

課外活動団体

1. 課外活動団体への加入と脱退、一時的な活動休止

(1) 団体への加入（入部）

課外活動団体への加入を希望する者は、当該団体へ直接申し出た上で、当該団体へ「加入届」を提出してください。

(2) 団体からの脱退（退部）

課外活動団体からの脱退を希望する者は、当該団体へ直接申し出た上で、当該団体へ「脱退届」を提出してください。

(3) 活動の一時的な休止（個人的な休部）

課外活動団体における個人の活動を一時的に休止したい者は、当該団体へ直接申し出た上で、当該団体へ「個人活動休止届」を提出してください。

(4) 指定強化クラブの加入（入部）・脱退（退部）・一時的な活動の休止（休部）

大学の定める指定強化クラブ（サッカー部・剣道部・男子バレーボール部・女子バレーボール部・硬式野球部・陸上競技部・吹奏楽団）への加入（入部）・脱退（退部）・一時的な活動の休止（休部）については、以下のとおりとなり、他の課外活動団体とは手続きが異なります。

・加入（入部）について

各クラブの定める仮入部期間（1か月程度）経過後に、クラブ・学生間で合意の上、正式加入（入部）となります。仮入部期間中の状況および協議の結果、加入（入部）できない場合がありますので、指定強化クラブに入部を希望される場合は、各クラブの顧問・副顧問・指導者にご相談ください。

・脱退（退部）について

原則として、指定強化クラブに加入（入部）した場合、在学途中での脱退（退部）は認められません。ただし、次項の一時的な活動の休止（休部）を経て、各クラブの顧問及び指導者と面談を実施し、脱退（退部）することの正当性が認められた場合は、指定強化クラブ推進委員会の定める「退部申請書」に必要事項を記入し、団体指導者所見を記入してもらった上で、学生支援課に提出してください。

また、各クラブの定める規則・ルールに抵触した場合、クラブから脱退（退部）を申し渡される場合があります。

・一時的な活動の休止（休部）について

原則として、指定強化クラブに加入（入部）した場合、在学途中での一時的な活動の休止（休部）は認められません。ただし、各クラブの顧問・指導者と面談を実施し、一時的に活動を休止（休部）することの正当性が認められた場合は、指定強化クラブ推進委員会の定める「休部申請書」に必要事項を記入し、団体指導者所見を記入してもらった上で、学生支援課に提出してください。

2. 課外活動団体の運営

(1) 課外活動団体の登録

本学の課外活動団体は、加盟団体（部登録）・準加盟団体（同好会・サークル登録）・届出団体（承認登録）のいずれかに登録されます。各登録の詳細については、別に定めます。

(2) 団体の活動継続

すべての団体は、毎年2月末日までに、「課外活動団体年次活動報告 及び 活動継続願」を学生支援課に提出してください。課外活動団体代表者委員会及び学生委員会で審議の上、活動の継続が承認されます。なお、期日までに必要な書類の提出がない場合、活動の継続は保留とされて一切の権利が停止します。以降、書類提出の要請に応じない場合は、解散したものとみなされ一切の権利を喪失します。

(3) 団体構成員名簿の提出

すべての団体は、毎年4月末日までに「課外活動団体構成員名簿」を学生支援課に提出してください。なお、提出にあたっては、プリントアウトしたもの2部（顧問保管・学生支援課保管）とデータを持参してください。初回提出以降、構成員に変更（新規加入・脱退・役職の交代など）がある場合は、毎月末にあらためて提出してください。

(4) 団体の活動休止（休部）

団体の活動継続が困難になった場合、すみやかに「団体活動休止届」を学生支援課に提出してください。「団体活動休止届」が提出された場合、一切の権利を停止します。

(5) 団体の解散

団体の活動継続が不可能になった場合、すみやかに「解散届」を学生支援課に提出してください。団体の解散にあたり、大学及び課外活動団体代表者委員会より貸与された物品・施設については、その全てを大学及び課外活動団体代表者委員会の指示にしたがい返却・処分してください。

(6) 施設使用の予約

学内施設の使用に際し、その優先順位は、正課授業・大学行事使用→課外活動団体使用（加盟団体→準加盟団体→届出団体）→個人使用の順とします。なお、情報処理・LL教室、マルチメディア教室、実習室、その他必要に応じて定めた施設については、課外活動で使用することはできません。

