

人によって視力や視野は異なります。見えにくさのある方が、周囲に「自分にはこう見えている」ということを理解してもらうのは簡単ではありません。今回、視能訓練士の大弓幸子先生から「見え方の伝え方」についてアドバイスをいただきました。相手に伝える工夫を知ること、互いに安心して過ごせる環境づくりにつながります。

見え方の伝え方

視能訓練士 大弓 幸子先生

見えにくい方が気持ちよく、安心して活動するためには、周囲の方に「どのように見えているのか」を理解していただくことが大切です。

見えにくさは、同じ視力であっても屈折異常の種類や強さ、さらにまぶしさやくもり、眼の揺れなどの組み合わせによって大きく異なります。また、視野が狭くなったり暗点ができたりすると、不自由さはさらに増します。そのため、視力だけでは実際の見え方を伝えるのは難しいようです。できれば「**ポスターの文字は30センチまで近づかないと見えません**」や「**視野がにぎりこぶし程度なので、足元が見えず移動時にぶつかります**」など、具体例を挙げて説明するとイメージしやすくなります。さらに、どのような明るさや距離であれば見やすいかを伝えられるとより良いでしょう。最近では、視力だけでなくぼやけや視野障がいを複合的に疑似体験できるスマホ用アプリ（Low Vision Simulator）も登場しています。画像を自分の見えにくさに合わせて調整できるため、理解を深める便利なツールになっています。



※Low vision Simulator の画像



サテライト幼児教室の活動の様子



本校では、0歳から就学前までの見え方に心配のあるお子さんを対象に、月1回のペースで『ことり教室』を開催しています。通常は本校を会場として実施していますが、今年度は9月と11月に奥州市子ども発達支援センターを会場に『サテライトことり教室』を開催しました。

当日は、丸めた新聞紙がたくさん入ったカゴの中から「お宝さがし」をしたり、音を頼りにスズランテープのカーテンをくぐったり、積み重ねた箱を崩して音を楽しんだりしました。本校にはない吊り下げ遊具の体験もできました。いつもとは少し違う雰囲気緊張した様子も見られましたが、子どもたちは全身を使って、様々な感覚を楽しんでいました。



はじめての場所に
ドキドキ



全員集合!!
はじめの会



お宝みつけたよ!



カサカサ
シャラシャラ
カーテンの向こうに
何があるのかな…

手を伸ばして
箱を崩すよ
ころころ
ばたん、チリン
色んな音がするね



バランスとるの
上手でしょ!