

## 第2回

「高齢者の見えにくさを見過ごさない  
ために、介護現場でできること」

2022年10月27日

いけがみ眼科整形外科 眼科

澤崎 弘美

# 本日の内容

1. 見えにくさを見過ごさないために
2. 事例
3. 視覚リハビリテーション
4. 知っておきたい障害福祉制度と連携先

# 本日の内容

1. 見えにくさを見過ごさないために
2. 事例
3. 視覚リハビリテーション
4. 知っておきたい障害福祉制度と連携先

高齢者の目を守ることは、介護予防、自立支援につながります。

高齢者を支援する人は、高齢者の目の見え方にたいしてもっともっと関心をもってほしい。

高齢者の目の見えにくさは見逃しやすい！

## なぜ 見逃されるのか

1. 高齢者は見えにくさを訴えない
2. 認知機能の問題という誤解
3. 見えにくいふりをしているという誤解

## なぜ 放置されるのか

1. 高齢者は見えにくいものという誤解
2. 視覚リハビリテーションが知られていない

1.患者が見えにくさを訴えない

見えにくいことに気づいていない

見えなくても仕方ないとあきらめている

心配や迷惑をかけたくない

慣れた場所や家の中なら見えなくても動ける

介護の手があれば不自由ない

### 3. 見えにくいふりをしているという誤解

「この人、新聞を読んでいるのに歩けない  
(見えない) ふりをするんです」

食事の配膳で、手探り動作をする入居者に  
「そこに置いたわよ」

→視力低下だけでない様々な見えにくさがある  
ということを知らない。

高齢者の見えにくさは気づかれにくいという  
前提で、まずは疑うことから。

- 眼鏡をかけていない
- 白内障の手術歴が不明
- 認知症、あるいは認知症様の症状がある
- 慣れない場所や暗い場所で歩行速度が落ちる
- 食事の際に食べのこしたり食器を倒したりする
- 落としたものが拾えない、片付けができない
- 挨拶や声かけのコミュニケーションを取らない

参考 おはよう21 2021年2月号 66-69

利用者の「見えにくさ」への支援とケア 第3回（吉野由美子）

見えにくさを確認するには？

認定調査（視力確認表）の限界。

居宅でのアセスメントの限界。

視力検査、視野検査、眼科医の診察

高齢者の見えにくさは気づかれにくいという  
前提で、まずは疑うことから。

- 疑ったら、まずは眼科受診を勧めてみよう。
- 相談しやすい眼科、往診可能な眼科を地域の資源として共有よう。

# 眼科受診はしたけれど…

- 手術や治療を断られてしまった
- そもそも全盲…
- 失明は回避できたけれど、見えにくさは残った
- 見えにくい（見えない）うえに、聞こえない



目が見えない・見えにくい高齢者に対して  
どんなことができるでしょうか…？

視覚のリハビリテーション！

…あるんです！

# 本日の内容

1. 見えにくさを見過ごさないために
2. 事例
3. 視覚リハビリテーション
4. 知っておきたい障害福祉制度と連携先

## 事例 Ⅰ.

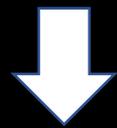
80代で失明。

心身共に衰弱し高齢者施設入所となったが、

視覚リハビリの専門家との適切な連携により

心身の機能が著しく改善され自立につながった例。

担当ケアマネジャーと入所担当ヘルパーが  
施設内での支援内容を相談検討の上、  
視覚リハの専門家に話を聞こうと判断。



歩行訓練士が事業所を訪問し、  
ケアプラン作成のための支援会議に参加。

# この事例からわかること

- 失明がどれだけ患者の心身を弱らせるか
- 視覚リハ専門家の介入は効果が期待できる
- 高齢者でも視覚リハビリテーションは有効
- リハビリによる自立はさらなる意欲を生む
- 適切なケアとリハビリは笑顔をもたらす

## 事例 2.

70代後半で失明。

入所による視覚リハビリテーションを受けて、  
単身で自立した生活を継続できた例。

# リハビリ（自立訓練）で得たもの

- 見えなくても生きていけるという自信。
- 「すごく変わったね、元気になった」と言われた。
- 「周りに保護されて生きるしかない」ではなく、  
「できることは自分でやり、できないことは人の手を借りながら、充実した人生を送る」

# この事例からわかること

- 視覚リハビリテーションは、  
訪問訓練や入所訓練も可能。
- 視覚障害があっても、高齢でも、自立できる。
- 高齢視覚障害者のリハビリのゴールは  
「技術の習得」ではなく「自信と笑顔」。