施設使用の予約については、以下の手順に則って行ってください。

① 課外活動代表者委員会での予約調整

毎月第2水曜日に開催される課外活動代表者委員会（議題が特にならない場合は、課外活動代表者施設予約会議）内において、学内施設（第1・第2体育館、グラウンド、テニスコート）の使用を希望する団体が相互調整し、指定された管理表に記入してください。

課外活動が認められた期間・時間外の施設使用については、「指定時間外施設使用願」を学生サポートセンターに提出し、許可された後に、指定された管理表に記入してください。

② 管理表への直接記入

毎月の課外活動代表者会議終了後の予約の変更や新規の予約については、学生サポートセンターにて指定された管理表で、予約の入っていない日時を確認し記入してください。

③ 重複した希望の調整

団体間相互で日程調整してください。原則は、課外活動代表者委員会内で調整することになりますが、会議後に活動予定が変更になった場合は、速やかに他団体と調整し、予約の変更をしてください。

(7) 課外活動援助金の申請と会計報告

加盟団体及び準加盟団体は、別に定める規定に則って、課外活動援助金を申請することができます。各団体で規定を確認の上、手続きを進めるとともに年度末に会計報告を行ってください。

(8) 団体運営費（部・サークル費）の会計報告

加盟団体は、各団体で独自に徴収し運用する団体運営費について、別に定める規定に則って、毎年度会計報告を行ってください。

準加盟団体については、課外活動援助金の申請をする年のみ、団体運営費の会計報告を行ってください。

(9) 各団体への連絡

大学及び課外活動団体代表者委員会から各団体へ向けての連絡や学外からの郵便物などは、学生サポートセンターに設置されているメールボックスに投函されます。各団体は、常時確認するように心がけてください。

(10) その他

課外活動団体に対する規約は、別に定める「課外活動団体に関する規約」などの諸規定を参照するようにしてください。

3. クラブ棟の使用

(1) クラブ棟の部屋の貸与

加盟団体及び準加盟団体は、別に定めるクラブ棟使用に関する規則をはじめとするルール・マナー、また、課外活動団体代表者委員会・学生サポートセンターの指示を遵守することを条件に、クラブ棟の部屋の貸与を受けることができます。貸与された団体は、クラブ棟内の整理整頓と清潔を保つよう心がけてください。貸与された部屋の施錠を含め鍵の管理、盗難・事故の防止については、顧問の指導のもと各団体で責任を持って行ってください。

次の事項に該当する行為が認められた場合、使用停止・貸与取り消しを命じる場合があります。

- ①法律・法令に反する行為
- ②学則・諸規則に反する行為
- ③暴力行為
- ④火災・盗難の危険性がある行為
- ⑤大学に許可を得ない改造、または改築
- ⑥大学に許可を得ない施錠装置の取り替え（錠は大学から貸与されたものを使用）
- ⑦学内の風紀を乱す行為
- ⑧故意による汚損・破損

(2) クラブ棟の部屋の鍵の貸出について

クラブ棟の部屋は基本的に番号式南京錠になっていますので、各団体内で解錠番号を共有しておいてください。クラブ棟（番号式南京錠以外の部室）及び体育館横の機関室の鍵の貸出要領は以下のとおりとなります。ルールを守って使用してください。

- ・貸出時間 9:00～17:50
- ・貸出手続 学生サポートセンターにて借りたい鍵を申告し、カギ貸出簿に学籍番号、氏名、部屋名、貸出時間、返却予定時間を記入する
- ・返却手続 学生サポートセンターに鍵を返却し、カギ貸出簿の返却欄に返却時間と氏名を記入する
- ・時間外貸出 原則、上記の貸出可能時間以外の時間は貸出できません。返却予定時間が17:50を過ぎる場合は、翌日の9:00～9:30までに返却してください

(3) 洗濯室の使用

クラブ棟内には、団体が使用できる洗濯設備を整えています。洗濯室の管理・清掃等については、使用した団体が責任を持って行ってください。なお、洗濯室の使用は団体単位で行うものとし、個人的な使用は認めません。

