

SSKA

ああるぴい

神奈川支部会報第20号



私たち自身で
治療法の確立と
生活の質の向上を目指す



JRPS 神奈川支部

神奈川支部支援会員（順不同）

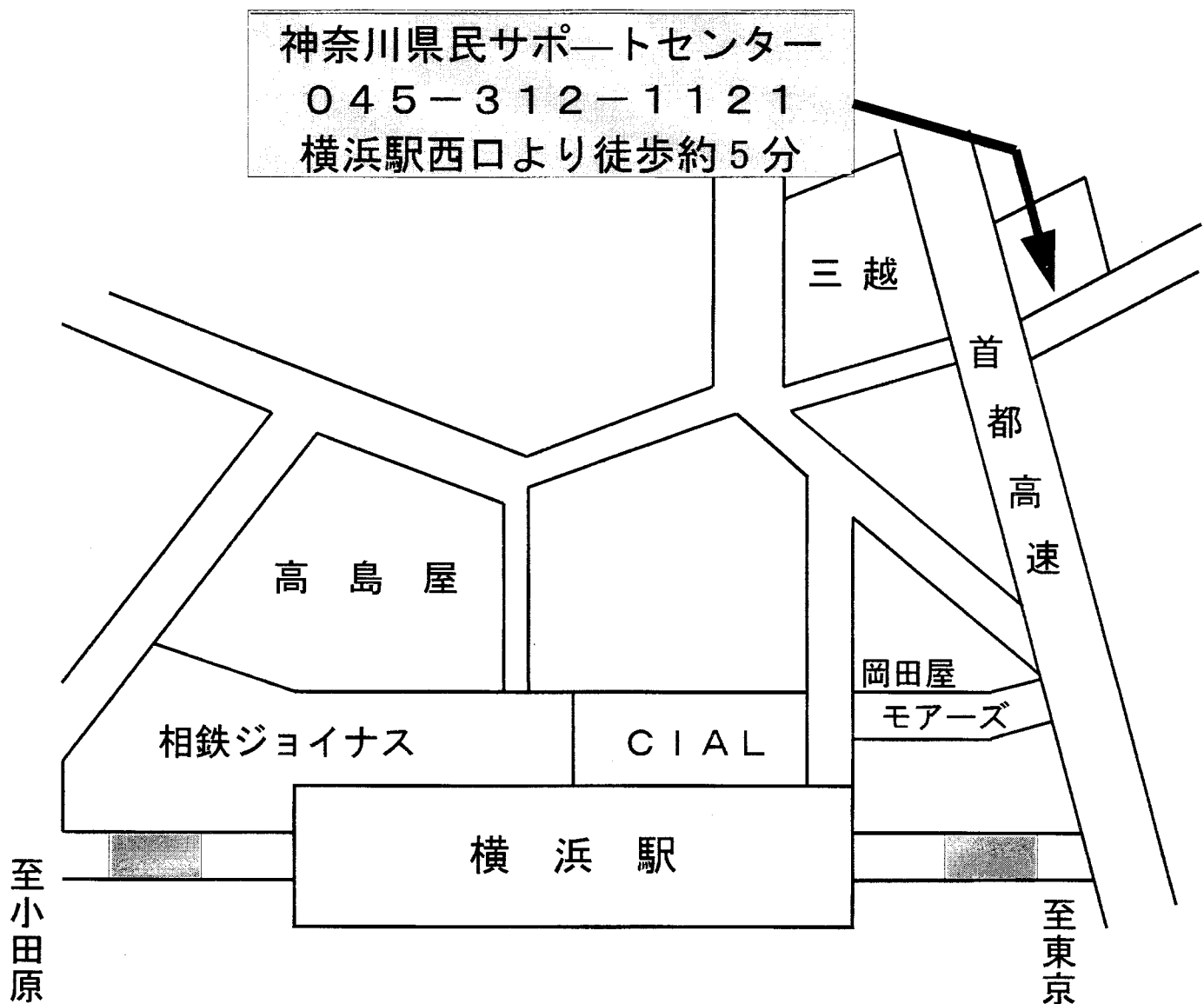
- ・（株）東栄エンジニアリング
- ・（有）結伸工業
- ・ 英弘精機（株）
- ・ フォトプレシジョン（株）
- ・（株）ナカダ技研
- ・ 高木 緑様
- ・ 木村邦雄様
- ・ 細川和明様
- ・ 豊嶋識明様
- ・ 宮戸征美様

☆ご支援に心より感謝いたします☆

神奈川県民サポートセンター

045-312-1121

横浜駅西口より徒歩約5分



目 次

ー J R P S の活動ー	2
● J R P S 神奈川の活動予定	2
【8月より陶芸クラブが発足】	2
【第七回世界網膜の日 プログラム】	2
ー 情報コーナー ー	4
● 神奈川県眼科医会からご寄付	4
● 第5回神奈川ロービジョンネットワーク研修会	5
● 七沢ライトホームの1日体験入所	6
● 保健所での医療講演会	7
● 連載 よもやま情報（16）	7
● 便利グッズ情報	9
● 「神奈川県視覚障害者の情報・雇用・福祉ネットワーク」 のメーリングリスト登録者募集！	11
● ドラエモンのポケット	12
● パソコンを習得したい人へ	14
● 電話で手軽に音声インターネット情報	17
● 大きな文字の時刻表	17
● 調理用はかりについてご意見を	18
ー 投稿 ー	19
● 陶芸クラブ発足のお知らせ	19
● ウッチャンの体験記シリーズ	20
● 俺の生き様 No. 5 “しろい杖”	24

