

1971年 8月 7日 第三種郵便物認可(毎月6回 1の日・6の日発行)  
2006年 2月13日発行 SSKA 増刊通巻5454号

SSKA

ああるぴい

第 38 号  
2006 spring

K a n a g a w a



私たち自身で  
治療法の確立と  
生活の質の向上を目指す



J R P S 神奈川支部

## ・ 巻頭言

- 2 笑顔と明るさを取り戻すために

## ・ 神奈川支部の活動

- 3 総合カレンダー  
4 講演会のお知らせ 6月4日総会後に開催、質問も募集  
4 2月の得々講座『日常生活で困ること・その工夫』報告  
6 得々講座『ロービジョン研修会』開催のお知らせ  
7 得々講座『誘導の仕方・され方』参加者募集  
8 ♪カラオケ交流会のお知らせ  
8 つくしの会について

## ・ 情報コーナー

- 9 ドラえもんのポケット  
10 4月施行の自立支援パンフ、福祉窓口で配布  
11 画面読み上げソフトが新登場  
12 年金の基礎部分が選択可能に  
13 七沢ライトホーム「1日体験入所」のご案内  
13 意外と難しい!?! 「目薬」の正しい使い方

## ・ 神奈川支部10周年記念連載 「風のごとく明日へ」

- 16 最終回 今日から明日へ…

## ・ 投稿コーナー

- 20 「日常生活に困ること・その工夫」に参加して  
22 ウッチャンの落書きストーリー



### ◆ 今号の表紙

表紙の写真は、会員の岩佐浩司さんからの投稿で「横浜ランドマークタワー69階から見た富士山(2006/01/23 撮影)」です。

神奈川支部の会員のみなさん、マイド、ウッチャンです。

さて、佐々木さんから巻頭言を書くように言われた際、どんなことを書けばいいのか尋ねると、「なんでもいいよ、ウッチャン流でいいからね。ただ、会報の頭(あたま)に載せるから、会員以外の人達、たとえばお世話になっている関係者の方々も読むからね。それも最初にね」と、なんとも含みのある答えが返ってきました。

しかし、この時に巻頭言という言葉と、その意味を初めて知ったものですから、佐々木さんのなにやらプレッシャーをかけるようなひと言を気にする事もなく、(ナントカナルベエ)とっていました。

ところで今年の冬は、全国的に大雪となり、特に北国では大雪による被害が続出しました。神奈川でも交通機関が雪のためにマヒ状態になる事が何回かありました。その何回かの中に、新年を迎えた1月のミニ集会当日がありました。午後からの天候の悪化を懸念して、やむなく開催を中止しましたが、もしサポートセンターへ来られた方がおられましたら、外出するにはあまりに危険な天候だと判断して中止した事、どうかご理解ください。

さて、この会報がみなさんのお手元へ届くのは、3月の初めです。そして、本年度の支部活動も、3月のミニ集会と、得々講座を残すだけとなりました。今年1月には役員会が開かれ、4時間あまりにわたって新年度の活動内容を中心に活発な意見が交わされました。

役員全員の心によぎる思いは、少しでも不自由さを軽くするために、ひとつでも不安を消し去るために、なにをすべきか、何ができるのか。今年もまた、試行錯誤の1年の始まりです。

神奈川支部の会員のみなさん、役員もみなさんと同じ不安と不自由を抱えながら生活しているRP患者です。みなさんの力を貸してください。ひとりでも多くの仲間が、笑顔と明るさを取り戻すために。

副支部長・内田 知

## 神奈川支部の活動

### 総合カレンダー

- 3月 5日(日) ※得々講座「ロービジョン研修会」  
サポートセンター 301号 午後1時～午後4時30分
- 3月12日(日) ミニ集会 サポートセンター709号 午後1時～
- 3月25日(土) 陶芸クラブ 横浜ラポール 午後1時～
- 3月25・26日(土・日) 支部長会議 (千葉県)
- 4月 8日(土) ミニ集会 サポートセンター 710号 午後1時～
- 4月22日(土) 陶芸クラブ 横浜ラポール 午後1時～
- 5月14日(日) ※得々講座「誘導の仕方・され方」  
サポートセンター 708号 午後1時～4時
- 5月21日(日) 会報発送作業 サポートセンター9F 午前10時～
- 5月27日(土) 陶芸クラブ 横浜ラポール 午後1時～
- 5月27・28日(土・日) 全国大会 in ちば (千葉県)
- 6月 3日(土) ※カラオケ交流会 ビッグエコー横浜関内  
午後2時～5時
- 6月 4日(日) 神奈川支部定期総会 サポートセンター 402号

ご案内 : 5月は、得々講座開催のため、ミニ集会は行いませんので  
ご注意ください。

※…この印の項目は記事が掲載されています。

#### ◆ミニ集会の会場

ミニ集会は通常、サポートセンター(かながわ県民活動サポートセンター  
電話:045-312-1121)で開催します。横浜駅西口から徒歩10分です。  
西口から昨年11月19日にオープンしたヨドバシカメラ(旧三越デパート)のビル  
に向かって進み、その手前の横断歩道を渡ったら、右に曲がります。100mほ  
ど進むと高速道路の下に橋があるので渡り、信号のある横断歩道を渡った左  
角の建物です。点字ブロックが駅から敷設されています。

## 講演会のお知らせ 6月4日総会後に開催、質問も募集

今年のJRPS神奈川支部総会は6月4日に開催いたします(詳細は次号でご案内します)。

総会後の講演会は、かながわ難病相談支援センターとの共催で、築島謙次先生(国立身体障害者リハビリテーションセンター 第三機能回復訓練部長)と金沢真理先生(東京都盲人福祉協会生活指導員)のお二人に講演していただく予定です。

築島先生はJRPSの発足にも多大なご尽力いただき、現在も学術理事をなさっています。おそらく日本で一番多くRPの患者を診察しているんじゃないかと思います。また、ロービジョンケアの第一人者として活躍されています。

