

令和7年度

調査研究助成事業報告書

◆ 東京都立青鳥特別支援学校PTA

全国特別支援学校知的障害教育校PTA連合会

「伝えることで、つながる地域へ。

わかりにくさを、見えるかたちに」

～知的障がいのある子どもへの理解を広げる

啓発ポスターとマークの作成～

事業報告書

東京都立青鳥特別支援学校 PTA

2026年2月

目次

はじめに	4
第1章 事業概要	4
第1節 本校の概要	4
第2節 本校PTAの概要	4
第3節 本事業の概要	5
第2章 事業実施の経過	6
第1節 校内アンケートの実施.....	6
第2節 先行事例の調査・視察.....	7
その1 宮城県立古川支援学校『ハートバッチ』.....	7
その2 『発達療育マーク』(岐阜)	8
第3節 先行事例から見えた課題と気づき	9
第4節 検討の停滞と再整理	9
1 検討の過程	9
2 しっくりこなかった理由	10
3 伝えたいメッセージの再確認	10
第5節 ハッシュタグを活用した発信の検討	11
第6節 ひまわりストラップについての学び.....	11
第3章 「ちょっと待つ」という配慮を伝えるポスターの言葉を選ぶアンケート.....	12
第1節 伝えたいメッセージの検討	12
第2節 アンケートの設計.....	12
第3節 アンケートの結果概要.....	13
第4節 ハッシュタグの選定	14
第4章 啓発ポスター.....	15
第1節 ポスターデザイン概要.....	15
第2節 キービジュアル「話せない≠わからない」.....	15
第3節 数値を使った具体化「まずは10秒。」.....	15
第4節 ハッシュタグの前面化.....	16
第5節 イラストと余白設計	16

第6節 QRコードの設置と効果測定的设计	16
第7節 今後の課題と展望	17
第5章 ヘルプマークの補助マークの試作	18
付録 A 校内アンケート(課題整理)詳細	19
付録 B 先行マーク調査(ハートバッチ)詳細	22
付録 C ひまわりストラップに関する山本氏インタビュー詳細	24
付録 D ポスターの言葉を選ぶアンケート結果	27

はじめに

本事業は、啓発ポスターを制作することを目的としてスタートしました。しかし実際には、単に「ものをつくる」事業ではなく、知的障害とは何か、地域にどのような言葉で伝えればよいのか、「配慮」とは何かを問い直す一年間となりました。

チームメンバー間での対話や試行錯誤を重ねるなかで、私たちは「伝える言葉」を選ぶことの難しさと責任の重さを実感しました。同時に、それは地域との関係をあらためて考える貴重な機会でもありました。

このような機会を与えていただいたことに感謝するとともに、本報告が今後の啓発や実践の一助となれば幸いです。

第1章 事業概要

第1節 本校の概要

東京都立青鳥特別支援学校は、東京都世田谷区にある高等部単独の知的障害特別支援学校です。昭和22年の開校以来、長い歴史の中で地域に根ざした教育を実践してきました。

現在は校舎全面建て替えに伴い仮校舎で教育活動を行っています。最寄り駅から近い立地を生かし、近隣の団地住民、商店街、大学、図書館等との交流も日常的に行われています。仮校舎には体育館やプールがないことから、区立中学校や他の特別支援学校の施設を活用する機会も多く、地域学校との協働による学習機会が広がっています。

本校には普通科と職能開発科が設置されており、普通科は主に世田谷区を学区域とし、職能開発科は東京都全域から生徒を受け入れています。令和8年2月現在、202名の生徒が在籍しています。職能開発科の生徒は全員、普通科の生徒は一部が徒歩で駅から通学しており、地域の中で生活し、学び、成長しています。

生徒一人ひとりの安心・安全な学びを支えるためには、地域の理解と見守りが欠かせません。本校の生徒がこの地域で共に生きる存在であることを伝え、わかりにくさを「見えるかたち」にしていくことは、学校の教育活動を支える大切な基盤でもあります。その思いから、本事業において啓発ポスターおよびマークの作成に取り組みました。



第2節 本校PTAの概要

本校PTAは、生徒のよりよい学校生活と将来を支えることを目的に活動しています。日頃より学校と連携しながらも、保護者の立場から必要と感じる企画を自主的に立案・運営することを大切にしています。

近年、保護者が学校に集まる機会は減少傾向にあります。そのためPTAでは、少しでも学校に足を運ぶきっかけを増やすことを目的に「おしゃべり会」を企画・実施してきました。教職員や校長との対話の機会を設けることで、学校を身近に感じられる環境づくりに努めています。

また、LINEオープンチャットを活用し、学校行事の意義や授業参観の見どころなどを発信しています。単なる情報共有にとどまらず、保護者が学校教育や生徒の学びに主体的に関わるためのモ

チベーション向上を図る取り組みを継続しています。

要望事項についても、会員の声やニーズを丁寧に集約し、保護者の意見として整理したうえで東京都へ PTA 連合会でまとめて提出しています。学校と協働する存在であると同時に、保護者の視点を社会へ届ける役割も担っています。

主な活動としては、広報誌の制作、地域の清掃ボランティア活動への参加、生徒のための交流行事の企画運営、学校主催の会議や PTA 連合会の会議、地元の自立支援協議会への出席などがあります。いずれも保護者の目線からの意見を発信する機会として位置づけています。

なお、総会や役員募集、PTA 企画への応募等はすべて Google フォームを活用しており、会員はオンラインでの回答に慣れていました。効率的かつ参加しやすい運営体制を整えることで、より多くの保護者が関われる仕組みづくりを進めています。

本助成事業は、こうした日頃の活動の延長線上にある取り組みとして、PTA 会員である保護者が主体となり企画・実施しました。地域の中で生徒が安心して学び、生活していくために必要な理解を広げることは、保護者としての切実な願いでもあります。

第3節 本事業の概要

知的障害のある児童生徒は、外見からはわかりにくい困りごとを抱えていることが多く、周囲に誤解や戸惑いを与えてしまう場合があります。本人や保護者が「わかってもらえないつらさ」を感じる一方で、地域の側も「どう接すればよいかわからない」という不安を抱えている現状があります。

本事業では、そうしたギャップを埋めるため、2つの取り組みを実施します。1つは、知的障害のある子どもが必要な配慮を伝える「マーク（しるし）」の作成。もう1つは、そのマークの意味や背景をわかりやすく伝える「啓発ポスター」の制作です。地域の学校や公共交通機関・公共施設等での掲示を通じて、子どもたちへの理解を広げます。

取り組みにあたっては、他県で作成された類似のマークや、昨年度すでにポスターを制作した他の PTA の先行事例を調査・研究し、よい実例や課題を参考にします。また、保護者や支援者の声をもとに、地域に適したデザインや表現を検討します。完成したマーク・ポスターの印刷は、障害のある方が働く事業所に依頼することで、啓発と応援の輪が重なるしくみを目指します。QR コード等を用いて、ポスター掲示による効果測定も検討したいと考えています。

「わかりにくさを、見えるかたちに」そんな思いを込めて、地域にやさしいまなざしを広げる一歩としたいと考えています。完成したポスターはプロトタイプとして他校で展開できるよう公開をめざします。



本校キャラクターの
ぴっぴ



ぴっぴは正門の校名看板にも、
生徒や保護者に親しまれています

第2章 事業実施の経過

第1節 校内アンケートの実施

知的障害のある子どもたちの「安心」と「配慮」を見える形に
～新しいマークと啓発ポスターづくりのためのアンケート～

【目的】 本校では、ヘルプマークの認知度は高まりつつあるものの、知的障害のある子どもがマークを身につけていても、必ずしも適切な理解や配慮につながっていないのではないか、という課題意識がありました。特に、災害時や外出先でのトラブル、誤解による困難などの声も聞かれました。

そこで、知的障害のある子どもたちの特性に応じた新たなマークおよび啓発ポスターの制作を検討するにあたり、保護者および教職員が日頃感じている実感や課題意識を把握することを目的として、校内アンケートを実施しました。

【回答結果】 校内アンケートの回答数は6件でした。回答数は多いとは言えませんが、記述内容からは、日常的な困りごとや具体的な配慮の経験が率直に語られており、本校における実感の一端を把握することができました。

回答者の多くはヘルプマークの意味や目的を理解している一方で、「知的障害のある子どもが使っても伝わりにくい」「対象が広く困りごとの内容が見えにくい」と感じている割合も同程度に高かったです。これは、認知度の向上と実際の理解・配慮が必ずしも一致していない現状を示しています。

新しいマークがあった場合、マークを見た人に、どんな「気づき」や「配慮」を促したいですか？という設問に対して、回答からは、「何をしてほしいか」を具体的に求める声よりも、「外見ではわからない特性への理解」「コミュニケーションの困難さへの想像」「優しく見守る姿勢」といった、理解の土台を広げてほしいという願いが読み取れました。

