

UD（ユニバーサルデザイン）実践宣言（個人の部）

皆様からいただいた、UD(ユニバーサルデザイン)実践宣言をご紹介します！	
1	私は、心ない言動は慎み、人に手を差し伸べられるよう、近所づきあい、友達付き合いを大切にします。
2	私は防災訓練や避難所で耳が聞こえにくい方にホワイトボードを使ってコミュニケーションを取りやすい工夫をします！
3	私は手話をひとつの言語として尊重し、ろう者と積極的に対話します。
4	私は、自転車の安全運転に心がけます！
5	私は、「困っています」、「助けてください」と発信します。
6	私は、目が不自由な友人に必ず肩を貸して歩行をサポートをします。
7	私は、相手の立場に立って分かりやすく伝えることを意識します！
8	わたしは、道路に黄色いパネルは目が見えない人が歩く所なので、できるだけふまないようにします！ ユニバーサルデザインで高れい者をたすけます！
9	バスでい高れい者にベンチをゆずります！！ みんなで高れい者の人を助けたりユニバーサルデザインで助けます！
10	こまっている人いたらたすける
11	ぼくはしょうがい者がいたらてつだいます。
12	こまっている人をみたらたすけたい！
13	わたしは、かぞくであるいているときに、目が見えない人を見かけたら、その目が見えない人の手をもってその人のいきたいばしょにつれていきます。
14	ぼくはにもつをもちます
15	私はこまっている人がいたら声をかけてなにかお手つだいすることはありますか、とききます！
16	ぼくはこまっているひとにこえをかけます。
17	私は、しょうがいをもっている人、おなかに赤ちゃんがいる人、お年よりの人、こまっている人を見たらどんな人でもたすけたりかけよったりします。
18	ぼくはこまった人がいたらこえをかけてなにかてつだいすることはありますかとききます

19	私はおとしよりの人をみかけたら席をゆずります。
20	自転車とか物があったらどかす。
21	ぼくは、しょうがい者にやさしくします。
22	わたしは、せきをゆずり、てつだいます！
23	バスのときおとしよりに席を譲ります。
24	わたしだったら、声をかけてゆずったり、絵とかずでおしえたりする。
25	ぼくは、電車で、お年寄りの方、目が見えない人を、しじして、場所を教えてあげます。
26	私は、電車に乗ったとき、しょうがいがある方に席をゆずります。
27	私はバスでいでお年よりの人や、にんぷさんにせきをゆずります。 私は、こまっている人がいたら助けてあげます。
28	ぼくは、年よりを見つけたら、席をゆずります。
29	せきをゆずります
30	ぼくはでんしゃのときにせきをゆずる。
31	こえかけをする
32	自どうはんばいきでこまっていたらたすける。
33	私は、目が見えない人がいたら、声をかけます！！ 私は、点じブロックの上に自転車をぜったいにおきません！！
34	私は、道の点字ブロックの上にものを置かないようにします！
35	私は、電車に乗ったら、小さい子どもやにんぷさんやおとしよりに席をゆずります。
36	私はバスや電車でお年寄りやにんしんしている人や小さい子がいたらせきををゆずります。
37	せきをゆずる
38	ふ自由の人やこまっている人に声をかけたりしてその人にあってるぎもんやたすけを工夫する。
39	私は、せきをゆずる。
40	私は、こまっている人がいたら「どうしましたか？」などとききます！