(4) 定期的な清掃の実施

課外活動団体代表者委員会が呼びかけ、各団体の活動場所の清掃を行います。この呼びかけに応じない、また、無断で欠席するといった場合は、当該団体の使用を禁止します。

4. 新規団体の設立と登録

課外活動団体の設立を希望する場合、所定の書類（「課外活動に関する諸手続一覧」参照）を学生サポートセンターへ提出してください。なお、新団体設立にあたっては、5名以上の団体構成員及び本学教職員による顧問就任の承諾が必要です。所定の書類の提出を受けた後、課外活動団体代表者委員会及び学生委員会で審議の上、「届出団体」もしくは「準加盟団体」として登録されます。

ただし、大学の定める指定強化クラブ（サッカー部、剣道部、硬式野球部、男・女バレーボール部、陸上競技部、吹奏楽団）と類似する新規団体の設立については、認められない場合があります。

5. 課外活動団体一覧（2023年3月現在）

加盟団体	体育会	指定強化クラブ	サ ッ カ ー 部	剣 道 部	男子バレーボール部
			女子バレーボール部	硬 式 野 球 部	陸 上 競 技 部
			ソフトボール部	男子バスケットボール部	バドミントン部
	文化会	指定強化クラブ	吹 奏 楽 団		
			茶 道 部	華 道 部	
準加盟団体	体 育 会		テニスサークル	女子バスケットボールサークル	フットサルサークル
			よさこいサークル～天 舞	ダンスサークル	卓 球 サ ー ク ル
			運 動 愛 好 会		
	文 化 会		ロ ッ ク 研 究 会	子 ども 食 文 化 研 究 会	ハンドメイドサークル Lulu(ル ル)
			保育技術研究会	写 真 サ ー ク ル ～ 駄 部 屋 ～	演 劇 サ ー ク ル
	ポ ラ ン テ ィ ア 会		手話サークル「にじ」	メンタルフレンドサークル ひ ま わ り	点 訳 サ ー ク ル
			ボランティアサークル すまいる at home	動物愛護サークル 福 ね こ	ボランティアサークル L i n k (リンク)

課外活動に関する諸手続一覧

以下の各用紙は、学生サポートセンターに備え付けてあります。提出先を確認して手続きを進めてください。

こんなとき	手続書類	備 考	提出先
新団体の設立	学生団体設立許可願 団体規約 課外活動団体構成員名簿	学生支援課に要相談	学生サポートセンター
次年度の活動継続	課外活動団体年次活動報告 及び 活動継続許可願	毎年度2月末日〆切り	
団体の一時的な活動休止	団体活動休止届	団体としての休部届	
団体の解散	課外活動団体解散届	廃部届	
構成員の変更 (加入・脱退・役職交代)	課外活動団体構成員名簿	毎年4月末日〆切り 初回提出以降の変更については、毎月末に提出し更新する	
指定期間外の施設使用予約	指定時間外施設使用願	毎月20日の〆切り以降の施設の予約	
学外団体への加入	学外団体加入許可願	学生支援課へ相談後に、加入を希望する団体の規約、その他必要書類等を揃えて提出	
登録事項の変更 (顧問変更・役職交代等)	変更届	変更発生時に、必要書類を添付して提出	
施設使用予定の変更	施設使用願	3日前までに提出	
集会・行事の開催	集会・行事許可願	1週間前までに提出	
備品の借用	備品借用願	長期的な占有は認めない	
学内への掲示	掲示許可願	3日前までに原稿2部を提出 掲示期間は1ヶ月以内とする	
印刷物の配布	印刷物配布許可願	3日前までに原稿2部を提出	
活動中に怪我や事故が発生	状況報告書	すみやかに提出	
施設・備品の破損・汚損	破損・汚損届 状況報告書	すみやかに提出	
公式戦・公式行事への参加・練習試合・合宿等を行う場合	活動届	努めて早目に提出	
活動に関わる保険加入	保険会社指定加入依頼書	学生支援課へ相談	
団体に入りたい	加入届		各団体
団体を辞めたい	脱退届		
個人活動を一時休止したい	個人活動休止届		

Handbook for Students

KANSAI UNIVERSITY of SOCIAL WELFARE

2023 学生ハンドブック

はじめに

本学においては、ボランティア活動を奨励しています。そのような課外活動は、福祉を学ぶ上において非常に大きな役割を果たすものですが、その対象となる人たちは、様々な障害をもっています。

