

視覚障がいのある人と暮らしを支える力

点字って何？

点字は6つの点の組み合わせで、
かな・数字・アルファベットを表
すことが
できます。 あ い う え お



点字を読む佐藤さん

点字があれば
いろんな情報
がわかる!

コンテナに穴が開い
ているので何のごみ
かわかりやすい!
これはびん用だね!



穴の開いたコンテナを確認する三輪さん

一人では出かけら
れないから、同行
してもらえるのは
ありがたいなあ



公的サービスを利用して買い物に行く田中さん

視覚障がいのある人の日常について考えたことはありますか？

普段、健常者は目から物との距離、相手の表情、書いてある文字、風景といった情報を得ていますが、視覚障がいのある人は聴覚や触覚といった視覚以外の感覚から情報を得ています。

自分でできることは自分でする「自助」のほかに、近所の人やボランティアに協力してもらって「共助」、公的なサービスを活用する「公助」が暮らしを支える力になっています。

'20 9/1 第138号

編集と発行／社会福祉法人 安城市社会福祉協議会
〒446-0046 安城市赤松町大北 78 番地 4 (社会福祉会館内)
TEL 0566(77)2941・FAX 0566(73)0437
E-mail syakyo@city.anjo.aichi.jp <https://www.anjo-syakyo.or.jp/>



特集 視覚障がいのある人の日常
私の暮らしを支える力

視覚障がいのある人の日常



佐藤美恵子さんは生まれつき視力が低く、現在視覚障害2級で、左目の視力は0.08、右目はほぼ見えません。人の気配や明暗がぼんやり見える程度ですが、「自分でできることは自分でしたい」と積極的に行動されています。そんな佐藤さんの日常生活について伺いました。

洗濯

洗濯機の操作は大変ですが、点字と音声を頼りに自分で行き、洗濯干しから衣類をたたむまでを日課としています。



▲点字を頼りに操作する佐藤さん

掃除・買い物

1人ではできない部分をヘルパーさんに手伝ってもらい、自分でできることは自分でしています。



▲机をふく佐藤さんと掃除機をかけるヘルパー

ごみ出し

ごみは自分でまとめ、所定の日に近くのごみステーションへ持って行きますが、資源ごみ(缶、びん、危険ごみ)の分別には不安があります。日によって見え方が違うので、資源ごみのコンテナが区別できないこともあり、自分しかいないときの分別は大変です。

→3頁ごみ出しが安全にできる工夫へ

外出

主に福祉センターや病院、デイサービスに出かけています。外出時は街中に点字ブロックがあるので、うまく活用しています。信号のある交差点の中には音が鳴るものがあり、東西方向と南北方向で音が違うので進む方向がわかり、視覚障がいのある私たちにとってはとても助かっています。

一方で、外出中で怖いのは自転車です。すれ違う時、歩行者は止まって待っていてくれるときもありますが、自転車はスピードを出して追い抜いたり、急にベルを鳴らされたりすることもあります。その際はどちらに避けていいかわからず、避けるにも歩道がどのくらいのスペースがあるのかわからないので、その場に立ちすくんでしまったことがあります。

地域には目が見えない人も一緒に住んでいるので、少しだけ気にかけてくれると嬉しいです。



白杖は視覚障がいの目印

近所の方やボランティアの支援

近所の方が普段から気にしてくれており、道で会うと声をかけてくれますし、台風の際は雨戸をわざわざ閉めにきてくれたり、緊急時の支援もしてくれます。

また、水曜会という視覚障がいのある人が集まる場が総合福祉センターにあるので、そこで当事者同士の情報交換や点字教室をボランティアの人と一緒に学習しています。

日頃のちょっとした地域やボランティアの支援、仲間との交流があることで人とつながっていると実感できているので、安心して生活ができています。

10月の相談窓口

名称(場所)	ボランティア相談(社会福祉会館)	専門職による後見制度市民相談(社会福祉会館)
日時	毎週(火)～(土) 午前9時～正午 午後1時～5時	10月10日(土) 午後1時30分～4時(毎月第2土曜日)
対象	ボランティア活動してみたい人・依頼したい人、団体	市内在住の後見制度の利用を検討している人
予約	不要	期間⇒相談日当日まで(要予約・先着3名) 受付⇒午前8時30分～午後5時15分
問い合わせ	安城市ボランティアセンター ☎77-2945	生活相談係 ☎77-0284

