

☆みんなのアイマスク体験☆

- ・自分が思っているより、とても難しくて歩いている時のなぞの緊張感がありました。なので電車や道端で困っている人がいるなら助けないといけなと感じました。
- ・私はアイマスク体験を通して自分とは少し違う人のことをより深く考えることができました。アイマスクをつけて目の前が見えない状況は自分が思っていたよりも動きにくく怖かったです。補助の人がいないときと歩くこともままならないと思いますし、これで自分が知らない道や、危険の多い場所を歩くと考えるとその苦勞が伝わってきます。なので、これからは積極的に人助けをしたいなと思いました。
- ・目が見えているときにこの平らな道はいけると思っているアイマスクをして目が見えない状態になると、その道でも感覚や自分がどこへんにいるかなどが分からなくなり不安になりました。白杖を実際に使ってみると、安心感がすごかったです。
- ・私はアイマスク体験を通して改めて目が不自由な人の大変さを実感しました。私たちが体験したのはアイマスクだったので下に光があることが見えていたのもまだ安心していたのですが、目が不自由な人で少しの光も見えない人だったら私が体験した以上の恐怖を常に感じていると思うと本当にすごいなと思いました。この体験で一瞬だけでも目が不自由な人の立場になってみると自分はすぐにできることでもその人にとってはすごい高い壁なんだろうなとかまで今まで何も考えず歩いてた道でも使いにくいかなどいろいろな発見があってよかったです。
- ・見えるのが当たり前になっていてアイマスク体験で視覚障がい者の方たちがどれだけ不安で怖いのがよく分かった。人は視覚に頼りすぎていることに気付いた。点字ブロックの上に自転車などを置いてはいけない。話しかけるときは正面から声をかけるということを学んだので気を付けたい。
- ・この体験を通して目の見えないのはこんなにも大変だし怖いんだと学ぶことができました。この経験を活かして積極的に声掛けやサポートをしようと思いました。貴重な体験ができてよかったです。
- ・今回の体験で自分は障がいのある人を積極的に助けたり席を譲ったりしようと思いました。貴重な体験をありがとうございました。
- ・今回はアイマスクをつけ、ガイドをつけて障害物をよけて歩くという体験をしました。最初は全然歩けるだろうとおもっていましたがアイマスクを付けたとたんに何があるかわからないという不安ができ上手く歩けませんでした。しかも、実際には車や自転車などの動く障害物もありどれだけ障がい者の方が苦勞しているのかがすごくわかりました。なのでこれからは今回学んだことを活かしていきたいです。
- ・私がアイマスク体験を通して学んだことは、目が見えない状態で階段を上ったり下りたり、障害物がないかを探しながら歩くのはとても難しいと思いました。体育館は普段から見えていたし、障害物もはじめに見てほしいの位置などはわかるけど、幼いころや生まれつきなどで目が見えないととても難しいし、不安だと思います。これからは、点字ブロックなどを意識しながら過ごそうと思いました。

