

くしちょうそん そうだんまどぐち  
区市町村の相談窓口

[https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/shougai/shougai\\_shisaku/sabetsukaisho\\_yougo/soudanmadoguchi/kushichouson.html](https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/shougai/shougai_shisaku/sabetsukaisho_yougo/soudanmadoguchi/kushichouson.html)



ふくしじむしょ そうだんまどぐち  
福祉事務所の相談窓口

<https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/seikatsu/shisetsu/fukushi.html>



とうきょうとしょうがいしゃけんりようご  
東京都障害者権利擁護センター

でんわ  
電話：03-5320-4223

[syougaisyakenriyogo@section.metro.tokyo.j](mailto:syougaisyakenriyogo@section.metro.tokyo.j)



心のバリアフリーつながるやさしさ

ハートシティ東京



障害者理解を深めよう

しょうがいしゃしゅうろうしえん

障害者就労支援センター

[https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/shougai/nichijo/syuroshien\\_center.html](https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/shougai/nichijo/syuroshien_center.html)



しゅうろう かん そうだんまどぐち  
※就労に関する相談窓口

いやなことがあったとき、言われたとき

かな  
悲しんでいる  
イラスト

そうだん  
相談している  
イラスト

そうだん  
相談してください

イメージ  
イラスト

- ・悪口を言われた。
- ・じろじろ見られて  
バカと言われた。

イメージ  
イラスト

- ・子ども扱いされる。
- ・赤ちゃん言葉で言われる。

ばめん

イメージ  
イラスト

・「あなたには無理だね」と  
言われた。

しごと  
・仕事でわからないことを  
しつもん 質問すると、その仕事を取  
あ り上げられてしまう。

ばめん

イメージ  
イラスト

なかま い  
・仲間に入れてもらえない。

いっしょ さぎょう  
・みんなと一緒に作業をやり  
たかったのに、「あなたは  
み 見ていればいいから」と言  
われて、入れてもらえな  
かった。

ばめん

イメージ  
イラスト

ことわ い  
・お断りしますと言われた。

しょうがい りゆう  
・障害を理由にイベントへの  
さんか ことわら 参加を断られた。

ばめん

イメージ  
イラスト

しごと とき  
・仕事でほめられた時に、  
あたま いや  
頭をなでられて嫌だった。

きが  
・着替えるときに、  
たの  
頼んでいないのに  
てつだ  
手伝ってきた。

せいてき せっしよく きょうよう からだ はだか しゃ  
性的な接触を強要される、体をさわられる、裸の写  
しん と ばあい みちか そう  
真を撮られるなどした場合は、すぐに身近にいる相  
だん ひと そうだんまどぐち そうだん  
談できる人や相談窓口に相談してください。