

---

## 視覚障害者の一人暮らしについて －初めての一人暮らしを中心として－

筑波大学附属盲学校

池田典子\*

---

### 1. はじめに

筑波大学附属盲学校では、毎年数名の生徒が、卒業後すぐに一人暮らしを始めている。在学中は、寄宿舎に住んでいるか、自宅から通学している場合が多く、ほとんどが初めての一人暮らしとなる。今まで、盲学校という特殊な環境の中で過ごしてきた彼らにとって、一人暮らしを始めるということは、自立した社会生活の第一歩を踏み出すという大きな意味を持っている。しかし、環境が一変した上、自分の責任で行動していかなければならない部分が急激に増えたため、多くの困難を感じているのではないかと思われる。

そこで、ここでは、調査によって視覚障害者が一人暮らしを始めた時に困難に感じた事を明らかにし、それを解決していくにはどのような事が必要なのかを考えていきたい。

### 2. 調査の概要

#### (1) 目的

視覚障害者が一人暮らしを始めた時、どのような事を困難に感じたのか明らかにする。

#### (2) 対象

筑波大学附属盲学校を卒業後、一人暮らしを始めた者（高等部普通科・音楽科、専攻科理療科・音楽科の過去5年間の卒業生46名）を対象とした。

---

\* いけだのりこ 筑波大学附属盲学校 〒112 東京都文京区目白台3-27-6  
電話 03-3943-5421 FAX 03-3943-5410

### (3) 方法

郵送によるアンケートで調査を行った。

### (4) 期間

平成7年7月下旬から9月上旬であった。

### (5) 内容

主に以下の3つの内容について調査を行った。

- ①一人暮らしを始める前の準備段階で困った事（記述式）
- ②一人暮らしを始めてから困った事（記述式）
- ③自分の受けた日常生活訓練に対する評価および要望（選択式・記述式）

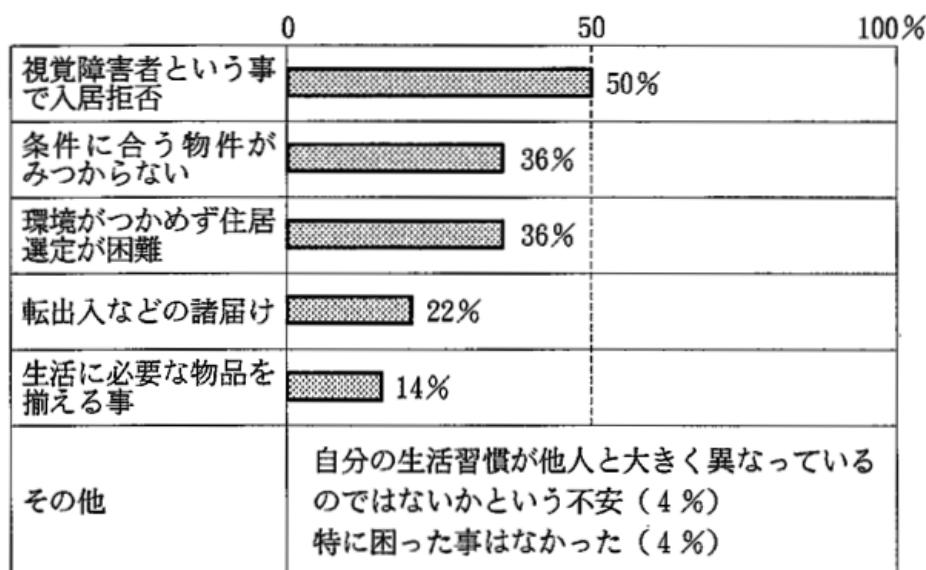
## 3. 調査の結果および考察

アンケートを発送した46名中、28名から回答を得られた（回収率60.9%）。

なお、回答は複数回答である。

### (1) 一人暮らしを始める前の準備段階で困った事

図1は、一人暮らしを始める前の準備段階で困った事を表している。上位3



「一人暮らしを始める前の準備の段階で、困った事はどんな事でしたか。」

図1 一人暮らしを始める前の準備段階で困った事

つが住居の選択・契約に関する事であり、多くの視覚障害者がまず住居を探す段階で困難にぶつかったことがわかる。特に、視覚障害者であることを理由に入居を拒否された者が50%と多い。拒否の理由としては、「ガスを使うなら危ないので入居してほしくない」「目が見えないので火の元が不安である」「屋上があるので落ちると危ないので入居してほしくない」などがあげられている。中には、視覚障害者ということだけで取り合ってもくれない不動産屋や大屋もあった。快く部屋を貸してくれたり、協力的に対応してくれた人もいるが、まだまだ視覚障害に対して偏見をもっていたり、誤った理解をしている人々が多いといえる。