41	ぼくは、たいへんの人がいたらつづきます。
42	私は、電車に乗ったときにおとしよりの人や、にんしんちゅうの人たちがいたら席を譲ります。
43	私は、近くにこまっている人がいたら席をゆずります。
44	こえをかける
45	ぼくは、困っている人がいたら助ける！
46	こまっている人をたすけます。たとえば、目がみえない人が信号で音がなくて、気づいてなかったらおしえてあげます！！
47	体がふじゆうな人がいたら席をゆずる
48	でんしゃにのったときは、めがふじゆうな人や、しょうがいの人にせきをゆずったりしたいとおもいます。
49	あいさつする
50	席をゆずる。こまっていたら声をかける。
51	ぼくは、お年よりの方を見かけたら、席をゆずったり、目が見えない人がいたらクロックポジションを使って助けます。
52	ぼくは、英語がわかるので、案内図でこまっている人がいたら、おしえてあげます！
53	でんしゃではすわらない
54	私は、電車にのったときにお年よりの方を見かけたら、席をゆずります！
55	わたしは、かぞくであるいっているときに、目がみえない人を見かけたら、その目が見えない人の手をもって、その人のいきたばしょにつれていきます。
56	私は、目がふじゆうな人がいたら、「なにかおつづきすることはありますか」と、声をかけます。あと、クロックポジションもつかいます。
57	電車でおもいにもつをもっていたらせきをゆずる。
58	ベンチですわっていたときにおとしよりの人がきたらゆずります
59	ぼくは、自分よりふじゆうな人にかかわらず、こまっている人に、やさしくこえをかけ、そうだんします。
60	わたしはベンチにすわったときにお年よりの方を見たら席をゆずります！
61	ぼくはこまっている小さいこどもを見つけたら「どうしたの」とこえをかけます。
62	お年よりや、小さい子がいたらせきをゆずります。こまっている人がいたら、声をかけます。

63	ぼくは、黄色のブロックを見かけたら自てん車をおかない
64	まいごのこにわたしは、どうしたのどこえをかけます。
65	私は、ベビーカーや車椅子に乗って階段を登る事がむずかしい人を手伝う
66	私は電車をのったときに、不自由な人とかにんしんしている人にせきをゆずる。
67	ぼくはベンチをすわっているときにとしよりの人がいたらゆずります。
68	ぼくは、電車でお年よりの人が立っていたら、席をゆずります！
69	わたしは、こまっている人を見かけたら、声をかけてたすけてあげます。
70	ぼくは、電車でうでや足をけがしている人がいたらお母さんに席をゆずらせます。
71	目がふじゆうな人がいたら道あんないをする。
72	私はおとしよりの人を見かけたらすわるところをゆずります。
73	目が見えない人が何か物にぶつかりそうになったら声をかけます。
74	べんちにすわってたらおとしよりがきたら自分がどいてべんちにすわってもらう。
75	私は電車に乗っていて、しょうがいがある人がいたら、ゆうせん席じゃなくても席をゆずります。
76	私は、電車でにんぶさんを見つけたら、席をゆずります。
77	ぼくは、困っている人がいたら声をかけます！
78	私は車いすの人がこまっていたら声をかけ、できるだけ助け、できなかつたら大人の人に声をかけるようにする！！
79	ぼくは電車に乗ったときにしょうがい者の人がいたら席をゆずります。
80	でんしゃやばすでにんしんしている人がいたらせきをゆずります
81	おとしよりにやさしくする。
82	もしお店でこまっている人がいたらなにをこまっているか聞いててつだってあげる
83	私は、こまっている人を見つけたらたすけます！
84	こまっている人をみたらたすけます

85	おとしよりにやさしくする
86	わたしは、体がふじゆうなかたにやさしくします。
87	ぼくはユニバーサルデザインの文房具やキッチングッズを「むりょう」でしようがいのある人にくばります。
88	おとしよりにやさしくします。耳がきこえない人には、コミュニケーションをとります。目がみえない人には、どこになにがあるかをわかりやすくおしえる。
89	私は電車に乗ったとき体がふじゆうな人がいたらせきをあんないする。
90	私は電車に乗った時、席をゆずる
91	わたしは耳がきこえない人がこまっていたらジェスチャーでコミュニケーションをとります。
92	こまってる人や目が見えない人耳が聞こえない人を助ける。
93	私はこまっている人をみたら席をゆずったりします
94	おとしよりにせきをゆずったりやさしくする
95	私は、こまっている人を見かけたら、声をかけて、何でも手伝います！！
96	わたしは、目が見えない人が、物がじゃまで行けないときに声をかける
97	わたしは、もう目の人がこまっていたら、こまっているのかきいててつだいます。
98	わたしはこまっている人がいたら「どうしたんですか？」とききます！
99	ぼくは、だれもが分かりやすいボードを設置します！
100	目が見えない人には助ける
101	わたしはせきにすわったときお年よりやしょうがいしゃを見かけたらせきをゆずります。
102	バスでいでお年寄りやしょうがいの人、にんぷさんがいたらせきをゆずる
103	わたしは電車やバスのイスにすわりたいおとしよりや小さい子しょうがいしゃにせきをゆずります。
104	おとしよりやさしくする。
105	ぼくはバスのせきをお年よりにせきにすわらせます。
106	ぼくはでんしゃのせきにすわっててお年よりいたらこうかん