- ・アイマスク体験をしてみて、まず目が見えないことは怖いと思いました。また、移動介助の人がいることがとても心強いとも感じました。いつもは何とも思わない階段の上り下りはつまりくのが怖く、くつ下の脱ぎはきも難しく感じました。白杖も移動介助と同じくらい、コースを進むうえで重要なものだと思います。目の不自由な方はこのようなことを毎日感じていることを理解し、困っていそうなときは移動介助などをして手助けしたいと思いました。このような体験ができてよかったです。
- ・自分がアイマスクをつけて歩いた時に感じたことは物がどこにあるかわからなくて少し怖くて目の不自由な人がどれだけしんどいかを知れてとてもいい体験になったなと思います。もし自分が視覚障がいの人に出会ったら少しでも力になれるようにしていきたいです。
- ・目の見えない方々が思っていた以上に苦勞し、不安だと理解しました。アイマスクを着用して歩行すると、何も見えていない状態なので、白杖を持っていたても不安でこの状況がずっと続いている目が不自由な方々はとても大変なんだと思いました。体験するまでわからなかった相手の心情を理解するよい体験ができました。
- ・アイマスク体験を通して、障がいの大変さを実感しました。アイマスクをしたら前が何にも見えなくなり目が見えない人のつらさを知ることができ、次から歩いているときに困っている人がいたら助けていきたいと思いました。このような貴重な体験をありがとうございました。
- ・誘導する側もされる側も難しいと、体験してみて分かりました。アイマスクを着用しているときは、すごく不安になるし、どこに何があるのか、まったくわからなかったのが怖かったです。パートナーとの信頼関係が必要だと感じました。誘導する側のときは、向きを正確に伝えるのが難しかったです。相手にわかりやすく説明するのにこんなに苦戦するんだと実感しました。この体験を通して、少しだけだけど、目の見えない方の気持ちがわかったと思います。ありがとうございました。
- ・思ったより不安感が強くて、階段や不安定な道よりも、平坦な道の方が平行感覚がつかめず、どこに進んでいるかなど、まわりに何も無い方がとても不安になりました。誘導する方も見えない人との距離がとても分かりづらく、近すぎるとあるきづらくなったり、遠すぎてもダメという感じで、歩くスピードもしっかり合わせることが大事なのだと思います。今までこのような経験をしたことがなく、こんなにも見えないということが怖いのだと知り、今回のことをしっかり踏まえて、いざというときはできることを全力でします。
- ・目が見えない方がどれだけ不安なのかがわかり、階段やちょっとの段差でも怖くて、平らな道でも周りに何があるのかがわからないから不安でした。白杖がどれだけ大切なのかが分かった。今回の経験をいかしていきたいです。
- ・真っ暗で前に進むのが怖かったけど、声をかけてくれたら、その恐怖が少し和らぎました。声をかける人が少しでも増えたら、目の不自由な人の不安や恐怖が和らいで、手助けができだと思います。声をかけるのは勇気がいりますが、声をかけていこうと思いました。
- ・普段はできることのない貴重な体験だったので、とてもいい経験になったと思います。目の不自由な人たちが普段どのように感じているのかや目の不自由な人たちの気持ちがよく分かりました。これからは街中で目の不自由な人を見かけたら積極的に声かけをして助けてあげたいと思いました。

- ・本日アイマスク体験をして、とても難しいし、怖かったです。でも周りの声かけやつきそいの人
がいたら、少し怖さも減って安心感がとてもありました。だから完璧にできないと思うけど、少
しでも力になるようにこれから気付いたら行動にうつせるように頑張りたいと思います。
- ・“見えない”というのは思ったより恐く、目の不自由な方の生活が少しでも体験できて、普段か
らの生活を気を付けて行動しようと改めて思いました。また、今回の経験をいかし、目の不自由
な人にも声をかけ何事も助けようと思いました。
- ・今日の体験活動で障がい者は強い人だと思いました。僕は少しの間、目が見えなかっただけで一
人では白い棒があっても、うまく歩けなかったけど、目が見えない人は、一人でも歩いててすご
いなと思いました。これからは、点字ブロックの上に自転車が置いていたら、端に移動させます。
体験活動に協力してくださった先生ありがとうございました。
- ・アイマスク体験を通して、目の不自由な人がものすごく歩くのが怖いということが分かりました。
点字ブロックの上などに自転車が置いてあると、歩く邪魔になるので、見かけたらどけていきた
いです。
- ・私はアイマスク体験を通して、目が見えないとこんなに不安なんだと改めて実感しました。暗
いところだとあまり壁とかの感覚もつかめないし、せまいところや靴をはくなど全然どこに何が
あるかわからなくて怖かったです。この体験を生かしてこれから困っている人がいたら助ける。
点字ブロックの上に自転車などを置かないなどを心がけようと思いました。貴重な体験をさせて
いただきありがとうございました。
- ・目が見えなくなるとということがすごく怖いと気づきました。そして、これからの人生で目の見え
ない人がいれば、自分から助けに行こうと思いました。自分が目の見えない人になってしまっ
ても助けてもらいながら、でも自分の力で生きていこうと思います。ありがとうございました。
- ・普段が当たり前ではないことが分かりました。何かをうめてあげられる人間になろうと思います。
今度困っている人がいたら助けてあげようと思います。
- ・アイマスクで目が見えなくなると、バランス感覚が分からなくなり、フラフラになりました。目
が見えなくなると、視覚だけでなく、他にも不便なことが起こることを知り驚きました。また、
目が見えない人への声かけも難しく、状況に応じて具体的な指示を出すことができませんでした。
今回、目の見えない人の立場や、その人を誘導する人の立場になれたのでこれからは自分の行動
を見直し、気を付けていこうと思います。
- ・想像していたより少し難しかったですが、良い体験でした。障がいのある人たちを理解できるよ
う、こうした体験をもっと整理する必要があると思います。
- ・目の前が見えないという経験は、目の前にあるものが何も見えないので、彼らの困難を理解する
のに役立ちました。