# 本日の内容

1. 見えにくさを見過ごさないために
2. 事例
3. 視覚リハビリテーション
4. 知っておきたい障害福祉制度と連携先

# リハビリテーションとは

障害を負った人がその人らしく生きるための  
あらゆる手段

- 機能訓練
- 職業訓練
- 生活訓練
- 社会制度の活用など社会生活力の向上
- 環境整備

# 視覚リハビリテーション

医学リハビリ

教育リハビリ

職業リハビリ

社会リハビリ

生活訓練

歩行

コミュニケーション

日常生活動作

その他

社会制度の活用、  
環境整備

# 歩行訓練士 (視覚障害生活訓練等指導者)

- 視覚リハビリテーションの専門家
- 歩行の訓練だけではなく、生活訓練、生活相談等

視覚障害者のリハビリテーション全般を担当

# 介護の現場でできる 視覚リハビリテーション

=利用者の自立支援、望む暮らしの実現  
につながります。

# 見えにくい人のケアとリハビリ

- 適切な配慮と環境改善

- 移動について

誘導方法  
歩行訓練  
同行援護

- 情報について

見えやすく  
音声の利用  
触覚の利用

誘導



# 誘導の基本

- 名のる
- 誘導する人は、押さない、引かない、つかまない
- 誘導される人が、する人の肘や肩を持つ
- 誘導する人が半歩前
- 具体的な言葉で告げる  
(×左右、クロックポジション)
- 離れるときの声かけ



目の見えない・見えにくい人をサポート  
するために知っておきたい情報サイト

一緒に歩こう  
～目の不自由な人と  
楽しく街を歩くために～



見えない・見えにくい  
高齢者への理解と  
安全なサポートガイド  
DVD「あるっく」



**日本初！待望のDVD**

見えない・見えにくい高齢者への  
理解と安全なサポートガイド

**あるっく**  
**A LOOK**

あるっく (A LOOK) とは、「歩きたい、見たい」というみんなの願いです



色々なシーンに合わせたサポート方法を動画でご覧いただけます



制作・著作

NPO法人 視覚障がい者支援協会・ひかりの森

ホームページ <http://npo-hikarinomori.com/>

メール: [info@npo-hikarinomori.com](mailto:info@npo-hikarinomori.com)

申し込み・問い合わせ tel&fax.048-962-9888



# 単独歩行

- 保有視覚やその他の感覚を利用して単独で移動
- 自宅や慣れたところ vs. 屋外や知らない場所
- 歩行訓練士による「歩行訓練」が望ましい
- 居住環境整理
- …移動の手がかりは定位置に、不要なものは置かない

# 情報について

- 大きさ（太さ、フォント）
- コントラスト
- 白黒反転
- 背景の工夫
- 明るさの調整
- 音声の利用
- 触覚の利用

見えやすくする

眼鏡矯正は大前提!!

# 大きさ

- どのくらいの大きさの文字ならストレスなく読めるか、本人も介護する人も知っておくと良い。
- 拡大コピー
- 太いマジックペン
- ルーペは工夫が必要
- 拡大読書器
- 案外使えるスマホやタブレット

# ルーペいろいろ



第51800号 【明治5年創刊】明治25年3月8日 第3種郵便物認可 ©毎日新聞社

## 就学不明法令でも対応

### 外国籍の子、国が関与

日本に住居を築く外国籍の子も約2万2000人が、小中学校に通っている。分かってはいるが「就学不明」となっている問題で、文科省は21日、その実態を調査し、二重国籍を有する児童の増加や、児童虐待の疑いがある児童を「検討すべきだ」とする報告書書案をまとめた。外国籍の子どもは義務教育の対象外で、これまで対応が自治体任せにされてきたが、法的な根拠を一つ一つ国が関与することを要望した。

【奥山はるな、堀智行】

骨子案では、国や自治体 援環境の改善▽就学状況の把握と促進―など、日本の外国人への日本語教育実 把握と促進―など、日本の

比率が日本人より高いこと  
の連携などを示した。  
また、国にも一定の関与

にほんで  
しきる

外国からきた子どもたち

文科省報告書案

MAINICHI  
新毎日  
1月22日(水)  
2020年(令和2年)  
発行所：東京都千代田区一ツ橋1-1-1  
〒100-8051 電話(03)3212-0321  
毎日新聞東京本社

マイナビ  
バイト  
0120-726-728

NEWSLINE  
政府の震災追悼式 区切り

# 白黒反転

- 黒いノート、白いペン
- 黒いカレンダー
- 拡大読書器
- スマホやタブレット

(iPhoneのアクセシビリティ機能について)