— J R P S の活動 —

● J R P S 神奈川の活動予定

9月 9日(日)	ミニ集会	県民サポートセンター 710号室 午後1時～4時
10月14日(日)	ミニ集会	県民サポートセンター 710号室 午後1時～4時
11月11日(日)	ミニ集会	県民サポートセンター 710号室 午後1時～4時
12月 9日(日)	ミニ集会	県民サポートセンター 710号室 午後1時～4時

【8月より陶芸クラブが発足】

6月に横浜ラポールで行われた陶芸教室が好評で引き続き活動することに致しました。日程については、後日の支部会報で連絡致します。

連絡先：内田 TEL：04 *

長澤 TEL・FAX：04 *

e-mail：k* jp

【第七回世界網膜の日 プログラム】

開催日時：2001年9月29日(土) 10:30～16:40

会場：横浜市健康福祉総合センター

横浜市中区桜木町1-1

JR京浜東北線 桜木町駅徒歩3分(誘導ボランティアあり)

TEL：045-201-2060(会場についてのみ)

プレ世界大会として取り組みいくつかのワークショップを用意しました

eye on the future 私たちの目に確かな未来が現れますよう

4 階ホール 10 : 30 ~ 12 : 00

★会長挨拶

★2001年度研究助成授賞式

★講評 学術理事 安達恵美子教授

★受賞記念講演

1. 近藤寛之氏 (福岡大学)

「連鎖解析を併用した階層的アプローチによる網膜色素変性症
原因遺伝子の同定」

2. 町田繁樹氏 (岩手医科大学)

「網膜色素変性症の動物モデルにおける網膜機能と形態との関係」

★2000年度研究受賞者の研究成果講演

森村浩之 先生 (大阪大学)

山田晴彦 先生 (関西医科大学)

★世界大会の取り組み報告

★SMA B報告

9 階・小部屋 13 : 00 ~ 14 : 30 ~ 16 : 00

★チャレンジしよう！ロービジョン・クリニックの世界

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 渡辺文治 先生

★心のケア、「患者の未来を支える、家族のかた」におくる言葉
社団法人東京都盲人福祉協会中途視覚障害者緊急生活訓練事業
主任 金沢真理さん

9 階大部屋 13 : 30 ~ 16 : 00

★ああるぴいちゃいるどの未来を創る、親の集い

国立特殊教育総合研究所 千田耕基 先生

宮城教育大学 猪平真理 先生

神奈川県総合リハビリテーション病院眼 仲泊 聡 先生

4 階ホール・講演（13：00～14：30～16：00）

★網膜色素変性症の遺伝子研究の現状と、その展望

東京慈恵医科大学眼科 林 孝彰 先生

★ITは視覚障害者の就労に変化をもたらすのか

日本盲人職能開発センター所長 篠島永一 先生

4 階ホール・全体会（16：10～16：40）

□ 神奈川支部・会員の演奏

●野村さん バイオリン演奏

●今村さん ピアノポップスと女性ボーカル

アシストホーンによる情報保証は4階ホールのみです。

10階に食堂があります。

機器展示（4階ホール入り口）

IBMの最新のスクリーンリーダー「JAWS」、

ニコンの暗視スコープ、

三菱プレシジョンの赤外線音声装置などを出展予定

—情報コーナー—

●神奈川県眼科医会からご寄付

神奈川県眼科医会では、平成10年度から会員の医療機関の窓口
に募金箱を設置して、受診された患者様から釣り銭を主とした浄財
を寄付していただき、それらを各施設に寄付して活用していただく
という募金活動をおこなっておられるそうです。

JRPS神奈川は昨年もこの寄付を頂き、支部活動、特にRPに
対する啓発活動や、支部会報の制作・発送費用として有意義に使わ
せていただきました。本年度も対象団体の一つにJRPS神奈川が

理事会で正式に決定したとのご連絡をいただきました。

J R P S 神奈川の活動も 7 年目に入り、今まで全国にさがけてやってきた、ミニ集会、支部会報の発行、総合福祉機器展示会、なんでも便利帳の発行、得々講座の開催、地域保健所の難病講演会・相談会への協力など、徐々に全国の支部にも浸透しつつあります。今回のご寄付もこのような活動が評価されたものと思います。

J R P S 活動は会員が、出来る範囲で参加して作り上げてきました。

これからも、「RP 治療法の確立」と「Q O L の向上」を目指して一緒に活動を展開していきましょう。

神奈川県眼科医会さま、ありがとうございました。

●第 5 回神奈川ロービジョンネットワーク研修会

K L V N (神奈川ロービジョンネットワーク・代表・高野雅彦(横浜市立大学眼科)) は下記の日程で第 5 回研修会を開催します。視覚障害の子供さんの将来について、不安を持っているお父さん、お母さん、先生がたの講演を聴いてみませんか？事前参加申込みは必要ありません。当日会場での申込みで大丈夫です。

但し、対象が、当事者ではなく、ロービジョンクリニックに係わる医師、視能訓練士、ケースワーカー、教育関係者、施設職員などになりますので、少し難しい内容の講演になると思います。

日時：平成 1 3 年 1 1 月 3 日 (土)

1 7 : 0 0 ~ 2 0 : 0 0

場所：神奈川県総合医療会館 7 F 講堂

J R 関内駅より徒歩 1 0 分

参加費：医師・・・2 0 0 0 円 非医師・・・1 0 0 0 円

年会費：1 0 0 0 円

日本眼科学会専門医制度生涯教育認定事業 3 点

テーマ：L V 幼児児童のケア

講演

1. 「L Vをきたしやすい小児眼科疾患」
神奈川県こども医療センター 伊藤大蔵先生
2. 「L V児童の教育体制とその問題点」
特殊教育総合研究所 千田耕基先生
3. 「L V児童の進路と職業」
障害者職業総合センター 岡田伸一先生

