

ふれ愛の絆を深めるために ~私たちにできること~

<令和3年6月改訂>



みんなが気持ちよく暮らせるように、一人一人が、障害のある方など
の気持ちになって考えることを『心のバリアフリー』と言います。心
のバリアフリーをすすめることで、障害の有無にかかわらず、全ての人
が助け合い、共に生きていく社会を作っていくことが大事です。

令和5年は、「かごしま国体」と「かごしま大会(特別全国障害者スポ
ーツ大会)」が開催され、全国から多くの障害のある方が鹿児島県にいら
っしゃいます。ふたつの大会に向けて、みなさんが街の中で困っている
障害のある方を見かけたとき、「どうなさいましたか。」と一声かけてみ
るところから始めてみてください。

みんなの心のこもったおもてなしで、全国から来た多くの人たちに
「大会に参加してよかったです。」「鹿児島に来てよかったです。」と感じてもら
えるように、協力をお願いします。

障害のある方への支援について

○ 本人に確認する。

まず、笑顔で「どうなさいましたか。」と話
しかけて、本人の希望を確認しましょう。

○ 支援を押しつけない。

本人が支援を希望しないときに、無理に行
う必要はありません。

○ 無理をしない。

一人で無理をしないで、周りの人に協力を求めましょう。



いろいろな障害について

(1) 車いすを使用する人（肢体不自由者）

車いすでの外出行には、坂道や階段、溝など、移動で困ることがあります。

支援をする場合は、どんな支援が必要なのか、話しかけてみましょう。話しかけるときは、腰をかがめて同じ目線で話しましょう。

例) 車いすの方への支援

平らな場所では、車いすの後ろに立ち、両手でしっかりとハンドルを握り、一定の速さでゆっくり押しましょう。

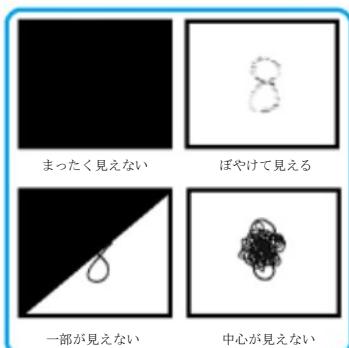
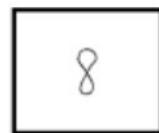
※ 上り坂、下り坂では無理をせずに、周りの人にも手伝ってもらいましょう。

(2) 手や足の不自由な人（肢体不自由者）

手や足の不自由な人の中には、車いす以外にもつえや義肢（木、金属、ゴムなどで作られた手や足）などを使用する人がいます。支援が必要か、話しかけてみましょう。

(3) 目の不自由な人（視覚障害者）

目の不自由な人の中には、「まったく見えない人」、「ぼやけて見える人」など、様々の人があります。もし、困っていたら、その人の前から、「何か困っていることはありますか。」などと話しかけてみましょう。



また、説明をするときは、相手の立場に立って分かりやすく伝えましょう。

例) バス停などで列が動いたとき

「列が動きました」、「〇〇歩くらい前に進みました。」など、具体的に状況を伝えてください。

(4) 耳の不自由な人（聴覚障害者）

耳の不自由な人には、「耳が聞こえにくい人」、「耳がほとんど聞こえない人」など様々な人がいます。外見からは分かりづらく、周りの人に障害があることを気付いてもらえないことがあります。

