



# やまなしスマイル 子どもの権利相談室



令和7年度 スローガン

『つらいこと ひとりでなやまず そうだんしよう』

機関紙 第7号 令和7年 10月発行

今回は、子どもの権利条約の中の障がいに関する条文を取り上げてみました。

## 第 23 条 【障がいのある子ども】

心やからだに障がいがある子どもは、尊厳が守られ、自立し、社会に参加しながら生活できるよう、教育や訓練、保健サービスなどを受ける権利をもっています。  
(日本ユニセフ協会抄訳)



これは、障がいのある子どもも他の子どもと同様に基本的人権を有し、尊厳が守られるべき存在であること、また、地域社会の一員として受け入れられ、積極的に活動や参加ができることを示しています。

障がいの有無に関わらず、すべての国民は、法の下に平等であり、差別されないということは、日本国憲法（第14条）にも明記されています。

みなさんは、「**ノーマライゼーション**」という言葉を知っていますか。これは、障がいのある人もない人も互いに支え合い、地域で生き生きと明るく豊かに暮らしていける社会を目指すという考え方です。みなさんが暮らしている地域社会の中で、自然に暮らせる環境を整えることが大切だということです。しかし、残念ながら、障害のある方々が、地域社会の中で、様々な活動をしようとしたときに、障壁（バリア）となるものがあります。この障壁を取り除くことを「**バリアフリー**」と言いますが、物理的な課題としては、公共施設や交通機関などのバリアフリー化がまだ不十分であること、社会的課題としては、まだまだ偏見や差別意識が存在しているということです。私たち一人一人が、バリアフリーを意識しながら、すべての人が共に暮らせる社会を作り上げていかなければなりませんね。



## 考えてみましょう！

例えば、視覚障害の方が、地域社会の中で安心・安全に暮らせるために、みなさんができることがありますか。



点字ブロックの上には、荷物や自転車などをおかないようにする。



盲導犬には、話しかけたり、触ったりしない。



困っている場合は、その人が分かるように声をかける。



白杖の SOS のサイン

## 白杖使用者への声かけのポイント

- なるべく正面から声をかける  
後ろや離れた場所から声かけをされると、自分に声をかけられているのかわかりにくいので、正面、もしくは、斜め前から声をかける。
- 具体的な情報で伝える  
正確な数字でなくても良いので、「右手側5メートル進むとレジがあります」とか、「あと1歩前に進んでください」といった情報の方がイメージしやすい。
- 身体に触れるときは、事前に声かけする  
白杖を使用する視覚障害者を案内する「手引き」の時に、みなさんの腕や肩を白杖使用者に掴んでもらって移動しますが、いきなり手を触られて誘導したりせず、「右手を失礼します」とか、「案内しますので右手を前に出してください」というような声かけをする。
- 手伝いの方法が分からなければ、本人に聞く

## 作品募集

やまなしスマイルでは、令和8年度のスローガンを募集します。奮って応募してください。  
※文字数は自由です。 ※未発表のものに限ります。  
(参考) 令和7年度のスローガン『つらいこと ひとりでなやまず そうだんしよう』  
◎応募者の中から抽選で10名の方に「やまスマオリジナルグッズ」をお送りします。  
⇒ ×切日 令和8年 1月30日(金)

応募はこちらから



\*\*\*\*\*

### 「あなたなら どうする」シリーズ



誰かが立つのを待つ？



電車の優先席は、高齢の方や身体の不自由な方、内部障害のある方、乳幼児を連れている方、妊娠されている方などが、安心して快適に電車を利用できるように設置されています。  
もし、あなたが電車に乗ったとき、車内は混んでいましたが、優先席が空いたのでそこに座りました。次の駅に到着すると、右足に包帯を巻いて杖をついた女性がゆっくり乗ってきました。  
その時、あなたは、自分が立って席を譲りますか。それとも、知らない振りをして座り続けますか。  
※内部障害…肢体不自由を除いた身体の内側の障害

寝たふりをする？



ここで 知識



これは、ヘルプマークです

ヘルプマークとは、義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、外見からは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が得やすくなるように、東京都福祉保健局が作成したマークです。ヘルプマークを着用することで、緊急時（外で倒れたとき、事故に巻き込まれたときなど）に適切な対処を受けられるようになります。

\*\*\*\*\*



たとえば・・・



食欲

読書

芸術



スポーツ



読書は、心の栄養

体は大きくならないが、心は無限大に大きくなっていく

### 子どもの読書活動の推進に関する法律(平成13年法律第154号)

#### 基本理念(第2条)

子どもの読書活動は、子どもが言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、想像力を豊かなものにし、人生をより深く生きる力を身に付けていく上で欠くことのできないものであることにかんがみ、すべての子どもがあらゆる機会とあらゆる場所において自主的に読書活動を行うことができるよう、積極的にそのための環境の整備が推進されなければならない。

#### 子ども読書の日(第10条)

国民の間に広く子どもの読書活動についての関心と理解を深め、子どもが積極的に読書活動を行う意欲を高めるため、子ども読書の日を設ける。  
子ども読書の日は 4月23日とする。



### 子どもの生活力に関する実態調査(平成27年(独)国立青少年教育振興機構)

読書をすることが多い子どもほど、コミュニケーションスキルや礼儀・マナースキルが高い傾向にある。



読書には、ストレスを和らげる効果があることが研究で示されています。

- イギリスのサセックス大学の研究によると、読書はわずか6分でストレスを最大68%軽減することが判明したそうです。
  - 読書は、音楽鑑賞や散歩よりもリラックス効果が高いそうです。
- つまり、本を読むことで、心が落ち着き、メンタルの安定につながるということです。

#### 【読書を習慣にするためのコツ】

- ・毎日、10分でも読む時間を確保する。
  - ・興味があるジャンルから始める。
  - ・紙の本を活用する。
- (この他にもいろいろあるようです)



困っている事、悩んでいる事があたら、一度電話してみませんか？



山梨県子どもの権利相談室 (やまなしスマイル)

### 相談方法

※電話/メール/FAX/手紙/対面/オンラインで相談できます。

電話 055-225-3958

相談時間 月曜日～木曜日；午後1時～午後6時  
金曜日；午後1時～午後8時

FAX 055-223-1509

◆対面/オンラインは、予約が必要です。

メール kodomo-kenri@pref.yamanashi.lg.jp

相談予約フォーム

手紙 〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1  
山梨県庁本館5階 こども福祉課内



どうしよう。電話してみようかな？