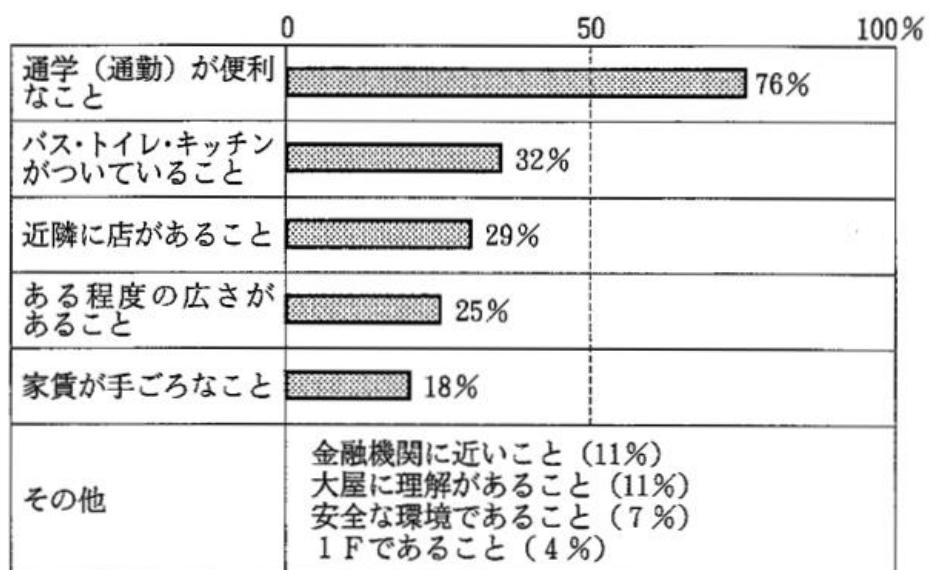
転出入の届け、電話の契約などの諸手続きについては、一人暮らしを始めるに当たってどのような手続きをすればいいのかがよくわからず、それを調べることが大変だったようである。実際の手続きは晴眼者と一緒に行ったり、役所の人に代筆をしてもらったりしてすませた者多かった。

図2は、今の住居を決めた時に重視した条件を、図3は実際に住んだ後に、重視するべきだと思った条件を表している。

図2に示されている通り、今の住居を決めたときに重視した条件としては、「通学（通勤）が便利なこと」が76%と圧倒的である。その内容は「駅またはバス停まで歩いて行けること」が最も多く、「乗り換えをしないで学校（勤務先）まで行けること」「歩いて学校（勤務先）まで行けること」と続いている。

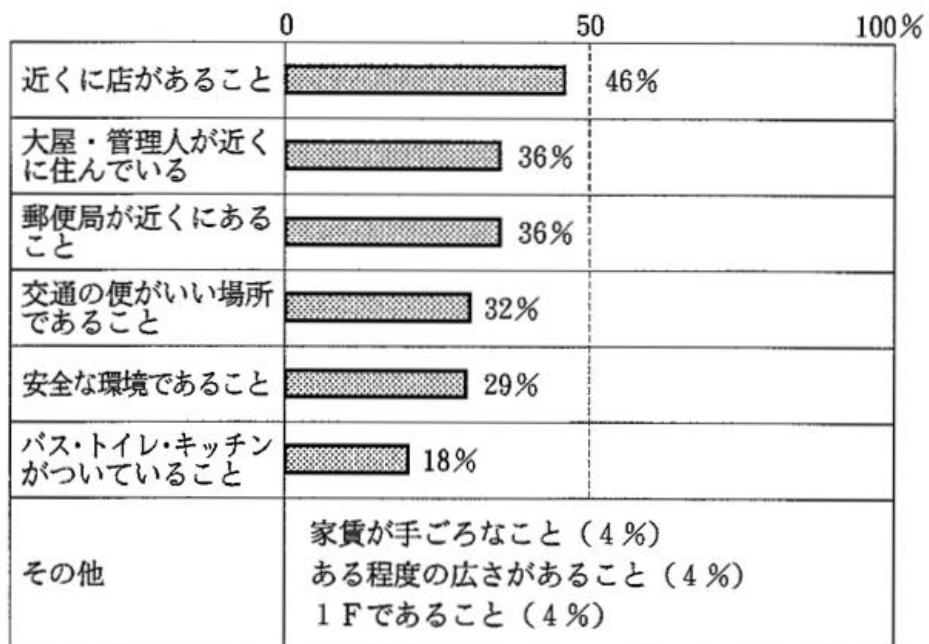
それと比べ、図3の方は、図2ほどはっきりとした傾向がみられず、意見が分かれている。これは、個人のライフスタイルや価値観の違いが表われたものと考えられる。その中には、視覚障害があるためと考えられる条件もあるのでなぜその条件があげられたのか注目したい。例えば「大家・管理人が近くに住んでいること」は、墨字の処理などをよく手伝ってもらっているため、「郵便局が近くにあること」は、点字図書の返却に頻繁に利用するためなどである。