●七沢ライトホームの1日体験入所

神奈川県総合リハビリテーションセンター・七沢ライトホームは視覚障害者の生活や仕事の不自由さを改善するための諸々の訓練をする施設です。ここでは、日常どのような訓練が行われているのか？を体験してもらうために、定期的に1日体験入所のサービスを実施しています。今回は9月1日ですが、まだ間に合います。貴方もライトホームってどんなところ？を体験してみませんか？今回はJ R P Sの会員も数人参加予定です。

日時：平成13年9月1日（土） 10：15～15：45

場所・申込先：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
厚木市七沢516

電話：046-2249-2403または2437

交通：

- ・小田急線愛甲石田駅から北口③バス乗り場
9：50発「七沢病院」行き「神奈川リハビリ」下車
- ・小田急線本厚木駅から厚木バスセンター⑨乗り場
9：50発「広沢寺温泉」「七沢温泉」行き
「神奈川リハビリ」下車
- ・小田急線伊勢原駅から北口バスターミナル③乗り場
9：50発「上谷戸いた・煤ヶ谷」行き「神奈川リハビリ」下車

- ・タクシーの場合、いずれも駅前から15～20分で、
1,800～2,300円程度

※事前申込みが必要です。

※ご家族とのペア参加が望みます。

※上履きなどは必要ありません。

※昼食は準備してあります。

●保健所での医療講演会

皆さんの地元の保健所、保健福祉事務所で難病患者・家族に対する療養、サービス事業として、網膜色素変性症の医療講演会が開催されています。事務局にご連絡頂いていない保健所もあると思いますので、最寄りの保健所に問合せして見てください。

本年度は既に、津久井、相模原、横須賀、南（横浜）で開催されました。専門の眼科のお医者さんに、網膜色素変性症という病気の事、治療法の開発の状況をお話ししていただき、又、なかなか病院で相談できない事、日頃の疑問にも親切に答えていただける講演会です。

これからの予定としては、三崎保健福祉事務所（9月4日）、茅ヶ崎保健福祉事務所（11月16日）が開催されます。

●連載 よもやま情報（16）

D－CLUB会員募集のご案内

（株）大活字が発行する季刊誌『見えない・見えにくい人の暮らし応援カタログべんり生活工房』の年間購読をはじめ、大活字のオリジナル商品やサービスの特典が受けられるD－CLUB（ディークラブ）の会員を募集します。

【会員の特典】

1. 季刊の生活情報誌『べんり生活工房』
(22ポイント・大活字版＋音訳データCD-ROM付)の購読ができます。送料は無料、年4回発行。
2. (株)大活字オリジナル商品の2割引購入ができます。
特別企画での割引もあります。
割引は福祉機器展での販売も含みます。
3. オリジナル会員カードを無料進呈します。
会員カードには、会員番号が明記されています。
福祉機器展等では会員カードを、電話注文・FAX注文の際には、会員番号を掲示してください。
4. 知人の方をD-CLUB入会に紹介した場合には、大活字オリジナル商品を1つ無料進呈。どの商品を選択頂くかは自由。
5. 季刊誌上での生活便利情報募集で採用された場合は、大活字オリジナル商品を1つ無料進呈。どの商品を選択頂くかは自由。
6. 年会費は8040円(税込)、入会金なし。
季刊誌『べんり生活工房』の会員以外の方への販売価格は、
1冊：本体2280円、年4回分合計：本体9120円。

【創刊号目次内容】

- ・私の活用術＝外へ出かけよう！単眼鏡でアクティブタイプ！
- ・見えない・見えにくくても使える携帯電話の選び方、使い方のポイント
- ・これが欲しかった！生活便利グッズあれこれ（爪切り、財布）
- ・目の相談室（見えにくさに関する様々な悩みに答えるコーナー）
- ・情報コーナー（イベント情報、新サービス・新製品情報など）

【今後の特集】

- ・外出先でも使える携帯型拡大読書器
- ・徹底的に楽しむための旅行術

- ・みんな、どうしているんだろう？夜間歩行のコツ
- ・おいしいものを食べに行こう！レストラン・居酒屋案内
- ・視覚障害者のためのユニバーサル・デザイン商品
- ・カメラ（デジタルカメラ）を楽しもう！
- ・眼科医による相談コーナー
- ・眼鏡店のロービジョンルームの紹介
- ・就職に役立つ情報
- ・パソコン活用情報
（キーボードショートカット集や最新機種紹介など）

【お問い合わせ先】

大活字

〒101-0061

東京都千代田区三崎町1-1-9 三崎町ビル3F

電話 : 03-5282-4361

FAX : 03-5282-4362

Eメール : hello@daikatsuji.co.jp

HP : <http://daikatsuji.co.jp>

●便利グッズ情報

（この情報は、社団法人東京都盲人福祉協会 中途視覚障害者
緊急生活訓練事業 主任の金沢真理さんより頂きました）

1. 黒いまな板

白黒まな板 2000円

ジオム社 TEL : 06-6463-2104

FAX : 06-6468-3949

HP : <http://www.gandom-aids.co.jp>

最近、白黒リバーシブル？のまな板がジオム社から発売されています。以前のようにしろいまな板と黒いまな板をドッキングさせた

ものではなく、一体化されているもので、日本製です。（裏表で白黒）私は、以前売られていた、黒いまな板（黒だけのもの）にその半分の薄いオレンジ色のまな板も使い、食材によっては、黒いまな板の上に乗せ、使っていました。単に、食材によって、洗い流して裏表を変えるのがめんどうなので、黒色だけのものにしていました。

