令和８年度
第 ４ 号

進路情報

DREAM

岡崎盲学校
進路指導部
編集・発行

【まだまだ、勉強】

小学部教諭

進路通信ということで、「勉強」をテーマに自分の学生時代を振り返りながら書いてみたいと思います！「勉強」は、私にとって夢をかなえるために必要不可欠な手段でした。その夢は、「先生になること」です。先生になるためには大学に行かなければいけない、またその大学に行くためには高校に行かなければいけないというように。ただ、ずっと前向きに勉強と向き合っていたわけではありません。



小学生の頃、私たちの学年では自主学習が流行っていました。たくさんやると可愛いシールがもらえたからですかね。私は、それ以上に大好きな先生に褒めてもらえたからが大きかった気がします。この先生は、私が「先生になりたい」と思うきっかけをくださった方です。引っ込み思案だった私に、新しいことへ挑戦することを教えてくださった先生です。いつも一人一人のことをよく見て、その子に合った関わりをされていました。また、この先生の授業はとて

も面白く、毎日学校へ行くのが楽しみでした。そんな先生の姿を見て、「魔法使いみたいだな。私もこんな人になりたい」と思ったことを覚えています。

　中学生になると、勉強に関してちょっとした挫折を経験します。今思い返すと、恥ずかしいくらい自分は勉強ができる方だと過信していた時期なので、周りと比べて全然できないことを自覚し落ち込みました。勉強ができた母親の通知表と比較して号泣したのもよい思い出です。小学生の頃とは違い、ご褒美もなく、嫌な気持ちになるだけなのにどうして勉強しないといけないのかと思ったときもあります。やっても変わらない、意味がないことだとも思いました。

　高校に入ると本格的に大学受験を意識するようになりました。入学前に、この高校でも中の下くらいだろうと中学校の先生に言われていた私は、とにかく頑張らないと、と思いました。不思議なのが、中学生の頃と違って勉強に対してかなり前向きだったことです。夢を叶えられる日が近くなっていることを感じたからでしょうか？ 少しずつ勉強の成果が数字として表れるようになってきた頃、「今までの自分は、努力が報われなかったのではない、報われるまで努力してなかったんだ」と気づくことができました。この経験から、努力し続けることの大切さを実感しました。勉強を通して身に付けた忍耐力・持続性・計画性などは、今では勉強以外のことにも生きていると感じています。



　余談ですが、ちょうどこの頃、薬剤

師という職業に焦点を当てたドラマがやっていました。「もしも、教員以外の仕事なら薬剤師もいいな」と軽い気持ちで思い、どうやったら薬剤師になれるのかを調べました。しかし、私は文系だったため、その時点から目指すのは難しいと分かりました。この経験から、進路について早いうちから考えておくことや、さまざまな職業について知っておくことの重要性を実感しました。

縁あって、私は大学時代に視覚障がい教育について勉強していました。入学するまでは、全くと言っていいほど知識はなく、自分の知らない世界を勉強することの楽しさはここで実感しました。これは、今まで勉強してきたからこそ新しいことを学ぶ面白さを感じられるようになったのだと思います。とはいっても、今でも分からないことばかりで勉強の日々です。勉強したことが生かせているのか、自分なんかより違う人が授業した方がみんなのためになるのではないかといった不安も感じることもあります。しかし、大学で学んだことを実際の授業で生かしてみることで、その難しさや大切さを実感することがあります。そして、実践してみたからこそ分かることを、次の授業の改善につながることがあります。だからこそ、これからも楽しく分かりやすい授業を目指して学び続けていきたいと思います。

私は小学３年生の時から「先生になりたい」という夢をもち続けてきました。今年は、10年以上抱いてきた大きな夢が叶った大切な年です。まだ夢が叶って日数は浅いですが、この夢のために頑張ってきてよかったなと心の底から感じています。私に「先生になりたい」という夢を与えてくれたのは、私が大好きだった先生です。その先生との出会いがあったからこそ、私は夢に向かって頑張り続けることができました。今度は私が、子どもたちに夢を与えられる先生になりたいと思っています。そのためにも、これからも勉強し続けていきたいと思います。