# 黒いカレンダー





黒地に白いペンで書きます。メモを取るのに便利です。

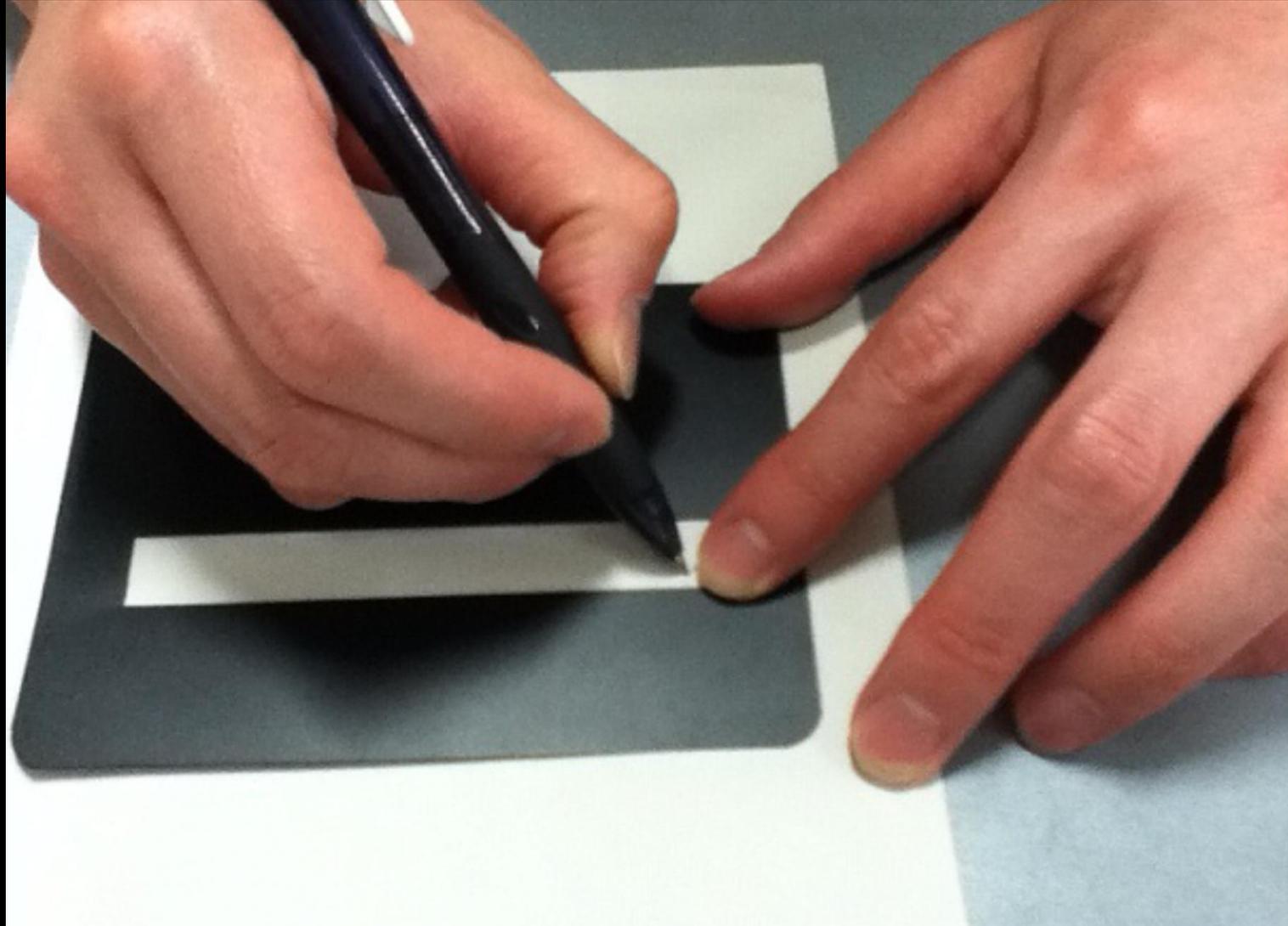
# コントラスト

- 黒い茶碗、黒いまな板
- タイポスコープ（サインガイド）

# 内側が黒い茶碗とカップ



# タイポスコープ



## •背景の工夫

見せたいものの背景はすっきりと

## •明るさの調整

暗すぎないか

眩しくないか

# 音声の利用

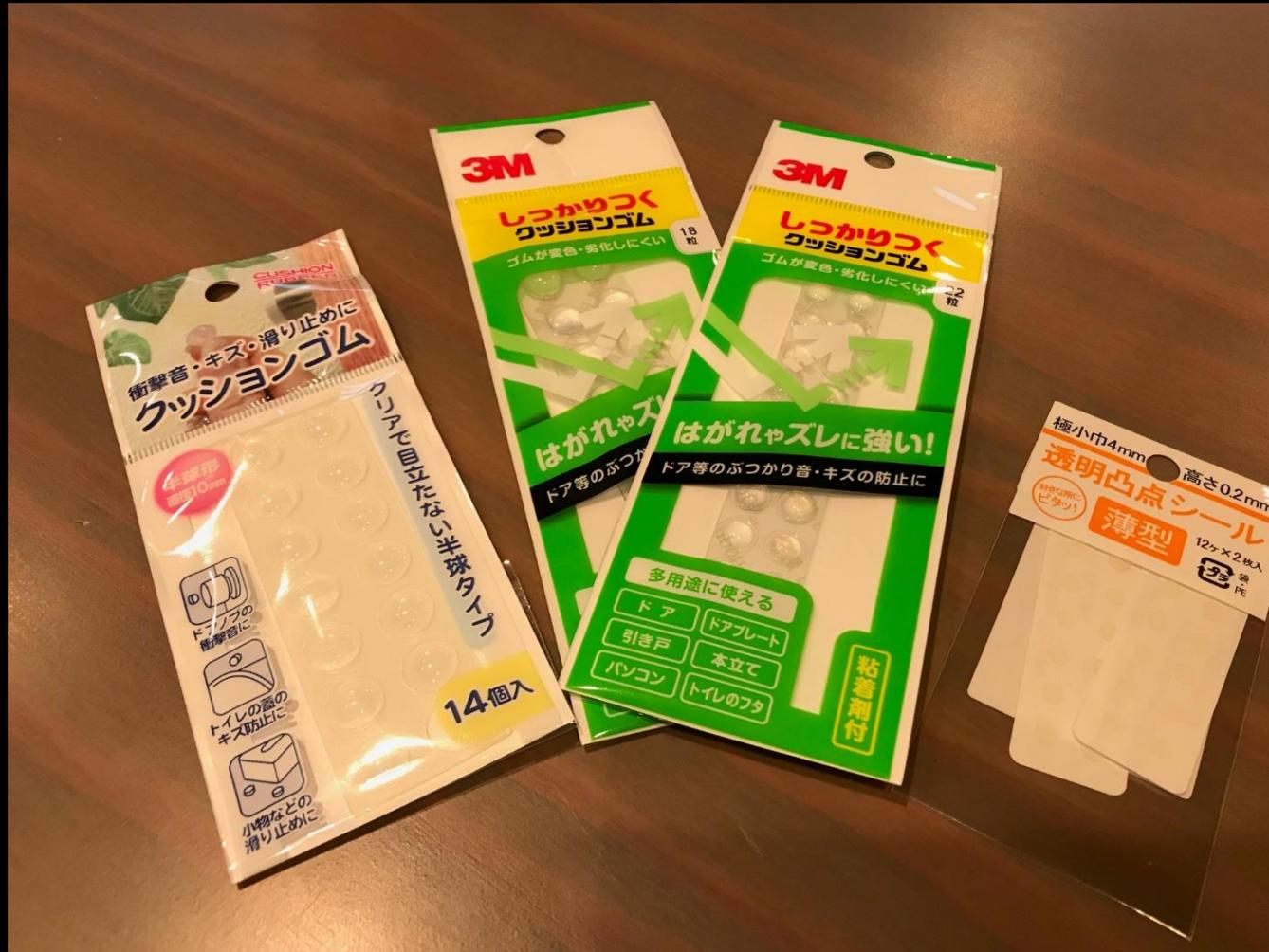
- 音声時計、音声体重計、音声体温計
  - 音声ナビゲーション付きの家電
  - 録音図書、対面朗読
  - 活字読み上げ装置
  - 一番大事なものは声かけと言葉による状況説明
- 高齢者では聞こえにくい  
場合もあり注意が必要

# 触覚の利用

- 点字
- 輪ゴム、切れ込み
- 凸シール
- 100円グッズはアイデアの宝庫

高齢者、糖尿病患者は  
触覚が低下していることが  
あり注意が必要

# 凸シール



スライド提供  
岡本石井病院 別府あかねさん

# テレビのリモコン（日常生活）



地デジ対応テレビになってからボタンが増えて電源の入切もできなくなった70代女性

- ・使わないボタンを隠す
- ・使用方法を確認してシール付け
- ・ボタンだけでなく側面にも工夫

スライド提供  
岡本石井病院 別府あかねさん

# 凸シールの貼る位置の工夫



使わないボタンを隠す

ボタンがたくさんあるときは  
側面にも工夫

スライド提供  
岡本石井病院 別府あかねさん

# 位置を把握するための貼り方 タッチパネル



音声ガイド付きIH。  
(ボタンの下などの周辺に貼る)