金沢先生は私達と同じRPの患者です。16歳でこの病気と診断され現在は1種1級の視覚障害ですが、東京都の委託事業として、在宅視覚障害者の訪問生活指導員として働いていらっしゃいます。

築島先生には医療面からの、金沢先生には同じ病をもつ仲間としてお話をさせていただこうと思います。先生にこんな事を伺いたい、など要望がありましたら3月末頃までに事務局までご連絡ください。

## 2月の得々講座『日常生活で困ること・その工夫』報告

齊藤 佳美

2月5日に七沢ライトホームの赤塚亜矢子先生をお迎えして、得々講座「日常生活で困ること・その工夫」を開催いたしました。セミナーではお話を伺った後、アイマスクをしての体験をしました。

私たちは普段すべてを眼で見て行動しています。眼で見えない部分をどう補うかが大切になります。触ってみる、音で聞き分ける、香りで判断する、重さで判断するなど一つではなく、いろいろな手がかりを組み合わせ判断します。家の中では物の置き場所を決めておきましょう。

家族にも使ったら元の場所に戻してもらいましょう。倒して物を壊したり、こぼしたりすることのないように、探すのに時間をかけることのないように整理整頓をしておくことも大切なことです。

#### ◆体験(アイマスクをして)

1) お札の見分け方——全体にざらざらとしている面が表で、つるつるしている面が裏です。一万円と五千円札の表の左下あるいは右上につるつるした部分があります(銀色に光っているホログラムの部分)。つるつるした部分を左下にもってくるとお札は正面を向きます。一万円は正面を向いたお札の下側両端にL字(右は逆L)があり、五千円は両端に丸、千円は両端に水平線があります。



- 2) 糸通しの練習——毛糸針の目につまようじの先を入れる。メリケン針は目を指の腹で触りながら針の下の方を回すとカタンカタンになるので目の方向を確認してようじを直角に入れる。
- 3) 防御の仕方——上部防御は片手を前にだし肘を直角に曲げ、手のひらは外側に向ける。下部防御は手のひらを内側に向けお腹の前に。室内移動の時は手の高さをテーブルの高さに合わせると良い。
- 4) 物を探す時——集中力は片手にしかいかないので両手は使わない。テーブルの上などでは親指を上にして手を横に立てた状態にして片手で手前から奥へと探す。指の腹は大切なので使わない。指の腹は汚さない、傷つけないように。ただし、針など小さいものを探す時は指の腹で抑えるようにする。落としたものを探す時は手のひらを

返して爪側で探し、あったら指の腹で確認をする。落としたものを拾う時は片足を一步引いて垂直にしゃがむと頭などをぶつけないで済みます。

皆様、どうぞ試してみてください。

## 得々講座 『ロービジョン研修会』 開催のお知らせ

前号でお知らせしました、3月開催の得々講座『ロービジョン研修会』の詳細をご案内します。今回は体験に重点を置いて、弱視を補う様々な製品をじっくりと手にとって触ったり使ったりできる時間を多くとります。西田先生はじめ看護師さんや視能訓練士の方もいらっしゃいますので、自分に必要な物を相談する事もできます。ご参加お待ちしております。

日時:3月5日(日)午後1時～4時30分

第1部 講演会 「ロービジョングッズの基礎」

西田朋美先生(聖隷横浜病院 眼科主任医長)

第2部 体験会

会場:かながわ県民活動サポートセンター301会議室

(ミニ集会と同じ建物です)

参加費:無料

体験会内容:下記製品のほか多数を予定

- 1) 拡大読書器——新聞や本など読みたい物をテレビ画面に拡大して映し出します。据え置き型だけでなく、携帯型もあります。ご自分の読みたい物をご持参下さい。(ナイツ・ミカミ・タイムズコーポレーション・ベスマックス)
- 2) ルーペ——手持ちタイプだけでなく読む物の上に置いて手が使える物、照明のついている物など様々なルーペがあります。(アサクラメガネ・光学堂・エッセンバツハ光学ジャパン)

- 3) 遮光メガネ——まぶしさを抑えコントラストを強調することにより眼を守ると共に見やすく外出を容易にしてくれます。(東海光学・アサクラメガネ・光学堂)
- 4) 便利グッズ——白黒まな板、黒いお茶碗・マグカップ、見やすい計量カップ、音声付きの電磁調理器・はかり、しょうゆ差し、料理本など台所用品。宛名書きガイド、サインガイド、ロービジョンスケールなど筆記用具。ユニバーサル財布、音声時計、音声計算機、ツメキリ、ツメヤスリ、糸通し、セルフ針など。(大活字)

主催: JRPS神奈川支部 共催: かながわ難病相談支援センター  
お問い合わせ先: 佐々木裕二 Eメール sa\*\*\*\*\*@ybb.ne.jp  
電話 04\*-\*\*-\*\*\*\*\*  
(午後7時30分以降)

## 得々講座 『誘導の仕方・され方』 参加者募集

普段から、「誘導したいんだけど、どうすればいいの?」「誘導してもらいたいんだけど、何に気をつければいい?」などと思っている方はいませんか? 今回の得々講座は、七沢ライトホームの中村泰三氏(予定)を講師に迎えて「誘導の仕方・され方」を学びます。すでに誘導の仕方やされ方をご存知の方も、専門家によるレクチャーと体験指導で新たな発見があるかもしれません。ぜひご参加ください。

日時: 5月14日(日)午後1時~4時

会場: サポートセンター708号室

講師: 七沢ライトホーム 中村泰三氏(予定)

内容: ①誘導の仕方(基本動作と注意点)

②誘導してもらう本人のための注意点

③家族で、安全に楽しく出掛けるための体験講座

主催:JRPS神奈川支部

共催:かながわ難病相談支援センター

お問い合わせ先:内田 知 携帯 09\*-\*\*-\*\*\*\*\*

## ♪カラオケ交流会のお知らせ

恒例のカラオケ交流会です。ご家族・ご友人をお誘い合わせの上、奮ってご参加ください。テレビ画面の歌詞が見えなくても大丈夫、みんなでフォローいたします。皆さまの参加をお待ちしています。