【それもいいね】

生徒指導主事

先日、歌手のこっちのけんとさんの『それもいいね』という曲を耳にする機会がありました。私はその曲名を聞いたとき、とても素敵な言葉だと感じました。「それもいいね」たった一言ですが、その中には人を認める温かさや、自分自身を大切にする気持ちが込められているように思います。

私が日頃、みなさんと関わる中で感じるのは、人は一人一人違うという当たり前の事実です。話すことが得意な人もいれば、聞くことが得意な人もいます。すぐに行動できる人もいれば、じっくり考えてから行動する人もいます。一人で過ごす時間を大切にする人もいれば、友達と一緒にいることで安心できる人もいます。違いがあることは決して悪いことではありません。むしろ、その違いがあるからこそ学校生活は豊かになるのだと思います。

しかし、その一方で、学校は集団生活の場でもあります。みんなが安心して学び、気持ちよく生活するためには共通のルールが必要です。それが本校の「生徒心得」にあたります。時々、ルールは自由を奪うものだと感じる人もいるかもしれません。しかし、生徒心得は誰かを縛りつけるためにあるのではなく、みんなが安全に安心して学校生活を送るための大切なルールです。私たちは個性を大切にしながらも、その個性がお互いを傷つけることのないよう、共通のルールの中で生活しています。つまり、「みんな違っていい」と「何をしてもいい」は同じではありません。相手を尊重しながら、自分らしく生きる。そのための土台として、生徒心得は大切な役割を果たしているのです。



　生徒指導に関わる中で、私が大切にしている考え方の一つに「アサーション」があります。アサーションとは、「自分も大切にする、相手も大切にする。」というコミュニケーションの考え方です。例えば、グループ活動や話し合いの場面で、自分と違う意見が出たとします。そんなとき、「それは間違っている」、「絶対にこっちの方がいい」と言ってしまうと、相手の考えを否定することになります。反対に、「どうせ自分の意見なんて言っても無駄だ」と黙ってしまうと、自分の考えを大切にできていません。アサーションでは、「私はこう考えたけれど、あなたはそう考えたんだね」「なるほど、それもいいね」というように、自分の考えを伝えながら相手の考えも尊重します。このような関わり方ができるようになると、自分とは異なる考え方や価値観にも耳を傾けられるようになります。世の中にはさまざまな人がいます。同じ出来事を見ても感じ方は人それぞれです。同じ目標を目指していても、その方法は一つではありません。だからこそ、多様性とは「違いがあることを認める」だけではなく、「違いのある人と共に生きていくこと」なのだと思います。自分と違う考え方に出会ったとき、「それは違う」とすぐに否定するのではなく、「そういう考え方もあるんだね」と受け止めることができたら、人との関わりはもっと豊かなものになるのではないでしょうか。

　ところが、今の社会には少し気になる風潮もあります。インターネットや SNS では、誰かの失敗や不適切な言動が話題になると、多くの

人が一斉に批判する場面を目にすることがあります。もちろん、自分の行動には責任が伴います。しかし、一つの失敗だけを取り上げ、その人の人格や存在そのものまで否定してしまうことは、本当に正しいのでしょうか。私たちは誰でも失敗します。友達を傷つける言葉を言ってしまったこと。ルールを守れなかったこと。後になって後悔する行動をしてしまったこと。大きさの違いはあっても、失敗をしたことのない人はいません。だからこそ、人の失敗を見たときに後ろ指をさすのではなく、「なぜそうなったのだろう」、「これからどうすればよいのだろう」と考えることが大切なのだと思います。失敗は決して終わりではありません。失敗を認め、反省し、もう一度挑戦することで人は成長します。皆さん自身も、これまでたくさんの失敗を経験してきたと思います。しかし、その失敗があったからこそ学べたことや、できるようになったこともあったのではないでしょうか。そして、それは自分自身についても同じです。



　私たちは時として、自分の短所ばかりに目を向けてしまいます。「考えすぎてしまう」、「人前で話すのが苦手だ」、「失敗するのが怖い」そんな自分を否定したくなることもあるでしょう。しかし、見方を変えれば、考えすぎることは慎重さかもしれません。人前で話すのが苦手なことは、人の話を丁寧に聞ける力かもしれません。失敗を恐れる気持ちは、責任感の強さかもしれません。短所と長所は表裏一体です。だからこそ、自分を決めつけないでほしいと思います。「自分には無理

