

令和3年度長野県産業教育振興会第二支会助成事業（研究事業）報告書

令和 4年 3月 16日

長野県産業教育振興会第二支会

会長 手塚 仁也 様

所在地 上田市中之条626
(TEL) 0268-22-7070
学校名 長野県上田千曲高等学校

研究者名 知久 朱美



令和3年11月8日付け指令3長産教振二支第3号で交付決定の通知があった令和3年度長野県産業教育振興会第二支会助成金に係る事業を完了したので報告します。

- 1 研究テーマ 身体障害がある人々の多様なニーズや個別性に対応した支援、ツール（自助具）制作についての研究
- 2 助成金の決定額 30,000円
- 3 助成金の実績額 30,391円
- 4 事業完了日 令和 3年 3月 3日

5 研究の成果（資料等を添付、コピー可）

長野県の公立高校として唯一の福祉科（専門科）である本科では、3年生が選択する科目「コミュニケーション技術」において、将来福祉・医療に携わる生徒を対象に、身体障害児者へのコミュニケーションのあり方について学んだ。その過程の中で、高等教育機関や専門職と連携し、ニーズや個別性に対応した支援に触れることで、自ら支援の在り方を検討、実践、有効性の検証することができた。

【連携学習】

- 第1回（10月21日）地域の専門職からのハンドトリートメントに関する講義・演習
- 第2回（10月22日）介護福祉士からのベッド上の洗髪に関する講義・演習
- 第3回（10月29日）視能訓練士からのブラインドメイクに関する講義・演習
- 第4回（11月12日）長野大学教授にからの姿勢保持（自助具・カート）に関する講義・演習

【報告会等】

- 第1回（1月12日）長野県上田千曲高等学校生活福祉科地域福祉研究活動発表会
- 第2回（1月17日）先輩から学ぼう～学年交流授業～（下級生への講義）
- 第3回（2月4日）岡学園アイデアコンテスト（プレゼン動画による審査）

6 感想

障がい当事者との連携学習を多く計画していたが、コロナ禍により変更せざるを得ず残念だった。下級生への講義やプレゼン等の導入で、生徒の思考力・表現力が向上した。また「ものづくり（機械）」と「福祉」の融合について学ぶ機会もあり、幅広くも深い福祉の専門性に触れることができた。

7 添付書類

決算書または領収書の写しなど収支がわかる書類

ハンドトリートメント体験学習

上田千曲 社会生活に生かす奥深さ学ぶ
上曲高生



生徒にハンドトリートメントを指導する永井さん

上田千曲高校の生活福祉科3年生はこのほど、「ハンドトリートメント」の体験学習を同校で行った。講師は上田市住吉のJREC（日本リフレクソロジー認定機構）推奨サロンのセラピスト、永井智子さんで、単に

トリートメント方法だけでなく、社会生活全般に生かすことができると奥深さも学んだ。

生活福祉科では、地域との連携による福祉・介護学習を多く取り入れており、ハンドトリートメントを学年全体で学ぶのは初。担当の知久朱美教諭は「コロナ禍で実習体験が少ないが、福祉は人とのふれあいが必要で、言葉では表せない感情や思いが大事。人と触れる大切さ喜びを思い出し、家族との対話の時間にも役立つほしい」と話す。

永井さんは、上京して技術を学び、JREC認定のトップインストラクター・リフレクソジストや介護、スポーツに対応したアロマセラピストなど数々の資格を持つ。2008年からサロンを始め、トリートメントスクールも主宰。公民館講座の講師や福祉施設など活躍している。

生徒の実習では、使用するオイルの扱い方、ひじから指先までを3つの部位に分け、腕の外側からさするようにつまみ、徐々に指先の方に触れる部分を広げ、手の甲の骨の間にある筋肉を意識した施術などを学んだ。受ける側が心地よくなるために、受ける側の腕の脱力させるコツなど、施術をする上でのポイントも説明。

マセラピストなど数々の資格を持つ。2008年からサロンを始め、トリートメントスクールも主宰。公民館講座の講師や福祉施設など活躍している。

「言葉が交わせない人、障がいのある人に行った場合、気持ちよかつたかどうかの判断は色や温度で行う。褒められなくても、につこりされなくても変化が起きた事実が仕事をしたことになる。トリートメントをしてあげたい気持ちがあふれるように、受け手が心地よくなることを考える。福祉で専門の現場だけでなく、家庭やさまざまな現場で役立つ可能性がある」と語った。

生徒は4人1組で互いの腕にハンドトリートメントを行い、行った後で手が温かくなった。腕が軽くなった。血行が改善した証として、トリートメントを受けた腕ともう片方の腕では色が違ふなどの変化に驚いていた。

永井さんは「言葉が交わせない人、障がいのある人に行った場合、気持ちよかつたかどうかの判断は色や温度で行う。褒められなくても、につこりされなくても変化が起きた事実が仕事をしたことになる。トリートメントをしてあげたい気持ちがあふれるように、受け手が心地よくなることを考える。福祉で専門の現場だけでなく、家庭やさまざまな現場で役立つ可能性がある」と語った。

上田千曲高 生徒がオンライン講習 生活福祉科 授業で『ブライインドメイク』体験

上田千曲高校生活福祉科の選択授業でこのほど、3年生11人が『ブライインドメイク』を体験した。



オンライン講習の様子

同科は障がいがある人との交流や体験学習を通し、「障がい」について理解を深めている。今授業では「視覚に障がいのある人の社会生活を支える支援技術について学ぶ」とし、諏訪赤十字病院の認定視能訓練士・今井美和さんを講師

