

あなたの^き気づきと^{こうどう}行動で
だれもが^くともに暮らせる^{しゃかい}社会づくりを^{め ざ}目指して！

わたし なお こ 私は直子！「見えない」という体の障害があります

この冊子では、直子さんの生活を通して「障害」が作られる原因に気づき、どうすれば「障害」をなくしていけるのかをみなさんと考えていきます。

わたし なお こ おっと
私は直子。33さい、夫
と5さいの女の子の3人
家族。仕事は事務です。
子どもを保育園にあずけて
共働きで暮らしています。

ちい ふ つう み
小さいときは普通に見え
ていましたが、中学生く
らいから少しずつ見えに
くくなり、結婚したときにはほとんど見えなくなりました。



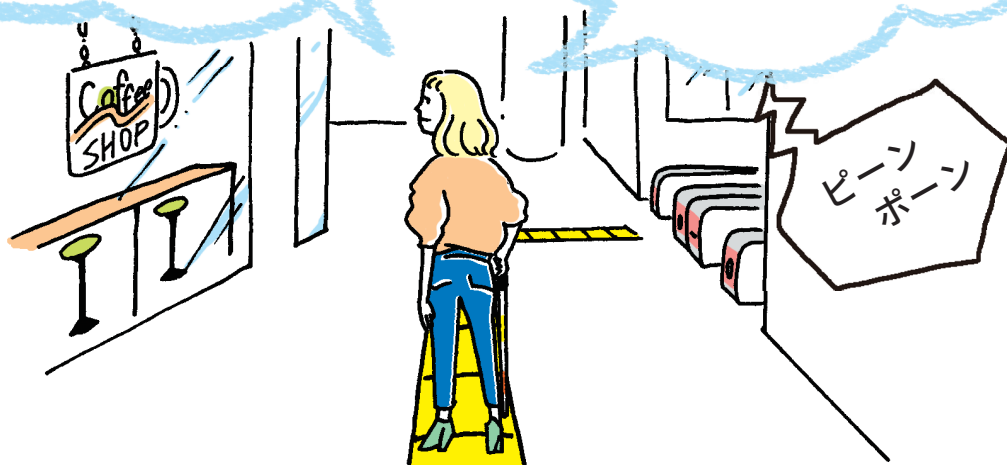
^み見えない人はこのよう^{ひと}なものを手^てがかりにしています



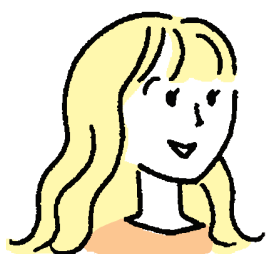
^{ちよくせつ}直接^てさわれるものは手^てや足^{あし}、白^{はくじょう}杖^{かくにん}などで確認^{かくにん}します。

^{ひだり}左^{きょう}からは今日^{きょう}もいい
^{かお}香^{かお}りがしているわ、
いつものコーヒ
ーショップね。

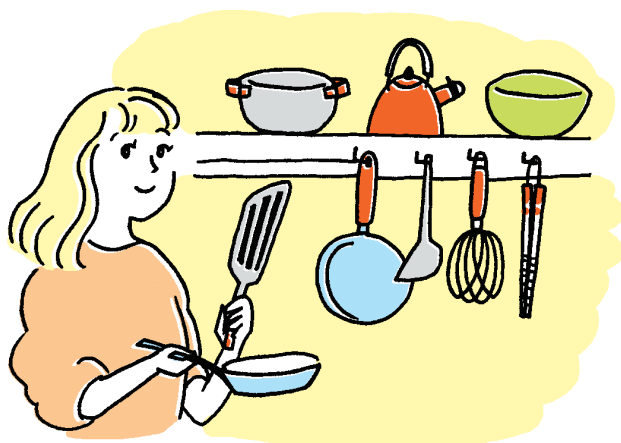
^{みぎ}右^{みぎ}から「ピンポン」
が聞^きこえるから、あと
10メートルくらいで
^{かいさつぐち}改^{かい}札^{さつ}口^{ぐち}だわ。



^{おと}音^{おと}やことば、に^{まわ}おい^{よう}など^すからも周^{つた}りの様^{よう}子^すが伝^{つた}わります。

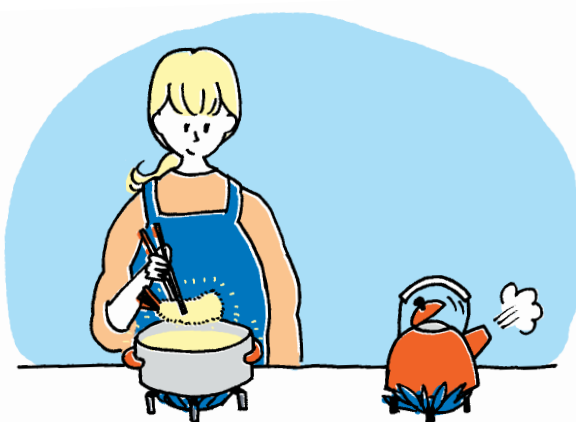


わたし せいかつ しょうかい
ここからは、私の生活を紹 介するわね！
み
見えなくてもわかることがたくさんある
のよ。



かたち ざいしつ
さすれば 形 や材質でわか
るし、さらに置き場所を決めて
お ばしょ き
おけばすぐに取りだせます。

ゆ ぐ あい おと へん か
お湯のわき具合は音の変化
でわかります。あげ物も 油
い
に入れたときとあがったときの
おと
音のちがいでわかります。



かわ み て
皮と身はちがう手ざわりなので、
のこ
むき残すことはありません。



み 見えなくても つた 伝わるしくみや はいりよ 配慮があ
れば わたし 私 にも し 知りたいことがわかるわ。



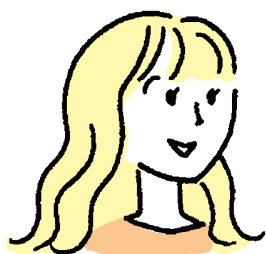
がめん もじ よ あ い そうさ
画面の文字を読み上げるソフトを入れて、キーボードで操作します。



このスマホはさわると音がおと
そうさ
で操作できるようになって
います。



じょうぎ
定規のめもりがうき出
で
るので、さわってわかります。



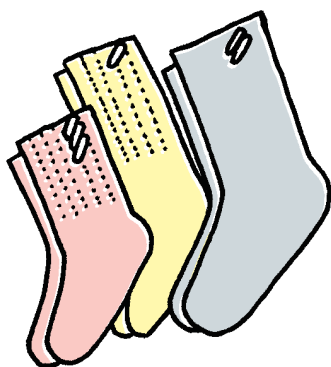
「見えるのがあたりまえ」で作られたものは
私には使えないから、自分なりの工夫でなん
とかしているものもけっこうあるの。



