

見えにくくなって困っていませんか？

●本や新聞を読みたいけど、何かいい方法はないのかな。



●家事や趣味がうまくできなくなってきて、気持ちが沈みがちです。

●パソコンの操作が難しくなってきました。

●見えにくくなって、外に一人で出かけることができなくなってきました。



●見えにくくなってきて、このまま仕事を続けられるか心配です。

●子どもが見えにくいので、小学校の入学はどうすればいいのか心配です。



●外に出ると光がまぶしくて、車の運転や歩くのに不安を感じてきました。

●体を動かすことが好きだけど、見えにくくなったらスポーツは楽しめないのかな。

「Smart Sight™(スマートサイト)」とは、アメリカ眼科学会(AAO)が推奨しているシステムです。そのリーフレットには、視覚に障害のある方々への、保有視覚の活用や、関係する支援機関など生活に役立つヒントが記載されています。

秋田県でも、平成28年度に推進委員会を設置して、検討を重ねてきました。是非ご利用いただきたいと思います。

ご家族や職場の方々へのお願い

目には、いろいろな働きがあります。「視覚」とは、視力のほかに、視野、光覚、色覚、両眼視、調節力などを含む言葉です。

視覚に障害があるということは、このいずれかの機能に課題がある場合や、視力と視野の両方または、複数の機能に課題があり、日常生活や就労などでなんらかの支障をきたしている状態を示します。こうした支障は、目そのものの病気が原因であるだけでなく、脳や内科的な病気のためにおきることもよくあります。

例えば、視野の問題では、視野全体が狭くなったり、中心部分が見えなくなったり、逆に中心部分しか見えなくなったりする場合があります。また、片側半分が見えなくなったりすることもあります。

さらに、視力そのものには大きな問題がなくても、明るい見えにくいことや、夕方や薄暗い場所で見えにくくなったり、見ようとするとものが歪んで見えたりするなどの症状もあります。

このような複雑な症状であることから、自分の視覚の状態を他の人にうまく伝えられないという実情があります。その結果、自分一人で問題を抱えてしまい、家庭や職場の中で孤立感を感じている方が実はとても多いのです。

視覚に障害のある方々の話を丁寧に聞いてください。そして、悩みがある場合は、一人で考えずに、この「スマートサイト」を開いてみてください。

◇どこに連絡したらいいのか迷った場合、まずは、次の事務局にご相談ください。

秋田県立視覚支援学校

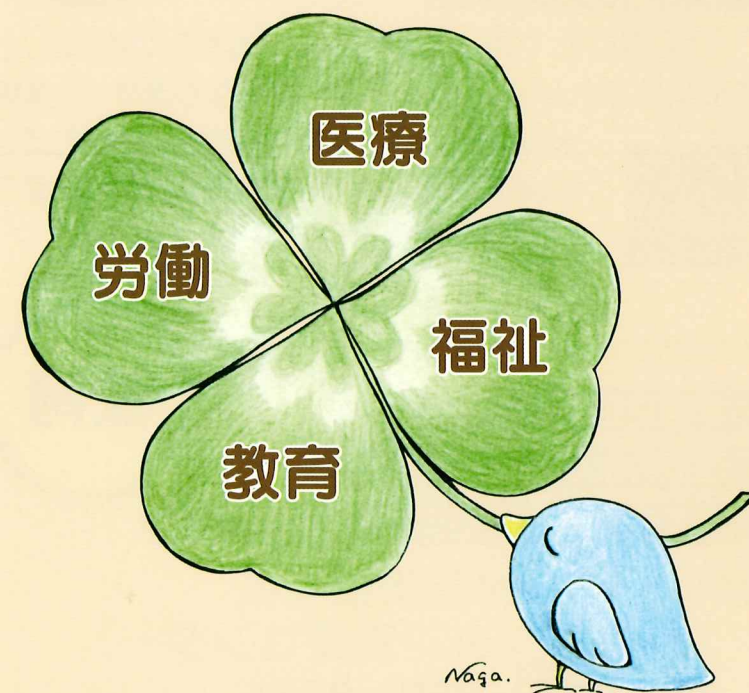
ロービジョン支援センター

TEL.018-889-8571

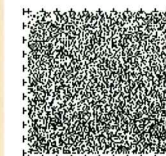
E-mail shikaku-s@akita-pref.ed.jp

見えにくい方への 支援先紹介リーフレット

秋田県版 スマートサイト



Uni-Voice;右のコードを読み込むと、携帯電話やスマートフォンで内容を音声で確認できます。



スマートサイト配付機関名:

