

令和5年12月10日

会報「桐の花」第99号

— 目 次 —

桐の花第99号発行にあたって	1
事務局からのお知らせ	4
第18回岩手県視覚障害者福祉大会	5
大会宣言・大会決議	
ブラインドテニス体験会	11
皆さんこんにちは	13
第60回東北視覚障害者福祉大会（青森大会）	16
全国視覚障害青年研修大会	19
全国視覚障害女性研修大会	20
ガイドランナー養成の取組み	22
身だしなみ	27
秋田災害支援金	28
編集後記	29

編集発行 社会福祉法人岩手県視覚障害者福祉協会事務局

責任者 及川清隆

住所 〒020-0015

盛岡市本町通3丁目6-20 岩手県視覚障害者福祉会館内

電話・FAX 019-652-7787

電話（2階） 019-629-3434

郵便振替口座 02250-4-53987

社会福祉法人岩手県視覚障害者福祉協会

※ この会報は(公財)岩手県福祉基金の助成を受けて発行しております。

私達が目指すもの

○ 視覚障がい者の自立支援

私達は、視覚障がい者の安全・安心な暮らしを支援すると共に、按摩・マッサージ・指圧、鍼、灸の職業の自立支援を目指します。

○ 視覚障がい者本位の生活支援

私達は、視覚障がいがある人の個々の特性を尊重し、求められる日常生活向上の支援を目指します。

○ 開かれた経営

私達は、企業的発想を持ち、施設利用者や地域の意見を尊重すると共に情報を開示し、公共的・公益的立場に立った、開かれた経営を目指します。

○ 障がい者福祉の一体化活動

私達は、視覚障がい者福祉活動を基本としながら、障がいの種別や程度を越えて、障がい者の仲間と共に障がい者福祉の活動を目指します。

○ 地域と共生の福祉活動

私達は、地域と連携しながら共生し、障がい当事者や地域のニーズの実現を図ると共に、掲げた活動理念の実現を目指します。

桐の花第99号発行にあたって

理事長・会長 及川 清隆

～ガイドヘルパー記念日制定と按摩科短期大学開校の動き
について思う～

読者の皆様、師走になりましたがお健やかに過ごして
しょうか。本年も、皆様のお支えのお陰で、協会や法人は何事もなく、
年末年始を迎えることができました。心より感謝と御礼を申し上げ
ます。ありがとうございました。

さて、今回は私たちの周辺に大きな動きが二つありましたの
で、ここに記しておきます。

まず1点目ですが、12月3日がガイドヘルパー記念日として
制定されました。このことは、移動に困難な視覚障害者の外出
に支援が必要であることや、ガイドヘルパーという業務の内容
を広く社会に理解していただきたいという目的から制定されたも
のです。私自身も、会議・買い物等、外出するときにはガイドヘ
ルパーの支援を受けております。私のような全盲者には生活し
ていく上で不可欠な支援となっているわけです。ガイドヘルパー
を使わせていただいているたびに感謝の気持ちで一杯になりま

す。今後、同行援護制度やガイドヘルパーの人材不足について社会に啓発してゆきたいと思えます。

2点目ですが、按摩科短期大学開校の動きについてです。皆様はご存じだと思いますが現在、鍼灸短期大学として筑波鍼灸短期大学があるわけです。しかし、按摩マッサージ指圧の大学は日本にはありません。もし開校すれば、日本で初の按摩科短期大学となるわけです。学術向上の観点から見れば、とても良いことだと思います。

私は、こうした動きに対して、考えていることが二つあります。一つは、もっともっと按摩マッサージ師が学術の向上を図り、無免許者との種別化を社会に知らしめて行くべきですし、当事者自身が向学心を持たなければならないということです。私たち視覚障害マッサージ師自身が安穩としていてはだめなのです。もう一つは、開校した大学に、視覚障害者の入学生や講師及び教授人材が活躍できる場の環境構築を図ることです。今後の視覚障害者の按摩マッサージ指圧師の未来を占う上で重要だと考えております。そこで、私なりに関係者と共に、そうした環境が整備できるよう微力ではありますが行動したいと考えておりま

す。

話は変わりますが11月30日と12月1日の両日、東北のある県に出かけて参りました。その目的は、視覚障害者協会の組織再構築を共に考えるためでした。私がそこで感じたのは、一口で言うなら、役員にあまりにも責任感がなさすぎるということと、仲間の視覚障害者に心を寄せていないという姿でした。このことは、決して対岸の火事ではないのです。そういう意味で、12月3日の第2回支部長委員会でも前述の例を話しながら、組織の在り方について私の思いを強く伝えました。

