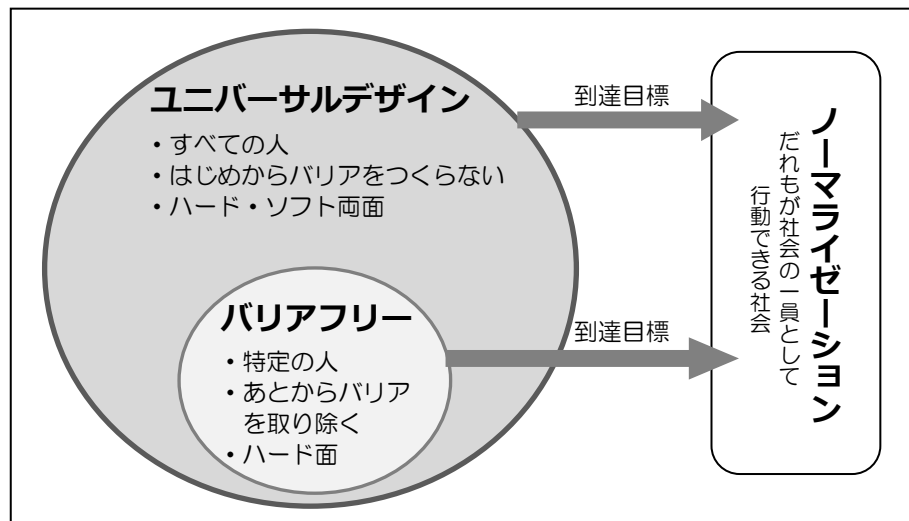


資料編



1 バリアフリーとユニバーサルデザインの関係



図：バリアフリーとユニバーサルデザインの特徴

	バリアフリー	ユニバーサルデザイン
対象者	特定の人 (障がい者・高齢者等)	すべての人 (年齢、性別、国籍、個人の能力にかかわらず)
考え方	あとからバリア(障壁)を取り除く	はじめからバリア(障壁)をつくらない
主な対象	ハード面	ハード・ソフト両面
取り組みの前提	バリア(障壁)はすでに存在している	バリア(障壁)がないことがあたりまえ
取り組みの姿勢	特定の人にとって利用上のバリア(障壁)の数を減らしていく	すべての人にとって、さらに利用上の質が高まるように絶えず改善に取り組む

【参考】「推進計画」資料編 13 (79 頁)

2 関連するマークの一覧

さまざまなマークが定められています。マークを使用する場合は、制定の背景等をご理解いただくとともに、団体等への確認をお願いします。

絵柄	マーク名と説明	お問い合わせ先
	<p>障害者のための国際シンボルマーク このマークは、「障がい者が利用できる建物、施設である」ことを明確に示す世界共通のシンボルマークです。 個人所有の自動車にこのマークを表示した場合でも、道路交通法上の規制を免れる等の法的効力はありませんのでご注意ください。 ※このマークは「すべての障がい者を対象」としたものです。特に車椅子を利用する障がい者を限定し、使用されるものではありません。</p>	<p>(公財) 日本障害者リハビリテーション協会</p>
	<p>身体障害者標識（身体障害者マーク） 肢体不自由の方で、普通自動車免許に条件を付されている場合は、道路交通法により、車体の前面と後方の両方に、身体障害者標識を表示します。 運転免許試験場内の売店で購入できます。</p>	<p>警視庁</p>
	<p>聴覚障害者標識（聴覚障害者マーク） 聴覚障がいの方で、普通自動車免許に条件を付されている場合は、道路交通法により、車体の前面と後方の両方に、聴覚障害者標識を表示します。違反した場合、罰則があります。 運転免許試験場内の売店で購入できます。</p>	

絵柄	マーク名と説明	お問い合わせ先
	<p>耳マーク 聞こえが不自由なことを表すマークです。また聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない人・聞こえにくい人への配慮を表すマークでもあります。聴覚障がい者は見た目にはわからないために、誤解されたり、不利益をこうむったり、社会生活上で不安が少なくありません。</p> <p>このマークを掲示された場合は、相手が「聞こえない・聞こえにくい」ことを理解し、コミュニケーションの方法等への配慮についてご協力をお願いいたします。</p>	<p>一般社団法人 全日本難聴者・ 中途失聴者団体 連合会</p>
	<p>手話マーク 窓口等で掲示されている場合、手話を必要としている方に対して、手話によるコミュニケーションが可能である、あるいは手話で対応できる人がいることを示しています。</p> <p>また、このマークが提示された際は、手話の対応をお願いしたいことを示しています。</p>	<p>一般財団法人 全日本ろうあ連 盟</p>
	<p>筆談マーク 窓口等で掲示されている場合、筆談で対応することが可能であることを示しています。</p> <p>またこのマークが提示された際は、筆談での対応をお願いしたいことを示しています。</p>	
	<p>盲人のための国際シンボルマーク 世界盲人連合（WBU）が定めた世界共通の国際シンボルマークです。例えばこのマークの付いた信号機は、視覚障がい者が安全に横断できるよう、メロディが流れたり信号時間が長めに調整されたりしています。</p>	<p>社会福祉法人 日本盲人福祉委 員会</p>

絵柄	マーク名と説明	お問い合わせ先
	<p>「白杖SOSシグナル」普及啓発シンボルマーク</p> <p>白杖を頭上50cm程度に掲げてSOSのシグナルを示している視覚に障がいのある人を見かけたら、進んで声をかけて支援しようという「白杖SOSシグナル」運動の普及啓発シンボルマークです。</p> <p>白杖によるSOSのシグナルを見かけたら、進んで声をかけ、困っていることなどを聞き、サポートをしてください。 ※駅のホームや路上などで視覚に障がいのある人が危険に遭遇しそうな場合は、白杖によりSOSのシグナルを示していなくても、声をかけてサポートをしてください。</p>	<p>岐阜市福祉部福祉事務所障がい福祉課</p>
	<p>ほじょ犬マーク</p> <p>身体障害者補助犬とは、盲導犬・介助犬・聴導犬をいいます。「身体障害者補助犬法」が施行され、公共の施設や交通機関、デパートやスーパー、ホテル、レストランなどの民間施設で身体障害者補助犬が同伴できるようになりました。</p>	<p>東京都福祉保健局障害者施策推進部計画課社会参加推進担当</p>
	<p>補助犬同伴可ステッカー</p> <p>このステッカーを入口等に表示することにより、一般の方が補助犬(盲導犬・介助犬・聴導犬)に対する理解を深めていただき、補助犬使用者の方々が安心して施設を利用できるようになればと願っております。</p>	<p>全国盲導犬施設連合会</p>

絵柄	マーク名と説明	お問い合わせ先
	<p>オストメイトマーク 人工肛門・人工膀胱の方(オストメイト)のための設備があることを表しています。オストメイト対応トイレの入口・案内誘導プレートに表示されています。また、オストメイトであることを示すマークとしての意味もあります。</p>	<p>公益社団法人 日本オストミー協会</p>
	<p>ハート・プラス マーク 「身体内部に障がいがある人」を表しています。身体内部（心臓、呼吸機能、じん臓、膀胱・直腸、小腸、肝臓、免疫機能）に障がいがある方は外見からはわかりにくいいため、さまざまな誤解を受けることがあります。 内部障がいの方の中には、電車などの優先席に座りたい、近辺での携帯電話使用を控えてほしい、障がい者用駐車スペースに停めたい、といったことを希望していることがあります。</p>	<p>特定非営利活動法人 ハート・プラスの会</p>
	<p>ヘルプマーク 義足や人工関節を使用している方、内部障がいや難病の方、または妊娠初期の方など、外見からわからなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう、東京都が作成したマークです。 都営地下鉄各駅の駅務室等でヘルプマークを配布しています。</p>	<p>東京都福祉保健局障害者施策推進部計画課</p>