ボランティア活動をするにあたって、最初は、戸惑いがあるのは当然です。しかし、最初の一歩を踏み出さなければ、何も始まりません。

「障害者ヘルプの心得」は、障害者ボランティアについて、長年にわたり経験を積み上げてきた、特定非営利活動法人“ともに生きる”が、そのような時に備えて、どのような点に気をつければいいのかを、障害の種別に、分かりやすくまとめた小冊子に基づいて作成されたものです。

障害者ヘルプの心得

ほんのちょっとだけ関心をもって下さればいいのです。あとは別にとりたてて言うほどのこともありません。なぜって、障害があってもなくても同じ人間なんですから…。

(1) 思いたった その日から

「何かお手伝いできることはありませんか」、こう聞いて下さるだけでもうれしいもの。積極的にぜひどうぞ。ただし、断られることも。

お断りする訳はいろいろ……

あぶなっかしそうに見えても、ひとりで階段をのぼったほうが、バランスがとりやすかったり。リハビリのための歩行訓練をしていたり。言葉に支障がある場合は、感謝の心があっても、緊張してしまい、きつく断ることがあるかも知れません。もし、断られても、今は必要ないんだと思い、次回もこりずにお聞きください。

(2) 約束したら確実に

○月○日○時にヘルプを約束したら、頼んだ方は楽しみに、切実に待っています。あなたが約束をやぶることで、段取りがくるったり、危険にさらされることだってあるのです。急に行けなくなったとき、そんなときは、代理の人を探すとか、別の方法をとれるようにしておきましょう。

約束を確実に守る、ということは、どんなときにも、最優先されるべきことです。

(3) どんどん聞いてください

「障害のある人をヘルプする時、身体にさわっても（特に異性の場合）いいのかしら」「障害のことを聞いても失礼でないかしら」などとお困りかもしれません。そんなときは、本人に聞いてみるのが一番。障害のある人は、あなたが思っているほどナイーブではありません。ご自身の障害のことを、さわやかに語られる方が多いはずです。

(4) 動きやすい服装で

車椅子を押すことがわかっていてミニスカートやサンダル履きで来る人がいます。趣味嗜好はともかくとして、踵の低い靴を履くくらいの心がけを。自分の足元が安定していないと危険です。力をこめたり、思わぬところをぶついたり。防衛のためにも動きやすい服装で。それがとても有効なのです。

(5) 続けることが大切

障害のある人の身体的特徴は、一人ひとりちがいます。慣れるのに時間がかかるものです。ヘルプする側と受ける側の息が、ようやくあってきた時、やめられてしまうのは、障害のある人にとって悲しいことです。また一からはじめなければなりません。無理をして続けることはありませんが、続けていただくことは、障害のある方たちの精神的な力にもなることなのです。

車いすをよろしく

けがをしない。ヘルプする方もされる方も。あとは臨機応変に。少しくらい“まごまご”しても実行するあなたの方がずっとすばらしい！

(1) ひと声かけてお手をどうぞ！

階段・でこぼこ道・じゃり道・砂地・芝生・急な坂道・きれいな歩道のカラータイルも、どこも車いすの苦手な場所です。少しの段差でも、腕の力が弱いと越えられないのです。車いす利用者が街で困っていたら「お手伝いしましょうか？」と、声をかけましょう。いきなり、うしろから押さないように…。車いすを利用している方がびっくりします。

あなた一人で手伝うのが、無理のようでしたら、通りがかりの方に協力を求めましょう。そして、よく聞いて、あわてずに、頼まれたことだけ、いたしましょう。

(2) スポーツタイプもあります

自分で動かす車いす。人に押してもらう車いす。これはどちらもたためます。(例外もあります) バasketボールやテニス用、ランニング用などスポーツタイプも使われています。

最近では、車輪がはずれたり、押手がはずれたり、できるだけコンパクトになるよう工夫されています。たたみ方は、その方に聞きましょう。たたむ時は、一人で充分です。何人もが手を出すと、指をはさんだりして、危険です。ご注意ください。

(3) 階段はおてあげ すすんでお手伝いを！

ちょっとした段差やじゃり道だったら、ひとりでもへっちゃら。こんな元気な車いす利用者もいらっしやいます。けれど、どんなに元気でも階段はお手あげです。特に協力いたしましょう。