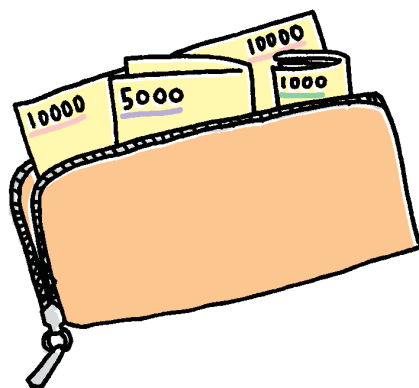
片方のビンに輪ゴムを巻いて
中身を区別しています。



何のカードかがわかるように
点字シールをはっています。



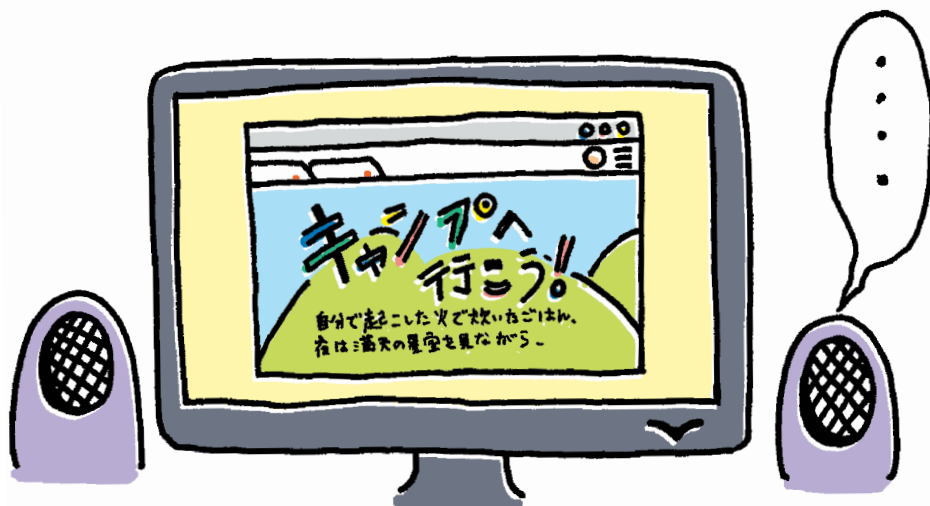
色を区別するために玉どめの
数でわかるようにしています。



おさつは種類で区別して入れ
ています。

こんなことは工夫も無理 !!

いろいろな人が製品やサービスを使うことを
作り手が意識してくれたら 障害は作りださ
れないのではないのでしょうか。



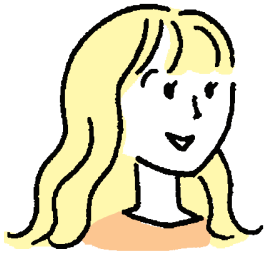
読み上げソフトなどに対応した「作り方のルール」を守っていないホームページは、音声で読み上げられません。



見える人しか操作できません。さわると音がでて操作できるしくみがあれば使えます。



見える人しか読めません。テキストデータなどの提供があれば読めます。

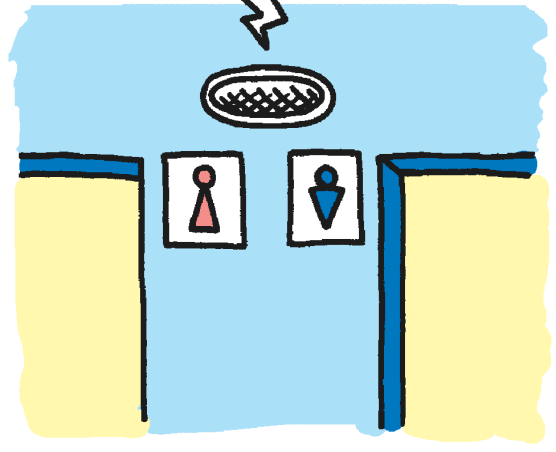


まち み つた
街でも、見えなくても伝わるしくみや
はいりよ わたし
配慮があれば私にもわかるわ。

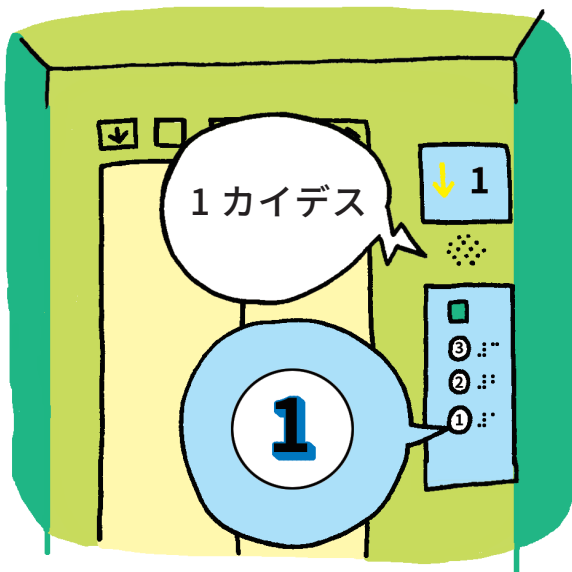
カイサツグチ イキ
ノボリ
エスカレーターデス



ミギハ ダンシトイレ
ヒダリハ ジョシトイレデス



おんせい あんない
音声でも案内されているからわかります。



そう さ
操作ボタンにさわっ
はいりよ
てわかる配慮があり、
かいすう おんせいあんない
階数の音声案内もある
あんしん つか
から安心して使えます。

ひと こえ
人の声かけやサポートも、障害をなくす
たいせつ はいりよ
大切な配慮のひとつね。



てんいん か もの てつだ
店員さんが買い物の手伝いをしてくれるスーパーが増えてきました。

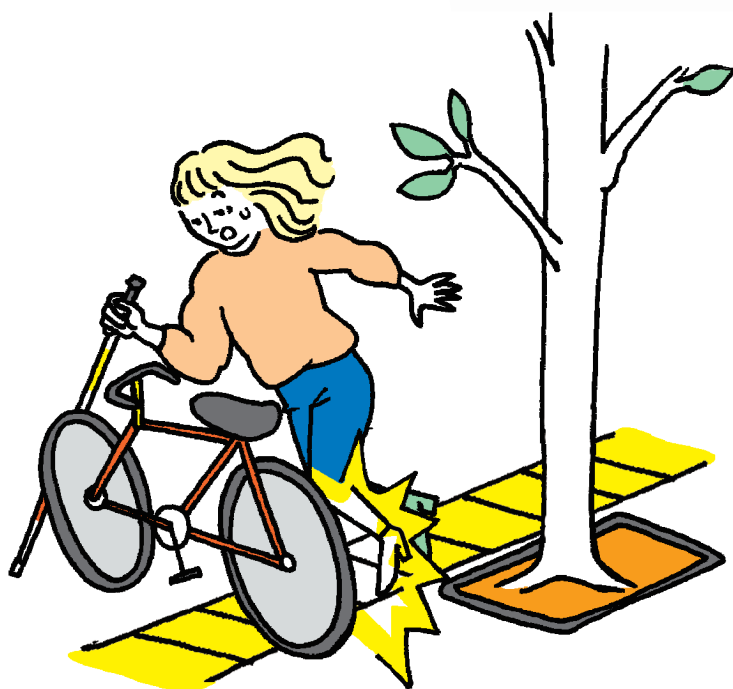


きけん こえ し
危険を声で知らせてくれる人や迷っていたら声をかけてくれる人
ふ
がずいぶん増えてきました。



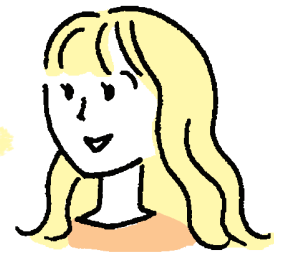
まち じ ぶんかって こうどう ひと
街でも自分勝手な行動をする人によって
しょうがい つく
障害が作りだされてしまうの。

