

ちょうかくしょうがい しゃ かた
聴覚障害者の方へ

み
見えにくくなった
かん
と感じたら



①

「見えにくさ」とは？

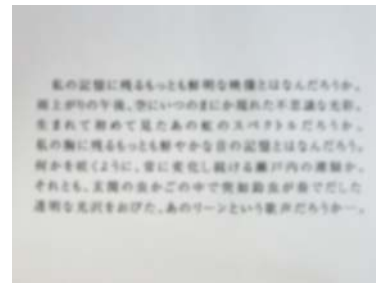
「眼鏡をかけても文字がかすんで見える」、「手話が読み取りにくくなった」など、見えにくさを感じることはありませんか？ まずは、ご自身の状態を確かめてみてください。

日常生活での困りごとの具体例

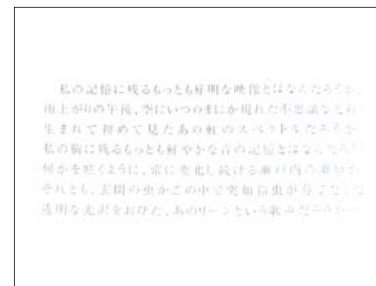
- ・小さな文字の読み取りに苦労するようになった
- ・天気の良い日は、目を開けていられないほどのつらさや痛みがある
- ・人にぶつかることが増えた
- ・足元がわかりにくく、つまづきやすくなった
- ・落としたものを見つけにくくなった
- ・夜になると文字や手話が見えにくく感じる
- ・見たいものが正面から見えず、横目で見るようになった

このような状況がある場合は、右のような「見えにくさ」が表れている可能性があります。

■ ぼやけ 形や細かい部分が見分けにくい



■ まぶしさ 日光や照明をととても強く感じる



2

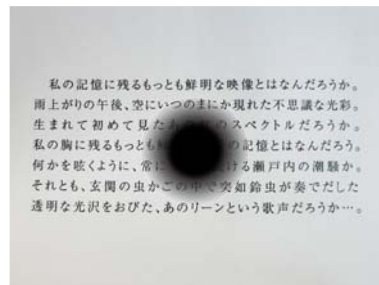
「見えにくさ」の原因

見えにくさは、以下のような病気が原因となります。

■ 視野狭窄



■ 中心暗点



■ 緑内障

視神経に問題が起こり、視野が狭くなる。

■ 糖尿病網膜症

網膜の血管が損傷し、視野が狭くなったり、ぼやけて見えたりする。

■ 黄斑変性症

網膜の中心の黄斑部に病変が生じ、視界の中心がぼやけたりゆがんだりする。

■ 網膜色素変性症

網膜の細胞に病変が生じ、暗い場所で物が見えにくくなり、徐々に視野が狭くなる。

アッシャー症候群とは？

先天性の聴覚障害者が網膜色素変性症を発症する「アッシャー症候群」という病気があります。子どもの時は暗いところで見えにくい症状があらわれ、大人になるにつれて視野狭窄が進んでいきます。

③

「見えにくさ」を感じたら

ぼやけやまぶしさを感じたり、視野が狭くなっているように感じたら、眼科を受診したり、役所や福祉事務所などへ相談に行くことをお勧めします。

裏表紙に記載している3つの専門機関では、下記の①②③どの段階でも相談を受け付けています。

① 眼科の受診

視覚障害と診断されたら、身体障害者手帳の交付を受けるために、指定医に診断書・意見書を書いてもらいます。



② 市区町村に相談

地域の役所や福祉事務所にいき、身体障害者手帳を申請し、福祉サービスの説明を受けます。



③ 福祉サービスを利用

手帳の交付を受けることで利用できる福祉サービスを役所や福祉事務所、支援機関に申し込みます。



視覚障害の等級は、
1級から6級まで
規定されています。

障害の等級によって利用可能なサービスは異なります。
見えにくさの程度が変化した場合には、再認定を受けることもできます。
視野が狭いことも障害認定の条件になります。

4

日常生活に役立つ用具 利用できるサービス①

日常生活を快適に送るために必要な機器・用具である「補装具」や「日常生活用具」は、市区町村を通じて、支給または援助を受けることができます。

補装具

身につけることによって、失われた機能を補います。



●白杖

歩く先の安全を確かめる杖。路上の障害物を認識しやすくなるとともに、周囲の人が存在に気づいて道をあけ、人通りの多い場所でも歩きやすくなります。携帯性に優れた折りたたみ式の白杖もあります。