日時:6月3日(土) 午後2時～5時

場所:ビッグエコー横浜関内店 電話 045-640-6780

(JR関内駅北口より徒歩1分)

会費:2500円位

集合場所:JR関内駅北口の改札口付近(横浜寄りの階段を利用)

集合時間:午後1時30分

申し込み連絡先:渡辺千登世 電話 04\*-\*\*-\*\*\*\*\*

携帯 08\*-\*\*-\*\*\*\*\*

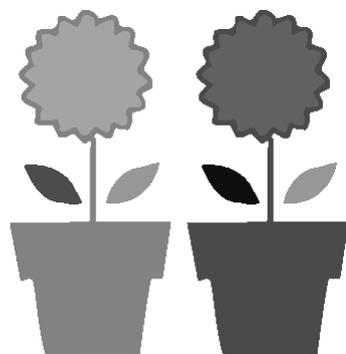
高木貞子 電話 04\*-\*\*-\*\*\*\*\*

## つくしの会について

来年度は支部長扱いで行事をしていきます。

皆様のご協力をお願いします。





## ■ドラえもののポケット

♪こんなものいいな、できたらいいな♪

### ●「見えなくても見える眼」

2月8日の朝日新聞の朝刊に、「人工網膜(光)見えた」の記事が踊っていた。

3年前、東京フォーラムでJRPSも後援して開催された市民公開講座「実現間近の人工眼」で大阪大学の田野教授は、「2010年には実用化を！」と私達に期待をもたせる話をされた。この研究は、NEDO(新エネルギー・技術研究開発機構)の委託研究事業で、田野教授をプロジェクトリーダーとして、大阪大学医学部、工学部、奈良先端技術大学などが中心となって進められている。ただ3年前はアメリカでは全盲のおじさんが人工眼をつけたら帽子を部屋の真ん中のフックにちゃんと掛けられた、とか怪しげなテレビ報道がなされる一方、日本では猫の眼での実験の段階だった。

田野教授の3年前の言葉は嘘ではなかった。RPの患者の眼に縦3個横3個のプラチナ電極を埋め込んで擬似電流を流したら光が見えたというのだ。これまでの猫や犬と違って物言う人間だから間違いない。

ただ3×3の9個の光が見えるのでは、見えないのと同じだ。せめて10×10の100個くらいの光が面として見えれば第一段階はクリアだろうか？

望むなら10年後には100×100(1万個)の光としてカラーで見えるようになればその時初めて実用化されたと言えるのだろう。

現代科学技術の進歩のスピードは戦前戦後(昭和初期から昭和30年頃)とは比較にならない。テレビが「イ」を写してから家庭で白黒テレビを見られるまで何年かかったか。それを考えれば「10年後には・・・」もうまるつきり夢ではなからう。

乞う、ご期待！ 頑張れ、阪大チーム。

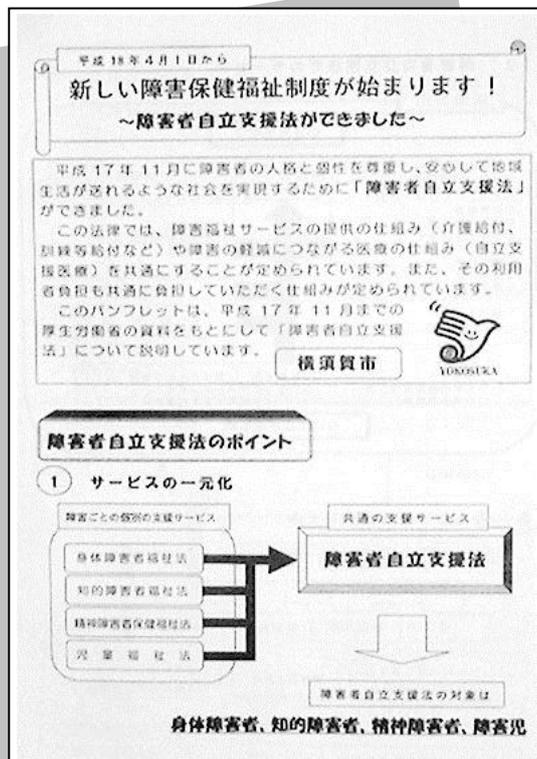
## ■4月施行の自立支援法パンフ、福祉窓口で配布

小泉 暁美

4月から施行される「障害者自立支援法」について説明した簡単なパンフレットが、地域の福祉窓口で配布されています。テープ版も用意されています。また、点字データと仮名テキストデータを小泉が持っていますので、そちらが必要な方は

[ak-mj@view-net.org](mailto:ak-mj@view-net.org)

まで、メールをいただければ、お送りします。



横須賀市の自立支援パンフレット。

詳しくは、お住まいの市役所、区役所にお問い合わせください。

## ■画面読み上げソフトが新登場

私たち視覚障害者がパソコンを使う上でなくてはならないスクリーンリーダーですが、久々に新機種が発売されました。以下ニュースリリースより抜粋して掲載いたします。

株式会社スカイフィッシュ(本社:栃木県宇都宮市)は、Windows 向け画面読み上げソフト「Focus Talk(以下フォーカストーク) ver1.0」を2006年1月25日より販売開始いたしました。

フォーカストークは、Windows の操作、画面情報などを音声化するソフトウェアです。例えば、キーボード操作や Windows 画面上のフォーカスの当たっている部分の情報、さらに、インターネットエクスプローラーや、ワード、エクセル、PDF などの内容を音声で読み上げます。

対応 OS は Windows XP/2000(※Win98 は未サポート)。販売価格は35,000 円(税込)。

### ●主な特徴

- 1) Windows 上のフォーカス(マウスカーソル)の当たっている場所の情報を音声で読み上げます。
- 2) キーボード操作を音声で読み上げます。
- 3) 漢字の詳細情報を音声で読み上げます。