この会報「桐の花」も次の号で100号を迎えます。桜井元理事長と、当時の小島事務局長の発案から、会報が発刊されています。私たちは、お二人が紡いできた貴重な情報誌を共に大切にしていきたいと思えます。

結びに、インフルエンザやコロナウイルス感染が流行していますので、健康にはご留意いただきたいと思います。そして、健康でご家族共々年末年始をお迎えになられますよう、ご祈念申し上げます、挨拶といたします。

事務局からのお知らせ

令和5年も間もなく終わろうとしています。皆様いかがお過ごしでしょうか？

今年は、コロナが5類に移行し、以前のような騒々しさもなくなってきましたが、まだまだ油断は禁物ですね。取って代わってインフルエンザが猛威を振るおうとしています。感染対策を万全にして過ごしましょう。

来たる辰年は、皆様にとってよりよい年でありますことをお祈りいたします。

★12月～3月の主な行事

12月30日(土)から1月3日(水) 年末年始休業

2月4日(日) 岩手県視覚障害者団体連絡協議会意見交換会(予定)

3月2日(土) 第4回理事会(予定)

3月24日(日) 第3回支部長委員会、青年部長、女性部長会議(予定)

第18回岩手県視覚障害者福祉大会

令和5年7月30日(日)に盛岡市総合福祉センターで第18回岩手県視覚障害者福祉大会が開催されました。コロナ禍のため、協会の結成70周年記念行事も含めて対面での集会を控えてきましたが、「生の声を交わす」ことができた大会となりました。

式典に続き、歌手で鍼灸マッサージ師の高橋則夫さんに、ドキュメンタリー映画「弱視にめげず」そのままにと題して講演をしていただきました。盲学校に入ったころの話から始まり、サブタイトルが「盲学校で学ぶ則夫君」の映画収録の様子。卒業後に勤務した病院から県立中央病院に異動し、勤務後に上司に生バンドやピアノ演奏のある店に誘われ、「則夫歌え！」と言われて歌い、スカウト話もあったこと。ビデオの業務用機材と技術があったことから、ブライダルの撮影編集納品も請け負っていたことや、調理師免許を取得して「おやじの料理教室」を開催したこと。そして、数々の歌謡コンテストや歌謡選手権に出場し続けたことから、「盛岡の夜」などのCDデビューにつながり、現在があ

ることなどが話されました。会場の機器の具合で、持参いただいたカラオケ用CDの再生ができなかったのですが、最後には「盛岡の夜」がアカペラで披露され、会場から盛大な拍手が届けられました。

昼食後に開催した「大会議事」で採択された大会宣言と大会決議は以下の通りです。

大会宣言

本日ここに第18回岩手県視覚障害者福祉大会を、多くの関係者の皆様のご支援のもとに開催できますことは、私たちにとってたいへん意義深く大きな喜びです。

本年5月8日より新型コロナウイルス感染症の位置づけは感染症法上の5類に移行されたとはいえ、いまだ収束には至っていません。まだまだ基本的な感染対策が求められる中、光熱費の値上げ、物価高騰に加えてさらには私たちに必要不可欠な白杖や点字用紙といった日常生活用具も価格改定の波が止まりません。この状況はいつまで続くのでしょうか。

一方で3月から障害者割引に対応した障害者用と介助者用交通系ICカードが導入され、有料道路においては障害者割引における1人1台要件が緩和されました。このように粘り強く要望し続けることにより引き続きほかの要望も実現に向けて取り組んでいかななくてはなりません。

今年度の当協会の基本方針の一つ目にICT技術の研修について記載しています。福祉大会やさまざまな当事者の集まりはオンライン開催が増え、行政の手続きは電子申請、スーパーやコンビニの会計はキャッシュレス決済が増えています。セルフレジは私たち視覚障害者が単独で操作することは困難です。

このような状況を共有し、私たちの生活に欠かせなくなっているスマホやパソコンなどの情報通信機器等の入手から操作方法まで皆で学び研修する機会が必要です。急速に広まる手続きのオンライン化に対応するためには、全ての視覚障害者がICT環境を整え、視覚障害者がデジタル化に乗り遅れないための施策を求めていくことが必要です。