スライド提供  
岡本石井病院 別府あかねさん

# 家電製品を選ぶコツ (1)

- ・ 触ってわかる形状のボタン



# 電化製品を選ぶ時のコツ (2)

・ボタンを押したときの音で違いがわかる



操作した時の音の有無や、一巡した時に音の違いがあるかなども確認！

スライド提供  
岡本石井病院 別府あかねさん

# 情報を得やすい環境づくり

- 機能回復や新しい技術の獲得、支援機器を使いこなす、といったことが難しい高齢者にとって、生活の場の環境を整えることはリハビリテーションの中でも大きな割合を占めるものになっています。
- 情報が入りやすくなるヒントを組み合わせ、見えにくくても見えやすい、見えなくてもわかりやすい環境を作っていきましょう。

# 本日の内容

1. 見えにくさを見過ごさないために
2. 事例
3. 視覚リハビリテーション
4. 知っておきたい障害福祉制度と連携先

# 身体障害者手帳について

- 視覚障害には視力障害と視野障害の2種類がある。
- 視力障害と視野障害、また他障害と合算されて等級が決まる。
- 眼科で検査をして眼科医が申請書を書く。
- 高齢者は取得に積極的でないことが多いが、介護関係者も手帳のメリットを知っておくと良い。

# 身体障害者手帳取得の意義

- あらゆる障害福祉サービスの入り口
  - 公的障害福祉サービスにアクセスできる
- 行政に「視覚に障害がある人がここにいる」と認知させる
  - 災害対策、予算措置など政策立案に影響

# 身体障害者手帳取得のメリット

- 補装具費の助成
- 日常生活用具の給付
- 同行援護制度
- 自立訓練
- 重度障害者医療助成（1，2級）
- 障害者控除（所得税住民税が減税される）
- 交通関係の割引や助成
- NHK受信料の減免

- 障害者総合支援法に基づく自立支援給付は、介護保険法に基づく保険給付または地域支援事業が優先されることになっている。
- 障害福祉サービスの利用意向を把握したうえで、介護保険サービスには相当するものがない（同行援護、生活訓練など）については障害者総合支援法によるサービスを受けることができる。

# 知っておきたい制度やサービス

## ①補装具

→眼鏡と白杖



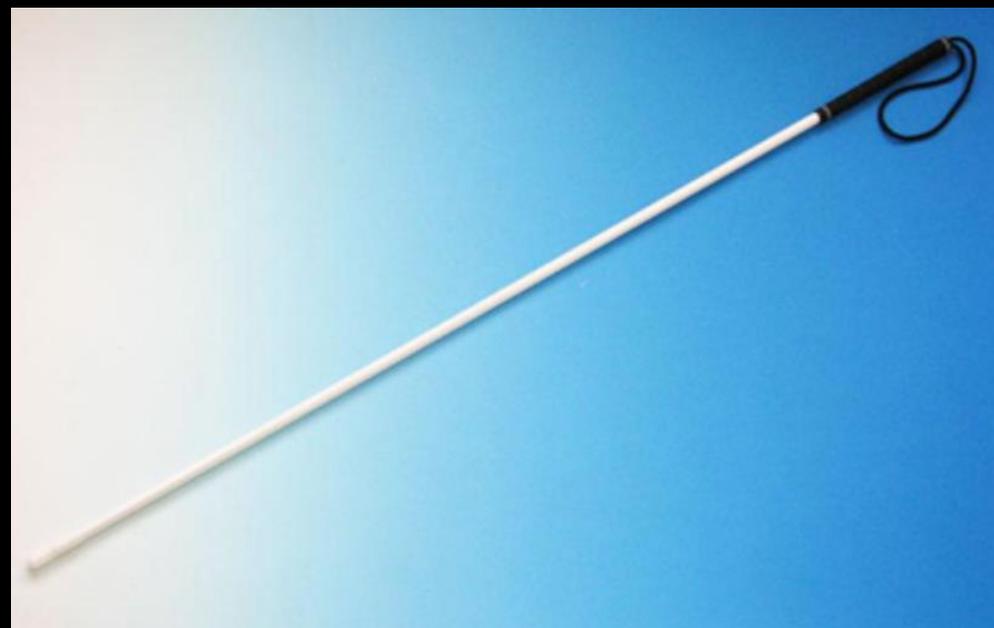
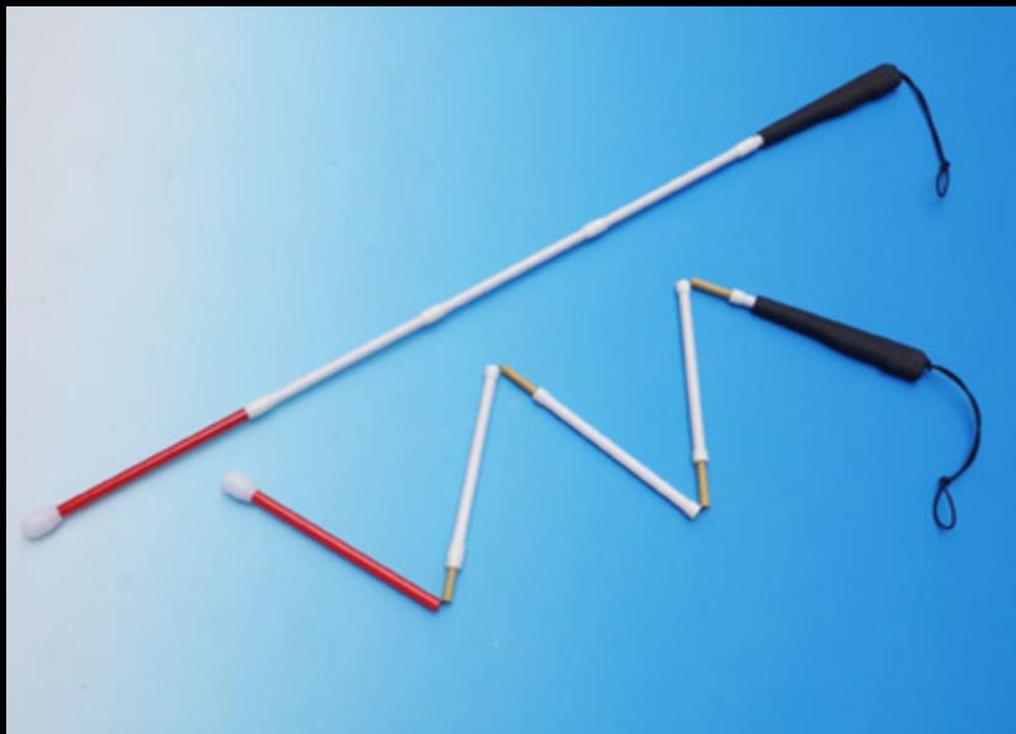
# 遮光眼鏡



