

高齢視覚障害者を援助する人々のためのガイドブック

ふれあう

職員研修用改訂版

「関東・甲信越地域生活相談員連絡会からの提案」



NPO 法人 全国盲老人福祉施設連絡協議会
関東・甲信越地域生活相談員連絡会

発刊によせて

NPO 法人 全国盲老人福祉施設連絡協議会
理事長 本間 昭雄



全国盲老人福祉施設連絡協議会は、昭和43年(1968年)4月5日に誕生し、職員の研修に最も力を注ぐとともに、視覚障害高齢者福祉を広く多くの人々に理解してもらう事を目的として活動を進めてきました。平成23年(2011年)には、NPO法人化し一層の組織の充実と研鑽を深めていきたいと考えております。

福祉は、人が人に関わり合って初めて成り立つものです。それだけに職員一人ひとりの日々の実績の積み重ねが大切です。そして視覚障害者への理解と専門性が求められます。全盲老連では、職員の資質向上と広報活動の一環として、平成18年(2006年)11月に『ふれあう』を作成し、今日までに約五万部を発行して参りました。こうした活動を通し、全国48施設の盲老人ホームに生活するご利用者の皆さんが、安心して安全な生活を過ごしていただけるよう、各施設がそれぞれに日々その実践に取り組んでいただいております。

福祉行政改革が推し進められるなか、盲老人ホームの定義が明らかに示され、その役割にもさらに専門性が求められています。この度、関東・甲信越地域生活相談員連絡会において、『ふれあう・職員研修用改訂版』が出されました。盲老人の幸せを願って、よりよい支援(ケア)の実践を目指す皆さんのこうした取り組みやご努力に対し、心からの敬意と感謝を申し上げます。

この改訂版が、全国の各盲老人ホームの更なる処遇向上に役立つことを期待してやみません。

ごあいさつ

NPO 法人 全国盲老人福祉施設連絡協議会
関東・甲信越地域生活相談員連絡会
平成 24 年度 代表 富山美紀（ナザレ園）

全国盲老人福祉施設連絡協議会に加盟する関東・甲信越地域の 12 の施設による『関東・甲信越地域生活相談員連絡会』が発足し、3 年余りが経過しました。

目的とするところは、盲養護老人ホームが共有する問題や課題を通して意見交換を行い、視覚障害高齢者ケアの向上と専門性を高めるとともに、盲老人ホームの将来像を見据えた議論の場として、連携を深めて行くこととし活動しています。

定例会を重ねる中で、全盲老連が発足した『ふれあう』を職員研修用に肉付けをし、新任職員の育成や内部研修の教材として、活用できる改訂版を作ることを活動のテーマとし取り組みました。全会員が手分けをし、後輩に伝えたい思いや気付き、専門職として心得て欲しいことなどを織り込み編集、校正を重ねて参りました。内容は十分ではありませんが、この『ふれあう・職員研修用改訂版』が身近な使いやすい教材として、皆様のお役に立てれば幸いです。



目次

発刊によせて

はじめに

高齢視覚障害者の理解

人は情報のほとんどを目に頼る	1.2
声には表情がある	3.4
ラジオ感覚を忘れずに	5.6
指先で見てもらう	7.8.9
初めての出会いでは	10

いろいろな日常生活の援助

食事をするとき	11.12
お茶などをすすめるとき	13
お金はかぞえて渡しましょう	14
外出は楽しみ	15.16.17.18
手引きをするとき	19.20
階段や段差では	21.22
車の乗り降りは	23.24.25
椅子にかけてもらうには	26.27.28
席についたら・席をはずすとき	29
お風呂に入るとき	30.31
外出先のトイレでは	32
掃除と洗濯のときは	33
代わりに読む、書く	34.35
点字郵便物等について	36
参考文献	37
ふれあう職員研修用改訂版 編集委員	38
関東甲信越地域生活相談員連絡会名簿	39
NPO 法人 全国盲老人福祉施設連絡協議会加盟施設一覧	40.41

<人は情報のほとんどを目に頼る>

私たちは目、耳、皮膚などの感覚器官を無意識に活用し、そこから得た情報を活用して生きています。生きてゆくために①必要な情報の8割から9割は目から得ているといわれており、視覚を失うことが如何に重いハンディキャップであるかということをお話しているわけです。

視覚障害者は、見えないことによって②得ることのできないたくさんの情報を得るために、③残された感覚器官を活用し、不自由な中で日々、懸命に努力しているのです。

④視覚障害者は、すべての人が全盲というわけではありません。眼疾患により、残存視力や見え方は、それぞれに異なるのです。また、⑤先天的、あるいは乳幼児失明の人、中途失明の人など、その人の状況をよく理解し、十分に配慮して援助することが大切です。

高齢視覚障害者は途中で失明した人も多く、見えていた時のいろいろな状況を思い出して想像し、理解することができますので、援助者は見たままを素直に表現し、イメージをわかせてあげることが、視覚障害者に喜びを感じていただけることになると思います。

①について

人は5つの感覚器官を活用し、情報を得ています。そのうち、視覚から得る情報には、物の形や大きさ、色、長さなどがあります。たとえば、道を歩く場合、人は今いる場所の状況、目的地までの距離や方向、道の状態、障害物の有無などを目で確認することによって容易に歩行することができます。これらの情報が遮断されているのが「視覚障がい」なのです。

②について

視覚障がい者は、色や柄、絵、写真、風景などのほか、人の表情やしぐさなどを認識することが難しい状況にあります。たとえば、映画館や電車の中にお客さんがどの位いるのかなど、具体的な状況を、容易には理解することができません。

③について

残された感覚器官とは、聴覚、嗅覚、触覚、味覚を意味します。「視覚に障がいを受けると聴覚が発達する」などと言われることがありますが、それは誤解です。残された感覚器官を活用するとは、目が見えている時には使用しなかった触覚や聴覚などの感覚を、意識して活用するということです。視覚からの情報が得られない代わりに、話を聞き、匂いを嗅ぎ、手触りで感じ、時には舌で味わうことで、そのものは何かということをお判断しているのです。

そのため、実際の援助の場面では、「これまで目で見て色や柄を判断していた衣類に、糸やボタンなどの印をつけ、触覚を使って見分けられるようにする」など、視覚以外の感覚を用いた工夫の方法を伝えることも非常に有効です。

④について

視覚障がい者は、「全盲者」と、程度の差はあれども多少は見える「低視力者（ロービジョンともいう）」に大別できます。視覚障がいとは、全盲の状態も含め「目が見えにくい状態である」ということをしっかり理解しておきましょう。視覚障がいと一口に言っても、全盲、視力低下、視野狭窄、白濁、夜盲、視野欠損、中心暗点、羞明など、さまざまな見え方があり、見え方によって援助の仕方が異なります。また、1人の人がもつ症状も1つだけとは限りません。たとえば、視力低下と視野狭窄の症状の両方が出る場合もあります。疾患の種類によっても、網膜色素変性症では夜盲や視野狭窄、視力低下が起りやすいが、黄斑変性症では中心視力が低下しやすいなど、その症状は異なります。

そのため、いろいろな見え方があるということを、知識としてはもちろん、実際に体験しておくことで、より良いケアができると思われれます。

⑤について

先天盲とは、生まれた時からまったく見えないか、あるいは乳幼児の頃に失明し、ものを見た記憶がない状態をいいます。先天盲の人は、視覚を用いた経験自体がないために、色や形などについての認識が難しいといわれています。視覚的なイメージを思い浮かべることが難しく、いろいろなものや状況をどのように伝え、理解してもらうかが課題となります。

中途失明とは、ある時期までは見えていた人が、何らかの後天的な原因（疾病や外傷など）によって視覚に障がいを受けた状態をいいます。中途失明の人は、目が見えていた時期があるので、物事に対するイメージは持ちやすいといわれています。しかし、残された感覚器官を上手に活用できるようになるためには、訓練や繰り返しの練習が必要です。また、今まで見えていた分、見えないことに不安や恐怖を感じたり、これからの自分の生活や人生を考えて悲観的になったりと、心理的な葛藤が生じてしまうことも少なくないのが現状です。そのため、中途失明者の援助では、本人の不安をできる限り取り除き、前向きに生活してもらえよう、精神的な働きかけを行っていくことも重要となります。

このように、発症時期や受障時期によっても、援助方法は異なります。視覚障がい者の援助にあたっては、医療情報だけでなく、ご本人の生活歴等も把握しておくことが大切です。先天盲の場合も、中途失明の場合も、今までの人生の中で本人なりに工夫し、獲得してきたものを認め、その人の状況に合わせたケア（援助）をするように心がけましょう。

<声には表情がある>

「〇〇さん、何か心配事でもあるの」と高齢視覚障害者から言われて、ハッとすることがあります。少し気になっていることがあると、自然と声に出ていることが多いのです。私たちが顔の表情である程度、相手の考えていること、感じていることを判断するのと同じように、①高齢視覚障害者は声で判断します。アクセントやイントネーション等で相手を傷つけたり、不愉快にすることがあります。 穏やかな心でいつも接することは非常に難しいことですが、常に努力したいことです。

②電話でも、相手の言い方で嫌な思いをした経験がある方は多いと思います。③電話ほど相手の心が読み取れるものはないといわれます。そうです、声には表情があるからなのです。

どんなに嫌なことがあっても、常に明るい声で接してもらいたいものです。また、④言葉づかいにも気を配り、信頼関係を築くのはまず⑤「挨拶」からだということを忘れないで、⑥日常生活の援助をしましょう。

①について

晴眼者が会話をする時には、言葉と同時に相手の表情などを見て、その両方から相手の気持ちや真意を汲み取ろうとします。一方、視覚障がいのある方は、相手の表情は見えませんが、言葉そのものから相手の話や感情を判断します。そのため、「大変だな、嫌だな」などと思いながら話をしていると、自分にはそのつもりがなくても、気づかないうちに相手に伝わってしまうことがあります。

②について

電話対応は、その対応をした人物だけでなく、組織の評価にもつながる非常に重要な事柄です。電話では、最初に名前を名乗って挨拶をし、相手の都合を聞いた上で、ゆっくりと丁寧に話をするのが大切です。

電話対応の仕方などをきちんと学ぶ機会をもつことも必要でしょう。

③について

晴眼者が電話で話をしている時の状況は、視覚障がい者が話をする時の状況と似ています。電話では、相手の表情や仕草が読み取れない分、ちょっとした言い方で受ける印象が大きく変わります。また、頷くだけでは相手に伝わりませんので、相槌を打つなど声に出して反応を返すことも大切です。