「近くに店があること」をあげた者の中には、スーパーマーケットは便利な面もあるが、時間帯を選ばなければならなかったりして利用しにくいという理由で小売り店を望む者が多かった。また、「安全な環境であること」については、「駅が近いという事で選んだが、込み入っていて非常に歩きにくいし、危険で



「あなたが今の住居を選んだ時、どんな条件を重視して選びましたか。」

図2 住居を選んだ条件（実際に住む前）



「実際に住んでみて、視覚障害者が一人暮らしをするための住居を選ぶ時には、どのような条件を重視するべきだと思いましたか。」

図3 住居を決める時の条件（実際に住んだ後）

ある」「路上に自転車がいつもたくさん止められていて歩きにくい」「街灯がない」などの記述があり、住居を選ぶ際の環境の把握が不十分だったという問題点がある。

住居を決める時の条件は、自分が生活の中で何を重視したいのかによって変わってくる。今回の調査で、図2と図3の間にかなりの違いがみられたことは、それは実際生活してみてはっきりしてくるのだということを示している。つまり、実際に一人暮らしを始める前に明確につかむことは難しいということになるのだが、図1からもわかるように住みかえるのは、かなり困難だと予想されるので、今回の調査結果や、既に一人暮らしをしている視覚障害者の意見を参考にして、各々が十分に検討してみる必要がある。

## (2) 一人暮らしを始めてからの困難について

表1は一人暮らしを始めてから困ったことを表している。「普通文字の処理」に関する困難をあげたものが43%と一番多い。特に、郵便物の内容をすぐに確認できないことで困っているようだが、いろいろと工夫して処理している例もみられた。例えば、郵便物については管理人にダイレクトメールかどうかという程度の仕分けを頼んでいるとか、FAXで信頼できる人に送って電話で読んでもらうなどである。このように晴眼者の協力をうまく得ることも解決の方法の一つだといえる。次に困難だと答えたものが多かった「買い物」についても同様のことがいえる。しかし、実際のところ、盲学校という視覚障害者に対する配慮がなされていた環境から、急に晴眼者中心の社会の中にはいっていくことで多くのとまどいを感じ、うまくいかないことが多いようである。これらの困難をできるだけなくすためには、盲学校に在籍している間に、意図的に晴眼者と関わりを持つ機会をつくり、様々な場面を体験させておく必要があるだろう。

日常生活の中でどんなことを困難と感じるかは非常に個人差のあることであるし、生活していく中では新たに様々な困難が生じてくる。だから、一人暮らしに入る前の指導としては、「困難に出会ったときの、解決方法を考える力、それを実行できる力を養う」という視点にたつことが大事だと考える。

表1 一人暮らしを始めてから困った事

「あなたが一人暮らしを始めてから、日常生活の中で困った事はどんな事でしたか。」

	主な内容
普通文字の処理 43%	<ul style="list-style-type: none"> <li>郵便物は、人に読んでもらわなければ内容がわからないので、確認が遅れる。</li> </ul>
買い物に関して 39%	<ul style="list-style-type: none"> <li>店内の商品配置がわからない。</li> <li>店の人に遠慮して、必要最小限の物しか買えない。(時間を拘束するから)</li> <li>衣類の購入は、店員によってアドバイスが異なりするので、迷ってしまう。</li> </ul>
周辺環境の把握 36%	<ul style="list-style-type: none"> <li>とにかく新しい生活環境であるから、どこに何があるのか理解するのが大変である。</li> </ul>
食生活に関して 36%	<ul style="list-style-type: none"> <li>いろいろな調理法、保存の工夫、盛りつけの方法などがわからない。</li> <li>食事のマナーがきちんとしているか不安である。</li> </ul>
身だしなみ 36%	<ul style="list-style-type: none"> <li>洋服の汚れがわからない。</li> <li>洋服の色の組み合わせ、化粧がおかしくないか不安である。</li> </ul>
勧誘などの対処 21%	<ul style="list-style-type: none"> <li>変な人がついてくる。</li> <li>宗教の勧誘がしつこい。</li> </ul>
その他	<p>金銭の管理について (11%)      健康管理について (11%)      住居の管理(掃除など)について (7%)      孤独感・人間関係について (7%)      特に困った事はない (4%)</p>