言葉をかけて反応がないときは、耳の不自由人の可能性があります。その時は、その人の前から、笑顔でゆっくりと話しかけてみましょう。

また、紙や手のひらに文字などを書いて伝える筆談は、便利なコミュニケーションの取り方の一つです。

(5) 内部障害のある人

病気によって、心臓やじん臓など体の内部に障害があることを内部障害といいます。

内部障害のある人の中には、ペースメーカー等の機器を使用するなど、体力がなく、疲れやすいという特徴がある人もいます。

電車やバスの中などで、声をかけられたときやヘルプカードを持っている人に気付いたときには、進んで席を譲りましょう。



(6) 知的障害のある人

何らかの理由で「言葉がうまく使えない人」、「物事の理解がゆっくりな人」、「自分の気持ちをうまく伝えられない人」などがいます。

駅や街中などで、不安になって困っている人を見かけたら、その人の前から優しく笑顔で「どうなさいましたか。」と話しかけてみましょう。



例) 知的障害がある人への応対

<応対の基本>

「ゆっくり」、「ていねいに」、「繰り返す」

また、次のことも気をつけて、応対しましょう。

ア ゆっくり優しく、短い言葉で分かりやすく話しましょう。

イ 笑顔で相手のペースに合わせて話しましょう。

ウ 相手の目を見て話しましょう。

※ 相手に意見や考え方を押しつけないようしましょう。また、場合によっては見守ることも大切です。



(7) 精神障害のある人

精神障害のある人には、精神の病気のために、日常生活や社会生活のしづらさを抱える人がいます。

外見からは、周りの人に気付いてもらえないことが多くあります。安心して話ができるように、相手に合わせて、リラックスした雰囲気で、できるだけ自然に話しかけましょう。

※ それぞれの障害に対応した具体的な支援について、大會実行委員会ホームページ掲載の「研修会資料」で、より詳しく説明しています。



ヘルプマーク・ヘルプカードについて

○ ヘルプマークとは？

外見から支援や配慮を必要としていることが分かりにくい人が、周りの人に支援が必要であることを知らせやすくするように作られたマークです。



【ヘルプマーク】

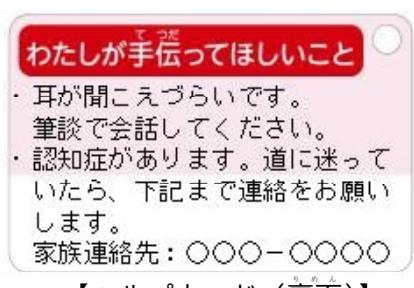
○ ヘルプカードとは？



【ヘルプカード】

鹿児島県では、外見から支援を必要としていることが分かりにくい人が、支援を受けやすくなるようにヘルプカードを導入しました。(令和3年7月からはヘルプマークも導入予定です。)

○ ヘルプマークやヘルプカードを見かけた場合



ストラップ製のヘルプマークやヘルプードの裏面には、その人が支援してほしいことが書かれています。必要としている支援は一人一人違います。みんなのできる範囲で支援をお願いします。

補助犬について

補助犬とは、目や耳、手足が不自由な人を支援する盲導犬、介助犬、聴導犬のことです。体の不自由な人の体の一部として働いていて、ペットではありません。

補助犬は、きちんとしつけられているので、飲食店やバス、電車などと一緒に連れて行くことができます。

※ たとえ、動物の入店をお断りしているお店であっても、補助犬の入店を認めなければなりません。



【ほじょ犬マーク】

○ 補助犬の種類

(1) 盲導犬

目の見えない、見えにくい人が安全に歩けるよう支援します。

(2) 介助犬

手や足に障害のある人の日常生活を支援します。

(3) 聴導犬

耳が聞こえない、聞こえにくい人に生活に必要な音を知らせます。



○ 補助犬を見かけたとき

街にいる補助犬は、散歩ではなく仕事中です。急に触ったり、勝手に食べ物を与えるたりしないようにしましょう。

多目的(多機能)トイレについて

多目的(多機能)トイレとは、一般的のトイレの近くにあり、車いすの使用者、内部障害のある人だけでなく、男女に関わらず高齢者や小さい子どもがいる人のための様々な設備などを備えているトイレです。

一般的のトイレを使える人が多目的トイレを使っていると、このトイレを必要としている人が大変困ります。

注1 障害のある人が利用できる建物や場所であることを示す世界共通のマーク



注1【障害者のための国際シンボルマーク】

○ 多目的トイレの機能

- ・ 広いスペースや便器の手すり
- ・ 幼児からお年寄りまで使用できる多目的シート
- ・ ベビーチェアやおむつ換えシート
- ・ 便をためる袋から排泄する流し

