

特集 視覚リハビリ

パラスポーツ界のレジェンド

よしはらしげお

葭原滋男さんインタビュー

Everything is all right～すべてがうまくいくよ～



海に

海のように広く深い思いやり、慈しみの心

K a i j i n

今号は「見えにくい」患者様に見やすい
白黒反転デザインとユニバーサルデザインフォント
で作成しております

写真／葭原滋男さん 2000年自転車競技練習時の様子(後ろ)

特集 視覚リハビリ



パラスポーツ界のレジェンド よし はら しげ お **葭原 滋男さん** インタビュー

教えて!

あんなこと
こんなこと



今回の広報誌は、前回の106号に引き続き「視覚リハビリ」に関連するお話を届けいたします。

海仁グループでは、視機能低下に不安を抱えている患者様への治療や補助具の選定だけでなく、自身の状態を受け入れ、克服するための心理的サポートを含めた「視覚リハビリ」という分野を強化しております。

昨年末、当法人の海谷理事長が、元パラリンピック選手の葭原滋男さんとお話しする機会があり、葭原さんのいきいきとした姿やお言葉に感銘を受け、「多くの患者様の人生が豊かになるよう応援したい、ぜひ葭原さんの話を聞いていただけたら」と、今回改めてインタビューをさせていただきました。



▶昨年末、お話しした際の様子
左からWizus波代表・葭原さん・海谷理事長
(写真撮影時のマスクを外しております)



▶葭原さんがパラリンピックで獲得されたメダルを見せていただきました
左から2000年シドニー金、銀メダル。
2004年アテネ銀メダル。1996年アトランタ銅メダル。

海仁106号も
ぜひご覧ください



よし はら しげ お
葭原 滋男さん

プロフィール /

1962年、東京都生まれ。
10歳の頃に網膜色素変性症を患い
22歳の時に障害者手帳を取得。
(現在は光覚弁※①程度)

YOSHIIHARA SHIGEO

- ・ブラインドスポーツクラブ
“乃木坂ナイツ”代表
- ・東京パラリンピック応援大使
- ・東京都障害者スポーツ協会 理事
- ・港区視覚障害者福祉協会 会長
- ・静岡文化芸術大学 非常勤講師

陸上競技＆自転車競技のパラリンピアン

1992年バルセロナ、1996年アトランタは陸上競技(走り高跳び)
2000年シドニー、2004年アテネは自転車競技で出場、金銀銅合計4個のメダルを獲得
2007年～2011年は、ブラインドサッカーで日本代表として活動し、
ブラインドサーフィンでも世界大会に出場。
現在はブラインドサッカーチーム「乃木坂ナイツ」を立ち上げ、
選手兼代表として活躍し、パラスポーツ界のレジェンドとも呼ばれている。
現在は参天製薬株式会社企画本部CSR室に所属、個人でも様々な講演活動を行っている。



2000年自転車競技練習時の様子(後ろ)

※①光覚弁とは…明暗の区別が出来る程度の状態

疾患が判明してから、どのような心境の変化がありましたか？

10才の時に網膜色素変性症と診断されました。

普通に小学校に通っていたので、「自分の見え方は友達と違うの？失明するってどういうこと？これから自分に何が起こるの？」と将来に対して不安を感じたのを覚えています。

22才で障害者手帳を取得しました。今後は、これまでの普通の生活と全く違った人生を送らなければならないのかと挫折感を持った反面、自分が考えている可哀想な障がい者像をぶち壊し、みんなが憧れるような新しい障がい者像を作り上げてみよう！という意欲も持つことができました。

網膜色素変性症の特徴でもあるように「徐々に進行」してきたわけですが、自分なりに情報を収集したり、様々な工夫をしてきました。

情報収集の方法や工夫はどのようなものがありましたか？

友人や知人、視覚障害に関連するSNS、グループチャット等から情報収集しています。スマートフォンを活用することで、情報収集の方



ブラインドサッカー「乃木坂ナツ」

法は、とても改善してきました。

また、ブラインドサッカーチームの仲間に同行援護※②の資格を取得してもらい、多方面に協力をしてもらう体制を整えました。

※②同行援護とは…視覚障がい者が外出する際、本人に同行し必要な情報の提供や移動の援護、必要な援助などを行うこと。2018年より同行援護従業者研修の修了が必須となった。