絵柄	マーク名と説明	お問い合わせ先
	<p>障害者雇用支援マーク 公益財団法人ソーシャルサービス協会が障がい者の在宅障がい者就労支援並びに障がい者就労支援を認めた企業、団体に対して付与する認証マークです。 障がい者の社会参加を理念に、障がい者雇用を促進している企業や障がい者雇用を促進したいという思いを持っている企業は少なくありません。 そういった企業がどこにあるのか、障がい者で就労を希望する方々に少しでもわかりやすくなれば、障がい者の就労を取り巻く環境もより整備されるのではないかと考えます。 障害者雇用支援マークが企業側と障がい者の橋渡しになればと考えております。ご協力のほど、よろしく申し上げます。</p>	公益財団法人 ソーシャルサービス協会 ITセンター
	<p>マタニティマーク 妊産婦が身につけ、周囲が妊産婦への配慮を示しやすくするものです。 さらに、交通機関、職場、飲食店、その他の公共機関等が、その取り組みや呼びかけ文を付してポスターなどとして掲示し、妊産婦にやさしい環境づくりを推進するものです。</p>	厚生労働省
	<p>ベビーカーマーク ベビーカー使用者が安心して利用できる場所や設備（エレベーター、鉄道やバスの車両スペース等）を表しています。</p>	国土交通省

絵柄	マーク名と説明	お問い合わせ先
	<p>盲導犬マーク 共遊玩具のうち、目の不自由な子どもたちも楽しく遊べる配慮をしたおもちゃに付けられるマークです。 目の不自由な子どもたちは、触覚や音などを手がかりにしながら遊びます。そのため、手触りや音等への「工夫」が商品の企画・開発段階から盛り込まれると「盲導犬マーク」の共遊玩具に認定されます。 このマークは（一社）日本玩具協会による認定マークで、おもちゃのパッケージへの印刷が推奨されています。</p>	<p>一般社団法人 日本玩具協会</p>
	<p>うさぎマーク 共遊玩具のうち、耳の不自由な子どもたちも楽しく遊べる配慮したおもちゃに付けられるマークです。 特に音が遊びのなかで重要な位置を占めている場合、耳に障がいがあっても楽しめるよう工夫や配慮を施したおもちゃが「うさぎマーク」の共遊玩具に認定されます。 このマークは（一社）日本玩具協会による認定マークで、おもちゃのパッケージへの印刷が推奨されています。</p>	
	<p>ユニバーサルデザインフード 「ユニバーサルデザインフード」とは、日常の食事から介護食まで幅広くお使いいただける、食べやすさに配慮した食品です。その種類もさまざまで、レトルト食品や冷凍食品などの調理加工食品をはじめ、飲み物やお食事にとろみをつける「とろみ調整食品」などがあります。</p>	<p>日本介護食品協会</p>

3 参考になるサイト・アプリ

■サイト

困りごとの分類ごとに、解決のヒントとなる WEB サイトをまとめました。サイト名を検索してください。

困りごとの分類	サイト名・説明
伝える・理解する	<p>リーディングチュウ太</p> <p>やさしい日本語かどうかを調べることができるサイトです。文章を入力し、その難易度を日本語検定の等級により判定します。</p> <p>出典：Reading Tutor HP</p>
伝える・理解する	<p>公益財団法人明治安田こころの健康財団</p> <p>コミュニケーション支援ボードをダウンロードすることができます。</p> <p>出典：公益財団法人明治安田こころの健康財団 HP</p>
伝える・理解する	<p>セイフティーネットプロジェクト横浜</p> <p>コミュニケーションボードをダウンロードできるほか、対象やシーンにあわせたオリジナルのコミュニケーションボードを作成することができます。</p> <p>出典：セイフティーネットプロジェクト横浜 HP</p>
動く 見る 聞く 伝える・理解する	<p>いたばしどこでも誰でもおでかけマップ</p> <p>障がい者のみならず、高齢者や妊産婦、子育て層などすべての人が活用しやすいものとなるよう、公共施設、官公署、金融機関、民間施設などのバリアフリーに関する情報が掲載されています。</p> <p>サイトでは地図上から施設を検索したり、バリアフリー設備から施設を検索したりすることができます。</p>
動く 見る 聞く 伝える・理解する	<p>とうきょうユニバーサルデザインナビ</p> <p>東京都内のトイレ情報やバリアフリーマップに関する情報がまとめて掲載されています。</p> <p>出典：とうきょうユニバーサルデザインナビ HP</p>

■アプリ

困りごとの分類ごとに、解決のヒントとなるアプリをまとめました。ご自身のスマートフォンやタブレット端末へダウンロードしてみたいかどうか。

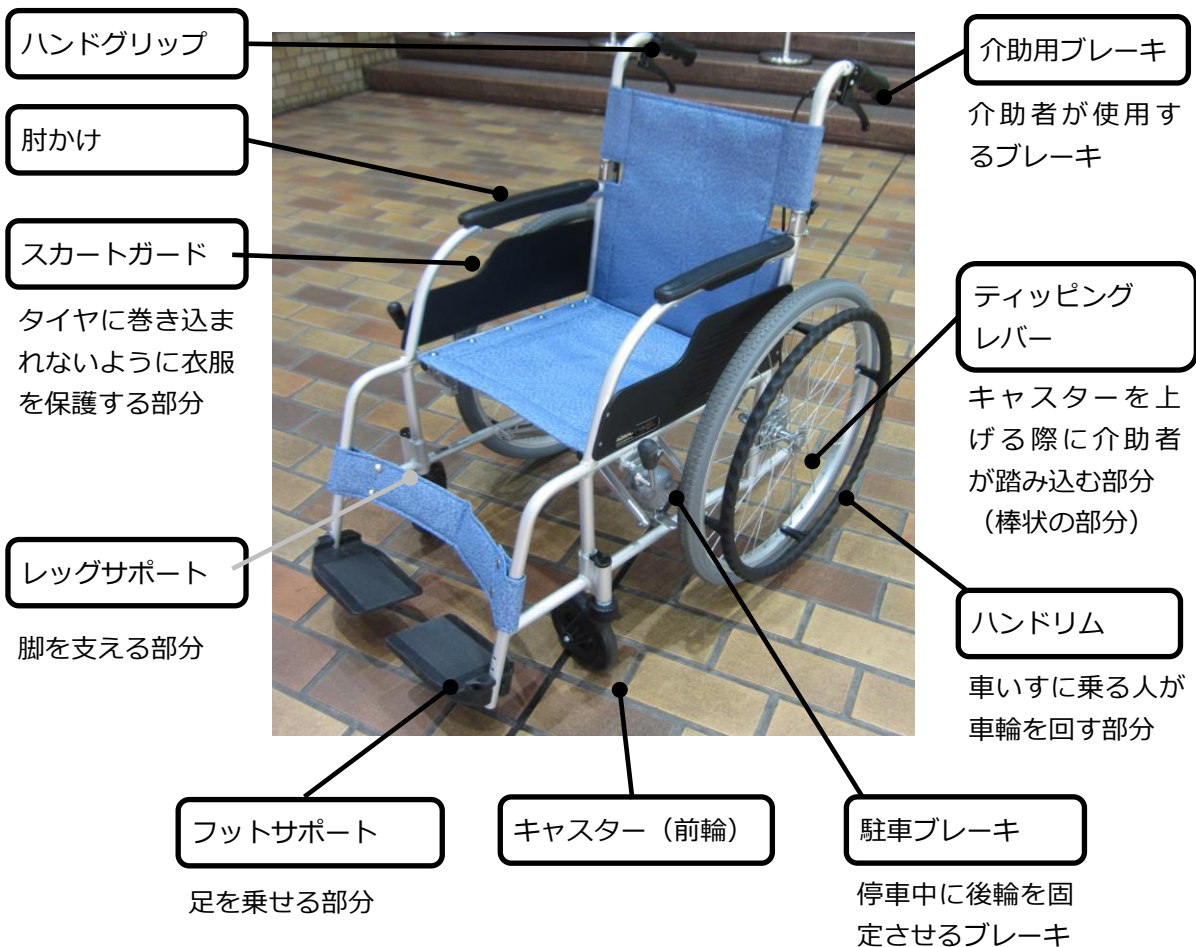
※ご使用の機器によってはダウンロードできない場合がありますので、ご注意ください。

