

しょうがい学生支援室「実践！バリアフリー講座」共催プログラム

日時：2014年6月28日（土） 13：30～15：30

会場：立教大学新座キャンパス 4号館 N422 教室

(1) 「聴こえないって、どんなこと？ —聴覚しょうがい理解と支援の実践—」

講師 野崎 静枝氏（本学兼任講師「日本手話 1-4」担当）
細野 昌子氏（本学兼任講師「日本手話 1-4」担当、筑波技術大学非常勤講師）
岡田 直樹氏（日本手話通訳士協会）

日時：2014年10月4日（土） 13：30～15：30

会場：立教大学池袋キャンパス 10号館 X102 教室

(2) 「アイマスクをしてキャンパスを歩いてみよう！ —視覚しょうがい理解と支援の実践—」

講師 岡前 むつみ氏（東京都立久我山青光学園視覚障害部門教諭）

日時：2014年11月8日（土） 13：30～16：00

会場：立教大学新座キャンパス 2号館 N214 教室

(3) 「車いすにのってみよう！ —車いす利用者理解と支援の実践—」

講師 田丸 秋穂氏（国立大学法人筑波大学附属桐が丘特別支援学校支援部教諭）
加藤 裕美子氏（国立大学法人筑波大学附属桐が丘特別支援学校支援部教諭）

実践！バリアフリー講座（1）

「聴こえないって、どんなこと？」

野崎 静枝氏

（本学兼任講師「日本手話 1-4」担当）

細野 昌子氏

（本学兼任講師「日本手話 1-4」担当、
筑波技術大学非常勤講師）

岡田 直樹氏

（日本手話通訳士協会）

ろう者の世界（講演）

○野崎 立教大学で「日本手話」の講師をして3年目になります。教える機会をいただいて、学生さんの熱意、スタッフの方々の対応のすばらしさについても感謝をしています。今日のテーマは「目で感じる世界」。アメリカにあるろう者に特化したギャロデッド大学の食堂に飾られている絵を、大学3年生のときに初めて見てカルチャーショックを受けました。一番左に、手が描かれています。光があたって手が輝いているような感じ。これはろう者の世界を描いたものです。私はこの絵をきっかけに、耳が聞こえなくても手話という視覚言語がある、またその背景に文化もあるということに目覚めました。

私は三姉妹の末っ子です。大学に通うまでは姉たちと手話で会話をし、家族の中で楽しく暮らしていました。だから、聞こえないことに、悲しいとかショックということはなかったです。ろう学校に通い、何も問題なく育ちました。しかし、大学に入ってあらためて聞こえないとは何だろうと考え始めました。手話だけで話してくる学生に、「社会に入ると困る、発音を学んだほうがいい」という価値観を持つ教員もいました。私はそういう考え方に違和感を持ち、ろう者にとって発音をすることが大事かどうか悩んでいたときに、アメリカに行く機会を得ました。そこでカルチャーショックを受けたんですね。ギャロデッド大学では、手話の会話が飛び交っていました。大学スタッフもみんな手話ができるんです。自分は聞こえない、でも、手話があるということ、それに誇りを持つべきだと再確認しました。あ

るとき、先生から、ストレートに「あなたはしょうがい者ですか」と聞かれたんです。私は、医学的には耳の中の器官が壊れていて聞こえない、そういう意味ではしょうがい者と思っていると答えました。「みんなが手話ができるようになったら困ることはありますか」と続けて聞かれました。その時、自分自身をしょうがい者と思っていたけれど、実は社会から決められていたのではないかと思ったのです。「もし、この社会で、みんな手話ができる、あるいは、車いすで自由にどこでも出掛けられるようになったら、しょうがいはなくなりますよね。」と、その先生から言われました。そのとき、今まで持っていた価値観が壊れた感じがして感激して泣きました。それから、自分がどうやって生きていったらいいかということを考え始めました。社会的には、耳にしょうがいがあるイコール deafness という概念があり、病理的な欠陥だから治さなくてはいけない、社会に出るために発音の練習をしなければいけない、聞こえるほうに近づく必要がある、という見方をする人も多いと思います。実際に訓練を受けても、100%聴者と同じように聞いたり発音したりすることはできません。それよりも手話がある。手話を通して見る世界に魅力を感じ始めました。

今日は、ろう文化、デフジョーク、デフアートの3つを紹介したいと思います。私にとって魅力的な視覚的芸術性に気づかせてくれたものです。ろう文化とは、聞こえない人のコミュニティーの中で自然に生まれてきた生活様式。国を超えて世界中で共通している部分もあります。例えば、人の呼び方。ろう者の場合は、近くの人を呼ぶときは、手招きですね。では、遠くの人を呼ぶときは？床を踏むとか、場所にもよりますが、音（振動）を立てて見てもらうこともあります。あるいは、手を大きく振って注目を浴びるとか。これは世界中、どこに行ってもろう者は同じ行動をします。また、起きるという表現で「おはようございます（朝+挨拶）」、額に指を2本立てて当て、時計の12時を表して、「こんにちは（昼+挨拶）」と表現します。空が暗くなる表

現から「こんばんは（夜+挨拶）」。でも、実際、ろう者に会ったときには、これらの挨拶は、たった1つの表現で表します。この表現がろう者らしい挨拶の仕方、自分たちのアイデンティティの確立とともに変わっていった表現方法です。