一番大切なことは、落ちないように！！車いすの方はもちろんのこと、あなただって、ケガをなさっては、困ります。二・三人、または四人がかりで、呼吸をあわせて静かに持ち上げましょう。張りきりすぎて、協力者の呼吸があわないと、車いす利用者の方の寿命がちぢみみます。

(4) タクシーが頼りです

車いす利用者が頼りにできる乗りものは、タクシーです。でも、車いす利用者だとわかると、なかなか止まってくれません。

乗り降りに、困っていたら、ひと声かけてから手伝って下さい。車いすは、たたんでも、トランクに入らない場合があります。そんな時は、車内に入れて下さい。シートを汚さないように。

身障をもつ方々は、人に迷惑をかけるのを、とても心苦しく思うのです。こまやかな思いやり、そしてさらりとした行動！これでいきませんか！

(5) 歩道をふさがないで！

歩道をふさぐ荷物や自転車。これが困るのです。人通りの多い歩道では、遠くがまったく見渡せません。なにしろ、車いす利用者の方は、地上から百センチの視界ですから。

視界のきかない車いす利用者の方が、障害物で通れないことを知るのには、真近にたどり着いてからです。「ダメだ～通れない」Uターンして車道にあります。ビュンビュン走る車道は危険。またまた、車いす利用者の方の寿命がちぢみます。

(6) スピード違反はダメ

車いすを初めて押す方は、なぜか、スピードを出したくなるようです。乗っている方はヒヤヒヤ。そのうえ、人通りの多い場所では「すみません！通ります！お願いします！」と呼び続け、乗っている方は、ぶつからないかと、気が気ではありません。

車いすの前方は、足置きが出ています。前を歩く人のすねに当たらないよう要注意。何よりも大切なのは、乗っている方と押す方の、コミュニケーションが一番です。

松葉づえをよろしく

ほんのちょっとだけ関心をもって下さればいいのです。あとはとりたてていうほどのこともありません。なぜって身体に障害があっても、なくても、おなじ人間なんですから。

(1) 雨の日 カサがさせません！

両手で松葉づえをにぎっているのに、どうやってもカサがさせません。「カサをお持ちじゃないんですか」よくかけられる言葉ですがカサをさすにはもう一本手が必要です。

でかける時は、マント風のレインコートに帽子をかぶりますが、マントはづえを前にだすとき、ひっかかってじゃまっけです。少々雨なら、ぬれて歩きます。

方向が同じなら、そこまでカサをさしかける一きつと喜ばれます。

(2) 雨の日、づえの先がとてすべります

アスファルトの道路、カラータイル、雨の日は特別すべります。全神経を集中して歩かなければ転んでしまいます。ビルの中でも、一滴たれたところへ、運悪くづえの先ののれば、スッテンコロリ。雨の日は、ひたすら下を見て、緊張して歩く憂鬱な日。

恐ろしいのは、雨の日ばかりではありません。道路に水がまいてあったり、床が掃除のあとでぬれていたり。雨の日でなくても、松葉杖で歩くのに油断は禁物です。

(3) 席を譲られても座れないわけが

揺れる電車やバスでは、立っているより座ったほうがいいのは、言うまでもありません。しかし、座れないわけがあるときも。揺れる車内をその席まで行かれない。降りるとき、ドアまで間に合わない。

足がまがらなくて、座るのにどうしても足をなげだした恰好になり、混んだ車内では、他の方に迷惑になる。立ったりすわったり痛みがともなう。松葉づえをついていても、いろいろな人がいます。

もちろん席を譲っていただくことがとてもうれしい人も。

(4) 階段に手すりがないと

階段に手すりがあるかないか、人によっては大きな問題です。

階段ばかりか、たった数センチの段差でも、まわりに手がかりになるものがなければ、上れない人もいます。右手でないとダメな人、左手でないとダメな人いろいろです。

せっかく手すりがついていても、こわれていたり、高すぎたり、低すぎたり。
松葉づえで階段を上り下りするときに、荷物を持ってくれる人。うれしいことです。
それにしても、階段の手すりは、どうしてあんなに汚いの。