今回のアンケートからは、

- ヘルプマークの存在は広く知られている
- しかし、知的障害特有の困難さは十分に伝わっていない
- 保護者は日常的に緊張感をもって生活している
- 理解がある場面では安心につながる

という状況が明らかになりました。

すなわち、「伝われば安心につながる」という実感がある一方で、「伝わりにくさ」への課題が共有されていることが、本事業の出発点となりました。

アンケートの詳細につきましては、付録Aをごらんください。



第2節 先行事例の調査・視察

当初は、知的障害のある子どもたちの特性を示す「マーク」の作成を本事業の中心に据えて検討を進める想定でした。そのため、まずは既存のマークや類似の取り組みについて先行事例を調査し、現状や課題を把握することから着手しました。

その1 宮城県立古川支援学校『ハートバッチ』

すでにマークの制作・普及に取り組んでいる先行事例として、宮城県立古川支援学校PTAによる『ハートバッチ』の取り組みについて視察および聞き取りを行いました。

『ハートバッチ』は、外見からは障がい分かりにくい児童生徒が、周囲から誤解や偏見を受けないようにすることを目的として、平成20年に誕生した啓発バッチです。背景には、「我が子に障がいがあることを周囲に理解してもらい、温かく見守ってほしい」という保護者の切実な願いがありました。

視察および聞き取りの詳細は付録Bをごらんください。



1) 制作の経緯とデザイン

バッチのデザインは、美術科教員であり日本美術院院友でもある安住英之氏が担当されました。ハートをモチーフとし、白・青・黄を基調とした配色で構成されています。優しさや安心感を感じさせるデザインでありながら、遠目にも認識しやすい視認性を備えています。

入学時には児童生徒に1つ無料配布され、地域の方々にも実費で提供しています。裏面には名前・連絡先の記入欄を設けるなど、実用面にも配慮がなされています。

2) 普及活動「バッチ・グー大作戦」

特筆すべきは、制作そのものよりも、その後の普及活動です。PTAでは「バッチ・グー大作戦」と銘打ち、

- ・商業施設（スーパー等）でのチラシ配布
- ・近隣300か所以上へのポスター掲示（役場、警察署、銀行、郵便局、JA、コンビニ等）
- ・スクールバスや放課後等デイサービス車両への車用マグネット掲示依頼
- ・PTA活動時のジャンパー着用による周知

といった、地道で継続的な啓発活動を行っている。

このように、単なる「マークの配布」ととどまらず、地域社会に向けた働きかけを重ねている点が大きな特徴です。

3) 成果と広がり

公共交通機関や商業施設での理解促進につながった事例が報告されているほか、東日本大震災時の避難所において配慮を受けたケースもあったということです。

また、他の特別支援学校PTAにも取り組みが広がりを見せています。一方で、県内全域への普及には時間を要しており、特別支援学校PTA同士の横のつながりや、地域メディアを通じた発信の継続が課題として挙げられていました。

4) 本事業への示唆

今回の視察を通して強く感じたのは、マークは「完成」がゴールではなく、「始まり」であるという点です。マークそのもののデザインや仕様以上に重要なのは、その意味や背景をどう伝え、どう

地域に浸透させていくかという普及活動であることが明らかになりました。

また、保護者の切実な願いから始まった取り組みが、地道な活動を通して地域社会へと広がっている姿から、PTAの主体的な発信の力と継続の重要性を学びました。

本事業においても、単に「新しいマークを作る」ことにとどまらず、その背景にある思いや必要性を丁寧に伝える啓発活動が不可欠であるとの認識に至りました。

その2 『発達療育マーク』（岐阜）



本事業の先行事例調査として、岐阜県多治見市で考案された「発達療育マーク」についても検討を行いました。本マークは、多治見市常盤町でコンサルティング業を営む田辺大輔氏が、発達障害や知的障害のある児者のために考案したものです。（岐阜新聞 2023 年 11 月 5 日記事、中日新聞 2025 年 1 月 19 日記事より）

1) 制作の背景と目的

田辺氏は、外出時に長女が急に飛び出したり物を投げたりしてしまう特性があるため、建物に近い障害者用駐車場を利用せざるを得ませんでした。しかし、車から元気に走り出す姿は一見すると障害があるようには見えず、駐車を咎められた経験もあったといいます。

車いすマーク（正式名称：障害者のための国際シンボルマーク）は本来、身体障害に限らずすべての障害者を対象としていますが、社会的には「身体障害者専用」と誤解されることが多いです。田辺氏は、こうした状況から「知的・発達障害を示すマークが必要ではないか」と考え、本マークの制作に至ったそうです。

2) デザインの特徴

マークは、療育の現場で体幹を鍛えるために使用されることの多い「バランスボール」をモチーフとしています。発達支援の文脈に根ざした象徴性を持たせた点が特徴です。

車いすマークと併用できるよう、サイズは縦 5cm・横 5cm と小型に設計され、車両にも貼付できる耐久性の高いステッカーとして販売されています。また、商標登録も出願されています。

3) 普及と反響

発達障害児者の保護者の集まりで配布された際には好評を得たと報告されています。田辺氏は、本マークの使用が広がることで、引きこもりがちな障害児者の家族が外出しやすくなることを期待していらっしゃいます。

4) 本事業への示唆

本事例からは、外見から分かりにくい障害特性を社会に伝える手段の不足という課題が明確に示されました。

一方で、「知的障害のみを指すマーク」を作るという発想は、当事者家族の切実な経験に基づくものであると同時に、社会側にどこまで意味が共有されるかという課題も内包していると考えられます。

マークを制作すること自体は比較的短期間で実現可能ですが、その意味や必要性が社会に浸透するためには、継続的な啓発活動が不可欠です。

本事業においても、単に新しいマークを制作することにとどまらず、「どのような誤解を正したいのか」「どのような配慮を促したいのか」を明確に示す必要性を再認識する契機となりました。

第3節 先行事例から見えた課題と気づき

先行事例の調査・視察を通して、マークの持つ力と同時に、その限界についても考える機会となりました。

宮城県立古川支援学校の「ハートバッチ」や、岐阜の「発達療育マーク」は、外見からはわかりにくい障害のある方々が誤解を受けないようにという願いから生まれたものであり、地域での理解を広げるために大きな役割を果たしています。実際に、ポスター掲示やチラシ配布、地域イベントへの参加など、継続的な啓発活動によって認知を広げてきた経過を知り、マークが「存在を知らせる手段」として有効であることを実感しました。

一方で、マークを見た人が「具体的にどのように配慮すればよいのか」までは必ずしも伝わらないという側面も感じました。マークは必要な配慮の“きっかけ”にはなりますが、その背景にある困りごとや、望まれている関わり方までは十分に共有されにくい場合があります。

また、「知的障害であること」を示すこと自体の難しさもあります。理解が進む可能性がある一方で、障害名を前面に出すことへの葛藤や、ラベリングへの不安を抱くご家庭もあります。知的障害は特性や困りごとの幅が広く、「これがあれば伝わる」と一言で言い表せるものではありません。そのことも、今回の検討の中で改めて実感しました。

さらに、知的障害のある子どもが直面する困難は、必ずしも「助けてほしい」という場面ばかりではなく、「少し時間をかければ自分でできる」「急かさなければ落ち着いて対応できる」といった状況も多くあります。そのため、単に「支援を求めるマーク」を作るのではなく、「どのような関わりが望ましいのか」「どのような配慮を地域に届けたいのか」を地域に伝える視点が必要ではないかと考えるようになりました。

その結果、本事業では、マークの作成というよりも、その背景にある思いや願いを伝える啓発ポスターの制作を重視する方向へと検討を深めていくこととなりました。

第4節 検討の停滞と再整理

1 検討の過程

本事業の当初の構想は、知的障害のある子どもたちの特性を周囲に伝えるための「新しいマーク」を制作することでした。そのため、まずは具体的な形としてどのような媒体が適しているかの検討も行いました。

はじめに検討したのは、缶バッジの制作です。日常的に身につけやすく、視認性も高いため、子どもたち自身や保護者が活用しやすいのではないかと考えました。デザインによっては、親しみやすさや柔らかさも表現できるのではないかと期待もありました。

次に、既存のヘルプマークと併用できる「ケース」や補足カードの制作案も検討しました。現在広く使われているヘルプマークを否定するのではなく、その内側にメッセージ性を持たせることで、より具体的な理解につなげられるのではないかと考えたためです。

こうした案について、デザイン会社とも打ち合わせを重ねました。マークの表現方法や言葉の選び方、当事者や保護者にとって負担にならない形とは何か、社会にどう受け取られるかなど、多角的に検討を行いました。実際にラフ案の提示を受けながら、視認性や印象についても意見交換を行いました。

