



● 社会福祉法人
● 京都視覚障害者支援センター

〒610-1111 京都市西京区大枝東長町 1-67
TEL: 075-333-0171 / FAX :075-333-0172
✉→info@kyo-ssc.com
URL→<https://www.kyo-ssc.com/>

楽西

～ らくさい No.132 令和 6 年 8 月 15 日発行 ～



医師に「まったく見えなくなるか光が残るか半々くらい」と告げられた。手術は成功したが視力はさほど回復しなかった。人生終わってたなと思った、絶望した。

今では一人暮らしをして、時々美味しい物を食べに行ったり野球観戦にいったり毎日楽しく過ごしている。

← “見えなくてもできる” ←

～ 石本さんの美鈴治療院までの軌跡 ～

20代前半

体調に何の不安もなく毎日忙しく仕事をして過ごしていた。人に関わることが好きで仕事が楽しかった。



石本 真一郎さん

28歳

ある日、体がしんどくて病院を受診した。数値がよくなって、医師からすぐ入院を告げられた。糖尿病だ。3週間の入院で症状は随分回復した。退院後しばらくこれといった症状もなく、また以前の様に不摂生を繰り返していた。その後半年くらいで通院もやめてしまった。

35歳

足が痛く、職場で動けなくなって救急車で運ばれた。診断はすでに手遅れで、医師に「何でこんなになるまでほっといたんや」と怒鳴られた。その日の夜には左足切断手術が行われた。義足になった。

39歳

いつも目の前に黒い線が飛んでいる様に見えてきた。病院に行かず過ごしていた。だんだん普通に見えていた景色がヤバイくらい見えなくなった。視点がぼやけハッキリ見えない。外に出られないくらい見えない。

医師に「まったく見えなくなるか光が残るか半々くらい」と告げられた。手術は成功したが視力はさほど回復しなかった。人生終わったなと思った、絶望した。

もう一人では外にもいけない。一人でできる事が制限され何かする時は誰かに頼まなくてはいけない事が嫌で仕方なかった。携帯の文字も読めない、もう携帯も使えないので解約しようとしたが、そんな事さえも一人でできなかった。まわりもみんなイライラしていた。1年半ぐらいつと外に行かず家にいた。

どうしていいかわからない不安な日々が続いていた。そんな時、姉が京都府視覚障害者訪問相談員（当法人委託相談事業）の田伏さん（現・洛西寮施設長）をインターネットで検索してきた。

41 歳

田伏さんが話を聞いてくださり、鳥居寮（京都ライトハウス 自立訓練事業）を紹介してくれた。はじめは鳥居寮に行く気は全くなかった。しかしいざ鳥居寮に行くと楽しかった。同じ境遇の人と話しをして毎日が明るくなっていった。良き先輩にも出会えた。歩行訓練を受けて一人で行動できるようになった。白杖を使うことは抵抗あったが使ってみるとこんなに楽なんやと思った。気持ちが前向きになって以前やっていた好きなことを再開することもできた。

「一人でできるやん、いけるやん」と思った。

歩行訓練士さんにマッサージ師になれる学校がある事を教えてもらった。そんなん絶対無理やと思ったが、一回投げた人生やしやってみようかなと思いなおし挑戦することにした。



43 歳

盲学校の勉強は難しかったけど休まず登校した。年齢が違う同級生達、いつの間にかみんなの未来を応援していた。

2年生の時に視力がさらに悪くなりルーペで文字が見えなくなった。国家試験は音声で問題を聞いて点字タイプで答える方法で受験した。

盲学校の先生や周りに支えられて無事**国家試験に合格することができた。**



46 歳

盲学校の先生の紹介でほくほくや美鈴の存在を知った。

はじめ美鈴で患者さんにお金を頂いて施術することに自信がなかった。僕のマッサージでお金もらっていいんかと思っていたが色々教えてもらったり練習して形になってきたように感じる。今では一人暮らしをして、時々美味しい物を食べに行ったり野球観戦にいたり**毎日楽しく過ごしている。**