困りごとの分類	アプリ名・説明
見る	<p>色のシミュレータ</p> <p>アプリを起動して対象物にカメラを向けると、各色覚型で見えている色のイメージを同画面上で比べてみることができ、その画像を保存することもできます。</p>
見る	<p>JAVIS Appli</p> <p>文字情報を読み上げ可能な音声コードを Microsoft Word 上で作成することが可能です。有償版と無償版があります。</p>
見る 伝える・理解する	<p>Uni-Voice</p> <p>印刷物に印字された音声コードを撮影することにより、印刷物へ記載された内容を多言語で読み上げたり、テキストを表示したりすることができます。</p>
見る 伝える・理解する	<p>Uni-Voice Blind</p> <p>印刷物に印字された音声コードを撮影することにより、印刷物へ記載された内容を多言語で読み上げたり、テキストを表示したりすることができます。また見ることに困る方でも容易に操作ができるよう、ボイスオーバーに対応しています。</p>

困りごとの分類	アプリ名・説明
見る 聞く 伝える・理解する	おもてなしガイド 言語や聴力の壁を超えて、だれもがアナウンスの内容を理解できるようにするための「音のユニバーサルデザイン」化支援システムです。流れてくる対応アナウンスをスマートフォンのマイクで受信し、その内容を多言語に翻訳された文字で確認することができます。
見る 聞く 伝える・理解する	UDCast 視覚障がい者、聴覚障がい者、外国人と一緒に映画・映像などを楽しめるアプリです。アプリに対応している映画や施設などの「日本語字幕」「音声ガイド」「外国語字幕」を提供しています。また、ボイスオーバーや多言語字幕、手話、点字などもニーズに合わせて対応することも可能です。

4 車いすの対応方法等

(1) 車いすの名称



(2) 注意事項

① 空気圧について

- タイヤの適正な空気圧は、指で強く押してへこまない程度です。
- 車いすを使用したり貸し出したりする際は、必ず空気圧を確認してください。
- 空気が抜けているとブレーキが効かず危険です。

② 乗車時の注意等

- 駐車ブレーキがかかっていることを確認します。
- 人が車いすに乗る前にはフットサポートが上がっていることを確認します。座った乗った後はフットサポートに足が乗っていることを確認します。
- 移動前に駐車ブレーキを解除し、車いすを動かすことを伝えます。

(3)手動式車いすの 押し方・ブレーキの かけ方

①車いすの真後ろに立ちます

車いすの後ろから両手でハンドグリップを握り、基本的に足を左右あるいは前後に開いて重心を低く置きます。

②本人に声をかけながら押します

「動きます」「前に進みます」などと声をかけ、体全体で押すようにします。

③止まるとき、曲がるときにも声をかけます

後退するときも含め、新たな動きをするときには声をかけます。



車いすを離れるときは、両側のブレーキをしっかりかけます。

⑤ブレーキは、左右両方にかけて

少しでも車いすを離れるときは、必ず両側の駐車ブレーキをかけるようにします。

※電動車いすの中には、手動と同じように押せるものもあります。取り扱いは本人に確認してください。

(4)段差の上り方



- (1)ひと声かけて、
キャスターを
上げます。



- (2)キャスターを段の
上に乗せます。



- (3)後輪をゆっくり
押し上げます。

①ひと声かけて、キャスター（前輪）上げを行います

「段差がありますので前輪を少し上げます」などと声をかけ、ティッピングレバーを踏み込みながらキャスター（前輪）上げを行います。

②キャスターを段の上に乗せます

キャスター（前輪）を上げた状態でゆっくりと前に進み、キャスター（前輪）を段の上に乗せます。

③後輪（大車輪）をゆっくり押し上げます

前進し、後輪（大車輪）が段差に触れて止まったところで、ハンドグリップを上げて車体を持ち上げながら、前に押し出します。体全体で持ち上げるようにします。

(5) 段差の下り方



- (1) ひと声かけて、後ろ向きになります。
- (2) 後輪からゆっくりと下ろします。

①ひと声かけて、後ろ向きになります

下りるときは、後ろ向きになって、後輪（大車輪）から下りる方法が一般的です。「段差を下りますので後ろ向きに進みます」と声をかけます。

②後輪からゆっくりと下ろします

ハンドグリップを持ち上げるようにして、ゆっくりと静かに後輪を下ろします。



- (3) キャスターを上げ、ゆっくりと後退します。

③キャスター上げを行い、後ろに引きます

フットサポートと本人のつま先が段差に当たらないように気をつけながら、ティッピングレバーを踏み込んでキャスター（前輪）を上げ、車いすをゆっくりと後退させます。



- (4) キャスターを下ろします。

④キャスター（前輪）を下ろします。

本人に衝撃を与えないよう気をつけながら、キャスター（前輪）を下ろします。このときも「一段下がります。」などの声がけをしてください。

イラストは一般財団法人 国土技術研究センター「アクセシビリティサポートガイド基礎編 イラスト追記版」より引用

(6)エレベーターの 乗り方と降り方

- 床とエレベーターのカゴの間の溝に、キャスターが落ちないよう、溝に対して直角に出入りします。
- 前向きか後ろ向きかは、本人の意向や混雑状況、エレベーターの大きさによって柔軟に対応するようにしましょう。また、エレベーターの扉を閉める前に、足先がドアに当たらないか確認してください。
- 乗降方法は以下の3つです。

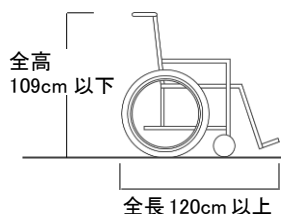
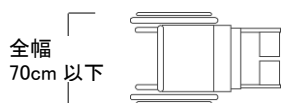
	乗るとき	降りるとき	備考
1	前向き	前向き	EV内の人が少ないとき、EVが広いときに有効。EV内で回転する。
2	前向き	後ろ向き	EV内の人が多いときに有効。ただし、車いす使用者とEV内の人向き合うため心理的負担を感じることもある。
3	後ろ向き	前向き	車いす使用者の心理的負担が少ない。乗り込む際に方向転換を行うため時間がかかる。

EV：エレベーターの略

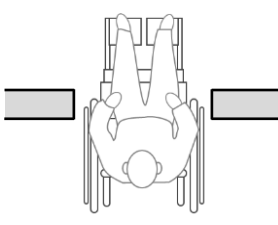
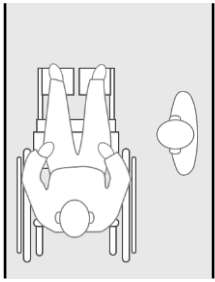
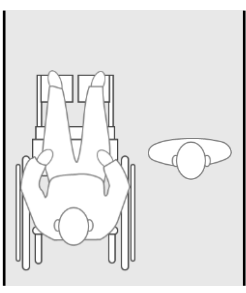
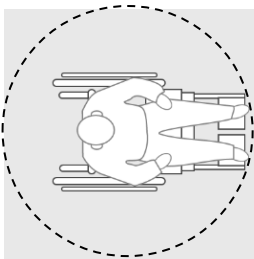
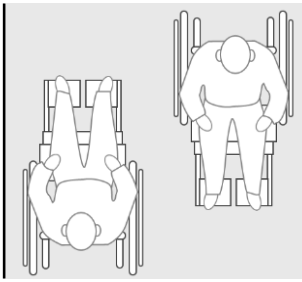
(7)車いすの通路幅

