

ガイドヘルパー&ボランティアの方へ

視覚障害者のための

ガイドの仕方

千葉県立千葉盲学校

はじめに

白杖を手にした人が交差点や駅などで困っているのを見たことがありますか？ きっと方向が分からなくなってしまうたり、目じるしが見つからなかったり、必死の思いで自分の現在地と進むべき方向を確認しようとしているはずです。しかし、慣れていない場所では、なかなか容易にできるものではありません。そのような時に声をかけ、何かしてあげられたら、視覚障害者の方々にとってはどんなに心強いことでしょう。

そこで、このような時に役に立つ一般的なガイドの方法を紹介したいと思います。

1) ガイドの4つ条件

- ①安全性（安心感）
- ②確実性（効率的、効果的）
- ③見た目の自然さ
- ④視覚障害者、手引き者の両者にとってのやりやすさ

ガイドはこの4つの条件を満たしていることが大切です。しかし、この条件は①の安全性が最優先されます。②、③、④の条件（この3つは並列）は、①を満たした上で、あった方がよいということになります。

2) ガイドする際の留意点

- ・原則としてガイド時でも視覚障害者は白杖を携帯する。
⇒道路交通法で定められています。
- ・ガイド者による確実で適切な判断が必要である。
⇒ガイドは安全第一で行われますが、この安全性は手引き者が確保するものです。その場に応じてどのようにすれば安全なのかを判断してください。

- ・視覚障害者と話し合う。

⇒視覚障害者の中には、ガイドのされ方を知っている人もいれば、知らない人もいます。また、内容によっては個人で方法が異なる場合もあります。ですから、どういう方法がいいのか、必要に応じて視覚障害者と話し合ってください。

- ・視覚障害者に手引きのされ方を教える。

⇒ガイドのされ方を知らない視覚障害者の方（比較的多いようです）には、この基本的な方法を教えてあげてください。

ガイドの基本的な方法

1) 基本的な形（姿勢）

ガイド者は視覚障害者の前に立ち、ガイド者の肘の上を視覚障害者に持ってもらいます。この時の視覚障害者の肘はだいたい直角になるようにし、持ち方は親指を外側に、他の指は内側にして適度な強さでしっかり握るようにします。また、お互いの腕はリラックスして、脇は不自然に広げないようにします。

この形でガイド者が、視覚障害者の前腕の分（半歩程度）だけ前を歩いていきます。後方から歩いていく方が安心だという方が多いため、押したり、引っ張ったりしないでください。

また、両者の身長差によっては、この方法だとやりづらい場合もあり、他の方法を希望する視覚障害者の方もありますので、必要に応じて話し合って適切な方法で行ってください。

（他の方法としては、肩に手を置く方法が多いようです）

2) 留意点

① 2人分の幅を常に意識すること

ガイド者は視覚障害者も自分の身体であると考え、常に2人分の幅を意識しながら歩くようにして下さい。視覚障害者の外側の手や肩が、物に当たったり、触れたりしないように気をつけなければなりません。また、幅だけでなく、上部（頭や顔面）にも注意が必要です。

② ガイドする側

ガイドする側は左右どちらでも構いませんが、視覚障害者によっては、ガイドをしてほしい側が決まっている方もいますので、話し合ってから決めてください。安全が確保されると判断できれば、視覚障害者が車道側でも問題ありません。

③ 歩く速さ

これは視覚障害者の個人差が大きいところです。話し合う中で適度な速さを決めてください。



3) 狭い所の通過

2人分の幅が確保できないような所では、ガイド者が「狭い所ですので、私の後ろへ入って下さい」というように声かけをします。そして、自分の手引きしている腕を後ろに回すという合図を送って、視覚障害者にガイド者の後ろに入ってもらい、一列になって歩きます。その時、ガイドされている視覚障害者の肘は真っ直ぐに伸ばします。

また、狭い所が長く続くような所では、ガイドを止めて、手引き者の肩に手を置いたり、背中に触れたりしながら歩いて



もかまいません。

さらに、一人分の幅も確保できず、横歩きしなければならないような所（劇場の中など）では、お互いの手の甲を触れながら横歩きしてください。なお、視覚障害者の中には、その狭さを自分の白杖で確認する人もいます。

4) 状況の説明

① 環境の変化

何か環境に変化があっても、視覚障害者には分からないときがありますので、黙って行動せずに、なぜそのような行動をとるのか、その理由を説明してあげてください。

例えば、歩道上に車が駐車されていて、避けるためにやむを得ず、車道を歩かなくてはならない時などです。また、視覚障害者によっては、急に向きを変えたりせずに、「右に寄ります」とか「角を左に曲がります」などと声をかけてほしいと言う方もいます。声かけが必要かどうかを尋ねてみてください。