にオンラインで講習を受けた。

今井さんは視能訓練士について紹介し、教育プログラムを終了して所定の条件を満たすと認定視能訓練士となり、「認定視能訓練士は現在、県下に20人ほど」と伝える。また医療的・社会的・福祉的・心理的など全ての支援を行う「ロビィシヨンケア」について解説。今井さんは視覚障がい者に寄り添うため、全国でも数少ない認定化粧訓練士となつてブライインドメイク指導していることを伝え、実践指導を行った。実践では口紅と眉すみを塗る方法を指導。生徒は目をコットンパフで覆い、今井さんの指導通りに指を動かし、見えなくても上手に塗る方法に挑戦。口紅塗りでは手を頬

骨にあてて固定し、小指に口紅を付けてはみ出さないように塗ることを体験した。生徒は「ブライインドメイクは難しいと思う一方で、関心も高く良い経験になった」と話す。またこの日は同校生活福祉科と交流を続ける、盲導犬ユーザーの角谷美幸さん(上田市在住)が協力。午前は同科2年生40人が角谷さんから話を聞き、当事者との交流から「共生社会」について学んだ。校内ツアーとして角谷さんを案内し、同校卒業生の角谷さんは「懐かしさと同時に以前は無かった校舎があるなど、色々感じながら楽しく歩いた」と話していた。

自分の意思を大切に！
-メイクで自己実現-

上田千鳥高等学校
チーム:スリーガールズ

1

POLA様への提案

盲学校に通う高校生に向けて
「福祉を学ぶ高校生」と一緒に
視覚障害者が使いやすい商材を考え
「メイク講座」を開催しませんか？

2

1.まずは視覚障害者のメイク方法 ブラインドメイクの紹介

2010年に大石華法さんによって開発された
目が見えない人を対象としたメイク方法

鏡や筆など一切使わず**自分の両手指**を使い
自分自身で化粧をする技法

3

2.どのような効果があるのか？

メイクで自信を取り戻すことができる！

視力を失い、メイクも諦め
引きこもりがらだった女性

1人でも化粧ができるようになる
と自信を取り戻した

メイクをする時間は
自己肯定感や自尊心を高め
女性である**楽しみ**を感じられる大切な時間

4

3.ブラインドメイクの方法

「鏡を見ないとメイクが左右対称にならなそう...」

↓
そこで...

**両手の指を活用することで
左右対称のメイクを実現させる**

お肌をキレイに保つスキンケアから始まり
アイメイクやリップメイクをする

5

口紅

口紅を小指に付着させる

↑
上唇は中心から
動かして塗っていく

↓
下唇は口角辺りから
中心へ指を動かしていく

塗り残しがないように
指を左右に振る

完成！

6

アイブロウ

両手小指を使う

眉頭に小指を置く

眉尻までなぞるように
パウダーをのせる

完成！

7

4.視覚障害者の方へインタビュー ブラインドメイク体験の感想とつぶやき

指を使ってのメイクは初めて！慣れるまでは難しい
でも指だと口紅がはみ出さなくて良かった

見えなくなってからメイクをしなくなった
今はスキンケアやファンデーションくらい...

卒業式など行事の時は人に覚えてもらいながら
リップブラシを使ってメイクをしている

8

4.視覚障害者の方へインタビュー ブラインドメイク体験の感想とつぶやき

指を使ってのメイクは初めて！慣れるまでは難しい
でも指だと口紅がはみ出さなくて良かった

見えなくなってからメイクをしなくなった
今はスキンケアやファンデーションくらい...

卒業式など行事の時は人に覚えてもらいながら
リップブラシを使ってメイクをしている

9

5.視覚障害者の方が教えてくれた 「これからできるようにになりたい」こと

ビューラーができるようになりたい

人に頼らず自分一人でもスムーズに
メイクができるようになりたい

メイクを一週りできるようにになりたい

10

～認定化粧品訓練士による
ブラインドメイク講座～



11

自分がつけているパウダーの量や、どんな口紅の色なのかなど
わからないとメイクがとっても大変だと分かった

目が見えないとやりづらかったけど、サポートの人が
わかりやすく声で教えてくれたからメイクが楽しかった

目がない中でメイクをするのはすごく難しいけど
同手をうまく使えば楽しんできました

視覚障害のある人にとってメイクができるということは
大きな自信につながると思っただ

12

6. ブラインドメイクとSDGsとの繋がり



「すべての人に健康と福祉を」

ブラインドメイクで自信を持つことができた

人間らしい生活=自己実現を体験できた

「心身ともに健康でいたい」「自分らしく社会に貢献したい」

ブラインドメイクは社会への進出を助けてくれる

13

- ♡ 私たちが目指すのは
「メイクを体験・学ぶ講座」ではなく
「メイクを通して目が見えない方の
自己実現や社会参加を応援する」ことです
- ♡ 福祉を学ぶ高校生に
「高校生の『かわいい』メイクの提案」
「同年齢だからできる会話」
「福祉の心で寄り添った関わり」
でお手伝いさせていただきます

14



ご清聴ありがとうございました！



チーム:スリーガールズ