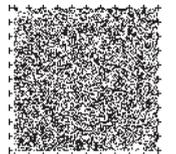


IV

ダイバーシティ&インクルージョン

1.ダイバーシティ&インクルージョン

2.多様性を理解する



Ⅳ. ダイバーシティ&インクルージョン

1. ダイバーシティ&インクルージョン

～私たち一人ひとりがお互いを認め合い、尊重し合う社会～

私たちは、これから多くの人と一緒に東京2020大会をつくりあげていきます。

ともに活動するボランティア同士はもちろん、選手、観客、大会スタッフなど、その一人ひとりには実に多様性に富んでいます。新たな出逢いにワクワクする人もいれば、うまくコミュニケーションをとれるだろうかとちょっとドキドキしている人もいることでしょう。

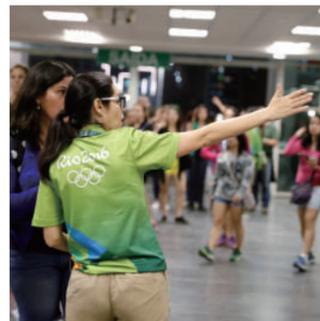
さまざまな人とつくりあげる東京2020大会において、すべての人がいきいきと活躍し、心から楽しめる大会にするにはどうしたらよいのでしょうか。

この章で紹介する「ダイバーシティ&インクルージョン」の考え方が、そのヒントになります。

「ダイバーシティ&インクルージョン」は、東京2020大会が掲げる3つの基本コンセプト
「すべての人が自己ベストを目指し（全員が自己ベスト）」
「一人ひとりが互いを認め合い（多様性と調和）」
「未来につなげよう（未来への継承）」
の実現のために欠くことのできない要素でもあります。

東京2020組織委員会では、「Know Differences, Show Differences. ちがいを知り、ちがいを示す。」のもとで活動をすすめています。

互いを理解し、多様性を尊重するからこそ、多様な私たち、一人ひとりが力を発揮できるのです。「史上最もイノベーティブで、世界にポジティブな改革をもたらす大会」の実現に向けて、一緒に動き出しましょう。



1) ダイバーシティ&インクルージョンとは

「ダイバーシティ」と聞いて、何を思い浮かべますか？

「ダイバーシティ」とは多様性、さまざまなちがいがある人たちが存在する状態を指す言葉です。

ちがいとは、性別、年齢、文化や国籍、心身機能、性的指向、性自認、宗教・信条や価値観、そしてキャリアや経験、ライフスタイルなどがあります。

特別なだれかの話ではなく、私たち一人ひとりの話であり、そんな多様な私たちが集まる社会が「ダイバーシティ」です。

「インクルージョン」は、“包括・包含”、“受け入れる・活かす”という意味を持ちます。さまざまなちがいを持つ一人ひとりが、平等に受け入れられる環境です。

私たちが目指す「ダイバーシティ&インクルージョン」は、多様な人たちが集まり、お互いを受け入れ、認め合うことで、だれもが自分らしく、強みを活かして、いきいきと活動できる社会です。

例えば、東京2020大会のボランティア活動で考えてみましょう。

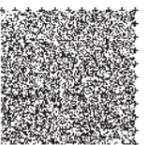
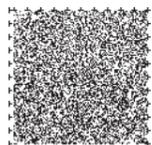
ボランティア活動は、一人では行いません。

性別や年齢、職業、心身の状態や話す言葉などが異なるさまざまな人と、複数人のチームを組んで活動します。

また、私たちが出逢う観客やアスリートは、世界中から集まる多様性に富んだ人たちです。そのため、観客やアスリートが期待することも、多様になると予想されます。

ここでボランティアのメンバーの価値観、得意なことが異なることは、観客やアスリートの希望を汲み取る際に、大きな強みになります。

ぜひ、お互いのちがいを力に変えられるような環境づくりを一緒にしていきましょう。



Ⅳ. ダイバーシティ&インクルージョン

2) さまざまな人がいることを前提とした社会づくりに向けて

多数派中心の社会

今までの社会の仕組み、街の施設の多くは、多数派のことを考えて作られてきました。そのため、多数派ではなかった人にとって、不便さや生きづらさを感じるバリア（障害）が生じることがありました。