●眼鏡

まぶしさの原因となる光だけをカットする遮光眼鏡や、ライト付きで見たいものを明るく照らしながら見ることができるルーペなどもあります。

※ルーペが補装具として認められるかは市区町村によって異なります。



日常生活用具

意思疎通や調理など、円滑な日常生活と自立を支えます。

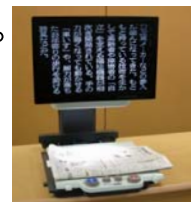
●触読式腕時計

短針と長針を触って時刻を確認します。



●拡大読書機

読みたい部分を拡大して表示します。色を反転させる機能もあります。



●点字機器

紙に点字を打ち込むタイプライターや、パソコンと連動して点字を表示するディスプレイなどがあります。



●IH 調理器

火を使わない調理器具です。



生活訓練 利用できるサービス②

「見えにくさ」により日常生活でさまざまな不便を感じることがあります。そこで、生活の困難さを解消し、より安全に安心して生活を送るために、補装具や日常生活用具の使い方を含めて、さまざまな訓練を受けることができます。

日常生活訓練

日々の生活を送るうえで必要な動作をスムーズにするための訓練です。調理や金銭管理など、内容はさまざまです。



- 電子レンジや便利グッズを活用して調理をする方法
- 賞味期限などを確認するためにルーペや拡大読書機を利用する方法
- お札や硬貨を触って識別・仕分けする方法 など

歩行訓練

白杖の使い方から、階段の上り下り、電車やバスの利用方法など、安全に安心して外出するため、単独歩行のノウハウを学びます。



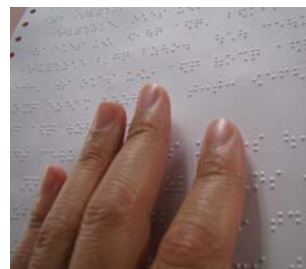
パソコン訓練

文字を拡大する機能や、点字ディスプレイを利用したパソコンの使い方などを学びます。



コミュニケーション訓練

点字の読み書きや触手話等について学びます。



6

通訳・介助者派遣事業 利用できるサービス③

目と耳の両方に障害のある方に、外出とコミュニケーションをサポートする制度が、「通訳・介助者派遣事業」です。

例えば、通院の際に、自宅と病院の間を安全に移動できるよう支援するとともに、医師や薬剤師の説明をそれぞれのコミュニケーション方法に合わせて通訳します。通院の他にも、役所での手続き、普段の買い物、講習会やサークルへの参加など、様々な場面で利用できます。

※視覚障害者向け移動支援サービスである「同行援護」も併用可能です。

コミュニケーション方法の例

弱視手話

話し手との距離や手を動かす幅を調整するなど見えにくさに配慮して、手話で情報を伝えます。



文字筆記(筆談)

文字の大きさや太さ、間隔を調整しながら、筆談やパソコンにより情報を伝えます。



さらに見えにくさが進んだら

手話を習得している場合は、相手の手話の形や位置を触ることで内容を把握する「触手話」が有効です。



手話の他に、手のひらに文字を書く「手書き文字」を用いることもあります。





ちか そう だん まど ぐち れん らく
お近くの相談窓口までご連絡ください。

視覚・聴覚の両方に障害のある方や、
そのご家族、関係者の方からの様々な
ご相談を受け付けています。
また、同じような障害がある方が集まる
交流会の開催や、生活訓練、通訳・介助者
派遣事業などを実施しています。

聴覚障害のある方やそのご家族、
関係者の方々からの様々なご相談を
受け付けています。

見えにくさについての相談を
受け付けるほか、
視覚障害者向け便利グッズや、
福祉機器の販売を
行っています。

とう きょう と もう しや し えん にんていえぬびーおーほうじん とう きょう もう しや とも かい
東京都盲ろう者支援センター（認定NPO法人 東京盲ろう者友の会）

■〒111-0053 東京都台東区浅草橋1-32-6 コスモス浅草橋酒井ビル2階
■TEL:03-3864-7003 ■FAX:03-3864-7004
■E-mail:tokyo-db@tokyo-db.or.jp
<http://www.tokyo-db.or.jp/>

しゃがいふくし ほうじん ちょうりよくしょう がい しや じょう ほう ぶん か
社会福祉法人 聴力障害者情報文化センター

■〒153-0053 東京都目黒区五本木1-8-3
■TEL:03-6833-5004 ■FAX:03-6833-5005
■E-mail:soudan@jyoubun-center.or.jp
<http://www.jyoubun-center.or.jp/>

に ほん もう じん ふく し に ほん もう じん かいれん ぞう
日本盲人福祉センター（社会福祉法人 日本盲人会連合）

■〒169-8664 東京都新宿区西早稲田2-18-2
■TEL:03-3200-0011 ■FAX:03-3200-7755
■E-mail:jouhou@jfb.jp
<http://www.normanet.ne.jp/~nichimo/>

発行・作成：特定非営利活動法人 東京盲ろう者友の会
協 力：社会福祉法人 日本盲人会連合
社会福祉法人 聴力障害者情報文化センター
特定非営利活動法人 Tokyo Lighthouse
東京大学先端科学技術研究センター 福島研究室
発行年月日：2013年10月