手動車いすの寸法

(JIS T 9201-2006)



※電動車いすは上記のサイズよりも大きくなる場合があります。

通路幅	車いす使用者の動作	
80cm		<ul style="list-style-type: none"> ・車いすがなんとか通過できる
120cm		<ul style="list-style-type: none"> ・通路を車いすで通過しやすい ・人が横向きになれば車いすとすれ違うことができる
140cm		<ul style="list-style-type: none"> ・人と車いすがすれ違うことができる
150cm		<ul style="list-style-type: none"> ・車いすが 360°回転できる
180cm		<ul style="list-style-type: none"> ・車いす同士が行き違いしやすい

5 内部障がいの種類とその対応

障がいの種類	主な症状と配慮事項
心臓機能	<ul style="list-style-type: none"> ○疲れやすくなるため、長時間の歩行や階段の上り下りなどの運動が難しいです。 ○ペースメーカー等の機器を使用している方がおり、電子機器の使用に注意が必要です。
呼吸機能	<ul style="list-style-type: none"> ○息切れや咳の症状があり、慢性的に息苦しくなります。 ○吸引機を使用している方は、機器のスペースを確保する必要があります。
腎臓機能	<ul style="list-style-type: none"> ○食事制限や水分制限が必要なことがあります。また人工透析など定期的な治療が必要な事があります。
膀胱・直腸機能	<ul style="list-style-type: none"> ○排泄のため、オストメイトを使用していることがあります。
小腸機能	<ul style="list-style-type: none"> ○食事制限や注射等による栄養投入が主な治療法となります。
肝機能	<ul style="list-style-type: none"> ○食欲不振、嘔吐、体のむくみなどの症状が出ることがあります。
HIVによる免疫機能	<ul style="list-style-type: none"> ○弱い病原体に対する抵抗力が弱まり、投薬や衛生面での注意が必要になります。 ○脳や神経に病状が出て、身体が動かしづらくなることがありますので、休める場所を確保するようにします。

■オストメイト対応トイレ

- がん疾患や炎症性疾患などを治療するため、お腹の部分に造られたストーマから排せつを行う、排泄機能に障がいがある方が使用します。
- ストーマを使用して排せつする際、ストーマ装具にたまった排せつ物を便器や汚物流しへ排泄します。
- 一定サイクルでストーマ装具を交換する必要があります。その際、ストーマの周囲の皮膚を石けんと温水で洗浄する必要があります。

6 身体障害者補助犬

(1)身体障害者補助犬

の種類



種類	特徴
介助犬	<ul style="list-style-type: none">○手や足に障がいのある人の日常の生活動作をサポートします。○物を拾って渡したり、指示したものを持って来たり、着脱衣の介助などを行います。○介助犬と書かれた表示をつけています。
盲導犬	<ul style="list-style-type: none">○目の見えない人、見えにくい人がまちなかを安全に歩けるようにサポートします。○障害物を避けたり、立ち止まって曲がり角を教えたりします。○ハーネス（胴輪）をつけています。
聴導犬	<ul style="list-style-type: none">○音が聞こえない、聞こえにくい人に、生活の中の必要な音を知らせます。○玄関のチャイム音・ファックス・着信音・赤ちゃんの泣き声などを聞き分けて教えます。○聴導犬と書かれた表示をつけています。

(2)受け入れ

身体障害者補助犬法により、人が立ち入ることのできるさまざまな場所で受け入れるよう義務づけられています。

7 ものが見えない方・見えにくい方への対応

(1) 誘導時の基本姿勢

① 本人の左右いずれかの横半歩前に立ちます

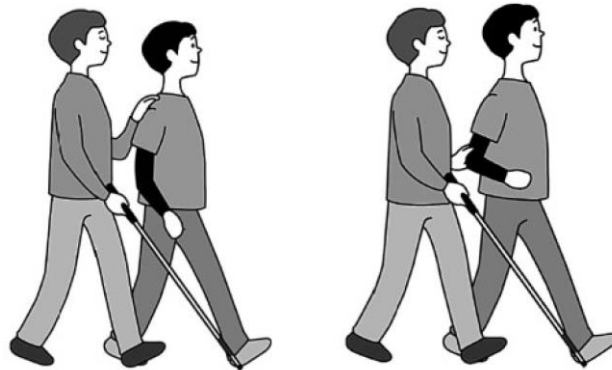
左右どちらに立つかを確認し、言われた側の横半歩前に立ちます。

② つかまる場所を尋ねます

つかまる場所（誘導者の肘か肩）を確認してから、声をかけて本人の手に触れて肘や肩に誘導します。本人の手の位置が止まったら、声をかけて誘導します。

③ 本人の横半歩前を歩きます

本人の半歩前を歩き、本人のペースに合わせるよう歩きます。
また、段差、曲がる地点、止まる地点、視覚障がい者誘導ブロックなど状況が変化する場所では、その都度伝えます。



④ 2人分の体の幅と身長の高さを確認して

誘導者は、常に2人分の体の幅と身長の高さを確認します。また、足元だけでなく身体全体に障害物が当たらないように気を配ります。

狭い道を通るときは、状況を説明のうえ誘導者が先に進みます。

(2)階段を上下する際の 誘導方法

①声をかけます

階段を上がる（下る）ことを伝えます。階段に対して斜めに近づいて誘導しようとする、本人がつまずいたり段を踏み外したりする危険があります。



上がり始める前に階段の始まりを確認してもらいます。「上がります。」と声をかけて上げ始めます。

②上がる前に、階段の始まりを確認してもらいます

誘導者は、最初のステップに足先を付けて止まります。上り（下り）階段であることを伝え、本人が白杖や足先でステップの位置を確認したら、声をかけて上り（下り）ます。

③本人のペースを確認しながら、誘導者から上がり（下り）始めます

本人の歩くペースを考慮しながら、誘導者から先に上がり（下り）始めてください。常に、一段上（下）を先行するようにしてください。スピードを本人に確認しながら上がり（下り）ます。

特に足元に注意しながら行います。

④階段が終わります、と告げます

本人が空踏みをしないよう、階段が終わることを事前に伝えます。踊り場にきた際や階段が始まる場合などにも声をかけます。

手すりの使用は、誘導者を始める時に本人に掴まるかどうかたずねておきます。本人が希望したときは、本人の手をとって手すりに誘導し、誘導者の立つ位置の希望を本人に確認します。



タイミングよく階段が終わることを伝えます。

(3)トイレ（個室）を使う

際の誘導方法

①トイレへの誘導は、同性に引き継ぎます

異性の方がトイレに行きたくなった場合は、同性に引き継ぎます。

②本人の要望を聞きます

使用したいトイレ（個室、だれでもトイレなど）を本人に確認します。



③トイレへと誘導します

ドアの前ではいったん止まり、ドアの開き方について伝えます。

④設備の設置場所や使い方を伝えます

本人が個室に入る前に、座った状態を基本として説明を行います。大便器の位置や方向、水栓ノブの位置や流し方、トイレットペーパー、汚物入れ、カギの位置などを伝えます。

便器の位置や方向、水洗ノブの位置や流し方、トイレットペーパー、汚物入れ、鍵の位置など、必要な情報を伝えます。

⑤用を足している間、手洗い場やなるべく離れたところで待機します

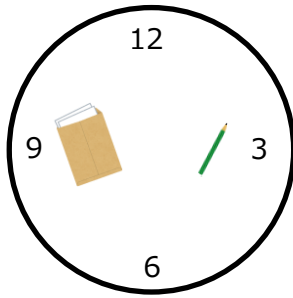
終わったら声をかけるよう伝え、本人が用を足しているときは少し離れた手洗い場のあたりで待ちます。