例えば、歩行が困難な人は、階段しかない建物に不便さを感じます。

他方、国籍や文化が異なることで、理不尽に差別され、生きづらさを感じている人もいます。

しかし多数派は、誰かが不便さ、生きづらさを感じていることに、気がつきにくいのが現状です。東京2020大会の現場でも、一緒に活動する仲間や、出逢う観客が、自分には想像できなかった不便さ、生きづらさを感じるかもしれません。

その人々にとって、何がバリアになっているのか。

気づいて、何か行動できるように、一緒にアンテナを張ってみませんか。

column

問題の原因を見極める

例えば、右の絵のように車いすを使用している女性が、お店の入口に段差があるため、店内に入れない場合があります。このとき、お店に入れない原因、障害となっているものは何でしょうか。

女性が歩けないことが原因でしょうか。

最初から階段や段差のない街づくりがされていたら、この女性は不便を感じずに店内に入ることができました。

私たちの社会はまだ「歩けること」や「見えること」、「聞こえること」などを前提に作られることが多いです。

こういった社会や環境の在り方、また私たちの意識や態度が、社会にさまざまな不便さや生きづらさを生み出しているといえます。

社会が多様な人の集まりであることを、一人ひとりがこれから考えて行動すれば、困る人が減るのではないのでしょうか。



© 障害平等研修フォーラム

「国連障害者の権利に関する条約」では、問題の本質は単に見えないとか聞こえないといった心身の機能的な制限のことではなく、社会のさまざまな障壁によってそのような人たちが社会に平等に参加できないことだとしています。この考え方は「障害の社会モデル」という考え方を基礎にしています。

問題の原因がどこにあるのかを見極めることは、解決方法を考えるにあたって、とても重要です。

変わりつつある社会

多数派中心に作られてきた世界ですが、徐々に世の中の考え方や取り組みは変わってきています。

不便さを感じている人にも配慮したアイデアが、次々と生み出されています。

例えば、視覚障がいのある人がシャンプーとリンスの区別がつくように、シャンプーの容器には凹凸が付いています。

ピクトグラムは、観戦に来た日本語が読めない人のバリアを取り除きます。

「トイレ」の文字が読めなくても、図形をみただけでトイレと分かります。

また、エレベーターは、車いす使用者に限らず、ベビーカー、大きな荷物を持った人にとっても、容易に他の階に移動することを可能にしました。

つまり、上の例のような解決方法は、結果として、多くの人の生活を便利にしてくれています。



column

バリアフリーとは / ユニバーサルデザインとは

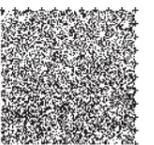
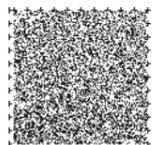
バリアフリーは、高齢者や障がい者等が快適な生活が送れるようにバリアを取り除く（フリー）ことです。つまり、歩ける人は階段、車いす使用者等の歩くことが困難な人用にはスロープというように、誰かのために何かを作ることがバリアフリーです。

ユニバーサルデザインは、「高齢者も若い人も、障がいのある人もない人も、誰もが使いやすい製品や施設、設備、サービスをデザインする」考え方で、アメリカの建築家で車いす使用者のロン・メイス氏が中心になって提唱されました。

ロン・メイス氏は、「障がい者にとって使いづらい状況があれば、都度修正する」という考え方、自身が特別扱われている考え方に抵抗を感じており、そこで、はじめからすべての人にとって使いやすいデザインにすればよいと考えました。

「誰かのためのスロープ」という発想ではなく、すべての人が建物に入りやすいように（最初から段差がないようにする等）デザインすることが、ユニバーサルデザインです。

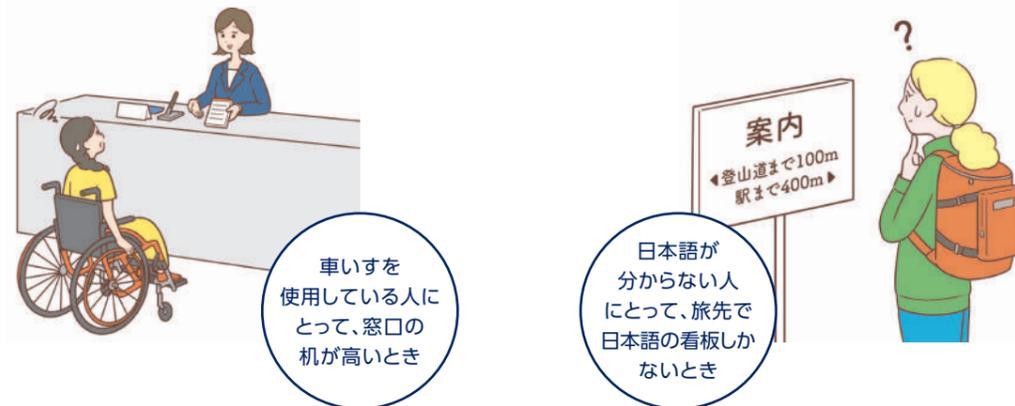
建物は、すべての人が対象にデザインされることで、車いす使用者だけでなく、キャリーバッグを持つ旅行者や、ベビーカーを押す育児中の人など、すべての人にとって入りやすくなります。



