

はじめに

歩行の究極の目標は「ひとりで、安全に、能率よく、目的地に到達して、その目的を達成する」ことにあり、歩行指導はその能力を養うことであるといえる。ここでは視覚障害だけの単一障害児（者）に対する歩行指導について、その基本的な考え方を検討し、併せて、歩行指導、特に、全盲児（者）の指導を具体的に考えたい。

第1節 盲学校における歩行指導の考え方

個人の実態（発達段階等）と指導目的を明確にし、個人にあわせたプログラムと指導方法で、愛情を持って誠実に指導する

I. 盲児（小学部）の歩行指導の考え方

視覚障害児、特に全盲児の場合は、視覚による身体的動作の模倣ができなかったり、環境を正確に認知できなかったり、日常活動の経験が少なく、歩行行動に必要な諸能力を未習得なことが多い。その上、幼児・児童は成長・発達の途上であって、身体（筋力）が未成熟で、知識・概念も未発達であり、歩行経験も少ない。そこで、まず、基本的な身体運動の制御力、環境認知、概念などを系統的に指導する必要がある。平行して、視覚以外の感覚情報を活用する方法を指導し、積極的に活発に行動する機会を確保することで、情報処理能力の基礎を養い、触覚や聴覚などを通して得られた情報の一つ一つを関係づけて、環境の構造を理解させる。白杖を導入しての歩行指導は、レディネスがある程度できてから指導した方がよいと考える。

換言すると、盲児に歩行指導を行うということは、歩行に必要な諸能力を養うために次のような指導を学校教育の中で総合的に意図的に行うことであるといえる。

- ①身体運動の制御能力
- ②保有する感覚の有効な活用
- ③概念形成と環境の正しい認知
- ④歩行地図（メンタルマップ）の確立
- ⑤白杖技術（歩行補助具の活用）の習得
- ⑥歩行コースの選択と修正
- ⑦情報収集と援助依頼、マナー

そして、実際の指導では発達段階に応じた指導が不可欠で、幼児・児童、生徒の入学から卒業までを見通した指導段階の大枠を決め、学年を追って個々の目標を決めて、卒業まで継続的に指導することになる。

そのためには、入学時に個別指導計画を立て、評価や指導記録をファイルし、必要に応じて計画を見直して、児童の実態に即した指導に心がける。当然のこととして、中学部、高等部における歩行指導も同じである。

文部省の「歩行指導の手引き」（昭和60）では指導内容を5段階に分けて指導内容を示しているが、第3段階

までは歩行指導として特別に指導するというよりは、自立活動の時間だけでなく、教科や特別活動、日常生活全般で指導することが大切である。また、段階を超えて平行して指導することもある。

主な内容は次の通りである。

①第1段階 発達領域間の調整

- ・ボディイメージの形成
- ・基本的な動作を習得（バランスのとれた歩行姿勢、リズムカルな歩行動作）
- ・外界への興味（外界がどのようなものであるかの理解）
- ・感覚情報の意味づけ（触覚や聴覚の感覚情報を意味づける時期）
- ・運動の喜び
- ・概念形成（身体座標軸）

②第2段階 歩行能力の基本

- ・自己の歩行動作の制御（直線や直角などの概念を枠組みとして、リズムカルな歩行運動）
- ・具体的な場所との関係（空間座標軸）

※楽しい雰囲気の中で自然に習得できるような工夫

③第3段階 環境構造と歩行地図

- ・各種建物の全体と部分の関係
- ・外形と内部の形との関係、位置関係
- ・車道や歩道、周辺の建物との関係
- ・道路上の構築物の形や大きさ、停留所や駅などの部分と全体との関係
- ・電車やバス、乗用車などの外部、内部の形や大きさ
- ・模型や立体地図の活用
- ・地図でなぞった後、実際の環境で歩行
- ・メンタルローテーション
- ・安全なコースの選択と所要時間の見積もり

④第4段階 白杖歩行

- ・白杖操作の基礎指導（筋感覚で制御）
- ・白杖の基礎技術（直進歩行、階段歩行、ガイドライン歩行）

※第3段階の環境認知の指導と並行しての指導

※白杖の初期指導は校内で丁寧に

⑤第5段階 総合的な歩行能力

- ・住宅地、繁華街で必要な技術の習得
- ・交通機関の利用
- ・援助依頼
- ・マナー

また、幼児・児童の歩行能力の向上には家庭の理解度（接し方）が大きく影響するので、家庭（保護者）との連携は重要である。特に、低学年においては、日常生活そのものが歩行能力に直接影響する。通学を例に取れば、車での送り迎えは、家庭にとっては有効な手段だが、幼児・児童にとっては外界と全く関わりのない移動である。幼児・児童は体を動かし、外界を感じて初めて自然な発達ができるので、発達を阻害していると言わなければならない。手引き歩行であっても、歩行経験を拡大させるし、外界の理解や概念形成に大いに役立つのである。また、学校での生活の様子や歩行指導の状況をこまめに連絡したり、指導の実際を見てもらったり、自立活動通信を出すなどして啓蒙活動も必要でしょう。

香川（筑波大）*1は保護者との連携による歩行指導の実践を5段階に分けている。

<介添え歩行からひとり歩きへの5段階>

第1段階 情報収集期

- ①介添え者が盲児に情報を与える
- ②触覚、聴覚等の情報の意味の説明と確かめ
- ③道路や塀、建物の状況等の説明と確かめ
- ④コース上のランドマークとなるものの説明と確かめ

※いくつかのステップに分ける

※質問して答えさせる

第2段階 情報確認期

- ①介添え者が中心であるが、盲児が介添え者に様子を語る
- ②盲児が介添え者に状況を話しながら歩く
- ③介添え者はそれが間違っている場合は修正する。質問して回答させるのもよい

※一時停止や減速などの意味

※メインとなる駅の構造の理解

※介添え歩行の白杖の操作方法の指導

第3段階 情報処理期

- ①盲児が介添え者を案内する
- ②介添え者は安全確保のみを担う

※迷いの経験が大切

※白杖の基本操作を指導

第4段階 第一見守り単独歩行

- ①盲児の単独歩行
- ②添え者は安全確保の役割

第5段階 第二見守り単独歩行

- ①保護者はそっと見守って安全確保を行う

II. 弱視児（者）の歩行指導の考え方

盲学校小学部に在籍している弱視児は歩行能力や理解は十分ではないにしろ、実際にはひとり歩きをしている。弱視児は視覚表象を有し、先天盲児とは全く状況が違うので、個々の実態、特に見え方の特徴を把握することから指導は始まる。眼疾患のパターン、測定された視力や視野の把握に加えて、個々の状況を生活場面や、意図的に設定した場面で観察して見え方の状態と特徴を把握し、

①低視力弱視児で視覚が十分に使えない者に対しては全盲に準じた指導を

②視覚情報だけで歩行が可能な者に対しては必要に応じて補助具（レンズ等）を活用して見えにくい状況を改善し、遅れている分野があれば強化し、安全を確保すること、また、白杖を補助的に利用する方法などを指導する。

見え方の把握には

- ①静態で静態物体を見る
- ②静態で動態物体を見る
- ③動態で静態物体を見る

④動態で動態物体を見る

の4ケースがあるが、照度（明暗）やコントラストによっても見え方が異なる上、その日の身体の状況（具合）でも見え方が変わる者もいる。従って、教師の観察はきわめて重要である。

観察の観点はどのくらいの距離からどの程度の物が見えるか、できるだけ詳しく観察することが大切で、具体的な観察場面は以下のような場所である。

①校舎内・・・教室の配置状況、標示物、ドアや窓の開閉状況、階段など

②学校内・・・縁石や階段、グラウンドの状況、通路や駐車場の状況、白線などの標示など

③学校周辺・・・家並みや木立、看板や置物、階段や歩道橋、停留所、ポスト、店の入り口など

④道路（歩道）・・・誘導ブロック、ガードレール、走って来る自転車の回避、車道の様子・状況など

⑤道路・・・白線や道路標示、道路標識、駐・停車中の車や自転車、信号の判断、道路の横断、移動する車の様子など

⑥交通機関等・・・エスカレーター、エレベーター、自動券売機の利用、ホームの移動、電車乗降、バスの行き先確認、バス乗降、ボタン確認

⑦混雑した場所での歩行・・・人の回避、人の追跡（ついて行けるか）

⑧その他・・・地下道、暗い場所（明暗順応）、雪道（コントラスト）など条件の悪い場所

また、定期的に視力検査をして眼の状況を知っておくこと、特定の指標を毎日見ることによってその日の眼の様子（調子）を知るなど、児童・生徒自身が見え方に注意を払うよう指導することも大切である。