視覚障害者訪問相談員、鳥居寮、盲学校（高等部理療科）、ほくほく（障害者地域生活支援センター）、美鈴治療院を利用して、ありがたみや感謝といった事がよくわかった。みんながいなかったら今の僕はない。イライラしたり落ち込む時はみんなへの感謝を思い出す。



今は「感謝」の気持ちで生きている。

視覚障害は情報障害

今回の記事の石本真一郎さんは、当時、訪問相談員をしていた私にとって、忘れられない相談者でした。

糖尿病が原因で左足は義足、目はほとんど見えなくなり、私が訪問するとお部屋に座っておられ、絶望されているように感じました（あくまでも私の主観）。

ですが、私からの質問に対しては、礼儀正しく、穏やかに、淡々と、ご自分の経過や現状についてお応えいただいた印象が残っています。

石本さんには「見えなくなっても何も出来なくなったわけではないですよ」というメッセージが何とか伝わって欲しいと思い、京都には、京都ライトハウス鳥居寮という訓練施設があり、「視覚障害リハビリテーション」が受けられる話をしました。「視覚障害リハビリテーション」とは、目の機能回復をするリハビリではないけれど、残っている目の機能の使い方や目で見ると以外の方法を練習することによって、見えなくなっても出来なくなってしまうことを、再び出来るようにする訓練であること、そして、障害福祉のサービスを受けるためには障害者手帳が必要なことも合わせて伝えました。

石本さんの決断が、障害者手帳の取得、鳥居寮の入所と歩みを進め、その後は鳥居寮、盲学校、ほくほく、美鈴といった石本さんを取り巻く環境や支援者と、何より石本さん自身の努力によって、現在のご活躍があるのだと思います。

石本さんのお話は、関わらせていただいた私たちを感動させ、今日の私の働く喜びと力を与えてくれました。ありがとうございました。（田伏 久士）

※【京都府視覚障害者訪問相談員派遣事業】

当法人では京都府から委託を受け、京都府中部・南部の視覚障害者の訪問相談事業を行っています。京都府北部は丹後視力障害者福祉センター、京都市内は京都府視覚障害者協会に相談員がいます。視覚障害についての情報が届いていない方には、人生を大きく左右する大切な相談事業です。



お知らせ

「らくさい治療院」は、2024年9月1日に就労継続支援B型へ移行します。

2013年4月1日の開設から11年間「就労継続支援A型」の施設体系でしたが、2024年度の制度改定によりA型での運営が難しくなり、B型に移行することとなりました。事業所の営業には変更はありません。今後とも地域の皆様の健康増進に貢献できるようにスキルアップに研鑽いたします。

～ 春のレクレーション ～ 「みんなで BBQ」



5月17日(金)に春のレクレーションで近所の千弥農園にBBQをしに行ってきました。千弥農園はぶどう狩りや柿狩り、すき焼きなども食べられる大きな農園です。実は1年前にも同じ計画を立てていましたが大雨でやむなく中止となったのでリベンジしました。



当日は天候も良く暑いぐらいの陽気で、ボランティア含め総勢52名でマイクロバスに乗って農園へ向かいました。

到着してすぐに席に着き、テーブルには七輪と大きなお肉が用意されBBQがスタート。サシの入った大きな牛肉に鶏肉、新鮮なたっぷりの野菜はあっという間に皆さんの胃袋へ。外で食べるお肉や野菜は格別でした。そして最後は珍しい柿のシャーベットをいただき帰路へ。