④について

言葉づかいは人と関わる仕事では重要なことです。名前の呼び方ひとつで相手の心証を左右してしまうこともあります。親しくなったり仕事に慣れてきたりしても、丁寧な言葉づかいや呼び方を意識するようにしましょう。

視覚障がい者への関わりに限定せず、コミュニケーションの基礎を学ぶ機会があると良いと思われます。

⑤について

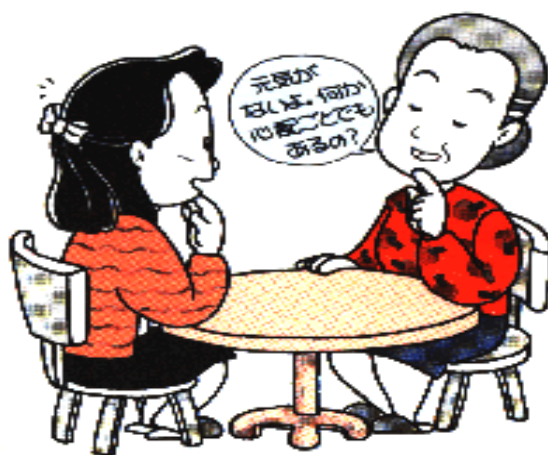
声をかける際には、ただ挨拶をするだけでなく、相手の名前も言うようにする必要があります。視覚障がい者の場合、挨拶をされても「自分が言われている」とわからないことがあるからです。話しかける時には自分の名前も言うようにし「〇〇さん、こんにちは。△△です」のように、明るくはっきりと話しかけると良いでしょう。

⑥について

視覚障がいがあるからと言って、何もできないわけではありません。主体的に物事に取り組み、安心して生活できるように援助することが大切です。

また、単に援助をするだけでなく、適切な言葉かけをすることも、視覚障がい者との信頼関係を築く上では重要です。たとえば、お金の支払いを介助する際、お財布から出した金額やお釣りをその都度伝えることで、利用者はより安心して援助を受けられます。

常に相手の立場に立って考え、細やかな配慮をしていくことが大切です。



〈ラジオ感覚を忘れずに〉

一度はためしに、テレビを、目を閉じて聞いてみて下さい。

ドラマは、人の動きの説明などありませんので、内容がよく分からなかつたりニュースでは、外国人へのインタビューなど字幕の場合、やはり内容がわかりません。最近①副音声による説明などいろいろと研究されていますが、やはり視力がないということは、大きなハンディであります。

高齢視覚障害者と一緒にいると、②いろいろな場面で説明が必要です。つい、③自分の見えている感覚で説明すると、相手は何を言っているのか理解ができないことがあります。その時は、④ラジオだったら、どういう言い方をするのかな？とちょっと考えてみてはどうでしょうか。

④ラジオをしばらく聞いて、研究するのもいいかもしれません。

説明はくどすぎても困りますが、簡単すぎてもよくわかりません。⑤要領の良い説明ができることも、高齢視覚障害者の援助をする大切なことの一つです。

①について

主に視覚障がい者向けにテレビジョンの副音声を使って場面の解説を放送するテレビ番組のことを解説放送（かいせつほうそう）と呼びます。

②について

目を閉じてみましょう。今、周りがどのような状況で何が起きているのかわかりますか？私たちが普段、いかに視覚から情報を得ているかが良くわかります。例えば、利用者の歩行援助を行う際には、段差の有無や道幅、歩く方向についての説明が必要です。集いの場にお連れする際には、会場に何人ぐらいの人が集まっているのか、正面の方向はどちらなのか、隣の席には誰が座っているのか等、周囲の状況について説明をする必要があります。催し物に参加をする際には、出演者の服装や仕草、演技の内容等、その場の雰囲気や状況が伝わるような説明の仕方を心がけましょう。

③について

「話の内容を分かってもらうため」ではなく、「言った通りにさせるため」といった具合に、一方的に話を進めていませんか？利用者の立場に立ち、敬意を払い、理解しようとする態度を持って接しましょう。例えば、方向を伝える時に「あっち」「そっち」「そこ」「あそこ」という表現では伝わりません。方向については『相手からみて』正面なのか、右側なのか、基準を示してから表現をするよう心がけましょう。相手の相槌の打ち方や、表情、態度から、「わかっているのか、いないのか」を感じ取り、確認をとりながら説明をしましょう。「この程度なら言わなくても良いだろう」と説明を省いた

り、逆に「何もかも言っておかなければ」と思い込んでいたりすると、思うように伝わらない場合があります。適切な情報量で説明をする為には、日頃から相手を理解する姿勢が必要です。グループで話し合い、目隠しをした状態で、その場面事にどのような説明が適切であるのかについて、ロールプレイを行っても良いでしょう。

④について

ラジオ局アナウンサーの話し方を研究してみましょう。

アクセント

音の高低や強弱の配置を間違えると意味が違ってくる言葉があります。

正しいアクセントで話すよう心がけましょう。

イントネーション

適度な抑揚をつけて単調さをなくしましょう。

ポーズ

意識的に「間」を長く取ったり短く取ったりすることで、わかりやすく伝えることができます。

テンポ

話す時の早さは普通、1分間に280字程度がよいとされています。

ラジオとテレビの違いは何でしょうか？テレビは、視覚・聴覚のどちらか一方が欠けてしまうと、大変理解が難しいものです。逆にラジオは聴覚のみで楽しむ為に、1つ1つの説明が聞き手に伝わりやすいよう、話されています。例えばスポーツ番組では、細かい動作を簡潔に分かり易く表現しています。ドラマ番組では、誰が誰に話しているのか、どのような表情か等の説明もあり、状況が想像しやすいように工夫されています。

ラジオを聴くとは集中力を養うことにも繋がると言われています。『ラジオを聴きながら生活習慣を始める』といった具合に、同時に2つのことを行うというのは、脳にとってかなり負担のかかるものですが、言い換えれば脳を大変活性化させ、認知症予防にも繋がると言われています。また、ラジオでは、よく音楽番組が流れていますが、音楽には『カタルシス効果』があると言われています。このカタルシス効果は、『心の浄化作用』とも呼ばれており、左右の脳のバランスを保つことで、安堵感や安定感を得ることができます。

⑤について

要領よく説明をするには、全体を示し順序よく話すことが必要です。聞き手に前もって話の方向を予測させることができれば、内容を理解し易くします。また、話し手は話す内容について十分理解していないと、何が言いたいかわからなくなってしまいますので、前もって整理をしておく良いでしょう。専門用語は使わず、できるだけ平易な言葉で話すようにしましょう。

〈指先で見てもらう〉

① 目の不自由な人が買物をしているときに、援助者が横で言葉だけで説明している場面を見かけた事があります。

② 「物に触れてもらおうと、もっと良くわかるのに」と思ったものです。

衣類は触れることにより、生地の素材やデザイン、大きさがわかります。

お菓子なども大きさや量がわかります。

触れると困るもの以外は、なるべく触れてもらい、③ 高齢視覚障害者が納得しながら買い物できるようにしたいものです。

また、野山を散策した時なども、草花にふれてもらい、形や香りを感じることにより、どんなにか楽しみが増すことでしょう。

④ 視覚障害者は指先に目があるのです。触れて、想像することで、すばらしい世界が広がります。

①について

コミュニケーションは大きく分けると2通りあります。言葉によるコミュニケーションを「バーバルコミュニケーション（言語的コミュニケーション）」、そして、言葉を使用しないコミュニケーションを「ノンバーバルコミュニケーション（非言語的コミュニケーション）」と呼びます。話し手が聞き手に与える影響はどのような要素で形成されるか測定した研究結果によると、言語情報は全体の極わずかしが伝わっていないことがわかりました。つまり、コミュニケーションの大半は非言語的コミュニケーションが占めており、利用者を援助する場合には、いかにそれを補うだけの工夫が必要であるかがよくわかります。

②について

私達は、洋服などを購入する際、どれだけ分かり易い説明を受けても、明だけで購入をするということは殆どないと思います。『百聞は一見に如かず』という言葉があるように、いくら説明を受けても、一目見ないと、本当に自分の欲しい物であるかがはっきりと分からないものです。

利用者にとっては『百聞は一触に如かず』であり、可能な限り物に触れ、素材、大きさを確かめながら買い物をすれば、より良い買い物が出来るとは思います。草花も同様で、直接手で触り、香りを楽しむことで、想像が広がります。

③について

化学繊維

素材名	長所	短所	洗濯方法
ポリエステル	丈夫でシワになりにくい。型崩れしない。比較的、熱に強い。	吸湿性がない。再汚染しやすい。静電気を帯びやすい。	一般用洗濯洗剤で洗える。漂白剤は色柄物の場合は酸素系を使い、白物には酸素系、塩素系、還元型いずれも使用可能。
アクリル	軽くてシワになりにくい。保湿性がある。柔らかな感触。発色性がよい。	吸湿性が少なく、毛玉になりにやすい。	一般用洗濯洗剤で洗える。漂白剤は色柄物の場合は酸素系を使い、白物には酸素系、塩素系、還元型いずれも使用可能。
レーヨン	吸湿性がよく、肌触りがよい。発色性がよい。	シワになりにやすい。水にぬれると縮みやすく、繊維の力が弱まる。	漂白剤は色柄物の場合は酸素系を使い、白物には酸素系、塩素系、還元型いずれも使用可能。
キュプラ	吸湿性がよく、染色性がよい。細くて優雅な光沢がある。	シワになりにやすく、水にぬれると繊維の力が弱まる。	漂白剤は色柄物の場合は酸素系を使い、白物には酸素系、塩素系、還元型いずれも使用可能。

天然繊維

素材名	長所	短所	洗濯方法
綿	吸湿性がよく、熱に強くて丈夫。肌触りがよい。水にぬれると強くなる。	シワになりにやすく、水にぬれると縮む。	一般用洗濯洗剤で洗える。漂白剤は色柄物の場合は酸素系を使い、白物には酸素系、塩素系、還元型いずれも使用可能。
麻	吸湿性がよく、熱に強くて丈夫。水にぬれると強くなる。美しい光沢を持つ。	シワになりにやすく、水にぬれると縮む。	一般用洗濯洗剤で洗える。漂白剤は色柄物の場合は酸素系を使い、白物には酸素系、塩素系、還元型いずれも使用可能。
ウール	吸湿性があり、保湿性がよい。弾力性に富み、シワになりにくい。	洗濯で縮みやすく、黄ばみやすい。虫害(虫食い)を受ける。アルカリに弱い。	おしゃれ着用洗剤(中性洗剤)を使って、30～40℃以下のぬるま湯で手洗いする。色柄物には酸素系漂白剤を使う。
シルク	吸湿性がよく、しなやかな感触。美しい光沢を持つ。	摩擦で毛羽立ちしやすい。黄ばみやすい。虫害(虫食い)を受ける。アルカリに弱い。	おしゃれ着用洗剤(中性洗剤)を使って、30～40℃以下のぬるま湯で手洗いする。色柄物には酸素系漂白剤を使う。
インド綿など	染色性がよく、涼しげな着心地。	色落ちが激しい。	おしゃれ着用洗剤(中性洗剤)を使って、30℃以下のぬるま湯で手洗いする。色柄物には酸素系漂白剤を使う。