② 周囲の風景

視覚障害者が望むなら、ガイド時に、周囲の風景を説明するなど、話しながら楽しく歩くようにしましょう。

5) 溝などをまたぐ時

溝などをまたぐ時は白杖を利用します。まず、その溝に直角に近づき、一旦止まります。溝があることを視覚障害者に告げ、必要に応じて視覚障害者にガイド者の横に位置してもらいます。その際、視覚障害者がガイド者より前へ出ないように、手で防御してあげてください。必要に応じて、溝の幅を「○cmくらいの溝です」と伝えてもよいでしょう。

次に、白杖で視覚障害者がまたいだ後で足を置けばよい位置を示します。（手引き者が示してあげても、視覚障害者が自分で確認してもどちらでもよい）そして、2人同時にまたぎます。その他の方法としては、ガイド者が先にまたぐ方法があります。まず、ガイド者が視覚障害者の足を置く余地を考えて、少々前に位置するようにまたぎます。そして、立ち止まり、視覚障害者がまたぐのを待ちます。その際、ガイド者の足は絶対動かさないようにします。ガイド者が先に渡るということで、視覚障害者のガイド

されている腕が伸びて、どのくらいの幅なのか見当をつけることができるわけです。

6) 1段の段差

段差に直角に近づき、一旦止まります。そして「1段上がります（下がります）」と声をかけ、溝の場合と同様に、必要に応じて視覚障害者に手引き者の横に位置してもらいます。まず、ガイド者が先に上がって（下がって）止まります。その際、ガイド者は視覚障害者が上がる（下がる）余地を考えて、少々前に位置し、ガイド者の足は絶対動かさないようにします。次に視覚障害者が上がります（下がります）。

その他の方法として、上がる時には、視覚障害者にその段差に足をかけるようにして、その高さを理解してもらい、一緒に上がることもできます。なお、視覚障害者の中には段差の位置や高さを自分の白杖で確認する方もいます。



ただし、ここで説明した方法は、段差の高さがある程度、ある場合であり、段差が低い場合は、この限りではありません。

どの程度の高さであれば、この方法を使うのかはその場所に応じて判断してください。

7) 階段昇降

階段は前述の1段の段差が連続したものですので、基本的には1段の段差の場合と同様です。大事なことはガイド者が階段を怖がらないことです。階段に直角に近づき、一旦止まります。そして「上り（下り）階段です」と声をかけ、溝の場合と同様に、必要に応じて視覚障害者に手引き者の横に位置してもらいます。そして、ガイド者は1段上がり（下がり）、視

覚障害者がその段を上り（下り）かけた時に、2段目を上がる（下る）ようにして、常に手引き者が1段先を行くようにします。この時の2人のリズムが乱れないようにすることが大切です。また、昇降速度は、速すぎても、遅すぎても危険があるので適度なものにします。

最後の段には、視覚障害者が足を置く余地を考えて、少々前に位置するようにして上がり（下り）、そして止まって視覚障害者を待ちます。その際、ガイド者の足は絶対動かさないようにします。動かしてしまうと、まだ階段が続くように感じられてしまうそうです。最後の段に来たら「階段は終わりました」と一声かけてあげてください。

この他、必要に応じて、ガイド者と視覚障害者が同時に昇降したり、手すりを使ったり、手引きを止め、単独で昇降したりすることも考えられます。視覚障害者とよく相談するようにしてください。



ガイドの応用

1) エスカレーターの利用

視覚障害者にとって、エスカレーターの利用は一般的に考えられているほど大変なことではありません。ガイド時は、まずエスカレーターを利用することと上りか、下りかを告げます。そして、視覚障害者に手すりを持

ってもらい、一言告げてから、タイミングよく手引き者と視覚障害者が同じ段に乗ります。エスカレーターからおりる時は、やはり一言告げてからタイミングよく降ります。

その他、ガイド者が1段先の段に乗るという方法もあります。ガイド者が1段先に位置することにより、エスカレーターが終わる際に手引き者の腕が上下しますので、エスカレーターの終わりを知ることができるのです。