Ⅳ. ダイバーシティ&インクルージョン

なくなる多くのバリア

しかし、まだ街中では、下の例のように不便さや生きづらさを感じるバリアは多くあります。例えば、



また、バリアを取り除くハード面が充実してきた一方、周囲の人の気遣いがなければ、右のイラストのように他のバリアを生んでしまうこともあります。



障がいのある人や乳幼児を連れた人も、通勤時間帯などの混雑時に移動することがあります。車いす使用者やベビーカーを使用している人たちが困っているときにそれを見過ごしている人、また配慮に欠けた態度を示す人により、バリアが生まれています。私たちの周りでバリアが発生していないか、あればそのために何かできないかを、ぜひ一緒に考えていきましょう。

不便さ、生きづらさを感じることは、決して人ごとではありません。突然のケガや病気などによって、不便さ、生きづらさを感じる場面に遭遇する可能性はあります。もし自分自身が不便さや生きづらさを感じたとき、周りの人たちが自分のことを考え、配慮してくれたらどのように感じますか。お互いがお互いを思い、相手が少しでも過ごしやすい環境づくりを想像し、行動ができれば、みんなが気持ちよく過ごせます。お互いがいきいきと活動できるよう、互いに尊重し合って、活動していきましょう。

3) 強みを活かす

一人ひとりが多様な存在であるため、できること、得意分野はさまざまです。ぜひ、お互いの長所に目を向けて、長所を伸ばすチームづくりを心がけてください。適材適所という言葉があるように、それぞれの長所、できることを組み合わせたチームは、大きな力を発揮します。

お互いの長所を知るためには、コミュニケーションが不可欠です。ぜひ積極的にコミュニケーションをとって、相手の良いところを見つけてください。お互いが長所を活かして活動できるチームは、みんながいきいき活動でき、パフォーマンスも上がります。その結果、チームのメンバーだけでなく、出逢う人にとっても、気持ちの良い空間を提供できるはずです。

column

ちがいを強みに活かす

ラグビーは、1チーム15人です。屈強なイメージがありますが、全員が大きな体格、パワーを武器にしているわけではありません。パワーを活かす、長身を活かす、運動量を活かす、スピードを活かすなど、それぞれのポジションに強みを活かした役割があります。いかにチーム内でコミュニケーションをとり、お互いの長所を知り、さらにそれを活かす戦術を組めるかが、勝敗のカギを握ります。



©South_agency / E+ / ゲッティイメージズ

Ⅳ. ダイバーシティ&インクルージョン

interview

みんなが可能性を発揮できる社会

私たちが住む社会には、どのような不便さがあるのか。そして、障がいのある方たちは、日々どのような想いを抱いているのか。パラリンピアンで、現在はパラリンピック教育の普及のために活動しているマセソン美季さんに話を伺った。

現在、国内外でパラリンピック教育普及活動を行っているマセソンさんですが、リオデジャネイロの大会を見に行った際には、たとえハード面に多少の不足があったとしても、それは人の温かさでカバーできるんだなど実感されたそうです。

マセソン美季(以下、マセソン) :リオ(リオ2016大会)では、障がいの有無や人種に関係なく、誰でも気軽に声をかけてくれて、何かあれば手伝ってくれる人たちがたくさんいました。とても居心地が良かったですね。

—カナダもそうですか？

マセソン :カナダは移民で構成されているモザイク社会で、いろいろな民族が集まって共生しています。そこに暮らす人たちは文化、言語、障がいの有無や性に関する「ちがい」で区別されることはなく、それぞれの色を残したまま調和しています。だから私も特別な視線を浴びたり、ごちない対応をされることなく、居心地良く生活できるんです。

—マセソンさんにとっての「共生社会」とは。

マセソン :共生社会とは、「みんな」が互いを尊重し合い、自分の可能性を発揮する機会を与えられる社会だと思っています。障がいの有無、性別、年齢、宗教、経済格差などに関係なく、みんなで手を繋ぎ輪をつくるように創り上げる社会だと思います。

