

あ い きずな ふか わたし
ふれ愛の絆を深めるために ～ 私たちにできること～

れい わ ねん がつ かい てい
<令和4年4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やいます。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。

みなさん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。」「鹿児島に来てよかった。」と感じてもらえるように、協力をお願いします。

しょうがい かた し えん
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。



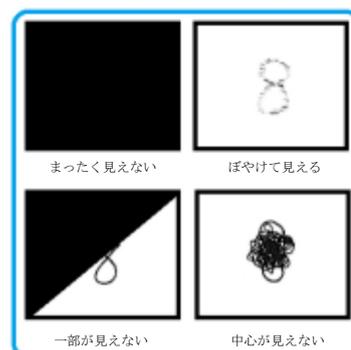
(2) 手や足の不自由な人（肢体不自由者）

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、様々な人がいます。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せんか。」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
自由な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言
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対応

<対応の基本>

「ゆっくり」、「ていねいに」、「繰り返す」

また、次のことにも気をつけて、対応しましょう。

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。

※ 相手に意見や考えを押しつけないようにしましょう。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、大会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？

外見から援助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ために作られたマークです。



【ヘルプマーク】

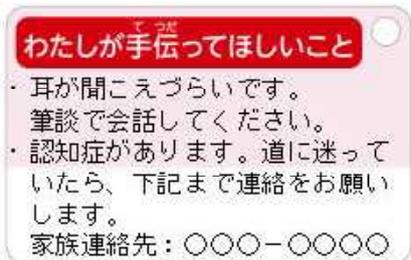
○ 鹿児島県のヘルプマーク・ヘルプカード



【ヘルプカード】

鹿児島県では、外見から援助等を必要としていることが分かりにくい人が、配慮や支援を受けやすくなるよう、ストラップ型のヘルプマークやヘルプカードを導入しています。

○ ヘルプマークやヘルプカードを見かけた場合



【ヘルプカード（裏面）】

ストラップ型のヘルプマークやヘルプカードの裏面には、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。みなさんのできる範囲で支援をお願いします。

パーキングパーミット制度について



左の表示のある駐車場は、鹿児島県の発行した利用証がないと使用することができません。

車の乗り降りのためにドアを全開にしなければならない方、歩行困難によりできるだけ建物に近い位置に駐車を必要としている方など、この駐車スペースを本当に必要としている方が利用できるよう鹿児島県身障者用駐車場利用証制度（パーキングパーミット制度）

への協力・理解をお願いします。

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。

補助犬は、きちんとしつけられているので、飲食店やバス、電車などに一緒に連れて行くことができます。

たとえば、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に支援します。
- (2) 介助犬：手や足に障害のある人の日常生活の動きを支援します。
- (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たりしないようにしましょう。

バリアフリースイレについて

バリアフリースイレとは、一般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。

一般のトイレを使える人がバリアフリース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。

○ バリアフリースイレの機能

- ・ 広いスペースや便器に移るための手すり
- ・ 幼児からお年寄りまで使用できるユニバーサルシートやおむつ換えシート、ベビーチェア
- ・ パウチ（便をためる袋）から排泄する流し



【オストメイトマーク】
じんこうこうもんなどを
持つ人のための設備がある
ことを示すマーク

あいて きも かんが
相手の気持ちになって考えてみよう



ばめん ばめん おうだん ほどう
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し
た。

あなたならどうしますか？



場面1の対応例

くるま ひと かいだん い どう
車いすの人は「階段では移動でき
ない」ため、おく つ
奥に詰められるスペース
のこ ばあい きょうりよく
が残っている場合は、みんなで協力
くるま ひと の
して車いすの人が乗れるスペースを
つく
作るといいですね。また、いそ
いで
おらず、自分たちがエレベーターから降り
くるま ひと の
れば車いすの人が乗れるスペースが
ばあい いちどお つぎ の
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

ひと も しろ め ふじゆう
その人が持っている白いつえは、目の不自由
ひと つか
な人が使うつえです。つえで地面を叩き、音
かんじよく まわ じょうきょう かくにん
や感触などで周りの状況を確認します。