また、視覚障害者が単独で利用する場合もあります。その場に応じて相談してください。



2) 椅子への誘導

いすに座るときは、その旨を告げて視覚障害者の手が椅子の背や座面に触れるように誘導し、テーブルがある場合は、もう一方の手をテーブルに触れるように誘導してください。

また、視覚障害者のふくらはぎが、椅子に触れるように誘導する方法もあります。



3) 電車の利用

① 切符の購入

数年前からJRなどで音声誘導装置のついた券売機が設置されていますが、慣れていないと視覚障害者にとっては扱いにくいものです。また、すべての駅に設置されているわけでもありません。ですから、ガイド者が2人分をまとめて購入してもよいでしょう。ただ、視覚障害者の中には単独で切符購入を希望する方もいますので、尋ねてあげて下さい。

② 改札口の通過

改札口は狭い所と同様の要領で一列で通過します。切符はガイド者が 2 人分を渡してもよいでしょう。自動改札の場合は、重ならないように 1 枚ずつ続けて入れ、それから一列になって通過し、順に出てくる 2 枚の切符をとるようにします。視覚障害者の中には単独で切符を入れることを希望する方もいます。

③ 電車の乗降

電車の乗降は、ホームと電車のすき間を溝と考えれば、溝をまたぐ時と同様の方法で行うことができます。ただし、ホームより電車の方が高くなっている場合があるので、注意してください。特に混雑している場合は、危険がないように気をつけなければなりません。急がず、人の流れがきれるまで待つくらいの気持ちが必要です。



4) バスの利用

バスの乗降は、階段乗降と同じ要領で行います。しかし、一つのステップが高いため、手すりを利用するなどより安全な方法をとってください。乗降口が狭い場合は、狭い所の通過の要領で一列になって乗降します。また、ガイドを止めて単独で乗降する方法もありますが、その時も視覚障害者の手を手すりに誘導してあげてください。その際、転落や踏みはずしのないように、視覚障害者の前に位置するか、後ろに位置するかその場で判断してください。

運賃の支払いは電車と同様に、ガイド者が 2 人分をまとめて行ってもよ

いでしょう。視覚障害者が単独で支払う場合は、運賃投入口を指示してあげてください。

5) 自動車の利用

視覚障害者の一方の手は自動車の屋根に、もう一方の手はドアに触れるように誘導します。基本的な乗車方法は、まず車に背を向けて着席し、その後、身体を90度まわして、足、白杖を車内へ入れるようにします。なお、車種（ワゴンタイプか乗用車タイプか）によっても乗り方は異なりますので、車種などに応じて判断してください。



6) 視覚障害者から離れる必要がある場合

切符を買いに行くときなど、手引き中に視覚障害者から離れなければならない時は、空間に一人でいるのは不安だという方が多いようですので、壁や柱などに触れられるように誘導してあげるとよいでしょう。

7) 手引きに関するその他の留意点

① 2人以上のガイド

手引きは一対一が原則ですので、屋外では2人以上のガイドはしない方がいいでしょう。

それでもやむを得ない場合は、左右の肘を使って行ってください。

② 雨の日の手引き

雨の日の手引きは大変です。2人分が入れる傘があれば問題はありませんが、ない場合は1人1人が傘をささなければなりません。それでも濡れてしまうことがありますので、レインコートの着用が望まれます。

③ 別れる時

声をかけてから分かれるのは当然ですが、必要に応じて、現在地や向いている方向などを教えてあげてください。

④ トイレの利用

外出先でのトイレは視覚障害者にとって困ることの一つです。そのトイレに誘導し、必要ならば、便器の位置、カギの開閉方法、利用する向き、トイレットペーパーの位置、水洗の方法、手洗いの位置などを説明し、外で待っているようにしてください。なお、視覚障害者が異性の場合は、そのトイレを利用する同性の方に手引きを依頼してください。

⑤ 物の位置

テーブル上のコーヒーや灰皿の位置は、クロックポジションと呼ばれる時計の文字盤を例にとった方法で説明します。これは、自分の前に文字盤を置いた状態で、手前が6時、向こう側を12時とし、例えば「3時の位置にコーヒーがありますとか、12時のところに灰皿があります」などと言う説明方法です。

また、方向の説明でも、文字盤の中央にその視覚障害者が位置した状態で、右斜め前の方向を「2時の方向に〇〇があります」と言うことができます。もちろん、前後、左右のどの表現でもかまいません。ただ、その際は「あなたから右」というようにあいまいにならないよう確実に知らせることが大切です。

以上、ガイドの一般的な方法を紹介しました。しかし、一般論に過ぎませんので、文中でも何度も出てきたように、その視覚障害者と話しあうことで、一番適切な方法を判断してください。

<引用・参考文献>

芝田裕一著 1996 視覚障害者の手引きとリハビリテーション。 日本ライトハウス養成部。