注2 人工肛門などを持つ人のための設備があることを示すマーク



注2【オストメイトマーク】

あいて き も かんが 相手の気持ちになって考えてみよう



場面1 はエレベーターで、場面2は横断歩道で
の場面です。あなたならどうしますか？

場面1 ショッピングモールのエレベーターで

あなたは、今、友達とショッピングモールに来ていて、5階に行くためにエレベーターに乗っています。

日曜日なので人が多く、エレベーターもいっぱいです。あなたは、今、ドアの入り口付近に乗っています。

3階でドアが開くと、車いすに乗った人が待っていました。

あなたならどうしますか？



場面2 横断歩道の前で

あなたは、今、道路を渡るために、横断歩道の前で信号を待っています。

自分の前に、白いつえを持った人が立っており、つえで辺りを叩いて何かを確認しているようです。

この横断歩道は、歩行者用信号が青になっても音が鳴りません。歩行者用信号が青になり、横断歩道を渡れるようになります。

あなたならどうしますか？



場面1の対応例

車いすの人は「階段では移動できない」ため、奥に詰められるスペースが残っている場合は、みんなで協力して車いすの人が乗れるスペースを作りたいですね。また、急いでおりず、自分たちがエレベーターから降りれば車いすの人が乗れるスペースができる場合は、一度降りて、次のエレベーターに乗るといいですね。



場面2の対応例

その人が持っている白いつえは、目の不自由な人が使うつえです。つえで地面を叩き、音や感触などで周りの状況を確認します。白いつえを持っている人が困っているように思ったら「どうなさいましたか。」と声をかけると安心します。

また、音が鳴らない横断歩道などでは、「青になりましたよ。」と信号が青に変わり渡れるようになったことを知らせると安心します。さらに、「私と一緒に渡りましょうか。」と声をかけ、相手が同意したら腕をつかんでもらい一緒に歩き、横断歩道を渡り終わったら、「渡り終わりましたよ。」と伝えましょう。



○ 白杖SOSシグナルについて

目の不自由な人が、白杖を頭上50cmくらいに掲げている場合、支援を求めているシグナルです。このシグナルを見かけたら、「どうなさいましたか。」と進んで声をかけてください。



ばめん 場面3 散歩中に

あなたは、今、家の近所を散歩していますが、横断歩道で盲導犬を連れた人が信号を待っています。

その盲導犬は、前脚から胴体の辺りにベルトのようなものを探して、その人はそのベルトにつながっている持ち手を握っています。

盲導犬を初めて近くで見て興味がわいてきました。

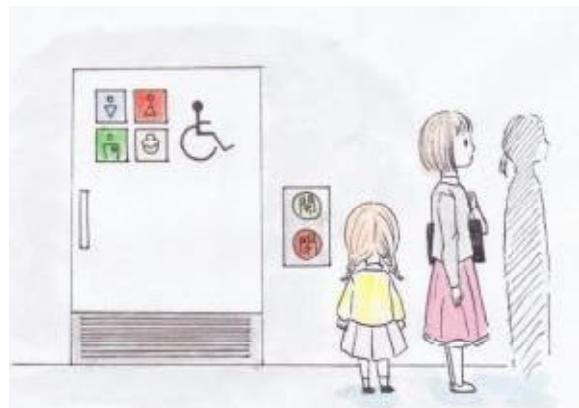
あなたならどうしますか？



ばめん 場面4 ショッピングモールのトイレで

あなたは、今、友達とショッピングモールに来ています。トイレに行くと、人が多くて待たないといけません。ふと、隣のトイレを見ると、広い空間にトイレが設置してある部屋があり、扉を開け閉めるボタンもついておもしろそうです。今、このトイレには誰も入っていません。

あなたならどうしますか？



二つの場面について、場面3の犬は何をしているか、場面4のトイレはどのようなトイレなのか、想像して考えてみましょう。



ばめん たいおうれい 場面3の対応例

もうどうけん め ふじゅう ひと にちじょうせいかつ
盲導犬は、目の不自由な人が、日常生活や
がいしゅつ もうどうけん み じょうほう とき
外出したときに盲導犬が見た情報でその時
の状況を判断し、飼い主に伝えるお仕事を
じょうきょう はんだん か ぬし つた しごと
しています。前脚から胴体の辺りに付けてい
まえあし どうたい あた つ
るのは「ハーネス」といい、盲導犬特有の犬
か ぬし たいせつ そうち もうどうけん
と飼い主をつなぐ大切な装置です。盲導犬は、
かしこ いぬ しごとちゅう しゅうい き くば
おとなしく賢い犬で、仕事中は周囲に気を配りながら歩き、飼い主に危険
およ つね しんけい つか
が及ばないように常に神経を使っています。
もうどうけん しごとちゅう さわ た もの
盲導犬は「仕事中」なので、触ったり、食べ物をあげたりすることは絶対
にやめましょう。



