

知ろう学ぼう人権

互いを思い合える
住みやすい社会のために

「心のバリアフリー」

バリアフリーという言葉聞いて、施設や道路での設備を思い浮かべる人が多いのではないだろうか。

日常で見かけるものは、車いすの人や子どもが押しやすいような低い位置にもボタンが設置されたエレベーター、視覚に障害がある人を案内するための点字ブロックや音声案内、日本語がわからない人や文字が読めない人を案内するために絵で表現された標識などがあります。このようにあらゆる人が生活しやすいように設備面でのバリアフリーは広がってきています。しかし、いくら設備が充実しても困難を抱える人に対する無関心や無意識の行動・発言が「意識上のバリア」を作ってしまうことがあります。

バリアフリーとは、高齢者や障害のある人だけでなく、社会生活で困難を抱えるあらゆる人の障壁(バリア)をなくす(フリー)ためのものです。

意識上のバリアをなくすためには「心のバリアフリー」が大切です。心のバリアフリーとは、身の回りにあるバリアに目を向けて行動することや配慮することです。例えば電車やバスでヘルプマークやマタニティマークを付けた人を見つけた時に席を譲ることなどがあります。また声をかけるのが難しいと感じる人は、街で点字ブロックを塞がないように意識することなども有効です。

誰もがバリアのない住みやすい社会の実現のために、一人ひとりがお互いを思いやり、助け合っとも生活していきませんか。

問合先 協働人権課人権推進担当(1階④番窓口)
☎9939・1059



ひとりで
悩まないで...

一人で悩んでいるあなたへ、身近な人の悩みに気付いたあなたへ

悩みを抱えている方は、一人で悩まず、専門の相談機関にご相談ください。また、身近な方の悩みに気づいたら、話を聴いて寄り添い、見守りながら、必要に応じて相談窓口を紹介してください。

●藤井寺市自殺予防心の電話相談

☎930・0775 月～金曜日 10:00～17:00

●こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570・064・556 月～金曜日 9:30～17:00

※3月1日(金)9:30～3月31日(日)17:00は、24時間体制で相談を受け付け

●こころの健康に不安を感じたら

・藤井寺保健所のこころの健康相談(予約制)

☎955・4181 月～金曜日 9:00～17:45

・こころの電話相談 ☎06・6607・8814

月・火・木・金曜日 9:30～17:00

・若者専用電話相談(わかぼちダイヤル)

☎06・6607・8814 水曜日 9:30～17:00

・関西いのちの電話 ☎06・6309・1121

24時間365日

・こころの救急箱 ☎06・6942・9090

月曜日19:00～火曜日3:00(8時間)

木曜日19:00～22:00

●フリーダイヤルの電話相談

・自殺予防いのちの電話

☎0120・783・556 毎日16:00～21:00

※毎月10日は8:00～翌日8:00(24時間)

●妊娠中や産後にこころが不安になったら

・大阪府妊産婦こころの相談センター

☎0725・57・5225 月～金曜日 10:00～16:00

●自死遺族相談(予約制)

大切な人を自死(自殺)で亡くされた方のために相談を受け付けています。

・大阪府こころの健康総合センター

☎06・6691・2818 月～金曜日 9:00～17:45

【悩みの相談窓口一覧】

▶大阪府こころの健康総合センターHP