イラストは一般財団法人 国土技術研究センター「アクセシビリティサポートガイド基礎編 イラスト追記版」より引用

⑥手洗い場まで誘導して、蛇口や石けんの位置を伝えます

用が済んだら、近づいて手洗い場まで誘導し、蛇口や石けんの位置を伝えます。白杖を手洗い場に立てかけている場合、倒れないように注意を払うようにします。

(4)位置の伝え方



3 時の方向に鉛筆があります。
9 時の方向に封筒に入った
書類があります。

①時計の文字盤に見立てて説明する方法

本人の位置を文字盤上の6時として、それぞれの物が置かれている位置や方向を何時で示します。

②手を導いて説明する方法

手に触れることを確認してから、本人の手をとって、直接、対象物に導きます。

まずは、手をとることを了承してもらい、口頭で周囲の状況を伝えながら、腕が周りの物にぶつからないようゆっくりと誘導します。また、熱い物、危険な物がある場合はしっかりと情報を伝えるようにします。

(5)音声コード



切り欠きを入れた音声
コードの例

印刷物上に印字された、切手大の二次元コードです。漢字を含めた活字文書を約 800 文字格納できます。

また、マイクロソフト社のワープロソフト「Microsoft Word」に音声コード作成ソフトをインストールすることで、だれもが簡単に作成することができます。音声コードは、活字文書読み上げ装置のほか、Uni-Voice といったアプリで読むことができます。

音声コードを添付した印刷物には、ものが見えない方でもコードの位置等がわかるよう、切り欠きを入れることを忘れないようにします。

(6)点訳

視覚に障がいのある方のために、活字で書かれているもの（墨字）を点字にすることです。

障がい者福祉課では、簡易な点字ラベルの作成機器を有しています。

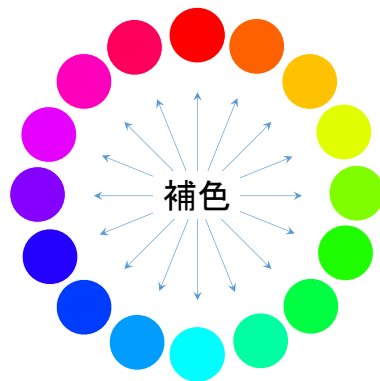
また、いたばし総合ボランティアセンターでは、ボランティアによる点訳も行っております。詳しくはお問い合わせください。

8 色の理解

(1)色相

○赤、青、黄などの色の種類のことです。

【色相環】



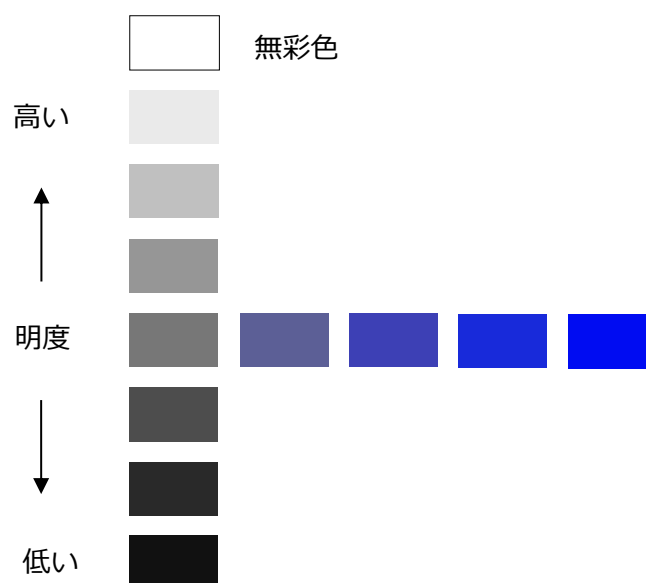
色相環で対角にある2色の関係を「補色関係にある色」といい、互いの色を引き立てて鮮やかに見せる効果があります。

(2)明度と彩度

○明度とは、明るさの度合いのことです。白に近づくほど明度が高くなります。





























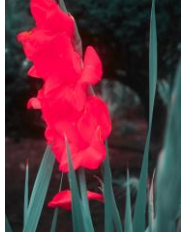
○彩度とは、鮮やかさの度合いのことです。白や黒を含まない色は、彩度が高くなります。

【明度と彩度の例】



(3)色覚に障がいがある方の見え方

○色覚に障がいがある方の見え方は、以下のとおりです。

組み合わせ例	一般の方	赤を感じる機能に異常がある	緑を感じる機能に異常がある	青を感じる機能に異常がある
青と紫				
水色とピンク				
明るい灰色と淡い水色				
灰色と淡い緑				
黄色と黄緑				
赤と緑				
茶色とオレンジと明るい緑				
赤と緑 (写真)				

(4)色の使い方 組み合わせ例

- 色情報載せる線や文字は太くして、色の面積を少しでも広くします。
- 明るい色と暗い色を対比させます。
- 彩度の低い色同士を組み合わせないようにします。
- 彩度の高い色同士か、はっきりした色と彩度の低い色を対比させるようにします。
- 背景と文字にははっきりとした明度差をつけます。
- 濃い赤は赤や茶色と混同しやすいので、青みの強い緑を使います。
- 明るい黄色は、白内障では白クリーム色と混同するので、文字と背景の組み合わせのように一緒に使わないようにします。
- 黒青緑などの背景に赤で書かれた文字は非常に読みづらくなります。背景色が変わられない場合には、文字色を白黄色クリーム色などにします。

■色の組み合わせ例

<悪い例>



緑と赤



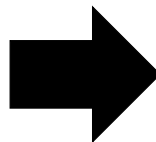
緑と黒



黒と赤



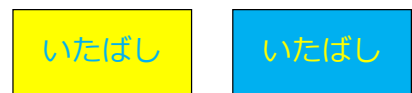
茶色と緑



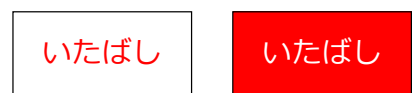
<改善例>



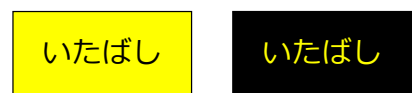
白と黒(明度)



黄色と青(補色)



白と赤(彩度)

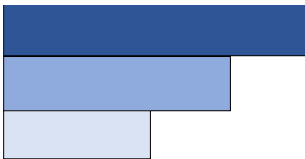


黄色と黒(彩度)

(5)印刷物やグラフ図版 での使用例

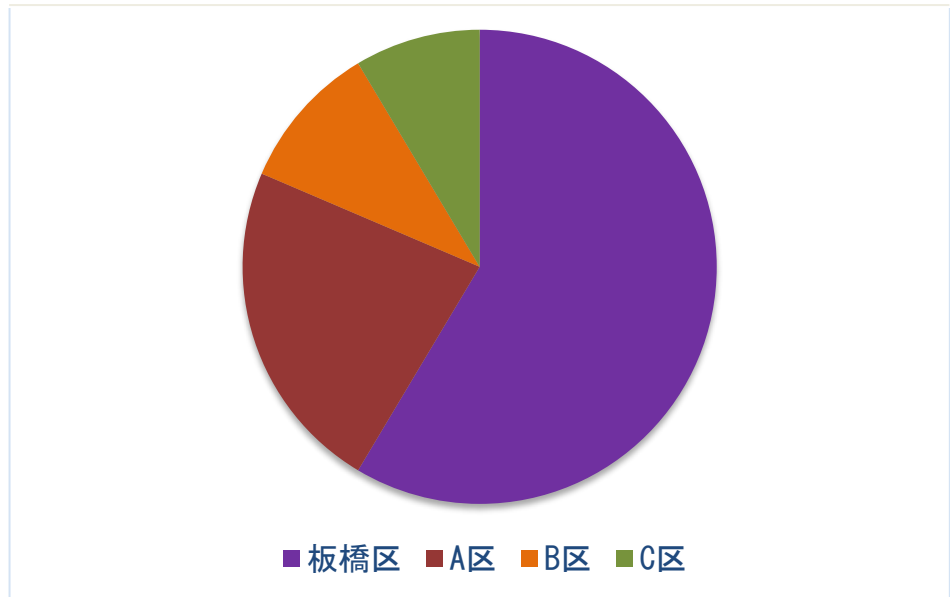
- 申請書などを色で分けなければならない場合には、その紙が何色であるか、用紙に色名を明記することも検討します。
- 図の塗り分けの説明は、図のわきに凡例をつけるだけでなく、図の付近にも説明を直接書き込みます。
- 色が区別できても、どれが何色で塗られているのかわからない方がいるので、色名によるコミュニケーションが予想される場合は、凡例にはなるべく色名を記入します。
- 色の塗り分けには、色だけでなく網掛け等を併用します。
- 線は実線同士で色だけを変えるのではなく、実線・点線・破線などさまざまな線種と色とを組み合わせます。
- シンボルは同じ形で色だけ変えるのではなく、形を変えて色数を減らします。
- 塗り分けの境は、細い黒線や白抜きの輪郭線や境界線で強調します。
- 白黒印刷の場合を考慮し、濃淡をつけたり、斜線を引いたりします。