—東京2020大会をきっかけに、どのような社会の変化を期待していますか。

マセソン :オリンピック・パラリンピックには社会を変える力があるといわれています。ですが、開催するだけでは何も変わりません。大会を通じて社会の中にいる人たちの認識が変わり、その人たちの行動が変わって初めて社会が変わる。そうしたことを忘れずに、東京2020大会に向かっていってほしいですね。



マセソン美季(ませそん みき)さん

20歳の時に交通事故で下半身不随に。アイススレッジスピードレースの選手として、長野1998冬季パラリンピックで金メダル3個、銀メダル1個を獲得。選手生活引退後は、国際障害者デーの式典でオープニングのスピーチを行うなど、スポーツをとおした共生社会の構築について国内外で発信。現在は、日本財団パラリンピックサポートセンターでパラリンピック教育の普及のために活動している。IOC・IPC教育委員。カナダ在住。

多様な私たちが、お互いがいきいき、ベストな活動ができるようになるには、そのちがいを知ること、理解することが第一歩です。

周りの人たちが何に不便さを感じ、何に生きづらさを感じているか。

お互いがお互いを思い行動することが、自分も含め、周りの人たちを豊かにします。

ぜひその想いを胸に、大会の成功に向けて、一緒に活動していきましょう。

そして、大会後も変わらずその気持ちを持ち続けることで、世界にポジティブな改革をもたらしていきましょう。



Ⅳ. ダイバーシティ&インクルージョン

2. 多様性を理解する

1) 「文化」のちがい

東京2020大会には、あらゆる国籍、文化、民族、宗教的背景をもった人々がいます。

知っていますか？

- ハラルって何？
- ピースサインが失礼になってしまう国もある？
- 「空気を読む」など察する文化は日本ならではの？

宗教的・信教的タブー

宗教的・信教的にタブーとされていることを知らないと、意図せずに相手を不快にさせてしまい、トラブルに発展してしまったり、信頼を失ったりしてしまうことがあります。

例えば、下記のようなタブーがあります。

- 子どもが他人に触られるのを嫌がる場合も少なくありません。例えば子どもの頭は神聖なので、触るのはタブーとする文化もあります。また、宗教によっては男女間では握手をしない場合もあります。
- 宗教的・信教的な理由で食事にルールがある人もいます。例えば、イスラム教徒が豚肉を食べるのを禁止されていることはよく知られていますが、その他にも、牛や鶏などの肉類は、イスラムの方式に則って屠殺（とさつ）されたものしか口にできません。そこで、イスラム教徒の人が安心して商品を選んでもらえるように、認証したマークが「ハラルマーク」です。「ハラル」とはイスラム法の戒律に照らして、合法とされる物や行為のことです。「ハラルマーク」には、日本のJISマークなどと同様に、厳しい基準と審査があります。
他にもユダヤ教、ヒンドゥー教、仏教等、食べ物に関する制限のある宗教は世界に数多くあります。
- 「ベジタリアン」は、しばしば全員が肉や魚を食べない人と誤解されます。実際には、魚介類なら食べる人、無精卵は食べる人、骨や魚類からとった出汁も食さない人など、一口にベジタリアンといっても多種多様です。



©アマナ

ハンドサインの表現に気をつけよう

ハンドサイン・ジェスチャーなど、私たちが当たり前だと思っていた表現が、国や文化によってはちがう意味になる場合があります。

例えば、日本をはじめ多くの国で「勝利 (Victory)」のサインとして有名なピースサインですが、ギリシャでは遠い昔、犯罪者に対して、二本指で石などを投げた習慣があったことから、不快な意味に受け取られることがあるそうです。国や文化がちがえば、表現の受け取られ方もちがうことがあると覚えておきましょう。

察することが得意でない文化もあります

ハイコンテキスト文化 (High-Context Cultures) とは、言葉そのものよりも、文脈や背景を重視する文化です。「察する文化」が根付いている日本は、「ハイコンテキスト文化」の代表格といえます。一般的にハイコンテキスト文化とは、直接的な表現ではなく曖昧な表現を好んだり、気配りや心配りを重視する傾向があります。反対にローコンテキスト文化 (Low-Context Cultures) とは、言葉そのものの意味を重視する文化です。