令和元年から運営をスタートした同行援護事業所は利用者数、依頼件数ともに年々増えています。私たちの安心安全な外出支援のため、ガイドヘルパー・事業所職員の人材育成は急務です。私たちの移動手段である公共交通機関のうち、とくに路線バスにおいては近年全国的に路線の廃止、減便、休日の運行休止が相次いでいます。岩手も例外ではありません。これにより通院、通勤・通学、休日の移動に支障をきたしています。このことはバス会社への要望のみではなく交通インフラ全体の充実という観点から国や地元の交通施策担当課も含めて要望していかなくてはなりません。

本日、ここに集まった皆さんと私たちを取り巻く諸問題について討議を深めてまいりました。私たちの日々の生活向上のためにはまだまだ課題が山積しています。そうした諸課題解決に向け、共に団結して歩むことをここに確認して宣言といたします。

令和5年7月30日

第18回岩手県視覚障害者福祉大会

大会決議

- 一、 障害者差別解消法の周知徹底とその理念を広く県民に啓発するとともに、行政の窓口や民間事業者に対して適切な合理的配慮が行われるよう要望する。
- 一、 日常生活用具の給付品目とその耐用年数の見直し、物価高騰に対応した基準額の引き上げを要望する。
- 一、 読み書きが困難な視覚障害者に対して意思疎通支援事業の「代筆・代読」支援を拡充するよう要望する。
- 一、 同行援護において地域間格差の是正、従業者養成の推進とヘルパーの資質向上を要望する。
- 一、 アイーナ3階とマリオス3階の間の横断歩道にエスコートゾーンの敷設を要望する。また道路の亀裂や損傷箇所の修繕を早急に要望する。
- 一、 弱視者（ロービジョン）が安全に移動できるよう、公共施設および駅や商業施設などの点字ブロックと階段の段鼻は黄色にするよう要望する。
- 一、 公共交通における利便性向上のため、長距離バスや路線バスの廃止、減便、休日の運休を見直すよう要望する。

またこれに関する経費を県、市町村から助成するよう要望する。

一、 スーパーやコンビニなどのセルフレジは視覚障害者単独での操作が困難なため、サポートのための店員を配置すること。また従来の店員対応の有人レジを残すよう要望する。

一、 重度心身障害者医療給付費償還払いを早急に受領委任払いとするよう要望する。また、委任払いを導入した際の補助金の減額を実施しないよう強く要望する。

一、 マッサージ等における無免許・無資格者医業類似行為者、違法業者の取り締まりを強化するとともに無資格者養成研修会等が開催されることのないよう関係団体に注意喚起を図るよう強く要望する。

一、 行政手続きのオンライン化にともない視覚障害者が取り残されることのないよう点字、拡大文字、音声読み上げなどアクセシビリティに配慮した情報発信を要望する。

以上、決議する。

令和5年7月30日

第18回岩手県視覚障害者福祉大会

令和5年度キャリアアップセミナー
「ブラインドテニス体験会」

視覚障害者の生活を豊かにするために実施してきた恒例の
ハッピーライフセミナーは、今年度から名称が「キャリアアップセ
ミナー」となり、11月12日(日)に盛岡視覚支援学校の体育館
で開催されました。

今年のテーマは「ブラインドテニス体験会」です。講師は日本
ブラインドテニス連盟副会長の面川秀文さんと、「ブラインドテニ
スサークルすまいるあきた」代表の小松由佳さんで、福島と秋
田から駆けつけてくださいました。

ブラインドテニスは埼玉県立盲学校(塙保己一学園)出身の
武井実良さん(故人)により考案された、3次元でボールを打ち
合うスポーツです。サウンドテーブルテニス(STT)のボールと

同じような音の出るスポンジボールを使い、弱視にも見やすいよう、色も黄色と黒の2種類があります。

コートにはサーブを打つ位置が足で踏んで分かりやすいようにタコ糸を貼り付け、レシーブもボールが2回バウンドする間に打ち返せば良いことにするなど、視覚障害者にも楽しめるよう、道具やルールに工夫が凝らされています。1990年に第1回の大会が開催され、現在では国際大会も行われているそうです。

体験会では初めにボールやコートの説明があり、午前中は主にサーブやレシーブの練習が行われました。午後には実際にゲームを楽しみました。参加してくださった盛岡支部の福永光雄さんから、次のような感想を頂きました。

