

練馬区

# 学ぼう！ ユニバーサルデザイン

STEP3



はじめる

# 学ぼう！ユニバーサルデザイン

私たちのまちには、年齢や性別、国籍、体の状態などが違うさまざまな人が暮らしています。この「学ぼう！ユニバーサルデザイン」は、さまざまな問題を解きながらユニバーサルデザインについて学ぶことのできる教材です。

ユニバーサルデザインを学ぶことは、多様性への気づきや、自分とは違う立場の人のことを考えるきっかけになります。

自分にどんなことができるのかを考えながら問題に挑戦してみましょう。

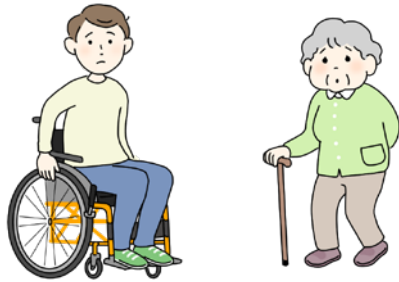


次へ進む

# バリアフリーとユニバーサルデザインの違い

## 特定の人 バリアフリー

高齢者や障害者が社会生活を送るうえで、障壁（バリア）となるものを取り除く



## すべての人 ユニバーサルデザイン

年齢や性別、障害の有無等に関わらず、できるだけ多くの人々が利用しやすいこと



バリアフリーは高齢者や障害者などの特定の人々が対象となっているのに対して、ユニバーサルデザインは『すべての人』が対象です。たとえば、けがや病気で体が不自由になったり、外国に行ったとき、言葉が通じなくて困ったりすることがあります。このように、さまざまな状況の人がいて、自分や周りの人も困る状況になるかもしれないということを前提に、年齢や障害の有無、体格、性別、国籍などに関わらず、より多くの人々が利用しやすい製品や環境、考え方をすることがユニバーサルデザインの大きな特徴です。

次へ進む

# ユニバーサルデザインがある理由

私たちのまちには、子育て中の人・高齢者・障害者・外国人など、さまざまな人が暮らしています。高齢者や障害者などは、生活をする中で困りごとを感じる時があります。

大きな段差や、階段は困るなあ…



バスの乗り降りが大変なのよね。



日本語の案内だけだと、わからないんだ！



文字が大きくないと、読めない…



放送があっても、気づけません。



ずっと立っていると、大変なんです。

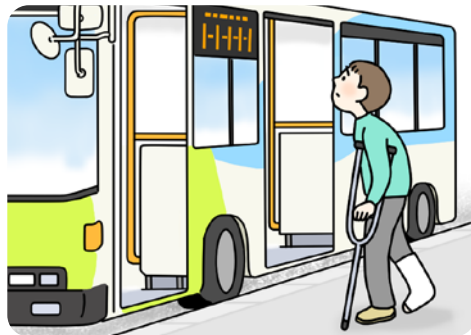


次へ進む

# ユニバーサルデザインがある理由

さまざまな状況の人がいて、自分や周りの人も困る状況になるかもしれない。

だからこそ、最初からすべての人にとって使いやすいユニバーサルデザインが必要なのです。



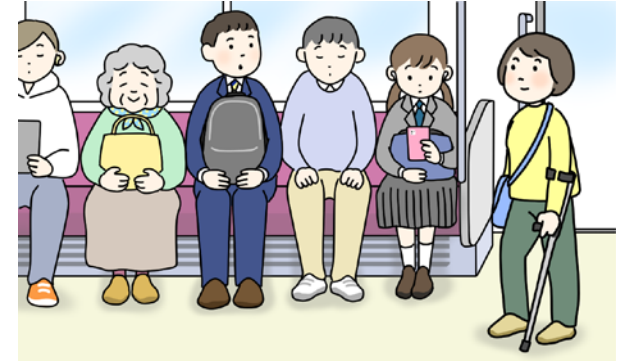
私たちは、誰もが快適に過ごせる・利用できる環境の整備や、行動を変えていく必要があります。