次に、デフジョークについて。1つ紹介したいと思います。通訳はなしです。**【手話実演】**お分かりいただけましたか。初めて手話を見る人には伝わりにくかったかもしれませんが、猟師が銃で撃とうと思ったズメを、「ああ、お前も聞こえないんだね」と、撃つのをやめたという、アメリカで作られた有名なデフジョークです。音がすると周りのズメは逃げるけれど、音が聞こえないろうのズメは残るというオチでした。ろう者は、自分も経験があるので「分かるなあ」と笑えるんですね。

つづいて、デフアートを紹介したいと思います。ろう者であることをポジティブに受けとめて描かれた作品です。**【動物と、その動物の手話表現を組み合わせた絵画】**水面に手の形が映っている「ワニ」の手話や、トラの絵の中でろう者が手話をしているというデフアートです。日本でも乗富秀人^{のりとみひでと}という人がいます。「言語は人間とともにあり、手話はろう者とともにある」というシンボルとして手を描いています。今、この絵を自分の家に飾ってあるんですけども、手話に支えられて自分は生きている、人として枝葉を伸ばせるという絵です。また、自分のろう者としてのアイデンティティを排除されたという感覚の絵もあります。「話す訓練をしなければいけない、手話はやめなさい」という考え方に対する反撃の意味を込めた絵です。手が切られている表現がしてあります。

日本社会の中には、デフコミュニティーというろう者の文化がある一方で難聴者、中途失聴者という人もいます。皆さんも、窓口対応などで聴覚しようがい者と会う機会があるかもしれませんが、聞こえない人に対して、皆同一の対応でいいかという違うんですね。まず、手話を母語として使っているろう者に対しては手話での会話、意思疎通が一番ス



魅力的なろう文化

ムーズです。しかし、手話が分からない難聴者には、まず筆談で対応してほしいと思います。ろう者でも口話・読話をする人もいますが、これは音声を取り替えているわけではなく、口形や文脈の流れなどから想像し、勘で内容を理解しているので、えてして誤解を招くことがあります。また、ろう者にとって、日本語は第二言語なので、中には文章を理解できないろう者もいます。そういう場合には、その人に分かりやすい（言葉づかいでの）筆談で対応することも大切になると思います。難聴者の場合ですが、この場合も聴力に差があり、聞き取れる人、また、補聴器を付ければなんとか聞こえる、または人工内耳を付けて聞いているという人もいます。ですので、対応の判断が難しいのは、実はろう者よりも難聴者なんですね。個人差が大きいために、一人ひとりに合ったコミュニケーション方法で歩み寄ることが必要です。例えば、1対1なら口話で通じて、100%とは限りませんし、場合によっては筆談に切り替えることも必要です。中途失聴者の場合には話せるので、聞こえているのではないかという誤解を招くことがあります。しかし、実際には聞こえていないので、やはり筆談という方法がベストだと思います。連絡方法で、今一番使われているのはLINEですね。皆さんも同じだと思いますが、会話のように文字でやりとりが進んでいくのでとても便利です。また、Facebookやメールも使われています。FAXはちょっと下火になっているようです。ほか

には、テレビ電話、また、少しずつ広まってきているのは、代理電話サービスです。

この大学でも、手話通訳、ノートテイク、パソコンテイクなどの情報保障が活用されています。バリアフリーが整っていけば、しょうがい自体は不便ではないということがお伝えできたでしょうか。

それでは、手話についてお話しします。実は、手話には2種類あります。日本語対応手話と日本手話です。今から表現するので、違いをご覧ください。

①「私の母の妹が弁当を買います」②「私と母と妹が弁当を買います」③「私の母と妹が弁当を買います」【①～③の文章を、日本語対応手話と日本手話で表現。対応手話では助詞を指文字で表し、日本手話では、助詞にあたる部分を頷きの有無で表す】

最後に、こちらの手話を一緒に勉強し覚えていただきたいと思います。皆さんも手を動かしてみてください。【覚えておくとう便利な手話「よろしくお願ひします」「書く」「待つ」等を実習した。】少しでもこのような手話を付けてもらえると、ろう者としてはとても落ち着きます。

最後に、今、小学校などで（手話の）読み聞かせとしてやっている「桃太郎」をご覧ください。目で感じる世界を始めます。【手話実演】皆さん、何か不思議な顔をしていますね。桃はどこへ行ってしまったのでしょうか。実はこのお話は、桃太「ろう」のお話なんです。桃が「どんぶらこ、どんぶらこ」と流れてくるのは、当然、ろう者に聞こえませんので、川をそのまま下って行ってしまったというデフジョークになっています。ご覧いただきましてありがとうございます。日本手話の講義は池袋・新座両方のキャンパスで行っていますので、ぜひ遊びに来てください。

ノートテイク体験（実習）

○細野 こんにちは。今、とても目が疲れたかと思いますが、ここからは耳、頭、プラス手も使ってくださいと思います。配布資料を使ってノートテイクの実践をやってみます。まず、自己紹介を。今、

ご講演いただいた野崎先生とともに、立教大学で「日本手話」を担当しております細野昌子と申します。よろしくお願ひいたします。また、筑波技術大学というろう者に特化した大学があり、そちらで英語を担当しております。

さて、聴覚しょうがい学生の情報保障支援の実践を始めます。大学で授業を受けるときの一般的な支援のスタイルは、教員の説明を聞きながら、大事なところをメモすることです。聴覚しょうがい学生は、その教員の声が聞こえませんので、情報保障支援が行われます。主なものとして、ノートテイク、パソコンテイク、手話通訳などです。本日、参加者の方に、体験をしていただくのがノートテイクです。【実践開始。以下、授業の進め方について英語混じりの説明がなされる】戸惑っていますか？ノートテイクはとれていますか？暇そうな人がいますけれども。今、ろう学生が隣に座っているとして、あなたたちが書いた情報で私が言った内容が伝わりましたか？あなたの支援で対象聴覚しょうがい学生は単位が取れますか？【英作文するうえでの注意が続く】