衣類の素材だけを取り上げてもこれだけの種類があります。品質表示、洗濯表示を伝えてあげたり、素材の特徴を教えてあげたりすることで、選択の幅が広がり買い物が楽しくなります。

④について

五感（ごかん）とは、動物やヒトが外界を感知するための多種類の感覚機能のうち、視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚を指します。

視覚障がい者はこれらのうちの「視覚」を失っている為、主に残り4つの感覚を使って、外界を感知することとなります。

視覚は、外界にある物体の色、形、運動、テクスチャ（物の表面の質感・手触りなどを指す概念）、奥行きなどについての情報、物体のカテゴリーについての情報、物体の位置関係のような外界の空間的な情報などが得られます。

聴覚、味覚、嗅覚でこれらを補うことはできませんが、触覚ではある程度それが可能です。また、手は動かすと、脳が強い刺激を受け、その刺激は脳の極めて広範囲に広がります。それは脳の感覚中枢や運動中枢で、最も広い部分を占めているのが手や指を支配する領域だからです。（手や指に関わる領域は足の4倍も広いと言われています。）



〈初めての出会いでは〉

①初めて目の不自由な人と会う時は、どのように挨拶したらいいか、失礼なことを言わないだろうかなど、不安な気持ちになると思います。しかし、あまり意識しすぎると、会った時に、態度が不自然になり、ギクシャクしてしまいます。視覚障害をあまり意識せず、自然に振るまいましょう。

高齢視覚障害者宅を初めて訪問するときは、ドアをノックし、「ホームヘルパーの〇〇です。入ってもよろしいでしょうか」と声をかけ、始めに軽く握手をし、「はじめまして」と挨拶をしましょう。握手することにより、相手がどこにいるのか、背の高さはどのくらいかがわかります。そして、何よりも親近感を持ってもらえます。②スキンシップはとても大切なことです。

①について

目の不自由な人は「目を合わすことができない」ので職員の方から名前を呼び、はっきり明るく挨拶しましょう。

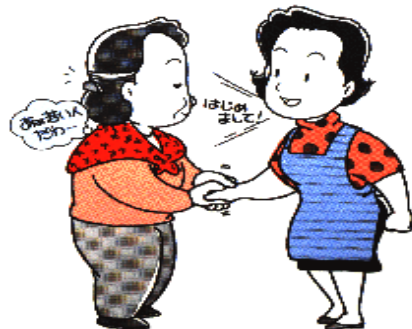
視覚から情報を得ることができないため、言葉は重要なコミュニケーション手段です。初めての出会いから適切な言葉遣いで接することは信頼関係を築く上で重要です。

思い込みによるお手伝いは、善意によるものでもお節介になることがあるので、利用者がどのようにしてほしいか確認しながら、要望に合わせた援助を行いましょう。

②について

人間にとってスキンシップは心を通わせる重要なコミュニケーション手段と言われていています。視覚障がい者を援助する際、言葉は重要ですが、お互いの心を通わせるためには、軽く肩や腕に触れて声をかけたり、握手をするといったスキンシップを図ることが、より、安心感や親近感を生むことにつながります。

急に体に触れたり、声をかけずに握手をすると驚かせてしまったり、失礼になるので必ず声をかけてください。



〈食事をするとき〉

多くの盲老人ホームでは、食事前に、時計の文字盤による献立説明をしています。下の①「献立の説明例」のようになります。あらかじめ食べ物の位置がわかれば、自分の好きな物を自由に食べられ、とても楽しい食事となります。また、嫌いなものだけを自分で寄せることができないので、一つだけ嫌いなものがあったとしても、そのおかずには手を付けないということもありますので、どんな材料が入っているかも伝えましょう。嫌いな材料を寄せてあげると、なお親切です。しょう油やソースも希望により、かけてあげましょう。

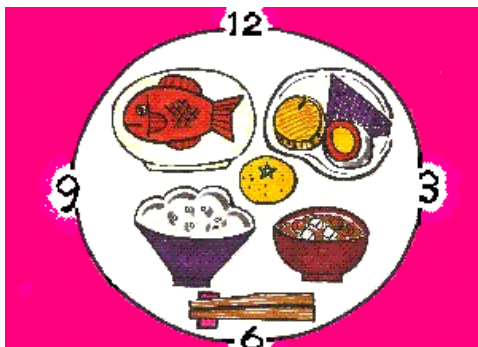
在宅の高齢視覚障害者には、いきなり「1時」、「5時」と言ってもわからない人が多いと思いますので、最初は「右上」、「左下」と説明してもかまいませんが、覚えてもらうと②いろいろな場面で活用できますので、徐々に時計の文字盤方向の説明に慣れてもらいましょう。食事の際はどうしても、③手を使うことが多いので、オシボリを用意し、食べやすいように、盛りつけや器の選び方に工夫することも大切です。

①について

基本的に献立の説明は「クロックポジション」で説明します。

クロックポジションとは、主に視覚障がい者に対する食器の位置説明として用いられ、時計の文字盤に見立てて物を配置することをいいます。時計の文字盤に見立てて、主食・主菜・副菜・汁物などを置き、何時のところにどの食べ物があるかを説明しながら、利用者にも自ら食器を確認してもらうことで食事がし易くなります。(図1)

献立説明は、ただ献立を説明するのではなく、どのような食材が使われ、どのように調理したか、味付けをどうしたかなどについての説明を加えると、献立をイメージし易く、よりおいしく食べていただくことができます。



(図1)



【外食した時】

お店の広さや雰囲気、テーブルウェア類（調味料やつまようじなど）、メニューや料金など、基本的には全ての情報を伝えます。外食の場合は周囲に配慮した声の大きさを心がける必要があります。

会席料理や中華料理の円卓、洋食、バイキング形式などさまざまな場面が考えられますが、クロックポジションを活用し、大枠から詳細な部分へと説明するとわかりやすいでしょう。

②について

クロックポジションに慣れてもらうことにより、食事の場面だけでなく、いろいろな場面で位置情報を把握してもらうために役立ちます。例えば建物内で位置説明をする場合「○時の方向がステージで、○時の方向にはトイレがあります」というようにです。

③について

食器の位置や、料理に触れて確認することが多いので、手が不衛生にならないようオシボリを用意し、食事の汁のはねや食べこぼしに配慮しましょう。

利用者の中には見えない、見えにくいことにより食事の量を把握できず、食べ残してしまう方がいますが、適量を把握して食べやすい食器に盛り付けて提供しましょう。

ロービジョンの利用者に対しては見え方に応じて食卓（テーブルや食器類など）のコントラストに工夫することで、食べ残しや食器を落としてしまうことを防ぐことができます。

〈お茶などをすすめるときは〉

お茶やコーヒーなどを①すすめる場合や、外出先ですすめられた場合は、援助者は絵のように②手を添えて触れさせてあげると、安心して飲むことができます。「お茶です」と言って、テーブルに置くだけですと、手さぐりで探しているうちに、湯飲み茶碗をたおし、やけどをすることもあります。お茶を入れかえたときも同様にし、ふた付きの湯飲み茶碗の時は、忘れないで伝えましょう。

コーヒーが出されたときも、同じ要領で行ないます。砂糖やミルクの位置も教え、老人自身で入れてもらいますが、③多く入ってしまう場合もありますので、入れる量を聞いて、入れてあげても良いと思います。

①について

飲み物の種類や温度・量を、明瞭簡潔に、はっきりと声に出して伝えましょう。

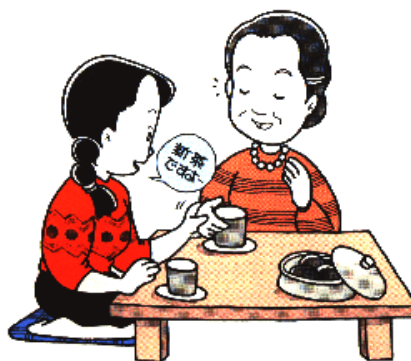
②について

言葉での説明と併せて器に触れてもらうことで、指先より伝わる感覚からより特徴を捉えやすくなるように配慮しましょう。

コップや器等の設置場所において、実際に触れていただくことで、距離間を認識していただけるように支援しましょう。同時に、誤って器を倒して怪我や火傷等のリスクを招かないように、置き場所を十分に考慮し、リスク回避に努めましょう。

③について

スティックシュガーやポーションタイプのコーヒーミルクなど、分量が明確である使いきりタイプの物をお勧めするのもよいでしょう。



〈お金はかぞえて渡しましょう〉

自動販売機でつり銭をとろうとしたら、自分のつり銭より多く入っていたということがあります。私たちは意外に、お金を数えないということが多いのかもしれない。また、銀行員に両替を頼んだ時でも、数えなおすと相手を信用していないようで、気が引けたりもします。しかし、高齢視覚障害者にお金を渡す時は、それでは困ります。①お金によるトラブルが結構多く、信頼関係も失われてしまうからです。

お金を渡す時は、②金種別に一枚ずつ、例えば「千円札を渡します。1枚、2枚……5枚で5千円です」というように、声を出し、数えながら手渡してください。高齢視覚障害者の中には、「あなたを信用しているから、数えなくていいよ」という人もいますが、その場合でも、「私も確認したいから」と言って、必ず数えて渡すようにしましょう。

①について

お金を渡す職員と受け取る利用者との間において、金額等の認識における誤解が生じないようにする為にも、立会いには一人ではなく複数の人に確認して頂けるように配慮しましょう。

②について

紙幣は、大きさとかぼみの指触りで金種を識別することができます。判別が難しい場合は、金種別に折り方を変えて（例：2つ折、3つ折等）、より理解・認識が図れるように工夫を行いましょ。