「ブラインドテニスの体験は2回目でした。前は参加者が多く、テニスコートでプレイする時間が短かったのですが、今回は参加者8名で対戦相手を変えて全員が2回ずつ試合できました。球を転がす他の球技より難易度が高く、なかなか打ち返せないのですが、講師の方々の盛り上げ方がうまく、楽しくプレイできました。ありがとうございました。」

東北ではまだまだ普及の進んでいないブラインドテニスですが、講師の面川さんからは、「2026年に青森県で開催される全国障害者スポーツ大会のオープン競技に決まり、会場は新幹線の駅(七戸十和田)の近くに建設中のアリーナで開催予定です。それまでには、もっとブラインドテニスの魅力を知っていただき、東北地域で盛り上げていけたらと思っております。岩手にも同好会ができれば嬉しいです。」というお話をいただきました。

今回はキャリアアップセミナーとして開催しましたが、今後も定期的に体験会などを開催していければと考えています。皆さんも是非、ブラインドテニスを楽しんでみませんか？

皆さんこんにちは

監事 菊池 光

皆さんこんにちは。私は、令和5年6月から社会福祉法人岩手県視覚障害者福祉協会の監事を務めさせていただいている菊池光(きくちこう)と申します。

初めて投稿させていただきますので簡単に自己紹介をさせて

いただきます。出身地は米大リーグでアメリカンリーグの最優秀選手(MVP)に2度も選ばれた大谷翔平選手の出身地と同じ岩手県奥州市です。

職歴としては、地方銀行に定年まで勤務した後、クレジットカード会社、中小企業の再生支援事業にそれぞれ従事し、その後地方公共団体の非常勤職員として70歳まで勤務し、現在はNPO法人の会員として時々NPO法人等の経理処理の支援を行っております。

家族は妻と長男、次男、長女の5人ですが、子供たちはそれぞれ独立し現在は盛岡の自宅で妻と二人で暮らしております。

これまでは、視覚障害の方に関しては、歩道での点字ブロックを辿りながらの歩行や、交通機関への乗り降りの際等に大変ご苦勞をされていると思う程度でした。また、その際には手を差し伸べるべきかどうか迷いが生じることもありました。多くの方は恐らく私と同程度の理解ではないのかなと思います。

今回縁がありまして同社会福祉法人の監事として理事会や福祉大会に出席させていただき、視覚障害の方の現状に関し、日常生活において想像以上の不自由な状況に置かれている現

状をつくづく感じさせられた次第です。

地元新聞紙上においても、令和5年6月には、「視覚障害者」「デジタル操作に苦慮」の見出しで、視覚障害者の多くがデジタル機器の操作に困難を感じており、生活のインフラとなっているスマホの利用を諦める人もいること、8月には「医療機関のマイナ保険証読み取り機」「視覚障害者使えず苦慮」の見出しで、顔認証付きのカード読み取り機で顔を枠に合わせるといった操作や、画面上での暗証入力がハードルになっていることなど、視覚障害者にとっての日常生活での不自由さが報道されています。それ以外でも、政治への参加である各種選挙への投票、ショッピング、スポーツへの参加等数え切れないくらいの不自由さに困まれており、共生社会づくりにおいては、政治での取組が重要であることは言うまでもありませんが、私たち個人においても障害者の日々の声に耳を傾け、日常生活での不自由さにどのようなものがあるか、理解を深め知恵と声を上げていくことが必要なのではないかと考えます。また、前述の新聞報道のように障害者の現状を記事に取り上げてもらうことも、国民の理解を深めることにつながり、環境改善のための後押しにも有効で

あると思われます。

将来的に移動に関しては、自動車の完全自動運転レベル 5 のような技術導入による歩行の際の支援ナビゲーションシステム開発や、現在開発中のようにありますが次世代モビリティ等により、障害者の不自由な日常生活の改善につながることを期待しております。

第60回東北視覚障害者福祉大会 (青森大会)に参加して

理事 高橋 弘

去る10月29日(日)から30日(月)の2日間にわたり、青森市のウェディングプラザ「アラスカ」において、第60回東北視覚障害者福祉大会が開催されました。岩手からの参加者は日帰りも含めて総勢19名でした。