さあ、情報保障ができているかどうか、ちょっと心配ですが、これからDVDを見てください。このDVDにもせりふがあります。頑張ろう学生のための情報保障をお願いします。【DVD（字幕なし）上映】お疲れ様でした。とても大変な作業だったことは想像できます。それでは、少し休んでください。ちょっとお話をしたいと思います。

ここまでは、ノートテイクに丸投げで、ものすごく負担があったかと思います。お隣でその情報を見ているろう学生も、「さっぱり分からん、この授業。単位は無理かな」という暗雲がたちこめているのでは？そこで、次は教員、今日は私とその立場に立って、教員側が配慮してノートテイクと協力して情報保障した場合、少し状況が変わるのではないかと。それを体感していただきたいと思います。視覚教材をたくさん作り、皆様にもその一部を配布します。授業の中で指示をしますので、それに従ってクイズを埋めていただくと共に、先程は何も情



ノートテイク実践中

報がない中で、英語も日本語もわけが分からずノートテイクをしなければいけなかったところも、教材をお渡しするのでこれを利用していただきたい。これをどう使えばより自分が楽ができて、しかもろう学生に十分な情報が伝わるか、ちょっと考えていただきたいと思います。

では、始めます。**【スライドに課題プリントを投影。それを指示しながらの授業】**それでは、DVDをもう1回見ていただきたいのですが今回は字幕が付いています。字幕が付くことによってろう学生に届く情報量とノートテイクの負担は全然違うはず。体感してください。**【DVD (字幕あり) 上映】**どうでしたか。DVDは最近よく教材として使われていますが、そこに字幕があり、映像とともに視覚に入れば、聴覚しょうがい学生にとっては情報量としても全く変わってきます。また、テイクは慌てなくても済みますね。テイクがあれも逃した、これも逃した、何という漢字だったっけと考えているうちに情報がどんどん流れてしまう。そういうこともないので、字幕が付くとこれだけみんなにとっていいということですよ。**【さらに模擬授業が続く】**お疲れ様でした。終わりです。

では、まとめに入りたいと思います。大変でしたが、前半と後半の違いを体感していただければというのがここでの目的でした。支援のチームワークについて、ご一緒に考えていけたらと思います。今回は聴覚しょうがい学生に特化してまとめます。学生

を支援する部署は、いろいろな名称がありますが、立教大学では「しょうがい学生支援室」という名前でヘッドクォーターとなっている組織があります。実際に今日こうして講座を開催して、大学の窓口でろう学生が来たときどう対応したらスムーズに支援ができるのか、聴覚しょうがいとはどういうことなのか、あるいは、学生が困っていることはどういうことかを改めて考えていただく、そういうチャンスを作っているのが支援室です。

今日の私のコーナーでも字幕を付けていただきました。字幕があるだけで、どれだけみんなにとっていいかということを感じていただくために、ソフトを使って、聞き取りから打ち込み、字幕を入れる作業まで、いろいろ苦労して作業していただきました。そのおかげで今回やっていることの意味が深まったと思っています。

ろう学生、教員、支援者、クラスの中ではこの三者が実際に授業の運営を行っているのですが、この三者間が互いの能力を生かし合う環境を作っている、つまり、支援の提案をしてくれるのが支援室ですね。そのため、大学のリソースの発掘、例えば、支援者であるノートテイク、パソコンテイク、あるいは手話通訳者、そういう人たちを発掘する。あるいは、メディアセンターから技術などの知恵をお借りしていろいろ工夫をしたりする。コーディネーターやノートテイクの養成なども行っています。一番大事なものは、聴覚しょうがい学生がどういうニーズを持っているのか。野崎先生のお話の中にもありましたが、聞こえない、あるいは聞こえにくい人の中にもいろいろなタイプがあり、それゆえにニーズは全く違ってきます。そのニーズをきちんととらえていくところから始まります。私も筑波技術大学で英語を教え始めて10年近くになるのですが、毎年、発見があります。聴覚しょうがいというのは、こういうふうにつかみにくい、聞こえる者にとっては分かりにくいんだということを、いまだに体感しています。きちんと向き合って寄り添うとは、その相手をきちんと分からなくてはいけない。いろいろ

情報を得ながら、自分も反省とともに進んでいるのが現状です。

聴覚しょうがい学生がクラスにいるから、より分かりやすい授業をというきっかけで実際に教材を作ってみると、実は授業のユニバーサルデザイン化が進むんですね。聴覚しょうがい学生にとって分かりやすい授業というのは、聞こえる学生にとってもおのずから分かりやすい授業になっているはずなんです。だから、特化した支援をしているかのように思いますが、みんなにとっていい授業になっています。これは教員の信条にしていきたいといつも思っています。

教員から事前資料をいただくと支援者はあらかじめ準備をして臨めます。支援者も、技術のアップとともに、聴覚しょうがい者についての理解も深めていかないと、本当のニーズはつかめず、思いがけないところでお互いに誤解を生じてしまったりしますね。では、支援学生は提供しているだけなのかという、そうではなくて、人間力を高められると思うんです。支援をすることによって、ポイントをまとめる力を磨ける。あるいは、遅刻せずに準備をして聴覚しょうがい学生のための支援者としてその場に立つ。それを続けていくことは、社会に出れば当たり前のことを、大学で疑似体験をしているという広がりを持つてると思っています。