ある ほうこう
ぶつかって歩く方向
か
が変わってしまうと目
てきち つ
的地にうまく着けなく
なってしまいます。



あんしん ある
安心して歩けるはずの
き けん ばしょ
ところが危険な場所にな
ってしまいます。

からだ しょうがい あ しえんぎじゅつ かいはつ
 体にある障害に合わせた支援技術の開発で
 もっと快適かいてきに暮らせるようになるわ。こんな
 けんきゅう ひと ふ
 研究をしてくれる人が増えてほしいなー！



支援技術

ヨコハマ
デパート



うつ が ぞう かい せき も
 写した画像を解析して文
 じ よ あ き のう
 字を読み上げる機能

ちか
 すぐ近くの
 カフェは？



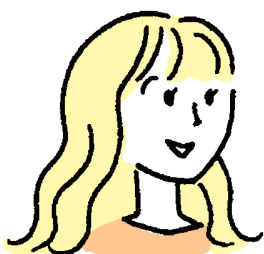
おんせいにんしき おんせいごうせい り よう
 音声認識と音声合成を利用
 したスマホの機能

6メートルサキ
 ミギホウコウ
 デス



じーピーえす り よう ほ こう
 GPS を利用した歩行ナビのアプリ

なおこ み 直子の見えにくくなってきたとき・すこ み 少しでも見えていたとき



すこ み 少し見えにくくなってきた ちゅうがく こうこう じ だい 中学・高校時代
しょうかい を紹介するわ。

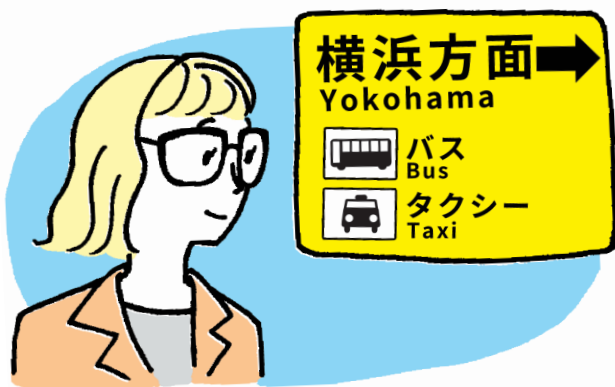
ちゅうがくせい み 中学生のころに見えにくくなりはじめ、いろいろと誤解されま
ご かい した。そんなことがたびたびあり、やはり見えにくいことを友達に
ともだち 知ってほしいとおも 思うようになりました。



こうこうせい も じ 高校生のころは文字も
み 見えにくくなり、このよ
うにして教科書を読ん
きょうかしよ よ でいました。



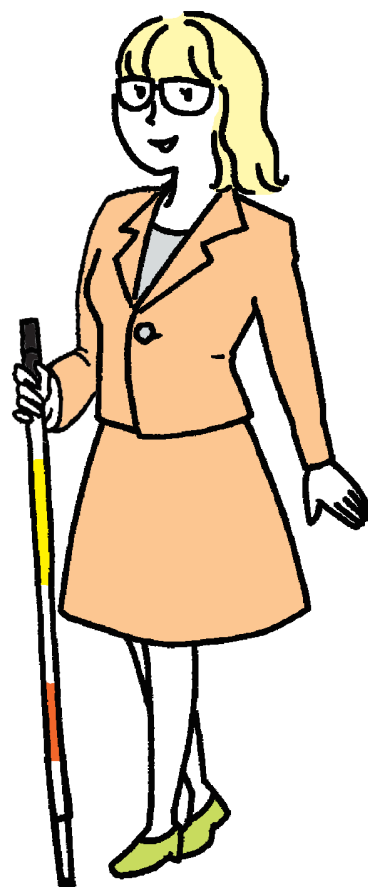
はたら 働 きた だ した ころ は も っ と 見 え に く な っ て 、
こ ん な ふ う だ っ た わ 。



お お
コ ン ト ラ ス ト が は っ き り し た 大 き く
み 見 や す い 表 示 が 目 の 高 さ に あ る と
た す ころ は 助 か り ま し た 。



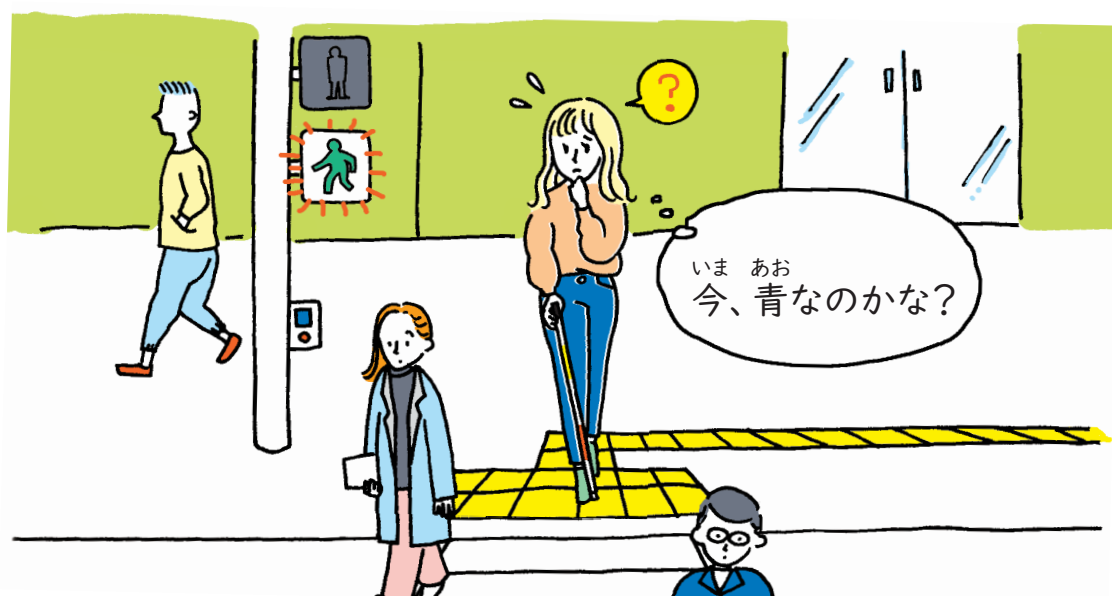
み 見 や す い も の ば か り で は な い の
た ん が ん き ょ う で 、 単 眼 鏡 や ラ イ ト を 使 い ま し た 。



ひ と
人 ご み で は ぶ つ か り
そ う な の で 、 ま だ 少 し 見
え て い た と き も 白 杖 を
あ る も っ て 歩 い て い ま し た 。

からだ しょうがい しゃかい しょうがい 体にある障害と社会にある障害

ここまでは直子さんの視点で見えてきました。今まで見てきた生活
の中で直子さんにはいつも「障害」があったでしょうか。もしかして
体に障害がある人に「障害」が作りだされるのは「社会にいろい
ろなちがいのある人への配慮がないこと」が原因なのかもしれません。