私の暮らしを支える力

ごみ出しが安全にできる工夫

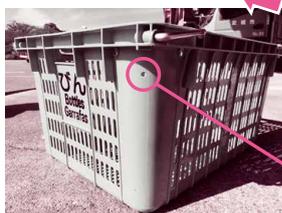
安城市の清掃事業所は、視覚障がいのある人でも資源ごみのコンテナを識別できるよう、コンテナに穴をあける工夫を施しました。2千個程のコンテナに手作業で穴を開け、9月のびん・缶類の資源ごみの日から市内全域のごみステーションに配置されます。



(上からの写真)
コンテナの短辺を正面にした時の右角の下部に穴を開けます。



危険ごみ：穴2つ



びん：穴1つ



缶

※穴あけはしません



安城市身体障害者
福祉協会視覚部会長
三輪さん

資源ごみ回収の時はコンテナの形が全て同じなので、中に入っているものを杖や手で触らないと、どこに何を捨てればいいのか分かりません。もちろん近くに誰かがいれば聞くこともできますが毎回そうとはかぎりません。

私の知っている人は、ゴミ出し時に割れたびんで手を切ってしまいました。私たちにも注意すべきことがあるかもしれませんが、直接コンテナの中を触らなくてもわかる方法があるのはありがたいです。

日常のできない部分は公的サービスを利用

掃除や買い物、調理等できない部分がある人は、介護保険や障害福祉サービスを利用されている人も多くいます。また、市内の配食サービスを利用している人もいます。

視覚障がいのある人が外出する際に利用できる同行援護という障害福祉サービスがあります。特別な研修を受けたヘルパーが付き添い、目の代わりをしてくれます。



同行援護を利用
されている
田中さん

病院受診や買い物で外出をする際には、安心して目的地まで行くことができるので助かっています。電車に乗る際にはホームと車両の隙間、入口にある手すりの位置なども気にかけてくれるのでとても心強いです。道中では歩行者や自転車の情報、道の勾配、段差はもちろん、変わりゆく街中の情報も事細かに教えてくれます。買い物に関しても細かに情報をくれるので、一緒に確認しながら行えています。

私はこの支援があるから自分で歩いて外出できており、外出をしようという意欲にもつながっています。

10月の相談窓口

名称(場所)	心配ごと相談(総合福祉センター)	障害者更生相談(総合福祉センター)
日時	毎週(火)～(土) 午後1時30分～4時	10月8日(木) 午後1時～4時(毎月第2木曜日)
対象	市内在住の人	市内在住の身体障がいのある人・知的障がいのある人および介護者
予約	不要	期間⇒相談日の前々日まで(要予約・先着6名) 受付⇒午前8時30分～午後5時15分
問い合わせ	地域福祉係 ☎77-7889	総合福祉センター ☎77-7888



日 期間・日時 場 場所 内 内容 講 講師・指導 対 対象・資格 定 定員・募集人数 費 費用・受講料等
 持 持ち物 申 申込方法等 問 問い合わせ先 他 その他 ※「対」どなたでも 定 特になし 費 無料」の場合は記載を省略

高齢者講座



総合福祉センターでは、令和2年度後期講座(11月～3月)の受講生を募集します。初心者の方でもどうぞご参加ください。

対 市内在住の60歳以上の人
 申 総合福祉センター窓口で午前9時から先着順。電話受付は申込み初日の午後1時から。

講座名	曜日	時間	定員	申込初日
民舞	第2・4水曜日	午後1時30分～午後3時	25名	10/14(水)
ちぎり絵※	第4木曜日	午後1時30分～午後3時30分	10名	10/29(木)
絵手紙	第2火曜日	午前10時～正午	10名	10/13(火)
ヨガ	第2・4木曜日	午前10時～午前11時30分	40名	10/15(木)
NOSS(ノス)	第2・4金曜日	午前10時～午前11時30分	25名	10/16(金)
健身気功	第1・3木曜日	午後1時30分～午後3時	40名	10/8(木)