だ」、「どうせできない」そう考えてしまうと、自分の可能性まで狭めてしまいます。今は苦手なことでも、経験を積むことで得意になるかもしれません。今は失敗だと思っている経験が、将来の自分を支える大切な財産になるかもしれません。

　進路を考えるときも同じです。自分の苦手なことだけに目を向けていると、選択肢は狭く見えてしまいます。しかし、自分の強みや興味のあること、これから伸ばしていける力に目を向けると、新しい可能性が見えてきます。その可能性は、最初から決まっているものではなく、自分自身の挑戦によって広がっていくものです。友達と意見が違ったとき。誰かが失敗してしまったとき。自分の短所に悩んだとき。そんなときこそ、「それもいいね」と考えてみてください。相手を認めることは、自分を認めることにもつながります。そして、自分を認められるようになると、新しいことに挑戦する勇気も生まれます。皆さん一人一人には、まだ気付いていない力や可能性がたくさんあります。自分も大切にする。相手も大切にする。そして、自分の可能性を信じて一歩踏み出してみる。そんな皆さんでいてくれることを願っています。



【 宝 島 】

高等部理療科教諭

みなさん、こんにちは。前回の宝島はいかがでしたか。大変長い間読んでいただいている宝島も 18 から、私の専攻科理療科時代の内容に入ってきました。教員養成施設を卒業するのが専攻科理療科入学から６年後なので、いよいよ終わりが見えてきました。

25 や 30 は切りのよい数字なので、このあたりで最終回としてまとめていきたいと考えています。ありがたいことですが、DREAM は岡崎盲学校のみなさんだけではなく、本校のホームページから校外の方にも読んでいただいているようです。私はこの 12 月、DREAM を読んでいただいた津島市の方から講演を依頼されました。大変名誉なことで感謝しております。このような機会を大切にして、引き続き視覚障がい者の進路状況や悩みについて多くのみなさんにも知っていただけるように今後も頑張っていきたいと思いました。引き続き、皆様からのご意見・ご感想などをお待ちしています。その状況によって、最終回をいつにするかについて決めていきたいと考えています。

さて、今回は 20 と 21 の「スポーツマッサージ」と、22 の「パンダにマッサージを！」の内容に対して質問などがありましたので、回答も含めてトレーナーを進路に選択しなかった理由などをまとめてみたいと思います。

23. 経験不足それとも情報不足？

スポーツトレーナーは、スポーツ選手が最大限のパフォーマンスを発揮できるように、選手の体のメンテナンスやケガの予防・処置、選手に対する日々の健康管理やトレーニングの指導等を行う、あん摩マ

ッサージ指圧師やしんきゅう師、理学療法士またはこれらに相当する専門的な知識と技術をもっている人のことです。基本的にはスポーツをよく知る人がこの仕事に向いています。私はスポーツに興味があり、体を動かすことも好きだったこと、そして理療師の免許取得を目指していましたからスポーツトレーナーを進路の一つとして考えました。しかし、スポーツトレーナーの方からお話を伺ったり求められる人材を調べたりすると、私には難しいことがわかってきました。また一学年先輩に理療科修了後の進路として、トレーナーとしての専門的な知識や技術を身に付けるための専門機関に進もうとしていた人も、次のような事情からあきらめることになりました。



　トレーナーの仕事にはいろいろありますが、その中に「ケガの処置」があります。競技によってケガの受傷状態や種類は違いますが、選手が言葉によってケガの状況を説明できない状態でも、どのようにして受傷したか・傷口はどのようになっているか等の状況を素早く理解して適切に対応しなくてはいけません。試合だけではなく、日ごろのトレーニング中にもケガをすることはあります。選手のトレーニングも身近なところで見守り、故障の原因になりそうな状況についても事前に見つけなければなりません。「フォームがいつもと違う」、「ボールを放すタイミングがいつもと違う」、「右足のつま先の向きが普段とは違う」等、誰も見つけられないような細かな動きにもいち早く気付いてあげられることが必要です。「何か調子がおかしいんだよね」、「いつもと何かが違うんだよね」等、選手から直接出される言葉だけでの現状把握だけでは、トレーナーとして十分な役割を果たすことができません。スト