今後の活動を教えて下さい。

現在、参天製薬株式会社では、インクルージョン※③活動として、視覚障害の有無に関わらず、世界中の一人ひとりの「見る」を通じて、みんなが幸せで、いきいきと共生する社会の実現を目指しています。

見えない症状に対して何をすべきかを考え、小中学校等で視覚障害の理解や他者理解に繋がるような講演会や体験会を行いながら、社会課題解決に取り組んでいます。これまで関東地方を中心だったのですが、今後は全国、さらにはグローバルに展開していきたいと考えています。

個人的には、視覚障がい者はスポーツをする機会が得にくいと感じているので、“乃木坂ナツ”の仲間とブラインドサッカーのみならず様々なブラインドスポーツにみんなでチャレンジ＆楽しめる環境を作りたいと思っています。



講演

多くの方々へ 「誤解がある事」や「理解して欲しい事」はありますか？

見えないことはできないことではないし、かわいそうでもありません。視覚障害には、情報障害、移動障害、それに持論ですが、安心障害というのもあると思っています。目の病気の治療は眼科の先生にお任せすれば、これらの障害は、周囲の方々の協力でかなり改善することができるのではないかと思っています。

※③インクルージョン(inclusion)とは…日本語訳で「包括」。ビジネスの分野においては、従業員其々の持っている能力や経験が認められ仕事に参加できる。

サポートするご家族へ 伝えたいことはありますか？

諦めないで治療を継続すること。医療は急ピッチに進化しています。また、家に引きこもりがちになりやすいので、どんどん外出する機会を作つてあげて欲しい。やりたいと思ったことがあれば、チャレンジする機会を与えてほしいと思います。



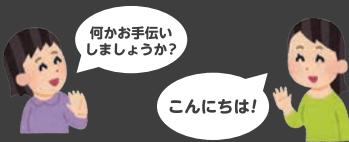
プライドサーフィン

- ・治療継続
- ・外出
- ・チャレンジ

街中で困っている白杖を持つ方を見かけたら、 どうすれば良いですか？

声をかけていいものなのか、声をかけるのも勇気がいるとよく聞きます。その気持ちはよくわかります。

視覚障がい者は困った際に誰かにサポートを依頼したくても、どこに誰がいるかわからないことがしばしばです。「何かお手伝いしましょうか?」や、「こんにちは」と、ここに気にしている人がいますという情報提供をしていただければ嬉しいです。そうすれば、もし困ったときにサポートを依頼するきっかけとなります。



海仁グループの視覚リハビリは、患者様が生きがいや生活の工夫を見つけ、豊かな人生を送っていただけることを目指しております。



みどり台海谷眼科
院長 湯口 琢磨

見えないことに不安を感じている方 落ち込んでしまっている方へ

私のモットーは
Everything is all right!
～すべてがうまくいくよ～



私たちには不安や恐怖は常に付きまとうものです。当然、落ち込んでしまうのもわかります。起こってしまったことは仕方ありません。

どんなことが起こっても、悔やむのではなく、どうすればいいのかな?と考えることが大切ではないでしょうか。

また、「見えない」というのをクイズのひとつと考えると、答えを見つけるのが楽しくなってきます。簡単なクイズより、難しいクイズの答えを見つけた時の喜びは大きいものです。ひとりで考えても答えが見つからなかったら、友人、知人、眼科の先生方に相談するなど、社会を巻き込んで一緒に考えていくと良いと思います。それでもダメなら、一緒にスポーツをして汗を流しましょう(笑)

中途失明で失意のまま引きこもりになっている患者様を、先ず外に出て一緒に風を感じ歩いたり走ったりしようと、スタッフ達と一緒に伴走歩に関わって早や20年。してあげる、してもらうではなく、モットーは『一緒に楽しもう』。最初は不安でいっぱいだった彼らも練習やレースを重ねるごとに、見えない不自由さはありますが、どんどん明るく元気に、そして前向きになり、国内外のレースで活躍される方も多くなってきました。今では彼らから逆に彼らが勇気や感動をもらうことも多く、これが視覚リハビリの目指す形だと思っています。これからも伴走を拡げていくためにも、一緒に走りたい方は是非一声かけて下さい。