<濃淡をつけた例>



■ 図表

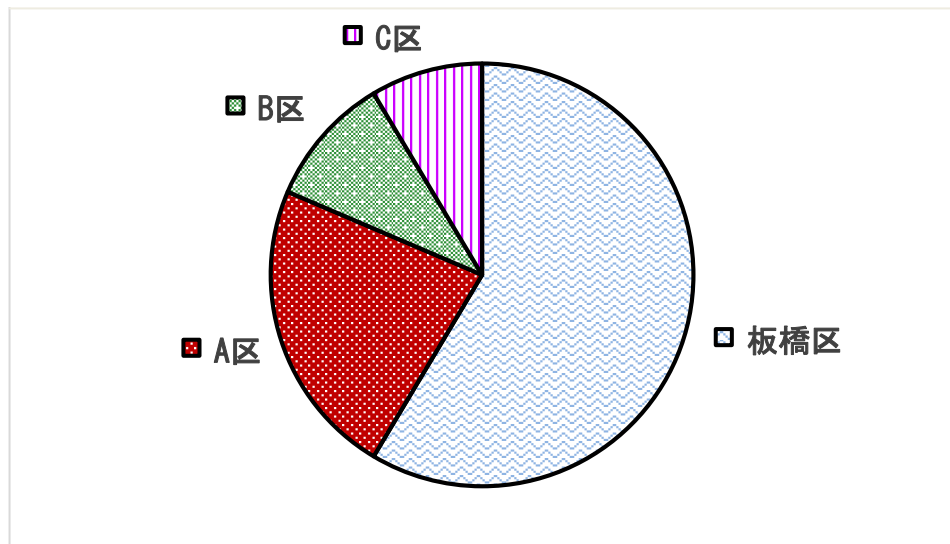
<悪い例>



○色だけで領域を区別しており、明度の差がない。

○領域間に境界線がない。

<改善例>



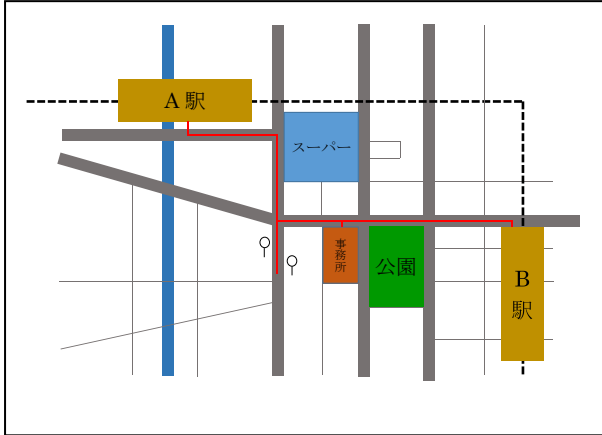
○色だけでなく、飾りや文字などで区別している。

○領域間に境界線がある。

■地図

<悪い例>

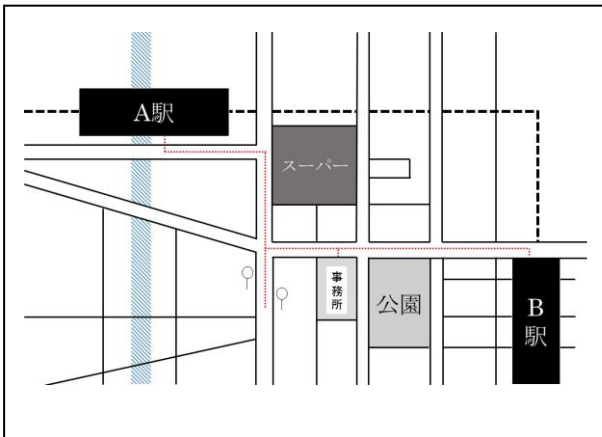
【一般の人の見え方】



- 施設ごとに色を分け、道順を赤で示しています。
- 道路をグレーの線で表しています。

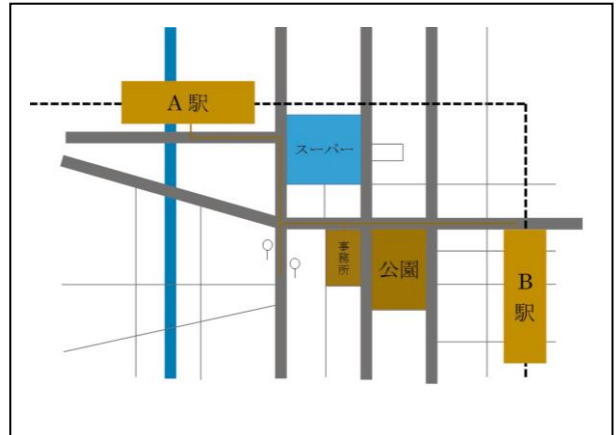
<改善例>

【一般の人の見え方】



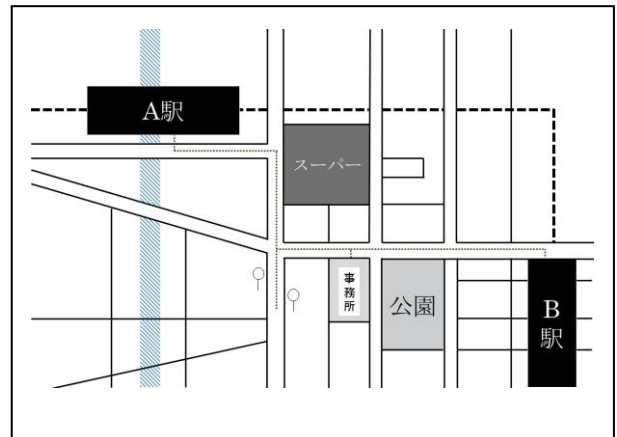
- 施設ごとに濃淡をつけたり、飾りをつけたりして区別しています。
- 主な道路を白と黒の線で表しています。
- 道順を赤の点線で示しています。

【色覚に障がいがある人の見え方例】



- 駅、事務所、公園が同じ色に見えており、区別できません。
- 道順が道路と同化しており、わかりません。

【色覚に障がいがある人の見え方例】



- 色によらずとも、施設ごとの区別をつけることができます。
- 赤の識別は難しいですが、道順を示す線が点線となっているので、わかりやすくなっています。

9 文字等の表現方法等

(1)文字の表現方法

■強調

強調したい文字を工夫することによって、強調していることを表現することができます。この点、人によっては見え方が異なることを認識します。

悪い例	改善例
次の 注意事項 をご確認ください。 (色の識別が付かない方には赤文字と黒文字が同じように見え、強調していることがわかりづらい。)	次の 注意事項 をご確認ください。 (太文字の書体がある場合は太さを変える)
	次の 注意事項 をご確認ください。 (下線を引く)
	次の 注意事項 をご確認ください。 (白抜きにする)
	次の 注意事項 をご確認ください。 (背景に黄色など、目立つ色を使用する)

