

1 また、自宅での事故やケガ
2 を防ぐために、自室にはモノや
3 家具をごちゃごちゃ置かない、
4 倒れそうな家具や家電製品
5 には転倒防止器具を付ける
6 など、一般の方もやっている
7 災害対策も忘れずに行ってお
8 きます。

9 また、是非とも災害時の備
10 えの一つとしてやっておいて
11 いただきたいのは、お住まい
12 の市区町村が作成する「災害
13 時要援護者名簿*」への登録
14 申請です。災害時要援護者の

15 方々のうち地域への情報提供に同意された方に対しては、各地域の支援
16 者により、災害時の「避難誘導」や「安否確認」、また「避難所等での生活支
17 援」などが提供されます。

※災害時に自力で避難することが困難な高齢者や障害のある人が、あらかじめ自身の情報を登録しておく台帳。申請方法、個人情報の取扱い、支援内容についての詳細は、お住まいの市区町村の役所にお問い合わせください。

18 **残った視力を使えるように、日頃から訓練しておくことが大切**

19 また、自分の視機能を最大限使えるように、平時から訓練しておくことも
20 大切です。そのためには、まず定期的にドクターを受診し、ご自分の視野の
21 状態を正確に把握しておく必要があります。普段からできていないことが、
22 災害時に突然できるようになることは難しいので、視能訓練士や生活訓練
23 指導員の指導下で行う訓練とともに、普段の生活のなかで自分なりの工夫
24 を積み重ねていくことが、災害の備えにつながっていくと思います。日頃の
25 ロービジョンケアで培った前向きな姿勢は、きっと災害時の困難をも乗りき
26 る力になるでしょう。

図2



加齢黄斑変性患者さんと
ご家族のための情報誌

見える喜び

2014年9月号

ロービジョンワンポイントアドバイス

ロービジョンの方に必要な 災害対策

～災害時と平時、それぞれに必要な備え～

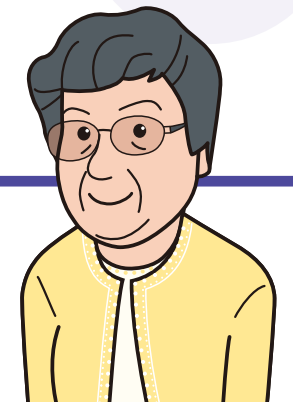


ロービジョンワンポイントアドバイス

ロービジョンの方に必要な災害対策

～災害時と平時、それぞれに必要な備え～

視覚障害リハビリテーション協会 会長
吉野 由美子 さん



2011年3月11日に発生した東日本大震災では、巨大地震後の大津波により甚大な被害がもたらされました。震災という非常事態において視覚に障害のある方はどういった問題に直面したのでしょうか？ また、東日本大震災での経験をもとに、今どういった災害対策が、ロービジョンの方に必要と考えられているのでしょうか。これらの点について、視覚障害リハビリテーション協会 会長の吉野由美子さんにお話を伺いました。

よしの ゆみこ
吉野 由美子 さん
プロフィール

1947年生まれ。先天性白内障により白く濁ってしまった水晶体を、生後3ヶ月から6回に分けてすべて摘出し、ロービジョンとなる。大腿骨の発育不全もみられ、視覚障害と肢体障害を併せ持つ。日本福祉大学で社会福祉を学び、2009年まで高知女子大学社会福祉学部で教鞭をとる。現在は視覚障害リハビリテーション協会の会長として精力的に活動するかたわら、趣味のスキューバダイビングを楽しんでいる。



見える喜び

1 家族や身近な人と、災害発生時を想定した話し合いを持ちましょう

東日本大震災後の被災地は、屋内は倒れた家具やガラスの破片などが散乱し、屋外はブロック塀や家屋の損壊などで様相が一変しました。日頃から見知っている環境ががらりと変貌してしまったため、ロービジョンの方々は、屋内でも屋外でも身動きが取れず、避難場所への移動にも大変な困難を伴いました。そうした状況で助けになったのは、家族や近所の人による支援でした。指定の避難場所への移動手段や災害後の連絡手段など、日頃から身近な人と災害対策について話し合っておくことはいざという時に大変役に立ちます。

11 重要な「災害情報」を見逃さないために・・・

災害が起きた時、その原因や被害規模、避難の必要性などを伝えるいわゆる「災害情報」は被災地の人々の命を守る重要な情報です。東日本大震災において、ロービジョンの方々はこの重要な情報収集に苦労しました。というのも、震災に関する情報発信が、今の時代はテレビ中心だからです。最新の災害情報を伝えるテロップが次々と流れましたが、それを瞬時に読んで内容を把握し、次の行動に反映するのはロービジョン患者にとって大変なことでした。災害情報の収集においては、あらかじめ準備したラジオによる音声情報が頼りになります。

また避難所では、自分がロービジョンであることを知られたくないという方がとても多くいらっしゃいました。「支援や援助を受けなくても自分でやれる」、「自分がちょっと我慢すればいい」と思ってしまいうんです。その結果、避難所の壁や掲示板に貼り出される多くの情報、たとえば「何時にどの場所でおにぎりを配ります」といった重要な情報を得られなかった方もいらっしゃいました。

加齢黄斑変性のように、お年を召してから視覚に障害をもった方の場合には特に、ご自身の障害を認めることに困難を伴います。勇気のいることですが、その心の壁を乗り越えていただくことが、災害時に必要な情報収集を可能にするはじめの一歩になります。



1 自身の見え方を説明し、必要とする支援を周囲に理解してもらう

「視覚に障害がある」と一口に言っても、障害の状況や程度、現在の見え方は様々ですし、人それぞれ支援してほしい内容は異なります。ご自身の見え方や必要な支援について説明する際には、「私見え方紹介カード」【図1】が有用だと思います。「私は視野の中心部が暗いので、掲示物の文字がよく見えません」「私はこの部分が見えにくいので、○○については手伝ってください」というように、周りの人に説明する際に活用します。

災害時に初めて、周囲の人に自分の見え方や必要な支援内容を伝えるのは、難しいことです。家族や周りの人に自分の見え方を理解してもらう試みについては、日頃から取り組み、少しずつ慣れておくといよいでしょう。こうした日頃の取り組みも大切な災害対策だと思います。

図1

私見え方紹介カード 第2版

(弱視者問題研究会／編・発行)

ロービジョンの方が、自分の見え方を、視力や病名ではなく、具体的な生活場面に即して、わかりやすく的確に人に説明し、理解者を増やしていくために考案されたカードです。

製造元：弱視者問題研究会
販売元：株式会社 大活字
価格：1セット600円(税込み)
問い合わせ先：03-3259-2200
HP：<http://www.daikatsuji.co.jp/>



13 日頃重宝しているロービジョンケアグッズは、災害用にもう1セット用意

目薬など常時使用している薬、遮光眼鏡や拡大鏡、単眼鏡などの予備のロービジョンケアグッズ、携帯用のラジオ(手回し充電式)や電灯など自分に必要なものはすぐに持ち出せるよう、避難用グッズをあらかじめ準備しておくことも大切です【図2】。