

見えづらくなって困っていませんか？

♥ 役立つ道具や支援があります。  
裏面の各項目をご覧ください。

○ 文字を読みたい、書きたい

○ 眩しさをやわらげたい

○ 学習環境を良くしたい

○ 理療の仕事に興味がある

○ 点字を習得したい

○ 外出がしたい

○ 点字・録音図書に興味がある

○ パソコンを使いたい

○ 働きたい、働きたい



あなたが困りのことは何ですか？  
ひとりで悩まず、ご相談ください！

### 医療機関記載欄

矯正視力： 右                      左  
記入日：            年            月            日  
施設名：

『山口県ロービジョンケアネットワーク』は  
視覚障がい支援団体・組織の連携組織です

<http://www.yamaguchi.med.or.jp/g-med/gankaikai/carenet>



\* 本パンフレットは赤い羽根共同募金の支援で作成されています

見えづらさにお困りの方と支える方々へ

♥ まずは心に寄り添って

人生の途中で「見えなくなる」「見えづらくなる」ことは、当人だけではなく、家族にとっても大きなショックです。視覚障がい者となった人は苦悩し、不安に襲われます。ときには絶望し、自暴自棄になるかもしれません。または、治療法を求めて病院を転々とすることもあります。しかし、やがてその時期は過ぎ、現実と向き合うようになります。どのくらい時間がかかるのかは人それぞれです。そのときが来るまで、優しく心に寄り添ってください。

♥ 事例に学ぶ

視覚障がいを持ちながらも社会で活躍している人がいます。心が落ち着いたら事例探しをしてみましょう。優れた事例に出てくる人は、自分とはかけ離れた超人に見えるかもしれません。しかし、多くの人はあなたと同じように苦悩し、一つ一つ困難を克服していった先輩たちです。できるなら、当事者と直接話をしてみましょう。仲間を見つけ、悩みを相談する、そこからあなたの新しい第一歩が始まります。

♥ リハビリを受ける勇気を持つ

視覚障がい者になるとできないことが出てきますが、リハビリを受けることで取り返せるものもあります。歩行訓練、生活訓練、就労訓練を受けることで生活の質が格段に向上します。これらのリハビリは、全国にあるいくつかの施設で受けることができます。

♥ 一緒に可能性を探る

「視覚障がい者」＝「何もできない人」ではありません。多くの人はそれまでに培った知識や経験を活かし、社会で再び活躍できます。まずは何ができるのか、一緒に模索し、環境を整えて下さい。視覚を補助するために支援機器が必要になりますが、多くの場合、自治体からの補助があります。

# 「見えづらい」ことでお困りの方へ



©山口県

## やまぐち ビジョンケアネット

このリーフレットには  
見えづらさに関して相談できる  
山口県内及び近県の施設を  
掲載しています

### 山口県央部

発行元：山口県ロービジョンケアネットワーク  
2020年2月発行