■文字の大きさ

- A4用紙の場合は、12ポイント以上を基本にします。
- 文字はただ大きければよいというのではなく、制作物のサイズを考えて読みやすくバランスの取れた大きさにします。

■字体

- 読みやすい字体を検討します。よく使用される字体は明朝体、ゴシック体、メイリオ[※]です。
- ゴシック体は大きさが均一なので読みやすくなります。特に、文字を小さくしなければならない場合は、明朝体よりも読みやすくなります。ただし、長い文章が続く場合の本文は、明朝体の方が読みやすくなります。

※メイリオとは

見やすさに配慮されたフォントです。
太字のフォントもあるため、使いやすい字体といえます。

メイリオの例 (Microsoft word 等)

間隔

段落前(B):	0行	行間(N):	間隔(A):
段落後(E):	0行	倍数	0.87

同じスタイルの場合は段落間にスペースを追加しない(C)

1ページの行数を指定時に文字を行グリッド線に合わせる(W)

- 印刷物の統一感がなくならないよう、異なる文字の大きさや字体をあまり多く用いすぎないようにします。

■レイアウト

- 行や文字の間隔は狭すぎても広すぎても読みにくくなります。全体のバランスを見て調整します。
- 空白部分を惜しんで、情報を詰め込みすぎないようにします。
- 読みやすさを配慮し、適度な段間や行間などの余白をとるよう心がけます。
- 同じサイズの文字文字間でも漢字やカタカナの量で狭く見えたり、広く見えたりします。

(2)地図（道順）の表現方法

■地図

- 施設や会場までのルートは、できるだけ階段や段差、急な坂道のないルートを示します。
- それらに配慮すると、大きく迂回するルートとなってしまう場合は、一般的な最短ルートを地図に示すとともに、車いすやベビーカーで移動するために必要な情報（□□駅のエレベーターは△△出口にあります。等）を添えます。
- 色の配慮については、103 頁も参照してください。

■写真を用いた道案内

- 「地図」ではなく、「写真」を使って案内する方法もあります。「写真」と「目の前の風景」を一致させながら進むことができるため、「地図」よりもやさしい表現方法です。
- 徒歩何分などの距離の目安を明示します。
- 分岐点や目印になる建物などを写真で示し、とるべき行動をやさしい日本語で表現します。
- おおむね100m以内ごとに写真で目印を紹介します。
- 通行人の顔や表札などが写りこまないよう注意します。

(例) 都営三田線板橋区役所前駅から
「板橋区保健所」への道順 (徒歩約5分)



板橋区役所前駅の「A3出口」から地上に出ます。

「A3出口」にはエレベーターもあります。

(西高島平方面からお越しの場合、エレベーターは「A1出口」にあります。「A1出口」から地上に出たら、中山道の横断歩道を渡って「A3出口」までお進みください。)



地上に出たら、左に曲がり、そのまま直進します。



50mほど進むと、大通りに出ます。

すぐ左側に見える横断歩道で、大通りを渡ります。



横断歩道の向かい側には、赤い建物のレストランが見えます。

横断歩道を渡ったら、左へ曲がり、そのまま建物2棟分を進みます。



到着です。
この建物が
「板橋区保健所」です。
ここまでおよそ
徒歩5分の道のりです。

10 聞こえない・聞こえにくい方への配慮

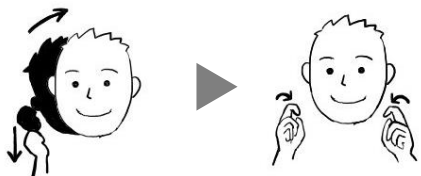
(1)手話のあいさつ

「手話」は、聴覚障がい者にとって大切なコミュニケーション方法の1つです。声によることばと同様に、手話も手の形や動きとあわせて、顔の表情やしぐさにより、自分の気持ちを互いに表現する「手のことば」で、相手との豊かなコミュニケーションができます。

おはよう

朝

あいさつ



朝+あいさつで表します。朝は、こぶしを枕のようにして頭を傾け、頭を起こすと同時に右手（枕）を下げます。あいさつは、指をお互いおじぎするように曲げます。

こんにちは

昼

あいさつ



昼+あいさつで表します。昼は、時計の12時を指2本で表します。あいさつは、指をお互いおじぎするように曲げます。

こんばんは

夜

あいさつ

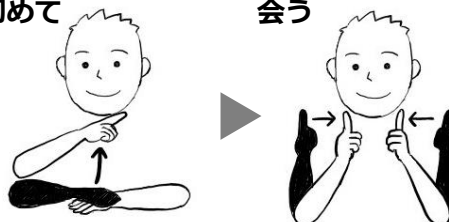


夜+あいさつで表します。夜は、てのひらを顔の前で交差させて暗いを表します。あいさつは、指をお互いおじぎするように曲げます。

はじめまして

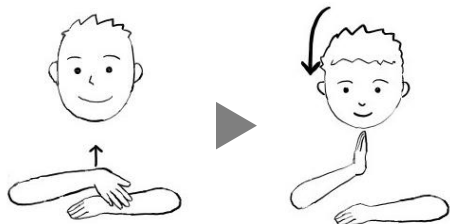
初めて

会う



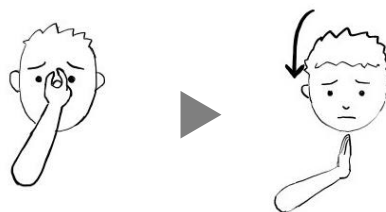
初めて+会場で表します。初めては、人さし指で「1番目に」という意味を表します。会うは、両手の人さし指を近づけて2人が会う様子を表します。

ありがとう



右手を垂直に上げ、片手で頼むポーズをし、あわせておじぎをします。

ごめんなさい



みけんをつまむようにした後、片手で頼むポーズをし、あわせておじぎをします。

(2)磁気ループ

補聴器を使用している方が、広い空間や騒音の多い場所において、音声を正確に聞き取るために聴力を補うための集団補聴設備のことです。音声データを磁気に変換し、敷設したワイヤーから発生された磁気を、ループ内側にある補聴器で受信して音声信号に変えることで、目的の音声を届けることができます。建物施工時に、ワイヤーを床下や天井に埋設・固定する「常設型」と、持ち運び可能な磁気発生アンプと巻き取り式のワイヤーを用いて必要な場所にループを設置できる「移動型」があります。

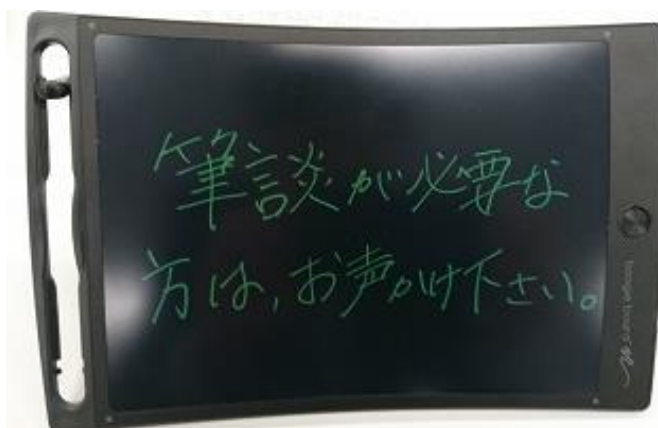
磁気ループの例



(3)筆談ボード

字や絵などを書いて、筆談をすることができるボードです。ボードは障がい者福祉課で貸し出しを行っているほか、スマートフォンやタブレットなどからアプリをダウンロードし使用することも可能です。