2. 調味料の点字シール

調味料点字シール3枚セット 400円

点字毎日 TEL: 06-6346-8386

FAX: 06-6346-8385

おしょうゆやソース、こしょう、小麦粉などの調味料の点字シールが点字毎日より、売られています。簡単にはがして貼れるものなので、点字のわかる人には便利に使えます。

3. 液体調味料容器

さじかげん 500円

最近、「さじかげん」という大匙1と10ccを使い分けられる液体調味料を入れられる定量ポットが売られてとても便利です。でも、おしょうゆやみりん、お酒など使い分けるのに、同じ容器2入れてしまうと区別ができず困ってしまいます。そこで、点字シールや印をつけておくと区別ができ使い分けが可能になります。また、ボトルの色は半透明ですが上の部分が濃い青色のものもあります。使い分けるためのものは、点字でなくても、輪ゴムやシールなど自分で区別しておけばなんでもいいと思います。使う本人がわかれば何でもいいのです。

4. 電気炊飯ジャー

三菱電気炊飯ジャー 39800円

日本盲人会連合用具部

TEL: 03-3200-0011

H P : <http://www.normanet.ne.jp/~nichimo/yogu.htm>

音声ですべてガイドしてくれる三菱の電気炊飯ジャーが日本盲人会連合で売られています。量販店でももちろん売っていますが、地方によっては、三菱のものが手に入れにくいということがあるようです。以前、私が地方に用具の紹介で行った時、三菱のものが売られていないので持ってきてほしいと言われ、送ったことがありました。

5. 電子レンジ専用炊飯器

アペックス 1 合炊飯器 2 5 0 0 円

(2 合炊きも売られています)

株式会社ダイヤコーポレーション

T E L : 0 3 - 3 3 8 3 - 3 3 3 3

電子レンジ用の炊飯器はどう？と尋ねられたので、試してみました。とてもおいしく炊けるので驚いたくらいです。炊き込み、おかゆもできます。通常の電気炊飯器より水の量は多めです。固めややわらかめは、水加減でできます。水の量は、1 合に対しては、2 0 0 から 2 5 0 cc が目安です。0. 5 合ではレンジ 7 分、1 合では 1 0 分で炊き上がります。蒸らすのを 1 5 分おけば完璧です。一人暮らしなどの人には、手軽でお勧めです。最近、私は、上にあげた三菱の電気炊飯ジャーを持っていますが、このレンジ専用炊飯器が手軽でおいしいのでよく使っています。なお、電子レンジ用炊飯器は、他にも陶器のものや 1000 円のものなども売られています。

●「神奈川県視覚障害者の情報・雇用・福祉ネットワーク」のメーリングリスト登録者募集！

去る 6 月 3 0 日に「神奈川県視覚障害者の雇用を進める会」が解散となり、新たに表記の組織（通称「v i e w - n e t 神奈川」）が結成されました。これに J R P S 神奈川支部も加盟いたしまして、

中村さんが副会長に就任いたしました。この会は、ネット上での情報交換を主活動としており、メーリングリストでの意見交換や情報交換をしています。そこで、支部の皆様にもこのリストに登録していただくことにより、いろいろな情報交換に参加していただきたいと思います。登録方法はホームページから登録するやり方もありますし、メールで小泉あてお申し出いただいても登録させていただきます。

・ v i e w - n e t の H P : <http://www.yokomou.ed.jp/view/>

・ 小泉のメールアドレス : cralis@mx6.ttcn.ne.jp

多くの方の登録をお願いします。

なお、インターネットをなさっていらっしゃらない方にも会報を通じてネットでの情報を提供していきます。

以下は v i e w - n e t 神奈川の説明です。

神奈川県内の視覚障害者団体あるいは視覚障害者を支援する団体等が同じネットワーク上で、視覚障害者の情報・雇用・福祉に関する情報交換や意見交換をすることを主な目的に、インターネット上のホームページあるいは、メーリングリストの機能を利用して行うものです。いわば、各団体がそれぞれの独自の活動をしていることを尊重しながら、各団体同士の横のつながりをもたせようとするものです。そして、いろいろな課題について、参同者によって運動もできたらと思っています。ただし、運動の強制はいたしません。

●ドラエモンのポケット

♪こんなものいいな・できたらいいな♪

～視覚障害者にも使いやすい携帯電話～

世の中は「Iモードで簡単メール」なんて・・・視覚障害者を無視してんじゃないの？そんな思いが富士通に通じたらしい。竹コプターに乗って夏休みのお散歩の最中、見～ちゃった！8月25日発

売予定とヒソヒソ話ししてたから、きっとこの会報の届く頃は、ドコモショップの店頭に並んでいるね～。

カタログも出来てないらしいので、一生懸命に聞き耳立ててわかった事だけをお知らせします。今までの携帯電話で不自由していた所がかなり改善されています。

①音声対応

押したボタンを音声で知らせる。メニューの読み上げ。登録した電話番号の読み上げ。メールの文章読み上げ。時刻も読み上げ。

②大きなカラー表示

従来の数倍の大きい文字サイズで、カラー液晶画面に表示。

③本体の大きさなど

外形寸法 135×46×17mm

重量 88g

連続通話時間 135分

メモリダイヤル 500件

受信メール保存件数 100件

詳しくは、ドコモショップか富士通(株)モバイルフォン販売促進部
電話：03-3216-8015（直通）

ホームページ <http://www.fmworld.net/mobileworld/>

iモード版 <http://www.fmworld.net/mobileworld/i/>

これが出来たいきさつは、富士通のパソコン音声読み上げソフト制作部門と連携している視覚障害者に係わるボランティアや視覚障害者からの要望に応じて企画制作されたようです。（そのうちの何人かはドラエモンの友達）不自由を感じたら、声を出して、「こんな物いいな♪できたらいいな♪」と言えば、きっと不自由を補う便利なものが出来てくるよ！

●パソコンを習得したい人へ

この団体にはJ R P Sや、タートルのパソコン達人が大勢講師として参加しています。顔見知りの人もあるかもしれません。パソコンを習得したい方は相談したらいかがでしょう。