硬貨も大きさや周囲の刻み・穴の有無等で識別することが出来ます。ただし、いくつか見分けに困難なケースがある為、注意が必要です。



1. 金種判別器ビルーラ
2. 紙幣・硬貨見分け板
3. 硬貨を金属のレールに差し込んで
区別することの出来る小銭入れ

<外出は楽しみ>

買い物に行くなどの外出は、楽しみの1つです。普段、家に閉じこもりがちですので、とても良い気分転換になります。外出の前には、外の空気や天気予報を確認し、それに合わせた衣類や傘などの準備をし、①白杖も忘れずに持ってもらい出かけるようにしましょう。

道路を歩く時は、②ガイド者は車の通行側を歩きます。ただ、あまり車にばかり気をとられると、高齢視覚障害者側の側溝、道路のくぼみや木の枝、看板等に気づかず、事故につながりますので注意が必要です。

安全なところはゆったりした気持ちで、混雑しているところなどでは、細心の注意を払うことが基本です。また、外出している時には、会話も楽しみたいものです。③周りの状況の説明や世間話をしながら歩くと心もなごみ、楽しさも増します。

①について

白杖とは、視覚障がい者が歩行する際に、路面の状態を確認したり、周囲の障害物等を検知したりするために使用するものです。

白杖には、前方の障害物等から自分自身を守ったり、路面や前方の情報を得たりするだけでなく、自分が視覚障がいを持っているということを、他者に知ってもらおうという役割もあります。特に単独歩行をする場合には、他者に理解してもらおうことで配慮を得やすくなり、より安全に歩行ができるようになります。道路交通法では、「目が見えない者、幼児、高齢者等の保護」という項目の中で、道路通行の際は白杖を携帯または盲導犬を連れて歩行するように定められています。中には、白杖を持ちたがらない人もいますが、安全性や他者の理解が得られやすいという観点からも、携帯することを勧めましょう。

また、白杖は人によって適切な長さや種類があるので、購入する際には、専門知識のある方のアドバイスを受けることが望ましいと思われます。



Q 1. 白杖が持つ3つの機能って何だろう？

1. バンパーの機能

→何かにぶつかったときに、その衝撃を和らげ、体を守ってくれます。

2. アンテナの機能

→立って歩いているときに手で触って確かめられない遠くのものを知らせることができ

ます。杖の先にある障害物、溝、段差などが判ります。

3. シグナルの機能

→相手にこちらが視覚障害者であることを知らせ、注意してもらうことができます。

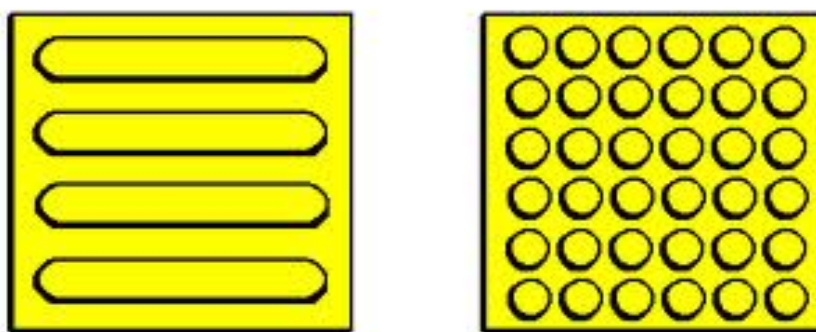
注：*白杖は、直径2cm程度、長さは身長に応じて1m～1.4m程度のものが一般的だといわれている。

*【道路交通法第14条 目が見えない者（目が見えない者に準ずるものを含む。以下同じ。）は、道路を通行する時は、政令で定める杖を携え、又は政令で定める盲導犬を連れていなければならない。】

②について

ガイド者が車の通行側を歩くといった配慮も大切ですが、状況によってはこの限りではありません。相手の歩きやすさも考慮し、視覚障がい者の身体の状態や周囲の環境を把握し、柔軟に対応することが求められます。

(点字ブロックについて)



Q 1. 点字ブロックはどこで生まれたの？

→1967年に岡山市の岡山県立盲学校近くの横断歩道に初めて設置された。

Q 2. Aの点字ブロックは何を意味するの？

→進む方向を表す点字ブロック【線状ブロック】

Q 3. Bの点字ブロックは何を意味するの？

→注意を表す点字ブロック【点状ブロック】

Q 4. どうして黄色なの？

→ロービジョンの方が安心して歩けるよう黄色にしてある。景観に合わせて道路の色と同じグレー色の点字ブロックもあり、色に関する決まり事はないのが現状。
(点字ブロックの形については決まり事(J I S規格)が設けられているが、見分けやすさについては今後統一しようとしている)

町で見かける点字ブロック①

Q 1. 何番の点字ブロックがおかしいかな？

【正解は①番】

手前の線状ブロックの設置方向が間違っています。又、曲線をつくらない為にも、マンホールと点字ブロックが重ならないよう設計をしなければなりません。



町で見かける点字ブロック②

どうしても移動出来ない場合にはマンホールの上に点字ブロックを配置します。



<手引きをするときは>

手引きをする時は、最初は緊張から肩に力が入ったりするかもしれませんが、ガイド者がそういう状態だと、高齢視覚障害者は歩くのがとても不安です。あまり意識せず、気軽に一緒に歩くという気持ちで手引きすると良いでしょう。

絵のようにガイド者が右腕を貸して①少し前に出るようにし、歩きやすいフォームで手引きしましょう。歩く速度を相手に合わせることも大事なことです。どんな場面でも後ろから押したり、無理に引っ張るような手引きは絶対にしないでください。

高齢視覚障害者の中には、肩に手を添えるほうが良い人、手をつないだ方が歩きやすい人がいます。その場合は、やはりガイド者が、②相手が望む手引きに慣れるべきですが、ためしに絵のような手引きも一緒に練習してみてくださいはどうでしょうか。また、同僚や仲間の人達とアイマスクを交互に着用して、手引きの練習をすることも良いと思います。

①について

職員が前に出すぎたり、逆に職員との距離が近すぎたりすると、視覚障がい者が情報を適時に得ることが難しくなる場合があります。基本的な手引きの方法として、視覚障がい者が腕を直角に曲げた状態で職員の腕を持つと適度な距離を保ちやすいといわれています。

また、握る腕は右腕に限定せず、相手にその都度確認しながら対応します。

②について

視覚障がい者の身長や体格、年齢、性別などにより、希望する誘導スタイルが異なります。また、歩き出す前の打ち合わせでは、相手の希望を聞き、十分な要望を引き出すためにも、コミュニケーションを図ることが不可欠です。

歩きやすい姿勢は、人によって異なるため、本人にそのつ都度確認しながらガイドをし、相手が安心・安全に、また、自然で快適に歩けるよう臨機応変に対応しましょう。

そのためにも、視覚障がい者との間に信頼関係を築くことが重要です。



移動援助の基本姿勢

腕を組むと危険時に職員と利用者とは衝突をする恐れがある為、危険を回避するゆとりが必要である。

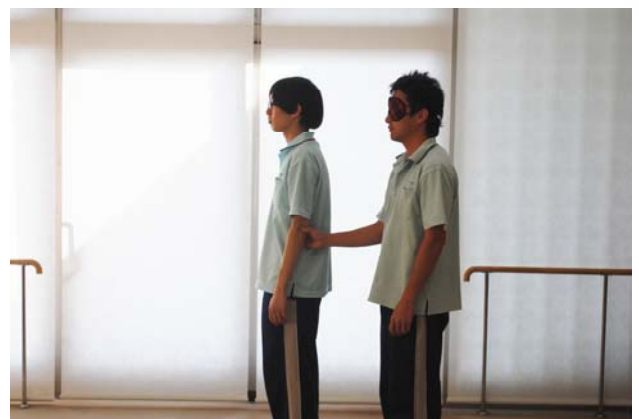


職員が利用者の動きを制限している。
また、無理矢理に連れ歩いているように見えた目も悪い。

職員との間隔が開きすぎると溝を渡る時や、階段を上り下りする時、踏み外す危険性が高くなる。



移動援助の基本的な姿勢。利用者の身長が高く、身長差がある場合には、職員の肩につかまることもある。



移動援助の注意事項

安全性の確保

→安全な歩行順路を選び、危険な箇所は手で触れてもらう。

効率性の向上

→無駄な動きを少なくする。

見た目自然な動き

→動きを制限しない。(腕を組む等)

お互いにやりやすい方法

→信頼関係を構築させ、個々に応じた歩行援助を行う。

(難聴のある方には聞こえる耳側に歩行援助へ入る等)

<階段や段差では>

手引きをしていると、①段差が結構多いことに気づくと思います。ガイド者にとって、階段は特に神経を使うことです。階段の前では一旦止まり、②「階段を上がります」と声をかけてから、③手引きの姿勢のまま上がってください。しかし、屋内で手摺りがあり、高齢視覚障害者も手摺りにつかまった方が歩きやすい場合は、その通りにしてください。5段程度の階段は、上がり降りする前に、「5段上り（降り）ます」と声をかけ、長い階段では上り（降り）きる前に「あと2段です」と声をかけると親切です。

段差も同じ要領です。前で一旦止まり、「小さく一段上り（降り）ます」と声をかけましょう。小さな段差だから大丈夫、と勝手に判断すると、意外に小さな段差でつまづき、転倒することが多いので気をつけましょう。一旦止まり、**適切な声かけ**が基本ですので覚えておきましょう。

①について

一口に「段差」と言っても、上向きや下向き、高さも1cm程度から20cm程度までと様々です。そのため、「段差」という言葉だけでは十分には伝わりません。段差の前では、上がっているのか、下がっているのかなど、土や岩、木の根が出ているなど、路面の状態を十分に伝えることが重要です。

②について

階段は、視覚障がい者にとって最も緊張する場所のひとつです。階段を昇降する際には事前に、上りか下りか、何段位の階段かなど、階段の様子を伝えることが重要です。その上で、最初の1段目は必ず本人に確認してもらうようにしましょう。また、踊り場のある階段では、「あと何段で踊り場です」「踊り場に着きました」などの声をかけ、視覚障がい者が安心して歩けるように配慮することが大切です。

③について

視覚障がい者は、職員と歩くことで安全を確保し、言葉や職員の腕などからさまざまな情報を得ることができます。階段でも、平地での手引き姿勢を崩すことなく、職員が一段前を歩くように昇降することで、安全に歩行することが可能になります。階段だからと言って姿勢やスピードを変えると、不自然な上に危険も伴います。階段を昇降する際にも、姿勢や立ち位置、スピードは敢えて変えず、自然な姿勢を保って歩きましょう。

また、広い階段での斜め上りは危険なので、必ずまっすぐ上るようにしましょう。

階段移動の援助

- ①. 階段の手前で止まり、階段を上ることを伝える。(写真右:職員 写真左:利用者)



