け入れる義務があります。

オストメイトを示すマーク
人工肛門、人工ぼうこうをつけた人に対応したトイレなどに表示されています。

耳マーク、手話マークなど
聴覚に障がいのある人のための国内で使用されているマークです。受付カウンターなどに掲示してあります。ほかにもコミュニケーションマークとして「手話マーク」などがあります。

ハート・プラスマーク
身体の内部に疾患のある人のためのマークです。外見からわかりにくいため、存在を視覚的に示し、理解と協力を広げるために作られたマークです。

ヘルプマーク
外見からわからなくても、周囲の人に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるマークです。

5．あなたも一歩踏み出して

「○○しましょうか?」バリアがあって困っている人に気づいたときには、「私が○○しましょうか?」などと声をかけてみましょう。わからなければ、何ができるか「聞く」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べきかわからないという場合もあります。そのような場合には、「何かお困りでしょうか?」「私ができることはありますか?」などと聞いてみましょう。

手伝おうと思っても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。自分でやりたい人や自分でできる人もいますので、相手の気持ちを尊重しましょう。

一人ひとりが心のバリアフリーを実践することで、バリアのない社会を広げていきましょう。

出典：政府広報オンライン

●問い合わせ
福祉課福祉政策室
☎53・2111（内線2320）

助け合いが地域共生社会の実現への第一歩

福祉課　木村課長

私たちの周りには、障がいのある人やお年寄り、外国の人など、さまざまな生きづらさを抱えている人が暮らしています。私は「誰でも普通に暮らせる社会」地域共生社会とは、みんなが同じ「人」としてお互いに助け合い、また「助けて」と言える社会だと考えています。

私たちは障がいのある人を支援したいと思ってはいるものの、どのように行動したらいいのか分からず、戸惑いがちです。せっかくの行為が押し付けにならないように、障がいのある人に何を求めているのか、またどう助けてほしいのかを尋ねてから行動することを心掛けたいものです。

何気ない言葉や行動が、その人を傷つけたり、バリアを感じさせたりすることもあります。さまざまな障がいがあり、必要な支援もそれぞれ違います。障がいのある人もない人も、お互いを理解することから、はじめてみましょう。

大熱戦！聴覚障害者球技大会

10月27日㈰、神林総合体育館で、「第43回　新潟県聴覚障害者球技大会」が行われました。

これは、県内の聴覚障がい者がスポーツを通じて協調・精神をはぐくみ、社会人としての人格形成に努めるため、一般社団法人新潟県聴覚障害者協会が毎年県内の会場を巡り開催しているものです。大会には、新潟市や上越市などから７市72人が参加。ソフトバレーボールで10チームが総当たり戦を行い、村上市チームと新発田市のチームが８勝１敗で勝率が並びましたが、得失点差で村上市チームが惜しくも準優勝となりました。

試合の合間には、スポレックの体験も行われ、参加者は心地よい汗を流していました。

▲華麗なるチームワークで、汗を流す参加者たち