### ●主な対応ソフトウェア

Adobe(R)ReaderTM 7.0 、FLASH(R) Player 8 、Microsoft(R) Windows(R) MediaPlayer(R)(CD,DVD 再生, ミュージック, ラジオ)、Microsoft(R)Office(R) 2003 など。

詳しい製品機能は、「フォーカストーク」のウェブサイトをご参照ください。  
<http://www.skyfish.co.jp/focustalk/index.html>



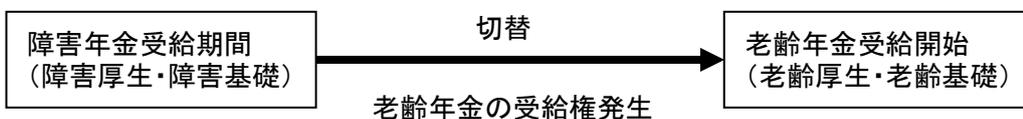
## ■年金の基礎部分が選択可能に

年金制度の一部が改正され、平成18年度から基礎年金部分が選択できるようになります。その概要は以下の通りです。

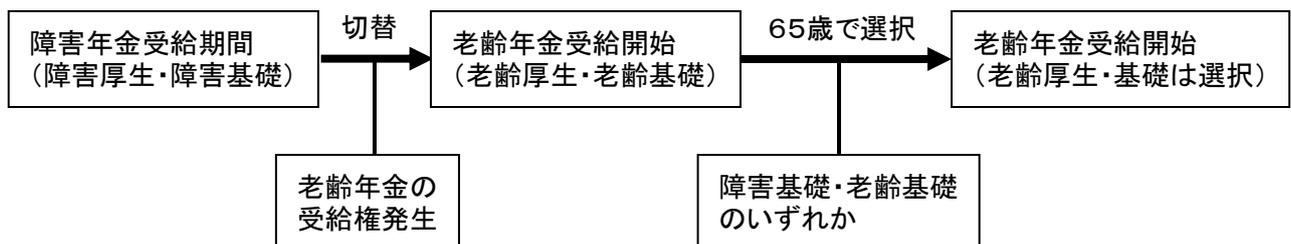
◆現在、障害年金（障害厚生・障害基礎）を受給している人が、老齢厚生年金の受給権を得た時点で老齢年金（老齢厚生・老齢基礎）に切り替えた場合、現行の制度では今まで受給していた障害年金が喪失し、新たに老齢年金が給付されます。しかしこの制度では、障害年金の障害基礎部分が老齢年金の老齢基礎部分より多くても、障害基礎部分を受給することはできません。平成18年度から改正される制度では、障害年金を受給していた人達の障害年金の受給権を生かす為、老齢年金に切り替えた場合の基礎部分について、障害基礎と老齢基礎のどちらか（年金の多い方）を選択できるようになります。ただし、選択権が発生するのは65歳になってからです。

◆国民年金のみの場合＝現在障害年金（障害基礎）を受給している人も、老齢国民年金の受給権を得た時点で上記老齢厚生年金と同じ制度になる。

### ◆現在の制度



### ◆18年改正後の制度



## ■七沢ライトホーム「1日体験入所」のご案内

「近頃外出が怖いな」「家事も不自由になってきたわ」。そんな方はいらっしゃいませんか？ ちょっとした工夫・やり方を知るだけで失敗を防ぎ安全にできるようになることも沢山あります。ライトホームでプロの指導の内容をちょっと覗いてみませんか？

期 日：3月11日(土)10時15分～15時45分

対 象：15歳以上の視覚障害者およびその家族で生活訓練を希望する方12組

費 用：無料(昼食は、同伴者1名分までご用意いたします)

申し込み：随時電話受付、定員になり次第締め切ります  
(最終受付日3月3日)

会 場：神奈川県総合リハビリテーションセンター七沢ライトホーム  
(小田急線・愛甲石田、本厚木、伊勢原各駅より神奈中バスで20～30分、「神奈川リハビリ」下車)

問い合わせ：七沢ライトホーム(中村泰三) TEL:046-249-2403

\*なお、当企画とは別に個別相談、見学等は随時受け付けております。

## ■意外と難しい!? 「目薬」の正しい使い方

神谷和孝(公立学校共済組合関東中央病院眼科部長)

ビジネスマンの方は、知らず知らずのうちに目を酷使している人が多いのではないのでしょうか？ そんな時、目薬をさして目をリフレッシュして、新たな仕事に取り組むことも大切です。「目薬なんて誰でもわけなくさせる」と考える人が多いだろうと思います。でも、ちょっと待って下さい。実際のところ、正しく目薬を使える人は思った以上に少ないのです。今回は、簡単そうでいて意外と難しい、“正しい目薬の取り扱い方”について解説したいと思います。

## 1. 正しい点眼方法は？

まず、手を石けんできれいに洗いましょう。次に、顔を上に向け、人さし指で下まぶたを引いて、目やまつ毛に直接触れないように、下まぶたに 1 滴滴下します。目の真ん中に点眼する必要はありません。その後静かにまぶたを閉じます。あふれた点眼薬は、清潔なガーゼで拭き取ってください。人間の目は 1 滴以下の目薬しか入りませんので、よく効かせようと思って一度に何滴もつけることは意味がありません。また、うまくさせない人は、市販されている点眼補助器を使うといいでしょう。

## 2. 正しい保存方法は？

薬をさした後はしっかりキャップをして、袋に入れて不潔にならないようにしましょう。直射日光を避け、なるべく涼しい場所に保管してください。「冷暗所保存」となっているものは、冷蔵庫にしまうと良いでしょう。

## 3. 開封した目薬はいつまで使える？

開封前の医療用目薬は、記載された使用期限まで使うことができます。開封後は汚染防止のため、1 カ月前後を目安として廃棄するようにしましょう。また、家族や職場の同僚間での目薬の使い回しはしないでください。