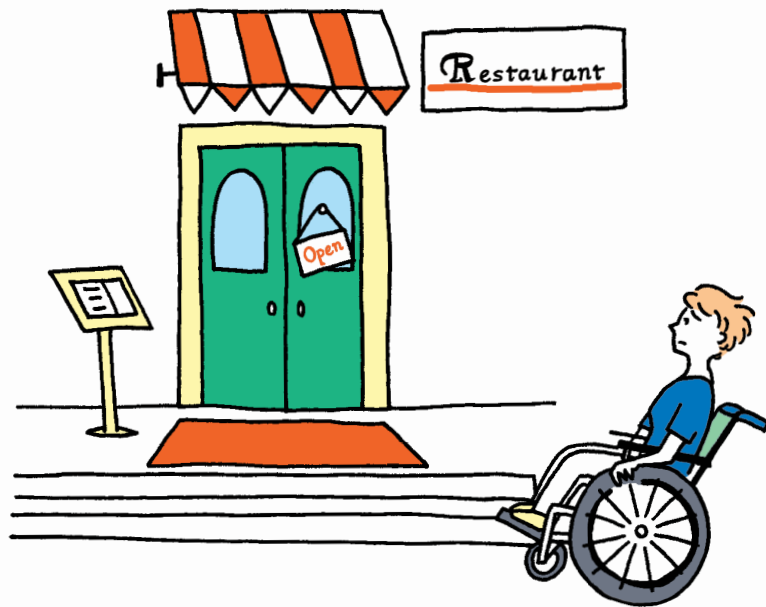


み からだ しょうがい ひと ちから の
見えないという体の障害はその人の力で乗りこえなければなら
ないのでしょうか。

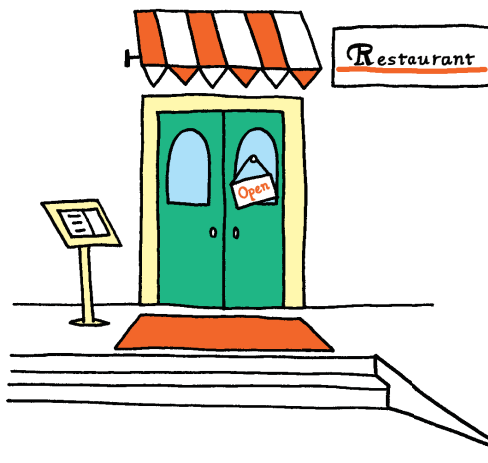


ちか ひと こえ し おんきょうしんごう き なん しょう
近くの人が声で知らせたり音響信号機にしたりすれば、何の障
害もありません。

あし ふ じ ゆう ひと
足が不自由な人では？



くるま り ようしゃ あし うご からだ しょうがい
車いす利用者は足が動かせないという体の障害があるので、
じ ぶん どりよく かいだん
自分で努力して階段をあがらなければならないのでしょうか。



くるま り ようしゃ つか
車いす利用者も使える
スロープやエレベーター
があれば何の障害もあ
りません。
なん しょうがい

しゃかい ひと はいりよ げんいん
「社会にいろいろなちがいのある人への配慮がないこと」が原因
しょうがい つく
で障害が作りだされているようです。

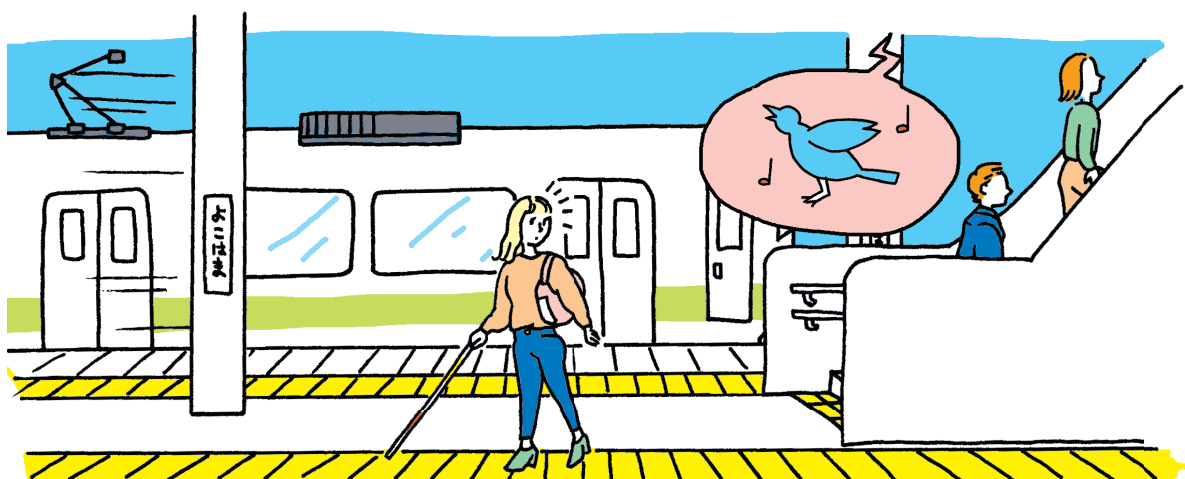
障害をなくす配慮のしくみ①

バリアフリー

では、社会が作りだしている障 害をなくすための配慮のしくみを見ていきましょう。

いま あるものに後から見直しや配慮を加え、体 の障 害に合わせ つか せて使えるようにしたものを「バリアフリー」といいます。あなたの ところ 心にあるバリア（障 害）も取りのぞいてくださいね！