はくじょう

「白杖」を持つメリットとは？

白杖を持っている方は、必ずしも「全盲」だとは限りません。
白杖を持つ基準は、とくに定められていない為、弱視(見えにくい)の方も使用しています。



白杖を路面や点字ブロック上で滑らせたり、音を出すように叩いたりして歩きます。

①周囲の情報を入手する

自分の周りの状態や路面の変化(段差や歩道の切れ目)などの情報を入手します。

②安全を確保する

前方の障害物や危険の防御など身体の安全を守ります。

③見えにくいことを周りに知らせる

他の歩行者、ドライバーなどに、見えにくいことを知らせて、注意してもらうためのシンボルです。



白杖に関するご相談は
お気軽に職員までお声掛けください。

「白杖SOS」

両手で持ち上に掲げ
周囲にSOSを知らせる方法

見えづらくて不安に思うこと 何でもお気軽にご相談ください



相談できる窓口を作ります

眼科として患者様に今後の人生に影響していくと思われる状況を考え、より人生を豊かにしていく方法と一緒に話していきたいと思っております。



参加できる教室・体験会を行います(海谷眼科)

生活に直結するような「行く」「食べる」やアクセシビリティ機能などを学んでいける教室や、パラスポーツ体験会などのイベントを実施・紹介していきます。



展示スペースを充実(海谷眼科)・お役立ち情報を提供します

どなたでも見ていただける展示スペースには生活の工夫をご紹介します。そして、お役立ち情報の提供・配布をいたします。

お電話やメールでもご相談・お問い合わせを受け付けております

QRコードを読み取ると「お問い合わせページ」が開きます。

海谷眼科
TEL:053-476-3388



みどり台海谷眼科
TEL:053-476-8814



かけ川海谷眼科
TEL:0537-23-1660



海仁グループトピックス

海仁職員で視覚リハビリの勉強会を行いました



2022年2月18日に、職員向けの視覚リハビリWEB勉強会を実施いたしました。テーマは「繋がるが大事」。講師にNPO法人六星ウイズの代表 斯波さんをお招きし、眼科職員として知っておくべき視覚障害の知識や、患者様それぞれの気持ちに寄り添ったご対応をするにはどうしたらよいか、サポート体制の重要性と強化について学びました。今後も定期的に勉強会を行ってまいります。



NPO法人六星ウイズさんとは

視覚に障害がある方が楽しく過ごし、仕事をするための施設(就労継続支援B型事業所)です。2施設合わせて約50名超の方が毎日色々な仕事や訓練、レクリエーションをしています。その他、海谷眼科との連携で白杖の歩行訓練や生活訓練等をしていただいております。



白杖歩行訓練



チームで点字印刷



デジタルデバイス訓練



クリスマス会

3/7(月)～3/11(金) 世界緑内障週間 ライトアップinグリーン運動に参加しました



日本緑内障学会主催の「ライトアップinグリーン運動」とは、施設などをシンボルカラーの緑にすることで、より多くの人に「緑内障」を知ってもらい、「緑内障の早期発見」「継続治療」「希望」などを呼びかける国際的イベントです。今年は静岡県内の参加施設も増え、浜松城もライトアップをしました！緑の光を見つけたときに「緑内障」を思い出すキッカケとなりますように…。



海谷眼科



みどり台海谷眼科



かけ川海谷眼科

発行元 医療法人社団 海仁 <http://www.kaiya-eyes.com> 海仁



海谷眼科 〒430-0903 静岡県浜松市中区助信町 20-40 TEL.053-476-3388
かけ川海谷眼科 〒436-0051 静岡県掛川市中宿 27 TEL.0537-23-1660
みどり台海谷眼科 〒433-8125 静岡県浜松市中区和合町 154-36 TEL.053-476-8814