全盲児に比較して弱視児は歩けるので、歩行指導が少なくなる傾向があるが、本人に必要な指導をすることによって、安全度が格段に向上することも多い。また、弱視児は公道で自転車に乗ることも考えられるので、交通安全や法規に関する指導も大事である。併せて、障害の受容や眼疾患の進行など心理面にも気を配る必要がある。進行性の眼疾患だからといって、とりわけアイマスクを使用した白杖指導を行うことにはきわめて慎重であるべきである。

Ⅲ. 中学部・高等部における歩行の考え方

視覚障害児（全盲）の歩行の小学部（初期）の指導の重点は、身体動作を確実にすることと、感覚機能の向上、概念、空間概念を形成することであり、これらの基礎の上に白杖（指導）を導入して、安全の確保と白杖による情報の入手することであった。指導は学校の全教育課程で、家庭や寄宿舎の日常生活全般の中で培われるものである。従って、自立活動の指導も児童の発達段階に応じて、その時点で必要な内容を学習要素として取り出して自立活動のカリキュラムに組み入れて指導するもので、年間通して歩行指導を行うものではなかった。白杖の指導は歩行の基礎（レディネス）がある程度できてから導入し、卒業まで、あるいは、中学部、高等部までを見通して、発達段階に応じた指導を行い、徐々に白杖による歩行能力を高めていく指導であった。これに対して、中学部、高等部の指導は、初期指導の上に立って＜単独歩行＞を目指す過程といえる。

中学部になると、小学生の初期とは比べものにならないくらい身体の成長が見られ、運動機能も力強さや巧緻性を除けばそれほど大人と変わらなくなる。感覚や概念形成も初期に比較すると非常に発達している。そこで、白杖操作もタッチテクニックなどを系統的に指導することが可能である。しかし、運動、感覚、概念の発達には個人差があり、個人の中でも領域間のアンバランスがあるのも事実である。従って、中学部での指導は個人差や、領域間のアンバランスを考慮して、長期間にわたるマンツーマンの歩行指導の中で劣っている領域を補う指導をしながら、単独歩行をめざすことになる。

中学部における主な課題として、

①白杖の操作技術の向上

②情報の入手、分析、予測能力の向上

- ③交通や道路に関する知識と歩行構造の理解
- ④手がかりとランドマークの活用
- ⑤障害物の分析と回避技術の向上
- ⑥交通機関の利用
- ⑦援助依頼やマナー
- ⑧歩行範囲と歩行経験の拡大

などが挙げられる。

高等部、専攻科になると単独歩行の能力は益々個人差が大きくなっている。ほぼ単独歩行ができあがっている生徒もいる。本校は、中学部以降の学部で全国範囲で選抜入学試験を実施して入学者を決めているので、地方出身者には学校、周辺地域の環境になれる、帰省ルートを確認するなど、他の盲学校にはない課題が最初から存在する。

何らかの原因で単独歩行の能力が低い生徒に対しては、学校生活に必要な範囲の歩行を先ず指導した後、原因の克服を重点課題として前述（中学部）の課題を指導する。専攻科生でも同様な指導になる。

能力が高い場合は、学校周辺のオリエンテーション（ファミリアリゼーション）が終わると、本人に必要な目的地までの指導を行う。その中で状況に応じた歩行を指導するが、特別な機会（雨、雪、雑踏など）を利用して応用能力の向上を図っている。

IV. 附属盲学校中学部・高等部における歩行指導の実際

入学当初に歩行の初期評価（観察期間）を実施して、生徒の歩行の様子を観察、把握に努めている。中学部においては、オリエンテーション期間（5日間）に手引きの指導と校内のファミリアリゼーションを行い、点字使用者（A組）には自立活動の時間の当初に点字と歩行の調査を行っている。出身校の違いに加えて、最近では普通校出身者も増えて、個人差は大きくなっている。高等部ではオリエンテーション期間に手引きの指導と点字使用者には点字と歩行の初期評価を実施して、歩行指導の必要な生徒を把握している。専攻科鍼灸科、音楽科の点字使用者には時間を設けて初期評価をして、希望者に歩行指導をしている。

中学部の歩行指導は1年生で1時間、2年生で2時間（半期）が基本である。1年生では観察調査の結果で、担当者を決めて個別指導にはいる。生徒個人によって指導内容や進度は多少異なるが、主な指導内容は①白杖の基礎指導、②学校周辺のファミリアリゼーション、③住宅地歩行が中心である。能力の差で④校内移動の指導に大半を費やすの生徒もおれば、⑤すぐに交通機関の練習に入る生徒もいる。また、必要な生徒には⑥放課後を利用した通学指導を行っている。課題として、能力の高い生徒は住宅地での指導内容をマスターしてから交通機関の利用や帰省指導をしたいが、1時間では目的地に行けない。また、本校出身の通学生も同様である。

2年次では、1年次の続きからはじめ、①交通機関の利用、②帰省指導（ターミナル駅・空港）、③池袋駅・周辺、④公共施設（点字図書館）を指導している。帰省指導が終わるとできる生徒にはひとり帰省の許可を与えている。3年次には自立活動カリキュラムに歩行指導はない。失明や視力低下で緊急に歩行指導が必要となった場合は抜き出し指導で対応している。

高校部では1年次に1単位（前期のみ2時間、または、後期のみ2時間）の自立活動の時間があり、初期評価に基づき、歩行指導の必要な点字使用者は前期に自立活動（歩行）を履修する。歩行能力が高く、急がない生徒は後期に履修する。前期の主な指導内容は①新しい環境になれる、②単独歩行の能力の向上であり、後期は②が中心となる。単独歩行の完成を目指しているため、前期で履修した生徒の中には2年次で継続して指導を受ける者もいる。また、希望する生徒には進学が決まった後、次の生活に必要な歩行指導を卒業間際にファミリアリゼーションを中心とした指導を行っている。

専攻科における歩行指導は選択履修であるので、生徒の希望（ニーズ）を優先して指導している。従って、指導内容は①学校周辺のファミ、②帰省コースの練習（ファミで終わることもある）、③特定の目的地（視覚障害施設・病院等）間での歩行、④将来の失明に備えた白杖指導、⑤弱視生（色変など）の夜間の歩行など様々であり、目的（希望）が達成したら、指導を打ち切ることもある。また、視力低下や実習病院の通勤で歩行指導が必要になった場合は、必要が出てきた時点で指導している。

高等部、専攻科の生徒にはオリエンテーション期間に自立活動部で作った「生活の手引き」を配布している。その中に学校周辺の案内地図があり、説明を行っている。

第2節 歩行指導の実際

I. 手引き（ガイド）歩行

手引き歩行は白杖による単独歩行ができない視覚障害児（者）の移動手段だけでなく、単独歩行のできる視覚障害者の移動でもその効率化と疲労軽減のためによく利用されている。盲学校では次のような目的で手引き歩行が行われる。

- ①入学児童・生徒のオリエンテーション（ファミリアリゼーション）
 - ②集団での移動（教室移動や給食）
 - ③散歩や校外学習（体力強化、観察など多目的）
 - ④歩行指導のためのオリエンテーション（ファミム）
 - ⑤手引き歩行の練習
 - ・弱視児は誘導の練習
 - ・全盲児は誘導のされ方の練習
 - ⑥通学（保護者）
 - ⑦未知の場所での移動・情報収集
- ※教職免許のための介護等体験
※ボランティア指導

手引き歩行の究極の目的は安全に確実に目的地に行くことであるが、子供の歩行能力を伸ばすには不可欠な行為でもある。小さい子どもの手引き方法は、「手と手をつなぐ」、「指を子どもが握る」方法が一般的で、小学部中、高学年で手引き歩行の指導を受けた児童、は「肘の少し上（背の低い場合は手首や前腕）を親指と他の指で挟むように軽くつかむ」のが標準的な方法である。

いずれの場合も親や教師が意図的に接することで歩行の基礎能力が向上することができるので、機会を見つけては手引き歩行と一緒に外出することが大切である。手引き歩行で習得、矯正できるものを挙げると次のような項目になる。

- ①自然な歩行動作の習得
 - ・歩行姿勢の確立と矯正
 - ・歩行速度の調節
 - ・方向転換の方法
 - ・歩行のリズムや調和
- ②空間概念形成
 - ・方向
 - ・方角
 - ・歩行地図
- ③感覚情報
 - ・触覚（手・足底・皮膚感覚）
 - ・聴覚
 - ・嗅覚
- ④環境認知・理解の促進
 - ・校舎や建物の理解