107	わたしは目がふじゆうな人がいたらいけるところまで見おくります。
108	おとしよりにやさしくする
109	車いすの人がだんさでこまっていたら車いすごともちあげてたすけます。
110	わたしはバスでお年よりの方を見つけたらせきをゆずります
111	ぼくはお年寄りがこまっていたらぼくはたすけます
112	私はバスにのったときにケガしてる人やお年よりにせきをゆずります！
113	私は電車やバスでお年寄りの人がこまっていたら席をゆずります。
114	ぼくは、目がふじゆうな人がいたら、「○歩先にだんさがあるよ」と手つだってあげることをせんげんします。
115	わたしは、お年寄りがこまっていたらわたしは声をかけます
116	私は、目がふじゆうの人がてんじブロックにじてんしゃでこまっていたらじてんしゃをよけます。
117	自分だったら耳が聞こえない人のためにゆび文字と手話をおぼえて話しかけます
118	わたしはあしこしがよわい人がいたらてをつないでいっしょにわたってあげる。
119	わたしはふじゆうの人がわからないときにたすけることをせんげんします
120	わたしは公共交通きかんに乗ったりしたときにおとしよりやしょうがいのある人に席を必ずゆずります
121	目が見えない人が場所がわからない時にクロックポジションで場所をおしえます。
122	わたしは、目が見えない人が歩道の点字ブロックをわたろうとしていたら、じてんしゃがじゃまでとおれなかったら「大じょうぶですか？」といいます。
123	バスにのったとき、体がふじゆうな人にせきを譲る
124	わたしは、車いすの人が止めるちゅう車場に車いすじゃない人車いすのちゅう車場に止めるべくじゃない人がいたら注意する。
125	目のふじゆうな人がてんじぶろくのうえに物があってこまっていたら物をどかします。
126	私は電車やバスに乗ったときにお年よりの方を見かけたらせきをゆずります。
127	わたしは目のふじゆうの人が点じブロックに自動車やじゃまなものがおいてあって困っていたら声をかけてたすけることをします！
128	ぼくは、電車に乗ったときにお年よりの方を見かけたら席をゆずります

129	ちゃんとたすける
130	わたしはおとしよりが電しゃのせきにすわりたがっていたらせきをゆずります
131	私は電車やバスにのったらお年よりの人、体が不自由な人へと席をゆずります。
132	私は、バスや電車に乗ったときに目のふじゆうな人やしょうがいのある人を助けたいです！
133	私は電車にけがやあかちゃんがいる人がいたら私はいすをゆずります。
134	お年よりが、道にまよっている人がいたらこえをかけて、たすけます。
135	もし、でんしゃやバスとかいろんなところにいったら、ゆずります
136	目の不自由な人が道で止まっていたら道を案内をする
137	目のふじゆうな人が困っていたら、やさしくだいじょうぶですかとこえをかけ手伝ってやることをします
138	ぼくは、おとしよりの人がみちにまよっていたら、道をおしえます。
139	自動はんばいきで車いすにのっている人がボタンをおせずにこまっていたらボタンをおします。
140	通学でバスや電車に乗るときにお年寄りの方や妊婦の方、体調が悪い方がいたら席を譲ります！ 通学で駅やバス停まで歩くときに、信号や道で車椅子や杖を使っている方がいらっしやったら、「何か手伝えることはありませんか？」と声をかけます！
141	私は、バスに乗った時にお年寄りの方、足など身体不自由な方、妊婦の方など見かけたら、席を譲ります！！
142	わたしはこまっている人がいたらこえをかけようと思います。
143	でんしゃでゆうせんせきじゃなくてもこどもやにんぷさんにゆずります。
144	ぼくは電車で困っている人がいたら席をゆずろうと思います。
145	ベンチやでんしゃ、バスにのっているときおとしよりやヘルプマークがついている人にせきをゆずる
146	ぼくは電車でお年よりやにんぷさんがいたらせきをゆずろうと思います。
147	ぼくは電車にのったらこまっているひとがいたらせきをゆずる。
148	わたしは、こまっている人がいたらゆうせんてきにじぶんはげんきだからかいだんをつかいたいです。
149	ぼくは手でもてない人たちとかをたすけます。
150	ぼくは、目がみえない人や車イスの人たちがこまっていたら助けたいと思います。

