

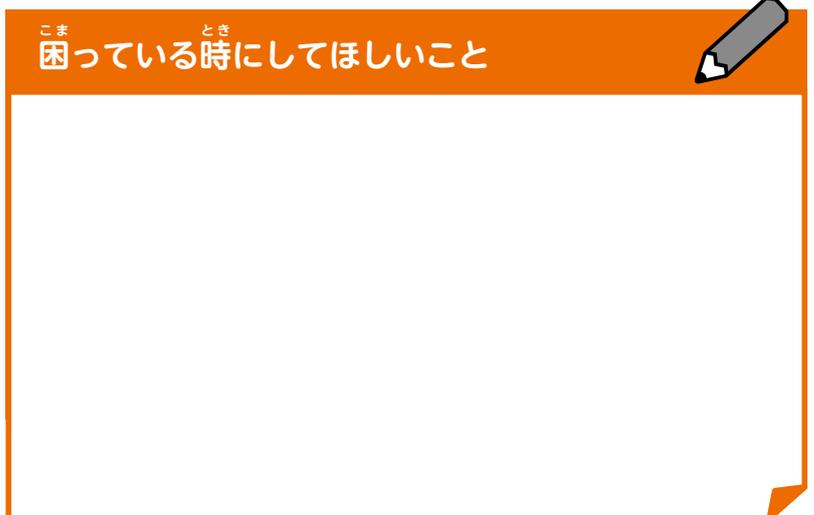
# こま 困っている時にできること

へ はいりよ かんが  
バリアを減らす「配慮」を考えよう

まちの中や駅、学校など、さまざまな場面で「バリア」は生じます。自分自身も困ってしまうことがあるかもしれません。例えば、歩きながらスマートフォンを操作している人とぶつかりそうになったり、重い荷物を運びたいのにエレベーターがないなど、いろいろなことが挙げられそうです。

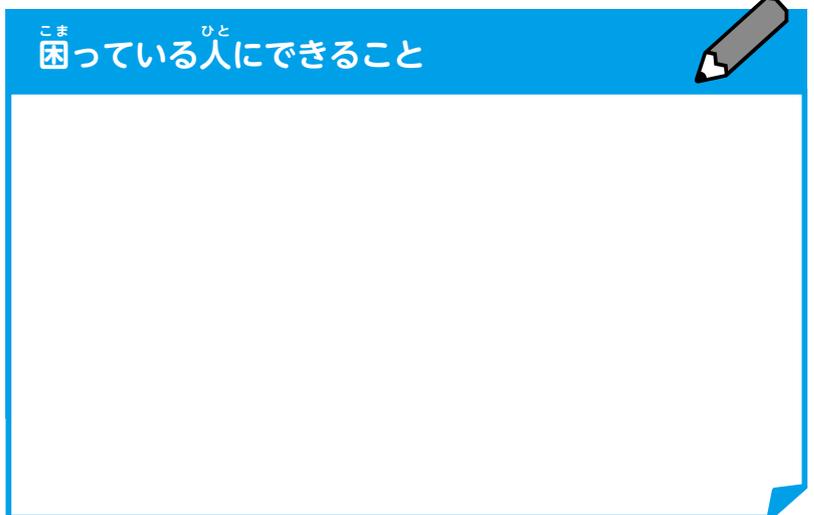
あなたが困っている時、周囲の人にどのような配慮をしてほしいですか。どんな状況になるとうれしいですか。

こま 困っている時にしてほしいこと



絵の中にも、困っている人がいます。その人に対して自分だったらどんなことができるか、考えてみましょう。

こま 困っている人にできること



# 心のバリアフリーを実践

実際に、心のバリアフリーを実践してみましょう。そのためには、どんなことが大切でしょうか。

- 多様な人々が、ともに生きていく社会をつくるという意識を持ちましょう。
- さまざまなことに「バリア」を感じている人がいることを理解しましょう。
- 地域や学校、家など、さまざまな場面で出会う人の立場を想像し、自分にできることを考えましょう。
- 相手の思いを聞いたり、自分の考えを伝えたりし、お互いの理解を深めましょう。

まちの中や駅、学校など、さまざまな場所で困っている人を見かけた時、何をしたらよいか分からない人もいられるかもしれません。そんな時こそ、コミュニケーションをとることが大切です。

## 「〇〇しましょうか？」の声かけをしよう

自分にできることが察知できたら、具体的に「わたしが〇〇しましょうか？」と声をかけてみましょう。付き添いの人や、介助者ではなく、本人に聞くことが大切です。



## わからない時は、聞いてみる

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、どんなことをすればよいかかわからないこともあります。そんな時は「何か困っていますか?」「わたしにできることはありますか?」と聞いてみましょう。



### ポイント

声をかける、聞いてみることからコミュニケーションが始まります。自分にできることを押し付けるのではなく、相手の気持ちを尊重し、相手を理解しようとするのが大切です。