- ・道路の理解
- ・周辺の様子

⑤歩行方法

- ・手がかりとランドマーク
- ・障害物の回避方法
- ・危険箇所の回避

⑥その他

- ・言語による情報理解（事物と言葉の1対1の対応）
- ・人とのコミュニケーション
- ・恐怖感・緊張感の緩和
- ・歩行経験や範囲の拡大
- ・社会常識やマナー

また、手引き歩行そのものの指導としては次のような事項になる。

①基本姿勢

②基本技術（平地、階段、狭い場所の通過、方向転換など）

③応用技術（椅子やベンチ、交通機関、食事や買い物、条件の悪い時（雨や雪、溝や山道など）

④白杖の利用と処理

⑤コミュニケーションと情報収集

II. 杖なし単独歩行

杖なし単独歩行は白杖を持つ負担がなく、両手を自由に使えるので、よく知っている建物（限られた敷地）内では白杖を使わないで歩くのが一般的である。杖なし単独歩行はそのための指導である。手引き歩行が誘導者に依存しているのに対し、杖なし単独歩行は主体的意図的に歩行しなければならないので、手引き歩行の項であげた歩行能力は格段に向上する。ただ、校外にでる時には安全確保のため必ず白杖歩行か手引き歩行を励行することが求められる。

杖なし単独歩行が行われる場所と目的は次のようなケースだが、教師はその場所のファミリアリゼーション（以後、ファム）を十分に行っておく必要がある。

①教室内の移動

②校舎内の移動

③学校内の移動（校内にある寄宿舎との移動を含む）

④既知の建物の移動・建物内の移動（家庭）

⑤未知の建物内の移動（歩行能力の高い者）

身体を保護し、安全にかつ能率よく移動するためには次の技術をマスターし、必要に応じて使い分けることが大切である。

①上部防御（顔面を保護）

②下部防御（教室など下部に障害物が予想される場所）

③トレーリング（伝い歩き）

④スケアリングオフ（直角の方向取り）

⑤ディレクションテイキング（方向の修正）

(⑥移動技術ではないが、物の探し方、拾い方)

障害物知覚の状況を把握しておくことも実際の指導では大事である。

第Ⅲ. 白杖歩行

視覚障害者は歩行するときには古くから杖を使っていたし、今でも単独で外出する時は白杖を利用する人が圧倒的に多い。だから、盲学校で歩行指導というと白杖指導を指すことが多い。

小学部のどの段階で白杖を導入し、どういう指導をするかということ、意見が分かれる。どの段階で導入するかは、①どのような目的で、②どのような内容を指導するか、③児童の発達状況を考慮しながら決める必要がある。

白杖指導を早期に導入することを主張する意見は次のようなものがある。

- ①歩調や姿勢の保持に効果がある。
- ②探索の好奇心が高まり、概念発達に効果がある。
- ③単独移動が確立し、自信を持ち、自立心が育つ。
- ④白杖に対する家族と子どもたちの意識が変わり、白杖を持つ習慣ができる。

これに対し、早期導入に慎重な意見は次のようなものである。

- ①小さい子どもが白杖を持つのは負担である。また、持つ必然性がない。
- ②筋力と運動制御（コントロールと協応動作）が不十分である。
- ③レディネスが十分でない。効果が薄い。
- ④白杖の使い方に悪い癖がつく
- ⑤先に感覚情報を訓練するべきである

上記のように、意見が分かれているので、導入時期については、教師個人の考えで導入するのではなく、学校としての方針を持つ必要がある。

白杖導入のためのレディネスは次のようなものが一般的にあげられる。

- ①体力・・・運動制御（筋肉）、歩行運動、姿勢、リズム
- ②感覚・知覚・・・聴覚、触覚（皮膚感覚、足底感覚）、嗅覚、筋運動感覚
- ③知識・概念・・・言語、ボディイメージ、環境（用語、概念、平面地図、心的地図）・・・定位に必要な能力
- ④社会性・・・常識、マナー
- ⑤動機付け・・・必要性

しかし、①～⑤のそれぞれのレベルをどの程度でいいとするかは意見が分かれている。従って、これも学校としてのコンセンサスを作っておく必要がある。

盲学校で白杖指導をする目的は次のようなものである。

①白杖による単独歩行ができるよう、初期段階の基礎指導をする。そのためには適切な指導時期、指導内容、場所の設定が重要になるし、歩行に関する分野以外の関連分野の指導が大切である。

- ・基本的な指導内容・項目
- ・カリキュラム（易から難へ・狭から広へ・既知から未知へ）

②実際に生活している場（学校、寄宿舎、学校周辺、通学路、家、家周辺）で安全な歩行ができるよう指導する。この場合、白杖技術や歩行能力が不十分でも指導しなければならないことがあるが、その場合は安全を第一

とし、その場、その場で確認事項、危険箇所、ルートなどを確実に教え込んで、習慣化させる以外はない。

③歩行能力の向上、応用力の養成

④新しい環境への適応と未知の場所のファム

- ・新しい環境への適応
- ・交通機関の利用
- ・帰省のための空港やターミナル駅、
- ・将来利用する施設や地域
- ・繁華街等

⑤将来の失明に備えて

⑥低視力弱視者の安全性の向上

白杖指導を始めるにあたっては児童の身体発達などレディネスやモチベーションを把握し、白杖の導入目的を明確におくことが大切である。また、白杖の種類や長さ、材質、石突きの形状など児童にあったものを選んでやらなければならない。

最近ではレギュラーチップのほか、ローラーチップやマシュマロ(ティアドロップ)チップも市販されている。ローラーチップやマシュマロチップの白杖だと使い方の指導法も変わってくる。

ここでは白杖の限定的な使い方ではなく、レギュラーチップを使用して、単独歩行を目的とした白杖指導について述べる(前項①)。白杖指導の操作方法等は詳しい本があるので、参照されたい。(※注3)

1. 白杖の基本操作1

白杖操作の基本はタッチテクニックだが、小学生の段階では手首だけで白杖を操作(制御)するのは難しいので、平らな滑らかな地面(床)を選び、スライド法(コンスタントコンタクトテクニック・白杖の石突きを常に地面に接触させたまま滑らす方法)で始め、手首だけで操作できるようになってから、タッチテクニックに移る方がいい場合も多い。実際、先の太い石突き(マシュマロチップ)やローラーチップの白杖を使ってスライド法で始めるケースが増えている。

指導のポイントは、姿勢・杖の握り方・腕の位置・手の位置・手首の動作・滑らかな移動(軽いタッチ)・振り幅・(弧の高さ)である。振り方の次は手足の協応動作とリズム歩行で、杖と足の同時着地(タイミング)と前に出す足と杖の左右が逆にすることである。

しかし、小学生の場合、身体ができていないので、これらをマスターすることはきわめて難しいので、どの程度でいいとするか、共通理解を持つ必要がある。

2. 直進歩行

次いで直進歩行。廊下やある程度の長さのある通路やグラウンドで練習する。白杖操作の乱れ、協応動作の乱れ、ベアリング(左右への偏向)を矯正する。ベアリングの原因には白杖の左右の振り幅、足の向き、顔の向き、歩く速度などが考えられる。

3. 直線歩行(道路上の練習)

直進歩行ができるようになったら、道路上での歩行に移るが、なるべく障害物が無く、幅2m~3mのまっすぐな静かな道路がよい。道路にでると緊張から白杖の乱れが激しくなることがあるが、白杖の乱れや癖はその後の指導に大きく影響するので、校内に戻って繰り返し練習し、正しい操作を習得させる。

早期に白杖を導入した場合はこれらを完璧にマスターすることは困難であるから、どこをどの程度、許容するか判断が大事になってくる。校内で次の基礎技術を先に指導し、道路での練習を後回しにすることも方法の一つです。

4. ガイドライン歩行

ガイドライン歩行は（伝い歩き）は歩行線を維持することで目標の地点まで行くことができるほか、歩行線に直角をなす物体、場所を定位することが容易である。スライドテクニックやタッチテクニックで塀や縁石、溝などを利用する方法であるが、道の端を歩くので、電柱や車、ゴミ箱などの障害物をよけいに拾うデメリットもある。