筆談ボードの例



(4)手話通訳

講演会などを開催する際、手話通訳が必要となった場合に板橋区登録手話通訳者会から手話通訳者の派遣があります。報酬等についてはお問い合わせください。

(5)電話リレーサービス

聴覚障がい者と聴者を通訳オペレーターが“手話や文字”と“音声”を通訳することにより、電話で即時双方向につながるサービスのこと。公益財団法人 日本財団が事業者に委託してサービスを提供しています。

(6)要約筆記

話の内容を要約して筆記すること。大きくわけて、手で書く方法とパソコンを使用してキーボードで入力する方法があります。

東京手話通訳等派遣センターやパソコン文字通訳者会 ubiquitous（ユビキタス）などが業務を行っています。

11 伝える・理解するための配慮

(1)やさしい日本語

- 外国人、知的障がいのある方、聴覚に障がいのある方などの中には、文書が得意でない方もいます。だれもがわかりやすい表現で書類を作成したり、説明したりすることが大切です。
- こうした人にとって、どのような単語や表現が難しいかを知ります。例えば、ウェブサイトやアプリなどを用いて、文章を推敲するよう心がけます。

○やさしい日本語にするための考え方と具体例

考え方	具体例	
	改善前	改善後
難しい言葉は避け、簡単な語を使う。	駐車する	^{くるま} 車を ^と 停める
使用する漢字や、漢字の使用量に注意する。また、漢字にはルビを振る。	申請書に記入してください	この紙 ^{かみ} に ^か 書いてください
一文を短く、文の構造を簡単にする。	あなたの氏名、生年月日、住所を教えてください	あなたの ^{なまえ} 名前 ^う 生 まれた日 ^ひ 住んでい るところ ^し 知りたい
あいまいな表現は避ける。	なるべく早めに	〇〇までに
シーンによっては、よく使われる言葉や知っておいた方がよいと思われる言葉をそのまま使い、「やさしい日本語」による言い換えを添える。	健康保険証	^{けんこうほけんしょう} 健康保険証 ^{びょういん} ＜病院で ^{つか} 使う カード＞

(2)コミュニケーション ボード

言葉だけでなく、わかりやすいイラストや写真を用いてコミュニケーションをとることができるボードです。

ボードは（公財）明治安田こころの健康財団などのサイトからダウンロードすることが可能です。

コミュニケーションボードの例



12 発達障がいの特性と内容

特性	内容
自閉症、アスペルガー症候群を含む広汎性発達障がい (自閉症スペクトラム)	<ul style="list-style-type: none"> ○相手の表情や態度などよりも、文字や図形、物のほうに関心が強いことがある。 ○見通しの立たない状況では不安が強いことがある。 ○大勢の人がいるところや気温の変化などの感覚刺激への敏感さで苦労している人もいる。 ○聴覚過敏のため、イヤーマフ（ヘッドホン型の耳当て）を使用していることがある。 ○自閉症スペクトラムの方の中には、知的障がいを伴う方もいる。
学習障がい (LD)	<ul style="list-style-type: none"> ○「話す」「理解」は普通にできるが、努力をしても「読む」「書く」「計算する」ことが極端に苦手
注意欠陥多動性障がい (注意欠如・多動性障がい) (ADHD)	<ul style="list-style-type: none"> ○次々と周囲のものに関心を持ち、周囲のペースよりもエネルギーにさまざまなことに取り組むことが多い。

13 失語症の特性等

特性	内容
聞くことの障がい	<ul style="list-style-type: none"> ○音は聞こえるが、「ことば」の理解に障がいがあり「話」の内容がわからない。
話すことの障がい	<ul style="list-style-type: none"> ○伝えたいことをうまく言葉や文章にできない。 ○発話がぎこちない、いいよどみが多くなったり、本人が考えていることと違う言葉が出てしまったりすることもある。
読むことの障がい	<ul style="list-style-type: none"> ○文字を読んでも理解が難しい。
書くことの障がい	<ul style="list-style-type: none"> ○書き間違いが多い、または「てにをは」等をうまく使えない、文を書くことが難しい。

14 高次脳機能障がいの特性と内容

特性	内容
記憶障がい	○すぐに忘れてしまったり、新しいできごとを覚えることが苦手なため、何度も同じことを繰り返したり質問したりする。
注意障がい	○注意力や集中力が続かなかったり、ぼんやりしたりしてしまい、何かをするとミスが多くみられる。 ○2つのことを同時にしようすると混乱する。 ○たとえば左側で食べ物を残したり、障害物に気付かなかったりすることがある。
遂行機能障がい	○自分で計画を立てて物事を実行したり、効率よく順序立てられなかったりする。
社会的行動障がい	○ささいなことでイライラしてしまい、興奮しやすい。 ○こだわりが強く現れたり、欲しいものを我慢できなかったりする。 ○思い通りにならないと大声を出したり、時に暴力を振るったりする。
意識欠如	○上記のような症状があることに気付かず、できるつもりで行動してトラブルになる。 ○失語症を伴う場合がある。 ○片麻痺や運動失調等の運動障がいや眼や耳の損傷による感覚障がいを持つ場合がある。

15 国際交流員による通訳・翻訳

(公財)板橋区文化・国際交流財団では、英語・中国語の国際交流員を配置しています。国際交流員は、区役所窓口での手続きなどの通訳や、区が発行する申請書などの翻訳を行っています。詳しくは同財団・国際交流係へお問い合わせください。

参考文献等

- 板橋区「心のバリアフリーハンドブック」
- 板橋区「障害者差別解消法ハンドブック」
- 東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会 一般財団法人 国土技術研究センター「アクセシビリティサポートガイド基礎編 イラスト追記版」
- 京都府「京都ユニバーサルデザインおもてなし手帖」
- 東京都「カラーユニバーサルデザインガイドライン」
- 内閣府ホームページ
- 公益財団法人日本盲導犬協会ホームページ
- 東京都「話そう！手のことば～おもてなしの手話 BOOK」
- 弘前大学人文学部社会言語学研究室 減災のための「やさしい日本語」研究会「『やさしい日本語』が外国人被災者の命を救います」
- 弘前大学人文社会科学部社会言語研究室「生活情報誌作成のための『やさしい日本語』ガイドライン」
- 岡山県「人権尊重の視点に立った印刷物作成の手引き」
- 福岡市「ユニバーサルデザインに配慮した印刷物の手引き」
- セイフティーネットプロジェクト横浜ホームページ
- 日本介護食品ホームページ
- 厚生労働省ホームページ
- （公財）日本障害者リハビリテーション協会ホームページ
- 社会福祉法人日本盲人福祉委員会ホームページ
- 一般社団法人全日本難聴者・中途失聴者団体連合会ホームページ
- 東京都福祉保健局ホームページ
- 公益社団法人日本オストミー協会ホームページ
- 特定非営利活動法人ハート・プラスの会ホームページ
- 公益財団法人ソーシャルサービス協会 IT センターホームページ
- 岐阜市ホームページ
- （一社）日本玩具協会ホームページ
- 一般社団法人全日本ろうあ連盟ホームページ
- 全国盲導犬施設連合会ホームページ
- （公財）明治安田こころの健康財団ホームページ
- 岡山県「ユニバーサルデザインの考え方を取り入れた『人にやさしいイベント』実践マニュアル」
- 茨城県「いばらきユニバーサルデザイン（UD）サービス・情報」
- いわき市「心のユニバーサルデザイン実践マニュアル」

- 浜松市「誰もが楽しく参加しやすいイベントづくりの手引き」
- 三重県「UD イベントマニュアル」
- 神戸市「こうべユニバーサルデザインイベントマニュアル」
- 練馬区「ユニバーサルデザインイベントマニュアル」

板橋区ユニバーサルデザインガイドライン

編集 板橋区福祉部障がい者福祉課

〒173-8501 板橋区板橋二丁目 66 番 1 号

TEL 03-3579-2252 FAX 03-3579-4159

f-udesign@city.itabashi.tokyo.jp

平成 31 年 3 月改訂版

刊行物番号 30-162