



自己紹介

見えにくい(ロービジョン)と足と腰の障害
抱えている視覚障害リハの専門家です。よろしくお
願いいたします。

所属 視覚障害リハビリテーション協会

協会HP <https://www.jarvi.org/>

私のブログ(吉野由美子の考えていること・して
いること) <https://yoshino-yumiko.net/>

メール yumiko-yoshi@nyc.odn.ne.jp

見えない・見えにくい方たち(視覚障害のある方)を支援する方法や環境の改
善などの勉強会等を開くときの講師などお引き受けできると思います。どうぞ
よろしくお願いいたします。

理解されにくい見えにくい人(ロービジョン)の見え方は一人一人 違います！！

(以下のイラストはすべて視覚障害リハビリテーション協会HPからの引
用)

視野が狭い(視野障害)というのは、他の人からは、なかなか理解しにくいことかも知
れません。というのも、視野のどの部分が欠けているかは、病気の種類やその人の
状況によって異なりますし、その状況によってできること、できないことが変わってくる
のです。

例えば、中心部分の視野が欠けている(中心暗点)場合、読書など文字を読むことが
困難であるけれど、周辺視野で比較的歩行に問題がないこともあります。ただし歩行
に問題がないと言っても、見えない部分が視野の中心にあるため目の前の障害物に
気付かずにつつかってしまうということも起こります。

逆に、中心部が見えるが周辺視野がない(視野狭窄)場合、本や新聞は読めるのに、
外出すると周囲の状況が把握できずに歩行に支障が生じるということもあります。

それ以外にも上下どちらか半分の視野が欠けている、鼻側の視野が欠けている、逆
に耳側(外側)の視野が欠けている、左右どちらかの視野が欠けているなど、病気や
症状によってさまざまな場合があり、その人の状況によってできること・できないこと
が異なります。

また、ものがゆがんで見える(ゆがみ)場合もあります。これは、加齢黄斑変性・黄斑
前(上)膜・黄斑円孔・糖尿病黄斑症など様々な疾患の症状として起こります。この症
状に気付いたら直ちに眼科を受診してください。

脳には両目から入ってくる情報を調整し、一つにまとめる機能があります。このため、
見え方の異常は両目でものを見ているときには気付かないことも多いのです。少しで
も異常を感じたら必ず片眼で見て確認し、眼科を受診してください。

以下、イラストを用いて、見え方の例を示します。

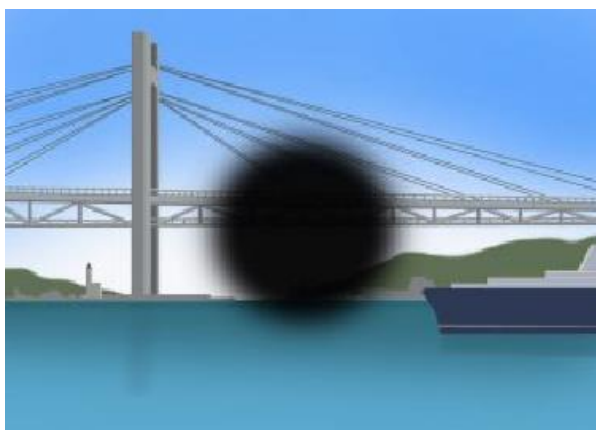
○正常な見え方



正常な見え方

○中心部分の視野が欠けている(中心暗点)

- 読書など文字を読むことが困難。
- 周辺視野で比較的歩行はできるが、人とぶつかりやすい。



中心暗点の見え方

○中心部が見えるが周辺視野がない(視野狭窄)

- 視力検査では、比較的視力がよくでる。
- 少ない文字数の文字は読めるが、長文の文章を読むのがしばしば困難。
- 周囲の状況が把握できず、歩行が困難。



求心性視野狭窄の見え方

○ゆがみ(変視症)の見え方

- ものがゆがんで見える。ゆがみの程度は様々で、原因となっている疾患の種類・病気の進行度合いによって千差万別である。ゆがみは、加齢黄斑変性・黄斑前(上)膜・黄斑円孔・糖尿病黄斑症など様々な疾患の症状として起こるので、この症状に気付いたら直ちに眼科を受診し治療を受けてください。
- 両目で、ものを見ているときにはゆがみに気付かないことが多い。ゆがみは片眼で見て初めて分かる。



ゆがみ(変視症)の見え方

○羞明(しゅうめい)の見え方

- 強い光を受けた時に不快感や痛みを感じる。
- 多くの眼疾患の症状として、この羞明があるが、その現れ方は人により千差万別である。症状がきつい場合には、下の例のように、すべてがぼーとかすんでしまい、晴れた日などは、外を歩くこともできない。
対策は、帽子などで光を遮る、眼科で遮光眼鏡という短波長(青色光)を選択的に遮るメガネを処方してもらいかける、などが非常に有効です。



羞明(しゅうめい)の見える方

注 「見える方のイラスト」は、ロービジョン(弱視)の方の 100 人 100 通りの見える方を少しでも視覚障害者の家族の方や、一般社会の方たちに理解していただくことを目的として、当協会が眼科医師の協力を得て作成いたしました。