5. 階段歩行

階段昇降は、階段に近づくときは上り下りともステップに直角に進出し、スライドテクニックで発見する。上り、下りとも、最初の段と2段目の縁を白杖で触り、階段の方向、一段（蹴上げ）の高さを確認し、階段昇降の方法で上下する。また、初めて使う階段では手すりの有無、階段の幅、特徴を確認する習慣づけも大切である。下りに恐怖感を持っている児童には手すりを使う方法を必ず指導する。下り階段が怖い場合（最初）は杖で1段1段階み面を確認する方法が良い。

6. 学校周辺の歩行

白杖の基本指導が終わると、学校周辺での指導になります。

①環境理解

②手がかりの利用方法

を学ぶ過程である。最初のうちは、校外でも自動車の走行が少なく、安全な場所を選び、慣れてきたら、指導目的に合わせて練習場所を選んでいく。そのためには学校周辺の環境や道路事情を知っていることことはもちろん、通学や帰省コースも下見しておき、児童・生徒に必要な知識、技術などを知った上で指導場所を決める必要がある。また、校外に出ると、緊張して白杖の振り方が乱れるが、白杖操作は安全確保の基本なので、

③白杖の乱れが生じたら校内に戻って補強することが大切である。

④学校周辺での指導内容は以下のような内容を指導する。

- ・歩行する上での諸感覚の利用法（聴覚、皮膚感覚、足底感覚、嗅覚、筋感覚等）
- ・白杖からの情報収集・道路についての知識（障害物、道路の形状等）
- ・屋外での伝い歩き（曲がり角の発見）と誘導ブロックの利用
- ・障害物回避（電柱、看板、駐・停車中の車、走行中の車等）
- ・道路横断と信号判断、交差点の渡り方
- ・歩行地図
- ・交通ルール

この指導を通して

⑤安全確認・安全確保の習慣を身につけることが最大の目的にする。

7. 通学指導

盲学校に入学した児童は家が学校に近い弱視児を除いて、保護者の送り迎えで通学している。先にも述べたように、この時期の通学の形態が歩行能力の向上や独り通学の可能性にも大きく影響するので、保護者への指導も大切である。

学校が行う独り通学の指導は、

①通学路（ルート歩行）の指導と

②通学路を題材とした応用歩行の二側面を持っている。

児童・生徒の事情や必要度合いによっては歩行の基礎指導と並行して通学指導をしなければならないこともあり、この場合は①のルート歩行のみの指導になる。最も安全な通学路を特定し、ランドマークや手がかりを一つ一つ教え、それを確認しながら歩く。誘導ブロックがあればその上を歩くこと、また、危険箇所があればその対

処のしかたを十分に指導し、ルートマップの確立と安全確認の習慣づけをし、通学路を確保する。

小学部高学年から中学部で学校周辺の指導、(交通機関の指導)、が終了してからの独り通学の指導は先に挙げた二側面を持つ指導と位置づけられる。ルート歩行としての通学指導を先に行い、その後で、通学路で指導できる項目を指導し、歩行経験の拡大と歩行能力の向上につなげる。例えば、援助依頼、大きな交差点があればその渡り方、誘導ブロックの上を歩く歩行に加えて、脇にずれてスライド法による誘導ブロックの利用法、交差点と横断歩道の信号機判断、その場に応じた臨機応変な歩行などを指導する。

- ①ルートの理解
- ②安全確認の習慣
- ③場に応じた歩行方法の習得

ができていのかどうか、ひとり通学を許可するかどうかのポイントになる。

第3節 中学部・高等部における歩行指導

I. 校内ファミリーゼーションと 手引き指導

新入生は学校になれて、校内の必要な教室や場所に自由に行き来できるようになるのが最初の課題である。中学1年生の校内ファムは自立活動のオリエンテーションの中で行っているが、A組(点字使用者)の新入生中にはなかなか覚えられない生徒もあり、特に重点的に行っている。高等部、専攻科においてはクラスのオリエンテーション中で行われている。

手引き指導は、中学部、高等部とも、普通校出身で手引きの方法を知らない生徒がいること、また、点字使用者と墨字使用者と一緒に行動することが多いことから自立活動のオリエンテーションで指導している。お互いの立場の理解が進むことを願っている。

II. 白杖操作の指導

普通校出身の中学生は白杖の基本操作の指導を受けたことがない者もいるし、盲学校出身であっても個人によって使い方に違いがあるので、中学生の場合は基礎指導から始めている。

- ①タッチテクニック
- ②スライドテクニック
- ③ガイドライン歩行
- ④階段歩行

を校内を中心に指導している。

安全を確保し、一步前の情報を得るためには理にかなった白杖操作をする必要がある。基本はタッチテクニック(2点づき)とスライド法(石突きを上げず滑らす方法)であり、石突きの種類や使う場所によって使い分けることで必要である。また、場所や状況に応じた色々な使い方もマスターしながら白杖技術の向上をめざす。重点の置き方や進み方は担当者の判断で行っている。また、何故そうするのか、その方法の利点は何なのかなど、知識や論理も合わせて指導している。

III. 学校周辺での指導(住宅地歩行)

白杖の基礎指導が終わると、校外に出での歩行になる。実際に車や自転車が走っているし、障害物もある。様々な状況下で、感覚情報や白杖情報を総合的に判断して歩行しなければならない。単独歩行をマスターするのに必要なほとんどの要素があるし、地方出身者には学校周辺の理解にも役立つので、中学部1年生の歩行指導は学校周辺の指導がほとんどである。ここでの指導の主な要素は次の通りであるが、生徒の能力より指導内容と進度は個人によってかなり異なる。

1. 白杖技術の向上

路上に出ると、校内ではできていた白杖操作が乱れるのが普通である。それは校内では白杖操作に全神経を向けることができるけれども、路上にでると色々なものに注意をはらわなければならないからである。路上での経験と校内での修正の指導を繰り返すことにより、安定した操作ができるようになる。

続いて、白杖による情報収集が課題となる。白杖からの感触、ついた音で一步先の路面の状況が判断できるし（路面の状況把握）、白杖が物にあたると感触や音で障害物や手がかりも分かる。物が何であるか分からない場合は手で触らせたり、何故そこにあるのかを指導したりする。

2. 情報の入手、処理、予測能力の向上

この指導は学校周辺、できれば住宅地域が有効である。小学生の歩行能力が体験的に培われるものであるのに対して、中学生では情報入手・処理技術を向上させ、論理的な歩行に移行させたい。感覚情報や白杖から得られた情報を体験的に判断し、歩行するだけでなく、予測に基づく意識的な情報収集を行い、その情報を論理的に分析し、状況を的確に把握しながら歩行し、その結果を予測する。この循環を歩行地図（メンタルマップ）上で確認しながら歩行する能力を養う。

3. 感覚情報の分析と理解

安全で能率的な歩行には、交通や道路に関する知識、感覚情報の分析と論理的なまとめ、白杖の効率的な使用が不可欠である。

感覚で分かる遠距離情報は聴覚、嗅覚と皮膚感覚（圧感覚・風、温感覚・日光や熱源）であり、近距離情報は足底や手での触覚である。歩行に利用できる感覚を理解し、歩行に利用できるよう指導することは重要な課題である。

<聴覚>は音源物体の認識、定位、方向などで弁別力が高く、視覚以外では遠距離の状況判断に最も優れている。予測や次の行動を起こす大事な情報であり、心構えと時間的余裕をもたらす現実的な重要な情報である。次のような音の要素についての理解と実際に利用ができるよう指導することが大切である。

①音源物体の認識、定位、状況判断

②車の移動音の軌跡、方向、距離、車の種類と大きさ（車はよけなければならないやっかいな物であると同時に、道の方向や状況を示す手がかりでもある。また、信号判断では最も重要なものである）

③反射音（反射物体、状況判断）の利用と 障害物知覚（障害物知覚については個人差が大きい）

④必要な音の選択活用

⑤聞こえ方の違い（閉鎖空間、遮蔽物・雨の日など）

<嗅覚>も遠距離の情報が分かるが、音に比較して大まかな方向であり、距離も短い。しかし、飲食店、花屋、理髪店などは特有のにおいがするので、場所の特定ができ、通過ポイントなどでは貴重な情報である。ゴミ置き場やトイレはいやな臭いであるが、歩行には役立つ。

<触覚>では足底が路面の様子（材質・傾斜、段差、総合的な状況）が分かり、歩行では最も安心して利用で

きる情報である。しかし、予測はできても踏まないと確実ではないという欠点を持っている。これに対し、手は白杖からの一步先の情報を受けることが可能で、白杖でいかに情報を引き出すか、その情報をいかに受け止めるかがポイントとなる。足底からの情報と手からの情報を総合して、今いる場所の状況を判断し、次の行動を起こす基準になる。顔や皮膚も周りの状況が風の流れや太陽の当たり具合や温度で分かるので、必要なときに利用できるよう指導する。