151	わたしは、こまっている人にこえをかける。
152	話をきいてできることだったらちょっとだけつたう。
153	手つたう。（こまっていたら）
154	ぼくは、目が見えない人をたすけたいです。
155	わたしは、耳や目、おとしよりの方にでんしゃとか、ばしょとかしゅわをしてやりとりをしてゆずってあげたいです。
156	エレベーターは足などがふじゆうな人のためにとっておいて、ぼくはかいだんでのぼることにします。
157	わたしは目が見えない人をたすけたいです
158	ぼくはバスとかにのってゆずります
159	ぼくは、こまっている人がいたら声をかけていく！（お年より、小さい子）
160	ぼくはこまっている人がいたらつたいます。
161	ここにいる人にやさしくてユニバーサルデザインのよさをしったのでこまった人がいたらたすけようと思います。
162	ぼくは、ママやうちのバアバたちのにもつをはこびます！
163	わたしは、でん車にのったときおとしよりの方をみつけたら、せきをゆずります。
164	私は、こまっている人がいたらたすけます
165	電車でゆずります
166	ぼくは、電車にのったときお年よりを見かけたら声をかけます。
167	バスのときにおとしよりの人にかわる
168	ぼくは、こまっている人がいたら声をかけます。（しょうがい者、くるまいす、あかちゃん、お年より）
169	わたしは、こまっていた人がいたら声をかけたり、心のユニバーサルデザインをしようと思います。
170	ぼくはでん車でお年よりがいたらせきをゆずったりします
171	ぼくはどこにいけばいいのかでこまってる人をあんないします
172	助けあう

173	わたしは、こまっている人にこえをかけて、たすけてあげようとおもいます
174	こまっている人に声をかける
175	町でこまってる人がいたら声をかけます（耳、目、ふじゆうな人）
176	私は、電車にのったとき、体が不自由な人や、年よりを見かけたら、席をゆずります。
177	こまったら助ける
178	私は、目がふじゆうな人のために困っていたら案内します。
179	ぼくは、こまっている人がいたら、こえをかけます
180	わたしは、おとしよりや困っていたらたすけます。
181	ものがない～とか、こまっている人をきょうりょくして、たすけます。
182	でんしゃでこまっている人がいたらこえをかける。
183	こまっている人がいればたすける。
184	わたしは、みみがきこえない人にはしゅわではなします。
185	ぼくはばしょがわからないひとをみたらここにいてといえます！
186	こまっている人をたすける。
187	目のふじゆうなひとにみちあんないをしていっしょに行く
188	車いすの人がなにかに手がとどかなかったら自分の手がとどくところだったらとります
189	私は、こまっている人がいたら、こえをかけてたすけます。
190	ぼくがこまっている人がいたらまず声をかけてからたすける。
191	目のふじゆうな人がいたらたすけます！
192	ここすわっていですよ。なにかできることは、ありますか。とか（ゆうきがあれば）
193	こまっている人がいたらにもつをもってあげます。
194	エレベーターで何かいいくといってそのいったすうじをおす。でんしゃでこまってる人がいたらゆずってあげる。