特定非営利活動法人（NPO）

視覚障害者パソコン・アシスト・ネットワーク SPAN（スパン）

SPAN（スパン）とは

視覚障害者の・・・S

パソコンの・・・P

アシストの・・・A

ネットワークの・・・N

からなり、視覚障害者のパソコン利用を推進し、アシストする為のネットワークです。英語のSPANというのが「兩岸を結ぶ」という意味があるように、私達SPAN（スパン）も視覚障害者と晴眼者、企業と個人等を問わずさまざまな人のかけ橋となることを目指すネットワークです。

【SPAN設立の趣旨】

近年パソコンによる情報化の波は非常な速さでおそってきました。その中で視覚障害者にとってパソコンを使うことは、情報の活用、職業の開拓、自立と社会参加等の意味からもたいへん重要なものになってきています。しかしパソコンの習得は誰にとってもなかなか大変なものです。一般向けの、パソコン教室は数限りなくありますが、視覚障害者を対象としたサポートや習得のためのパソコン教室はほとんどなく、またあったとしてもその存在を知ることは非常に困難です。その結果ほんの一握りの視覚障害者しかパソコンを利用していないのが現状です。このような事を踏まえ、視覚障害者のパソコン利用を快適なものとし、積極的に進めていくためには、視覚障害者に対するパソコン操作方法等のサポートを充実させ、点在す

る組織や情報を繋ぎ合わせる必要があります。そこで、視覚障害者はもちろんのこと晴眼者、一般のパソコン関連企業、視覚障害者向けパソコン関連企業、社会福祉協議会等の福祉団体、ボランティア団体・個人等、多くの人々が協力し合い、視覚障害者のパソコン利用を拡大・推進する目的で平成11年11月7日にSPANが発足しました。

【活動内容】

SPANの活動内容は以下の4つです。

1. 視覚障害者向けパソコン教室の開催(有料)
2. パソコンサポーター(アシスタント)の養成
3. 視覚障害者にとってのハードウェア・ソフトウェアの評価
4. 視覚障害者にとって有益な情報の提供

平成12年12月に東京都より特定非営利活動法人(NPO)の認可を受けました。

【アシスタント養成講座】

- ・対象者：Windows PCでE-mailなどの基本的な操作ができる方
- ・講習期間：2日間(原則として日曜日)

【パソコン教室(初級)の開催】

- ・対象者：視覚障害者で、これからパソコンを始める方
- ・講習期間：6日間(主に土・日曜日)
- ・講座内容：
 - (1) パソコンに触れてみよう
 - (2) ブラインドタッチによるキー入力
 - (3) Windowsの基本操作(起動と終了、メニューの選択、ダイアログボックスの操作等)
 - (4) 文書の入力、編集及び保存

(5) E-mail の送受信

(6) ホームページの閲覧やハガキ作成ソフト
または文書の印刷など

・ 受講費用：25,000 円

【外部への講座スタッフ派遣】

自治体、各種団体が主催する視覚障害者向けパソコン教室やボランティア養成講座などに対して、講師、アシスタントの派遣を行います。詳しくは下記の連絡先までお問い合わせください。

【SPANのホームページ】

SPANの活動やさまざまな関連情報を掲載したホームページを下記のURLで開設しています。どうぞご覧下さい。

<http://www.eastech.co.jp/span/>

【SPANミーティングプラザ(活動場所と連絡先)】

交通

- ・ 営団地下鉄南北線麻布十番駅より徒歩 5 分
- ・ 都営地下鉄大江戸線赤羽橋駅より徒歩 5 分
- ・ 都営地下鉄三田線芝公園駅より徒歩 10 分
- ・ JR 田町駅より徒歩 15 分
- ・ 都営地下鉄浅草線三田駅より徒歩 15 分
- ・ 都営バス中ノ橋バス停より徒歩 2 分

申し込み、お問い合わせ：

下記の連絡先にお電話または E-mail をください。

住所：〒108-0073

東京都港区三田 1-2-16 ブレインプラザ 2 F

TEL：03-5730-2461

E-mail：span@super.win.ne.jp

●電話で手軽に音声インターネット情報

N T Tコミュニケーションズが、利用者が固定電話や携帯電話を通じて音声でメニューを操作できる音声インターネット情報サービス「Vポータル」を開始しました。「株価」「天気予報」「乗り換え案内」「占い」「交通情報」などの情報が手軽に得られます。

電話番号は全国同じで 0570-0033-03。

料金は固定電話からは昼間・夜間90秒10円、携帯電話（当面はN T Tドコモのみ）は昼間14秒10円。

●大きな文字の時刻表、弘済出版社が創刊

（2001/07/30 交通新聞）

従来の時刻表に比べて文字をひと回り拡大した「文字の大きな時刻表」が、J R時刻表でおなじみの弘済出版社から創刊された。高齢者の旅のプランづくりを助ける、形を変えた“人にやさしい鉄道づくり”に向けた取り組みの一環。J R東日本横浜支社が東海道線横浜、川崎の両駅はじめ管内主要駅の「みどりの窓口」に早速配備するなど、J Rグループ各社からの評価も上々だ。

「最近、一般紙の一部が活字を大きくしたほか、図書館には“活字の大きな本”の専門コーナーが設けられて広く喜ばれている」（前一心・第一編集本部時刻表編集部長）が発想の原点。同社は大型サイズの「J R時刻表」のほか、中型の「コンパス時刻表」、コンパクト判の「全国小型時刻表」「道内時刻表」「東京時刻表」「携帯全国時刻表」「小型時刻表（九州・中国・四国エリア版）」の七種類の時刻表を月刊で発行。加えて、主要駅での乗り換えに絞った「のりべん時刻表」を季刊で、「高速バス時刻表」を年二回のペースでそれぞれ刊行しているが、今回は初めて文字を拡大した時刻表を作製することにした。