しかし、検討を進める中で、いくつかの違和感や迷いも生まれてきました。それは、単に「マークを作ること」が本当に目指している方向なのか、という問いでした。

2 しっくりこなかった理由

缶バッジ案やヘルプマークケース案、デザイン会社との検討を重ねる中で、形としては整いつつあるものの、どこか「しっくりこない」という感覚が残りました。

その理由の一つは、マークそのものが新たな「分類」や「ラベリング」になってしまうのではないかという懸念でした。知的障害のある子どもたちは一人ひとり特性も困りごとにも異なります。それにもかかわらず、一つのマークで示そうとすることが、本当に本人の理解につながるのかという問いが生まれました。

また、「知的障害」と明確に示すことが、かえって本人や家族に心理的負担を与えないかという意見も出ました。必要な配慮を求めるためのマークであるはずが、使うこと自体に勇気が必要になるようでは本末転倒ではないかという迷いもありました。

さらに、マークを見た人が具体的にどのような行動をとればよいのかが、十分に伝わらない可能性も課題として浮かび上がりました。「理解してください」というメッセージだけでは、実際の配慮行動にはつながりにくいのではないかという議論になりました。

検討を重ねるほどに、「新しいマークを作ること」自体が目的になっていないかという自問も生まれました。本当に伝えたいのは、マークそのものではなく、周囲の受け止め方や見方の変化なのではないかという原点に立ち返る必要を感じました。

その結果、一度立ち止まり、何を伝えたいのかをあらためて整理することになりました。

3 伝えたいメッセージの再確認

先行事例の調査や校内アンケートの結果を踏まえ、改めて「このポスターで何を伝えたいのか」という原点に立ち返る必要があると感じました。

当初は、知的障害のある人を示す「マーク」を作成することを中心に検討を進めていました。しかし、議論を重ねる中で、「マークを作ること」そのものが目的になっていないかという問いが生まれました。私たちが本当に目指しているのは、新たなマークの作成ではなく、周囲の理解を広げ、誤解や思い込みを減らすことではないかという点です。

そこで、メンバー間で次のような問いを共有しました。

「知らない人が見たとき、一番“ハッとする”ものはどれだと思いますか。」

具体的には、日常の中で起こりがちな誤解を挙げ、それぞれについて検討しました。

- ・ 静か＝理解している
- ・ 指示に従わない＝わがまま
- ・ 話せない＝わからない
- ・ 返事がない＝聞いていない
- ・ わからない＝やる気がない
- ・ できない＝したくない
- ・ 時間がかかる＝能力が低い
- ・ 目が合わない＝無視している

これらは、知的障害や発達障害のある人に対して、周囲が無意識のうちに抱きがちな誤解です。どの言葉も、日常の中で実際に起こり得る場面を想起させます。

検討の中で見えてきたのは、「誤解を可視化すること」の重要性でした。単に“配慮をお願いします”と呼びかけるのではなく、まずは自分自身の思い込みに気づいてもらうことが必要ではないか、という視点です。

ポスターは、一瞬で目に入り、一瞬で印象を残す媒体です。そのため、見る人の思考を止め、「もしかしたら違うのかもしれない」と感じてもらえる表現が求められます。

本事業の目的は「マークの提示」ではなく、「誤解をほどこき、理解の入り口をつくること」であると整理されました。この目的を軸に、具体的なデザインやメッセージの検討を進めていきました。

第5節 ハッシュタグを活用した発信の検討

議論の中で、ポスターだけで完結させるのではなく、その先に広がる仕組みをつくる必要があるのではないかという意見も出ました。

ポスターは一瞬で目に入り、一瞬で印象を残す媒体ですが、そこから継続的な理解や対話につながるためには、共通の言葉が必要です。そこで、ポスターに込めたメッセージをハッシュタグとして可視化し、SNS等を通じて発信していく方向性を検討しました。

例えば、「#目が合わなくても聞いています」「#時間がかかるだけ」「#できないのではなくおずかしいだけ」といった短い言葉は、ポスターでの“気づき”を日常の会話や投稿へと広げる入口になります。

ハッシュタグは、マークのように「示す」ものではなく、「問いかける」ものです。固定されたラベルではなく、誰もが使うことのできる言葉として共有されることで、理解の輪がゆるやかに広がっていく可能性があります。

本事業は、新しいマークを提示することをゴールとするのではなく、誤解をほどこき、見方を少し変えるきっかけを社会に増やしていくことを目指しています。その一つの手段として、ハッシュタグによる発信という形へと方向性を再整理しました。

第6節 ひまわりストラップについての学び

マークのあり方を再検討する過程で、イギリス発祥の「Hidden Disabilities Sunflower (ひまわりストラップ)」の取組に着目しました。ひまわりストラップは、外見からは分かりにくい障害や困難を抱える人が身につけることで、「何らかの配慮が必要である可能性」を周囲にさりげなく伝える仕組みです。



検討にあたり、社会福祉士の山本雅彦氏にインタビューを行いました。山本氏は認知症分野で長年活動されており、イギリスでのひまわりストラップの取組を現地で取材されています。山本氏は、ひまわりストラップについて「非常に分かりやすく、可視化された取組」であり、特別扱いを求めるものではなく、過剰にならない自然な配慮を引き出す仕組みとして機能していることにも意義を見出していました。さらに山本氏は、理解を広げるうえで最も重要なのは「正しい知識」であると繰り返し強調しました。誤解や偏見の多くは、知らないことから生まれるといいます。そのため、マークだけを広げるのではなく、具体的な関わり方や考え方を繰り返し共有していくことが不可欠であるとの示唆を得ました。

本インタビューを通じて、本事業におけるマークの役割も再整理されました。マークは「すべてを説明するもの」ではなく、「気づきの入口」として機能することが重要であること、また、「助ける」という直接的な行為を促すよりも、「立ち止まる」「少し待つ」「否定しない」といった日常的で実行可能な関わりを想起させる設計が望ましいことが確認されました。

ひまわりストラップの検討は、単なるアイテム選定ではなく、本事業が目指す啓発の方向性を改めて確認する過程となりました。

なお、インタビューの詳細は付録Cをごらんください。

第3章 「ちょっと待つ」という配慮を伝えるポスターの言葉を選ぶアンケート

第1節 伝えたいメッセージの検討

第2章に述べた紆余曲折を経て、伝えたいメッセージとしてメンバー内で検討し、

話せない=わからない、ではない

というメッセージを軸とすることを決定しました。

これまでの知的障害に関する啓発ポスターでは、「やさしくしてください」「大変さがあります」といった支援の必要性を前面に出す表現が多く見られました。しかし、現在は本人の意思決定支援の重要性が広く共有されつつあり、本人の力をどのように引き出し、尊重するかという視点がより求められています。

知的障害のある子どもに対して、「話せない=わかっていない」と無意識に受け取られてしまうことがあります。しかし実際には、言葉での表出に時間がかかるだけで、理解し、考え、選ぶとしている場合も少なくありません。

質問にすぐ返答がないとき、それを「わかっていない」と決めつけてはいないだろうか。行動がゆっくりであることを、「できない」と捉えてはいないだろうか。といった問題提起をするポスターになることを目指しました。

たとえば、セルフレジや改札で時間がかかることがあります。それは一つ一つ確認しながら、自分で選び、自分で進もうとしているからかもしれません。少し待つことで、本人が自分の力で次の一歩を踏み出せることもあります。

今回の啓発ポスターでは、「話せない=わからない、ではない」というメッセージとともに、「少し待つことが、本人の意思を支える」という視点を社会に伝えたいと、メンバーで検討を重ねました。

その思いを広く共有していくため、ポスターではハッシュタグを前面に掲げ、SNS等での発信や拡散を通して、「待つ」という関わり方が地域の中で自然な選択肢のひとつとなることを目指すこととしました。

また、より多くの人に届く言葉とするため、どのようなハッシュタグがふさわしいかについても広くアンケートで意見を募ることとしました。

第2節 アンケートの設計

今回のポスターでは、ハッシュタグを一瞬見ただけで、「あ、ちょっと待てばいいのかも」「声をかけずに見守るという配慮もあるんだな」そんな気づきにつながる言葉が必要となります。そのため言葉をフィードバックしていただくため、アンケートは極力短くし、自由記述の回答は任意として、なるべく多くの方に気軽に参加して頂けるように工夫しました。

実際のアンケートの詳細は付録Dをごらんください。

第3節 アンケートの結果概要

実施期間：2026年2月3日～10日

有効回答数：333件

本校保護者のほか、東京都知的障害特別支援学校 PTA 連合会の各校、SNS 等で広く回答を募りました。

1) 回答者の属性 (Q1)

当事者・家族：263 (約79%)

一般市民：43 (約13%)

福祉・医療・教育関係者：26 (約8%)