(5) ころんだときは

まず松葉づえをひろってください。大切なことは、松葉づえがさき。あわてて抱えてしまうと、松葉づえを取りに行けません。

腕を貸せば立ち上がれる人。

両腕を支えて抱き起こさないと立ち上がれない人。

松葉づえをしっかり持っていて下されば、それを手がかりに自力で立ち上がれる人。みんな違います。

起き上がるための手助けは、その人の求める形で、求めるタイミングで。

(6) 荷物は苦手です

スーパーの紙袋のように、手提げのついていない荷物は苦手です。小さなものでも、手提げに入れます。

「リュックを背負ったら」

たしかにこれなら、両手はつえを握ることに専念できます。でも、自分の身体のバランスさえとれないことがあるのに、リュックを背負ったら、ひっくり返ってしまう人も。

荷物を持ってあげること—これも喜ばれます。

ただ「荷物を持ちましょうか？」と、必ずひと声かけましょう。

聞こえないのでよろしく

ほんのちょっとだけ関心をもって下さればいいのです。あとは別にとりたてて言うほどのこともありません。なぜって、身体に障害があっても、なくても、同じ人間なんですから…。

(1) 知っておいていただきたいこと

耳のきこえない人といってもさまざまです。

まったくきこえない人（聾）：補聴器を使っても言葉が聞き取れません。

きこえにくい人（難聴）：不完全であっても補聴器で言葉を聞き取ることが出来ます。

生まれつき耳の障害で、話し方の覚えられなかった人（聾啞）

事故や病気できこえなくなった人（中途失聴）：きこえないけれど話せます。

(2) 話す方法（その1）

「読話法」は、きこえない方が、私たちの発した言葉をくちびるの形で読みとります。必ず正面に向き合い、話は文節で区切りましょう。一音ずつ区切って話すと、かえって読みとりが、しにくくなるので要注意。私たちの口の動きだけを追うわけですから、大変な神経の緊張をとまいます。大勢の時、遠くから話しかけるとときには使えません。

(3) 話す方法（その2）

きこえない人たちの間で生まれた会話が、「手話」です。私たちが何気なく使っている身振りにも、手話として通用するものがたくさんあります。小指をたてて“女性”、親指なら“男性”、おすもうさんが懸賞金を受けとるときのしぐさ、これは“ありがとう”を意味します。

きこえない人と心の交流をはかることができるのは、何といっても、この会話方法です。

(4) 話す方法（その3）

どうしても通じないときには、時間がかかるのが欠点ですが、「書くこと」がいちばん正確です。聾の人の中には、読み書きの不得意な人が多いのが悩みですが…。

私たちは、日常約200種類の身振りを使っています。これでもなんとか通じるはずです。どんなに時間がかかろうと、あたたかい心遣いがあれば、必ず交流ははかれます。身振りや筆談、ときには読話法も駆使して、どんどん話しかけて、お友達になってください。

(5) とくに協力を！

『クラクションがきこえない』

車を運転なさる方は、どんなにクラクションを鳴らそうと、きこえない人のいることを覚えておいて下さい。全世界の共通のしるしでもできないうちは、みんなで気をつけるほかありません。事故のときに電話が使えぬ不便さ、急病のとき病気で困り果てることもあります。どれも、とくに協力したいポイントです。

(6) 補聴器をつけていても

補聴器をつけていても、言葉をはっきり、ききとれるわけではありません。いくら補聴器のボリュームをあげても、正確にききとれません。足りないところは、くちびるの動きを読んで判断しています。ですから、補聴器をつけていても、身振りや読話法を交えて話すことが、きこえない人たちには親切です。

(7) おしゃべり大好き

きこえない人の中には、話好きが多いと言われている。[→意外と知られていないことで]

まず、ところをひらいて。眼、そして笑顔。あとは、身振り、手振り。そして、字を書いても、絵を描いても。まずは、話す意志です。

ただし、うしろから近づいて、肩をたたいたりすると、びっくりすることもあります。人の気配が感じられないから。必ず前方から近づいて話しかけることがポイントです。さあ、話しかけて下さい！！

白い杖をよろしく

けがをしない。ヘルプする方もされる方も。あとは臨機応変に。少しくらい“まごまご”しても実行するあなたのほうがずっとすばらしい。

(1) 道をきかれたときは

白い杖の人が立ち止まって考え込んでいたら、それは道がわからなくなってしまったとき。「どちらにいらっしゃるのですか」とひと声かけて下さい。

白い杖の人が、一人で歩くとき頭の中には地図がはっきりと描かれています。けれど、歩道に自転車や置かれていたり、立ち話をしている人がいたりすると、こんがらがってくることもたびたび。立っている所を基点に音やにおいのする目標物で説明することがポイント。たとえば「まっすぐ50mくらい行くと左側にとんかつ屋さんがあります。そこを通り越した三軒目です。」とこんなふうに。