## 4. 複数の目薬はどうやってつける？

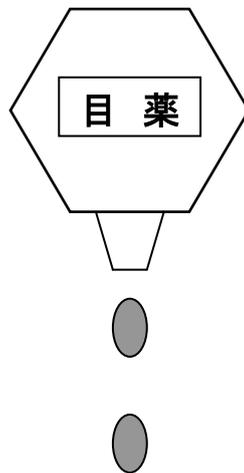
では、複数の目薬が処方された場合、どのような順番で目薬をさせばいいのでしょうか？一部の特殊なケースを除いて、目薬はどのような順序で使っても大丈夫です。ただし、目薬をつけた直後に、すぐ次の目薬をつけるのは避けてください。何故なら、前の目薬が流れ出てしまい、十分な効果が得られなくなってしまうからです。できれば 5 分程度間隔を空けて点眼するように心がけましょう。

## 5. 寝る前に目薬をさしても大丈夫？

答えは“イエス”です。以前、刺激が強い一部の目薬では避けるように指導されてきました。睡眠時は、目を閉じてまばたきしないため、目の中の滞留時間が長くなるからです。その影響だと思いののですが、今でもこのような質問をよく受けます。しかし、実際には 10 分経過すると目薬はほとんど消失してしまいます。ですから、寝る前の点眼については特に気にする必要がないと思います。

## 6. 添付文書をよく読みましょう！

例えば、懸濁型の目薬はその都度振ってから使う必要がありますし、用事溶解型の目薬はまず振って溶かす必要があります。点眼容器の横の部分を押してさす目薬が多いのですが、一部には底の部分を押さないとうまく出ない容器もあります。このように一口に「目薬」といっても多種多様ですから、添付文書をしっかり目を通して使うようにしたいものです。



\* 日経 BP 社サイト「nikkeibp.jp/健康」(<http://nikkeibp.jp/kenkou>)  
「目の健康講座・第15回」より。

\* 本記事の転載に当たっては2005年12月6日に日経 BP 社の許可を得ています。

### 最終回 今日から明日へ…

設立総会を間近に控えたある日。中村、二宮、宮本を含む支部設立のために動いていたメンバーが集まっていた。その中に、茅ヶ崎での設立準備会の際、言いたい放題発言して逃げるようになくなった内田の姿もあった。話の中心は、作成した支部会則や総会当日の流れ等の具体的な内容となっていた。

ライトホームを退所して、ようやく参加するようになっていた内田だったが、茅ヶ崎の時のように発言する事はなかった。それもそのはず、茅ヶ崎以降、何も参加していなかった事もあるが、総会というものがどんなものか知らない。1号議案、2号議案とかという言葉さえ初耳、何を話し合っているかも理解できずにその場にいたのである。感情的になって発言したことを悔やみながら、メンバーの話に耳を傾けていた。

そんな中、内田が思わず身を乗り出して聞き入った内容があった。それは、支部役員として会報編集を担当することになる須貝の教え子たちが、ボランティアとして総会当日の運営を手伝ってくれるというのだ。予備校の講師をしている須貝の教え子、となれば、女の子もいるだろうと思う。そして、立て続けに看護学校の学生も来ると言う。話を聞きながら、(今日は来てよかった)と思う内田だった。何を考えているのかこの男、えらそうなことを言っている、他のメンバーのように使命感を持って参加していない事はハッキリした。

この二つの若者たちのグループの中から、神奈川の歩みを語るとき、決してはずすことのできない、出会いが待っていたのである。一人は、自らがRPであるにもかかわらず看護学校に通っている女の子。友人たちからの人望も厚く、その子の声かけで仲間たちが集まったのだ。この女の子こそ、10周年記念イベント「ペリカン寄席寄席」の企画者である「ペリカンオヤジ」こと市川さんの娘、えりちゃんだったのである。

もう一人は、予備校生の竹川と言う女の子。みんなから、たけちゃんの愛称で呼ばれ、神奈川支部の活動にはなくてはならない存在となっていく女の子なのである。

内田にとっては、支部設立から数年後、えりちゃんとたけちゃん。そして、そのころ会員となった宮村と言う男の子とともにチャリティーコンサートを開催することになる。企画したのは内田だが、準備を始めれば3人の若者のペース。それも仕方がない、内田はその時の思いつきで発言する。こいつに任せていたら…と思われるのは当たり前なのである。不純な期待を胸に活動に参加している内田にとって、若者たちからのキツイ洗礼を受ける日々となった。

とにもかくにも、3人の若者のアイデアと行動力。それに、チョットだけががんばった内田の手によって、コンサートは大盛り上がり大成功。

ところで、がんばっていたのは若者たちだけではない。「中高年の星」支部役員たちも負けてはいない。コンサート開催より前に、視覚障害者のための福祉機器展を開催して、神奈川県内のみならず、近県からの見学者を集め大成功を収めていたのである。

さて、支部活動はもちろん、何を企画して行うにも資金がなければできない。役員たちにとって、設立総会以前からの大きな問題だった。支部会報の作成を初めとして、やりたい事は次から次へと浮かんでくる。しかし資金が足りないと言うより、ないと言ってもいい状況だった。この時期をどうやって乗り切って行ったのか。その方法とは、笑ってつき合うしかないやり方だった。

役員会の際、休憩となりのどが乾いた、何か飲もうとなれば、だれかが代表して自動販売機へ。缶ジュース系の値段は120円。200円出したら、50円は戻ってくるが30円は戻ってこない。150円出したらオツリはナシ。おつかれさまの居酒屋へ行けば、「一人、2300円ね」の声でお金を集めると、3000円で戻ってくるのは500円。2500円出せばオツリがナシ。「オツリは」などと言おうものなら、残りのメンバーに声をそろえて、「支部に寄付デース」と言われる。かと言ってキッチリ出した