ろう学生も、ただ支援を受けているだけではなく、大学へのフィードバックで貢献をしています。また、手話のミニ講座を行って、ろう学生が手話に興味のある聞こえる学生に指導している。お互いが育っている状況ではないかと思えます。

今日は長い時間、本当に大変な実践をしていただき、ありがとうございました。

窓口対応体験（実習）

【学内の窓口に聴覚しょうがいのある学生が相談にやってくるという設定でロールプレイを行う。音声でのコミュニケーションを使わずに対応し、お互いに必要な情報を伝え合うことができるか。終了後、



コミュニケーションの取り方を考えよう！

グループごとに振り返りを行った。】

○河野 最後に今日の目的、体験していただいたことについてご説明します。さっきのノートテイク体験はすごく大変だったと思います。実際、授業はあんな感じです。先生も学生に教えたい内容がありますから、そんなにゆっくりばかりもしてもらえない。授業がどんどん進んでいく、ノートテイクしきれない、という状況で、例えば語学の授業だったら、どんな学生をサポートスタッフとして配置したほうがいいか。留学経験があるとか、英語が大好きとか、そういうことを考慮しながらコーディネートしています。

しょうがい学生は、支援室を知らない学生でも、直接教務や学生部にやって来るかもしれません。今日の講座がその際の対応の参考になれば幸いです。

実践！バリアフリー講座（2）

「アイマスクをしてキャンパスを歩いてみよう！」

岡前 むつみ氏

（東京都立久我山青光学園視覚障害部門教諭）

視覚しょうがいについて（講義）

○岡前 私は都立久我山青光学園という視覚しょうがいの教育部門と知的しょうがいの教育部門が並置してある学校の教員をしています。その中で、視覚しょうがいの幼稚部、小学生、中学生の学校の教

員をしております。盲学校は、全然見えない方だけが通う学校ではなくて、弱視という少し見えにくい方も通っています。

視覚しょうがいとは、コンタクトやめがねで矯正できず、視機能が永続的に低下している、または全然機能していない場合を言います。視機能とは視力、視野、色覚異常、暗反応—明るいところから暗いところに入るとき、順応できないこと—、眼球運動、調節、両眼視という機能のことを総称したものです。ほとんど、または、全然見えない盲の方、弱視と言って、少し見える方がいます。基本的に、盲と言われている方は視力 0.02 未満、ただし、光覚（明暗が分かる）、手動弁（目の前の何かが動いたのは分かる）、指数弁（目の前 30 センチくらいに出した指の本数が分かる）くらいの視力の方も、点字を活用しています。弱視の方はおおむね 0.3 未満で、普通文字を使用、現在は、0.02 未満でも弱視レンズという虫めがねのようなものや、拡大読書器で文字を大きくする等して、普通文字を使っている方もいます。次に、視野ですが、正面を向いて目を動かさずに見える左右の範囲、同様に上下の範囲、それらを大まかに言って視野と言います。視野が狭い、欠けている方は、目の上が見えない、鼻から下が見えないので、思わぬところに出ている看板や、開いたままのトラックのミラーにぶつかってけがをすることがあります。急進性視野狭窄という方は、それが進行し徐々に見えなくなっていくます。弱視の方の見え方を紹介します。ピンボケ状態は、ピントが合わずぼやっとしている状態。混濁状態はすりガラスを通して見ているような状態。暗幕不良状態とは、明る過ぎる中でビデオや画像を見ているような状態。光源不足は、光が足りなくて画像が薄くなっているような見え方。眼球振とうは物が揺れて見えてしまう状態。

では、視野が欠けている状態を体験したいと思います。プリント上に、丸の黒い紙を置いてください。文字が欠けてしまいます。目を動かしていかないと全体が把握できません。そうすると文頭や文末が欠

けたり、読み落としたりします。歩くと、足元がよく見えません。

ジップロックを半分に折って正面の画像を見てください。半分に折った後、もう半分に折ってみてください。見えにくくなっていきます。さらにもう一回折ってみると、何かがあるのは分かるけれど、文字自体は読みにくくなるのが分かるでしょうか。

振とう状態は、手元のプリントを少し揺らしてみてください。読みにくいのは分かりますね。以上のような状態や、それが幾つも重なっている、など、一人ひとり、見え方が違います。

視覚しょうがいといえば、点字・白杖・盲導犬というのが、世間ではよく知られています。全盲の方は触覚と聴覚を特に活用しています。点字の使用、白杖での歩行、盲導犬との歩行。あとは機器、器具の活用です。弱視の方は普通文字活用のために、弱視レンズ—虫めがねのようなレンズ—や単眼鏡—遠くを見るときに使用する望遠鏡のようなもの—を活用します。今はパソコンをほとんどの視覚しょうがいの方が使っています。文字を拡大したり、音声のソフトを入れ、基本的にはマウスは使わずに補助キーを使って操作します。

学校で使われる教科書体という字体は、細いところ、太いところがあり、細いところが、弱視の方には見えづらく、文字自体が分かりにくいので、ゴシック体を使います。あとは、白黒反転すると、より見やすくなります。それ以外にも、バックと文字の色を変えることで文字を読みやすくします。目の病気、目の状態、視力によって違うので、弱視の方は、パソコンや拡大読書器の色を全部、自分の見やすいように調節しています。こうして教科書や本を読みやすくします。

後半では介助歩行をするので、ペアになって、自己紹介をしてください。名前と、何と呼んでもらいたらいいか、お互いが信頼関係を抱けるような自己紹介を 1 分ずつで。【隣の参加者同士で自己紹介をする】実際に視覚しょうがいの方と一緒に歩くときも初めに自己紹介をしていただけたらと思います。