次へ進む

# 問題① こころのユニバーサルデザイン(1)

電車で座っていたら、  
杖をついている人が乗ってきました。

正しくない行動を選んでください。



A. さりげなく席を空ける

B. 見て見ぬふりをする

C. 「よろしければどうぞ」と席を譲る

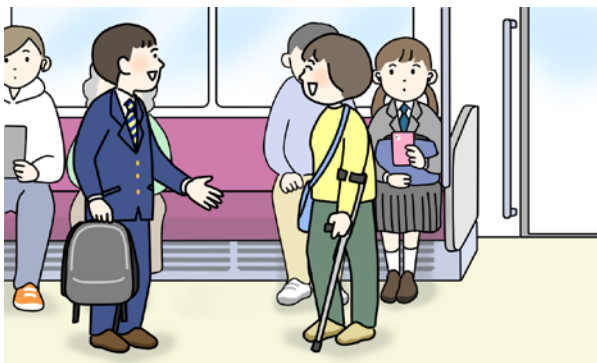
A

B

C

# 問題① こころのユニバーサルデザイン(1)

正解は ... **B** 見て見ぬふりをする



電車の中で、困っていそうな人を見かけたとき、まずは譲る気持ちを持つことが大切です。杖をついている人だけではなく、高齢者やヘルプマークをつけている人、妊娠中の人、ベビーカー利用の親子など、困っていそうな人がいた場合には声をかけてみましょう。

声をかけても、さまざまな理由で「大丈夫です」とお断りされるかもしれません。それは、座りたいとき・座りたくないときは、人それぞれ違うからです。どう思っているかわからないからこそ、お声がけからはじめてみましょう。

立つ時が大変なので、大丈夫です



座るとお腹が圧迫されてしまうので、大丈夫です



次の問題へ

## 問題② さまざまな車いす

『車いす』と言っても、さまざまな種類があるのは知っていますか？  
下のイラストの中に、車いすはいくつあるでしょうか。



3つ

4つ

5つ



# 問題② さまざまな車いす

正解は ... 5つ

足だけではなく、手の障害もある人や、疲れやすい人も車いすを使っています。  
さまざまな人の状態に合った、さまざまな車いすがつくられています。

バギー型車いす



歩行が困難なお子さん用の車いすです。見た目がベビーカーと似ているため、理解が得られないことがあります。電車やお店で折りたたむよう言われてしまうこともあります。これがないと移動ができないお子さんたちがいることを知っておいてください。

電動車いす



手動の車いすでは操作が困難な人や、疲れやすい人も利用しています。通常の手動車いすにモーターがついている簡易タイプもあります。

ハンドル型電動車いす



シニアカーとも呼ばれ、主に高齢者が一人で買い物や移動する際に使っています。道路交通法では、歩行者として扱われています。

次の問題へ

## 問題③ 白杖の役割

下の中で、視覚に障害のある人が使用している白杖（はくじょう）の役割について、合っているものはいくつあるでしょうか。



A. 高いところにあるものを取るため

B. 視覚に障害のある人が近くにいることに気づいてもらうため

C. 周囲の状況を確認するため

1つ

2つ

3つ

# 問題③ 白杖の役割

正解は ... 2つ

## 白杖の役割



- ① 障害物がないかを確認するため  
白杖を肩幅に振りながら歩く姿を見たことがあると思います。  
これは、進む方向に障害物がないかを確認するためです。
- ② 周囲の様子を探るため  
白杖を地面について歩くことで発生した反響音を使い、周囲の状況を確認しています。  
反響音で自分が交差点などの開かれた空間にいるのか、それとも壁に近い場所に立っているのかを認識することができます。
- ③ 視覚障害のある人が近くにいることを知ってもらうため  
白杖で音を立てることにより、周りの方に存在を知らせる役割があります。

## さまざまな見え方

視覚障害と言っても、見え方はさまざまです。  
まったく見えない人・ぼやけて見える人・視野の一部しか見えない人などがいます。

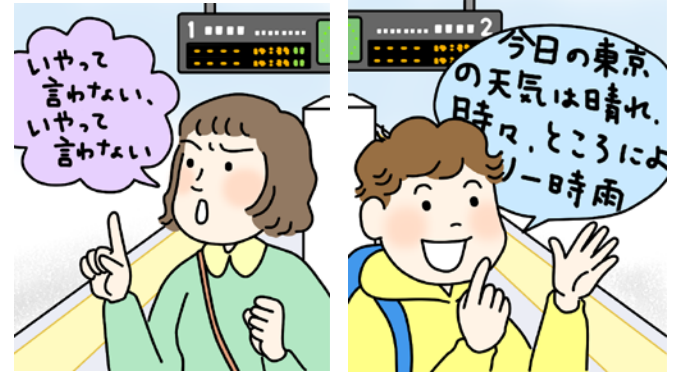


視覚に障害があっても白杖を持っていない人がいたり、高齢で見えづらくなる人もいます。白杖を持っている・持っていないということで決めつけず、困っている場合はお声がけをしましょう。