コロナにより、中止やオンラインのみの開催が続いていましたが、今回は久しぶりに集合形式での開催となり、東北各地から多くの参加者が集まりました。

1日目の午前11時から、3つの会場で会長会議、女性協議会、青年協議会が行われました。会議の終了後には昼食をいただきながらも、活発な協議や交流がおこなわれました。青年協議会では、新しく青年部長となって初参加した方もいて、少しずつ世代交代が進んでいると感じました。

午後からは代議員総会が行われ、午前中に行われた3つの会議の報告の他、視覚障害者の生活を豊かにするために、各県から提出されていた提案事項や、今後の組織強化に向けた協議が行われました。組織強化に向けた意見交換では、「若い視覚障害者は確実に存在しており、障害者団体には困りごとを解決して欲しいと思っている。現在はSNSを活用すれば一人でも社会に情報発信できる時代になっている。団体としても、今後はICTやインターネットを積極的に活用して、若い人たちと一緒に活動していくのが良いのではないか。」という意見が出されました。

代議員総会が終わる頃には、県内各地からの参加者もバスで到着し、一緒に研修会に参加しました。研修会は、RABアナウンサーによるトークで、テーマは「ことばで伝える喜びと難しさ」

です。RABのアナウンサーが、ゲストであるラジオ番組のレポーターのミュージシャンと共に楽しいトークを繰り広げ、ラジオの公開番組のようでした。様々なエピソードを交えながら実際の過去のラジオ番組の録音を流したり、ギターの弾き語りによる歌もあり、とても楽しい一時を過ごすことができました。その後、情報交換会が行われ、1日目の日程が終了しました。

2日目は、日本視覚障害者団体連合会長の竹下義樹氏による講演会でした。竹下会長からは、「どこの加盟団体も会員数減少などの課題はあると思うが、中途失明者や若年層の新規会員とともに地方の加盟団体の組織力強化が大事だ。」とお話がありました。その後大会式典が行われ、午前中で全ての日程が終了しました。

帰りは青森駅前の観光物産館で郷土料理のじゃっぱ汁をいただき、お土産などの買い物を楽しみました。久しぶりに開催された集合形式での福祉大会に参加して、やはり実際に会って話し合うことの意義や楽しさを実感することができました。

コロナで急速に普及したオンラインの技術ですが、今後は集合形式とオンライン形式の良い所を活かしながら、団体の活動

が更に活発になっていけば良いと感じています。

第69回全国視覚障害青年研修大会

青年部長 日野沢 ひなわ

2023年9月17日・18日に札幌で行われた日本視覚障害者団体連合青年協議会全国青年研修大会に出席してまいりました。

今年は昨年の福岡からさらにコロナ禍からの復旧が進み、現地とオンラインのハイブリッド開催となりました。自分が青年協の常任委員になってからは初めてのリアル開催でもあり、従来の青年大会をようやく経験できたような気がしております。

最も大きな出来事はやはり次年度からの青年協の会長を決める第30代会長選挙でしょう。選挙の結果、青年協の副会長を務めていた福島県の鈴木祐花さんが第30代会長に選出されました。同じ東北ブロックから会長が選出され、これから一層東北そして岩手の青年部活動を盛り上げていけたらと思っております。

現地の研修は、参加者は二手に分かれて体験型の研修を楽しみました。1つは主催の札幌市団体による札幌市電周回観光ツアー、もう1つは青年協主催のボードゲームによる交流イベントでした。自分は主催者としてボードゲームの方の司会をしておりましたが、おおよそ3年分のオンラインでの繋がりをこれまたやっとお互いにどのような人となりなのかということを確認、それぞれに交流を深めるような会場になりました。

2024年は大阪を会場に9月15日・16日の日程で大会が開催されます。既に現地の主催者の方々の準備が進み、来年もより一層規模の大きな大会となる予定です。リアル開催のイベントの復活も、全国の青年部としての活動の復活も明るく見えてきているような状況に思います。第70回という記念すべき大会も無事取り行えるよう来年に向けて取り組んでまいります。

第69回全国視覚障害女性研修大会

女性部長 成田 優子

8月30日(水)～31日(木)、神奈川県藤沢市の藤沢市民会

館において「第69回全国視覚障害女性研修大会関東ブロック神奈川大会」が4年ぶりに通常開催されました。岩手からはガイドヘルパーも含めて6名参加しました。

前日に神奈川県藤沢に到着した私たちは午後から江の島観光へ行ってきました。

江の島といえば江戸時代の鋳師で管鋳法を創始したと伝えられる杉山検校のお墓があります。皆でお墓参りをして、杉山検校の像を触りました。お墓の近くには福石がありました。杉山和一が山から下りる際に福石につまずいて転倒したときに、偶然に手に触れた松葉がヒントになって杉山式管鋳術を考案したと言い伝えられています。その福石にも触ってきました。