弱視の人が見やすい文字は？

さらに説明の仕方、言葉のかけ方が、とても大切です。皆さんが視覚しょうがいの方の役割をすることになります。これから皆さんに、一人の方はアイマスクをして視覚しょうがい者役を、もう一人の方は、これから出るお題を相手の方に分かりやすく説明していただきます。どちらが先にアイマスクをするかは、じゃんけんしてみましょうか。視覚しょうがいの方のじゃんけんの仕方は、「最初はグー」は一緒、「じゃんけんポン」、ポンのときに、「グー」とか「パー」とか、自分の出すものを言ってください。それから、話しかけるときの約束。必ず相手のお名前を言ってから説明を始めてください。「ねえねえ」ではなくて、「〇〇さん」と。

では、お題を出します。皆さんが目代わりですからよく見て説明をしてください。

【1 問目は、実際に教壇に人物が登場。】アイマスクの方、見てみてどうですか。説明を受けたことと、自分が思ったのと。大体想像ができましたか。これを言えばよかったなというところがあったと思います。足の組み方とか、女性だとか、髪の色とか。具体的なものの名前とか色とかもつけ加えると、よりいいですし、表情なども伝えると、雰囲気わかります。そして、皆さんと視覚しょうがいの方の情報が共有できます。こんなふうにしてもらうともっとよかったというのと、よかった点を1つずつ、相手の方に伝えてください。

【役割を換えての2問目。スクリーン上にある場

所の画像が映し出される】見て、少しここは違ったなということ、的を射ているところがありますか。室内を説明するのはとても難しいんですが、入り口側からとかカウンターの奥とか説明していましたが。または、アナログの時計、向かって真ん中を針の中心としたら上側が12時、下側が6時というように、何時の方向にどんな人がいますという方法もあります。また、人だけにポイントを絞るのではなくて、全体像をつけ加えるとありがたいと思います。皆さんは、この部屋を見たことがありますね。視経験と言います。視経験があるとイメージが浮かびやすいです。それができない視覚しょうがい者にとっては説明をすることで、頭の中に空間を描いてもらう。それが視経験に近くなります。説明のし過ぎもいけません、全然しないで、ほらほら、ここにあるよとか、分かりにくい言葉をかけてしまうと、イメージが難しくなります。説明されたときに、自分がどういうイメージを持つかを体験することで、視覚しょうがいの方と話すときの工夫をしていただけたらと思います。

これから、このペアで介助歩行をしますが、白杖について簡単に説明します。道路交通法でも決まっている、これが白杖です。視覚しょうがいの方は白、または黄色い杖を持って歩行する、車等は、徐行して止まらなければいけないという決まりがあります。それは白杖のシンボルとしての役割です。そのほかにも、探知機—白杖によって、何かあるとか、でこぼこしている等、目や手の代わりをする—、バンパー—白杖が先に行っている—、不意に車や自転車が来ても、白杖が当たり、持っていられることで体を守る—の役割があります。弱視の方は、立てて持っているだけの方もいます。単に持つだけではなくて、段差を見つけないときには使うこともありますので、大切なものです。

点字ブロックは、街でよく見かけます。縦に長いものは誘導ブロック、丸いものは階段、エレベーター、スロープ等の前にあり、警告ブロックといわれています。この大学はとても素晴らしくていいところだ

と思うのですが、少し残念なのが、点字ブロックをほとんど見かけない点です。街でも、外観のために点字ブロックを外したいとか、道路と同じ色にしたいという商店街が増えています。なるべくなら、老人性白内障や弱視の方にも見やすい黄色で、またはせめて道路と同じ色でもいいから点字ブロックがつくと、視覚しょうがいの人にとってはとてもありがたいです。せっかく場所を覚えて1人で歩ける所も、点字ブロックがないと、それが遠ざかってしまう。できたら、つけられるよう働きかけていただけるとありがたいです。

介助歩行の体験（実習）

○岡前 では、介助歩行の体験をします。視覚しょうがい者の方が一歩後ろで、見えている方が一歩前です。介助者が急に止まったとき、その情報が視覚しょうがい者に伝わって止まると、同じ位置に並んで止まります。恋人同士みたいな感じで歩くと、立ち止まったときに一歩前に出してしまうので、ぶつかってしまうことがあります。いくら仲がよくても、少し後ろを歩いてください。そのとき、右側には何がありますとか、今はマットの上を歩いていますとか声をかける。また、スタートするときには、「歩き出します」、「止まります」等情報を伝えることで、より安心な歩行ができます。ただし、お互い緊張していると長続きしませんので、介助する方は手をだらんと下げたままで結構です。力が入れば入るほど情報が伝わりにくくなります。また、方向を示すときは、あっち、こっち、そっちではなくて、右、左、1時の方向、左斜め前とかいうような、位置が分かりやすい言葉かけを。言葉の量は、多過ぎても整理し切れなくなりますが、右、だけでは分からないので、量を考えてください。あとは分かりやすい早さ。ゆっくりでも、早口でも分かりません。その方にとってどれが分かりやすいかはいろいろですが、少し早過ぎましたか、分かりにくいですかとか、確認していただければありがたいです。

視覚障害の方は、メンタルマップといって、自

分の頭の中で地図を描きます。ここを入れて何歩ぐらいとか、何かを目印にして教室に入ってくるということはありません。そのためにも、自分の歩く位置、方向が分かるような学習をたくさんしてきています。しかし池袋や渋谷のスクランブル交差点を一人で歩いていくときに、人とボンとぶつかって、一瞬方向がどのくらい変わったか、捉えられなくなります。そういうとき、声をかけていただけるとありがたいです。