しろ も ひと こま
白いつえを持っている人が困っているよう
おも
に思ったら「どうなさいましたか。」と声を
あんしん
かけると安心します。

また、音^{おと}が鳴らない横断歩道^{おうだんほどう}などでは、「青
なり
になりましたよ。」と信号^{しんごう}が青^{あお}に変わり渡れるようになったことを知
らせると安心^{あんしん}します。さらに、「私^{わたし}と一緒に渡^{わた}りましょうか。」と声
あいて どうい うで いっしょ ある おうだん ほどう
をかけ、相手^{あいて}が同意^{どうい}したら腕^{うで}をつかんでもらい一緒に歩^{いっしょ}き、横断歩道^{ある}
わた お わた お つた
を渡^{わた}り終わ^おったら、「渡^{わた}り終わ^おりましたよ。」と伝え^{つた}ましょう。



○ 白杖 SOSシグナルについて

め ふじゆう ひと はくじょう ずじょう かか
目の不自由な人が、白杖^{はくじょう}を頭上^{ずじょう}50cmくらいに掲
げている場合^{ばあい}、支援^{しえん}を求^{もと}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。」
すす こえ
と進^{すす}んで声^{こえ}をかけてください。



【「白杖 SOSシグナル」普
及^{きゅうすいしん}推進^{すいしん}シンボルマーク】

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付けて、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ると興味をわいてきました。

あなたならどうしますか？

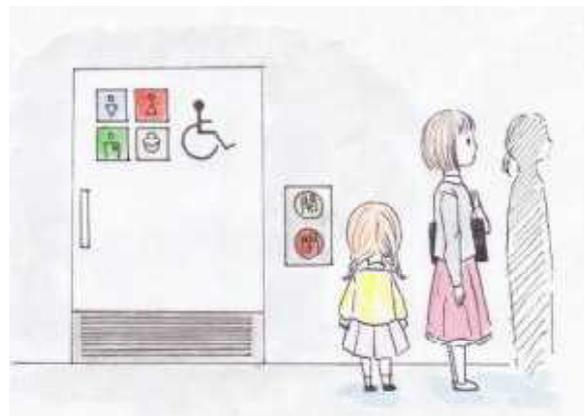


場面4 ショッピングモールのトイレで

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
す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、を想像して考えてみましょう。



場面3の対応例

盲導犬は、目の不自由な人が、日常生活や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しています。前脚から胴体の辺りに付けているのは「ハーネス」といい、盲導犬特有の犬と飼い主をつなぐ大切な装置です。盲導犬は、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、飼い主に危険が及ばないように常に神経を使っています。



盲導犬は「工作中」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。

場面4の対応例

このトイレはバリアフリートイレでしたね。最近、街中でも見かけることが多くなってきました。

車いす利用者だけでなく、高齢者や子どもがいる人も使っているいいトイレですが、このトイレでないといけない人がいる事を考え、一般のトイレを利用できる人が、バリアフリートイレを使うことは控えましょう。

ふれ愛の絆を深めるために、
みなさん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、みんなのできることから始めていきましょう。」

(イラスト：鹿児島玉龍高等学校

今村海優さん、鎮守穂香さん)

※ 学校名はイラスト提供時

障害者マークを知ろう

- 障害者のための国際シンボルマーク



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

- 盲人のための国際シンボルマーク



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



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



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



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



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

たい かい めい 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や たいかい 特別全国障害者スポーツ大会
あい しょう 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
かいさい き かん 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)
じっし きょうぎ 実施競技	せいしききょうぎ きょうぎ ○正式競技 37 競技 とくべつきょうぎ きょうぎ ○特別競技 1 競技 こうかいきょうぎ きょうぎ ○公開競技 5 競技 ○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 きょうぎ ○正式競技 14 競技 ○オープン競技 3 競技
かい かい しき 開会式 へい かい しき 閉会式 (予定)	そうごうかいかいしき れいわ ねん がつ にち ど 総合開会式 令和5年10月7日(土) 総合閉会式 令和5年10月17日(火)	かいかいしき れいわ ねん がつ にち ど 開会式 令和5年10月28日(土) 閉会式 令和5年10月30日(月)
	しらなみ けんりつかもいけりくじょうきょうぎじょう 白波スタジアム(県立鴨池陸上競技場)	
スローガン	あつ こどう かせ みなみ 熱い鼓動 風は南から ねっせん く ひろ たち あつ こどう かいじょう ひび 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。	
マスコット キャラクター	ぐりぶーファミリー  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	
イメージソング	「ゆめ～KIBAIYANSE～」 さくし さつきよく かしょう からしまみどり へんきよく 作詞・作曲・歌唱：辛島美登里，編曲：NAOKI-T	