4. 交通や道路に関する知識と理解

中学生が道路や交通に関する知識がないわけではないが、不確実だったり、知識の偏りがあつたりするので、道路（路地、通路）の実態を白杖や直接足で確認させると同時に、何故そうなっているのかを論理的に理解させる必要がある。

①<道路に関する知識>

(ア) 用語と実際の理解

車道、歩道、路地など用語30語程度

(イ) 道路の大きさと交通状況の理解

(ウ) 道路面の材質と特徴の理解

アスファルト、コンクリート、砂利、砂、土、草地など（情報の違いと地域の特性）

(エ) 道路上の構造、および、道路脇の構造の理解

誘導ブロック、坂、段差、路面の凸凹、傾斜、水勾配など

縁石、マンホール、溝と溝のふた（鉄板や鉄格子）、縁石の段差を傾斜にする鉄板

(オ) 誘導ブロック

線状（誘導）ブロック、点状（警告）ブロック、点字鋲

(カ) 路上にある物、置いてある物の理解

電柱、看板、自転車や車、ゴミなど

(キ) 道路脇の構造物や状況の理解

ブロック塀、生け垣、ポストなど

②<交通に関する知識と理解>

(ク) 道路交通法の知識、交通ルール

(ケ) 自転車、自動車に関する理解

(コ) 信号と車の流れの理解

(シ) 横断歩道・歩道橋の理解

(ス) 交差点の理解と車の流れの理解

5. 手がかり・ランドマークの理解と活用

どの物体や事象が手がかりやランドマークとして利用できるかを知り、活用できるように指導する。安全確保やその場の情報としてだけでなく、通過点のチェックや総合的な状況判断として論理的な歩行には欠かせないものである。手がかりやランドマークは多いほど役にたつが、個人によって有効に使える手がかりと不得手な手がかりがある。また、教師の視覚的な判断でランドマークを指導していることがあるので注意しなければならない。

手がかりやランドマークは予測して探すことが大切で、分かりにくいランドマークは探し方や白杖の使い方を指導することが必須であるし、目的地までの手がかりやランドマークだけではなく、行きすぎた場合のものも指導しておくべきである。予測した手がかりやランドマークがなく、おかしいなと思ったら、確実な地点に戻って再出発する習慣づけも大切である。また、同じ場所で何回も失敗する場合は手がかりを一緒に探したり、どうしてもない場合はランドマークを作ったりする努力も必要である。

障害物知覚 (Auditory Objective Perception)は晴眼の教師には分からないが、分かる生徒にとっては有効な手がかりとして歩行に利用している。何故分かるのだろうかと思ったら聞いてみるとよい。

6. 歩行地図 (メンタルマップ)

平面的な歩行地図が頭に描けないとルート歩行以上に発展しないので、口頭説明だけでなく、歩行コースの触知図を与えたり、レーザライターで表現させたりするなど平面イメージを持たせる指導は重要である。最初は歩いたコースを身体座標軸による平面線図、次いで、それにランドマークを描いたもの、それをメンタルローテーションさせたものと発展させて、方位を導入したもの、通らない道路なども描かれている地図へ進化させる。口頭で説明された場合は質問を挟みながら歩行地図を描く練習をする。

7. 進行方向の維持

ガイドライン歩行は確実な進行方向の維持であるが、時間がかかることや歩行には影響ない障害物を拾うなどの欠点もある。移動音を利用して軌跡のイメージ化したり、前を歩いている人の足音、話し声を利用したりして方向を維持することができると能率が上がる。また、水勾配や路面の変化を利用することも可能であるし、静止音や太陽熱も利用できる。

8. 障害物の発見・回避

避けなければならない障害物は確実に発見し、よけいな障害物は拾わない方がよい。白杖の使い方がまずいと、発見できなかったり、発見が遅れたり、ぶつかったりするし、ガイドライン歩行を多用すると不用な障害物を拾ってしまう。状況を判断し、障害物を予測しながら場に応じた白杖操作が大切である。住宅地の障害物として、電柱、看板、駐・停車中の車・自転車、ゴミ、生け垣や枝などがある。

安全な回避と、回避した後の進行方向を正しくとる (ディレクションテイキング) 方法を指導する。また、白杖では見つけられない障害物 (白杖の限界) や白杖の死角を論理的に指導しておく必要もある。

9. 走行自動車の回避・自転車の回避

車歩道のない道路での走行車は音が手がかりに、距離、速度、進路の予測し、早めによける。白杖をスライドさせ、路端を確認して、道幅が狭い場合は止まってよける。

自転車は音があまりしないが、蛇行しない歩行であれば、よけてくれることが多い。自転車が来ることが分かった場合、あわてて道の端によけるよりその場に立ち止まる方がよいことが多い。むしろ注意しなければならないのは、路地から歩道に出る角や建物で死角になる地点で、飛び出すと自転車の方が避けられないので、いったん止まる習慣づけが大切である。

10. 路地や曲がり角の発見・横断

住宅地には小さな路地が多い。手がかりやランドマークが少ない場所ではガイドライン歩行で発見することが多い。路面の様子や音の感じ、反射音、風のながれなどの手がかりで発見する練習をすることで、発見が可能になればガイドライン歩行をする必要がなくなり歩行の幅が出る。また、距離感を養う練習も大切で、路地や曲がり角の近くなってからガイドライン歩行に移る。歩道を歩いている場合は歩道の端のスロープの傾斜も手がかりとなる。

路地の横断は直線的に渡ることができれば一番良いが、道の外側へ意識的にずれるとか、**SOC (Square of Crossing)** の方法を使うとよい。車歩道のない交差点も同様である。誘導ブロックがあれば必ず利用して方向を取り車道に出ないようにする。

1 1. 誘導ブロックの理解と利用

歩道が改修されると誘導ブロック（点字ブロック）が敷設されるのが全国的な潮流である（交通バリアフリー法）。敷設される場合は一定の基準でひかれるのでその原則を理解することは役に立つ。ただ、以前ひかれた場所は原則をはずれていることも多く、その場合はそこでのひき方を指導しなければならない。

①連続した線状（誘導）ブロックは進む方向を表すのでその上を歩いてよいが、上級者はブロックの脇をガイドラインにして歩く方法がよい。横断の方向を示す線状ブロックは線状ブロックの上で方向を取る習慣をつける。

②点状（警告）ブロックは、

（ア）危険・警告（ホーム、交差点、横断歩道など）

（イ）注意（線状ブロック内→分岐、方向が変わる）

（ウ）案内（バス停・エレベータなど）

を表す。点状ブロック発見したら止まってその意味を考える。知っている場所ではランドマークになるし、通過点のチェックにもなる。

③横断歩道や路地の横断場所に点字鋲が敷設されているところがある。点字鋲を見つけたら辿るように歩行する。

1 2. 道路横断と信号判断

交通量の多い道路には信号のある横断歩道がある。道路横断に必要な知識・技能を確実に身につける。音響信号や誘導ブロックがあれば利用するのは当然であるが、次のようなこともあわせてマスターする。

①車音等による音源定位

②人の話し声・靴音の利用

③信号の位置

④信号判断とタイミング

⑤ベアリングとその修正

⑥距離感、到達点の状況判断と修正

1 3. 交差点の渡り方

信号がある交差点か、ない交差点かは車の流れで分かる。不規則な車の流れは信号がないからで、信号があれば秩序ある流れになる。利用する交差点がどちらであるかあらかじめ知っており、交差点の形状や状況の理解していることが重要である。そして、交通規則、ルールを理解して、安全確認・安全確保の習慣を身につける。

信号のない交差点の横断は車音が最も重要な情報である。進行方向とクロスする車音に注意し、安全に渡ることができるタイミングを計って、交差点の内側にずれないように渡る。誘導ブロックがあれば必ず利用し、近くに信号のある交差点があれば、そちらを利用する歩行コースを選ぶようにする。信号のない交差点では優先道路が決められており、徐行の標識が立てられており、一方は止まれ標識が立てられている。

信号のある交差点では音響信号や誘導ブロックがあれば必ず利用して、交差点の内側にずれないようにする。音響信号のない交差点での安全に横断するには

①交差点の発見（信号のない交差点の違い）

②横断を始める位置と向きの決定

誘導ブロックの利用するのが確実であるが、ない場合は流れている車音に対して直角に向きを取って進行方向を定める。縁石で方向を取るの角きりのためカーブになっているところが多いので、使わない方がよい。