からとだれも文句は言わない。それよりも、わかっていながら「オツリは」と言って、ツッコまれて、そこから始まる冗談を交えた会話を楽しんでいた。

そんな役員たちの思いは、活動に参加する会員たちにも伝わっていく。毎月開催される交流会(ミニ集会)の際、会場使用料を捻出するために、参加者たちから会場費として、50~100円を集めていた。参加者が多ければ集まったお金は使用料を上回る。会計を済ませて戻ってくる役員の周りに、他のメンバーが集まる。「どうだった」の問いに、「150円プラス」。全員ホットしたように胸をなで下ろす。「今回は、500円」となれば、「オー、すげえ」と、手を叩いて喜び合う。ある時は、会計を済ませた役員が、興奮しながらメンバーの元へ。「今回は、800円」の言葉に、「後チョットで1000円かよ。スゲエ」と声が上がる。バンザイ三唱をやりそうな勢いで大喜びする役員たちだった。

そんな役員の姿を見かけ、不思議がる会員たち。そりゃ楽しそうにしているんだから気になるし知りたいと思う。「どうしたのか」と尋ねられ、正直に話す。聞いた方は愕く、なにせ百円単位のプラスに手を叩いて喜んでいるんだから、苦笑いするしかない。活動資金のないに等しいたいへんな状況下にあつて、まるでそれを楽しんでいるかのように見える。

それを見て、協力したいと思う、もっと言えばその輪の中に入って、喜びを分かち合いたいと思う人もいたのだろう。会場費を集める際、500円玉を出して「オツリは寄付」といってくれる会員が増えていったのです。こうなると、毎回のおつかれさまの飲み会は、盛り上がる。「本日のプラス〇〇円にカンパイ」で始まるのだ。当初は、ミニ集会後の飲み会は役員だけだったが、楽しく過ごすのに役員とかそうではないとかは関係ない。みんなと一緒に、参加者たちを誘って居酒屋へと行っていった。

役員や会員の、どこか楽しみながらの小さな積み重ねが、活動のための資金を作っていた。そして、特定疾患と認可されたことで、県内の

保健所で、RP患者のための医療講演会や相談会が行われるようになり、依頼があればJRPSからの情報を提供、出席者の相談にも乗ることもあったのである。その活動が、県内の眼科医との出会いを生み、ともに協力し合う関係を作り、支部活動の幅を広げていったのである。

福祉機器展は、1回で終わらせることなく、続けられている。障害者自身が開催する機器展として、高く評価され、県内の医療関係団体から、多額の寄付を提供してもらえるようにもなったのです。

神奈川支部の10年は、出会いによって始まり、出会いによってその活動が広がっていったと言えるだろう。良き理解者との出会い、力強い協力者との出会い。そして、それぞれの不安や悩みに耳を傾け、同じ思いを語り合う仲間との出会い。価値観や見解の相違から、袂を分けて、それぞれの道を歩むことになった仲間もいる。それぞれの方法は違っていても、求めている望みは同じ。その望みがかなえられた時、お互いの労をねぎらい、手を取り合って喜び合う日がくるだろう。これもまた、再会と言う出会いなのである。理解させるのではなく、理解してもらうため、理解し合うための10年と言えるだろう。

さて、支部設立からの苦労を知っている作者にとって、支部への思い入れは強い。そのため、前号で支部設立第1号と記しましたが、間違いであることが判明しました。神奈川以前に、支部設立に努力され支部を立ち上げた地域の方々にお詫び申し上げます。

それでは最後に、新たな歩みを続けるために、作者の思いを込めた一文を記し、「風のごとく明日へ」を終了させていただきます。

風が生まれた。一つの夢をかなえるために風は吹き始めた。同じ思いの者たちの心に、背中を押すがごとく流れた。時には烈しく、時にはやさしく、風は吹き続ける。とどまることなく一つの方向を示すように流れ続ける。風はどこへ。夢を希望へと変え、希望が現実となる未来へ、風は吹く。そして流れ続けている。その風を感じたなら、心の帆をあげる。向かうは夢を希望と変える明日へ。希望が現実となる未来へ。

(内田 知)

「日常生活で困ること・その工夫」に参加して

匿名希望 S. H

夜中までちらついていた雪もすっきりと上がり、晴れ渡った2月5日、神奈川県ライトセンターで開催された得々講座「日常生活で困ること・その工夫」に参加しました。

二俣川駅の改札を出たとたん、「JRPSに参加されますか？」とボランティアの人に声をかけられ、バス乗り場まで誘導してもらった。ライトセンター前で下車すると、またボランティアさんが会場まで案内してくれた。だいぶ来ていないライトセンターまでの道のりに不安を感じていたが、いつもながら、役員の方々の気配りに感謝です。

会場に着いたのは開始直前で、もう会場は一杯の人のようだった。後で聞いたら30人くらい、男女半々くらいだったらしい。

私も、最近では人の顔がはっきり確認できない程度まで病気が進行して、家の中ではしょっちゅう物にぶつかるし、食卓の物をひっくり返したり、それをとがめる事は言われられないものの、「家族にも迷惑をかけてるなあ～」と感じているので、少しでも勉強しようと参加しました。

赤塚先生のお話は、「こんな時どうしますか？」とか「〇〇さん、今困っている事がありますか？」とか、参加者に問いかけながらお話を進められるのでとっても解り易く、納得の連続でした。

物を落としたとき、しゃがんで探そうとしたとたん、おでこをしたたかテーブルに打ちつけ、見えない眼からは花火が打ち上げられる。こんな痛い思いをしょっちゅうしていたが、「物を落としたら、一歩下がって右手を目の前にかざしてゆっくりかがむ。そして手前から順次、指の甲の部分で探すとおでこもぶつけないし、安全に探せますよ」と教えていただいた。実際その場でみんなで作ってみた。あちこちから「なるほど」

と声が上がっていたのをみると、「みんな私と同じ痛い思いをしてたんだな」とおかしくなった。

休憩前にケーキとフォーク、お茶、ナプキンがテーブルに配られた。「きっとケーキの上手な食べ方も教えてくれるんだ！」と期待しながら待ったがそのまま休憩らしく、まわりの人は食べ始めたようだ。あちこちで「どんなケーキなの？」「いちごが載ってるよ」などわいわい言いながら食べている。