- ②. つま先で階段の位置を確認してもらう。



- ③. 職員は利用者がいる側とは逆側の足を先に一段上げて準備をする。



- ④. 声掛けをして、階段を上り始める。利用者は職員より半歩遅れて上ることになる。



- ⑤. 上っている最中は視線が足下だけにとられないよう注意する。



- ⑥. 上り切った際には立ち止まり、上り終わったことを伝える。階段を下りる時の手順も同様である。



〈車の乗り降り〉

①乗用車やタクシーに乗る時には、②車がどちらの方向を向いているか知らせるためにも、まず、③開いているドアに手を触れてもらい、次に屋根のところに触れ、高さを確認してもらい、座席に触れてもらおうと、高齢視覚障害者は一人でも車に乗れます。特に、④高さの確認は忘れないようにしてください。確認をしても、つい頭をぶつけることもありますので、車の乗り降りに慣れていない高齢視覚障害者の場合は、ガイド者が屋根の縁のところに手を添えるといいと思います。

⑤降りる時は、ガイド者が先に降り、足を降ろすところが安全か確認をしてください。良くあることですが、歩道に近いところに車が止まっていることがあります。⑥その場合は、歩道から少し離れて車を止めてもらおうか、「足を前にのぼして降りてください」などと声を掛けてあげましょう。

①について

利用者を移動介助するとき、タクシー等の車を利用することがあります。車の乗り降りをするとき、利用者が車の屋根に頭をぶついたり、ドアに手を挟まれたりといった危険は十分に考えられますので、移動介助には充分注意を払いましょう。

②について

利用者に車の向きを伝えることで、座席に反対向きにかけようとするような失敗がなくなります（ドアの正面に立ち、『向かって左側が車の前方です。』といったかたちで伝える）。また、「普通乗用車」「ワゴン」「2ドア」等の車のタイプを知らせると、利用者は車のイメージをつかむことができるので、乗り降りの行動がスムーズになります。

③について

利用者がドアを開けるとき、少し後退する必要がある為、ゆとりのある空間で安心して乗れるよう配慮をしましょう。職員は利用者の※手の甲を屋根に、もう一方の手の甲をドアに導きます。利用者が車の前方を見るような姿勢をとれるように、職員は屋根に接触する手、ドアに接触する手を判断します。

※手の甲は、手のひらを伸ばした状態よりも危険な時、瞬発的に手を引いて回避することができます。また手のひらの汚れや手指の怪我などを防ぐことができます。

④について

必ず高さを確認して頂き、利用者が頭を打たないよう細心の注意を払う必要があります。頭から乗り込もうとすると、頭をぶつけやすいので、かならずお尻から乗り込むようにしてもらいましょう。職員が続いて乗る場合、利用者が奥につめます。また、ドアを閉める際には、利用者が手を挟まないよう細心の注意を払ってください。

⑤について

ドアの開閉は、駐車場所や交通事情によっては、非常に危険を伴うことがありますので、安全には充分配慮をしてください。運転者が、車の前後の安全を確かめてドアを開けても良いことを伝えてから、職員が先に外へ出ます。職員はドアの外で利用者が車から降りてくるのを待って下さい。利用者自身がドアを開けるのは避けて、職員がドアを開ける方が安全です。職員はドアを開けることを利用者に伝えて、ドアを開けるまでは車内で待機するよう伝えます。

⑥について

降りるときは職員が先に降り、足場の安全を確認します。また、必要に応じて足場の状況を説明してください。利用者は、足をまず外に出し、片手を開いているドアの上に置き、もう一方の手で屋根を押さえて外に出ます。職員は、利用者が頭をぶつけないよう注意して見守ってください。慣れない職員は、利用者が降りるときに介助をしようとしませんが、利用者にとって、降りるときに介助をされると動きがとれなくなり、かえって危険です。お店や病院などに出掛ける際は、障がい者専用乗降地を活用すると便利です。

車に乗るときの援助①



車に乗るときの援助③



車に乗るときの援助②



車に乗るときの援助④



電車乗降介助の場合

1. 電車がプラットフォームに入ってくるまでは、プラットフォームの端から十分に離れた位置で待つ。離れて待つことで、電車の音に対する恐怖心も軽減される。
2. 電車がホームに入ってきたら、職員は利用者がドアの戸袋側に立つように前進をして止まる。
3. 乗客が降り終わるのを確認してから、職員は「ドアの前です。」と伝え、利用者に電車へ乗る準備をして頂く。また、「ホームと電車の隙間が10cmくらいあります。」などと電車とホームの隙間がどれくらいあるかを伝える。
4. 慣れている利用者であれば、手摺りを利用しないでそのまま電車に乗り込むことができるが、手摺りを利用することによって、電車との位置関係がわかるとともに、利用者に安心感を与える。白杖を持っている場合、通常、白杖を持ったまま手摺りを握る。しかし、職員の腕を握っている方の手の脇に白杖を挟む場合もある。また、電車へ乗り込む際、職員はホームと電車を跨いだ状態で半身になり、利用者が隙間から落ちることのないよう動作を見守る。跨ぐ足は利用者が掴まっている腕とは反対側の足を使い、利用者が乗り込むタイミングに合わせて、ホームに残したもう片方の足を入れる。降りるときも同様です。

バス乗降介助の場合

1. 基本姿勢のまま、乗降口手前で一端止まり、バスの乗降口であることを伝え、バスに乗る準備をして頂く。
2. 利用者の空いている方の手（あるいは白杖を持っている手）をステップの手摺りに導く。
3. 乗り口が狭い場合には職員を先頭に列になり、階段の段数を伝えて乗り込む。その際、一段ごとに立ち止まり、利用者の動きに合わせてゆっくりと上がる。利用者が手摺りを使わず、白杖を操作している場合は、階段のステップの一段ごとに白杖を接触させて確認しながら乗り込む方法もある。降りるときも同様です。

〈椅子にかけてもらうには〉

目の不自由な人を椅子にかけさせようとする時、うしろや前から①両肩を押したりする人がいますが、もっともしてはいけないことです。

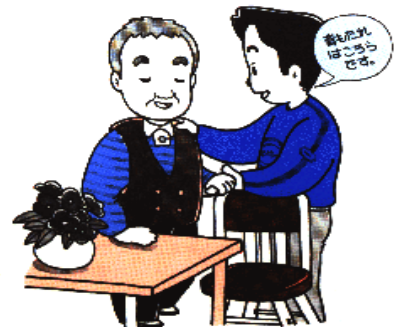
椅子にかけてもらう時は、②椅子の背に手を触れてもらい、テーブルがある場所は、テーブルにも手を触れてもらった方が高さや座る位置もわかりますのでいいと思います。③和室の場合は、座布団の位置を手で教え、座る向きも知らせてあげましょう。

どういう場面でも、説明や物の位置を知らせる時など、人前では、あまり大きな声を出さないようにしたいものです。④高齢視覚障害者が恥ずかしい思いをし、人格を傷つけられるからです。聞こえる程度に説明し、まわりからも④自然な振る舞いに見えることが大切です。

①について

利用者を椅子に腰掛けさせるとき、後ろから両肩をつかんだり、身体を抱きかかえたりしないよう注意をしてください。

利用者は椅子のタイプ・位置・向きがわかれば一人で着席することができます。



②について

背あてのある椅子への着席する場合、職員は基本姿勢で、利用者が背あて前に来るように椅子に近づき、そこで立ち止まります。

次に職員は、利用者の手をとって、その手の甲をいすの背あてに接触させ、背あての椅子があることを伝えます。

一人がけの椅子やソファ、キャスター付きかどうか等の椅子の種類、テーブルのあるなし、ソファの配置等を説明すると、利用者は安心して椅子に座ることができます。

テーブルがある場合、職員は、利用者のもう一つの手をテーブルに接触させて、椅子とテーブルの位置関係を確認してもらいます。

③について

背あてのない椅子や座布団へ着席する場合、職員は基本姿勢で、利用者が椅子の前に来るよう近づき、そこで立ち止まります。職員は、空いている手で利用者の職員の肘を握っている手をとって、その手の甲を椅子のシートに接触させて、椅子があることを伝えます。「正面にソファがあります。」「正面に座布団があります。」等、言葉で座る物の種類を伝えてください。何人掛けか、着席数、テーブルのあるなし等を説明すると、利用者は安心して座ることができ

ます。すでに人が座っている場合は、「左端に人が座っています。」等の説明を加えることで周りに配慮をすることが出来ます。テーブルがある場合には、職員は、利用者のもう一つの手をテーブルに接触させて、椅子とテーブルの位置関係を確認してもらいます。

椅子に座る時の援助（テーブルがない場合）

- ①. 基本姿勢で椅子に近づき、イスの上に物が置かれていないことを確認してから、椅子があることを伝える。



- ②. 職員は利用者の片方の手を取る。



- ③. 片方の手を椅子の背もたれに導く。背もたれがないイスの場合は、座席の上に触れてもらう。



- ④. 腰を掛ける動作に援助は必要ない。



椅子に座る時の援助（テーブルがある場合）

- ①. 椅子とテーブルがあることを伝え、片方の手を背もたれに導く。



- ②. もう片方の手をテーブルに導き、腰を掛ける動作に援助は必要ない。



④について

障がい者を取り巻くバリアとその影響（物理的バリア）

歩道上のフラワーポット・電柱等の固定された障害物、道路横断の場所がわからない段差、白杖を操作しにくい路面の凹凸など、数えるときりがありません。駅の誘導ブロックの設置、自動販売機の点字表示、音声情報、公共施設の誘導チャイムなど、バリアフリーの考えから徐々に解決されている問題もあります。視覚障がい者だけが利用しやすいという観点ではなく、利用するすべての人が、快適に生活しやすい環境を整備していくことが大切です。

障がい者を取り巻くバリアとその影響（社会的バリア）

視覚障がい者が企業に就職するのは非常に難しい状況にあります。中には就職試験を受験することすら拒否されている例もあります。視覚障がい者は、その障害を克服し、障がいのない人と同じ立場で、生きていこうとしています。社会的バリアは、そのような障害をまったく無視し、差別することにつながり、視覚障がい者に対して同じ出発点に立てない不満や焦燥感を与えてしまいます。