ハイコンテキスト文化とローコンテキスト文化、どちらも善し悪しがありますが、察することが苦手な文化圏の人たちもいます。ハッキリと直接的な言葉で説明することが必要となる場合もあることを覚えておきましょう。

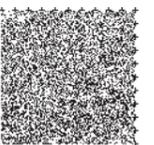
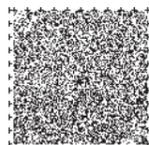
column

国旗について

東京2020大会には200以上の国と地域が参加予定ですので、開催期間中はさまざまな国旗を目にすることでしょう。

国の象徴である国旗に対する選手の思いは特別なものがあります。国旗の取り扱いを誤ると、選手のみならず選手を応援する人たちなどがっかりさせてしまいます。国旗の取り扱いには十分に注意しましょう!

例えば、配色が似ている国旗、上下が逆さまになると異なる国の国旗になる国旗、一見左右対称なようで非対称な国旗、表と裏のデザインが異なる国旗など。この機会に、ぜひ世界中の国旗を覚えてみませんか。



Ⅳ. ダイバーシティ&インクルージョン

バリアを取り除くための実践ポイント

ポイント 1

食事にルールがある人がいます。どこまで食べられるのか、食べられないのかなど、分からないときは本人に聞いてみましょう。

ポイント 2

「この国の人、この宗教の人はこんな人」と無意識に思い込んでいませんか？日本にもいろいろな人がいるように、同じ国籍・文化・宗教においてもいろいろな人がいます。良かれと思ってとった行動が、相手を不快にさせてしまう場合もあります。より良い関係を築くために、まずはどういった人がいるかの知識を持つこと、そして、「この国の人、みんなこんな人だ」といった思い込みをせず、一人の人として接することが大切です。

ポイント 3

国や文化がちがえばマナーもちがいます。もしかしたら「外国人はマナーを守らない人が多い」と思われているかもしれませんが、それは単に「マナーがちがう」からかもしれません。例えば日本では麺をすすって音を立てて食べても大丈夫ですが、これがマナー違反となる国は多いのです。

ポイント 4

日本を訪れる外国人には、シンプルでストレートな日本語なら分かる人も多いです。無理に英語でしゃべろうとするよりも、やさしい日本語を使うほうが伝わることもあります。例えば、「こちらではおタバコはご遠慮いただけますでしょうか」→「ここではタバコは吸えません」など。分かりやすく、やさしい日本語を心がけてみてください。

column

外国人に配慮した取り組み例

訪日外国人旅行者をはじめ、すべての乗客がわかりやすく、安心して鉄道を利用できるよう、鉄道駅に対して、通常の駅名とは別に英字と数字からなる駅番号を付けるナンバリング制度があります。例えばJR東日本の山手線新宿駅は「JY 17(山手線の17番目)」、東京メトロの新宿駅は「M 08(丸ノ内線の8番目)」、虎ノ門駅は「G 07(銀座線の7番目)」などと表記されます。



2) 「性」のちがい

「性」のちがいと聞くと、単純に男性と女性と考えていませんか？しかし、性にはいろいろな要素があり、人との関わりの中で、とても重要な要素です。

知っていますか？

「身体的な性」以外の性の要素とは？ LGBT、SOGIはそれぞれ何の略？

性はグラデーション

「性」は男性、女性と単純に語られがちですが、実はすべての人が4つの「性」の要素を持っていて、その掛け合わせで存在しています。

「身体的な性」(Sex)

生まれたときに割り当てられるもので、性染色体や生殖器などで判断され、日本では戸籍にも反映されます。性分化疾患など、男女のいずれかに分けにくい人もいます。

「性自認」(Gender Identity)

自分を男性だと思うか、女性だと思うか、ということです。どちらか曖昧な人やどちらかに決めたくない人もいます。「身体的な性」と「性自認」が異なる人が、「LGBT」の「T」トランスジェンダーです。旧来、「身体的な性」と「性自認」の不一致は性同一性障がいと呼ばれ、WHOの国際疾病分類でも精神疾患のひとつと位置付けられてきました。しかし、2018年のWHOの国際疾病分類の改定において正式に精神疾患ではないとされました。

「性的指向」(Sexual Orientation)

恋愛や性の対象が向かう先のことです。多くの人はヘテロセクシュアル(異性愛)ですが、女性の同性愛が「L」レズビアン、男性の同性愛が「G」ゲイ、両性愛が「B」バイセクシュアルです。この他にも相手の性を問わないパンセクシュアル(全性愛)や、恋愛感情を抱かない人もいます。