③横断の開始・タイミング

車音による信号判断をするには信号と車の流れ方を理解しなければならないが、知識だけでなく、現場で確実に横断できるまで練習し、経験を積む必要がある。通行人は赤信号でも渡ることがあるので、ひとりが渡った

からと言って青信号とは限らない。人が側にいる場合は頼んでおくことは確実な方法である。

④ベアリングの修正、距離感や到達地点の状況判断と修正技術も重要である。いずれにしても交差点横断は歩行経験を積むことが何より大切である。

14. 歩行コース

歩行は目的地について用事を済ますこと、目的地を決めて指導する（SD訓練 Starting Point -- destination）。目的地、歩行コースの決め方は簡単から複雑が原則である。

- ①交通量のあまり多くない住宅地で最初は曲がり角が2・3カ所で行ける場所
- ②生徒が実際に行くことが多い場所
- ③直角の曲がり角で歩行地図の描き易い所
- ④手がかりやランドマークの多いコース

がよい。学校周辺での個々の指導の状況を見て、歩行コースを徐々に複雑にしていき、最後は目的に併せて自分で歩行コースを選択できるようにする。

15. 住宅地におけるつまずきの指導

ファムや状況説明など事前指導を徹底し、つまずかない工夫が大切であるが、間違った場合は初期の段階ではすぐ声をかけて止め、安全な場所であれば必要なアドバイスをしながら考えさせる。初期の失敗体験は歩行にいい影響がない。指導が進んだ段階では安全な場合は自分で気づかせ、自力回復を目指す。つまずきの指導では生徒の心理状態には十分注意を払わなければならない。

IV. 交通機関の利用

学校周辺での指導が終わると、交通機関の利用や通学や帰省コースなど学校を離れての指導（応用歩行）になる。交通機関の利用は電車、バスが一般的であるが、タクシー、飛行機、船を利用する生徒もいる。

1. 電車乗降

電車乗降の指導場所は最寄り駅が多いが、近くに長時間停車している始発駅があれば繰り返し練習できるので、効果が上がる。

駅の入り口から、コンコース、自動券売機、改札、ホームの移動、乗車のし方、下車のし方、下車後のホーム上の移動等、一連の動作を、最初は分割指導するが、最終的にはトータルに指導しなければならない。指導を開始する際に、その日の指導の目的を明確にし、また、安全面での注意事項を十分説明し、不安感を取り除いてから指導する。

乗降に関する指導は危険が伴うので利用（練習）する駅やホームの構造を理解させた上で、次のような点に注意する。

- ①改札口を通過したら、移動は必ずスライド法で行い、誘導ブロックがある場合は利用する。
- ②ホームの点ブロックを確認した後、ブロックの内側で電車を待つ。ブロックがない場合はホームの端から一定の距離を取って待つ。
- ③乗車位置まで移動する場合は、
 - (あ) 点状ブロックの内側をスライド法で移動する方法と
 - (い) 点状ブロックに片足を乗せてスライド法で移動する方法がある。

④電車のドアの開く音を合図に車体に直角に近づく。列車の場合はあらかじめドアの位置を指導しておく。どちらのドアが 近いかわからない場合は後方に歩くのを原則とする。

⑤電車に近づいたら、白杖でホームの端を確認し、白杖を上げて車体の有無、ホームと車体の間隔を確認する。

⑥入り口が正面にないときは、身体の向きを車両と平行にし、片手で車体を伝いながら、もう片方の手は白杖による防御の姿勢で、石突き（チップ）をホームの縁に当てながら移動し、ドアを探す。ドアを見つけたら、白杖で床を確認する。連結部とドアの違いを指導しておく。

⑦白杖で車体の床を確認した後は、チップの許に足を置くように車内に乗り込む。

⑧下車時は白杖により車体とホームの間隔、高さ（段差）を確認し、チップの位置に足を置くように電車から降りる。

白杖で前方を確認し、速やかに点字ブロックの内側まで移動し、階段や改札の方向を確かめる。

⑨また、次のような点についても指導しておく。

- ・車両構造に対する理解（ドアの数、連結部、車両の数、普通車と特急車との構造の相違）
- ・ホーム構造に対する理解（ブロックの敷設状況・ホームと車体との間隔・島型ホーム・片側ホーム等）と

移動方法

- ・ドア発見時のパターン学習
- ・乗車・下車位置の決定方法

⑩駅の全体構造（自動券売機、自動改札、トイレの位置、階段の数と向き、ホームの数・番線、点字表示の場所、コンコースの形状と出入り口の数）

⑪運賃、料金体系の理解と障害者割引制度

⑫自動券売機・盲人用自動券売機、プリペイドカード（パスネット・イオカード・スイカなど）の利用

⑬自動改札の利用方法

⑭事故事例の説明 転落を引き起こす原因についての説明と注意喚起、万一転落した際の対処方法

⑮通路やホームで人の流れと交わる時の白杖の使い方（杖を立ててやや短めに持つ）

⑯通行人に援助依頼をしても確実な情報は得られないことが多いので、援助を受けやすい場所と人についての指導。

- ・切符を購入している人
- ・有人改札の係員
- ・下車した人
- ・知らない駅に行く場合は駅に電話して予備知識を入手する

2. バスの乗降

バスは身近な乗り物で地域によっては、また、人によっては電車より利用機会が多い。ホームや階段がなく簡単なように思われがちだが、停車位置がずれたり、行き先の違うバスが来たり、道路状況によって時間通りに来なかったり、それなりに難しい面がある。

スクールバスのある学校では、スクールバスを利用して、バスの基本的な内部構造などは小さいうちから指導できる。

バスの指導では以下の点に留意する。

①停留所の発見（ランドマークの指導）と路線系統、行き先の確認

②バスの内部構造理解

ステップ、前乗り・後ろ乗り、整理券、手すり、押しボタン、料金箱、座席など

③料金の支払い

運賃は手帳を持っておれば、いつも半額である。プリペイドカードは精算時に運転手に渡して、割り引いてもらう。

④下車後の移動

停車位置がずれることがあるので白杖でガードレールのないところを確認して歩道に上がる

向かい側への移動は横断歩道を利用する。やむを得ず道路を横断する場合はバスをやり過ごして、安全確認をして移動する。

⑤知らない地域での単独バス利用は側にいる人に援助依頼をする方が確実である。

⑥空席の確認は運転手や乗客に尋ね、白杖では探さない。

3. タクシーの利用

ドアツードアで目的地に行けるのでお金のことを考えなければ最も便利な交通機関である。タクシー券を発行している自治体も多いので、利用価値は高い。単独利用の場合、路上でタクシーを拾うのは難しいから、電話で呼ぶか、タクシー乗り場で乗るのが確実である。路上でもタクシーを止めるカードを使うと結構停まってくれる。また、手帳を提示すると全国どこでも1割引である。

運転手に行き先を指示しなければならないので、正確な住所、道路や交差点の名前、目印の建物などを知っておく必要がある。分からなくなった時のために、目的地の電話番号は控えておく。個人宅などは電話番号を携帯電話に登録しておき、先方から運転手に説明してもらうのも有効である。

4. その他の交通機関（航空機・船）

いつも利用しているわけではないので、ターミナルまではガイドを依頼するのも一つの方法である。チェックインするカウンターまで行けば、その後は誘導してくれるので、自分で移動するより依頼する方がよい。

V. 中学部・高等部の通学指導

他校からの新入生が通学の場合は歩行能力とは関係なく、安全確保のために急務である。入学前に指導できれば一番よいが、できない場合は放課後を利用して通学路だけの指導をすることになる。歩行指導の経験の多い教師が通学路の下見をして歩行ルートを決め、手がかりやランドマーク、危険個所を把握し、その場での注意事項や歩行技術を指導する。また、送り迎えがある時には気をつけて貰う事項を伝える。この通学指導は授業での指導内容を決めるのにも役立つ。

低視力弱視者の場合でも入学当初に通学路を確認しておく必要がある。

すでに通学している生徒でも応用段階の総合的な歩行指導として通学路を使うこともある。毎日通学しているわけだから、寄宿舎生に比較すると歩行経験も多く、総合的な能力は高いが、体験的歩行の段階でとどまっていることも多い。通学路における歩行の構造を理解し、確実な情報入手と起こりうる可能性を予測した理論的な歩行に高めることを目的とする。