では、これから、自動販売機で買い物をする体験をしていただきたいと思います。お金は、視覚しょうがい者に分かるように、大きさが違うのと印がついています。千円札は横に長い棒、五千円札は丸、1万円札はL字のような印がついています。硬貨は500円玉が一番大きく、次が10円玉。10円玉と100円玉を比べずに見分けるには、横をさわってみて、ぎざぎざがあるかないか。この体験では、お財布の中からお金を出してもらいます。

学内の自動販売機は、ジュース、お茶、パン、アイスクリームがあるのですね。アイマスクをする方は好きなものを買いますが、介助の方は、どの位置に何があると必ず教えてください。全部教える方もいれば、相手と話した上で説明する方もいます。それぞれ考えてください。基本的には、アイマスクをしている方が自分でお金を入れて買ってください。

自動販売機まで、アイマスクの方にけががないような介助歩行を。狭くて2人で歩くにくい所では「狭



自動販売機で買い物体験

くなるので1列になります」と必ず声をかけて。視覚しょうがい者役の方を守りたい一心で、その方ばかり見ていたら、二人とも危なくなります。必ず前をしっかり見て、情報を伝えてください。無口にならないように。【実習】

体験の振り返り

○岡前 説明を工夫しているところなど良い点がたくさんありました。ただ、焦ると、「ここね」とか、「その右」とか、「そう、そこそこ」という言葉がどのペアも出てきてしまって。そこを少し意識すると、より分かりやすい配慮になります。私たち盲学校の教員も、いつも100%な言葉かけができていないわけではないし、一人ひとり違うので、今がベターなら、次はベストを目指せるように考えています。視覚しょうがいの方と社会で一緒に暮らしていく中で、手伝ってあげるだけではなくて、お互い活躍し合えるところがあると思います。彼らは、とても耳がいいので、足音で、誰とわかったりするんです。私が廊下を歩いていると、声も出していないのに、「岡前先生、走っちゃいけないだよ」と。

普通校の小学生から、不幸なことは何ですかと聞かれると、盲学校の子どもたちは困ります。僕たち不幸は何もない、ただ不便はある。背の低い方が上のものを取るときに高い方が手伝うのと同じで、見えないからここお願いと言って依頼したり、されたりする関係なんだよと話します。太っている方もいれば細い方もいて、運動が苦手な方もいれば、得意な方もいる。みんな一人ひとり違っていいんだよと、普通校の小中学生に伝えています。盲学校の子どもたちにも、やってもらうのが当たり前ではなくて、自分ができることはやる。お願いするときには、これをしてもらえませんかをお願いをする。断られたら、そこでめげずに、違う方をお願いしていこうと伝えています。そういう依頼をされて、今できなかったら、ごめんなさい、また今度お手伝いします、または、お隣の方をお願いしてもらっても結構です。そういう社会の中での関係がうまくいけばいいかな



実際に構内を歩いてみよう！

と思っています。ほかのしょうがいの方も同じです。一番手伝ってもらいやすい声かけが、「何かお手伝いすることあります？」「どこに行きます？一緒に行きましょうか」など。できる範囲で声をかけてもらえたらありがたいと思います。

実践！バリアフリー講座（3）

「車いすにのってみよう！」

田丸 秋穂氏・加藤 裕美子氏

（国立大学法人筑波大学附属

桐が丘特別支援学校支援部教諭）

車いすの体験（実習）

○田丸 私は筑波大学附属桐が丘特別支援学校で、小学部の教員をしております。今日来ている加藤も小学部の所属で、ふだんは小学生を指導しています。本日はよろしくお祈いします。

今日は介助、肢体不自由の方と関わるということテーマにしていますが、実際には人と人との関係なので、それぞれの方の特徴、体の状態に少し配慮しておく、お互いが気持ちよくできます。相手が何をしてほしいのかということを手上にコミュニケーションして、介助するほうもそれを伝え、介助を受ける側もそれを伝えてくれるという関係がうまくいくと、いろいろなことがスムーズになると思います。

この後、実際に前半は車いすに乗ってキャンパス

に出てみたいと思います。今日使う車いすはごくシンプルなものですので、こんなふうに折り畳みができて、非常に軽いです。使うときは、ここを開いて、ポンとシートを押すと自動的に開きます。乗り降りをするときに、必ずブレーキをお使いください。ブレーキの位置も、車いすによっていろいろ違いますが、その方の車いすはどのようなタイプかなというのを確かめていただくといいと思います。このハンドルが介助者用のブレーキです。坂道などでスピードが出てしまったときは、ここをキュッと握ってあげるとブレーキがききます。

今日は実際にキャンパスの中に出ます。新座キャンパスはバリアフリーになっていて、車いすでも移動しやすくなっています。ただ、ちょっとした段差を乗り越えたりするときに、前輪を少し浮かせておいて行きますと、段差は乗り越えやすいですが、人が乗っている場合には、後ろのペダルを軽く踏んでもらいますと、前輪がぱっと浮きます。ここのペダルを上手に使っていただきたいと思います。

【実習（池袋キャンパス内を2人1組で車いすの る・介助する体験をしました）】

○田丸 お疲れさまでした。今回は車いすを自分で動かすということを中心に体験していただきました。困ったら頼むということで、介助者側の方には付き添っていただきました。いかがでしたか。