眩しい波長の光だけをカットします。眩しさがなくなると物の輪郭がハッキリして見やすくなります。

# 白杖

- 補装具であり、身体障害者手帳があれば補助が出る。
- ただし白杖を持つことに抵抗がある方も多い。  
(視覚障害者の17%)
- 3つの役割
- 身体を支えるための白杖もある。
- 歩行訓練士の助言または訓練とセットで選定されるのが理想。



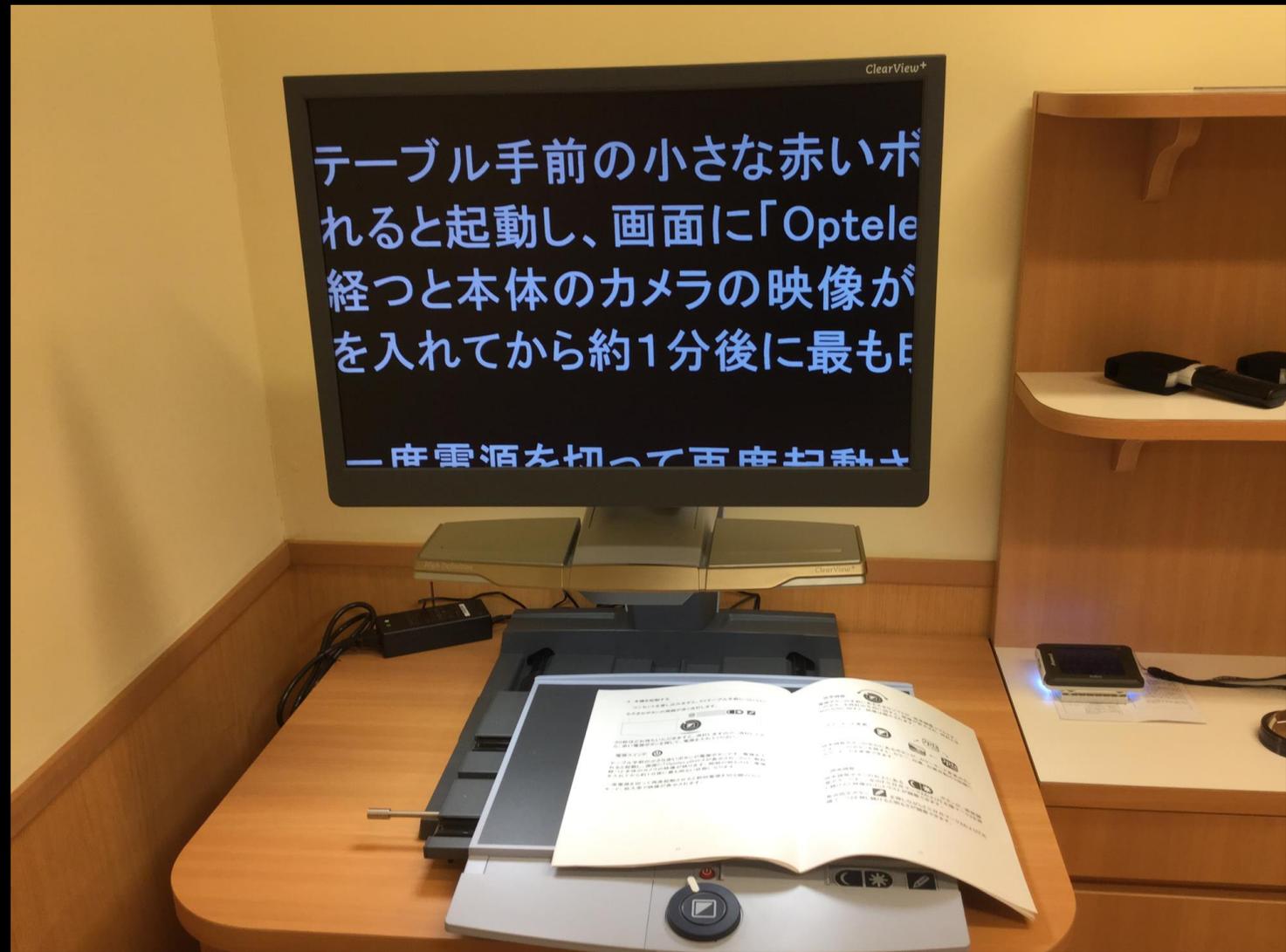
知っておきたい制度やサービス

②日常生活用具



障害者サービスガイドブック 2022  
80～86ページ

# 拡大読書器



白黒反転機能が便利です。読む以外にも、手元を拡大できるのので書くときにも使えます。爪切りにも。

# プレックストーク、録音図書



見えない・見えにくい人に、  
便利で使いやすい商品を扱っています。



新型コロナ対策：混雑を避けるためご来館の際は日時の事前予約をお願いいたします。



音声読み上げソフトをご使用の方は、[視覚障害者用商品カタログ](#)から商品をお選びください。  
継続してお買い物をされる方は、[会員登録](#)をお勧めします。



新着情報 NEWS

> 一覧表示

- 2020/12/18 降雪による荷物のお届け遅延について **NEW**
- 2020/12/02 年末年始の休業と年内発送のお知らせ **NEW**
- 2020/11/06 Google ChromeとMicrosoft Edgeでクレジットカード決済をされるお客様へ
- 2020/10/30 PC-Talkerやネットリーダーでクレジットカード決済をされるお客様へ
- 2020/06/30 **【重要】** 混雑を避けるためご来館の際は日時の事前予約をお願いいたします...
- 2020/03/31 新型コロナウイルスの影響による各種機器体験会中止のお知らせ
- 2019/11/21 セイコー製ストップウォッチ付き音声腕時計（黒）のベルト不具合につきまして...



本日の発送日

12月16日ご注文分を  
発送しています。

日本盲人音楽鑑賞チャリティコンサート

クアルテット・アルモニコ演奏会

2021年2月21日（日）

yougu.jp

日本盲人社会福祉施設協議会

商品カテゴリ

- 点字機器類 >
- 用紙類 >
- ノート・リング類 >
- 白杖・歩行補助関連 >

わくわく  
用具ショップ



知っておきたい制度やサービス

### ③ 同行援護

# 同行援護

- 障害者総合支援法による自立支援給付のひとつであり、  
地域生活支援事業による移動支援とは全く異なるサービス。
- 障害特性を理解したうえで、外出時の移動に必要な情報提供  
や代筆・代読を含む視覚情報保障が目的である。
- 自立支援給付に対して介護保険の給付が優先されるが、  
障害者固有のサービスは障害福祉制度から給付される。