交通や旅に関するさまざまな情報を、図書と雑誌の特徴をミックスして紹介する“トラベルMOOK”シリーズの一冊として出版し

た「文字の大きな時刻表」はB5判、九二〇ページ。全体の構成は従来のコンパス時刻表とほとんど同じで、巻頭は路線区の索引を兼ねた全国のJR線路線図。次いで、全国の地下鉄路線図、JR主要駅の構内案内図、黄色の夏の臨時列車案内のページが続き、JR線ダイヤは新幹線は黒とライトブルーの二色刷り、在来線は黒の単色刷りと変化を付けた。

肝心の文字やダイヤの数字については、JR時刻表の“6ポイント”と呼ばれる小文字をほぼ一・五倍に拡大。ただJR時刻表と同じレイアウトではページに収まりきらないことから、例えば在来線の最初に掲載されている東海道線の場合、JR時刻表は東京―熱海間（伊東線、伊豆急行線を含む）で区切り、上りと下りを上下二段で一つのページに入れているのに対し、文字の大きな時刻表では掲載範囲を東京―静岡間に拡大した代わりに、上下線を別のページに分けるなどきめ細かく工夫した。また、私鉄については関東と関西地区の有料特急に絞ってダイヤや運賃・料金を掲載。全国のハイウェイバスや長距離フェリーと主要離島航路、国内航空ダイヤもいずれも拡大文字で紹介。最後は、“ピンクのページ”の愛称名でおなじみの「JRの営業案内」のコーナーで締めくくっている。

初版十二万部。定価八百八十円（税込み）で、全国の主要書店などで発売中。今回の初号は“vol・1”と銘打っており、同社では「読者の皆さんの反響を見ながら、今後は季刊のペースで発行を継続できれば……」（同）と期待している。

●調理用はかりについてご意見を

埼玉・芳賀 環

今年の3月、埼玉で開催しましたアイフェスタに飛び入り参加してくださいました会社に寺岡精工というところがあります。（東京連絡会・埼玉支部の料理教室でお世話になった御厨典子さんの紹介です）そこは、レジスターやはかり等を作っている会社なのですが、

今回アイフェスタの様子を見、来場者の声をきいて「音声付の調理用はかり」を開発しようか???と担当者の方が思ってくれたそうです。今、会社内で取り組むか否かについて検討中なのだそうです。そこで、ぜひユーザーである私たちの意見を担当者に提出したいと思います。すでに、大和製のものや台湾(?)で作られたものはあるようなのですが、実際にそれを使っている方はそのレポート等、また使っていない方は「こんなはかりがいいな」という希望等を教えていただけないでしょうか?

実際に製品化につながるかどうかは???ですが、私たちの声を作り手に伝えることのできる機会を利用しない手はないと思います。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

※ご意見は神奈川支部編集部又は事務局までお寄せください。

— 投 稿 —

●陶芸クラブ発足のお知らせ

小田原市 長沢幸男

このたび6月に内田さんの御配慮により計画された陶芸教室に参加しボランティアの方々の御協力と御指導のもと創造性の世界、陶芸を体験させてもらいました。その二時間はあっという間の二時間でした。その二時間はなにもかも忘れ指先と粘土に気持ちは集中。私は湯のみとぐい飲み二個を作りました。製作しながら完成した時のことを創造しながらここをどうしようか、こうしようかなど考えながらの二時間は実に楽しい時間でした。これからも続けることにより自分なりのオリジナル製品を作りあげていきたいと夢見ています。私は今、自分で作ったぐい飲みで晩酌をしています。これが実においしいのです。最高ですよ。また視力は全く関係なく指先の感覚が主体になりますのでそれが大脳を刺激し活性化されるものと思います。またなにもない状態から目的の物が出来あがるというのは

すごい感動と同時に充実感に浸れます。そしてこの次はなにを作ろうかと未来の意欲が増強します。こんな楽しいことを皆さんもやってみませんか。会場は横浜ラポールで行われます。新横浜の駅前から無料の送迎バスが随時発車しております。どうぞこんな楽しい奥の深い陶芸をやってみませんか。希望される方は内田さんか長澤に連絡一報下さい。今後の連絡などのことから電話またはファックス・メール等でお知らせ下さい。多くの入会者をお待ちします。

連絡先：内田 TEL：04 ＊＊＊＊＊＊
長澤 TEL・FA ＊＊＊＊＊＊ 224
e-mail：k ＊＊＊＊＊＊ jp

●ウッチャンの体験記シリーズ 「甘えん坊将軍が行く」

横須賀市 内田 知

ウッチャンが出かけると、自分の身を守るためにあらゆる手段をとる。例えば、バスに乗る時に、まずバス停に着くと

「バスを待っている方、いますか？」

「バスが来たら教えてください」

「バスを待つ所に並びたいのですが、誘導してください」

ウッチャンの問いかけに答えてもらえる時と、答えてもらえない時があるが、この3つは必ず口にする。そして、声を掛けてもらえて乗る時も、自力で乗る時も、割り込んで乗る確率が高いため、

「よろしいですか？」と声を掛けてからバスに乗り込む。運転手側から乗った時は、降りるバス停を告げる。例えば、

「駅前で降りますのでお願いします」降りるときは、

「ありがとうございました」と、必ず言う。

さて、電車に乗る時は、切符を買うために声を掛ける時もある、声を掛けてもらう時もある。その時は、行き先を告げるだけでなく料金も言って切符を買ってもらう。「横浜まで買いたいのですが・・・」

