

教室や学校内の環境づくりのポイント

(1)はじめに

弱視の児童生徒は「見えにくいが、頑張れば見える」という状態が少なくありません。見ることに精一杯になって疲れてしまわないように、学習環境を整えることは、疲労を軽減し、学習意欲を支えるうえでとても大切です。

今回は、明るさや色、コントラストを中心に、環境づくりのポイントをお伝えします。環境を整えることで、本人を支えるだけでなく、周囲が「どうサポートすればよいか」を知るきっかけにもしていきたいものです。

(2)明るさへの対応(照度と遮光のポイント)

弱視の児童生徒は、光によるまぶしさに非常に敏感な場合があります。太陽光が直接教室内に差し込む状況では、窓側と廊下側との照度差が非常に大きくなります。まぶしさを感じる子どもの対応としては、ブラインドやカーテンで遮光し、照明により均一に照度が保たれるように配慮することが大切です。逆に暗さを感じる子どもの対応として、自然光や照明だけは明るさが不十分な場合には、補助照明や個別照明を使用し照度を保つことが考えられます。

遮光の度合いや必要な照度は子どもによって異なるので、個別の対応が必要です。天候や照明の条件によって教室内の家具等の表面が光っていないか、確かめておくといよいでしょう。特に机は、色、表面のつや消しなどに留意することも大切です。

(3)色やコントラスト

対象物(文字や物)と背景とのコントラスト(明暗の差)を大きくすることで、物の存在や輪郭を分かりやすく目立たせることができます。明るい色と暗い色の「明度差」や、色相関で反対側にある「補色」を利用するのが効果的です。代表的な組み合わせとして、「白」と「黒」、「黄色」と「黒」、「黄色」と「青」などが挙げられます。板書の場合、黒板では白や黄色、ホワイトボードでは黒や赤、青を使用するとコントラストが高いと言われています。

下足箱やロッカーなど同じ形が複数並んでいるものや段差のあるところでは、弱視の児童生徒が見やすい色のテープを貼ったり、塗装したりして、コントラストを高めることで、見つけやすさが向上します。下足箱やロッカーなどは、環境に慣れるまで、見つけやすい位置に設けることもおすすめです。また、自分の持ち物や備品にもわかりやすいように、黒地に白文字で記名する、シールを貼るなどの工夫をすることで、自分の持ち物を自分で管理しやすくなり、周囲の理解や啓発にも繋がります。

(4)屋外・校舎外での環境整備や配慮について

弱視児童生徒がグラウンドや校舎外で活動する際にも、いくつか工夫できるポイントがあります。

1. 日差しへの配慮

他の児童生徒よりも太陽光を眩しがる場合は、サングラス、つば付きの帽子、サンバイザーなどの着用がおすすめです。説明や指示をするときは、児童生徒が太陽を背にする配置(逆光にならない配置)で行うよう意識しましょう。

2. 見えやすさの工夫

地面の白線だけでは見えにくいことがあるため、コントラストの明確なカラーコーンを置くと目印として機能します。ボールやゼッケンを使う際は、地面の色と同化しないはっきりした色を選ぶと見えやすくなります。

3. 障害物・固定物の安全対策

サッカーゴール、用具入れ、フェンスなどの固定物がある場所は、事前に児童生徒と一緒に位置を確認しておきましょう。ぶつかる危険がある箇所には、緩衝材(クッション材)を巻く、カラーコーンを置いて注意が向けられるようにするなどの対策が有効です。

4. 通路・動線の確保

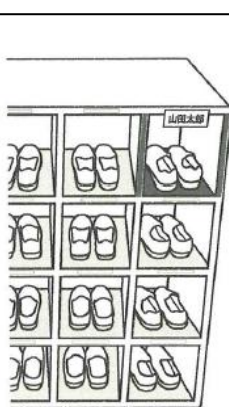
登下校時や移動時に児童生徒が通る場所では、用具や植木鉢などが通路を塞がないよう、日常的に整理整頓を心がけましょう。

(5)おわりに

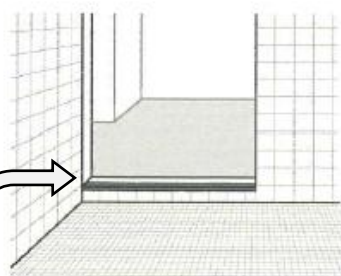
一人ひとりの見えにくさには、視力だけではなく、視野、光や色の感じ方など様々な要素がかかわります。視力が0.3未満であれば、通常学級の一番前の座席でも黒板の文字が見えにくく困難が生じます。(もちろん、文字の大きさにもよりますが。)では、どんな環境にすると、困難が少なくなるでしょう？視野が狭い児童生徒であれば、その狭さによっても異なりますが、一度に見える範囲が狭いため、顔を動かして見るでしょう。そのため、情報を得るのに、または、全体の中から必要な部分を探すのに時間がかかるでしょう。探しやすくするために、目立つ目印をつけるという工夫があるかもしれません。

まずは、児童生徒の見えにくさを知ることから始め、これまでに紹介した環境づくりのポイントを参考にしながら、個々の児童生徒が見えやすい学習環境を整えましょう。

・わかりやすい位置に配置。



・テープや塗装などで、
コントラストを高める。



「書見台」

・傾斜があることで、見たい本や書類が顔に近づくため、姿勢の崩れと身体への負担を防ぐことができます。