今年のレポート発表のテーマは「同行援護サービスを利用して思うこと」でした。レポート発表のあとは会場からも活発な意見交換がありました。同行援護を利用することで行動範囲が広がり、ガイドヘルパーからの情報提供が貴重な情報源となっていてありがたい、という感謝の意見が出た一方で、プライバシーの保護など不安な点もあるといった意見もありました。神奈川の鈴木会長からは「制度を理解して賢くサービスを利用することが

大事」というアドバイスがありました。

来年の第70回大会は四国の香川県高松市で開催されます。令和6年9月4日(水)～5日(木)の予定です。多くのみなさんのご参加をお待ちしています。

ガイドランナー養成の取組み

岩手県庁走友OB会 高橋 友三

視覚に障がいのあるランナー(ブラインドランナー)の伴走ボランティアを行っているガイドランナーの高橋と申します。「桐の花」の編集者から声をかけていただき、今回ブラインドランナー養成の取組みについて話題提供させていただきます。

まず、現在の岩手県内のブラインドランナーの状況ですが、私が知っている範囲では市民マラソン大会に参加されているのは、2018年(平成30)ピョンチャン冬季パラリンピックのクロスカントリー日本代表で活躍された高村選手や本県ブラインドランナーの草分け的存在であります竹浪選手をはじめ6名(男性5名、女性1名)です。この方々の走りをサポートしているガイドラ

ンナーは、20名弱といったところです。

次に、私とガイドランナーの関わりですが、私がガイドランナーを始めたのは20年以上前の40代の頃からです。所属していた県庁走友会の先輩が竹浪選手らのガイドランナーをしているのを見て、自分も趣味の走りでささやかながらボランティアをと思い、年間約10レース参加するうちの3～4レースをガイドランナーに充ててきました。やがて盛岡走友会の長谷川選手が伴走研修会を企画しているのを知り、長谷川さんのお手伝いをするようなかたちで伴走研修会に関わり、最近ではどちらかといえれば私の方が主導で伴走研修会を開催しています。

伴走研修会の概要についてですが、これはガイドランナーの養成拡大をねらいとして開催しているもので、開催時期は例年春シーズンのレースが終えた後の7月上旬の土曜日午前で、場所は県立美術館前の盛岡市中央公園で行っています。内容は、ブラインドランナーの方と実際に伴走を行ってみるという実技体験をメインとした研修にしております。

研修会の具体的内容としては、まず伴走時の留意事項について市民マラソン大会での伴走経験をもとにした手作り資料を

基に説明を行います。説明事項は、大会会場でのブラインドランナーの方との待ち合わせの仕方、スタート前のアップの取り方、レース中のコース誘導等の声かけの要領、給水のサポートの仕方などのほか、もしガイドランナーの方が先にバテてしまったときの対応なども話しています。

その次の実技研修は、中央公園内の1周700mくらいの散歩コースで、受講者に実際にブラインドランナーの方と伴走をしてもらいます。例えばブラインドランナーが4名参加していれば、受講者をブラインドランナーと同数の4グループに分け、各グループに1人ずつブラインドランナーに入ってもらいます。公園内のコースを、伴走を交代しながら走ってもらい、グループ内の受講者全員がそのグループのブラインドランナーと伴走をするようにします。

そうしたら受講者グループ分けは固定したままで、ブラインドランナーのグループ配置を変え、各グループの受講者は新しいブラインドランナーと伴走体験を行います。この繰り返しでブラインドランナーを4回グループ替えすることにより、受講者に4人のブラインドランナー全員と伴走を体験してもらうかたちにしま

す。ブラインドランナーにはそれぞれ特徴があり、ガイドを右側につける人もいれば、左側につける人もいます。そのほか歩幅やスピード、腕の振り方など一人ひとり違いますので、その違いも体験してもらおうというのが、ブラインドランナー交代のねらいです。

実技研修の後は締めくくりのミーティングを行います。ここではベテランのガイドランナーの経験談、ガイドしてもらったブラインドランナーの方からの意見、研修初参加の方からの感想などを出し合って理解を深めるようにしています。以上の内容を90分程度で行っております。