### （3）自分の受けた訓練に対する評価および要望について

筑波大学附属盲学校の高等部・専攻科における養護・訓練の指導は、日常生活技術（歩行、日常生活動作）、コミュニケーション技術、情報処理技術を主な内容として行っている。1年生は必修科目として全員が、2年生以降は選択科目として希望者が履修することになっている。その中で、日常生活動作訓練は「一人暮らしにそなえて」という理由で履修する者が多く、個人のニーズに合わせて指導を行っている。また、実際に一人暮らしをすることが決まった者に対しては、個別に日常生活動作や通学ルートの指導などを行っている。

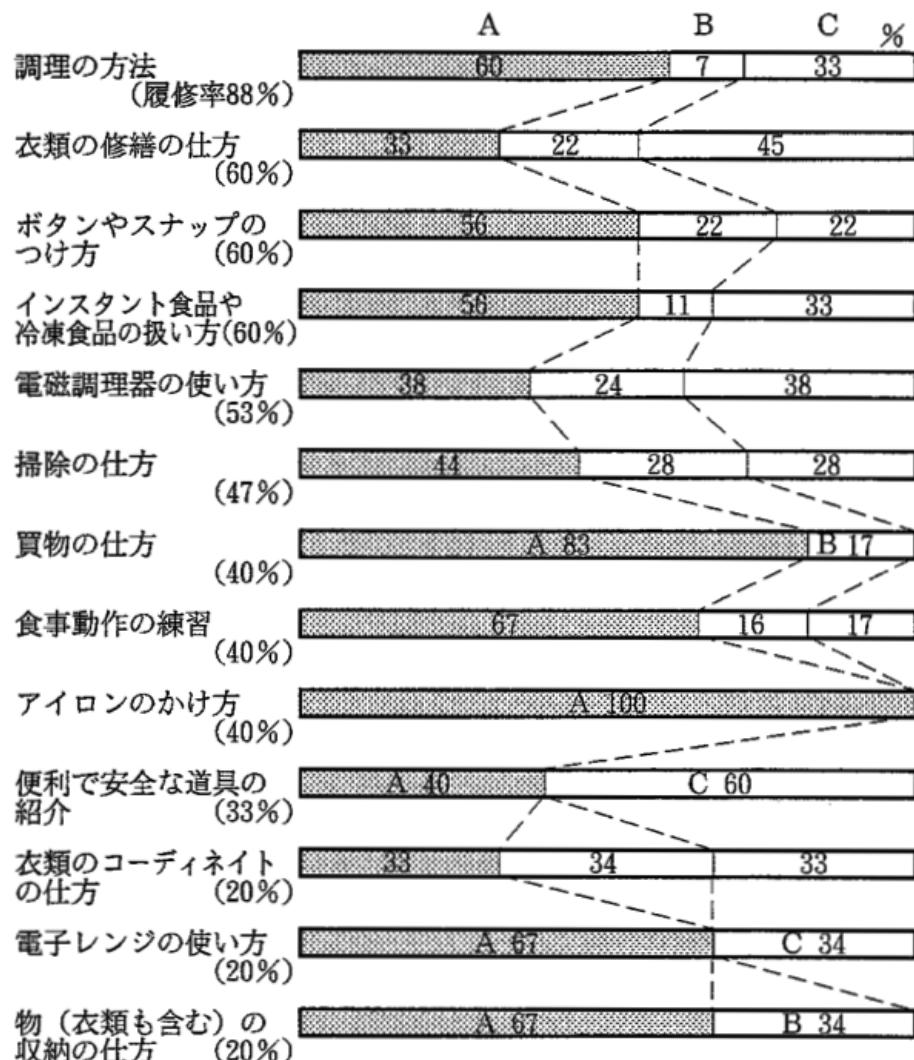
そこで、自分が受けた日常生活動作訓練についての内容と評価をまとめたものが図4である。履修率の違いなどもあり、一人暮らしに備えて有効な訓練は何と一概にはいえないが、訓練を始める前の話し合いを大事にしていくことが個人のニーズに合った有効な訓練につながっていくということがわかる。例えば、「アイロンのかけ方」については、役に立っていると評価した者が100%であり、個人のニーズと指導内容がうまくかみ合った例だといえるだろう。