障がい者を取り巻くバリアとその影響（心理的バリア）

視覚障がい者は、多くの偏見を持たれています。視覚障がい害があるから見えない、見えないから何も出来ないという図式で、単純に理解されているところがあるようです。視覚障がい者は、『見えないからある行動ができない』のではなく、『見えないからどのように工夫したらその行動ができるか』を考えているのです。つまり、見えなくてもほとんどの行動は出来るのです。心理的バリアは、すべての行動や考えを視覚障がいのせいにするところから始まっています。このバリアを取り除くには、視覚障がい者との付き合いの中で、生きることのすばらしさを共感することが大切です。

〈席についたら・席をはずすときは〉

担当している高齢視覚障害者が、視力障害者の会のメンバーだったり、老人クラブに入っている場合、会合の機会もあると思います。会合の場所に一緒に行く時は、前もって、道順を調べておき、時間も十分余裕をもたせて出かけましょう。

①会場の席に着いたら、中の様子を説明します。例えば「正面は左で、いまのところ30人ぐらい来ています」というようにです。正面の方向を教えないと、スピーカーの方を見てうなずくことになります。また、隣や向いの人の名前がわかる時は、教えてください。

援助者が電話をかける用事ができたり、物を取りに行かなければならず②席をはずすときは、「ちょっと、席をはずしますから」と、必ず声をかけてから席をはずして下さい。だまって席をはずすと、高齢視覚障害者がいない相手に向かって話しているということにもなります。

①について

視覚障がいのある方は、ガイド側の声掛けにより周囲の状況を理解しイメージするので、会場の席に着いたら、会場の状況について視覚から得られる情報を伝えます。

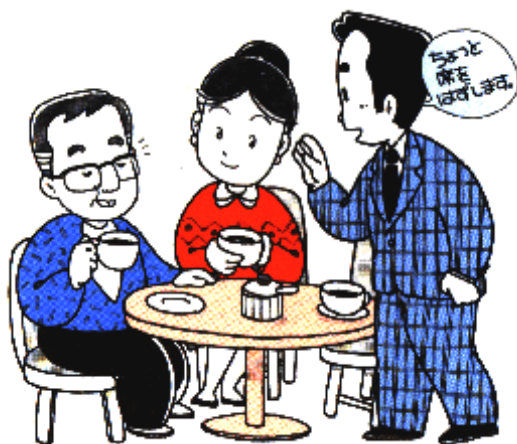
たとえば、室内の広さや様子、座席の位置や配置、すでに会場にいる人数、関係者や知人などの情報を具体的に伝えることでその場の状況を理解してもらえます。

状況や場面にもよりますが、説明する声の大きさや、座る場所に配慮することが必要です。

②について

視覚障がい者は黙って席をはずされると、いなくなったことが分からず困ります。

席をはずす以外でも、一時的にそばを離れる時はその場の状況を説明しできるだけ壁や柱などに触れて待ってもらいと、安心して待つことができます。



〈お風呂に入るときは〉

在宅の高齢視覚障害者の場合、お風呂は一人ではいることが多いと思いますが、お風呂場の中が整理されているか見てください。物が多過ぎたり煩雑だと、入浴中につまづき転倒することもあります。特に石鹸には十分気をつけるよう話してください。できればポンプ式の液状石鹸を使うことを勧めてみてはどうでしょうか。シャンプーとリンスのボトルの区別は片方にテープをはるなどの工夫もいいですが、後述するバリアフリー商品の利用も勧めてみてください。

①自宅以外のお風呂にはいる時は、援助者が老人と同性的場合は一緒にはいり介助できますが、異性的場合は、お風呂場の浴槽や洗い場、石鹸の位置などを良く説明し、一人で入浴してもらいます。脱衣場では、なるべくわかりやすい位置（棚の一番端など）にかごを置いてもらおうと、入浴後も一人でかごを見つけれられます。

衣類を着るとき、裏表や前後ろを間違えることがあります。下着（シャツ）などについているタグの位置を確認し着るように教えてください。丸首のセーターも判りにくいので、内側に布などを縫い付け、しるしにする工夫も良いと思います。

援助者が一緒にお風呂にはいるか、介助できる時は、高齢視覚障害者の状況（湿疹など）にも注意してください。

①について

施設以外のお風呂の場合、脱衣室や浴室内の広さや様子、シャワーや浴槽などの位置情報を具体的に伝えることで一人でも入浴することが可能となります。

入浴援助の留意点

1. 浴室内に石鹸やカミソリなどの危険な物が落ちていないか、腰掛けや洗面器が通路にあたる部分に置かれていないか等を注意しましょう。
2. 浴室内で利用者が移動する時は、援助者が声掛けや手引きをし、利用者間の衝突がないよう気を配りましょう。
3. 傷や湿疹など皮膚の状態に気をつけ、早期発見に努めましょう。
4. 利用者の体調や顔色などに気を配ることが大切です。特に、心疾患や高血圧等持病がある人は、看護師が入浴前にチェックするなどの配慮も必要です。
5. 援助者の都合で急がせず、ゆったりとした気分で入浴できるよう配慮することが大切です。

〈外出先のトイレでは〉

①外出先でトイレに行く場合、お風呂と同じで、②援助する老人が異性の時は困ります。その時は、周囲の人に事情を話し、トイレの中にはいり、③便器やトイレットペーパー、洗面所の位置を説明し、終わった時点で声をかけるよう話し、トイレの外で待ちます。

便器の位置を教えるには、男性の場合は、小便器上の中心か、便器の両サイドに手を触れてもらいます。女性の場合、水を流すレバーと洋式便器のフタに手を触れてもらいますが、和式は判りにくいので、位置の確認を特に丁寧に知らせましょう。

①について

あらかじめ外出先が判明している場合は、トイレの有無や有る場合のトイレの状況を確認するなど、外出先に使いやすいトイレが確保されているか事前に確認しておきましょう。

②について

極力同性介助に努めましょう。介護者マークや、介助中であることを示す名札等を携帯して、周囲から理解を得る方法もあります。

③について

本人の希望に応じて、洋式・和式のタイプを選択しましょう。

使用前のトイレの状態を確認して、汚れていないか確認しましょう。

以下の箇所においても、詳細な状況をお伝えましょう。

1. トイレ内の広さ
2. 段差の有無
3. 履物の有無
4. 鍵の使い方
5. ウォシュレット機能の位置
6. 手すりの位置
7. 水洗レバーの位置
8. トイレットペーパーの位置
9. 点字があればその有無



〈掃除と洗濯のときは〉

掃除や洗濯は、高齢視覚障害者自身でもらうのが基本です。掃除はなるべく、ほうきではなく①掃除機を使ってもらった方がきれいに掃除できますようですが、とは言っても触覚だけできれいになったかどうかを確かめますので、ほこりやちりが残っていることも良くあります。訪問時に部屋の掃除をする時は、なるべく一緒にすると、ほこりやちりが残りやすい場所を教えられます。

掃除をしながら、物を移動する時は、特に注意が必要です。②一見煩雑に見えても、高齢視覚障害者は自分の判りやすいように物をならべていたり、重ねています。物を動かすときは必ず本人に確認し、掃除後は必ずもとの位置に置くようにして下さい。

洗濯は、今ではほとんど洗濯機で行なっていると思いますが、なるべく操作の簡単な全自動洗濯機を使うよう勧めましょう。洗濯機や乾燥機でわかりにくいのが、機能や時間設定のタッチ・パネルです。機械の機能をよく説明して、③本人が使いやすい方法を話し合い、点字かテープで印をつける等援助しましょう。

①について

掃除機の効率的な使用方法を助言しましょう。大切な物を失くさないためにも普段から床には物を置かない習慣を付けていただきましょう。

②について

本人の意思を尊重した上で、仕切り板や小箱など、分かりやすい場所に効率的に収納出来る方法を助言してみましょう。

③について

共同での洗濯機使用の際、使用前の確認事項として、自分の衣類の枚数や前の使用者の残った衣類がないかを確認する習慣をつけて頂けるように助言しましょう。

洗濯機の使用と併せて、洗剤や漂白剤・柔軟剤など、各メーカー・種類別に使用量が異なる為、適正量や適切な計り方を伝えましょう。

洗濯物を干す際、使用する物干し竿やハンガー等において、位置や高さを本人と一緒に確認しましょう。また、外に干しているときは、天候の変化に注意し、必要に応じて本人に伝えましょう。

〈代わりに読む、書く〉

家族からの手紙や新聞などを代わりに読むことを①代読と言います。読む時は、ゆっくり、はっきりを心掛け、固有名詞など分からない文字は、どんな文字かを説明し、読み方を聞いて下さい。また、必ず辞書を携帯しておくようにしましょう。

②代筆（代わりに書く）は、高齢視覚障害者が言うとおりに正確に書き、文字が分からないときは聞くか、辞書で調べます。けっして、じょうずに書く必要はありませんが、はっきりと丁寧に書きましょう。

③代読も代筆も、プライバシーにかかわることが多いですので、他人に知らせることのないように、特に注意が必要です。

高齢視覚障害者の中には点字の読み書きができる人もいます。④援助者が点字ができれば、老人とのコミュニケーションは更に広がります。点字は難しいものと決めつけしないで、取り組んでみましょう。

①について

書かれている文字以外に絵や柄などが表記されている場合、その特長を分かりやすく明瞭簡潔に併せて伝えましょう。

難聴傾向の方や理解・認識に時間がかかる方の場合、内容の把握の程度を随時確認することを心がけて、相手に合わせながら読む速さを調整しましょう。

②について

代筆をした際、内容を一読した上で、固有名詞や表現等に間違いがないか、必ず本人への確認を行いましょ。

③について

同室者や周囲に他者がいる場合、必ず代読や代筆してもよいかを本人に確認するようにしましょう。内容によって別室を用意するなど、聞きやすい適切な環境を作る配慮も行いましょう。