①交通事情は変化するので、その場にふさわしい歩行と安全確認を習慣づける。通学は交通機関を利用するのが一般的であるので、たとえば駅では、誘導ブロックを利用した通学のルートだけではなく、駅全体の構造を理解し、混雑時の対処の仕方や複数経路の可能性、通学路をはずれて他の用件をすます歩行などもできるようにする。

②通学路における危険個所や障害物の分析を進める。通学は慣れてくると緊張がゆるむこともあるし、ずっと緊張しっぱなしはできないのだから、どこが危険が大きく、どこが比較的安全なのかを知る必要がある。危険度が高い場所では集中した歩行ができるようにする。

③工事や事故などで迂回しなければならないことや別ルートの通学が要求されることもある。時間があれば迂

回路や別ルートの指導ができるが、そこまでの時間がない場合は迂回ができる知識や歩行地図があるかを確認したり、援助依頼の仕方を指導したりしておき、地域や駅の触知図を作ったりするなど自主選択ができるようにする。

④通学では色々な人と接する機会があり、対応しなければならない。過去の困ったことを聞いたり、予測されたりするトラブルの対処の仕方も指導する。女子生徒には痴漢対策も指導しておく。

通学指導では生徒に対する指導だけでなく、別な役割もある。通学、および、通学路における相談は多い。家庭と連絡を取りながらの整備や調整にも努力し、安全を高めるための社会への働きかけも必要である。

①誘導ブロックの新設（役所）

②障害物の除去、危険箇所の改善（当事者、役所）

③音響信号の新設、音響信号のが停まっている場合の交渉（警察）

⑤手がかりがない時はランドマークを作る

通学指導は家庭との協力が大切であるから、下見での報告書や定期的な指導状況の連絡は欠かせない。

また、生徒は定期券を持っているのでスイカやパスネットは生徒のルートを中断させないためにも準備しておく。必要があれば記録用にカメラやレコーダーを使うこともある。

進学や転校などで新たな地域やルートの指導をすることもある。時間が限られているので、安全を最優先して基本的なルートをマスターすることに主眼を置く。合わせて時間的な余裕を見て行動することを指導する。

自分たちが指導できない地域の場合は他の専門職員に依頼しなければならないが、先方に任せきりにしないで、生徒のこれまでの歩行状況や能力についての確かな情報を提供する必要がある。できれば指導者とは一度あって依頼する方がよい。

VI. 帰省指導

学校周辺での指導、交通機関の利用が終わると、総合的な歩行指導として東京駅、羽田空港までの帰省指導にはいる。寄宿舎にいる中学生（2年生）にとって単独帰省の願望が強く、修了すると単独帰省の許可がもらえるので歩行のモチベーションも高い。主課題は、有楽町駅、東京駅、浜松町駅、羽田空港駅・空港の構造理解（歩行地図）と安全な移動、乗り換えである。チェックイン後の空港内の移動や新幹線の乗車などは単独ではできない部分もあるので、人との対応や援助依頼も指導課題である。

①ルートを完全に理解しているか。

②安全な移動、乗り換えができていたりかまた安全確認の習慣がついているか

③場に応じた歩行が必要に応じてできるか

④人との対応がスムーズにできるか

援助依頼はできるか。

の4津基準で単独帰省の許可を出している。

高等部、専攻科の生徒については帰省については許可制を取っていない。単独帰省ができない生徒はガイドボランティアを利用している。そこで、帰省ルートのみを指導を希望するものが多い。

VII. そのほかの指導

1. 目的地の選択

応用歩行として指導する場合は目的地を決めて行うが、指導目的（内容）にあうことが絶対条件であるけれども、本人にとって目的地が利用度の高い場所が好ましい。本校の場合は池袋駅周辺と日本点字図書館用具部を目

的地として選ぶことが多い。池袋駅周辺は学校から一番近いターミナル駅で、乗り換えと混雑地の指導ができるし、待ち合わせや生活の場になるからである。また、日本点字図書館間での歩行は（ア）地下鉄、池袋駅の乗り換え、J Rと交通機関の練習になること、（イ）2時間であれば途中で反復練習をしても帰ってくることもできること、（ウ）本人にとって、白杖や学習用具、生活用具の購入の場所であり、知っておくことは無駄にならない。日本視覚障害者団体連合用具部はバスの乗り継ぎで行くことになるので、2時間で帰ってこられないことがあるので、本人の希望が強くない場合は目的地として選んでいない。

本人に必要があり、目的地までの安全に単独歩行ができなければならない場合もあり、その場合は、生徒が必要としている場所を目的地とする。例えば、定期的に病院の診察を受けている者はその病院を目的地とする。また、専攻科生は年金の手続き等で役所に用事ができるので、文京区役所障害者福祉課を目的地にすることもある。

2. 混雑地の歩行（池袋駅・周辺）

池袋駅、および周辺地域は混雑地であり、利用度も高い。池袋駅はJ R各線、西武池袋線、東武東上線、地下鉄丸ノ内線、有楽町線、新線が一つの構内になっており、デパートとも繋がっている。全体構造や人の流れを理解していないと、誘導ブロックは敷設してあるが非常に歩きにくい場所である。しかし、単独歩行を完成させる多くの要素を含んでいるので重要な訓練地域である。

池袋駅全体の構造を詳しく知っている人は健常者でも少ないと思われる。従って大まかな全体構造を理解し、地下鉄の出口改札を基点に歩行に必要な部分の構造、ルートを誘導ブロックとの関係で先ず理解する。

次いで、地下鉄とJ R各線の乗り換えのマスターである。南通路は券売機が改札口とは反対側にあり、通路を横切らなければならない。人の流れを予測し、クロスする場合は白杖を短めに持ち、立てて使い、方向を変えるときは一旦体に引きつけて向きを変えてから使うなど混雑地での白杖の使い方を覚える。改札を入ってから誘導ブロックを利用して各番線への移動と乗り換えをマスターする。J Rから地下鉄への乗り換えは南口改札を利用しないとこの段階ではできないので、乗車駅で移動する。

本校関係者の多くは中央通路から地上に出た東口の「赤ポスト」を待ち合わせ場所として利用する。複数の行き方があるので、それぞれの行き方をマスターする。「赤ポスト」ができたなら、中央通路と南通路と中央通路を結ぶ連絡通路をマスターしながら、駅の構造の理解を大きくし、最後は駅全体を理解し、場所に応じた白杖の使い方ができるようにする。

私鉄各線への乗り換え、デパートでの買い物も必要がある生徒には指導する。

バスを利用する場合池袋東口地域の理解が必要になる。乗車、下車の停留所の位置を覚え、停留所と「赤ポスト」、地下鉄有楽町線改札との関係を理解し、バス利用ができるようにする。必要な店の場所を覚えること、タクシーが利用できることなども課題となる。

3. 援助依頼

盲学校における歩行指導は期間が過ぎれば不満足な状態でも指導を打ち切らなければならないことが多い。また、いくら時間をかけても、未知の地域を単独で歩行するのは困難である。人から情報提供を受けたり、手引きで誘導をしてもらったり、安全を確保してもらったりしながら歩行するのが普通である。従って、援助依頼は歩行指導の重要な課題である。

援助依頼は困っているときに声をかけてもらう消極的なものもあるが、自分から依頼する次のような積極的主体的活動ができるようにする。

- ①未知の地域に必要な情報収集
- ②歩行上必要な手続きの代行要請
- ③危険地域での安全確保
- ④移動補助、能率の向上

⑤単独歩行でのセルフファームに利用

どこで誰に声をかけたら、正確な情報が得られ、手引きなどの援助を受けられるかを知っていることが重要である。人が多くても雑踏では正確な情報や援助は受けにくい。基本的には同じ方向を向いている人、同じ行動をしている人である。たとえば、横断歩道で待っている人、切符を買っている人、電車から降りた人などである。また、駅の有人改札の係員は付近の情報、デパートの案内係はデパート内の情報は正確で、情報提供者として貴重である。交番まで行ければ正しい情報が得られるが、そこまでが大変なことがある。

4. 雨の日の歩行

雨が降っていると、晴れている時と歩行環境が大幅に変わる。学校周辺の指導に入って指導日が雨になったら、教室で雨の日の歩行について論理的なまとめを行うのがよい。

①出かけると決めたら、雨の日の歩行の注意を思い出して、準備をすることである。雨具は傘が一般的であるが、雨が激しければレインコートの併用、履き物の選択など濡れることの対策が必要である。傘と白杖で両手がふさがれるので、荷物は身につけるようにする。