レッチやマッサージ等で、選手の体に直接触れた時に気付くこともできるのですが、それだけではトレーナーとは言えません。つまり、選手の一挙手一投足を視覚でとらえて対処することが求められるトレーナーは、全盲である私にはできない仕事でした。先輩もこれらの状況を知り、理学療法士に進路変更しました。それまでの私であれば、この現実に対して立ち向かおうという気持ちが起きたり、打開策はないかと思いあぐねたりしたのですが、筑波大学附属盲学校（現在の筑波大学附属視覚特別支援学校）に進学してからは、いろいろな体験から視力だけではなく他にも自身に課題があると感じ始めていました。それは、専攻科入学後の体育の授業がきっかけでした。

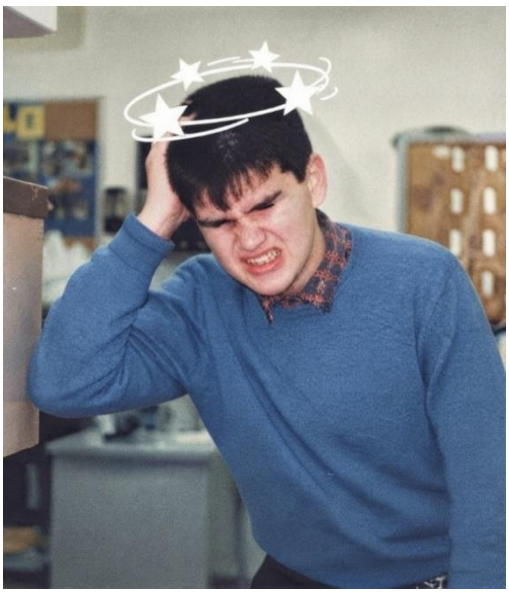
　附属の体育の授業は、私にとって驚きの連続でした。授業で取り上げられる内容がこれまでに経験したことがない種目が多かったことです。例を挙げると、水泳は、平泳ぎ・クロール・バタフライ・背泳ぎの４種類ができて当然。陸上では、走り幅跳び・三段跳び・高跳びができて当然。トランポリンでは、空中での前転やバク転、ゴルフでは、ドライバーショットやアプローチができて当然などでした。前年まではこれらにスケートもあったようで、八の字滑りとか、バックで八の字滑りとかもあったようでした。附属の中学部や高等部普通科から専攻科に進学していた人たちは、当たり前のようにこなしていました。



また、高校まで盲学校ではない高校に通っていた同級生も、すべてができているというわけではありませんでしたが何とかこなしていました。「できません」、「やったことがありません」と正直に手を挙げると、

みんなとは離れたところで一人練習することになりました。つまり、私は経験していないスポーツが多かったわけです。また、この文章で「興味がある」と書いていますが、スポーツの用語と具体的な動きを理解していない点もいくつかありました。

　例を挙げると、バレーボールの「バックアタック」は、後ろ向きでボールを打つことかな？ フィギュアスケートの３回転ジャンプは、空中で前転を３回することなのかな？ 砲丸投げで10mの壁を越えたというのは、10m の厚さの壁に穴を空けたということなのかな？ 野球のヘッドスライディングは、前転のように頭で滑ることなのかな？ 等です。周囲のみんなは「すごーい」と歓声を上げるので、誰もできないような超人的なことをしているんだと、勝手に想像していました。周囲の人たちも当然私がそれらを理解しているものとして、スポーツに関する会話は何の違和感もなく進みます。「どんな動きか分からないけど、言葉は知っている」、それだけで何の問題もなくどんな人とも会話は弾みました。それでも、小学部・中学部の頃は分からないことを何でも質問して、理解しようとしていました。年齢を重ねていくにつれ、「何言ってるの？」とか、「真面目に質問してる？」など、周囲からの反応が怖くて、会話が流れていけばそれで問題ないと思うようになっていきました。しかし、周囲の視覚障がい者同士で話をすると、ときに誤った理解をそのままにしている話題もあり、「恥ずかしいね」と笑い話になったこともあります。「覆面パトカーって、運転する警察官が誰か分かからないように覆面をしているのかな？」、「頭をぶつけると星が飛ぶっていうけど、星って星マークみたいなものが空中を飛んでいるってことなのかな？」、



