視覚障害スキーヤーへの援助指針
－ブラインドスキー・サポートガイドラインの作成を通して－

（１）七沢自立支援ホーム　（２）かながわブラインドスキークラブ
〇矢部健三（1）　市川健太（2）　白崎正彦（2）　高木麻理子（2）　丹野美有紀（2）

【はじめに】

かながわブラインドスキークラブ（以下「当クラブ」）では、視覚障害スキーヤーを支える晴眼スキーヤーの育成を目的に、「ブラインドスキー・サポートガイドライン2017年版」を作成した。今回はこの作成経過と内容を紹介する。

【方法】

当クラブ内にガイドライン検討ワーキンググループを立ち上げ、2017年6月から9月まで、毎月1回検討会を開催した。ガイドライン作成に当たっては、過去に当クラブでまとめたスキー誘導法のマニュアルの他、視覚障害者スキーに関連する文献をいくつか参照した。

【結果】

スキー滑走時の誘導法だけでなく、視覚障害者への基本的な接し方や、事前準備から滑り終わるまでの流れを紹介するように編集した。

スキー誘導法については、視覚障害スキーヤーの見え方や滑走技術、ゲレンデ状況によって望ましい形が大きく異なるため、「マニュアル」として誘導法を限定するのではなく、後方前向き誘導法、前方前向き誘導法、前方後ろ向き誘導法、ストック誘導法、ムカデ誘導法など基本的な誘導方法を指針として紹介するにとどめた。

付録として、視覚障害スキーヤーに技術アドバイスを行う際の注意点や、初めてスキーに挑戦する視覚障害者への指導法も紹介した。

【おわりに】

イラストを多用することで、わかりやすく親しみやすい「ブラインドスキー・サポートガイドライン」を作成することができた。今後は、当クラブ内で視覚障害スキーヤーを支える晴眼スキーヤーの育成や技術向上に活用するとともに、当クラブホームページなどで広く公開し、視覚障害者のスキー環境の充実・発展に繋げていきたい。

「ブラインドスキー・サポートガイドライン2017年版」の目次

１．ブラインドスキーってなに？
２．ブラインドは全く見えないの？どんなことが苦手なの？
３．さあスキーだ！その前の準備
４．ゲレンデへ移動しよう！
５．ゲレンデに出たらまず…
６．リフトに乗ろう！
７．さあ滑ろう！
８．スキー誘導の種類と特徴
９．誘導の声掛けはどんなふうにしたらいいの？
１０．雪上以外でのサポート
１１．安全にスキーを楽しむために！
１２．お疲れ様!宿に戻ってきたら？
付録１　技術アドバイスの方法
付録２　ブラインド初心者への指導法

誘導の基本姿勢

一緒に歩く時は、ＰはＢの斜め半歩前に位置し、Ｂに肘か肩を握ってもらいます。
脇を開けたり、腕を振り過ぎずに自然に歩きましょう。
常に繋がった状態で、引っ張ったり、後から押したりしないようにしましょう。

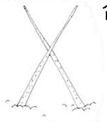
リフトへの乗車

リフトに乗る時は原則としてＰが支柱側、Ｂが外側になるようにしましょう。
搬器が近づいたら「せーの、ハイ！」「３，２，１、はい！」などの声を掛けて乗車します。

乗車に自信が持てない時は、遠慮なく係員にリフトのスピードを落としてもらいましょう。

停止する声掛け

「止まれ」の指示は、早めに出し、できれば左か右に回転させ最大傾斜線に対して９０度以上の角度を作り、止まれるように指示します。
前方１０メートル以内に立ち止まっているスキーヤーなどの障害物がある時は、基本的に一旦止まることを指示します。
停止した後は、他のスキーヤーの邪魔にならないよう、速やかにゲレンデの端へ移動しましょう。
緊急の場合は強く速く「止まれ！」と指示します。それでも間に合いそうにない時は「転べ！」などと指示します。
緊急時の指示についても、予めＢと話し合って決めておきましょう。



触れて・触れさせてのアドバイス

言葉によるアドバイスに加え、Pの身体をBに触ってもらい、フォームや動作を理解してもらうのも有効です。
また逆に、Pが手や脚などBの身体に触れてフォームや動作を矯正するのも必要です。

※Pは晴眼者、Bは視覚障害者を表す