ではなく、「海老名乗り換えで横浜まで430円なんですが、買って頂けますか？」と、願います。親切な人に対して、信用しないのではなく、便利なようで難しい券売機の利用でまごつかせないための一言である。声を掛けてくれたお年寄りが料金表が見えないためわざわざ眼鏡をかけて確かめてくれたり、自分ではわからず駅員に尋ねたりとか、時間的な迷惑をかけることがあるために、自分の行き先の料金は事前に調べるようにしている。

ホームに出て電車を待っている時、電車を降りた時、声を掛けてもらえばその行為に甘える。チャンスがあれば、声を掛けて援助を求める。電車に乗った時、特に混雑している場合は、

「どこかつかまるところはありませんか？」座席に座っている時は「次の駅で降りるので、電車がホームに入ったら教えて下さい」その他、車内放送が聞きとれない時は声を掛ける。とにかく、ホームの移動に関してはわかっていても無理に単独行動は避ける。いつも利用している駅に関しては慣れからくる気の緩みが事故の元だと思っている。だから、たとえ数メートルの誘導であっても、十分わかっていることでも、声を掛けてくれた人の行為に従う。再確認のため、質問もする。例えば、あと数メートルで階段だとわかっているでも「まっすぐ行くと階段ですか？」と聞くことにしている。

しかし、ウッチャンはライトホーム出身者であることを忘れてはいけない。あと数か月でライトホームを退所する時期になると、交通機関を利用した歩行訓練を中心としたスケジュールが組まれる。朝8時半にライトホームを出発して、夕方5時に戻ってくるという1日がかりの歩行訓練が、毎日とは言わないが今日もか・・・と思うくらい組まれている。イヤだとか、つらいとか、怖いとか、そんな思いは吹っ飛び、人ごみの中を歩き人の手を一切借りずにバスに乗り、切符を買って電車に乗って横浜に行き、西口へ行ったり東口へ行ったり、横浜駅周辺をありとあらゆる設定に従い歩き回る。そして、電車に乗るタイミング、降りた後の行動、どんな音を必要とし、どのように白状を使い足元の情報を得るか、必死な思いという

よりも訓練とはいえ、一人で歩いている自分に

“俺でもこんなことが出来るようになったんだ”という喜びを感じていた。

そんな中、歩行訓練の指導員に「人の手を一切借りずに行動することが一人で歩けるということではない。時には援助を求める。親切な人の気持ちに応える。これも一人で歩くためのテクニックのひとつと考えて欲しい。内田さんの今の実力で十分一人でどこにでも出掛けて行ける。その自信は持っていが、自分の力を過信してはいけない。自分の身を守るためだけではなく、他人をトラブルに巻き込むことのないように援助を求めたり、受けることは必要なことだ。これは、内田さん流に言えば、視覚障害者が一人出歩くために会得しなければならない必殺技だと思って欲しい」と言われた。

ウッチャンはそれを聞いて、もともと声を掛けられて誘導してもらおうこと、特に若いお姉ちゃんに誘導してもらおうことが大好きだったので、その必殺技を連発して使った。しかし、ある日約束の時間に間に合わない、急がないといけないときに限って援助を求めても返事はない、まして声を掛けてくれる人もいない。横浜駅に着き、約束の時間に着くことは諦め、自分のペースで歩いていると、若い女性に声を掛けられた。渡りに船でその行為に甘えたが、改札口でもたつき、出た後に「ご迷惑を掛けました。ありがとうございます」と言うと、その女性は「迷惑？何でそういう言い方するんですか？迷惑だと思ったら声を掛けたりしません。あなたが援助を求めたとして、私が迷惑だと思ったら返事などしません。本当に迷惑を掛けている人がいるならば、それは障害者ではありません。目が見えていても道に迷えば、誰かに尋ねる。駅でどこかわからなくなれば、駅員に聞く。普通に当たり前のことだ。気にしないで下さい」と言った。そして「これからどちらへ行きますか？」と尋ねられ、思わず目的地を言ってしまったウッチャンだが、「ここからは本当に大丈夫ですから。本当にありがとうございます」と言うと、「時間は十分ありますから、私が誘導しましょう」と女性は言った。一

人で歩くよりも誘導してもらったほうが時間に間に合うので、その好意に甘えた。しかし、誘導してもらっている間中、励ましと言うよりも、怒られながら歩いていた。別れ際にも「世の中には本当に迷惑を掛けている人間は他にいる。もっと自信を持ってください。人の親切を受けると言うことは、迷惑と言うことではないのです。みんなが助け合って生活しているんです。障害者だから助けてもらっているばかりだと思わないで下さい。事実、あなたは一人でここまで来るつもりだった。それが他人の手を借りずに来れる。ただ偶然、私が声を掛けただけです。自分の出来ることを、それ以上でもそれ以下でもなく、ちゃんと出来ていると思います。頑張ってください」と言われた。

しつこいようだが、ウッチャンはライトホーム出身者である。切符を買ってもらう以外は単独行動できる力を持っている。しかし、なぜ必要以上に声を掛けるか？それは自分の歩行が完璧だと思っていないからだ。そして、過信してはならないという指導員の教えるウッチャンなりに守っている。電車の中でつかまるところを探すのにもたつき、他人を巻き込んで転ぶ時もある。ウッチャンが声を掛けるよりも、声を掛けてくれる人のほうが何倍も勇気がいるだろう。変な例えだが、お茶を出された時に、断るよりもせめて一口くちをつけて「ごちそうさま」と礼儀を尽くせば、断るよりは相手の気持ちに通じ合うのではないか。声を掛けてくれた人に「大丈夫です」と断ったとして、次にどこかで別の障害者を見かけた時に、きっとウッチャンに声を掛けたときの何倍もの勇気を出して声を掛けるだろう。それよりも声を掛けて良かったと思ってもらったほうが、次の出会いの時に肩の力を抜いてすべての困った人に声を掛けてくれると信じている。人の親切はどんな状況であっても受けることにしている。しかし、援助を求める時はその時折のウッチャンなりの勘で声を掛けている。いつもと違う、得たい情報が耳に入っていない、雨が降ってる、風が強い、その時の体調、無理をすると危ないと感じた時だけ声を掛けている。なぜかそういう状況がウッチャンには