「性表現」(Gender Expression)

社会の中でどのように振る舞いたいかという思いで、言葉づかいや仕草、服装やヘアメイクなどに現れます。

IV. ダイバーシティ&インクルージョン

LGBT・SOGIとは

LGBTとは、Lesbian(レズビアン、女性同性愛者)、Gay(ゲイ、男性同性愛者)、Bisexual(バイセクシュアル、両性愛者)、Transgender(トランスジェンダー、生まれた時に割り当てられた性別に対し違和感を持つ人)の頭文字をとった単語で、性的多様性を表す言葉のひとつです。近年では、すべての人が持っている「性的指向」(Sexual Orientation)と「性自認」(Gender Identity)の頭文字をとってSOGI(ソジ)という言葉も使われるようになっていきます。

セクシュアル・マイノリティと社会の変化

2018年に電通ダイバーシティ・ラボが調査した結果によると、LGBTなどのセクシュアル・マイノリティに該当する人は、日本の人口の8.9%。11人に1人いるとされ、これは左利きやAB型の人とほぼ同じ割合です。

世界的に見ても人口の5%~10%という数値が出ています。

現状、社会には未だ偏見や差別が存在するため、多くの当事者がカミングアウト(自分のことを公にする)をせずに暮らしています。特に、自身の「性」に気づく子ども時代に、理解のない環境が原因で、いじめ、不登校、うつに苦しむケースが多く、当事者である子どもたちの自殺率は非常に高いといわれています。

そのような状況を受け、国連の人権理事会が「LGBT」の人権に関する決議をしたり、西欧諸国を中心に同性同士での結婚を公式に認める国が増えています。しかし一方では、世界には同性愛者に対して厳罰に処す国もあります。

column

時代とともに変化し続ける大会

ソチ2014冬季大会直前に、ロシアにて同性愛宣伝禁止法が制定されたことを受け、世界各国の首脳がオープニング・セレモニーをボイコットする動きがありました。結果として2014年末にIOCがオリンピック憲章の根本原則において「性的指向」に関する差別禁止を掲げるとともに、2015年からはトランスジェンダー選手の参加要件について議論がされ、ガイドラインが発表されました。

リオ2016大会は、カミングアウトをして参加する選手数が過去最大となり、聖火リレーでゲイカップルがキスをしたり、試合後に同性パートナーへのプロポーズがあるなど、さまざまな場面で「LGBT」当事者に関する明るいニュースが溢れていました。

東京2020大会に向けて、東京2020組織委員会では、物品・サービスの調達やライセンス契約にあたって適用される「持続可能性に配慮した調達コード」の中に、関係企業が守るべきルールとして、LGBTなどの人権を尊重し、差別を禁止する旨を記しました。また、東京2020大会のタイミングでの実現を目指した、民間による「LGBT」にフレンドリーなホスピタリティ施設「プライドハウス東京」設立の計画が発表され、世界中から注目が集まっています。

バリアを取り除くための実践ポイント

ポイント 1

どのような場合であっても、「LGBT」や「SOGI」をネタにした笑いはNG。観客や選手はもちろん、ボランティア同士も多様な人の集まりであることを忘れずに。一緒に笑っていても、本当は「周りに合わせて無理に笑っている(が心は苦しんでいる)」かもしれません。

ポイント 2

「男性なんだから」「女性はぜひ」など、つい口にしてしまいませんか。しかし、それも性による思い込みを押しつけていることになりかねません。男らしさ、女らしさより、自分らしさを活かせる社会でありたいですね。

ポイント 3

恋人の話、結婚の話は、まだまだ同性同士では「よくある会話」ですが、なかにはちがう考え方を持っている人もいるかもしれません。何気ない会話や言葉づかいが誰かを息苦しくしていないか、想像力を働かせてみましょう。

ポイント 4

SOGIに関する悩みを打ち明けられるかもしれません。その際は、先入観を持たずに話を聞き、その人のありのままを受けとめてください。そして本人の許可なくそのことを第三者に話すことは絶対にしないでください。カミングアウトするかどうかは個人の選択であり、またそれをしやすい環境をつくることは、一人ひとりにできることです。

Ⅳ. ダイバーシティ&インクルージョン

3) 「世代・ライフステージ」のちがい

「世代」と一言で言っても、幼児、子ども、若者、中高年、高齢者とさまざまな世代があり、また、同じ世代でも妊娠中の人、子育てや、介護をしている人などさまざまなライフステージの人がいます。