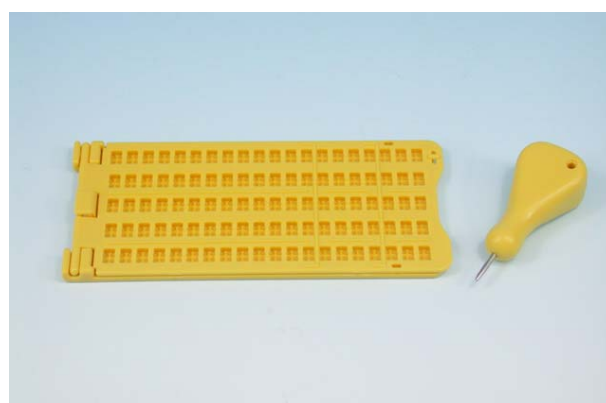
④について

点字用具には、様々な使いやすいものが使われています。パソコンや専用プリンター等を活用し、より身近なものとして習得するように努めましょう。

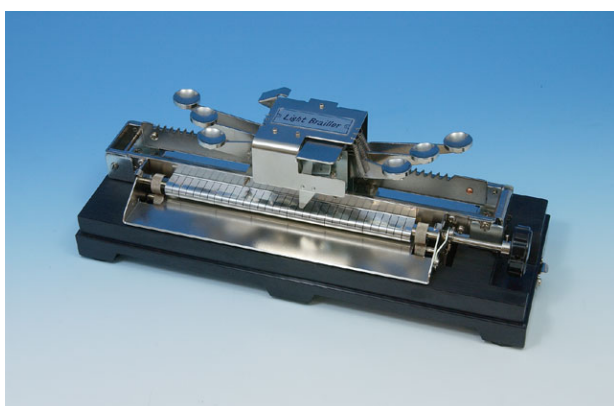
点字用具について



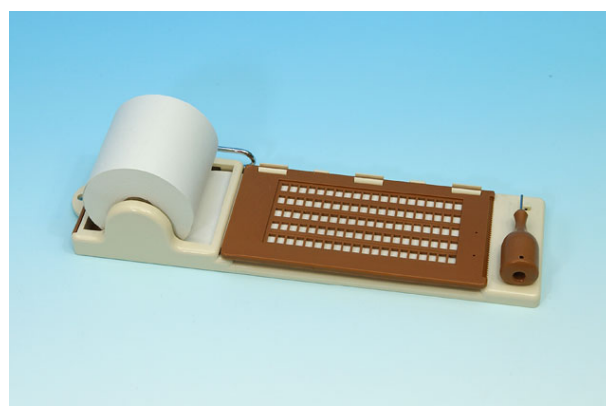
点字盤



小型点字器



点字タイプライター



テレホン点字メモセット



ブリスタ

※ブリスタ … 1行幅のロール紙タイプの点字用紙を使用する点字速記用タイプライターです。キーを打つと、本体内部にセットされたロール状の紙テープに点字が連続的に出てきます。打った点字をすぐに読む事ができるので、盲ろう者のコミュニケーション機器として最適です。

点字郵便物等について

郵便法第27条に基づいて郵便料金の料金免除・料金減額を受けることができます。

内 容

点字郵便物、特定録音物等郵便物の郵便料金が無料になります。但し速達、書留等の特殊取扱いは有料です。



対 象

1. 点字郵便物は点字のみを掲げたものを内容とするもので、郵便物の表面左上
部（横に長いものは表面右上部）に「点字用郵便」と明瞭に記載されたもの。
2. 特定録音物等郵便物は、盲人用の録音物又は点字用紙を内容とするもので
郵便事業株式会社の指定する施設が発受するものを指します。
3. 点字郵便物、特定録音物等郵便物ともに重量は3kg まで、開封とします。

窓口 … 郵便局株式会社の郵便局又は郵便事業株式会社の支店

ゆうパック等の料金減額（身体障がい者）

内 容

点字ゆうパック（小包）、心身障害者用ゆうメール（冊子小包）

聴覚障がい者用ゆうパック（小包）の運賃が減額されます。

対 象

1. 点字ゆうパックは、点字のみを掲げたものを内容とするものを指します。
（重量は30kg までとします。）・・・重量3kg まででは一般のゆうメールの基
本料金の半額。重量3kg を超え30kg まででは一般のゆうパック（小包）の
旧重量制料金の半額。（詳しくは郵便局などにお尋ねください。）
2. 心身障がい者用ゆうメールは、身体に重度の障がいがある方又は知的障がい
の程度が重い方と一定の図書館との間で発受される冊子とした印刷物を指し
ます。（重量は3kg までとします。）・・・ゆうメールの基本料金の半額
3. 聴覚障がい者用ゆうパックは、聴覚障がい者用ビデオテープを内容とし、聴
覚障がい者と郵便事業株式会社の指定する施設との間で発受されるものを指
します。（重量は、3kg までとします。）・・・ゆうメールの基本料金の半
額。

窓口 … 郵便局株式会社の郵便局又は郵便事業株式会社の支店

参考文献

- ◆ガイドヘルパー研修テキスト（視覚障害者編）
ガイドヘルパー技術研修会監修 中央法規 P. 23～P. 28
- ◆ラジオは脳にきく 板倉 徹 東洋経済新報社 P. 5～P. 6
- ◆盲老人援助マニュアル 全国盲老人福祉施設連絡協議会 P. 24

ふれあう 職員研修用改訂版 編集委員

- ◆ 正田静香（ひとみ園・埼玉県）
- ◆ 中村 順（明光園・群馬県）
- ◆ 河西 悠（横須賀養護老人ホーム・神奈川県）
- ◆ 忠 雅巳（胎内やすらぎの家・新潟県）

編集後記

◆ ひとみ園 正田静香

頼もしい編集委員に助けて頂き、長かった編集作業も無事に終わりホッとしました。

校正・編集の大変さを痛感しながらも「ふれあう」を何度も読み、気づきや勉強になる事の多い時間でもありました。

盲老人ホームで働く職員の方にケアの向上・専門性を高める目的として活用して頂けると嬉しいです。

◆ 明光園 中村 順

この度、高齢視覚障がい者支援のガイドブックを職員研修用に改訂した「ふれあう改訂版」が完成致しました。

本書では、図表や写真等を活用しながら、ガイドブック原文の重要箇所には注釈を付すなどの工夫を行い、高齢視覚障がい者支援に携わる職員の方々がわかりやすく学習できるよう努めました。

このテキストが職員の資質向上に繋がることで、高齢視覚障がい者の生活がより一層豊かなものになることを願います。

最後に、編集にあたってご協力を頂いたすべての方々に感謝を致します。

◆ 横須賀養護老人ホーム 河西 悠

初めて視覚障がい者とかかわる時、どう接すればいいのかわからず戸惑ってしまう人は少なくないと思います。しかし、自分が不安な気持ちでいると、視覚障がい者はそれを敏感に感じとります。

視覚障がい者と接する時には、適切な言葉かけが不可欠ですが、意識しすぎる必要はありません。

本書も活用しながら、基本的な支援方法を学んでいただき、自然なかかわり方を身につけていただけたら幸いです。

◆ 胎内やすらぎの家 忠 雅巳

編集・校正作業のほか、それぞれの施設で起こっている問題や課題等についても情報交換を行い、連携を深めながら活動してきました。

完成した「ふれあう・職員研修用改訂版」を新任職員の育成や内部研修の教材として活用していただき、よりよい支援の実践に役立てていただければ幸いです。

関東・甲信越地域生活相談員連絡会名簿

聖明園 曙荘 (東京都)	〒198-8531	電話	0428-24-5701
	青梅市根ヶ布 2-722	FAX	0428-24-3871
		mail	say-sei@abelia.ocn.ne.jp
ナザレ園 (茨城県)	〒319-2103	電話	029-296-0317
	那珂市中里 345-2	FAX	029-296-0318
		mail	mourou@nazareen.or.jp
横須賀 養護老人ホーム (神奈川県)	〒239-0841	電話	046-839-2738
	横須賀市野比 5-5-6	FAX	046-839-2739
		mail	yokosuka-yogo@kanagawa-swc.com
明光園 (群馬県)	〒371-0221	電話	027-283-3258
	前橋市樋越町 19-1	FAX	027-283-8140
		mail	meikoen@rapid.ocn.ne.jp
松ヶ丘葵荘 (群馬県)	〒321-4104	電話	0285-72-2615
	芳賀郡益子町大沢寺前 2492-1	FAX	0285-72-2698
		mail	
光の園 (長野県)	〒399-2101	電話	0285-72-2615
	下伊那郡下條村睦沢 7103	FAX	0285-72-2698
		mail	tokuyou@hikari-sono.com
猿田荘 (千葉県)	〒288-0855	電話	0479-33-1385
	銚子市猿田町 440	FAX	0479-33-1676
		mail	sarudasao@titan.ocn.ne.jp
青い鳥老人ホーム (山梨県)	〒406-0004	電話	0553-26-6631
	笛吹市春日居町小松 855-192	FAX	0553-26-6632
		mail	Yarhm.aox@miracle.ocn.ne.jp
胎内やすらぎの家 (新潟県)	〒959-2823	電話	0254-48-3134
	胎内市熱田坂 881-86	FAX	0254-48-3969
		mail	yasuragi@poem.ocn.ne.jp
ひとみ園 (埼玉県)	〒366-0811	電話	048-573-5222
	深谷市人見 1665-3	FAX	048-573-6633
		mail	hitomien@w3.dion.ne.jp
第二静光園 (静岡県)	〒431-2102	電話	053-428-3128
	浜松市都田町 8091	FAX	053-428-3217
		mail	dai2seikoen@peace.ocn.ne.jp
緑光園 (福島県)	〒960-0211	電話	024-542-8822
	飯坂町湯野字梁尻 1-1	FAX	024-542-8823
		mail	jimu-r@ryokukouen.or.jp