次の問題へ

## 問題④ こころのユニバーサルデザイン(2)

駅で独り言を言っている人がいます。  
正しい行動を選んでください。



A. 静かに見守る

B. 大きな声で注意する

C. じろじろ見る

A

B

C

## 問題④ こころのユニバーサルデザイン(2)

正解は ... **A** 静かに見守る

発達障害のある人の中には、緊張を落ち着かせるために、気に入っている言葉を声に出したり、反射的に同じ言葉を繰り返したりする人もいます。また、精神障害のある人の中には、幻聴が聞こえてきて返事をしてしまい、独り言を言うてしまう人もいます。

声が大きかったり、内容が気になったりすることもあるかもしれませんが、不安を感じて落ち着くためなど、本人にとって独り言を言う理由があります。大きな声で注意されたり、じろじろ見られたりすることで、余計に不安を感じてしまうことがあるため、静かに見守りましょう。



次の問題へ

# 問題⑤ さまざまなコミュニケーション方法

聴覚に障害のある人とのコミュニケーション方法で正しいものを選んでください。

A. 必ず手話でコミュニケーションをとる

B. 本人にコミュニケーションの方法を確認する

C. 耳が聞こえる付き添いの人とだけ会話する

A

B

C

# 問題⑤ さまざまなコミュニケーション方法

正解は... **B** 本人にコミュニケーションの方法を確認する

聴覚に障害のある人とのコミュニケーションは、さまざまな方法があります。



聴覚に障害があるからといって、手話がわかるわけではありません。

人それぞれ、得意なコミュニケーション方法は違うため、どのような方法がよいか、本人に確認しましょう。

また、身振り手振りや筆談、支援アプリなどは、聴覚に障害のある人だけでなく、外国人やコミュニケーションが苦手な人にも有効な手段です。

次の問題へ

## 問題⑥ 案内サインのユニバーサルデザイン

駅に設置してあるトイレの案内サイン（案内板）には、  
どのような工夫がされているでしょうか。

間違っているものを選んでください。



A. いたるところにたくさん設置されている

B. 日本語がわからない人にも配慮されている

C. 視覚に障害のある人にも位置がわかるように工夫されている

A

B

C



# 問題⑥ 案内サインのユニバーサルデザイン

正解は ... **A** いたるところにたくさん設置されている

## 駅のトイレ案内サインのさまざまな工夫



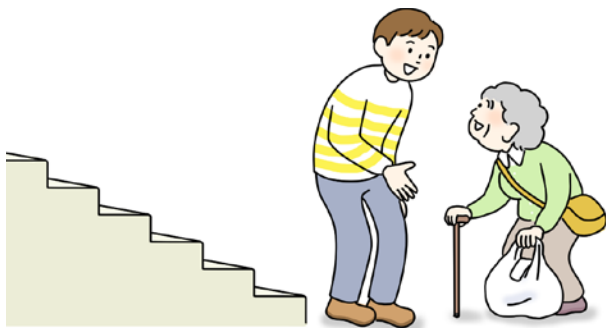
- 視覚に障害のある人、高齢者などの見えづらい人のために、ユニバーサルデザインフォント（誰にでも読みやすい工夫がされた文字）が使用されています。
- 見えづらい人への配慮として、触ることでトイレの配置がわかる触知案内板が設置されており、案内板の位置を音声で伝えています。
- 外国人でも理解しやすいよう、多言語で表記がされていたり、ピクトグラム（記号）が使用されたりしています。

次へ進む

# よりよいまちづくりに向けて

## すぐにできる配慮①

お声がけをして、サポートしましょう



すぐにできる配慮として、お声がけがあります。  
困っている人を見かけたら、「何かお手伝い  
しましょうか？」と気軽にお声がけをしてみましょ  
う。もし「お願いします」と言われた場合は、  
どのようにお手伝いしたらいいのかを聞いてみ  
ましょう。少しのコミュニケーションが、意識  
のバリアを解消します。

## すぐにできる配慮②

お互いさまの気持ちで



まちには、さまざまな人が暮らしています。今  
は困っていなくても、けがや病気をしたり、子  
育てをしていたり、年をとったりして、困るこ  
とが出てくるかもしれません。お互いさまの気  
持ちで、やさしいまちをつくっていきましょう。

結果をみる

# 受講結果

## 練馬区 学ぼう！ユニバーサルデザイン STEP3

回答数	うち正答	正答率
6問	6問	100%

どうでしたか？間違えてしまった人は、ぜひ再挑戦してみてください！



おわる