知っていますか？

- 高齢者とされる65歳以上の人は、
日本の人口の何割？
- 子どもと外出する時に
困ることって？

現代の高齢者を取り巻く環境

日本は超高齢社会となり、一般に高齢者とされる65歳以上の世代は、すでに人口の4分の1以上を占めるようになりました。そんな最近の高齢者は、定年後も同じ職場で働き続ける人が増えていたり、75歳以上の人の半数以上が趣味やレジャーを楽しんでいたりする調査結果が出ています。

しかし、若いころと同じように仕事や遊びができなくなっていくのも事実です。人によって必要とする配慮やサポートはさまざまですが、多くの人に共通する状況を理解しておきましょう。

身体的な変化

高齢になると、一般的に目が見えにくくなったり、とっさの反応や迅速な行動がしにくくなったりします。手や腕の力が落ちてきたり、杖を使うために片手がふさがったりしている人もいます。

そのような人にとっては、例えばレジに手荷物を置く台があれば、両手が使えて財布を取り出しやすくなり、支払いがスムーズになります。

子育て中の人でも大会を楽しめる環境づくり

妊娠中でお腹の大きな女性だけでなく、ベビーカーを抱えている人にとっても階段を昇り降りするのは大変です。そんなとき、ボランティアの手助けがあれば、移動の不便さが軽減されます。



©ピクスタ

また、会場や会場までの道のりで、「授乳室」や「ベビー休憩室」などが見つけられずに困っている人と出会うかもしれません。そのためにも、事前に駅や競技会場などの施設情報をしっかりと頭に入れておくことが大切になります。私たちは、日頃から、困っている人がいないか意識するとともに、もし、気がついたら、「何かお手伝いできることはありますか?」とぜひ積極的に声かけをしていきましょう。



©ピクスタ

バリアを取り除くための実践ポイント

ポイント 1

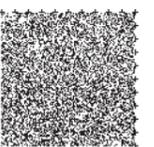
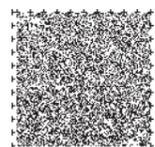
高齢になると、記憶力や理解力、そして視力や聴力が低下したり、反応が遅くなったりします。理解しているかどうか、一つひとつ確認し、複雑な情報を伝える場合は、少し大きな文字や図などを描きながら説明することで、理解がしやすくなります。

ポイント 2

子育てや介護をしている人は、時間に制約のある場合が多々あります。交流の機会を設ける場合は、活動後にこだわることなく、必要に応じてランチ会をするなど、ちょっとした配慮がバリアを解きます。

ポイント 3

子ども連れで観戦する人が、移動時や大会会場で不便さを感じないように目を配ることや、活動現場周辺の情報把握など、事前準備が必要です。「授乳室」「ベビー休憩室」や、子ども連れでも食事を楽しめるお店などを事前に確認しておくのも良いかもしれません。



Ⅳ. ダイバーシティ&インクルージョン

4) 「心身機能」のちがい

「心身機能のちがい」と聞いたとき、何をイメージしますか? 「障がいの有無」をイメージする人もいるかもしれませんが、「足が速いか遅いか」「視力が良いか悪いか」なども心身機能のちがいです。

知っていますか?

- スクリーンリーダーとは? 聞こえにくい人には、
どのように話したらよい? 障がいのある選手は
オリンピックに
参加できる?

心身機能には幅広い「ちがい」がある

見ることにする機能

一言で見えない、見えにくい人と言っても、その見え方はさまざまです。全く見えない、細かなものが見えにくい、色の識別が難しい、他にも、見える範囲が狭い、一部の範囲が見えないなどがあります。人によって見え方の程度も異なるのです。印刷物や看板など視力に頼る情報は得ることができません。音(声)、点字またはエレベーターのボタンのような凹凸によるものから情報を得ます。音声情報や、パソコン画面の文字を読み上げるスクリーンリーダーを活用することで、データファイルやインターネットからの情報を得る人が多くなりました。

聞くこと・話すことにする機能

聞こえにくい人には、大きな声で話せばいいだろうと考えている人がたくさんいます。補聴器を使っても、声が歪んで聞こえたり、周りの雑音が入ってうるさかったり、耳鳴りと一緒に声が聞こえていたり、状況はさまざまなので、必ずしも大きな声で話せばいいわけではありません。聞こえない人は、自分の声が聞こえないため、発声が明瞭でない場合があり、必要以上に大きな声や、反対に相手に聞こえない小さな声で話してしまうことがあります。

