

視覚障害女性の会

「アリスの会」の活動報告

～個々のLIFEを変える原動力とは？～

○ 吉野 由美子 (アリスの会 視覚障害リハビリテーション協会)

大野 佐由巳 (アリスの会)

木幡 由美子 (アリスの会 日本弱視者ネットワーク)

山本 明美 (アリスの会)

澤崎 弘美 (アリスの会 いけがみ眼科整形外科)

目的

- 2021年12月に女性視覚障害者5人のおしゃべり会として始まったアリスの会は、現在約80名の女性視覚障害者と女性支援者が関わり、「できないをできるにする」という理念のもとに様々な参加形態で活動している。
- 会の活動の広がりの過程と、そこに参加する人の変化について報告する。
- アリスの会のユニークな活動形態が、参加する人のLIFE（生活・人生）を変える原動力となっている可能性について考察する。

アリスの会の始まり

- 2021年12月、視覚障害当事者の団体がない地域で、女性の中途視覚障害者5人（80代3人、60代2人）のおしゃべり会が開催された。
- おしゃべり会ではお互いに共感できる安心感があり、月に一度集まることに。
- それぞれの経験や知り得た情報を交換するようになり、おしゃべり会はクチコミで参加者が増えていった。
- 「もっと情報を得たい」「ほかの視覚障害者にも届けたい」というモチベーションが生まれた。



アリスの会の広がり

- アリスの会の名前の由来は、、、
「目が見えなくなると、まるで不思議の国に迷い込んでしまったよう…。
何もかもが目が見えていたときと勝手が違い、途方に暮れている私たちは、まるで
不思議の国のアリスさんね」という当事者の言葉から生まれた。

- 「決まり事を作らない」ことが唯一のルール。
- 代表者や役割分担は決めず、できる人が自主的に。（写真）
- 支援するされるの関係ではない、晴眼者の仲間の存在。
- 聴覚障害者や車椅子ユーザーも当たり前仲間。
- 参加形態は、対面、電話、ビデオ通話などハイブリッド形式。
加えてグループLINE上での情報交換など「何でもあり」。
月1回平日の定例会と不定期日曜日のミニアリスの会など。



名簿作り： タイposコープなどを駆使して、できる人ができることを。

アリスの会の歌

アリスの会でおしゃべりしましょう
みんなが笑顔で待っている…

増やしましょ、できないことよりできること
叶えましょ、やってみたいこと、ねがいごと

ロービジョンブラインド川柳コンクール入賞作品に、
作曲家である当事者が詩と曲を加えたもの。
定例会の最初にみんなで歌い、想いをひとつに。



一步を踏み出すきっかけ

- 訓練の体験・福祉サービスの利用体験。
→私もやってみようかな?私もできるかもしれない!
- アリスさんの遠足、触れる彫刻展へ。(写真)
→駅員誘導、同行援護を利用するきっかけに。
→視覚障害者に対する様々な取り組みがあることを知る。
- 主婦ならではの生活の知恵や工夫を共有
→ヒット商品は小銭入れ。(写真)



- たくさん泣いたからこそ寄り添える。涙にくれる視覚障害初心者にはこんな言葉かけ。
「ここでは思い切り泣いていい。涙が枯れたとき、いつかきっと前を向けるから。
ここにいる私たちは皆そうして今があるのよ。」

視覚障害者のイベントに参加

- 「ブラインドワールドサポートDAY2022」に参加してみよう！

ブラインドワールドは、視覚障害者の支援と社会の視覚障害に対する理解促進を目的にした地域イベント。
ここに参加し、発信したい。

引きこもっている視覚障害者や一般市民に、
自分たちの姿を見てほしい。

「まだ出会えていない、
迷えるアリスさんの力になりたい。」



- 2022年、屋外コンサート（写真）
フレンドリー楽団（障害者や認知症の方など多様な人が参加する楽団）とコラボレーション。
- 2023年、2024年、おしゃべりと相談のブース（写真）
涙に暮れてアリスの会で励まされていた人が、「今度は私が誰かをささえたい」と積極的に参加。

支えられる側から 支える側へ。 毎年バトンが渡されている。



アリスさんの知恵袋

- アリスの会でお互いに共有してきたいろいろな生活の工夫やアイデアを、冊子にまとめたもの。 たくさんの人に役立ててほしい。
- ブラインドワールドで配布。



アリスさんの知恵袋
2023年版・2024年版



アリスさんの挑戦 「できない」を「できる」に変える！

- ・ 障害者手帳を取りました！
- ・ 白杖を堂々と使えます！
- ・ 入所訓練、歩行訓練
- ・ スマホに挑戦 、PayPayも使える！
- ・ ハンドベルに挑戦（写真①）
- ・ 盲学校に進学
- ・ サーフィンで世界に挑戦（写真②）
- ・ 音声ガイドを利用して映画鑑賞
- ・ ランニングやヨガにも挑戦（写真③④）

①



②



写真提供：
@parasurfing-jp/shujiizumo

③



④



地域につながり→地域が変わる！

- 交流センター → 定例会の会場として視覚障害者が利用するようになり、センター職員や利用者の意識や理解が変化。（自然な声掛けや手助け）
- 市立図書館 → バリアフリー映画会に視覚障害者が参加するようになり、図書館職員の意識や理解が変化。（映画会での音声ガイドアプリ操作支援、読書バリアフリーの取組み）
- 駅前の立ち飲み屋 → 店員や客の意識や行動が変化。（自然な手助けや配慮）
- ハンドベラーズ → ハンドベルの練習の成果を認知症カフェのクリスマス会で披露。
- 地域の防災学習会 → インクルーシブ防災への取組みに当事者として参加。
- 学校の福祉授業 → 社会福祉協議会と連携して福祉授業に協力。障害者が隣人として存在するあたりまえの風景が、子供から先生へ、親へ、大人へ、地域へと広がっている。
- 地域の支援者 → ガイドヘルパーや音訳ボランティアとの関係もさらに深まった。



写真提供：
逗子市社会福祉協議会ボランティアセンター

考察

- 水の流れるように自然な形でアリスの会は広がり、参加する人のLIFE（生活や人生）を変え、さらには取り巻く地域をも変えている。
- 決まり事がないことは、何ひとつあきらめず誰ひとり取り残さないための自由でポジティブな発想や対応力を育んだ。
- 女性特有の共感力や生活者としての底力は無視できない要素かもしれない。
- 現在も、男性からの相談を受けるなど活動はさらに多方面に広がり続けている。