私もそっと紙皿をさわり、ケーキの位置を確認した。クリームたっぷりのケーキらしい。指にたっぷりとクリームが…。なめてみると甘いクリームだ。教えてくれないのならしょうがない、フォークで突付いたり、すくったり、ケーキと格闘して何とか全部食べ終わった。しかしすぐに隣から「まだ残っていますよ」と教えてくれた。再度フォークを手に皿の上をなでまわしてやっと完食。思わずため息をついて、忘れていたお茶をゴクリと飲んだ。ケーキの味は全く覚えていない。これはちゃんと聞いていなかった者へのお仕置きか？(ちゃんと聞いていれば味わって食べられたの？ 教えて～～)

他にもいろいろ勉強になることが一杯の1日でした。

だけど、あのケーキはやっぱり気に掛かります。赤塚先生、あれはちゃんとお話を聞いていたら上手に食べられたんでしょうか？

ちゃんと食べるのに精一杯で、味わう余裕なんてありません。  
注：この方は、投稿者本人ではありません。



## ウッチャンの落書きストーリー

… ウッチャンどこへ行く。(前編) …

横須賀市・内田 知

ライトホームを退所して、一人暮らしをはじめた数ヶ月たったある日。ウッチャンは電車に乗っていた。ポケットの中には小田急線新宿駅までのキップ。さてさて新宿に行く目的は？ はたまたどこへ行くつもりなのか。親切な人に声をかけられ、座席に座っているが、ユツタリと座っている様子はない。そして、新宿駅に到着を告げる車内放送が流れると、思わず背筋を伸ばし白杖を強く握りしめる。新宿に行くのは初めてではない。3回目になる。それなのになぜここまで緊張しているのか。

電車が新宿に到着、ホームに降り、改札方向へ身体を向ける。杖で点ブロを確認。大きく深呼吸し、(今日は、やってやる)と気合いを入れて歩き出すウッチャン。なんとか、小田急線の改札口を出て、数歩進む。とその時、ウッチャンの前を横切ろうとした人に杖をけられ、思わず立ち止まる。けった本人は、何も言わずいなくなる。(クソツタレ)と思いながら杖を持ち直し、またまた大きく深呼吸。そして、またまた(今日はやってやる)と強く思い、前へ歩き出す。次の目的地は、JR新宿駅の券売機。いったいどこへ行くのかウッチャン。

しばらく進むと、杖が点ブロにあたった。点ブロを足で確認すると同時に、階段の段差を杖で叩いた。今度は腕を少し伸ばして2段目の確認。(ヨシ)と階段を下りていく。下り終わると、目が見えていた頃の記憶を頼りに前へと歩き出す。すると、右側から、券売機でキップを買う音、おつりが出てくる音が聞こえた。そこで立ち止まり、券売機に近づき、そばにいる人に声をかけた。だが反応はなし。(なんだよ、ケチ)と思うウッチャン。しかし、あくまでも人の気配を感じて、声をかけているワケで、人がいたのかどうかはわからない。

そこへ、お兄ちゃんがウッチャンに声をかけてきた。「アノー、何か困ってます？ どこに行くんですか」と尋ねられた。「キップを買いたいん

ですが」と答えると、「アッソー、どこまで」と聞かれ、行き先を告げると、「それじゃあ、もう少し前へ」と言いながら、ウッチャンの腕を掴んで前に進んだ。運賃表を見て、金額を教えるお兄ちゃん。それを聞いて、ポケットから千円札を出して、「これで買ってもらえますか」とウッチャン。「イスヨ」と、受け取ると、キップを買いに行った。戻ってくると、「おつりは…」と細かく説明しながらウッチャンの手のひらにキップとおつりを載せてくれたのです。そして、「後は、改札まで行けばイスカ」と、言ってくれたお兄ちゃん。「お願いできますか」のウッチャンの返事に、「イスヨ」と改札の前まで誘導してくれたのである。

#### ◆ライトホームでの訓練の賜

お兄ちゃんに礼を言って改札を通ると、身体を左に向け歩き出した。そして、少し進むと誘導ブロックに杖が当たったのです。(バッチリダナ)と思いながら、改札に背を向け前へと歩き出したのである。ウッチャンは、なぜ左に行ってブロックを見つけられたのか。それは、改札を通る時、有人改札がどちらにあるのか、お兄ちゃんに聞いていたのです。なぜならば、誘導ブロックは、有人改札から延びているから。となれば、左に向かって、杖をスライドさせて行けば、ブロックに必ずひっかかる。「さすがはウッチャン！」と言いたいところだが、これはライトホームでの訓練の賜であって、歩行訓練の指導者の苦勞のおかげなのである。

さて、ウッチャンは、ブロックに沿って歩くこと数歩、左方向に延びているブロックを見つけると、「これがひとつ目」とつぶやきながら、前へと進んでいった。2つ目を見つけると、それに沿って歩き出した。ウッチャンが乗りたい電車は内周りの山手線。新宿駅西口の改札を入ると、2つ目のホームが内周りのホームと記憶していた。だから、直進して左右に延びているブロックを見つけたら、2つ目が、ホームへ向かうためのブロックだと推理しての行動なのである。進んで行くと、階段を上り下りする足音が聞こえてきた。そのまま進むと誘導ブロックから点ブロに

変わった。階段であることを確認しても、すぐ上がりず点ブロにそって右へ。階段の端まで来ると、下りてくる人に声をかけ、山手線のホームなのか確認した。

階段を上がり、階段のへりに沿って右へ回り込み数歩進んで立ち止まる。ウッチャンの心臓はバクバクもの、緊張感はピークに達していた。それもそのはず、杖を使うようになってからJR新宿駅を利用するのは初めて。それも単独でホームに立っている。(落ち着け、ここからだ)と、ここでも大きく深呼吸。駅のホームがどうなっているか、記憶を辿るウッチャン。山手線の一番端の階段を利用した。それも池袋方面。となると、この位置には電車は止まらない。7~8メートルぐらい前に行かなければ、最後部の車両にも乗れない。

