

## 「心のバリアフリー」から考えたこと

千葉県立千葉盲学校 高等部2年 中山 美穂

みなさんは、テレビや授業などで「バリアフリー」という言葉を耳にしたことがあると思います。

私は当初、校内の意見発表会で「バリアフリー」というテーマで発表する予定でした。でも、「バリアフリー」について調べていくうちに「心のバリアフリー」という言葉があることを知りました。その言葉が美しく感じられ、とても印象に残ったので、「心のバリアフリー」について調べ、発表することにしました。

では、単なる「バリアフリー」と「心のバリアフリー」は何が違うのでしょうか？「バリアフリー」はスロープや手すりの設置などによって物理的に障壁となるものを取り除いていこうとする考え方です。一方、「心のバリアフリー」はコミュニケーションや他者理解をとおして様々な人の心のバリアを取り除こうという考え方のことです。お店の前の段差で車椅子の人が困っていたら声をかける、優先席の前に杖を持った高齢者が立ったら席を譲るなどといった、思いやりから生まれる行動も「心のバリアフリー」の一部です。

私たち視覚障害者は、一般社会から見ると「助けられる側」です。しかし、「心のバリアフリー」について調べていくうちに「助けてもらうばかりでいいのか？」、「視覚障害のある私にも困っている人を助けることができるのではないかな？」と思うようになりました。とは言っても目が見えない以上、困っている人を見つけるのは難しいです。ですから、人を助けるということはおそらく困難です。けれども、人の役に立つことであれば、できるのではないかと私は思うのです。そして、困っている人を助けたり人の役に立ったりすることは、「心のバリアフリー」につながると思うのです。

私がそのように考えるようになった理由は二つあります。一つ目は私たちも健常者と同じように働くことができるからです。私たちはいずれ会社に就職するなどして、働くこととなります。働くということは、誰かの役に立つということです。どんな仕事であっても、それに誇りをもって一生懸命に取り組むことができれば、人のため、社会のためになるのではないのでしょうか。

二つ目は、知らない人を助けることはできなくても、自分の身近にいる人を助けることはできるからです。誰かと話していて、「この人最近口数が減ったな。」、「この人いつもより元気がないな。」などと感じたら、何かあったのか聞いてみるだけでもいいのです。アドバイスをすることまでできなくても、悩みや相談を聞いてもらうだけでも人は気持ちが楽になるものです。それだけでも十分人の

役に立てるのではないでしょうか。

他にも話を聞くことによってその人を深く理解したり、仲が更に深まったりするというよい点もあります。私も中学部時代、人間関係で悩んでいたときに友だちに話を聞いてもらったことがあります。そのおかげで心が軽くなっただけでなく、悩みも無事解決し、その友だちと頻繁に連絡を取り合う仲になりました。私はこの経験をとおして、困っている友だちを見つけたら積極的に助けていきたいと思いました。そして、そうすることが「心のバリアフリー」に繋がると私は信じています。

人は一人では生きていくことはできません。人は助け合いながら生きています。これから生きていく中で私たちはたくさんの人に支えられ助けられていくと思います。私は何かを手伝ってもらったらそれが当たり前だと思わずに、感謝の気持ちを伝え、そのときに、「とても助かった。」、「すごく嬉しかった。」という思いを言葉にして伝えられるよう心がけていきたいです。私は誰かに助けてもらった分だけ誰かの役に立ちたいです。そして、その気持ちを行動で表すことも「心のバリアフリー」に繋がると確信しています。

私はこれまで視覚障害者でも人の役に立つことができるという自分の考えや体験談について述べてきました。「心のバリアフリー」は、全ての人への心のバリアをなくしていこうという考え方です。では、「心のバリア」をなくすために私たち一人一人が気を付けなければいけないことは何でしょうか？

私は「差別をしない」、「偏見をもたない」ことが大事だと思います。そのためにはなぜ差別や偏見が生じるのか一人一人が真剣に考えてみる必要があります。そして自分が人と話すときは相手を傷つけてしまうような発言をしていないか、今までのことを振り返り、反省を踏まえてこれからも気を付けていきたいです。それを一人一人が行うことによって差別や偏見が減って「心のバリア」も消えていくのではないのでしょうか。今まで述べてことを日々実践し、「心のバリアフリー」の実現を目指していきたいです。