ただ、生徒にとっては、一人暮らしは未知のものであり、自分にとってどんな訓練が必要なのかを的確に判断することは難しいと思われる。そこで、今回のアンケート調査の結果や、経験者の話などを参考にして、一人暮らしというものに対するイメージをできる限り明確にもたせたい。

また、訓練の内容に対する要望としては以下のようなものがあげられている。

- ・金融機関の利用の仕方。
- ・金銭の管理について（家計簿のつけ方なども）。
- ・福祉サービスについて（基本的知識・利用の仕方）。
- ・一人暮らしを始めるときに必要な手続きの種類とやり方。
- ・いろいろな場面での食事動作。
- ・避難の仕方。

なるべく個人にとって有効な訓練をするためにも、指導者としては生徒からのフィードバックで自分の指導を評価しながら、常に新しい情報をとりいれるよう心がけていたい。



「あなたが受けたADL訓練について、一人暮らしをする上で役立っているかどうかという視点で評価の記号を記入して下さい。」

- A : 役に立っている
- B : あまり役に立っていない
- C : どちらともいえない

図4 日常生活動作訓練に対する評価

#### 4.まとめ

今回の調査を通して、視覚障害者ができるだけ円滑に一人暮らしを始めるためには、次の3つの問題を解決していく必要があると考える。

ひとつは、視覚障害者に対する福祉サービスの充実の問題である。視覚障害者がサービスを受けたいと思った時にすぐに受けられる体制が整うことが必要であろう。例えば、住居周辺の環境が把握できない時、ファミリアリゼーションを依頼するといった利用が全国どこでも可能になって欲しいと思う。また、教育・社会福祉の連携が非常に大事であり、これがスムーズに行われることにより、より効果があがると思われる。

2つめは、社会の人々の視覚障害者に対する理解の問題である。今回の調査で、視覚障害者ということで入居の拒否にあった者が多かったことが明らかになった。そして、その拒否理由から視覚障害者に対する偏見や誤った理解が根強い事を感じさせられた。社会の人々が視覚障害者に対して正しい理解を持ち、どのような点を援助すればいいのかを考え、行動してくれるようになれば、視覚障害者の困難は非常に少なくなると思われる。すぐに社会の人々の意識を変えることは難しいが、視覚障害者自身や我々関係者のまわりにいる人達、そしてそのまわりの人達というように徐々に正しい理解を持つ人を増やしていくことは可能だと思う。実際、盲学校に、視覚障害者と接する機会を持ったことがきっかけでボランティアをしたいと申し出くださる方もいることから、少しづつ努力を積み重ねることがやがては社会全体を変える動きになっていくと期待する。

3つめは、視覚障害者自身の能力の問題である。自分で困難を解決する方法を探し、それを実行できる力が大事であると考える。この力がなければいくら福祉サービスが充実して、社会の人々が理解を示してくれても、視覚障害者の自立・社会参加は難しいのではないだろうか。

そのためには、自分が一人でできることと、人の手を借りなければならないことについての自己評価ができなければならないし、情報を利用する力、人のコミュニケーションの力など様々な力を身につけていなければならないだろ

う。この力をできるだけ一人暮らしを始める前に身につけさせる事が必要であり、盲学校における指導の重要な点ではないかと考える。

### 5. おわりに

障害者と健常者が共に生きる社会づくりの声が盛んに聞かれるようになって いる。しかし、今回のアンケート調査を通して、視覚障害者の自立・社会参加にはまだまだ厚い壁が残されていると感じさせられた。急に大きな変化は求められないが、少しずつ努力を続けることにより、障害者が地域の中で暮らしやすくなっていくだろう。私も微力ではあるが、視覚障害者の自立・社会参加にむけて努力を続けていきたいと思う。

また、今回のアンケートは困難な事を中心をおいたが、機会があれば、周囲の人とうまく関わり合っている事例などを調べてみたいと考えている。

### 参考文献

- E&Cプロジェクト編 1993 朝起きてから夜寝るまでの不便さ調査. 日本点字図書館.
- 児島蓉子・奥野英子編著 1994 新・社会リハビリテーション. 誠信書房.
- 関宏之 1994 障害者問題の認識とアプローチ. 中央法規出版.
- 芝田裕一編著 1994 視覚障害者の社会適応訓練第2版. 日本ライトハウス.
- 芝田裕一 1995 平成7年度教育関係者歩行訓練研修会視覚障害者リハビリテーション論資料集.
- 視覚障害日常生活訓練研究会編 1991 視覚障害者の日常生活訓練. 日本点字図書館.
- 山田幸男・小野賢治 1989 視覚障害者のリハビリテーション. 日本メディカルセンター.