NPO法人 全国盲老人福祉施設連絡協議会加盟施設一覧

施設名	都道府県名	住 所	メールアドレス	電話番号
① 恵明園	北海道	江別市豊幌美咲町 23-8	keimeien@yuaifukushi.jp	011-383-3351
② 旭光園	北海道	旭川市7条通 17丁目 83-12	a-light@potato8.hokkai.net	0166-24-1215
③ 津軽ひかり荘	青森県	弘前市大字百沢字小松野 87-175	hikarisou@sh-aiseien.jp	0172-83-2216
④ 松峰園	秋田県	秋田市浜田字陳ヶ原 15-8	shouhou@shoujukai.jp	018-828-6600
⑤ 祥風苑	岩手県	大船渡市猪川町字富岡 176	shige-seijinkai@clock.ocn.ne.jp	0192-26-3111
⑥ 松風荘	宮城県	名取市手倉田字山 208-1	shoujuen@miyagifukushikai.or.jp	022-384-0753
⑦ 胎内やすらぎの家	新潟県	胎内市熱田坂長崎野 881-86	yasuragi@poem.ocn.ne.jp	0254-48-3134
⑧ 緑光園	福島県	福島市飯坂町湯野字 梁尻 1-1	jimu-r@ryokukouen.or.jp	024-542-8822
⑨ 松ヶ丘葵荘	栃木県	芳賀郡益子町大沢 2492-1	0285-72-2997 (FAX)	0285-72-2615
⑩ ナザレ園	茨城県	那珂市中里 345-2	k1nazare@aurora.ocn.ne.jp	029-296-0317
⑪ 明光園	群馬県	前橋市樋越町 19-1	meikoen@rapid.ocn.ne.jp	027-283-3258
⑫ 光の園	長野県	下伊那郡下条村睦沢 7103	tokuyou@hikari-sono.com	0260-27-2246
⑬ ひとみ園	埼玉県	深谷市人見 1665-3	hitomien@w3.dion.ne.jp	048-573-5222
⑭ 猿田荘	千葉県	銚子市猿田町 440	sarudasou@titan.ocn.ne.jp	0479-33-1385
⑮ 聖明園曙荘	東京都	青梅市根ヶ布 2-722	seimeien@ceres.ocn.ne.jp	0428-24-5701
⑯ 横須賀第一老人ホーム	神奈川県	横須賀市野比 5-5-6	yokosuka@kanagawa-swc.con	046-839-2738
⑰ 青い鳥老人ホーム	山梨県	笛吹市春日居町小松 855-192	yarhm.aox@miracle.ocn.ne.jp	0553-26-6631
⑱ 自生園	石川県	小松市上荒屋町ソの 4-10	info@jishoen.com	0761-65-1800
⑲ 第二静光園	静岡県	浜松市北区都田町 8091-8	seikouen-2@hikarinosono.or.jp	053-428-3128
⑳ 第二光が丘ハウス	福井県	丹生郡越前町朝日 22-7-1	somu-2@kodoen.or.jp	0778-34-1220
㉑ 福寿園	愛知県	田原市六連町神ノ釜 9-3	yogo@fukujuen.or.jp	0531-27-0008
㉒ 瀬古第二マザー園	愛知県	名古屋守山区瀬古 2-301	mather@nagoya-lighthouse.jp	052-792-5556
㉓ 梨ノ木園	三重県	伊賀市朝屋 734-1	nashinokien@iga-sjk.or.jp	0595-23-1555
㉔ 船岡寮	京都府	京都市北区紫野花ノ坊町 11	funaoka@kyoto-lighthouse.or.jp	075-463-4649
㉕ 槻ノ木荘	大阪府	高槻市塚原 1-8-1	zai-tukinoki1971@etude.ocn.ne.jp	072-694-0716
㉖ 五色園	兵庫県	洲本市五色町鳥飼浦 2277-3	goshikien@a.ocn.ne.jp	0799-34-0550
㉗ 千山荘	兵庫県	神戸市灘区鶴甲 5-1-50	senzou-sou@lime.ocn.ne.jp	078-841-4504
㉘ 慈母園	奈良県	高市郡高取町大字壺阪 3	jiboen@sunny.ocn.ne.jp	0744-52-2350
㉙ 喜望園	和歌山県	和歌山市楠本 266	info@kiboen.or.jp	073-462-3933
㉚ 鶴海荘	岡山県	備前市鶴海 2401	tsurumi@oka.urban.ne.jp	0869-65-8975
㉛ かんなび園	島根県	簸川郡斐川町上直江 1829-1	kannabien@ka-na.jp	0853-72-0009
㉜ 白滝園	広島県	三原市小泉町 116-1	sirataki@mail.mcat.ne.jp	0848-66-3214
㉝ 春光苑	山口県	下関市大字永田郷 440-3	syunkouen@yamamou.com.	083-286-7300
㉞ 香東園	香川県	さぬき市寒川町石田西 680-1	mou@koutouen.com	0879-43-2557
㉟ 羽ノ浦荘	徳島県	阿南市羽ノ浦町明見 135-1	hanoura@sudachikai.or.jp	0884-44-5666
㊱ 権現荘	愛媛県	松山市権現町甲 584-1	gongensou@gaea.ocn.ne.jp	089-978-2681
㊲ 土佐くすのき荘	高知県	高岡郡日高村本村字土橋 5-5	tosa0523@orion.ocn.ne.jp	0889-24-7411
㊳ 寿光園	福岡県	筑紫野市西小田 35	jukouen@homan.or.jp	092-926-3410
㊴ 白藤の苑	福岡県	嘉穂郡桂川町大字吉隈 13-96	tikuzenfukusikai@r6.dion.ne.jp	0948-65-4141
㊵ 松月園	福岡県	福岡市南区老司 5-12-4	matudukien@mvf.biglobe.ne.jp	092-565-6264
㊶ 三国寮	大分県	豊後大野市三重町本城 2060	mikuni@ace.ocn.ne.jp	0974-22-1899
㊷ サリバン	佐賀県	唐津市相知町佐里 1646-13	hikarinosono@vc1.people-i.ne.jp	0955-62-4411
㊸ 光明荘	長崎県	諫早市有喜町 637	komyoso@gold.ocn.ne.jp	0957-28-2963
㊹ 熊本めぐみの園	熊本県	熊本市小山町 1781	baraen@baraen.or.jp	096-380-2321
㊺ 生目幸明荘	宮崎県	宮崎市大字跡江 2366	koumeisou@sat.bbq.jp	0985-47-3452
㊻ 光の岬	鹿児島県	日置市吹上町小野 1482-1	yuushinkai@po.minc.ne.jp	099-296-3033
㊼ 啓明園	鹿児島県	伊佐郡菱刈町徳辺 2202-1	keimei@po5.synapse.ne.jp	0995-26-0300
㊽ 蓮の実園	鹿児島県	阿久根市鶴川内字山崎 1443	hasu@po4.synapse.ne.jp	0996-72-2287

聴覚障害養護老人ホーム

施設名	都道府県名	郵便番号	所在地	メールアドレス	電話番号
あすらや荘	広島県	〒737-0161	呉市郷原町 2380-160	asuraya@ms.megaegg.ne.jp	0823-77-0949
やすらぎ荘	北海道	〒081-0023	上川郡新得町西 3 条北 1 丁目	yasuragi@rainbow.ne.jp	0156-64-6938

特別盲養護老人ホーム

施設名	都道府県名	郵便番号	所在地	メールアドレス	電話番号
静苑ホーム	北海道	〒069-0806	江別市新栄台 46-10	seien_jimu@yuaifukushi.jp	011-389-4165
第二権現荘	愛媛県	〒799-2653	松山市権現町甲 648-1	dai2-gongen@herb.ocn.ne.jp	089-978-1110
第二梨ノ木園	三重県	〒518-0032	伊賀市朝屋 731	nasinokien@iga-sjk.or.jp	0595-24-3030
光明園	奈良県	〒635-0103	高市郡高取町大字清水谷 150-5	koumyouen@tiara.ocn.ne.jp	0744-52-2960
聖明園寿荘	東京都	〒198-8531	青梅市根ヶ布 2-724	kotobukisou5702@gaea.ocn.ne.jp	0428-24-5702
田原福寿園	愛知県	〒441-3413	田原市六連町神ノ釜 9-3	tahara@fukujuen.or.jp	0531-27-0008
松陽苑	宮城県	〒981-1231	名取市手倉田字山 212	shouyouen@miyagifukushikai.or.jp	022-384-3663
自生園	石川県	〒923-0331	小松市上荒屋町ソの 4-10	info@jishoen.com	0761-65-1800
第三静光園	静岡県	〒433-8108	浜松市北区根洗町 681-4	seikouen-3@hikarinosono.or.jp	053-437-8288
第二胎内やすらぎの家	新潟県	〒959-2823	胎内市熱田坂長崎野 881-86	dai2yasuraginoie@miracle.ocn.ne.jp	0254-48-3134
バラ苑	熊本県	〒861-8030	熊本市小山町 1781	baraen@baraen.or.jp	096-380-2321
松涛園	秋田県	〒010-1654	秋田市浜田字陳ヶ原 35-31	Shoutou2@shoujukai.jp	018-828-7856
第二光の園	長野県	〒399-2101	下伊那郡下条村睦沢 7098-8	tokuyou@hikari-sono.com	0260-27-3566
第二鶴海荘	岡山県	〒705-0025	備前市鶴海 2401	tsurumi@oka.urban.ne.jp	0869-65-8975
富美岡荘	岩手県	〒022-0004	大船渡市猪川町字富岡 148	shige-seijinkai@clock.ocn.ne.jp	0192-27-7111
第二明光園	群馬県	〒371-0221	前橋市樋越町 19-1	meikoen@rapid.ocn.ne.jp	027-283-3912
ハートフル	岐阜県	〒501-3217	関市下有知 5367-4	heartfull@ip.mirai.ne.jp	0575-23-7001
白滝園	広島県	〒729-2361	三原市小泉町 116-1	sirataki@mail.mcat.ne.jp	0848-66-3214
松月園	福岡県	〒811-1346	福岡市南区老司 5-12-4	matudukien2@msd.biglobe.ne.jp	092-565-6838
第二白藤の苑	福岡県	〒820-0609	嘉穂郡桂川町大字吉隈字ヲベ田 13-96	tikuzenfukusikai@r6.dion.ne.jp	0948-65-4141
みなみ福寿園	愛知県	〒470-1206	豊田市永覚新町 5-194	minami@fukujuen.or.jp	0565-24-8888
山王	宮城県	〒987-2308	栗原市一迫真坂字新道満 39	sanmou@olive.ocn.ne.jp	0228-52-2880
杜の里	宮城県	〒984-0841	仙台市若林区三本塚字権太 101	morinosato3@mountain.ocn.ne.jp	022-289-7111
むさし愛光園	埼玉県	〒366-0814	深谷市大谷 241	musashi-aikoen@w6.dion.ne.jp	048-551-5511
第二慈母園	奈良県	〒636-0116	生駒郡斑鳩町法隆寺 2091-1	dai2jiboen@sunny.ocn.ne.jp	0745-75-8888
白鳥園	兵庫県	〒679-4201	姫路市林田町久保 161-2	care@skyblue.ocn.ne.jp	079-261-3939
一重の里	宮城県	〒982-0241	仙台市太白区秋保町湯元字上原 35-8	f.utsumi@morinosatofukushikai.com	022-397-3777
聖明園富士見荘	東京都	〒198-8531	青梅市黒沢 1-722	seimei@fujimi-so.jp	0428-24-5703
歳ハウス大船渡	岩手県	〒022-0003	大船渡市盛町字町 3-1	ogasawara@seijinkai.hello.info	0192-21-1112

ケアハウス

施設名	都道府県名	郵便番号	所在地	メールアドレス	電話番号
鈴が峰	広島県	〒731-5122	広島市佐伯区五日市町皆賀 104-27	misasa_suzugamine@yahoo.co.jp	082-943-8888



全盲老連

NATIONAL COUNCIL OF THE HOMES
FOR THE AGED BLIND JAPAN

マークの意味

ランドルト環は視力の単位指標として広く理解されています。

3つの輪は「盲老人」と「職員」と「地域の人々」を意味します。