○参加者 こいでいることに必死になってしまって、介助の方がいろいろお話ししてくださるんですけど、返答がおざなりになってしまったのが残念でした。コミュニケーションを取るのが必要だと思います。

○参加者 車いすだと安定しないです。もし学食でラーメンを頼んで、車いすです運ぼうとしたら、絶対に汁をこぼしてしまいそうです。

○田丸 ラーメンは必死でしょうね。そのときはどうしますか。

○参加者 そのときは、友達に手伝ってもらいます。

○田丸 そうですね、その辺に人がいれば頼むし、



段差は一声かけて、ペダルを踏んで

誰もいなかったら頼めないかもしれないですね。ラーメンではないものを食べなければいけなくなることも起きてしまいます。

○参加者 靴の先が見えなくなってしまって、自分で動かそうと思って乗っているときに、介助者の人が動かそうとして危なかったり、意外と気づかないところで気をつけなきゃいけないことがたくさんあるなと思いました。

○田丸 そうでしたね。車いすに乗っている方に配慮しようと思うんですけども、介助する人が後ろから見ると、ご本人の足の先というのは実は見えなくなってしまうんです。たくさんの学生さんが移動している場所ですと、前の人の足にぶつけてしまうようなことがあります。ですので、十分に位置を把握していくことが大事です。

○参加者 車いすに乗ってみて、思ったよりも目線が低くて、人がいっぱいいるところとかだと、例えば電車とか駅だったら、時刻が見えなかったり、大変なことがいっぱいあるんだなと感じました。

○参加者 どんなに車いすに慣れたとしても、1人では絶対無理なところもあるんだと思いました。例えば職員としての観点としては、災害が起きて、取り残されてしまったときに、ドアがあって、そのときどうすれば、どうなるだろうかと考えました。大学としても、そういうリスク管理を備えたらいいのではないかと思いました。

○田丸 ありがとうございます。普段の生活と違う

事態になったときにどうするかというところは、実は学校の中でも避難訓練をずっとやっており、そういうことを想定したりしています。他の学生さんと同様、避難経路を確保して、そこで問題になるのは、やはり階段の移動と、階段をおりた後に、道路がもしいつもの状況ではなかったらどうなるのかなというところが気になります。その際には、1人では無理で、どういう体制をとっておくかということが必要だと思います。東日本大震災では、しょうがい者の施設というよりは、高齢者の施設で、とても避難が大変だったようです。人が2人がかりで抱えておりる場合もありますが、移動させるための布担架のようなものもありますので、より安全に移動させるためのグッズとかも、少しずついろいろと工夫されているようです。

体はどうやって動く？

○加藤 先程の皆さんの感想をお聞きすると、介助した方で、どこでどう手を貸せばよかったとか、そういう話はあまり聞かれませんでしたね。後半の部分は、介助する側とされる側、その関係のコミュニケーションの取り方についてやっていこうかなと思っています。

まずは、動かしにくいというのはどんな感じかなとか、動くとはどういうふうなのかなというのを、実習を交えて皆さんと考えてみたいと思います。動かしにくいというと、例えば手がうまく使えなかったりすると、我々は手の巧緻性が悪いとか、目に見える部分だけにとらわれがちです。

では、皆さん立っていただいて、片足立ちを少しだけしていただきたいと思います。もし足がついてしまった場合は座っていただいて。ではいきます。片足でお願いします。【演習】

さすが、若いですね。全くぶれない方もいらっしゃいますね。はい、ありがとうございます。今度は目をつぶって同じようにやってみたいと思います。ではいきます。はい、お願いします。【演習】

はい、30秒になりました。ありがとうございます

す。目をあけてやっていただいたときは、皆さん微動だにせず、すごく余裕を持って立たれたのが、目をつぶった瞬間に、バランスが取りにくいというのをお感じになったと思います。今は皆さん、手が使えるから、まだバランスが取れるんです。これが、手にもっと緊張が入っていると本当にバランスがとれなくなります。視覚と、目の動きと運動がとても密接に関係しているというのを体験していただきました。

では次に動きの分離、組み合わせを実習します。2人組になってください。どちらかの方が立ってください。もう一人の方はおでこに軽く手を当てて、座っている人が立ってみましょう。本当に軽く、そんなにぐっと押ししていないです。皆さんも交替して、それぞれやってみていただけますでしょうか。【演習】

どうして、おでこに少し手を当てられただけで動かなかったのか。何か気づかれたことはありますか。

○参加者 立とうとするときに、前に傾かないと立てないので、そのまま真上に立とうとすると無理なのではないか。

○加藤 そうですね、重心ですね。我々は立つときに重心移動しているんです。意識しないですね。立つときは、まずしっかり足裏をつけます。立つときは、やはり少し前傾になって、重心が前にきて上がっていくんです。重心移動ができないで、少し止められただけでも体の動きにも制限が来るということ



立てないのはなぜ？

す。よく立たせてあげたいときの介助のときも、それを意識してあげるといいですね。足裏はちゃんとついているかな。私たちが立つのと同じです。前のほうに重心が来るように。だからぐいと持ち上げようとすると介助が大変なんです。重心移動の点を頭の隅に置いていただければ、いろいろな介助の場面にも使えるかなと思います。

車いすでのキャンパス生活

○加藤 今日長田さんに来てもらっていますので、実際の学校生活の場面で、どういう思い、どういう課題を抱えて、日々頑張っているかということをお話していただきたいと思っています。