195	ぼくは、ちょうかくふじゅうの人を助けます。
196	おとしよりがいたらベンチをかします。
197	こまってる人をみたらこえをかける。
198	こまっている人がいたら「何かこまったことはありますか？」と聞いてみる。
199	困ってる人がいたら声をかけたり、手伝い合えるように工夫をしたりしたいです。
200	ちゅう車場などに車いすマークがあったら、こまっている人に、声をかけ、たすけようと思います！！
201	こうれいしゃにせきをゆずります
202	私は、もし学校にどこかがふじゅうな子がきたら、かかさず、声をかけたいです。
203	でんしゃの中で、おとしよりの人をみつけたら、ゆずる
204	私は、お年よりの人が困っていたら、自分からたすけてあげます！
205	わたしは、でんしゃにのっているときにへるぶまあくがあるひとにあったらせきをゆずります
206	わたしはこれからバス、でんしゃにのったら、けが人、おとしより、にんぷさんにせきをゆずります。
207	わたしはでんしゃにのったときヘルプマークのひとをたすけます
208	わたしは、こまっている人がいたらたすけたり、自分でも、むりそうならちかくの人にたよったり、します。
209	ぼくは電車に乗ったときにお年寄りの人にゆずります。
210	私はヘルプマークをつけている人（こまっている人）をたすけます！
211	ぼくはこれからこまっている人がいたらやってほしいことをきいてやってあげる
212	私は、目がふじゅうの人がいて、こまっていたらこえをかけます！
213	私は、でんしゃにのったときにお年よりの方をみかけたらせきをゆずります
214	わたしはこまっている人がいたら「おてつだいしますか？」とこえをかけたい。
215	私はまわりにいる人がしょうがいがある人だったらたすける。 私は、ベンチとかにすわっているときにふ自由な人がこまっていたらたすけます。
216	私はバスでこまっている人がいたらゆずります！！

217	わたしはおとしよりがいたらせきをおゆずりします。
218	私は、ヘルプマークつけている人がいたら声をかけます！！
219	私は、バスに乗ったときにおとしよりがいたらゆずります
220	ぼくは、バスや電車のせきをゆずります。
221	ぼくは、物をとる時、こまっている人がいたらクロックポジションをします！みんながんばれ！
222	わたしは、電車に乗ったときにしょうがいの方や、にんぷさんを見たら席をゆずります！
223	わたしはこまっている人がいたら、でんしゃですわれない人がいたら「すわれない人がいるのですみません。」という。
224	ヘルプマークの人にやさしくする
225	私は電車で席をゆずります。
226	わたしはおとしよりの方やにんぷさんがいたらせきをゆずります。あとさきにひとこと言ってからゆずります。
227	私は席をおとしよりにゆずります。
228	目が見えない人がいたら手をつないでもくてきちまでさいごまでみおくる
229	でんしゃのときにせきをゆずる。あしのふじゆうな人にせきをゆずる
230	私は、お年寄りの方を見かけたらなにかをゆうせんします！！
231	私は、目が見えない人がいたらみちを案内します。
232	電車にのったらせきをヘルプマークの人、おとしよりに席をゆずります！そして、声がけもがんばりたいです。
233	私はこまっている人がいたら、「大丈夫？」と声をかけ、むりなくたすけ、心のUDします！
234	私はとくに目が見えない人がこまっていたら、進んで声をかけ、たすけますが、また、心のUDをわすれずに、しょうがいしゃにかぎらず、はなしかけます
235	私は、しょうがいしゃがいたらたすけます。
236	ぼくは、これからこまっているひとがいたらたすける
237	ぼくはこれから心のユニバーサルデザインを心がけます。
238	私は、耳が聞こえない人や目が見えない人とかのために目が見えない人にはバスの席をゆずる声がきこえない人には字で伝える。

239	ぼくは、おとしよりにやさしくします。
240	ぼくは目が見えない人におしえる