2) 方向性の選択結果 (Q2-1)

待つてほしい気持ちをやわらかく伝える：180 (54%)

誤解をほどくメッセージ：67 (20%)

配慮という考え方を伝える：36 (11%)

丁寧をお願い・説明する：30 (9%)

半数以上が「やわらかく、待つてほしい気持ちを伝える」方向性を選んでいきます。強く主張するより、関係を壊さない伝え方が支持されました。

3) 具体的表現の選択 (Q2-2、Q3)

#まってもらえると助かります (84)

#いま考えているので少し待つてみてください (51)

#考え中だから待つてね (30)

#まず待つという配慮もあります (27)

表現の選択において、以下のような理由が挙げられました。

- 「お願い」としての柔らかさ：命令形ではなく「助かります」「～みてください」と伝えることで、受け手が「自分にできる協力」として前向きに捉えやすい。
- 心の距離を縮める：障がいの説明から入るのではなく、今の「気持ち」を伝えることで、知識のない人にも直感的に伝わる。
- 自立の尊重：「少し時間があれば自分で解決できる」という当事者の可能性を奪わない配慮を感じる。

4) 「避けるべき」とされた表現の分析 (Q4)

アンケートでは、「これはちょっと違うかも」と感じる表現についても調査しました。

ワースト1：#ちょいまち (237票が否定的)

理由：軽すぎる、不真面目に見える、相手を馬鹿にしているように感じる等の意見が集中。

ワースト2：#声をかけない配慮 / #まず待つ配慮

理由：言葉が硬い(専門用語的)、指示されているようで少し突き放された印象を受ける。

地域の方々には「正しい知識を教える(教育的アプローチ)」よりも、「今の状況を共有し、協力をお願いする(共感型アプローチ)」言葉の方が、心理的ハードルを下げ受け入れられる傾向が顕著に出ています。

5) この言葉を見たときに期待される行動 (Q5)

自由記述を分析すると、次の3つのキーワードが浮かび上がってきました。

- ① 「見守る」：何か手助けをしようと焦らず、数歩離れて穏やかに待つ。
- ② 「プレッシャーを与えない」：じっと見つめたり、急かしたりせず、自分の用事を済ませながら待つ。
- ③ 「何もしないという支援」：困っているように見えても、本人が考えや次の行動を整理中であれば手を出さずに待つ。

第4節 ハッシュタグの選定

本アンケートは、言葉を選ぶ作業であると同時に、地域との関係性をどう築いていくかを問うプロセスでした。1位は「#まってもらえると助かります」、2位は「#いま考えているので少し待ってみてください」となりました。

1位と2位の表現についての分析を表にまとめると、このようになります。

項目	#まってもらえると助かります	#いま考えているので少し待ってみてください
性質	共感・感情型（お願いと感謝）	説明・論理型（理由と行動の提示）
相手への印象	「助けてあげたい」という善意	「そうなんだ、待てばいいのか」という納得
解決する課題	心理的な距離感、接し方の不安	障害特性への無理解、フリーズの誤解

PTA 役員内でもあらためて協議を行い、本ポスターの目的である「話せない＝わからない、ではない」というメッセージや、本人の意思決定を尊重するという視点をより明確に伝えられる表現として、「#いま考えているので少し待ってみてください」を採用することとしました。

善意に期待するだけでなく、「なぜ待つことが大切なのか」を具体的に伝えることが、本事業の目指す啓発の方向性により適していると判断しました。

第4章 啓発ポスター

第1節 ポスターデザイン概要

啓発ポスターでは、「話せない＝わからない、ではない」というメッセージと、「少し待つことが、本人の意思を支える」という視点を、できるだけ直感的に伝えることを目指しました。掲示場所は学校、公共施設、交通機関、SNS等、多様な場面を想定し、短時間で視線を引き、意味が伝わる構成としました。今回は2種類のデザインを制作し、効果測定やアンケートを行ってよりよい啓発につながるようにと考えました。

デザイン会社(株式会社インサイト)の方から、一般的に駅や施設内、コンビニ等の掲示物はB2サイズ(515×728mm)が主流と伺い、そのサイズでの制作を行いました。

第2節 キービジュアル「話せない≠わからない」



こちらのデザインでは、大きく

「話せない ≠ わからない」

という対比構造を中央に配置しました。

- ・文字数を最小限にし、瞬時に意味が読み取れる構成
- ・「≠」をピンク色で強調することで、“違う”というメッセージを視覚的に印象づける
- ・背景色はやわらかいベージュとし、攻撃的にならず、受け止めてもらいやすいトーンに

あえて説明を多くしすぎず、下部に「うまく話せないのは、わからないからではありません。ただ、伝える方法が、少し違うだけかもしれません。」と補足することで、否定ではなく“気づき”へ導く構成としました。

第3節 数値を使った具体化「まずは10秒。」



二つ目のデザインでは、「まずは10秒。」と具体的な時間を提示しました。

「少し待つ」という言葉は抽象的で、人によって幅があります。そこで“10秒”という具体的な数字を提示することで、行動に移しやすい形にすることをデザイン会社のプロの目線でご提案いただきました。

- ・「10秒」を大きく配置し、視覚的インパクトを重視
- ・「待ってくれるだけで安心できる人がいます」と続けることで、行為の意味を明確化

これにより、「かわいそうだから助ける」という構図ではなく、「待つことで支えられる」という主体的な関わりを提示しています。

第4節 ハッシュタグの前面化

両ポスター共通で、

#いま考えているので少し待ってみてください

をピンク帯で中央に配置しました。

これは単なる補足ではなく、本事業の社会的広がりを持つ“行動のフレーズ”として位置づけています。

- ・ SNS 上で拡散しやすい構造
- ・ そのまま引用・投稿できる言葉
- ・ 当事者・家族・支援者のいずれもが使える表現

「助けてください」ではなく、「いま考えている」という主体性を含む言葉にすることで、本人の意思決定支援という現在の流れを反映させています。

第5節 イラストと余白設計

ポスター下部には、少し緊張した様子のイラストを配置しました。

- ・ 過度に“かわいそう”にならない表情
- ・ しかし「急かされる不安」は伝わるバランス
- ・ 視線がテキストへ戻る導線設計

また、最下部をホワイトblankにすることで、

- ・ 他校 PTA が団体名を入れられる
- ・ 地域ごとの連絡先や QR コードを追加できる
- ・ 全国的な展開が可能になる

という拡張性を持たせました。これは単発の制作物ではなく、「共有できる啓発ツール」として設計したものです。プロトタイプとして展開できるようなデザインとしました。



第6節 QRコードの設置と効果測定設計

本ポスターには QR コードを掲載し、より詳しい説明や本事業の背景をまとめた特設ページへ誘導する構成としました。

ポスターは瞬時にメッセージを伝える媒体である一方で、伝えきれない文脈や制度的背景、意思決定支援の考え方などについては、より丁寧な説明が必要です。そのため、興味を持った方がさらに理解を深められる導線を設けました。

あわせて、特設ページ内には簡易的なアンケートフォームを設置し、

- ・ ポスターを見た場所
- ・ メッセージの受け止め方
- ・ 今後地域で広げる可能性

などについて回答いただけるようにしています。

これにより、本事業を単なる啓発制作にとどめず、実際にどのような反応があったのかを可視化し、今後の改善や展開につなげることを目指しています。

第7節 今後の課題と展望

本事業を通してポスターの制作・発信までを行いました。啓発は掲示した時点で完了するものではありません。今後は、その後の反応や変化を丁寧に見ていくことが課題です。

1. 効果測定と振り返り

ポスターに掲載したQRコードから特設ページへ誘導し、アンケートフォームへの回答をお願いします。

どこで目にされたのか、どのように受け止められたのか、「少し待つ」という視点が心に残ったかどうか——そうした声を集め、実際に届いているのかを確認していきます。

大きな変化を求めるといよりも、「あ、そういうことか」と一度でも立ち止まってもらえたかどうか。その手応えを確かめながら、今後の工夫につなげていきたいと考えています。

2. SNSでの広がり

ハッシュタグ「#いま考えているので少し待ってみてください」を用いて SNS での発信も行っています。

知らない人に届く可能性があること、当事者や家族が「これ、わかる」と感じて共有してくれる可能性があること、どれくらい広がるかは分かりませんが、小さな共感の積み重ねが、地域の空気を少し変えるきっかけになることを期待しています。

3. 他校・他地域への展開

ポスター下部をホワイトスペースとしたのは、他校や他団体でも使える形にしたいという思いからです。

学校ごとに状況は違いますが、「少し待つ」という視点は共通して大切にできるものだと考えています。今後、PTA 連合会等を通じてデータ共有を行い、それぞれの地域に合った形で活用してもらえればと考えています。