次に、伴走研修会の成果について二つほど述べます。一つは少しずつではありますが、県庁走友会の後輩をはじめガイドランナーが増えてきております。伴走研修会参加者の顔ぶれの大半は伴走経験者ですが、毎年若い新規の参加者があり、その方々がガイドランナーになってくれております。一度の伴走研修で本番のレースに臨むというのは無理がありますので、実戦レースで初めてガイドランナーを務めるときは経験者を付けて、一緒に走ってアドバイスを受けながらガイドを経験してもらおうよう

にします。一度実戦経験を積めば体で要領を覚えますので、その後は一人でも大丈夫です。

二つ目は、伴走研修会がブラインドランナーとガイドランナーの交流の場となり、それが発展して例年9月初めに開催されるあっぱりレーマラソン大会に「いわてブラインドランナーズ」チームが連続出場していることです。数年前の研修最後のミーティングの場であっぱりレーマラソンにブラインドランナーのチームを結成して参加しようという話が出て、それ以来コロナで大会が中止となった年を除いて毎年参加しています。この大会は1周2キロの周回コースをチームでたすきを繋ぎながら21周してフルマラソン相当の距離を走るというものです。普段の市民マラソン大会では、ブラインドランナー同士でも別々に走りますが、この大会では一つのチームになって交流しながら楽しく走ることができ、ガイドランナーの継続と定着にも繋がっているように思います。

最後に今後の取組みについてですが、視覚に障がいのある方々でランニングに興味を持っていらっしゃる方は少なくないと思われます。その方々が四季折々の風を感じながら安心して走

れるようになるためには、その走りを支援するガイドランナーが比較的身近なところにいるという状況を作っていく必要があると思っています。そのためにはガイドランナーの層を厚くしていく必要があり、とにかく伴走研修会を継続して地道に協力者を増やしていくことが大事だと考えておりました。工夫を加えながら長く続けていこうと思っています。

身だしなみ

理事 成田 優子

みなさんこんにちは。理事の成田優子です。

突然ですがみなさんは身だしなみをどうされていますか。わたしは鏡に映った自分の姿がなんとなく見える程度の弱視です。普段は7倍拡大の手鏡やスマホの拡大鏡アプリを使用して口元や目元をチェックしています。ですから洗面所の鏡では髪型をチェックすることができません。

先週、4年ぶりに東京で開催された視覚障害者向け総合イベント「サイトワールド2023」のガイドブックを読んでいたら、とて

も興味深いものを見つけました。それは洗剤や日用品でおなじみの花王の「聞けばわかるヘアスタイリング」というものです。さっそく花王のホームページから聞いてみました。

寝ぐせの直し方やくるりんぱヘアの作り方、髪の毛のボリュームの出し方(男性編、女性編)など12種類のヘアスタイリングについてそれぞれの手順やコツをわかりやすく解説した音声コンテンツを聞くことができました。ぜひみなさんも聞いてみて普段の身だしなみに役立ててみてください。朝、ヘアスタイルが決まるとその日1日ちょっとうれしくなりませんか。

花王「聞けばわかるヘアスタイリング」で検索

https://www.kao.co.jp/liese/listen_hairstyling/

秋田災害支援金ご芳名(敬称略。入金順)

令和5年8月～11月までの協力者です。

[秋田災害支援金]

第18回岩手県視覚障害者福祉大会参加者各位

15,921円

大船渡支部会員各位 5,000円

奥州支部会員各位 20,000円

合計40,921円を9月21日に支援窓口の青森県視覚障害者福祉会指定口座に振り込みました。

心から感謝申し上げます。ご協力ありがとうございました。

編集後記

「桐の花」99号をお届けします。今回はご覧のように、(墨字版では目次の各項目について行間調整をすることができますが)点字版の目次が2ページにわたる多くの原稿が集まり、これまでにない内容となりました。次の100号の前哨戦のような気持ちを感じながら編集させていただきました。原稿をお寄せいただいた方々、ありがとうございました。

100号となる次号の構想も膨らみ始めております。来年の2月発行を目指しますが、まだ間に合います。どうぞ「この機会に掲載したい」原稿をお寄せください。

それでは皆さま、明るい新年を元気にお迎えください。

(編集委員:横澤 忠・高橋 弘・及川 清隆・中田 一洋)

※ 音声デジ版の録音は盛内優子さんに担当していただいているものです。