# 知っておきたい連携先

## • 東京都盲人福祉協会

- 東京都の補助金を受けて、相談・訓練事業を行っています。
- 各種相談、訪問による歩行訓練や日常生活訓練、

### パソコン教室

- 電話 03-3208-9001 訓練担当まで

参照 → 障害者サービスガイドブック 2022 132ページ



# 知っておきたい連携先

- 町田市視覚障害者協会

- 視覚障がい者の支援と交流などの活動

- 会長 小峰さん

- 電話

- シルバー部長 酒井さん

- 電話

# 障がいのある人のための学習講座【視覚障がい編】

「みえない」暮らしって？（全6回、参加無料）

【第5回】 12月11日（日曜日） 10時～12時

視覚障がい者スポーツ「スティックボール」体験会

（指導・協力：町田市視覚障害者協会シルバー部）

# 知っておきたい連携先

- ・七沢自立支援ホーム



神奈川県厚木市七沢516番地

福祉総合相談室 直通

046-249-2308 / 046-249-2309

# スマートサイト 東京都



まずはご連絡ください！  
代表窓口となる施設を  
ご紹介いたします。

ひとりで悩まず、私たちと一緒に  
考えていきませんか？

ちょっとした工夫で、あきらめ  
ていたことが出来るようになる  
かもしれません。

適切なケアやご相談を受けて  
いただけるように、代表窓口  
施設よりニーズに合わせた施設  
をご案内いたします。



お問い合わせの際は、  
「当リーフレットを見て連絡しました」  
とお伝えください。

## 眼科医・視能訓練士の皆様へ

「東京都ロービジョンケアネットワーク」(スマートサイト)は見えにくい・見えないことでお困りの患者さまが視覚リハビリテーション(適切な指導や助言、訓練)を受けられるように東京都内の施設をご紹介するシステムです。当リーフレットを、見えにくい・見えないことでお困りの患者さまにお渡しください。代表窓口施設が患者さまのニーズをお聞きして、その方にあった適切な情報を提供いたします。

本リーフレットは文章読み上げアプリのUni-Voice(ユニボイス)に対応しています。

### <Uni-Voice(ユニボイス)とは?>

音声コードにスマホをかざすだけで、印刷物の内容を読み上げてくれるiOS・Android向けアプリです。ご利用にはお持ちの端末にインストールが必要です。

【連絡欄】 年 月 日

医院名：  
住 所：  
医師名：  
備 考：

発行：公益社団法人 東京都眼科医会  
URL：<http://www.tougan.org/>



東京都ロービジョンケアネットワーク

## 見えにくさを 感じている方へ

- 本や新聞が読みたい
- ショッピングがしたい
- 便利な日常用具が欲しい
- 仕事を続けたい・探したい
- 就学の進路相談をしたい
- まぶしさをどうにかしたい

本リーフレットには、音声コードが右下に印刷されています。専用の読み上げ装置やスマートフォンアプリ等で読み取ると、記録されている音声聞くことができます。



# スマートサイト 東京都

◆◆ このページの代表窓口施設よりニーズに合わせた施設をご案内いたします。 ◆◆

## 生活訓練・支援

自立した生活に必要な単独歩行や点字、パソコン、さらには調理や裁縫など、日常生活の不自由を解消するための訓練をいたします。

### 代表窓口施設

東京視覚障害者生活  
支援センター  
03-3353-1277  
<http://www.tils.gr.jp/>



## 教育機関

見え方に配慮した学校教育や資格取得に向けた職業教育、教育相談（0歳から）をいたします。  
都内には、盲学校5校と弱視学級12校があります。

### 代表窓口施設

東京都立文京盲学校  
03-3811-5714  
<http://www.bunkyo-sb.metro.tokyo.jp/site/zen/>



## 就労支援

視覚障害者の就労全般に関する相談や情報提供、実務に役立つ視覚障害者用パソコンなどの訓練、就職・復職の支援、職場定着の支援を行います。

### 代表窓口施設

日本視覚障害者職能  
開発センター  
03-3341-0900  
<https://jvdc.jp/>



## 視覚障害者団体

視覚障害者の豊かな生活と社会参加を目指し、視覚障害者全般の問題を解決するため、相談・生活訓練に対応いたします。  
視覚障害の当事者への相談にも応じます。

### 代表窓口施設

東京都盲人福祉協会  
03-3208-9001  
<http://www.normanet.ne.jp/~tomou/>



## 用具の販売・図書の貸出

点字器や白杖はもちろん、調理器具・裁縫道具・ルーペ・拡大読書器など、日常生活のなかで、便利で使いやすい器具、補装具の紹介・販売、図書の貸出もいたします。

### 代表窓口施設

日本点字図書館 用具事業課  
03-3209-0751  
<http://www.nittento.or.jp/sale/>



## 眼鏡製作・販売

医療機関と連携して、見えにくさを補助する拡大鏡やロービジョンエイド、ハイパワー眼鏡などの紹介・販売、特殊眼鏡の作成を行います。

### 代表窓口施設

株式会社 朝倉メガネ  
03-3357-2251  
<http://www.asakuramegane.com/>



# 本日のまとめ

- たとえ高齢であっても視覚障害者の自立支援（リハビリテーション）は積極的に行う価値がある。
- 見えやすい環境づくりは介護の現場でも今すぐ取り組める最も手軽な自立支援である。

アイデアと工夫次第！

# 本日のまとめ

- 高齢視覚障害者のリハビリのゴールは安心安全で生きがいのある自立した日常生活である。
- 歩行訓練士などの専門家や専門施設はもちろん、身近な社会資源をフル活用してください。

見えなくても、見えにくくても、

「できることはいっぱいある」

「笑顔で元気に暮らせる」

ということを私たちがよく知り、利用者

に自信をもって伝えていくことが大事！