第5章 ヘルプマークの補助マークの試作

ポスター制作とあわせて、ヘルプマークを補うための「補助マーク」の試作も行いました。現在広く使われているヘルプマークは、「援助が必要です」というメッセージを伝える大切なツールですが、知的障害のある人、とくに言葉での表出が難しい人にとっては、「何に困っているのか」「どのように関わってほしいのか」が周囲に十分伝わらないこともあります。

今回試作したマークは、両手を広げたかたちの中にひまわりを配置したデザインです。この「ひらいた手」は、助けを求めると同時に、まわりがそっと待つ手でもあります。

制作のヒントになったのは、PECS（絵カード交換式コミュニケーションシステム）で用いられる「まって」という概念です。この「まって」は、本人が発信する言葉です。しかし実際の生活の中では、本人が発信する前に周囲が先に判断してしまう場面も少なくありません。

そこで今回は、「考えている本人を、まわりが待つ」というイメージを視覚化しました。「話せない＝わからない、ではない」というメッセージを、よりやわらかく伝えることを目指しています。

このマークを描いたのは、現在小学部にお子さんが通っている保護者の方です。本校の保護者ではありませんが、PTA 連合会でのつながりがあったからこそ実現した取り組みです。学校の枠を越えて知恵や思いを持ち寄ることができるのは、連合会としての強みでもあります。

本マークはあくまで試作段階ですが、ヘルプマークを「助ける／助けられる」という一方向の関係にとどめず、「待つ」「理解しようとする」という視点を加える可能性として提案するものです。今後は、実際の使用場面での反応や意見を丁寧に集めながら、必要に応じて改良を検討していきたいと考えています。



試作した補助マーク

付録 A 校内アンケート（課題整理）詳細

知的障害のある子どもたちの「安心」と「配慮」を見える形に
～新しいマークと啓発ポスターづくりのためのアンケート～

アンケート調査期間 2025年6月25日～7月25日

回答方法 Google フォーム

回答数 6件

知的障害のある子どもたちの「安心」と 「配慮」を見える形に～新しいマーク と啓発ポスターづくりのためのアンケート～

ヘルプマークの認知度は高まっていますが、知的障害のある子どもたちがマークをつけていても、適切な理解や配慮につながらないという声があります。特に、災害時や外出先でのトラブル、誤解などの困りごとがあるという現状も聞かれます。

そこで私たちは、知的障害のある子どもたちの特性に応じた新しいマークと、それを周囲に伝える啓発ポスターを制作しようとしています。そのために、保護者や教職員のみならず、みなさんの実感やご意見をぜひ聞かせてください。

あなたの声は、「みえにくいこまりごと」をちゃんと伝える だいじなヒントになります。

青島PTA

(左:実際の Google フォームの冒頭部分)

<設問>

■あなたの立場を教えてください。*

- 保護者（知的障害のある子ども）
- 保護者（知的障害のない子ども）
- 教職員
- その他:

■ヘルプマークについて、どのように感じていますか？（複数選択可）

- よく知っており、意味や目的も理解している
- 見たことはあるが、詳しい意味は知らなかった
- 知的障害のある子どもが使っていても伝わりにくいと感じる
- 対象が広く、困りごとの内容が見えにくいと思う
- 知的障害のある子には合っていないと感じる
- 有効に使えていると思う
- その他:

■知的障害のある子どもが、外出先や学校・災害時に困ったことはありますか？（複数選択可）

- パニックになったとき、まわりに誤解された

- 声かけや対応に困っている様子を見た
- 周囲の配慮が受けられなかった（避難所・病院など）
- 事情を説明しないとわかってもらえなかった
- そもそもトラブルが起こらないよう気を張っている
- 困ったことは特にない
- その他:

■知的障害のある子について「わかってもらえた」「配慮された」と感じた経験があれば教えてください。新しいマークがあった場合、どんな場面で役立ちそうだと思いますか？（複数選択可）

- 登下校時や学校行事
- 公共交通機関（バス・電車）
- 商業施設（スーパー・ショッピングモールなど）
- 医療機関・福祉サービス
- 災害時（避難所・移動など）
- 地域の行事・外出先
- その他:

■マークを見た人に、どんな「気づき」や「配慮」を促したいですか？（自由記述）

新しいマークについて、あてはまるものがあれば選んでください（複数選択可）

- シンプルで、ひと目で意味が伝わるものがよい
- 知的障害とすぐわかりやすいとよい
- 子どもがつけたくなるデザインがよい
- 大人が見ても違和感のないデザインがよい
- ヘルプマークと組み合わせて使えるとよい
- その他:

■啓発ポスターがあるとしたら、どんな内容・表現があるといいと思いますか？（自由記述）

このマークとポスターの取り組みについて、応援したい・協力したいと思いますか？

- 応援したい・協力できることがあればしたい
- 内容によっては協力できる
- 応援したいが協力はむずかしい
- 特にない

<回答のまとめ>

（1）ヘルプマークに対する認識

回答者の多くが「ヘルプマークの意味や目的は理解している」と回答しました。一方で、

- 知的障害のある子どもが使っていても伝わりにくい
- 対象が広く、困りごとの内容が見えにくい
- 知的障害のある子には合っていないと感じる

といった意見も複数見られました。

「有効に使えている」との回答も一部にありましたが、**理解はしているものの、知的障害特有の困難さを十分に伝えきれていないのではないのかという課題意識**が共有されていることがうかがえました。また、「障害があることを不特定多数に知らせることへの不安」や、「配慮の必要性が具体的に伝わらない」といった慎重な意見も見られました。

(2) 外出時・学校外での困りごと

「そもそもトラブルが起こらないよう気を張っている」という回答が多く、日常的に緊張感をもって生活している様子がうかがえました。

具体的には、

- パニック時に誤解された
- 事情を説明しないと理解してもらえなかった

といった経験が挙げられました。

一方で、

- 電車やバスで席を譲ってもらった
- 笑顔で「大丈夫です」と受け止めてもらえた
- 不安な場面で先に乗車させてもらえた

など、理解や配慮を受けた経験も複数寄せられました。

このことから、**周囲の理解がある場面では安心につながる一方、説明しなければ伝わらない現実がある**ことが明らかになりました。

(3) 新しいマークに期待すること

役立つ場面としては、

- 公共交通機関
- 商業施設
- 医療機関
- 災害時
- 登下校時や学校行事

など、日常生活のさまざまな場面が挙げられました。

デザインについては、

- シンプルでひと目で意味が伝わるもの
- ヘルプマークと組み合わせて使えるもの
- 大人が見ても違和感のないもの
- 子どもがつけたくなるもの

といった意見が多く、**わかりやすさと使いやすさの両立が求められている**ことがわかりました。

(4) マークやポスターに期待する「気づき」

自由記述からは、

- 外見からはわかりにくい特性があることを知ってほしい
- コミュニケーションが苦手であること
- 「特別」とは、できないことではなく、練習を重ねてできるようになる過程を含むこと
- ゆっくり、やさしく、具体的に、本人のペースに合わせてほしい

といった声が寄せられました。

単に「助けてほしい」というよりも、**誤解を減らし、安心して見守られる環境を望む声**が多く見られました。

(5) 本取り組みへの協力意向

「応援したい・協力できることがあればしたい」または「内容によっては協力できる」との回答がすべてを占め、**取り組み自体への関心と期待の高さ**がうかがえました。

付録B 先行マーク調査（ハートバッチ）詳細

出張日：2025年8月7日（木）

出張先：仙台市内

目的：宮城県立古川支援学校での『ハートバッチ』の製作経緯、支援学校の七夕祭り参加について、宮城県においてのインクルーシブ活動についての情報交換

【訪問内容】

宮城県立古川支援学校元PTA会長荒井純氏、宮城教育大学附属特別支援学校元PTA会長・一般社団法人グラッソ代表理事相澤直氏、尚絅学院大学佐々木健太郎准教授、佐々木准教授のゼミの学生2名も交えて、意見交換会。

🎯 目的

- 外見から障がい分かりにくい児童生徒が、周囲から誤解や偏見を受けないための啓発バッチ
- 「我が子に障がいがあることを周囲に理解してもらい、温かく見守ってほしい」という保護者の願いから誕生

📌 普及活動「バッチ・グー大作戦」

📄 主な取り組み

1. ちらし配り：イオンやザ・ビッグ（スーパー）などの商業施設で定期的に配布。
2. ポスター掲示：近隣300か所以上（役場、警察署、銀行、郵便局、JA、コンビニなど）に掲示。
3. 車用マグネット：スクールバスや学校に出入りのある放課後デイサービス車両に掲示依頼。
4. ジャンパー着用：PTA活動時に着用し、認知度向上を図る。