「飛行機雲って、昔教科書に出てきた「クジラ雲」みたいに飛行機の形をしているのかな？」等です。「かなりウケを狙った話でしょ」と感じる人もいることでしょう。ところが、こんなことが実際にあるのです。中途視覚障がい者が増えてきている今では視覚障がい“あるある”に挙げられることはほとんどありませんが、視経験のない視覚障がい者の場合は多かれ少なかれ、このような話題が取り上げられます。私はこれらの話題を通して、「知らないのは自分だけではないんだ」という妙な親近感や、「それは違うでしょ」と自分は正しく理解していることへの安心感を抱くことがありました。しかし、その安心感は時としてねじれ、「そんなことも分からないのか」という優越感へ変わってしまうこともありました。

しかし、私の優越感は健常な人たちからすれば“当たり前”のことで、自慢できるほどのことではないのです。「ゴルフのスイングをすると腰が痛いんだ」、「卓球で変化球を打とうとすると肘が痛いんだ」等、患者さんは実際のプレイのときのように体を動かしながら症状を訴えます。プレイ経験もなく、フォームの視覚情報もない私にとっては、患者さんからのお話で具体的な症状を把握するしかありません。経験していたり動きが見えたりしている人なら容易に理解し、「こんな動きはどうですか？」とさらに状況把握が進んでいきます。「悔しいこと」、「悲しいこと」、そんな感情を感じつつ、自分に足りないものを知る機会となりました。スポーツマッサージという特別な施術場面ではなく、日常的な施術でも、これらのことが必要となることを感じていました。

知らないこと、経験していないこと、それらは私たち視覚障がい者にとっては大きな課題です。本当の意味で“正しく理解する”は、私のような視覚障がい者にはとても時間がかかることです。経験不足と情報不足。この二つは大げさに言えば、永遠の課題ともいえるでしょう。「経験が豊富ならば、情報も入ってくる」、「情報がたくさんあれば、

経験できるチャンスが来る」、そんな風に考えてみてはいかがでしょうか。他にも、スタートで使われているピストルから弾が発射されると思っていたり、早い球が飛んでいくときには楕円形になると思っていたりしました。体育だけではありません。理科の時間では重力について説明を受けているときに、急ブレーキをかけた時に前のめりになる感覚があることから、車の外で見ていると前側に車が傾いているに違いないと先生を困らせたこともあります。私自身の理解不足がこうした状況を生み出しているわけですが、社会生活を送っていくうえでは、いわゆる「当たり前」とされていることを自分が本当に正しく理解できているのか、一度考えてみるのもよいと思います。



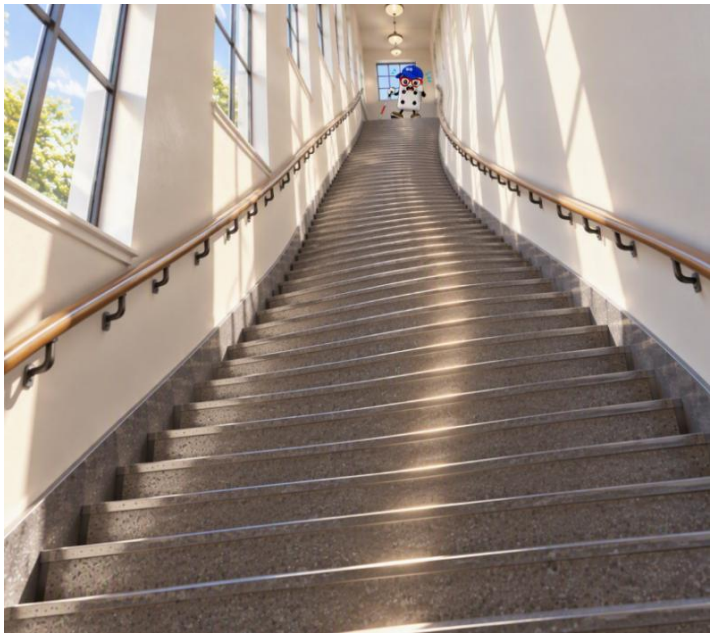
　最後に「22.パンダにマッサージを！」で取り上げた、“ワニは涙を流すのか”について説明します。ワニが獲物を食べながら涙を流すというのは言い伝えだそうです。ワニは水辺から長時間離れて、目が乾いたときに涙が流れるようです。たまたま餌を食べているときに涙が出ている場面を見たことが言い伝えになったようです。医学用語にはときどきこのような言い伝えが、症状名になるケースがあるようです。