動きに関する機能

例えば、手の動きに制限のある人には、義手の人もいれば、筋力がとても弱い人もいます。歩くことに制限があって、杖・義足・車いすなどを利用している人もいます。

情報理解・コミュニケーションに関する機能

情報の内容を理解しにくい人、理解に時間がかかる人、コミュニケーションが難しい人がいます。例えば、新しいことを覚えにくい、周囲の状況を理解しにくい、感情をコントロールしにくい、思ったことを言葉や文字にするのが難しいなど*があります。

*知的障がい、精神障がい、発達障がい、高次脳機能障がい(脳梗塞や脳卒中、事故で頭を怪我するなど、脳の損傷により起こる)、認知症など。

体の中の機能

体の内部の機能障がいにより、生活や行動に制限があるなど、配慮が必要な人がいます。

【人工ペースメーカー使用者】

電磁波を受ける場所では、ペースメーカーが誤作動を起こす事故につながる可能性があります。

【人工透析患者】

病院で透析を行うため連泊の旅行が難しかったり、横になれる場所の確保が必要だったりする人もいます。

【オストメイト*】

腹部を圧迫する行動をさける必要があり、トイレ内にストーマ(人工肛門)洗浄ができる設備が必要です。

*P.148:「◎内部障がいのある方へのサポート」参照



オストメイトマーク



洗浄設備

【栄養輸液使用者】

流動的な食べ物のみ食べられる人や、口から全く物を食べられない人もいます。

【HIV(ヒト免疫不全ウイルス)感染者】

日常生活で感染することはないですが、出血したときなどは、ゴム手袋を使用するなど、直接血液に触れないようにしましょう。また、皮膚や衣服に血がついたときは、流水でよく洗い流してください。

column

障がいのある人とない人がともに楽しむ機会

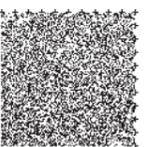
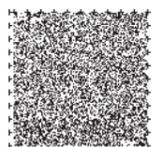
健常者はオリンピック、障がい者はパラリンピックとっていませんか?

例えば、片足の選手、視覚に障がいのある選手などがオリンピックに出場したこともあります。オリンピックがパラリンピアンをガイドランナーとしてパラリンピックに参加することもあります。

障がいのある人とない人が一緒にスポーツを楽しむ機会も増えてきています。

ポッチャはリオ2016パラリンピックで日本代表チームが銀メダルを獲得したことで注目を集めましたが、職場で気軽にできるスポーツとしても人気です。企業対抗のポッチャ大会が各地で開催されているニュースを見たことがある人、実際に参加した人もいます。

心身機能のちがいにかかわらず、アスリート同士が励ましあったり、観客が観戦を楽しんだり、またボランティア活動に参加する、そんな東京2020大会を実現しましょう。



IV. ダイバーシティ&インクルージョン

バリアを取り除くための実践ポイント

ポイント 1

外見からは障がいがあることに気づかれにくい人もいます（例 聴覚障がい、体内の機能障がい、発達障がい、精神障がい、知的障がいなど）。それぞれの障がい特性やどのような配慮が必要なのかを理解することが大切です。

ポイント 2

障がいのある人と接するときは、まずは声をかけてみるのが大切です。本人とコミュニケーションをとることで、「サポートや配慮が必要か」「どんなサポートが必要か」が見えてくるはずです。例えば、車いす使用者と話すときに、相手の目線に合わせるため腰を落とすというのも、コミュニケーションの第一歩です。

ポイント 3

視覚に障がいのある人に情報を伝える場合は、文字の大きさ・イラスト・ピクトグラム・音声・点字など複数の方法で伝えると効果的です。
また、日本人男性の約20人に1人(5%)は色覚に特性があるといわれており、赤と黒、赤と緑など色の区別がつきにくい人がいます。文字で情報を伝える場合は、文字の大きさや間隔に加え、色の使い方やコントラストに注意してください。

ポイント 4

聴覚に障がいのある人には、お互いの表情や口元、身振り手振りや手話がよく見えるよう、本人の正面に立つことから始めましょう。

ポイント 5

車いすや杖などを使っていて動くことに制限のある人が、ドアの開け閉めをするときや高い位置にある物を取るとき、縁石や段差にひっかかったときなどは、「お手伝いしましょうか？」などと声をかけ、本人から求められたら積極的にサポートしましょう。