見えない人たちへのバリアフリーの例



とり こえ し 鳥の声で知らせてくれるから初めて利用する駅でも階段の位置 わ が分かります。

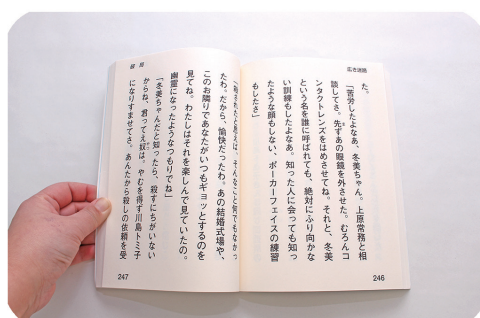


てんじ み ひと 点字は見えない人たちのためのもっとも配慮された文字です。

見えにくい人々へのバリアフリーの例

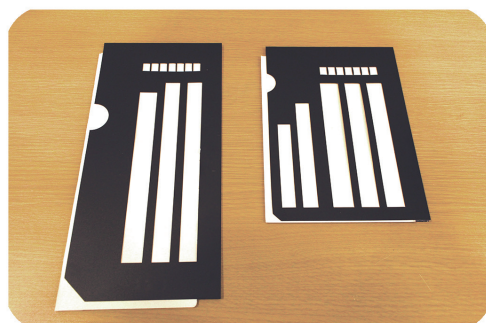
おお も じ か
大きな文字で書か
れた本が少しずつ増
えています。

だいかつ じ ほん
大活字本



ほん も じ
本の文字をカメラ
で写しとり、画面に
大きく映しだします。

かくだいでくしよ き
拡大読書器



な
あて名ガイド



ふと せん
太い線のノート

はがきや封筒に
のせて書けば、あて
名がまっすぐに書
けます。

ふと
太さだけでなく
線の色も自分が見
えやすいものが選
べます。

しょうがい

はいりょ

障害をなくす配慮のしくみ② ユニバーサルデザイン

はじ

おお

ひと

つか

はいりょ

せいひん

初めからより多くの方が使えるように配慮した製品やサービスを

「ユニバーサルデザイン」といいます。これからどんどん増えていくと

おも
思います。

め み ひと

目の見えない人だ

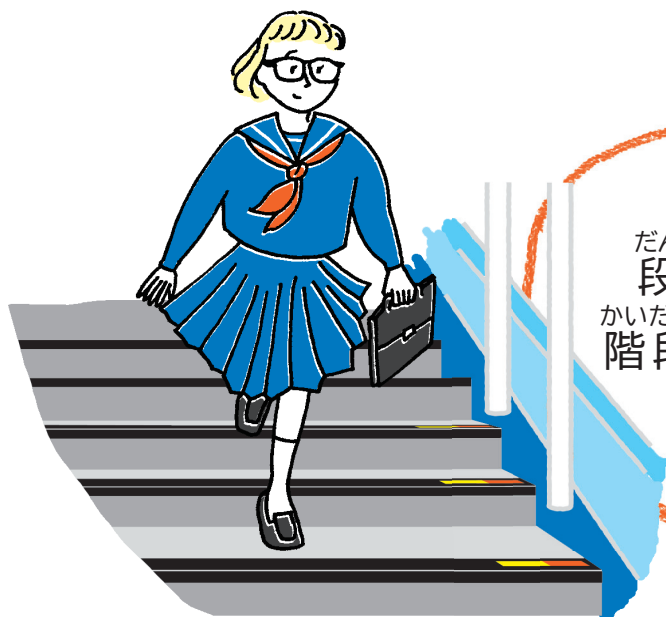
ひと

けでなく、どんな人

あんぜん あんしん

も安全に安心して

りよう
利用できます。



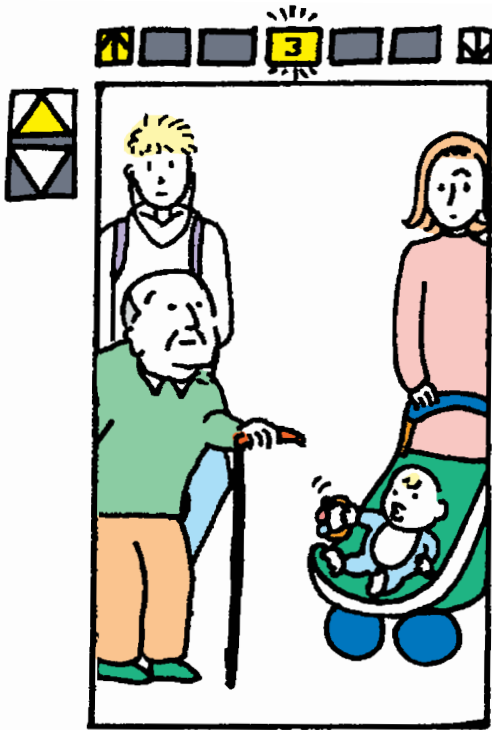
だん さ み

段差が見やすい

かいだん あんしん

階段は安心です。

ユニバーサルデザインの例^{れい}



エレベーターでは、
 たいちょう 体調がすぐれない
 ひと おお にもつ 人や大きな荷物を
 もっている人など、
 ひと だれもが便利に使
 べんり つか えます。

おんせいあんない
 音声案内だけでなく、
 いろ みわ 色の見分けがつきにくい
 ひと はいりよ 人たちの配慮もあり、
 ないよう あらわ 内容を表すマークもあ
 がいこくじん こ れば外国人や子どもにも
 つた 伝わります。

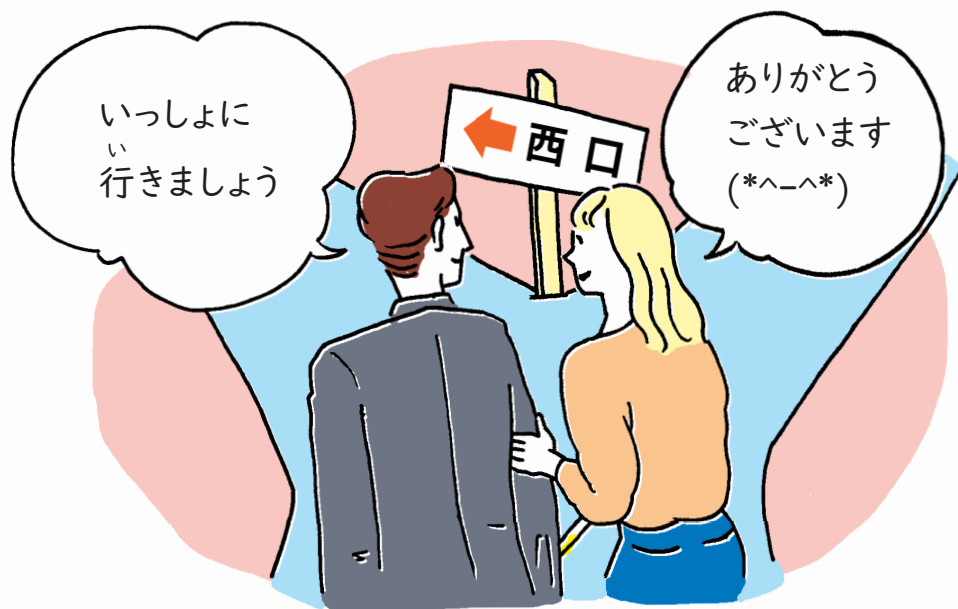
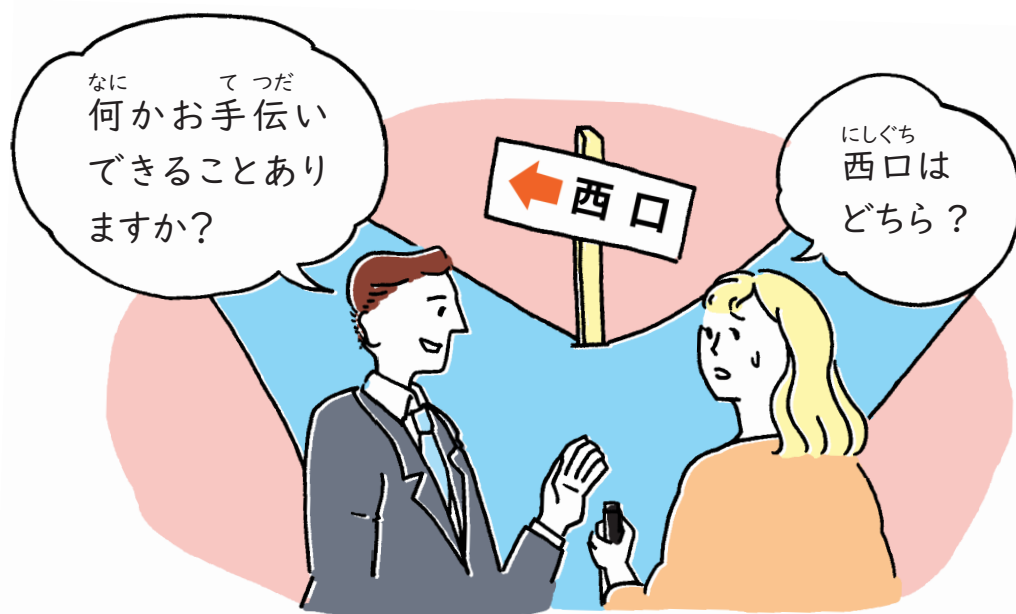
ココハ トイレデス



