

## かるがもの会

目が見えない・見えにくい人には、  
どういうおてつだい・声かけをしてあげればいいのかなあ？

かるがもの会 ホームページ作成班

ここには、

「目の見えない人(全盲・ぜんもう＝もののかたちや色などが  
ぜんぜん見えない人のこと)

／

見えにくい人(弱視・じゃくし＝メガネをかけても、

まん中だけとか、まわりだけ見えるとか、

ところどころ見えないところがある人のこと)

＝ 視覚障害者(しかくしょうがいしゃ)」の人たちが、

『こんな風におてつだい・声かけしてもらえるとうれしいなあ』

っていうことを、かるがもの会の人たちとお話して

「目が見えない・見えにくい人たちは

こんなことにこまってるんだなあ」ってことを

みんなにも知ってほしくてお手紙を書きました。

「自分たちの近くにはいろんな人がすんでいるんだなあ」

ってことをわかってくれるとうれしいなあ。

※ ※ 弱視(じゃくし)の人があぶないりゆう ※ ※

少しでも見えないところがあるとね、

うごいているものが見えなかったり、

自分がうごく見えなくなったり、字がわからなかったり、

あるものがないと思いこんだりして…、少しばかり見えてるから、

見えない人よりもあぶないときがあるんだよ。

\* \* みんながしちやいけないこと！ \* \*

“目をつぶって歩かないでね！”

もし、みんなのおともだちが目をつぶって歩いているのを見たら、

「『けがするからあぶないよ！！』

目が見えない・見えにくい人たちの『マネ』はしちやだめだよ！！」

ってちゅういしてあげてね。

白杖(はくじょう／白いぼう)で歩いている人や

盲導犬(もうどうけん／見えない人のおてつだいをする犬)と歩いている人は、

それぞれの訓練センター(くんれんセンター／歩き方とかをならうところ)で

指導員(しどういん／おしえてくれる人)といろんなばしょ

(かいだんやおうだんほどう、でんしゃのえきやホームなど)を

いっしょに歩いて一人で歩く『ケガをしない歩き方』を  
教えてもらっています。

でも、みんなはそういう歩き方はならってないし、マネして歩いた  
ことでケガしちゃったら、パパやママたちがかなしむから、  
ぜったいにしないでね！！

※ ※ おねがい(1) ※ ※

目が見えない・見えにくい人たちに  
「あぶない！！」ってさげばれても、  
「だれに言ってるんだらう？」ってわからないから、  
声かけするときには

「何かおてつだいすることはありますか？」

「どこに行くんですか？」

など、声をかけてから/かけながら

かたやせなか、うでなど、その人を『やさしく』『トントン』たたいて  
くれると、自分に話しかけられてるんだなってことがわかるよ。

だから、こまってそうな白いつえをもった人とか  
盲導犬(もうどうけん)をつれてる人を見つけたら、  
少しだけゆう気を出して声をかけてもらえると、  
とってもうれしいなあ。

\* 声をかけるときにしちゃいけないこと \*

何も言わず、いきなりようふうやうでをつかんでひっぱること。  
(みんなも一度やってもらえばわかると思うけど、  
とってもこわいことだしあぶないからぜったいにしないでね！)

※ ※ おねがい(2) ※ ※

ここに書いてあることを見えない・見えにくい人たちの中にも  
知らない人がいるから、  
そういう人がいたら教えてあげてくださいね？

● おてつだい・声かけのしかた

◎ まわりにどんなものがあるかを教えてあげる

・かいだんがはじまる場所(おわり場所)