🔗 バッチの仕様

- 初期はピン式だったが使いづらい声があり、現在はタグ式（500円）。生徒には入学時にタグ式バッチ1つ無料で配布している。
- 裏面には名前・連絡先記入欄あり。デザインと制作
- 偶然にもデザインができる美術科教員（安住英之先生（日本美術院院友））がいたためデザインを依頼することができた。
- ハートをモチーフに、白・青・黄・黄緑の配色。

成果と反響

- 公共交通機関や商業施設での理解促進。
- 東日本大震災時の避難所でも配慮を受けた事例あり。



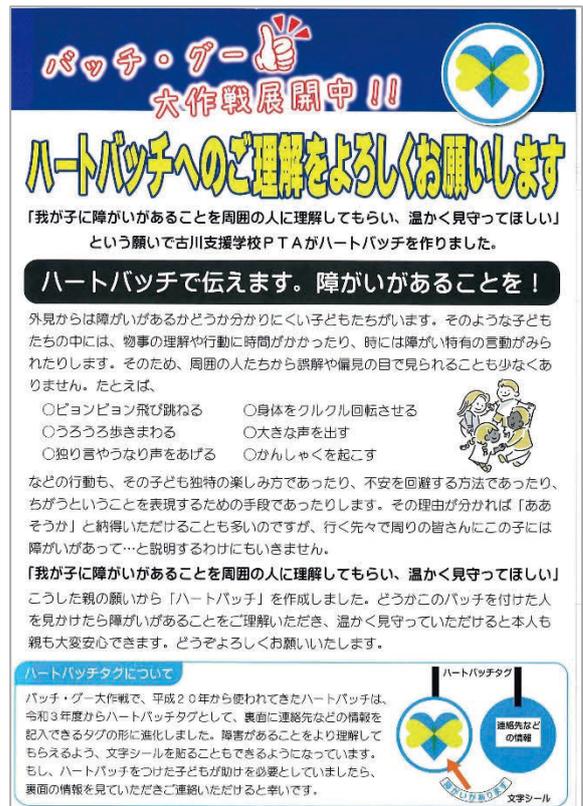
ハートバッチは障がいがある子どもがつけています

あたたかく見守ってください

障がいからくる様々な行動があります

- 🌀 とびはねたり、まわったり
緊張や不安を解消するためにパターン化した行動をすることがあります。
- 🌀 うろろう
気持ちが落ち着かないとき、歩きまわって平静を保とうとすることがあります。
- 🌀 おおきな声
経験のない出来事への対応が分からず、大声を上げることがあります。
- 🌀 ぶつぶつ
声を出すことによって、自分を落ち着かせていることがあります。

お問い合わせ 宮城県立古川支援学校PTA TEL: 0229-26-2338



バッチ・グー大作戦展覧中!!

ハートバッチへのご理解をよろしくお願ひします

「我が子に障がいがあることを周囲の人に理解してもらい、温かく見守ってほしい」という願いで古川支援学校PTAがハートバッチを作りました。

ハートバッチで伝えます。障がいがあることを!

外見からは障がいがあるかどうか分かりにくい子どもたちがいます。そのような子どもたちの中には、物事の理解や行動に時間がかかったり、時には障がい特有の言動がみられたりします。そのため、周囲の人たちから誤解や偏見の目で見られることも少なくありません。たとえば、

- ピョンピョン飛び跳ねる
- 身体をクルクル回転させる
- うろろう歩きまわる
- 大きな声を出す
- 独り言やうなり声をあげる
- かんしゃくを起こす

などの行動も、その子ども独特の楽しみ方であったり、不安を回避する方法であったり、ちがうということ表現するための手段であったりします。その理由が分かれば「ああそうか」と納得いただけることも多いのですが、行く先々で周りの皆さんにこの子には障がいあって…と説明するわけにもいきません。

「我が子に障がいがあることを周囲の人に理解してもらい、温かく見守ってほしい」こうした親の願いから「ハートバッチ」を作成しました。どうかこのバッチを付けた人を見かけたら障がいがあることをご理解いただき、温かく見守っていただくと本人も親も大変安心できます。どうぞよろしくお願ひいたします。

ハートバッチタグについて

バッチ・グー大作戦で、平成20年から使われてきたハートバッチは、令和3年度からハートバッチタグとして、裏面に連絡先などの情報を記入できるタグの形に進化しました。障害があることをより理解してもらえよう、文字シールを貼ることもできるようになっています。もし、ハートバッチをつけた子どもが助けを必要としていましたら、裏面の情報を見ていただきご連絡いただくと幸いです。

ハートバッチタグ
連絡先などの情報
文字シール

- 他の支援学校 PTA にも広がりを見せている。

⚠ 課題と今後の展望

- 県内全域への普及にはまだ時間がかかる。
- 特別支援学校 PTA 同士の横のつながり強化が必要。
- 地域メディア（新聞・TV・広報紙）への PR 活動の継続が重要。

【訪問で感じたこと】

現地でお話を伺う中で印象的だったのは、マークそのもののデザインや運用方法だけではなく、それを生み出すまでの地域との関係づくりでした。PTA が日頃から地域や大学、関係機関と丁寧に連携を重ねており、その積み重ねの中から「マークをつくろう」という動きが自然に生まれてきたということが伝わってきました。単発の企画として立ち上がったものではなく、地域との信頼関係や対話の土壌があったからこそ実現した取り組みであることを学びました。

今回の調査を通して、マーク作成はゴールではなく、地域とつながり続けるためのひとつの手段であること、そしてその背景にある日常的な連携の大切さを改めて実感しました。

【マーク以外の活動について】

（1）仙台七夕まつり「笑顔でつなぐ SDGs 七夕飾りプロジェクト」

宮城県内の特別支援学校の児童・生徒が主体となって七夕飾りを制作し、会場に出展する取り組みが行われていました。大学教員や学生、PTA 経験者の方々が中心となり、学校と地域、大学が連携して進められているプロジェクトです。

飾りには子どもたちの写真や似顔絵があしらわれ、各学校に関連するマークやクイズなどが掲載されていました。市民が短冊を記入して参加できる仕組みも設けられ、多くの人が自然に関われる工夫がなされていました。また、風に揺れる竹風鈴や鈴の音が鳴る仕組みを取り入れるなど、気づいてもらえる工夫が施されていました。

七夕終了後も展示は継続され、使用した飾りは福祉作業所と連携して再活用されるなど、取り組みが循環する仕組みがつけられていました。会場では「特別支援学校の作品なのですね」といった声も聞かれ、参加を通じて学校や子どもたちの存在が地域の中で自然に認識されている様子が見られました。

この取り組みからは、行事への参加そのものが目的ではなく、地域とのつながりを育て続ける仕組みとして丁寧に構築されていることが感じられました。

（2）インクルーシブスポーツキャラバンの取り組み

「インクルーシブスポーツキャラバン」は、障がいの有無にかかわらず、誰もが一緒に楽しめるスポーツの場をつくることを目的に行われている活動です。一般社団法人ゴラツソを中心に、地域の子どもたちや家族が参加しながら、さまざまな地域で継続的に実施されています。

特別なイベントとして区切るのではなく、地域の日常の中にインクルーシブな機会を積み重ねていくこと。その積み重ねが、地域全体の理解や関係づくりにつながっていることを学びました。



付録C ひまわりストラップに関する山本氏インタビュー詳細

1. インタビューの背景

ひまわりストラップについて調査を進めるなか、以下の記事を書いた山本氏へのインタビューを企画し、現地の関係者と直接話した内容を共有していただきました。

参考) <https://nakamaaru.asahi.com/article/15061968>

インタビュー日：2026年1月23日（金）

場所： オンライン（Zoom）

【ONBOARD 理事長 山本雅彦氏】社会福祉士。1984年朝日新聞社入社。写真部長、徳島総局長を経て2014年から社会福祉法人 朝日新聞厚生文化事業団大阪事務所長を務め2022年に退職。厚生文化事業団では「認知症マフワークショップ」や、小学生が認知症を正しくわかりやすく学ぶ「認知症フレンドリーキッズ授業」を企画・立案。その他、認知症をテーマにした講演会や国際シンポジウムを多数開催し、2017年の京都、2020年のシンガポールで開催されたADI（国際アルツハイマー病協会）国際会議ではゲストスピーカーとして招かれる。亡くなった両親は認知症で介護経験もある。（ONBOARD ホームページのプロフィールより）

山本氏は、もともと認知症分野を専門に活動してきた立場として、イギリス・プリマス大学の認知症研究者イアン・シェリフ氏との交流を通じ、ひまわりストラップの取組を知ったそうです。2018年頃、取材でイギリスを訪れた際、シェリフ氏の紹介により現地の関係者と直接つながり、ひまわりストラップについて話を聞く機会がありました。

当初は取材のみで終わり、しばらくは記事化には至りませんでした。その後、日本・羽田空港で同様の取組が行われていることを知り、連載を持っていた媒体で正式に取材を行うことになったそうです。