しょうがい 障害をなくす配慮のしくみ③ はいりょ だれもができる配慮 はいりょ

しゃかい しょうがい はいりょ
社会にある 障 害はあなたの配慮でなくせます。
はいりょ ひつよう ひと み しょうがい
配慮を必要としている人を見かけたら「障 害」をなくすために、
こえ
声をかけてください。

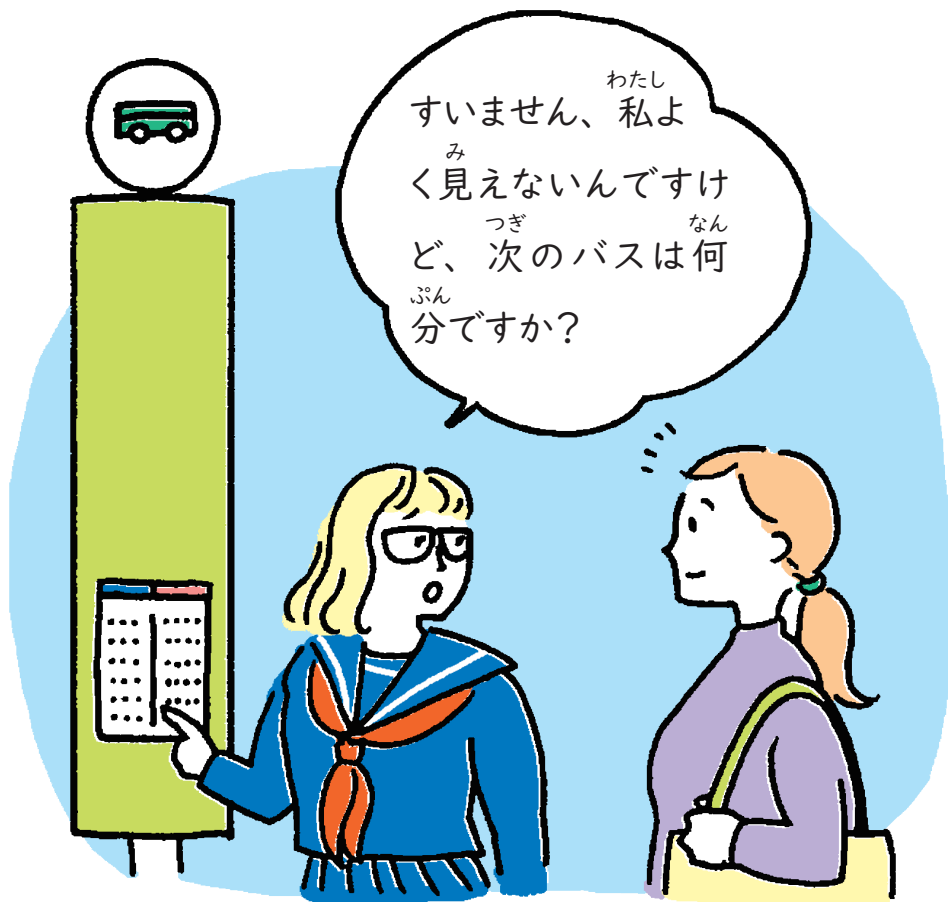
み ひと はいりょ れい 見えない人たちへのだれもができる配慮の例



見えにくい人たちへのだれもができる配慮の例

見えにくい人の見え方は人によってみんな違います。

歩くのは OK だけど文字を読むのは NG とか、少し暗めのところは OK だけど明るいところは NG とか、いろいろです。



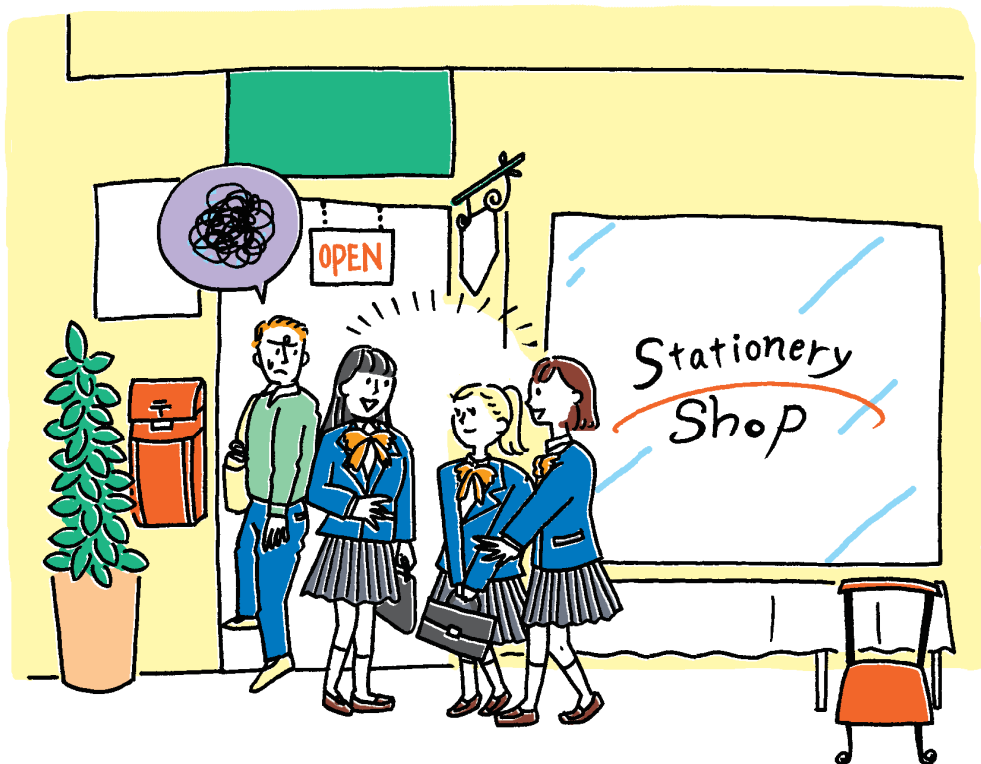
見えにくいという体の障害は周囲には理解されにくいものです。何か聞かれても変に思わず、困っているのかなと思ったら「何かお手伝いしましょうか」と声かけの配慮をお願いします。

しょうがい 「障害」ってなんだろう・

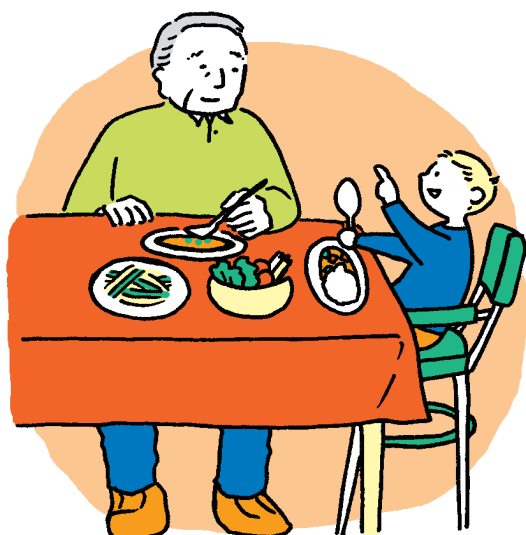
しょうがい 「障害」ってどこにあるんだろう

しゃかい しょうがい はいりよ こえ はいりよ
社会に障 害をなくす配慮のしくみや声かけの配慮があることで、
なおこ せいかつ しょうがい
直子さんの生活から「障 害」がなくなることがわかってもらえたとおも
思います。