「もうすぐ上り(下り)かいだんがはじまりますよ！」

・入り口やドア、エレベーターのボタンの場所など

「ここが入り口です」と、その場所までつれてってもらえると  
うれしいなあ。

・お店の人やえきの人がいる場所がわからない時があります。

そういうときには「お店の人呼んでできますか？」

それともお店の人がいる場所までいっしょに行きますか？」って  
きいてくれるとうれしいなあ。

・お店の名前やおいてあるものなど

「ここは〇〇びょういんの前だよ？」

「おうだん歩道があるよ」「〇〇番(行き)のバスが来たよ」

「ここはお花屋さん(ケーキ屋さん)だよ？」

(みんなが目をつぶって「こういうこと教えてほしいなあ」

って思うこと)を教えてください。

目が見えない・見えにくい人は

「クロックポジション」といって、

「3時 = 右」「12時 = 上(または「おく）」というように

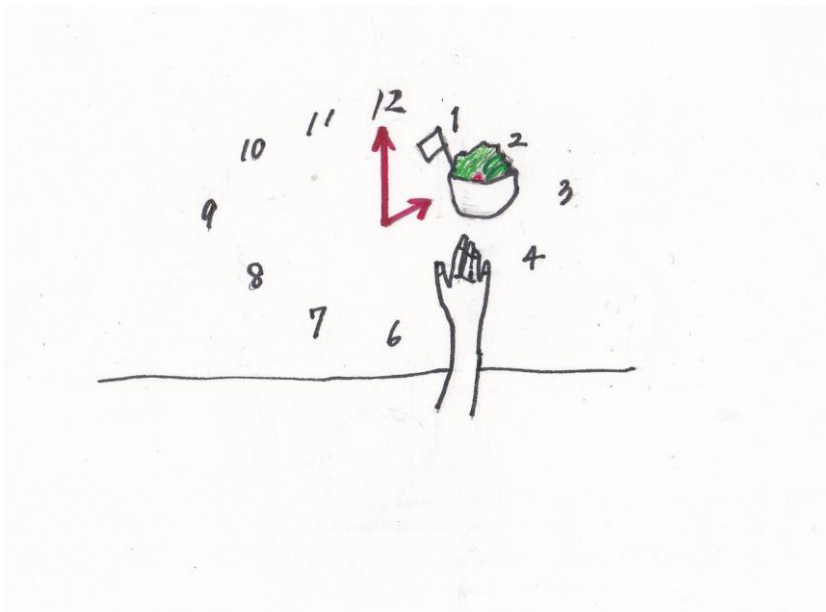
“時計の数字の場しょ”を頭に思いうかべながら

お話してくれると、

「ここにはこういうもの(お店)があるんだな！」

ってわかるんだよ♪

【クロックポジションってなあに？】



クロックポジションについてくわしくは下のページを見てね♪

視覚障害者をどうサポートする？ |

全国ユニバーサルサービス連絡協議会

<http://universalservice.jp/howtoud/sikaku/>



◎ いどうするとき、

いっしょに歩くときのおてつだい・声かけ

・ 見えない人・見えにくい人といっしょに歩くとき:

見えない人・見えにくい人の手をもって、みんなのかたや、うで  
にさわらせて、

つかまらせてくれるかな？



それが、とても歩きやすいんだよ。

「かたにつかまってください」

・ イスやテーブルなどにつれて行くとき：

見えない人・見えにくい人の手をせもたれやテーブルに  
さわらせてくれれば、一人でもすわれます。

「(手をもって)ここにイスがあります」

・ トイレへつれて行くとき：

見えない・見えにくい人にトイレの中を教えてあげるときは、  
さいしょに、和式(わしき＝またいでしゃがむタイプ)か  
洋式(ようしき＝みんなのおうちにあるようなタイプ)  
のどっちかを教えてね。

つぎに、すわる場所やトイレットペーパー、ながすボタン  
(またはレバーなど)の場所を手でさわらせて教えてね。

せいべつのちがう人(見えない人が女の人で、  
きみが男の子だったり、

見えない人が男の人で、きみが女の子)で、

きみが入れないときは、

たもくてきトイレ(赤ちゃんのおむつがえができたリ、

車イスの人がつかえる広いトイレ)をつかうか、

見えない人と同じせいべつの人におねがいでね。

「(手をもって)ここにすわる場所、こっちにトイレトーパー。

ながすときはこのボタン(レバー)をおしてね」

・道をわたろうとしているとき:

車の音がきこえるか?きこえないか?でわたれるかをきめてい  
ます。

そういうとき「今、わたれます」

「今はわたれませんから、わたれるときは教えますね」

って声かけしてもらえると、

あんしんしてわたれるよ★

◎ 盲導犬(もうどうけん)をつれてる人への声かけは、

上に書いてるのと同じなんだけど、

かたやうでを「トントン」しなくても  
「犬をつれてる人！」でもわかるよ。

■ 盲導犬(もうどうけん)といっしょに歩いている人に  
『しちゃいけないこと』は、

1. 『ぜったいに犬をさわらない！』
2. 『犬の目を見ない』
3. 『犬に声をかけない！』
4. 『犬に食べもの・のみものをあげない！』
5. 『いっしょに歩くときは、犬のとなりじゃなくて、  
見えない人のとなりを歩く』

ちょっとおおいけど、この5つのことをまもってくださいね。

そのわけは・・・

みんなもそうだとおもうんだけど、知らない人から  
声をかけられたりすると、

気になって声のする方をみてしまうよね？

犬はみんなのことがだいすき♪だから、  
いっしょうけんめいおしごととしてるときに  
声をかけられたりしちゃうと、  
おしごとをわすれてみんなのところへ行こうとしたりして、  
犬をつれてる人がはしらやかべとかにぶつかってケガしたり、  
行き先をまちがえたりしてこまっちゃうから、かならずまもってく  
ださいね！

ほかにもいろんなおてつだいがあるんだけど、  
いっぱい書いちゃうとおぼえるのがたいへんだから、  
「ほかにはどんなことがあるのかなあ？」  
って思ったきみは、パパやママ、  
お兄ちゃんやお姉ちゃんたちといっしょに  
つぎのページを見てね♪

## 視覚に障害がある人のサポート - 神奈川県ホームページ

<http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f5075/p15105.html>



下のページには、バリアフリーのひょうごや  
目が見えない人・見えにくい人へのおてつただけじゃなくて、  
耳がきこえない人・きこえにくい人、  
うでや足がうごかない人・うごかしにくい人、  
内部障害(ないぶしょうがい)と言って  
体の中にみんなにはついてない  
きかいやきぐをつけてる人たちへの  
おてつだいのしかたなんかも書いてあるから、  
パパやママたちと見てみてね。

今、街かどで ～身体の不自由な人たちとのふれあい～

－ 神奈川県ホームページ

<http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f5075/>



↓のYouTubeでは、

補助犬(ほじょけん)

(盲導犬(もうどうけん・目が見えない人をたすける犬)、

聴導犬(ちょうどうけん・耳がきこえない人をたすける犬)、

介助犬(かいじょけん・手足をうごかしにくい人をたすける犬)

たちのおしごとのようすや、

それぞれの障害者(しょうがいしゃ・見えない人／

きこえない人／手足がうごかしにくい人たちのこと)が

こまることをどうがでしようかいしているから見てね♪

NPO 法人 日本補助犬情報センター

「補助犬ができること、あなたにできること」

<https://www.youtube.com/watch?v=lamV4GTjVNk&feature=youtu.be>



☆ かるがもの会ホームページ

<http://karugamo.lifejp.net/>