多い。ただの甘えん坊なのだろう。それでも、他人に迷惑を掛けな
いよう、自信過剰な行動が他人を巻き込んでのトラブルにならない
よう、もっと行動範囲を広げていく。家族や友人、ボランティアの
皆さんの誘導で歩くよりも、一人で歩くことの楽しさ、難しさ、そ
して偶然の出会いが重なり、お互いのアドレスを交換するだけでは
なく一緒に酒を飲む友達も出来た。いいことばかりではない。一人
で歩くことの大変さ、怖さを文章にしたら、もっと長くなるだろう。
それでもウッチャンは一人で出掛けることが大好きだ。ウッチャン
のやり方、考え方に異論反論があるのは承知の上、今は甘えん坊将
軍でいいと思っている。何故ならば、若いお姉ちゃんに声を掛けて
もらって誘導なんかしてもらったら、楽しくて仕方がない。そんな
楽しみを無くしたくないもんね。

●俺の生き様No. 5 “しろい杖”

横浜市 座頭市

最近まで白杖なんて遠い存在だった。十数年前、RPを宣告され
ても急に悪くなるわけでもなく、漠然と眼の悪い人＝白杖、健常者
の認識であった。数年前、JRPSに入会し、ミニ集会で実物を見
て、触って、それでも「当分必要ないや」と思った。夜間歩行は購
入したハイパワーの懐中電灯で十分と思っていた。

いきなり、手帳2級となった昨年夏、「中途視覚障害者の復職を考
える会」の会合に参加し、みんな白杖を手に数珠繋ぎに歩く一団を
見た時、ショックだった。（白杖をまだもってなかった。）それは俺
もそのうちそうなるのかとの憂鬱とみんな逞しいなどの驚きだった。
その後、高田馬場の日本点字図書館で、直杖と折り畳み杖を購入し
直杖を手に帰宅したのが初使用であった。直杖は玄関の壁に吊して
いるがほとんど使用していない。通勤鞆に通常使用の4段折り畳み
白杖と予備杖（5段折り畳み）を入れている。杖は主に夜間歩行時
に使用している。いろんな人から「お手伝いしましょうか？」と声

をかけられる。きっと危なっかしい歩行と見たのだろう。「信号が青になりました」との声かけもある。いつもの通勤ルートでは「ありがとうございます。大丈夫です」と答える。

今春、転宅し歩行ルートが変わり、曲がり角が何回か分からなくなった。「俺の家はどこ？」ほんとパニックになり、通行人に手引きしてもらった。情けなかった。いつもの路も車が駐車していたり街灯が消えていたり窓の光がなかったりすると感覚が狂い思わぬ方向に歩き、電柱にぶつかったり、溝に落ちたりした。少し慣れたとはいえ夜の帰宅が一番、緊張する時間である。

過日、歩行指導員の講演会に行った。指導員は「白杖は視覚障害者の安全へのシンボルケーンである反面、障害者のシンボルでもあり気楽に持てない人も多い。外で白杖を持てる段階になれば指導の大部分は終了である。白杖歩行のテクニックは指導できても使用は強制できない。」と言った。

必要に迫られ使い始めた白杖、勝手なもので隣近所や実家・親戚に「障害者と思われたくない」思いがある。冠婚葬祭で実家に白杖で帰ることもあるだろう。知られるのは時間の問題だ。画期的な治療法で見えるようになるまで障害は続く。「普通が一番」横並び指向の強い日本社会、障害者であることが分かたら周りはどう思うのか気がかりである。阪神大震災では隣家との関わりを少なくして密かに暮らしていた視覚障害者に犠牲者が多かったとも聞く。今の俺には世間の障害者への区別（いや差別かな？）を甘受できる器量はない。「器量＝諦め」とは思いたくない。「身の安全」と「世間体や煩わしさ」をバランスにかけた白杖使用が続く。身の程を知るにはまだ時間がかかりそうである。こう綴れるのもまだ視力があるからだろう。

★ 編集後記 ★

いつの間にか、この会報も20号を迎えました。年4回発行しているのに、1号が発行されてから5年は経っている計算になります。（ちなみに私は4号から編集に携わっています）毎度のことながら発行日前には編集が立て込むのですが、今号は猛暑の影響で？特に時間がかかってしまいました。（今日は発行作業だというのに、まだこの文面を書いています。もう夜明け前・・・）でも、まだまだ余裕です。それは、会員のみなさんの投稿がまだまだ少ないからです。思っていること、感じたこと、何でもいいから投稿してみてください。神奈川の支部会員は250名超もいます。いつも投稿してくださる人、時々ミニ集会に参加してくださる人、何かしらイベントに参加してくださっている人はだいたい4～50人くらいでしょうか。あと、200名くらいの人はどうしてるのでしょうか？ただ、待っているだけでは何も起きません。この9月には桜木町でプレ世界大会が、そしてあと1年もしないうちに世界大会が始まります。私たちが抱えているのは目の病気なのでなかなか行動しづらいかもしれませんが、そんなこと言っては始まりません。積極的に行動しましょう。毎回、会報への投稿が山積みで、「あー、今日は発行作業延期だー！」と、私を困らせるくらいに、みなさん投稿してみてください。

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

阿部直之

〒213-0012

神奈川県川崎市高津区：

E-mail：*****

jp

TEL：044*****

定価 200円