#### ◆ハイヒールのお姉ちゃんがいいなあ

人の流れの多さ、初めて利用するホーム。ホームの端にある点ブロを使って前へ進むのは危険すぎる。となれば、誰かに誘導してもらい移動するしかない。だが、頼むのは、誰でもいいワケではない。ウッチャンにとっては、お姉ちゃんであればいけないのである。そんな良からぬ思いで耳をダンボにすると、駅のざわめきの中からハイヒールらしき足音が。(せっかく新宿にいるんだから、ハイヒールのお姉ちゃんがいいなあ)と思うウッチャン。なんでそう思うのかはよくわからないが、この訳のわからぬ思いを持った事でさっきまでの緊張感は和らいでいった。

そして、耳をダンボにして、ハイヒールの音が自分に近づくのを待っていた。しかし、この望みはかなわなかった。なぜか、近くに駅員がいたのである。ウッチャンに気づいた駅員に声をかけられ、電車に乗せてもらったのである。いくらウッチャンでも駅員に「あんたじゃ、いやだ」なんて言えるはずもない。とにかく無事に山手線に乗れたウッチャン。そして山手線でどこへ向かったのか。ウッチャンが降り立った駅は品川駅だった。どこへ向かっているのか？ウッチャン。その謎は…後編にて。

<広告のページ>

## 音声 IC タグレコーダ “ものしりトーク”

知りたい物に当てるだけ、録音したあなたの声で知らせます！

### 1. 特徴

- ① 知りたい物にタグをつけ、自分の声で録音。あとはリーダを当てるだけいつでも録音した情報を取り出せます。
- ② 簡単操作のメモ録、メモの後付けなど、便利な機能が付いてます。
- ③ 洗濯や冷凍庫でも使えるなど用途に応じた3種類のタグが付属。

### 2. 使用例（何にでもメモが付けられます。）

- ・冷蔵庫のこれは何だったっけ？ いくつもあるタッパー・冷凍庫のバック食品名や購入日付・調理日付を録音し、タグを輪ゴムで取り付けます。
- ・カゼ薬はどっちだったかな？ 売薬も医者からもらった薬も、タグをつければもう間違いません。
- ・薄いタグは書類や本に挟んで使えます。預金通帳の区別や明細を録音したり。CDやLPの仕分け・家電類の保証書や説明書のメモに。
- ・標準タグは、洗濯もOkだから、衣類につけて。青のチェックのシャツとかバラの模様のトレーナーのようにメモ。また、衣類を入れた箱にテープで留めて、「お父さんの冬物。」など箱を開けなくても分かります。
- ・その他に、ヘルパーさんへの買い物依頼をタグに吹き込んで、逆にヘルパーさんの買い物明細や残金などをタグに吹き込んでもらったり、アイデア次第でとっても便利に使えます。

### 3. 主な仕様

- ① 大きさ重さ:(W)55mmx(D)140mmx(H)24mm 約150g
- ② タグへの録音:1件最大3分、  
トータル録音時間約55分

### 4. 価格(充電台、タグ50個付き、税込み)

メーカー希望小売価格 ¥62,790円

- ### 5. 取扱所：日本盲人連合会、日本点字図書館、 東京ヘレンケラー協会、名古屋ライトハウス 日本ライトハウス、大活字、トラストメディカル タイムズコープ、アイフレンズ 等

### 【お問い合わせ】

松下電器産業(株) 久保

06-6866-8678 kubo.j@jp.panasonic.com



## 「拡大読書器新製品」ノートパソコンを使用した携帯用モデル

『アイビジョン デジタル5N-NOTE ¥198,000-』  
(液晶画面14インチのノート型パソコンは含まれています)

ノート型パソコンは携帯しやすい構造になっており、しかも大画面というところに着目し、多くの方々からご要望のあった、大画面で使える携帯用の拡大読書器を開発しました。

パソコンの使い方を知らなくても使えます。付属の亚克力板(7つの丸い穴有り)を、キーボードの上に置き、電源入り/切り、カラー/白黒/白黒反転、白黒レベル上げ/下げの各操作は穴に指を入れ押すだけです。専用ソフトなので、このような簡単操作で使えます。

カメラは100gの小型・軽量です。付属のローラー付きスタンドに取付、拡大・縮小はつまみの回転で連続可変。



「別の新製品もお試し下さい」画面に拡大するだけでなく、音声で読み上げもできる『アイビジョン デジタル5A-VOICE』¥198,000-

〒191-0055 東京都日野市西平山 5-23-12  
TEL・FAX: 042-583-7450  
e-mail miyatake@js7.so-net.ne.jp

## 編集後記

◆皆さん、こんにちは。今号より佐々木さんより引き継ぎ、編集長になりました宮村です。佐々木さん、今までお疲れ様でした。

編集長とは名ばかりで、田中さん、守下さんにはご迷惑のかけっぱなしですが、より良い会報をお届けできるよう、がんばっていきます。その為には、皆さんの投稿が命です。ご協力お願いします。(宮村)

### 編集部よりお知らせ

編集長交代に伴って会報原稿の受付先が変更になりました。ご投稿いただく際は、下記のJRPS神奈川支部会報編集部(宮村)宛てにお送りください。なお、投稿はEメール・手紙・FAX・録音テープいずれでも結構ですが、FAXの場合は宛先が佐々木支部長になります。写真や絵の投稿も歓迎します。

### JRPS 神奈川支部事務局

齋藤 佳美 TEL : 04\*-\*-\*-\*-\*  
〒241-0005 横浜市旭区白根\*-\*-\*

### 支部長連絡先

支部長 佐々木 裕二 TEL/FAX : 04\*-\*-\*-\*  
〒256-0812 小田原市国府津2364 国府津団地 3-306  
E-mail / kanagawa@jrps.org

発行人 身体障害者団体定期刊行物協会  
東京都世田谷区砧6-26-21

編集 JRPS神奈川支部会報編集部 宮村 聡  
〒239-0811 神奈川県横須賀市走水\*-\*-\*  
E-mail / \*\*\*\*\*@extra.ocn.ne.jp  
FAX : 04\*-\*-\*-\*-\* (佐々木)