しょうがい み み ひと からだ しょうがい
では「障 害」は見えない・見えにくい人など 体 に障 害のある
ひと つく みな まわ
人だけに作りだされるもので、皆さんの周りにはないのでしょうか？



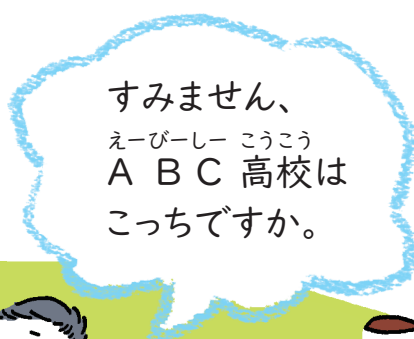
みせ で い ひと とお しょうがい つく
お店を出入りする人が通りにくいという「障 害」を作りだして
います。自分たちの楽しいおしゃべりだけをかんが
まわ ひと はいりよ で い ぐち
周りの人に配慮して出入り口からはなれたところでおしゃべりをす
れば「障 害」はなくなります。



こども用のいすをレス
 はんが配慮し用意して
 います。これも社会にあ
 る障害をなくす配慮の
 ひとつです。



めんどくさいよ



すみません、
 えーびーしー こうこう
 A B C 高校は
 こっちですか。

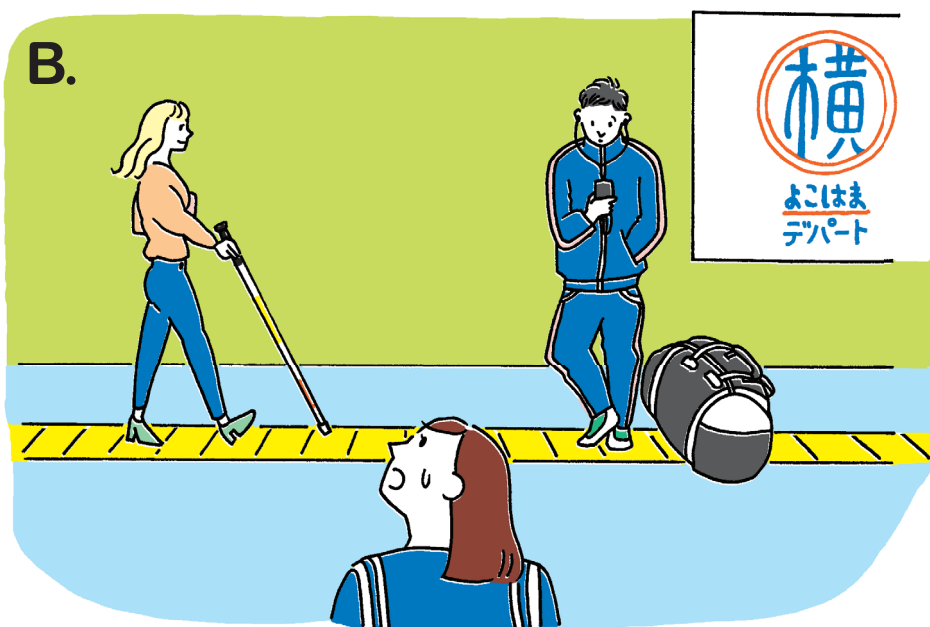
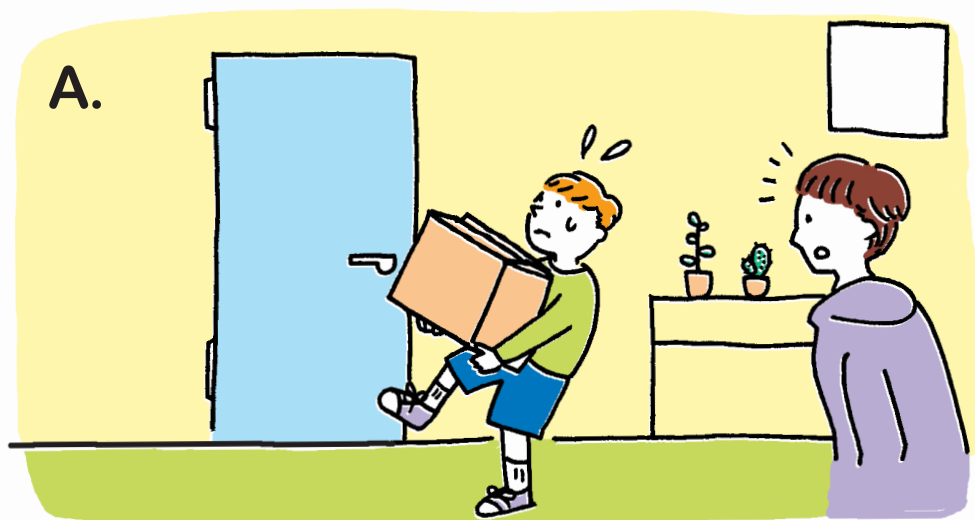


しょうがい からだ しょうがい つく
 「障害」は体に障害があってもなくても、だれにでも作りだ
 されるだけでなく、利用しやすい道具や配慮によりなくせることも
 わかってもらえたと思います。

なにが「^{しょうがい}障害」になって、どうしたらなくなるの？

- (1) どんな「^{しょうがい}障害」があるのか
- (2) なぜ「^{しょうがい}障害」が^{つく}作りだされてしまったのか
- (3) その「^{しょうがい}障害」をなくすにはどうすればよいか

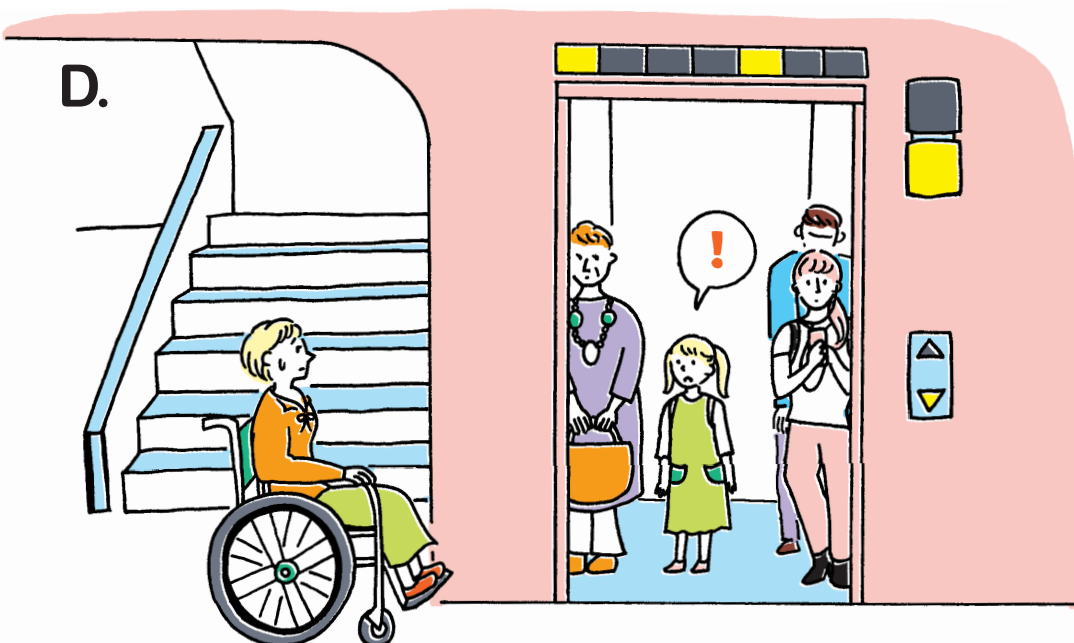
^みイラストを見て^{ともだち}友達といっしょに^{かんが}考えてみてください。



C.