※ちぎり絵教材費 3,300円
 問 総合福祉センター ☎77-7888

介護者のつどい

日 時	場 所
10月10日(土) 午後1時30分～午後3時	北部福祉センターホール ☎97-5000
10月15日(木) 午前10時～午前11時30分	桜井福祉センター多目的室1 ☎99-7365
10月20日(火) 午前10時～午前11時30分	中部福祉センター集客室 ☎76-0090

傾聴ボランティア養成講座



傾聴とは相手の話に耳を傾けることです。話は聴いてもらえるだけでうれしいものです。講座を通して自分のコミュニケーションを見直し、話し相手をするボランティアとして活動してみませんか。

日 10月23日(金)
 午前9時30分～午後4時30分
 場 社会福祉会館
 講 皆本 昌尚氏
 (あつまるハウス駒方所長・コミュニケーショントレーナー)
 費 500円
 定 24名(先着順)
 申 9月3日(木)から10月17日(土)ま

での午前9時から午後5時までに、社会福祉会館窓口または電話にて受付(日・月・祝日は除く)
 問 安城市ボランティアセンター(社会福祉会館内)☎(77)2945

遺贈寄付をいただきました



故榊原モモ子様(小堤町)から1,650万円もの多額の寄付をいただきました。
 榊原様は生前、安城市社協の福祉サービスをご利用いただき、その縁から寄付をいただきました。寄付いただいたお金は福祉基金として、安城市の福祉に活用させていただきます。
 榊原様のご冥福をお祈りするとともに、厚く御礼申し上げます。
 遺贈寄付については安城市社協ウェブサイトをご覧ください。

ご寄付いただきました

みなさまの心温まる善意にお礼申し上げます。
 ■安城善意銀行(6月受付分/敬称略)
 太田洋子▷伴野洋之▷明治本町町内会▷昭和町町内会▷大東町町内会▷NPO法人高齢者支援よりそいの会▷産直センター道の駅デンパーク安城お客様▷元祖デカ盛あさひ町弁当▷コマダ珈琲安城店▷緑川美香▷(株)石亀工業▷中村富士子▷(株)キャッチネットワーク▷岩瀬正▷山本和裕▷桜井公民館利用者▷桜井福祉センター利用者▷横山真司▷匿名

災害義援金のお礼

みなさまのあたたかいご支援・ご協力にお礼申し上げます。
 (6月受付分/敬称略)
 ■令和元年8月豪雨災害義援金 箕輪町内会
 ■令和元年台風第15号千葉県災害義援金 箕輪町内会
 ■令和元年台風第19号災害義援金 箕輪町内会

災害義援金の受付

現在、「令和2年7月豪雨災害義

援金」を受け付けております。募金箱は、市役所、社会福祉会館及び市内福祉センターに設置しています。ご協力をお願いします。
 問 日本赤十字社安城市地区 ☎77-2941

赤い羽根共同募金



「赤い羽根募金」の愛称で親しまれている共同募金。家庭や学校、職場や駅などで行われる募金活動には、多くの人からご協力をいただいています。
 集まった募金は、市内の福祉施設やひとり暮らし高齢者、ボランティア団体など、市内で活動する団体や支援を必要としている人を支える活動に活用されています。

街頭募金のお知らせ

10月1日(木)
 ■午前7時30分～午前8時30分
 JR 安城駅前、名鉄新安城駅前、JR 三河安城駅前
 ■午後4時～午後5時
 (市内14施設予定、順不同)
 ピアゴ東栄店、でんまあと安城北部、イトーヨーカドー安城店、アンディ、フィール新安城店、ピアゴ福釜店、でんまあと安城西部、フィールでっかいどう!!、ピアゴラフーズコア三河安城店、バロー安城日の出店、ドミール安城アンフォーレ店、ヤマナカ安城フロンテ館、アオキスーパー古井店、アピタ安城南店

安城市社協の介護予防チャンネル



YouTubeで「安城市社協」と検索してみてくださいね!

公開日	内 容
9月1日(火)	・栄養講話 「腸内環境を元気に」 ・シニアのための自宅で簡単レシピ 「牛肉とさつまいもの甘辛煮」
9月15日(火)	・健康体操 「すっきりストレッチ」