ばめん たいおうれい 場面4の対応例

このトイレは多目的（多機能）トイレでしたね。最近、街中でも見かける
ことが多くなってきました。
くるま し ようしゃ こうれいしや こ ひと つか
車いす使用者だけでなく、高齢者や子どもがいる人も使っていいトイレ
ですが、このトイレでないといけない人がいる事を考え、一般のトイレを
りよう ひと た もくてき つか ひか
利用できる人が、多目的トイレを使うことは控えましょう。

あい きずな ふか
ふれ愛の絆を深めるために、
きょうりょく ねが
みんなの協力をお願いします！



「このような支援は一例にすぎません。かごしま国体・大会をきっかけに
して、障害のある人もない人も共に暮らしやすい鹿児島県になるように、
みんなでできることから始めていきましょう。」

かごしまぎょくりゅうこうとうがっこう
(イラスト：鹿児島玉龍高等学校)
いまむらみゆう ちんじゅほのか
今村海優さん、鎮守穂香さん
がっこうめい ていきょうじ
※ 学校名はイラスト提供時

障害者マークを知ろう

- 盲人のための国際シンボルマーク



めふじゅうひとあんぜんかんがたてものせつびとう
目の不自由な人の安全などを考えた建物・設備等
につけられている世界共通のマーク。

- 耳マーク



みみふじゅうひと
耳の不自由な人であることを示すマーク。このマークを見かけたら、ゆっくり話したり、筆談をする
などの支援をしてください。

- ハート・プラスマーク



しんぞうかんぞうからだないぶしょうがいひとしめ
心臓や肝臓など、体の内部に障害がある人を示すマーク。体の内部を意味する「ハート」マークに、思いやりの心の「プラス」を表しています。

- 身体障害者標識



くるまてあしふじゅうひとうんてん
このマークがついている車は、手や足が不自由な人が運転しています。

- 聴覚障害者標識



くるまみみきひとうんてん
このマークがついている車は、耳が聞こえない人や聞こえづらい人が運転しています。

も かんどう こくたい たいかい がいよう
燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会の概要

大会名	とくべつこくみんたいいくたいかい 特別国民体育大会		とくべつぜんこくしょうがいしゃ 特別全国障害者スポーツ大会
愛称	も かんどう こくたい 燃ゆる感動かごしま国体		も かんどう たいかい 燃ゆる感動かごしま大会
開催期間	れいわ ねん がつ にち ど 令和5年10月7日(土) ~10月17日(火)		れいわ ねん がつ にち ど 令和5年10月28日(土) ~10月30日(月)
実施競技	せいしききょうぎ ○正式競技 37競技 とくべつきょうぎ ○特別競技 1競技 こうかいけいきょうぎ ○公開競技 5競技 きょうぎ ○デモンストレーションスポーツ 36競技		せいしききょうぎ ○正式競技 14競技 きょうぎ ○オープン競技 3競技 きょうぎ
開会式 閉会式 (予定)	そぞうかいかいしき 総合開会式 ソウコウヘイカイシキ れいわ ねん がつ にち ど 令和5年10月7日(土) れいわ ねん がつ にち か 総合閉会式 ソウコウヘイカイシキ れいわ ねん がつ にち か 令和5年10月17日(火)		かいかいしき 開会式 かいがいしき れいわ ねん がつ にち ど 令和5年10月28日(土) れいわ ねん がつ にち げつ 閉会式 へいかいしき れいわ ねん がつ にち げつ 令和5年10月30日(月)
かい かい しき 白波スタジアム (県立鴨池陸上競技場)			
スローガン	<p style="text-align: center;">あつ こ ど う かぜ み な み</p> <h1 style="text-align: center;">熱い鼓動 風は南から</h1> <p>熱戦を繰り広げるアスリート達の熱い鼓動と会場に響きわたる歓声が、鹿児島から南の風に乗って全国に広がって欲しいという思いが込められています。</p>		
マスコット キャラクター	<p style="text-align: center;">ぐりぶーファミリー</p>  <p>ぐりぶー かごぶー あそぶー らぶぶー まなぶー すなぶー ゆゆぶー ほしぶー さくら</p>		
イメージリング	<p style="text-align: center;">さくし さつきよく かしょう からしまみどり へんきよく 「ゆめ～KIBAIYANSE～」</p> <p>作詞・作曲・歌唱：辛島美登里，編曲：NAOKI-T</p>		