帰りは希望者のみ徒歩で寮へ。暑いぐらいの日差しでしたが、心地良い風を浴びながら帰寮し大満足の1日となりました。

ご協力いただいたボランティアの皆さまありがとうございました。

YouTubeでアニメーション動画を公開！



「あかねとすず」YouTube

目が不自由で自信の無い姉と、姉を支える妹の日常を短編アニメーションにしました。



ぜひ、ご覧下さい。

検索ワード 「視覚障害 あかねとすず」



朗読ボランティア・洛友会合同企画 七夕会&茶話会

7月5日（金）に朗読ボランティア・洛友会合同企画の七夕会・茶話会を開催しました。

事前にみんなで短冊に願い事を書いて笹飾りをしました。

洛友会会計の河野さんの挨拶から始まり、朗読ボランティアさんによる出し物「あいうえおちゃん」と「やさいのおにたいじ」があり、利用者さんもとても楽しまれていました。

最後に洛友会からイントロクイズが行われ大変盛り上がりました。

ボランティアの皆さまと合同企画で開催できたことに感謝申し上げます。ご協力ありがとうございました。



洛友会（洛西寮利用者自治会）今年度の役員紹介

今年度も新メンバーで活動しています。

役員の方々に一言ずつ意気込みを伺いました～

美化のご協力いつもありがとうございます。よろしくお願いします。

美化部長頑張ります！

副会長頑張ります！

会長頑張ります！

寝癖が気になる30歳、河野です。会計を務めさせてもらっています。今年一年頑張ります。



山岡公介さん
(美化部長)



鶴岡日和さん
(美化部長)



澤田晃宏さん
(副会長)



東窪幸一さん
(会長)



河野健人さん
(会計)

ヨーガ教室！



7月17日(水)15時15分～16時15分まで4階ホールにて約4年ぶりとなるヨーガ教室を開催しました！！今回は11名の利用者さんが参加してくださり、ホールは朗らかな雰囲気と静かな空気感が流れていました。

はじめに呼吸と心の関係について説明を行い、ポーズをする上での呼吸のポイント「腹式呼吸」を意識して取り組みました！

ヨーガのポーズの中で複式呼吸を繰り返すことで呼吸のリズムが安定していき呼吸が落ち着くことで心の静まりも少し体感できました。

終わった後に利用者さんからは「心が落ち着きました」「疲れがとれました」「楽しかった」「次も楽しみです」などの感想を聞かせていただきました。

日頃、月曜日から金曜日まで日中は作業に励まれている利用者さんにとって、日常から離れた時間や空間の中で心身のリフレッシュができるヨーガの時間は貴重だなと感じました。



情報発信

Instagramはじめました！

2月よりInstagramをはじめました！

作業の様子、行事の様子、日々の何気ない様子を不定期にUPさせていただきます。

予想外に、居室支援の様子にアクセスがたくさんあり、音楽と映像がマッチすることがポイントかな？と最近気づき始めました。

なかなか素人の域を脱しませんが、洛西寮の様子が伝わり、楽しみながら続けられればよいなと思っています。

「Instagram 京都視覚障害者支援センター」で検索してみてください。または⇒

QRコード撮影でどうぞご覧下さい



新しい仲間たち

美鈴治療院の新しいメンバーです



藤居 海 さん

2月から美鈴でお世話になっております藤居海です。
患者さんに満足していただけるように日々精進してまいります。
よろしくお願いします。



小林 柊馬 さん

4月からお世話になっております小林柊馬です。患者さんに愛され信頼される治す気持ちでは誰にも負けない施術者目指して頑張ります。よろしくお願いします。



森口 強 さん

昭和生まれの京都育ち、二十歳代以降関東で長く暮らしていました。7年前京都で資格を取り、昨年まで高齢者施設でマッサージと機能訓練をしていました。これから宜しくお願いいたします。

新人職員の紹介



佐藤 久美子 (洛西寮 生活支援員)

4月から洛西寮で働かせていただいています。
生活支援員として働くのは初めての事なので利用者さんとの関わりの中で色々なことを学んでいきたいです。宜しくお願いいたします。

ご寄附・ご寄贈 ※1月～7月 (五十音順・敬称略)

以下の方々より、ご寄附ご寄贈を頂戴いたしました。
ありがとうございました。

【ご寄附 (合計 339,600 円)】

大芝幸雄 川戸松子 河野泰治 坂本正伸 鈴木綾
友永満子

【ご寄贈 (5 件)】

秋田俊子 片山千恵子 河野泰治 鈴木綾 平井多津子

月編集後記

昨年は推しの球団が日本一になり歓喜に酔いしれ、今年は推しのサッカーチームが優勝争いを繰り広げており週末の度に一喜一憂しています。残り半年まだまだ先は長いですが、今年も熱い1年になりそうです。(K)

〇 〇 〇 〇
洛西寮まつり
10月19日(土)
14:00~17:00
『こども縁日』
♪もちろん大人も楽しんでね♪