1. イギリスにおけるひまわりストラップの位置づけ

山本氏は、ひまわりストラップについて「非常に分かりやすく、可視化された取組み」であると述べられました。イギリスでは事前に申請すると自宅にストラップが送られ、空港職員が事前にその意味を理解したうえで、当日自然な対応を行う仕組みになっているといます。

ひまわりストラップは「hidden disabilities（見えない障害）」を示すものであり、精神障害や認知症なども含まれます。また、ストラップを付けているからといって特別扱いをするのではなく、過剰にならない自然な対応を重視している点に意義を感じたと語っていただきました。

さらに、こうした取組みの背景には、イギリス社会における人権意識の高さ、個人の尊厳を尊重する文化があると述べ、認知症になっても旅行や外出が制限されるべきではないという考え方がベースにあると説明されました。

2. 日本（羽田空港）での展開の特徴

羽田空港でのひまわり支援ストラップの配布は2022年3月から始まりました。ひまわり支援ストラップを着用することによって、支援や配慮が必要だということを周囲の人々に伝え、それを見た空港職員が支援を必要と判断したときに、速やかに支援できる態勢づくりを目指しています。同空港内第1ターミナル2階南案内カウンターなどで配布されています。事前予約は必要ありませんし、料金も無料です。

3. 小学生向け認知症授業の取組

山本氏は、認知症に関する小学生向け授業を長年継続し、現在も実施されています。取組みのきっかけは、イギリスでは小学生が国語や算数の授業の中で、さりげなく認知症や社会的課題について学んでいるという話を聞いたことだったといえます。

この経験をもとに、日本でも小学生を対象とした「認知症特別講座（出前授業）」を構想し、朝日新聞厚生文化事業団の主催で実施してきました。年間20校程度、多い時には30校ほどを全国各地で回り、北海道から関西、東京まで幅広く実施してきたそうです。

当初は学校への直接的なアプローチが難しかったが、社会福祉協議会や地域包括支援センターなどが関心を示し、実施につながるケースが多かったということです。

授業は2時間構成で、前半は認知症の基礎知識を学ぶ座学、後半はVRを活用した体験型学習で構成されています。前半では、日本における認知症の人数や症状、薬の現状などを説明し、算数を用いて高齢化率などを考えるなど、双方向性を重視した進め方をしているとのこと。

授業の後半では、関西学院大学の研究をもとに制作された、認知症の人の「見え方」を体験できるVR映像を視聴します。VRを入口として関心を引き、その後グループワークを行い、認知症の人の気持ちや、街や店舗がどのように変われば暮らしやすくなるかを考える時間を設けているといえます。

子どもたちの反応としては、授業後に地域でのボランティア活動を考え始めた例や、日常で出会う高齢者に対する見方が変わったというエピソードを紹介してくださいました。また、アンケートでは印象的な言葉や自由な発想が多く見られたとのこと。

4. 認知症理解を広げるうえで重視している点

山本氏は、認知症理解を広げるうえで最も重要なのは「正しい知識を伝えること」だと繰り返し述べられました。認知症は突然すべてが失われるものではなく、軽度認知障害から始まり、長い時間をかけて進行すること、人によって進行の速度や状態は大きく異なることを知る必要があると説明されました。

また、メディア報道において極端な事例ばかりが強調されることで、認知症への誤解や偏見が強まってきたことにも触れ、エビデンスに基づいた情報発信の重要性を語られました。

認知症のある方との具体的な関わり方としては、「否定しないこと」が重要です。ご自身が両親の介護をしていた当時、十分な知識がなく否定的な対応をしてしまった経験や、定年後にデイサービスで働いた経験を通じて、知識の有無が関わり方に大きく影響することを実感したといえます。

認知症サポーター養成講座などでは、目線を合わせる、ゆっくり話すといった具体的な対応方法を学ぶことができ、こうした実践的な知識を周囲が持つことが大切だということです。

5. インタビューからみえてきたこと、本インタビューから見える示唆

(1) 「配慮を求める意思表示」は、単純であるほど社会に届く

ひまわりストラップの取組みからは、「見えない困難」を社会に伝える際、複雑な説明よりも、誰が見ても意味が想像できるシンプルなサインが有効であることが示唆されます。

ひまわりストラップは、障害や病名を明示するものではなく、「何らかの配慮が必要である可能性」を示すにとどめています。これにより、本人にとって過度な自己開示を強いられず、周囲にとっても「何をすべきかを考える余地」が残されています。

(2) 「助ける」よりも「気づく」を促すデザインの必要性

山本氏は、ひまわりストラップが「特別扱いをするための印」ではなく、自然な配慮を引き出すための合図として運用されている点に言及しています。

この点は、補助マークのデザインやメッセージを考えるうえで大きな示唆をいただきました。

「手を差し伸べる」「助ける」といった行為を直接的に示すよりも、

- ・ 立ち止まる
- ・ 見守る
- ・ 少し待つ

といった行動を想起させる表現のほうが、過剰な介入や誤解を避け、日常の中で受け入れられやすい可能性があります。

(3) 啓発は「知識の正しさ」と「体感」の両輪で進む

小学生向け授業の事例からは、認知症理解が単なる知識の伝達ではなく、体験を通じた理解によって深まることが示されています。VR を用いた授業は、認知症の人の見え方・感じ方を疑似体験することで、「知らなかった」から「想像できる」状態へと子どもたちを導いています。

このことは、ヘルプマーク補助マークの啓発においても、

- ・ 正しい情報の発信
- ・ 具体的な場면을想像できる語り

を組み合わせる必要性を示しています。

オリジナルハッシュタグを用いた発信は、単なるスローガンにとどまらず、日常のエピソードや「こういうとき、こう感じた」という具体例を蓄積することで、社会全体の理解を育てる可能性があります。

(4) 「知らないこと」が偏見を生むという前提に立つ

山本氏が繰り返し強調したのは、認知症に対する誤解や恐怖の多くが、正確な知識の不足から生じているという点です。極端な事例のみが強調されることで、「関わり方が分からない」「近づくの怖い」という感情が生まれてきます。

啓発ポスターやマークを見ても「どうしていいか分からない」状態が続けば、啓発は十分に機能しません。そのため、啓発ポスターの普及と並行して、

- ・ 否定しない
- ・ 急がせない
- ・ 相手のペースを尊重する

といった、ごく基本的で実行可能な関わり方を繰り返し共有していくことが重要です。

(5) ハッシュタグ啓発は「正解を押し付けない」ことが鍵となる

山本氏の実践からは、認知症や見えない障害への関わりに「唯一の正解」は存在しないことも読み取れます。重要なのは、完璧に対応することではなく、考え続ける姿勢を社会に広げることです。

オリジナルハッシュタグは、「こうしなければならない」という規範を作るためではなく、

- ・ 気づいたこと
- ・ 迷ったこと
- ・ 立ち止まった経験

を共有するための場として機能することが望ましいと改めて気づかせていただきました。

付録 D ポスターの言葉を選ぶアンケート結果

実施期間：2026年2月3日～10日

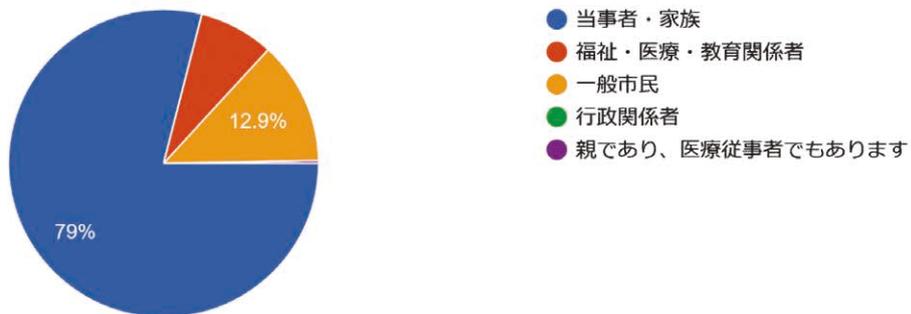
有効回答数：333件

【Q1】 この取組について、あなたご自身に近いものを教えてください。（必須・選択）

当事者・家族	263 (79%)
一般市民	43 (12.9%)
福祉・医療・教育関係者	26 (7.8%)

【Q1】 この取組について、あなたご自身に近いものを教えてください。（必須・選択）

333件の回答



【Q2-1】 ポスターの言葉として、どの方向性が一番伝わりそうだと思いますか？

待ってほしい気持ちを、やわらかく伝える	180
丁寧にお願いする・説明する	30
「配慮」という考え方を伝える	36
誤解をほどくメッセージを伝える	67

【Q2-1】 ポスターの言葉として、どの方向性が一番伝わりそうだと思いますか？

333件の回答



【Q2-2】 上で選んだ方向性の中で、いちばんじっくりくる表現を選んでください。

#まってもらえると助かります	84
#いま考えているので少し待ってみてください	51
#考え中だから待ってね	30
#まず待つという配慮もあります	27
#ちょっと待ってほしいかも	26
#少し待ってみてください	21
#頭の中を整理するのに時間いただけますか	19
#話せなくてもわかっています	14
#話せないから伝えたい	14
上記以外	47