(2) 一緒に歩くときは

白い杖の反対側に立って腕を貸して下さい。杖をもっている手をひいたり、腕など抱きかかえないことが肝心です。ひっぱったり、押したりすることも厳禁。それは危険・不安・失礼につながる。白い杖のべてらん(?)は、「一緒に歩いて下さる方が、こちらに身体

の動きを伝えてくれればそれで十分」とおっしゃっています。

(3) 12時の方向にパンが

お食事やお茶を飲むとき、テーブルの右に何、その向こう側には何と小声ではっきり説明しましょう。器などにそっと手を触れて、位置や形や大きさを確認する方もいます。また、時計の文字盤で説明することも可能です。たとえば「12時の方向にパンが、10時の方向にバターが、3時の方向にグラスがあります。」というように。

(4) いちばんこわいのは

いちばん危険なのはプラットホーム。せっかく階段で手をかしてくれても、プラットホームに着くと「それではここで」と行ってしまふ。こういう方が多いんです。プラットホームでは特に協力をお願いいたします。慣れていても、ちょっとした勘の狂いが大きな事故につながります。転落事故も多いのです。

(5) はじめは下手でも

見えない方の中でも、歩行術の上手さ加減はそれぞれちがいます。映画や芝居を見に行きたい。デパートで買い物をしたい。でも一人では行けない。こういう人もたくさんいます。ヘルプしてくれる方が欲しいのです。少しくらい“まごまご”していても、目的地に遅れずに、けがをせずに到着したら、とりあえずは大成功！

ヘルプされるとき

ほんのちょっとだけ関心をもって下さればいいのです。あとは別にとりたてて言うほどのこともありません。なぜって、身体に障害があっても、なくてもおなじ人間ですから。

(1) ヘルプを断るとき

「ありがとうございます。今はひとりで大丈夫ですから。」「おそれいます。実は、自分できるように訓練中です。」というように感謝を持ってはっきりと断りましょう。声をかけて下さった方が「二度と声をかけたくない」と思うようなダメージを与えぬよう、断るときもこころ配りしたいもの。その人が他の人のため、次の機会に、ヘルプする気を失うことのないように。

(2) ヘルプを頼むとき

何をどうして欲しいのか、具体的に明確にお願いしましょう。

言葉に障害のある人は、ヘルプしてほしいポイントをカードに書いて、あらかじめ用意しておくとう便利です。車いすのA子さんは、10円玉と自宅の電話番号を書いたメモと一緒に、ちいさなビニール袋にいれて、外出のとき必ず持参します。帰宅するとき、家族へ出迎への電話をかけてもらうための用意です。ヘルプの方にタクシーに乗せていただき、「いまタクシーに乗りましたよ」と、電話していただくためなのです。

(3) ヘルプが下手でも

白い杖の道案内、初めてのときは、ヘルプする方も受ける方も、呼吸があわずにぎくしゃくすることもあります。最初から、上手なヘルプ、完璧なヘルプを求めすぎると、せっかく声をかけて下さった方が「もうこりこり」となるかもしれません。少しの失敗は、あなたのユーモアと機転で回避。ただし、気づいたことは、率直に心をこめて説明しておきましょう。その方のためにも、次のヘルプを受ける人のためにも。

(4) 甘えすぎず遠慮しすぎず

していただくことばかりに慣れてしまって自分のできることまで、手を借りるのは残念です。反対にーそれでは申し訳ない。人手をこんなにわずらわせて、とグズグズ悩むのはやめましょう。できないことは助けていただき、他のチャンスにあなたのできることを考えてみませんか。人によろこんでいただけることを。

(5) たしなみも忘れずに

車いすのヘルプをしていただくようなとき、女性の場合長いネックレスやブローチはやめましょう。ヘルプする方にひっかけてしまったり、ささったり。余分な気を使わせることのないように配慮したいものです。抱き上げていただくときは、ミニスカートより長めのスカート、ヘルプを受けやすい服装も大切です。

(資料出所：特定非営利活動法人“ともに生きる”)