

PART 1

きみ自身の経験から、かんがえよう

- 小さいころに、こんな経験をしたことはありませんか?6
- ビンのふたやカンを、自分であけることができますか?7
- いくつくらいまで、ボタンをかけてもらっていましたか?7
- ベビーカーや買いものカートをおしたことがありますか?
そのとき、どんな気持ちでしたか?8
- からだの不自由な人についてかんがえましょう!9
- きき手の骨をおって、カンをあけられないとき、
だれがてつだってくれますか?10
- 片足をおったら、松葉づえで階段をおりることができますか?
もし、両足をけがして、車イスで階段にきたら、どうしますか? ...10
- やってみよう からだがうごかないってどういうことでしょうか? ...11
- こんな経験がありませんか?12
- いま見てきたことについて、きみたちに10こ質問します13
- はなしあってみよう!13

PART 2

障害をもつ人の気持ちをきいて、もういちどまちを見なおそう

- 1 話をききましょう14
- 目が見えない人の声 ● 耳がきこえない人の声 ● 車イスの人の声
- はなしあってみよう!19

- かんがえよう きみも障害者になるかもしれないこと20
- 2 自分の目でたしかめましょう22
- はなしあってみよう!23
- 3 障害のある人のための、くふうを見てみましょう26
- 4 バリアフリーって、なんでしょう?30
- 5 ノーマライゼーションって、きいたことありますか?31
- 見てみよう 外国のようすを見てみよう32

PART 3

きみにもできるボランティア活動

- 1 バリアフリー度をチェックしましょう34
- バリアフリーマップづくりのポイント35
- 2 まちで目が見えない人とであったら38
- 3 まちで耳がきこえない人とであったら40
- 4 「てつだってください」の手話だけでもおぼえましょう41
- おぼえよう 手話の基礎のキソ42
- 5 まちで車イスの人とであったら44
- やってみよう 車イス体験をしよう45
- ぜんかん 全巻のさくいん46