※一般市民のみの集計結果

#考え中だから待ってね	10
#ちょっと待ってほしいかも	6
#まってもらえると助かります	5
#いま考えているので少し待ってみてください	4
#まず待つという配慮もあります	3
#少し待ってみてください	3
#頭の中を整理するのに時間いただけますか	3
#話せなくてもわかっています	2
#話せないから伝えたい	2

【Q3】 Q2 で選んだ理由を教えてください（任意・記述）

※1位と2位のハッシュタグについてのみ以下記載

#まってもらえると助かります

<一般市民の方>

- 見た時に、あ、何かあるのかな？と思う
- 自分が当事者にだったらどう伝えたいかなと想像して選びました。

<当事者・家族の方>（一部抜粋）

- 知的障害のある子どもは、急がされることで不安になったり、パニックになってしまうことがあります。「まってもらえると助かります」は、そうした特性を知らない人にも、気持ちとして伝わりやすい言葉だと感じました。
- 気にかけてくれた方が手助けしやすい言葉だと感じたので。
- 悪意の無い人をお願いするときは、こちらもなるべく丁寧にお伝え、またはお願いするのが良いと思います。
- 丁寧をお願いした方が配慮してもらえるかも
- 一般的よりゆっくりだけど、少し時間があれば自分で解決出来ることもあるから
- 本人の気持ちを表す言葉に感じました。
- 簡潔に柔らかく、意図を伝えることができそうです。
- 自分が保護者として側にいたと想定した時に、周りの方にどう伝えるだろうと思ったらこの言い方

が1番じっくり来たから。

- 「助かります」という言葉は、障害に理解がそこまでない方達にも響くと思うため。
- 発語が難しい方の心の声を代弁している様に受け取れたので、選ばせていただきました。
- 丁寧な言い方で伝えたい人に嫌な気持ちにさせない。ネガティブ表現がない。
- なにもわからないだろうと思われがちなところを、まずは、話せなくても思っていることは必ずあるということを知ってもらうのが一番。その上で、困っていそうだったら、ゆっくり話しかけてみてほしい。困っていないパターン、本人が楽しんでいることもあるので、見極めは難しいが、安全が確保できていれば、しばらく見守ってほしい。それが、彼らが一番助かることだと思うので。
- 我が家の場合は本人の意思で急ぐ(早く食べたい、早く目的地に出かけたいなど)以外の要望で急ぐという事理解が難しい状況です。外で人が待ってるから急ぐ事などが難しいのでバスの乗り降り、公共の場での移動など暖かく見守ってもらえる環境だとありがたいと思います。
- こちらの気持ちと相手への感謝が合わさっているように感じるから
- 声をかけてもらうこともいいけれど、待ってもらえるとできることがあるということ伝えるのに適していると思うので。
- あまり長くない文章で、尚且つ、軽く(フレンドリー的な)聞こえるのでもなく、指示されているようにも聞こえなく、内容が簡潔に伝わるイメージがありました。
- 当事者目線で「願う」というのも違う気がするし、かといって、他の人は単に「わからない」人も多い気がするので、相互に歩み寄れるよう、互いに丁寧に、亀裂を産まないニュアンスを選択しました。

#いま考えているので少し待ってみてください

<一般市民の方>

- あまり遜らず、かと言って自分の考えを丁寧に伝えられる言葉と思ったからです
- どんな状況なのか？それに対して、私は何をしてあげられるのか？が、両方わかるので。

<当事者・家族の方>

- お願いしたいことと、その理由が入っているので、障害者・児との接し方がわからず戸惑う側の人に待てばいいんだ、と伝わりやすかったです。
- 「動かない」には理由がある。頭の中で葛藤していたり、考え中だったり。分かっていないわけじゃない。人それぞれ考えるペースがあるのだから"ゆっくり"を尊重してほしい。
- 知らない人からしたら、固まっている理由がわからないので、考えてるよということが伝われば、自然と待ってくれたり、親切心でよくないタイミングで声掛けすることが減るのではと思いました。
- 情報処理中ということ視覚的に伝えられるといいと思う。言葉でもいいけど、ロード中みたいな記号がわかりやすいかも。
- やんわり伝えるだと、伝わらない方もいるので、インパクトがあるコメントが良いと思う。が、受け取る方の印象も重視ですね。
- 考えてから発信まで時間がかかるのを理解して欲しい。
- 「いま考えているので」という理由があることで、考えているんだなと気づくことができました。
- 周りから見ると止まっているように見える、フリーズしているように見えるかもしれないけれど、本人は一生懸命考えている、判断している途中である、やることは決めているがまだ動いていない状態であることはよくあると思うからです。止まっている=できない、フリーズしている ではない。
- 知的に障害があると思考や行動もゆっくりで、時間を要する時もあるので、ただ何もしていないわけではなく、本人にペースで考えている事もあります。本人が考えて決めて行動に移すまで少し待ってもらう事が、合理的配慮につながると考えます。
- 文字数は多くなる分、より具体的で伝わりやすく感じた

- 一方が正しいと思うことを強めに伝えると、相手方がわかっていない側にされてしまい気持ち良いコミュニケーションにならない気がした。その点、ただ単に状況の説明であり、してほしいこともわかりやすいし、どんな人との間にも成立する言葉なので自然で良いと思います。
- 遠回しすぎても伝わらないし、きつい言い方になるのも反感を持たれそう
- 返答、反応が遅いと、あれは？これは？と次々と質問や話しかけてくる人がいる。これでは当事者が話すタイミングがないなと感じたことがある。
- 「注意や協力」が必要な場面で、本人ではなく保護者や付き添い人への声掛けで済ませようとされ、その責任を様々な場面で負わされることに負担を感じ億劫になります。その様になってしまった社会の構造に違和感を覚えるようになりました。知的障害のある人 **＝** 言っても伝わらない、という思い込みを何とか払拭してあげたいものです。
- 待つという周囲の構えがなぜ大切なのか、理由も含めて表現されているから
- 私自身がそうなのですが、状況とか理由がわかれば、急かずに落ち着いて対応できる、というタイプであるためです。単に「待って」と言われると、こちらが急かしてるように（実際にはそうなのかもしれませんが）感じてしまい、拒否されてるようにも思ってしまう。特に相手が善意の場合、その善意が通じない気がして、逆上しかねないです。実際、私の回りの支援者にそういうタイプの方がいて本人がしんどくなったりしてます。また、まず考える時間が欲しい方の場合、どうして待って欲しいのかを伝えることも困難なように思います。なので、理由を含めた言葉の方が良いように思いました。でも「まず待つ配慮」も捨てがたいですね。
- わからない状況ではなく、考えているという状況・選択肢があるんだということを知ってもらいたいと思ったため

【Q6】 その他、気になったこと・言い換え案があれば教えてください（任意）

（いただいたご意見より一部抜粋）

- 『少し見守って』的な表現が補足でもいいので、入るといいなと思いました
- 対象者をコントロールしようとする言葉は伝わらないので気づきを促すのがいいと思います。その時相手は何を感じているのかを伝えて欲しいです。
- 一意見ですが、このアンケートを通じて理解ができたことを感謝します。ポスターの完成を楽しみにしています！
- 「一緒に待つことを楽しんで」
- ゆっくりペースで考え中
- 知的障害のある子供を育てる中で、子供のペースに合わせるということを特に気を付けています。つい、せかしてしまうことがあります。結局あまりいいことは無いです。相手の心地よさを尊重することは大切なことだと思っています。
- 当事者なのでこのポスターの意図するところはよく理解できますがそれでもどういうシチュエーションの場合を指しているのかが分かりにくいです。もし全く周りに知的障害の方がいない人はもっとわかりにくいかもしれません。少し説明が必要なポスターとなると思います。
- 決して否定している訳ではありませんが、『配慮』という言葉に違和感を感じています。待つもらうことが前提のようなので。どちらかといえば、状況理解してもらったうえで、『お急ぎでしたらお先にどうぞ』ぐらいが双方負担ない感じがしました。
- 先日、スクールバスの添乗員の方とのやり取りで、まさにこのような場面がありました。少し待つただけであれば行動できたのに、強い声かけで急かされてしまいました。このような啓発の取り組みが広がることをうれしく思います。
- 知的障がいの方とのコミュニケーションをあらためて考えることができましたし、こういったポスターや障がい者マークのようなわかりやすいツールが増えると、きっと、すこし楽になれる方が増えると思います。ありがとうございます。