

# ココフリ

～第11号～

きょうせい まな むげんだい  
- 共生、学びは無限大 - 福島市「心のバリアフリー」  
推進キャッチフレーズ

## 10月は 心のバリアフリー推進強化月間です！

～考えてみよう！一人ひとりにできること～



### 1 意識してみよう！

身の回りにあるバリア(障壁)や  
バリアフリーのマークに気づけることは、心のバリアフリーの  
第一歩です。



### やってみよう！ 心のバリアフリー

### 2 声をかけてみよう！

困っている人を見かけたら、  
「何かお手伝いできますか？」と  
声をかけてみましょう。

### 3 聞いてみよう！

どのように感じ、考えているかは  
人や場面によっても変わります。  
一方的に決めつけず、よく話を  
聞いてみましょう。



知っていますか？  
ヘルプマーク



外見から分からなくても、援助や配慮を必要と  
していることを、周りに知らせるマークです。

### Q1 「外見から分からない」けれど、援助や配慮が必要とされる場合とは？

難病 内部障がい  
義足 知的障がい  
人工関節 発達障がい  
妊娠初期 聴覚障がい  
など…

心臓機能障がいや腎臓機能障がい、呼吸器機能障がい、肝臓機能障がい、  
膀胱・直腸機能障がい、小腸機能障がい、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による  
免疫機能障がいなど体の内部の障がいのこと

ヘルプマークの配布場所などの  
詳細は市HPよりご覧ください！



## Q2 ヘルプマークを身に着けた方を見かけたときに、周りができることは？

### バスや電車の中で、席を譲る

疲れやすかったり、つり革につかまり続けるなど、同じ姿勢を保つことが困難な方がいます。

また、外見からは分かりにくいので、優先席に座ると不審な目で見られて、つらい思いをすることもあります。



### 災害時に安全に避難するための支援

視覚障がい者や聴覚障がい者等の状況把握が難しい方、肢体不自由者等の自力での迅速な避難が困難な方がいます。



### 駅や商業施設等で、声をかけるなどの配慮

交通機関の事故等、突発的な出来事に、臨機応変に対応することや、立ち上がる、歩く、階段の昇降などの動作が困難な方がいます。



ヘルプマークを身に着けている方も、それぞれに事情が異なります。

困っていそうに見えたときは、実際に手助けが必要かどうか、直接聞いてみることが大切です。

困ったときや災害・事故などの非常事態のときには、ためらわずに声をかけあえる『誰にでもやさしいまち ふくしま』を目指しましょう！！

## 03 公立大学法人 福島県立医科大学附属病院

### 取組紹介



▲研修会『医療者のためのLGBTQ+入門』  
当日のようす

①LGBTQや性的マイノリティの方々を含む、すべての患者様が安心して医療を受けることができるよう、標準的な対応を検討し、院内へ共有。

②医療者が配慮できること、医療機関として今後目指すべき望ましい姿について考え続けるきっかけの場として地域医療機関も対象に研修会を開催！



詳しいご紹介は市HPから↓↓



### 令和6年度 バリアフリー推進パートナーミーティング

今年度は、強化月間中の10月21日(月)に開催予定です。

“誰にでもやさしいコミュニケーション”をテーマに

パートナーの皆様と一緒に考えます！

当日の内容は、市のHPやここフリでご紹介しますので、お待ちください★



ここフリ第12号は  
令和6年11月頃 発行予定！

ここフリの  
バックナンバー  
はこちら⇒