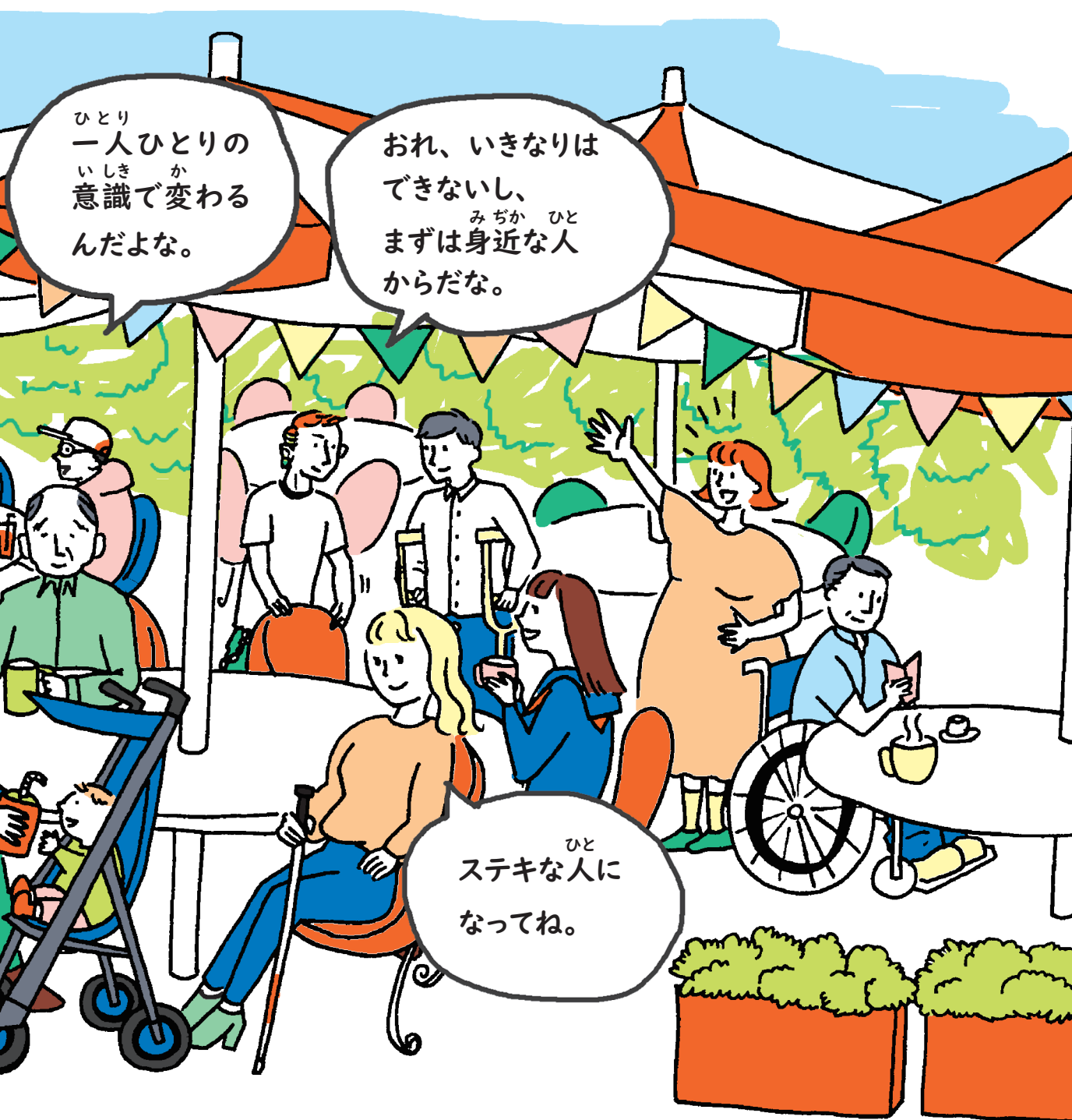


D.

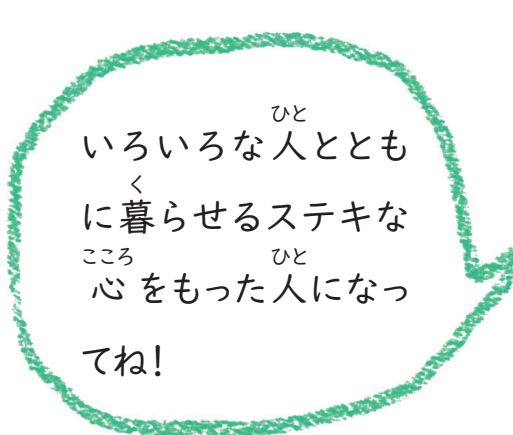




いろいろなちがいの^{ひと}ある人がいて、いっしょに^{たの}楽しく



く しゃかい
暮らせる社会をみんなでつくっていきませんか！



いろいろな人^{ひと}とともに
暮^くらせるステキな
こころ^{こころ}をもった人^{ひと}になっ
てね!

この冊子^{さっし}は

「よこはまふれあい助成金」^{じょせいきん}「N H K歳末たすけあい配分金」^{はいぶんきん}
の支援^{しえん}を受けて作成^{さくせい}いたしました。

- 制作^{せいさく} (特非)^{とくひ} 神奈川県視覚障害者情報雇用福祉ネットワーク^{かながわけんしかくしょうがいしゃじょうほうこようふくし}
(略称 View-Net 神奈川)^{りゃくしょうび ゆー ネットかながわ}
- ホームページ <http://www.view-net.org>
- 制作協力^{せいさくきょうりよく} (株) 創造集団^{かぶ そうぞうしゅうだん} 4 4 0 Hz / 日本点字図書館^{にっぽんてんじ としょかん}
- イラスト作成^{さくせい} 山本菜々子^{やまもと な な こ}

※この冊子^{さっし}の文章・イラストの著作権^{ちよさくけん}は (特非)^{とくひ} 神奈川県視覚障害者情報雇用福祉ネット
ワークに帰属^{きぞく}します。この冊子^{さっし}の全部^{ぜんぶ}を複製^{ふくせい}することは可能^{かのう}ですが、個別^{こべつ}のイラストを無
断^{だん}で使用する^{しよう}ことは固^{かた}く禁^{きん}じます。