

平成31年度

兵庫県立視覚特別支援学校

支援部

アイ・あい だより

2月号



は～るよこい は～やくこい

新年になり、あっという間に1か月が過ぎました。2月3日は節分、4日は立春です。春の始まりとされていますが、寒さは今までと変わりはありません。鬼と一緒に寒さも吹き飛んでくれるといいのですが、まだまだ寒い日が続きます。インフルエンザで学級閉鎖をしている学校もありますので、引き続き、手洗い・うがいをきちんとし、体調管理はしっかりしましょう。



視覚障害者の世界

皆さんは、落としたものをすぐ見つけることができますか？ 視覚障害者は、物を落としたとき、どこに落ちたのか一目で確認することができません。また、落としたものが転がってしまい、自分から離れて行ってしまっても、その軌道を正確につかむことはできません。今回は、そのような落としたものを拾うためのコツや工夫を紹介します。



落としたら音を聞こう！

固い床で落ちた音を聞くことができれば、音の方向から落とし物を探す場所が限定でき、搜索範囲を絞ることができます。特に転がりやすいものはしっかり音を聞いて、転がる音が消えた周囲を搜索すれば見つけやすくなります。この「音を聞く」ということを怠ると、その後の搜索が困難を極めます。

絨毯には気をつけよう！

絨毯など、床が柔らかく落とした時の音がしない場合があります。この場合、落とした時の状況から落下位置を推測することはできますが、音がする時よりも判断が難しくなります。困るのは落とした瞬間に気付けないとか、落としたことにすら気づかないという時があることです。例えば、バッグなどから物を取り出す時に、他の物が弾みで一緒に飛び出して落ちることがあります。出先のホテルなどは、床が絨毯であることが多いので、バッグへの物の入れ方と取り出し方には十分に気を付けて、そもそも物を落とさないようにする必要があります。

落とさないようにするためには

- 何がどこに入っているか場所を決めておく。
- 細かい物、他の物をからめとりやすいもの（イヤホンなど）、他の物にくっつきやすいもの（ビニール製の物など）の保管場所には気を付ける。取り出す時は慎重に行う。
- 荷物の出し入れはできるだけ同じ場所、狭い範囲で、荷物を置いて行く。
- 荷物の出し入れは最小限にし、必要な物以外は出しっぱなしにせず、毎回片付ける。
- 作業が終わった際は、落とし物がないか、床を確認する。ホテルなどでは、ベッド上（特に使用済み）で荷物の出し入れをすると、寝具類に巻き込まれて行方不明になりやすいので、注意が必要です。

搜索は手で！

前述のように、視覚障害者は、一目見て全体を一度に確認することができません。小さな部分を触って確かめることを繰り返して、全体に広げていきましょう。また、視覚障害者が一度に触って確かめられる範囲は、手のひらの面積分しかないので、面を搜索するにはそれなりのコツがいります。



たとえるなら、床にワックスをかけるように、あるいは壁にペンキを塗るように、放射状でも直線状でもよいので、基準点か基準線を決めてから、手を水平に動かして順番に確かめていきましょう。基準点、基準線は、壁や机の脚などがあればそれを利用して、無ければ片手を床の任意の場所に置いて（固定して）代用しましょう。

気を付けなければいけないのは、搜索するために動かす手で、目的の物をもう一度どこかに飛ばしてしまう二次被害です。基準点にしている手に向かって、一方通行に手を動かすなど、飛ばしてしまっても大丈夫なように反対の手でガードしておくことで安心です。

手を水平に動かす方法のほかにも、ピアノを弾く時の様に手を軽く丸めて、順番にトントンと床を垂直に叩くように探す方法もあります。物をどこかに飛ばしてしまうこともありませんし、紙などの薄いものはこちらの方が、もしかしたら探しやすいかもかもしれません。

怪我に注意だ！

机の下などを探す際は、顔や頭をぶつけて怪我をしないように気をつけましょう。特に最初にしゃがむ際は、慣れていないと距離感を間違えたり、残っている視力を使おうとして、顔から突っ込みやすくなります。手や腕でしっかり机の縁を確かめる習慣をつけることが大切です。