　今回はここまでです。

【前例をつくるために】

進路指導主事

就職希望者の職場開拓を進める中で、人事担当者から「うちの会社には階段があるので視覚障がい者の雇用は難しいです」と言われることがあります。初めてその言葉を聞いたときに“笑えない冗談”だと思いましたが、その後も複数の企業や治療院で同じような言葉を耳にすることがあり、これが決して特別な反応ではないことを知りました。



その背景には、視覚障がい者に接した経験がない人事担当者だったことも一因だと思いますが、根本的に企業全体として、視覚障がいへの十分な理解をもち合わせていない現実も感じています。

これまで経営者や現場責任者など多くの方に視覚障がい者の印象を尋ねると、「パソコンの操作をすることが難しい」、「危険を回避することが難しい」、「文字を読むことが難しい」、「物を作ることが難しい」、「一人で歩くことが難しい」…といったイメージをもたれることが少なくありませんでした。そのため、本人の能力や適性を検討する前に、“できない理由”だけが考えられていました。

このことは企業だけの話ではありません。一部の障がい福祉施設や大学についても、十分な能力評価がされないまま可能性が閉ざされてしまうことがあります。

近年、大学では障がいのある学生への支援が進んでいます。私が二十数年前に進路指導をしていた頃は、車いすを利用する受験生に対して「施設設備の問題で受入れが難しい」と言われるケースも多くありましたが、現在では教室や通路のバリアフリー化が進み、ほとんどの大学で車いす利用者の学びを支える体制が整えられています。また、聴覚障がいのある学生への情報保障や、さらには発達障がいのある学生へのコミュニケーション支援も広がっています。しかしその一方で、視覚障がいへの理解や支援については、まだまだ十分とは言えない状況があります。点字文書や音声データの提供、点字ブロックや音声案内等を使った学内の移動サポート、ICT 機器を用いた授業など、具体的な支援方法があるにもかかわらず、それらが十分に認知・活用されていないために、「対応が難しい」という結論が先に出てしまうことが少なくありません。



そのような状況のもと進路指導部では、企業や治療院、大学、福祉施設などへ直接足を運び、できるだけ視覚障がいのある方たちの実際の姿や支援方法を伝えるように努めています。音声読み上げソフトを入れたパソコンを使って仕事をする人、駅員の支援を受けながら電車通勤をする人、大学で各方面の専門分野を学ぶ人、盲学校で教員として勤



める人など、数は多くありませんが社会のさまざまな場面で活躍している方がいます。障がいそのものではなく、一人一人の能力と可能性に目を向けていただくことを伝えています。

それでもなお、企業や大学の担当者から「前例がないので難しい」と言われることがあります。そのようなときは、「ぜひ一緒に前例をつくっていただけませんか」とお願いしています。そして、少しでも関心を寄せていただいたところとは対話を重ね、どのような配慮や支援があれば安心して学び、働くことができるのか、また、どのような場面で能力を発揮できるのかについて、来校していただき共に考えています。



また、本校では進路指導部だけでなく、校長・教頭をはじめ、理療科を中心とした教員が夏季休業中に三河地区の公共職業安定所、市役所、社会福祉協議会、医師会などに出向き、盲学校を正しく知っていただくための広報活動をしています。さらに、学校ホームページや新聞、地元ケーブルテレビなどのメディアを通して、学校の教育活動や幼児児童生徒の活躍の様子、体育的行事や美術展の取組などについても積極的に発信しています。

これらの活動は本校だけでなく、他の多くの盲学校の教員も同じ思いで取り組んでいるはずです。視覚に障がいのある方々が当たり前に学び、働き、そして自分らしく生きることができる社会に近づけるために、これからも学校全体で一つ一つの“前例づくり”に挑戦していきたいと考えています。

お知らせ と アンケート

　これまでの進路情報「DREAM」のバックナンバーにつきましては、学校ホームページに掲載しています。下記 QR コードからリンクしていますので、ぜひご覧ください。

　また、進路情報「DREAM」についてのご感想やご意見、今後記事にしてほしい内容などがあれば、ぜひお知らせください。今後の紙面作りの参考とさせていただきます。下記 QR コードからアンケートフォームにご記入ください。