○長田 理学部2年の長田です。施設面で、新座は確かにしょうがい者から見てもすごくバリアフリーだなと思います。逆にその分、意識としてのバリアフリーが遅れていると感じるんです。例えばエレベーターにスマホを見ながら乗ってしまい、開くボタンを押してくれない人がいたり。同じくエレベーターで、5階建ての建物で、2階から1階に行くときはもう満員で、でもみんな授業があるので降りてもらえない。自分はエレベーターしか乗れないので、それでずっと乗り過ごして、遅刻する授業もあるんです。施設がバリアフリーな分、そういう意識がなかったりします。

池袋キャンパスの4号館が理学部の研究室のある建物ですが、地下鉄とかによくある、階段の横についているリフトがあるんです。立教はバリアフリーだと思ってそのリフトをつけたと思うんですが、実際、僕の車いすは135キロあって、そのリフトが180キロまでの対応で、乗れないんです。バリアフリーだと思っていても、結局バリアフリーではない、コミュニケーションが取れていない部分があって、そういうところは、どんどんコミュニケーションを取っていったほうがいいと思います。

今日やったことで、車いすは大変だなと思うのではなく、例えばふとしたときに、あ、ここは全然バリアフリーじゃないなとか思ってくれたらとても



もっと意識のバリアフリーを！

ありがたいと思います。自分がよく行くレストランとかラーメン屋とかを想像してもらえればと思います。ほとんどの人が、絶対車いすでは行けないなと思ったりしますね。そして自分の家では車いすでは生活できないですね。そういうのをふとしたときに考えてほしいんです。そうは言ってもどんどん忘れてしまうと思います。考えてほしいのは、皆さんもいつしょうがい者になるかもしれないということです。しょうがいを持つ可能性は必ずあると思うので、自分は絶対健常者だと思っていると結構危ういと思います。そうやって、たまに思い出すことができれば、例えば周りの人がしょうがいを持ったり、道でしょうがい者の人と遭遇したときとか、自分がしょうがい者になったときとかにも、冷静に対応できるのではないかなと思います。

最後に立教に来てよかったことを言います。立教に来て、自分は例えばドアとかも全くあけられないので、移動サポートというのを頼んでいるのですが、1年の時は移動サポートを11回頼んでいました。でも2年になって、数えてみたら2回に減っていたんです。なぜそんなに減っていたかという、移動サポートとしてではなくて、普通に、気軽にやってくれる友達ができました。物理学科では実験があるんですけど、専門にサポートしてもらうのではなく、友達にやってもらったりしています。そういうのは、慣れの部分が多いので、皆さんも、周りにしょうがいのある人とかいたら、どんどんコミュニケーション

ンを取っていけたら、お互い快く接することができるのではないかと思います。

○加藤 ありがとうございます。立教に来て、充実した学校生活を過ごしている中には、人との関わりが大切で、昨年よりは今年、また充実して学校生活が過ごしやすくなってきたというあたり、お話を伺ってすごいなと思いました。そうなるには、周りの方の気がついたよさもあるけれども、きっと長田さんからの発信もあったと思います。先程車いすを介助して、手伝ってとか、ひとりでこれはやるぞとやっているときは、周りで手出しできないわけで、SOSなり、何か心の通い合いができると、自然と頼まれなくてもここは大変そうだなとか、やり取りができるようになる。それはやはり、お互いに、声を掛け合うということもありますし、心の通い合いがあると思います。コミュニケーションというのは一方的なものではなく、介助する側も、サポートされる側も、お互いに発信し合って補っていくようなものがあるんですね。

では、何か皆さんのほうから、長田さんにお聞きしたいこと、田丸や私へのご質問等ありましたら、お聞きしたいと思います。

○参加者 先程、歩きスマホとかに気をつけるというお話があったと思いますが、そのほかにも、もう少し気をつけてほしいなということがありましたら教えてください。

○長田 ドア付近とかで立ち話をされると困ります。今日、車いすに乗ってみてわかったと思いますけど、声も結構通りづらいんです。通してくださいという声もなかなか通りづらくなるので、そういうところをふだんから考えてもらえるといいと思います。

○加藤 先程車いすで食堂へ入ったときに、車いすのまわりに大勢でワッと立たれたらどんな感じしま

すかとお聞きしたら、やや圧迫感があるというお声がありました。車いすに乗っている方はどんな気持ちかなと想像してみただいたくことも大切ですね。

○田丸 あとは、何かサポートしてあげたいなという気持ちがあると、私たちはどうしても体が動いてしまう。例えば、おばあさんが重たい荷物を持って歩いてたときに、皆さんどうですか。重そうに、こうやって持って歩いているときに、横から来て、何も言わずに、ふっととられると、「えー？」って思いますよね。車いすの場合でも、皆さんやってしまうんです。車いすの方が坂を上がる時大変そうだなと思ったら、後ろに来てスッと押してしまうんです。でも、自分で前に進もうとしている人に見れば、急に押されたことによって、今と同じ感覚になるんです。一言「押しましょう」と言ってくると、「お願いします」と返せるけれども、黙って押されてしまう。「右に行きますよ」とか、「手伝いますよ」という一言が、すごく安心感につながります。行動に移す前の声かけが、安定した、安心した関係を作る第一歩になると思います。

○加藤 今日、車いす、その後に体を動かしにくいとはどういうことを体験していただいて、それぞれいろいろな感想を出し合ってもらいました。コミュニケーションとはどう取っていったらいいのか、考える第一歩にさせていただけたらと思います。今後、大学それから街の中で、肢体不自由の方に会ったときに、今までよりは、少し自信を持って、段差のときもお手伝いできるかなとか、自分から声をかけてみようかなという思いになっていただけたらと思います。