

歩行訓練セミナー（3）

歩行訓練関係用語集

日本ライトハウス 職業生活訓練センター

芝田 裕一

昭和56年度の歩行指導員養成講習会（第11期）が終了した時点で講習会修了者は163名となり、また、昭和52年11月に日本視覚障害歩行訓練士協会が発足して現在まで5回の研究会を開催するなど、「歩行訓練」は、指導員の資格問題など多くの問題点をかかえながらも着実に発展をみせている。しかし、歩行訓練が定着してから十数年の間にその指導方法はある程度変化してきており、また、各技術などの用語についてもその名称、意味等についてバラバラに使用されている傾向がある。そこで、用語の面で現在までの歩行訓練をまとめる意味で、歩行訓練に関する主な用語を集めてみた。ただ、一般的に通用する「信号」、「交差点」、「横断」等の用語は省いた。また、その用語についてさらに詳細な説明、解説が必要な場合は、「視覚障害者のためのリハビリテーション I 歩行訓練」（日本ライトハウス、職業・生活訓練センター著）を参照されたい。

1. 歩行訓練（Orientation and Mobility Training）……視覚障害者が一つの場所から他の場所へ自分の位置と目的地の位置を定めながら安全かつ能率的にそして美しい姿勢で移動できるようにする訓練。
2. 定位（Orientation）……環境内の自分の位置と目的地の位置を残存諸感覚や自分の持つ概念によって定めること。定位には、主に、ベアリングした際に自分の位置を定める「ベアリング定位」とコースの選択やそのコース上における自分の位置を定める「コース定位」の2種類がある。
3. 移動（Mobility）……一つの場所から他の場所へ安全に移動すること。
4. 直杖（Long Cane）……おりたためない1本杖。直杖はその使用者の身長や歩速などによって長さが定められるが、一般的にはみぞおちの2～3cm上が最適である。
5. おりたたみ杖（Collapsible Cane・Folding Cane）……直杖に対しておりたためる杖。長さは直杖と同じが望ましいが、直杖より強度や耐久性の点で劣る。

6. 手がかり・情報 (Clue)……自分の位置や目的地の位置などの判断や進行方向の維持等のために利用できる音、におい等の感覚的刺激。たとえば、車音、風、地面の凹凸等。
7. めじるし・ランドマーク (Landmark)……定位のための必要な手がかり(Clue)の中で、その位置、意味などがよく知られているもの。たとえば、何かを発見するために必要な鉄板やポール等の信号(Sighn)となるもの。
8. 音源定位 (Sound Localization)……その音の方向及び、音までの距離を判断すること。
9. 概念 (Concepts)……物体、環境、状況などの特徴を抽象的に一般化して、心的イメージとしてとらえること。
10. すみ切り……交差点の角のななめに切つてある箇所。
11. 角の方角 (Directional Corners)……交差点の4つの角における方角。北東、北西、南東、南西。
12. コース・ルート (Course・Route)……地域の中で出発地点から目的地までの道順。
13. 逆コース (Reverse Route)……目的地から出発地点へ戻る道順で来た時と同じもの。
14. ベアリング (Veering)……歩行中に、本人の意志とは関係なく、進行方向からそれてしまうこと。
15. 進行方向 (Line of Direction)……今いる位置から進もうとする直線の方向。
16. 方向維持 (Maintaining a Line of Direction)……自分の進もうとする方向に向けてベアリングしないよう維持すること。
17. ファミリアリゼーション (Familiarization)・(ファミ(Fam)と略す。)……未知の地域あるいは場所を説明により既知の状態にすること。つまり、新しい場所(地域)を説明すること。

18. 手引き (Sighted Guide)……………視覚障害者が暗眼者の肘をつかむことによって安全に誘導される方法。
19. ハイネズブレイク (Hines Break)……………視覚障害者が背中をかかえられたり、後から押されたり、その腕をかかえられたりする誘導方法を、暗眼者の肘をつかむ「手引き」による誘導方法に変更すること。
20. 方向のとり方(平行) (Direction Taking)……………壁など直線方向を示唆する物体や障害物と平行にたち、腕を前後に振ることなどによって壁と平行の方向を定める方法。
21. 方向のとり方(直角) (Squaring Off)……………壁などの面に背や足をつけることによって、壁と直角の方向を定める方法。
22. 防御 (Hand and Forearm Technique)……………腕や手を有効に使用して、突出物から身体を保護する方法。上部防御と下部防御の2種類がある。
23. 上部防御 (Upper Hand and Forearm Technique)……………一方の手を肩の高さに上げ、肘の角度が約110°になるようその前腕を内転させて、身体の上部を保護する方法。
24. 下部防御 (Lower Hand and Forearm Technique)……………一方の手を、身体から10～15cmくらい離して下方に下げることにより身体の下部を保護する方法。
25. 伝い歩き (Trailing)……………壁などの面に指を軽くふれながら歩行すること。
26. タッチテクニック (Touch Technique)……………白杖の操作において、地面を軽くたたくようにして白杖を左右に振ること。
27. リズム歩行訓練……………タッチテクニックで静止しての白杖の振りの後、歩きながら、リズムカルに白杖を振る訓練。
28. 直線歩行訓練……………リズム歩行の後、進行方向を維持しながら歩く訓練。
29. 白杖による防御 (Diagonal Technique)……………白杖を身体の前方で斜めに保持することによって身体を突出物などから保護する方法。

30. タッチアンドスライド (Touch and Slide)……………段差、落ち込み等を発見する際にタッチテクニックを變形させたもので、タッチした後、前方に少しすべらせる方法。
31. 白杖による伝い歩き (Guideline Technique, Shoreline Technique, Touch-and-Drag)……………白杖をタッチテクニックの要領で振りながら、一方を溝、歩道のえん石等に沿わせるようにして歩行する方法。
32. スライド法……………タッチテクニックの要領と異なるものではないが、白杖の先端部分を地面から離さないで、左右に振り回すこと。
33. 障害物回避訓練……………車、看板等障害物を方向を維持しながら回避する訓練。
34. 車回避訓練……………走行中の車を安全かつ能率的に回避するための訓練。
35. Aタイプ訓練……………その視覚障害者が生活する地域での歩行訓練。訓練地域＝生活地域。
36. Bタイプ訓練……………その視覚障害者が生活していない地域での歩行訓練。訓練地域≠生活地域。
37. S D 訓練……………すでにファミリアリゼーションさせた地域で、任意の出発地点 (Starting Point) と目的地 (Destination) を定めて、目的地を発見し、さらに出発地点まで戻る訓練。
38. ドロップオフ訓練 (Drop-off Lesson)……………道に迷った状態を作為的に作り、目的地を発見させる訓練。
39. 援助依頼 (Soliciting Aids)……………未知の地域の歩行時や道に迷った時等、定位のために他の人にたずね、助けをかりること。