

## マークの意味

大月市立大月東中学校三年 市川 怜愛

私は「ヘルプマーク」と聞いて、思い浮かべる言葉は「障害」です。私はヘルプマークがあるということは知っていました。しかし、実際に見たことはなく、ヘルプマークについて調べたこともないので詳しく知りませんでした。しかしつい最近、ヘルプマークを見かけました。

夏休みに入り、私は友達と出かけるため電車に乗っていました。電車の出発までまだ少し時間があり電車は駅で止まっていました。出発時間に近づいていたとき、私たちの近くに座っていた大人の男性が立ち上がりドアの近くに向かいました。私はもうすぐ出発するのにどこに行ってしまうのかと不思議に思いました。しかし男性は電車から降りるためにドアに近づいた訳ではありませんでした。ドアの向こうにはリュックにヘルプマークを付けた男性がいました。その男性は白杖を持っていました。すると、立ち上がった男性はドアを開けるボタンを押してドアを開けたあと、白杖を持った男性の手を引いて誘導してあげていました。人が少なく、出口のドアに近い席を案内してあげていました。その後も男性は白杖を持った男性の近くに座っていました。

私はその光景を見てとても心を動かされました。気づいたらすぐに行動に移した男性はとてもカッコいいと思いました。中々行動に移せる人は少ないと思います。もし私だったら見て見ぬふりをしていたかもしれません。白杖を持った男性の気持ちを考えてみると、目の前が真っ暗で頼りにできるのは耳と白杖。そのような状態で歩き、電車に乗ることは不安と恐怖でいっぱいだと思います。しかし、あの男性のように誰かが手を差し伸べてくれると少しでも不安や恐怖が解消されるのではないかと考えました。この光景が忘れられない私はヘルプマークについて調べました。

ヘルプマークを意味を含めて知っている人は六割、見たことや聞いたことはあるが詳しい意味は知らない人が二割、知らない人が一割です。まだ詳しく知らない人はたくさんいることが分かりました。

ヘルプマークとは、援助や配慮を必要としている方々が、そのことを周囲の方に知らせることができるマークです。障害がある、妊娠しているなどの場合、外見からでは援助や配慮が必要かどうか分からない場合があります。マークがあれば周囲の方が気づきや理解をすることができます。

ヘルプマークの対象者は、義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方などです。外見では健康に見えても、疲れやすかったり、つり革につかまり続けるなどの同じ姿勢を保つことが困難な方がいます。また、外見からは分からないため、優先席に座っていると不審な目で見られ、ストレスを受けることがあるそうです。

障害者の若い人が優先席を利用していたら、高齢の方に

「若いから、座席を譲って。」

と言われたことがあるという話を何度かネットで見たことがあります。私はもっと世の中でヘルプマークに対しての認知度を上げて、理解してもらえるようになってほしいと思いました。

色々な人が自由に出かけて、移動することができるように、駅などにはさまざまなバリアフリーの工夫がされています。例えば、エレベーターには目の不自由な人が触っても分かるボタン、誘導ブロックや、エスカレーター、手動車椅子の人に配慮してスロープの傾きを急になりすぎないようにしています。街中にはみんなが安心して暮らせるように工夫がたくさんされています。工夫を私たちが無くさないように気をつけたいです。

私は登下校でバスを利用しています。バスの中は生徒でいっぱいになってしまいます。しかし、中には一般のお客さんもいます。下校の時間は高齢の方も多く乗ってきます。席が埋まっている時は私と友達は積極的に席を譲っています。そして高齢の方に

「学校で疲れていると思うのにありがとう。」と言ってもらえました。とても嬉しく、譲ってよかったと感じ、これからも続けていきたいと思いました。

前までの私だったら障害者の方に声をかけることはできないと思います。しかし、あの男性の行動を見てから、私にできることは身近にあるんだと気づくことができました。すぐには難しいかもしれませんが、気づいたら行動に移せる人になりたいです。声をかけることには勇気が必要です。しかし、困っている人は助けを必要としているかもしれないので、見て見ぬふりをせず勇気をだして声をかけてみようと思いました。