②雨の日は音環境（車音・雨だれとマスクング・距離感など）が変化し、晴れた日と比較すると相当音が聞きにくくなる。傘をさすと方向感覚も変わってくるし、障害物知覚も狂ってくることもある。フード付きのレインコートは耳をふさぐので、フードは使わないでかさと併用する。

③雨の日は交通状況も変わる。通行人は傘を前にさしていることが多いので、前方から来る人が分からないことがある。従って傘がぶつかることが多い。自転車は傘を前に倒しながらさしていることが多い。自転車からの視野が極端に狭く、すぐ前しか見えていない。その上歩道を走るので、衝突（接触）の可能性が高くなる。自動車は雨の日、前方に集中して運転するので、歩行者が車道に飛び出すと発見が遅れる可能性がある。また、路面が濡れると制動距離が伸びることも知っておくべきである。

④雨の日は路面が濡れ、滑りやすくなっている。階段や傾斜道では滑らぬよう注意が必要である。靴底の平らかなものは避ける。凸凹があると水たまりができることもあり、水たまりは白杖では発見できないことがある。

⑤その他、傘の広げる時、広げる方に人がいないことを確かめてさす、雨が激しいときは濡れた体や衣服を拭くタオルを準備する。先方で靴を脱いであがる可能性があるときには予備の靴下を用意しておくなどの指導もする。

⑥雨以外の悪天候、暴風雨や積雪の時は外出しないとの決断も重要である。

⑦やむを得ず出かける場合はタクシーを利用したり、手引きを依頼したりするなどして、単独歩行は避ける方がよい。

VIII. 中途視覚障害者の歩行指導

中途視覚障害者の場合、身体発達は完成していることが多く、知識も改めて指導する必要がないことが多いでしょう。従って、歩行指導は白杖技術を習得することで安全を確保し、保有する感覚で得られた情報を視覚表象（既習のイメージ）と結びつけて、環境を認知する能力を再構築することが指導の中心になります。視覚に頼っていた情報を触覚や聴覚などの感覚や杖先の手応えや身体バランスなどを意識化させ、情報として活用させることが重要ですが、これが結構難しい課題です。白杖指導に関してはリハビリテーションとしての歩行指導のカリキュラムができていますので、それに従って指導することになります。

第4節 盲学校における歩行指導の特徴と課題

I. 学校という組織からくる制限

1. 盲学校は教育の場であるからカリキュラムが決まっており、歩行指導に当てる時間数が限られている。また小学生などは単独歩行の完成まで指導することは発達段階的にも難しいので、卒業までの長期的な目標を立て、指導と中断を繰り返し、一步一步歩行能力を向上させる長期的な継続指導になる。

2. 早期に視覚障害者となった盲児童・生徒は発達途上であり、歩行以外の分野の指導が不可欠であるし、歩行や交通に関する知識や理解も深めなければならない。また、生育歴やレディネス、その他の能力など一人一人の状況も異なっているので、その個人にあった個別の歩行プログラムを組む必要がある。

3. 歩行指導が必要な児童、生徒は他の教科や自立活動の他の分野の指導も必要なことが多く、歩行だけを優先することができない。教育全体を考えた指導のバランスが大事である。無理に指導すると児童生徒にとって加重負担になる。

4. 45分なり50分という校時程が組まれており、その中での指導を余儀なくされ、遠距離の指導ができない。2時間連続授業、放課後の利用など指導時間の工夫が必要である。

5. 歩行指導に使える予算（お金）が限られている。学校によってはないことさえある。

II. 児童、生徒に関わること

1. 児童、生徒の意識として、学校は勉強（教科）をやる場所であって、歩行が重要であるという意識が薄い。歩行をいやがる児童・生徒もいるし、寄宿舎生には歩行の必要性を感じていない者もいる。歩行指導に対するモチベーションが低い者が多いので、いかに高めるかが鍵となる。

2. 児童、生徒は成長、発達途上であって、特に、小学生は身体（筋力）が未成熟であり、知識、概念も未発達である。また、歩行経験もきわめて少ない。それぞれの分野の成長、発達を促す教育があり、その実態を正確に把握して、指導することがまず必要である。

3. 通学生の場合で家庭の援助が期待できない時は、歩行能力が十分でなくても通学指導をしなければならない。ルート歩行を中心とした通学指導をすることになる。

III. 教師にかかわること

1. 強制転勤が実施され、盲学校に長期に勤務することができなくなったので、歩行指導に精通したベテランの教員が少なくなっている。しかし、専門でないから、自信がないからといって、目の前にいる歩行指導の必要な児童・生徒の指導を避けることはできない。学びながら指導しているのが現状である。

2. 教職のまま受けられる専門的な研修は日本ライトハウスで行われている長期の研修があるが、それを受講するには校内や教育委員会等の理解がないと不可能である。国立特別支援教育総合研究所の研修は盲教育全体のものであって、5日間が歩行関係である。附属盲で行っている研修会も5日間である。ライトハウス以外は体系的な歩行指導の研修会がないので、各盲学校での校内研修会を開き、回を重ねることによって、技術を高めている。後は自己研修をするしかないが、中途失明者に関するマニュアルはあっても、先天盲に関するよい指導書がない。（「歩行指導の手引き」昭和60年 文部省 が日本点字図書館で購入できる）

IV. 指導体制に関わること

各盲学校はそれぞれの指導体制で歩行指導をしている。色々な事情があり、一朝一夕に体制を変えることはできない。自立活動の専任や担当者を中心となって歩行指導の体制を確立する必要がある。

1. 歩行指導に対する共通理解

養護・訓練（現自立活動）が指導要領に入って30年余になり、共通理解や歩行プログラムのできている学校もあるが、教員の異動（転勤や退職）があり、必ずしも引き継ぎが十分といえない現状である。学校の教育目標に照らしたバランスある共通理解が先ず大事である。

2. 校内歩行指導研修会・自己研修

新任者や転任者に対しては点字と同様に歩行指導について研修会を用意して学校の方針を理解してもらう。また、校内外から講師を立てての歩行指導研修会やアイマスク体験会も役に立つ。

長期研修が無理である現状から色々な機会を捉えて外部の研究会に参加するのも必要であるが、取りあえず、現場において自己研修することになる。校内研修会に参加したり、先輩の教員から歩行指導体験を聞いたりして、基礎知識を得る。その上で、歩行指導のマニュアル本や先達の書いた実践報告書で、理論や技術を勉強することになる。そして、指導の実践を通して児童・生徒から学ぶ。また、歩行に関係する事象については日頃から注意深く観察し、それを分析し、パターン化するなどの努力をし、また、自分でも体験するなどして一步一步指導力をつけるしかない。

3. 視覚障害のある教員との連携

ほとんどの盲学校には視覚障害のある教員がいる。歩行は専門でなくても日々歩いている実践者であるから、歩行指導の担当者が気づいていないことを知っていたり、感じていたりするし、独自の工夫もしている。歩行理論や技術は研修できるとしても、感覚や心理面は視覚障害者と通してしか分からない部分がある。生徒から学ぶという教員の姿勢と同様に、実践者である視覚障害を持った教員から学ぶこと、連携して指導に当たることは非常に大事である。

終わりに

運動系障害がない視覚障害者の歩行は、「環境認知と情報の処理（予測を含む）」の能力によって歩行の範囲が決まるといってよい。決して白杖技術で歩いているわけではない。盲学校の歩行指導は一見歩行とは関係ないと思われる分野の指導が歩行の上達の鍵を握っている場合が多いと思う。それを見極め、指導することが大切である。

指導場面では、特に小学生の場合、決して無理強いをしないこと、恐怖を感じたり、歩行が嫌いになったりしたら逆効果になる。私たちは歩行訓練士ではなく教師なのだから、児童・生徒の伸びる芽を大事にし、焦らずに時間をかけて教育していくという観点から歩行指導を考えなければならない。

中学部・高等部における歩行指導は生徒によって歩行能力やニーズが異なっており、その個人に合わせた指導を行うので多様になる。ここに挙げた指導内容についても、飛ばしたり、確認程度でどんどん進んだりする生徒もおれば、もっと細かく分けて指導しなければ理解できない生徒や、反復練習が相当に必要な生徒もいる。中学部・高等部における歩行指導は生徒が歩けるようにならないと意味がないので、生徒の実態にあった指導を心がけたいと思っている。

赤池の e-mail : chichi@nsfb.tsukuba.ac.jp