まずは、ご相談下さい！ 一緒に考えましょう

つながる、つなげる、
秋田県版スマートサイト

秋田のロービジョンケア

● 県内の眼科医

「どんなことで困っているのか」具体的に話せば、どこに相談すれば良いかわかりやすくなります。日本眼科医会のサイトからは視覚補助具を試せる眼科医療機関や、生活便利グッズ・電子機器の活用について調べられます。



医療

学習に不安がある

理療の仕事に興味がある

点字や白杖による歩行を習得したい

教育

● 秋田県立視覚支援学校 (ロービジョン支援センター)

TEL.018-889-8571

乳幼児から成人の視覚障害の方、保護者や家族の方に対して、相談・支援活動を行っています。育児、就学、学習・生活環境、進学、進路等について、不安や悩み、ご質問がある方は、ご連絡ください。



● アイするスポーツプロジェクト



見えにくくてもできるスポーツがあります。視覚障がい者スポーツの普及や競技団体について紹介しています。

福祉

福祉や心の健康相談

● 各市町村の福祉課

障害の状態に応じた福祉サービスが受けられます。身体障害者手帳は、身体に障害のある方が、様々な福祉サービスを利用するために必要な手帳です。

● 秋田県福祉相談センター

【相談専用ダイヤル】TEL.018-831-2940

福祉サービスやこころの健康、生活などに関する様々な相談に対応しています。児童相談所、女性相談所、精神保健福祉センター等と連携をとりながら、必要に応じて専門機関のご紹介や情報提供を行います。



書籍や刊行物などを読みたい

● 秋田県点字図書館

TEL.018-845-0031

目の不自由な方々のために点字図書、録音図書などを備え、貸し出しを行う「視聴覚障害者情報提供施設」です。

※図書貸出サービスの他、電化製品の取り扱い説明書などの点訳・音訳資料を作成するなど様々なサービスがあります。



生きがいや趣味を見つけたい

● 秋田県視覚障害者福祉協会

TEL.018-864-2783

視覚障害のある方の社会参加と自立を促進する活動、社会奉仕を行っています。また、視覚障害者だけではなく、最近見えにくさが気になる方、視覚障害に関心のある方に対して、様々な情報を提供しています。



● 日本視覚障害者団体連合 総合相談室

TEL.03-3200-0011

視覚障害に精通した当事者や医師・弁護士などにより専門的な相談をしています。また、日常生活用具や補装具の販売あつせん、音声・点字の図書なども取り扱っています。



労働

仕事のことで悩んでいる

● ハローワーク

地域のハローワーク窓口で、「働くためには、どうしたらいいのか」をご相談ください。相談内容と、個々の障害の状態にあわせた職業相談・紹介、アドバイス、連携機関の情報提供等を行っています。



● 秋田障害者職業センター

TEL.018-864-3608

就職や職場復帰に向けての相談、職業能力の評価、就職前から就職後の職場適応のための援助等を行っています。



今すぐ働くことには、不安がある

● 障害者就業・生活支援センター

就業及びそれに伴う日常生活上の支援を必要とする障害のある方に対し、職業準備訓練のあつせんや、就業に関する助言や相談、就業に伴う生活相談を行います。

秋田県内には8つの障害者就業・生活支援センターがあります。

お問い合わせ先

【最寄りの障害者就業・生活支援センターへ】



● 就労移行支援事業所

一般企業への就職をサポートする通所型の福祉サービスです。手帳の有無にかかわらず、医師の診断や自治体の判断など就職に困難が認められる方がご利用になれます。

お問い合わせ先

【秋田県健康福祉部 障害福祉課】

TEL.018-860-1332

発行：秋田県スマートサイト推進委員会
(事務局：秋田県立視覚支援学校)

後援：秋田県眼科医会

協賛：秋田山王ライオンズクラブ

QRコードを読み取ると、インターネットを通じて相談先の情報を知ることができます。