高知県盲ろう者友の会通信
～やさしさは手から手へ～

2022年9月1日

高知県盲ろう者友の会
会長　松澤　稀弓

2022年度　第1回 現任研修を開催しました

6月12日(日)午前10時から今年度第1回目の現任研修を開催しました。
東京盲ろう者友の会にお勤めの脇水彩さんを講師にお招きし、「盲ろう者が自己決定するための通訳・介助技術について」お話していただきました。
参加者は、31名(うち盲ろう者1名、ろう者3名)でした。

脇水さんは、交流会や学習会を運営する社会参加促進事業の担当をされていたり、通訳・介助者の派遣コーディネーター、養成講習会、現任研修会の講師、また、盲ろう者へのコミュニケーション訓練や聞こえない通訳者を対象にした手話での通訳のしかたの講師も担当されるなど、オールマイティーなご活躍をされている方です。

意思と判断

さて、今研修会のテーマである「自己決定」って なんでしょう？
それは・・・、自分の意思と判断によって選択し、決めることです。
私たちが、喫茶店でコーヒーを注文できる(自己決定)のは、メニューを見る(状況理解と情報取得)ことができるからです。

コミュニケーション

では、盲ろう者が自己決定するためには何が必要でしょうか？
それは、情報を取得するための「コミュニケーション支援」です。
人は育った環境や過ごしてきた人間関係に大きな影響を受けます。
信頼関係を築くことが難しいケースもあります。 支援がうまくいかないときは、盲ろう者の背景を見つめ直すことも大切だと教えていただきました。

通訳・介助者は・・・ 盲ろう者の目と耳の代わりです。 色々な手段を使って通訳しながらコミュニケーションを支援し、外出時の移動の介助をします。

しかし、ときに「良かれ」と思って、している支援が、盲ろう者の「自己決定」する機会を奪い、盲ろう当事者を傷つけてしまうこともあります。

自己決定するためには・・・

「状況説明」が必要不可欠!!です。 会話の内容だけではなく、言葉以外の情報も伝えなければなりません。当事者と通訳・介助者が、お互いのことを知り、信頼関係を築けた先に、コミュニケーション支援ができる状況があります。

何度話してもわかってもらえないとき、相手が納得できる説明を、こちらがしていないこともあります。

たとえば、手話で「このお店にはコーヒーしかない」と説明するとき、文章通りに説明すると [この/ お店/ コーヒー/ だけ/ ない] と、なります。

これでは、このお店には、コーヒーだけがなくて、他のものはあると、いう意味にとられてしまいますよね。

[この/ お店/ 飲み物/ コーヒー/ だけ] と、説明できれば、理解しやすいかもしれません。

人は皆、生い立ちや興味や関心も違います。 盲ろう者の方々もそれぞれ盲ろうになった背景も違っていて、言葉のとらえ方や考え方、話し方の癖もみんな違っているのです。 コミュニケーション支援をするためには、まず、お互いの信頼関係を築くこと！ それができれば、スムーズなコミュニケーションがとれるようになり、盲ろう者が自己決定することもできるようになるのです。

移動中の状況説明・・・できるだけ周囲の状況を伝えましょう。 少しの段差、傾斜も伝えます。 また、その時は必要なくても、今後知っておいた方が良さそうな情報は伝えておきましょう。 安全に移動することはもちろんですが、それだけでなく、景色や周囲の状況も伝えられるようにしましょう。

初頭効果・・・ 人は相手を第一印象で認識するという心理効果のことです。

仕事が早くて、丁寧な人がミスをしました。

そんな時、周りの人は「あら、〇〇さん今日は疲れているのかしら？」と、体調でも悪いのかと、心配します。 しかし、仕事が雑で、遅刻が多い人がミスをすると、「もう、〇〇さん、またやったの」と、周りの人たちには、負の感情ばかりが出てしまいます。 脇水さんは「通訳・介助や派遣コーディネーターも人との仕事なので誤解のないようしっかりと接するようにしている」と話されていました。

いくつかの通訳場面実習もやりました！

通訳は間接話法ではなく、直接話法（話者の言葉をそのまま伝える）でする！

メニューやチラシの読み上げ

●どれぐらいの量を聞くのか、心の準備ができるようにする
●大項目から徐々に詳細を読んでいく
●大きさや文字のフォントなどから読み取れる情報も盛り込む
●文字情報だけでなく、写真の情報も伝える
●短時間でわかりやすく、オススメやイチオシなど、ポイントも伝える
●一方的に読み上げるのではなく、コミュニケーションを取りながら
時には通訳・介助者の感想も入れながら、情報を読み上げていく
※淡々と情報のみを希望する人もいるので注意が必要

プレート料理の説明（クロックポジションなど）

●起点を決めて、順番に説明する
●短時間で的確に、わかりやすく
●情報が曖昧な場合は、そのことも話す
●見た目の印象なども、それとなく話す
●付け合せや飾りもきちんと伝える
※避けるかどうかは本人の判断に任せる

会場の説明

●全体をイメージできるように説明する
●席は盲ろう者と相談しながら決める
●盲ろう者の見え方や聞こえ方、通訳手段にも配慮する
●盲ろう者に関係するところから優先的に説明する
●主催者、スタッフに確認するのは盲ろう者本人

脇水さんが心がける盲ろう者支援とは・・・
「同じ人間」という考えの通訳・介助です

これは、心に深く残った言葉でした。
脇水さんは盲ろう当事者から「自分で決めたい」と言われたことがあるそうです。
「障害者だから、支援してあげる」のか
それとも・・・「同じ人間として向き合う」のか？
「自己決定」するためのコミュニケーション支援の大切さを、改めて認識し、
通訳・介助者であるという意識を忘れることなく、支援を続けていく・・・

今後、高知の盲ろう者支援をどのように支えていくのか・・・私たちに考える機会を与えてくださった脇水さん。 心に残る貴重なお話をありがとうございました。

眞鍋法子さん(全盲ろう)のおはなし　～後編～

5月の連休のとき、法子さんからいただいた投稿メールのつづきです。 6月号は、法子さんの生い立ちや、点字を習うまでの苦労されたお話でした。
連載2回目は･･･「幸せな体験をした」というお話です。
それでは、法子さん、よろしくお願いしま～す。

　前回は、私が点字を学んだ時のことをおはなししました。
今回は、6 年前、69 歳の私がはじめて東京へ行ったときのお話です。
　2016年に全国盲ろう者協会から「宿泊型生活訓練」の案内が届きました。興味があり、東京へ行ってみたいという気持ちもあり、応募したいと思いました。しかし、やっぱり姉は東京へ行くのも反対でした。 そのことを、通訳介助者に相談してみると、姉に話をして、説得してくれたんです。 そして、通訳介助者が参加の申し込みもしてくれて、東京まで連れて行ってくれることにもなり、私はとてもうれしく思いました。 参加することが決まってからは、東京に行く日が待ち遠しくて楽しみで、通訳介助者と一緒に持っていくものを買いに行ったりしながら、指折り数えてその日を待ちました。
　2016年10月10日、東京行き当日は、通訳介助者2人と一緒に急行列車に乗って行きました。 宿泊型生活訓練では、色々な学習をしたり、買い物に行ったり、散歩をしたりと、毎日楽しいことばかりでした。
　色々な学習の中に、ブレイルセンスを学ぶ時間がありました。使い方を覚えるのは難しかったのですが、少しずつ使えるようになりました。 使えるようになると、今度は、通訳介助者にメールを送ってみたいと思うようになり、職員さんにお願いしてアドレスを作ってもらい、自分でメールを送ってみました。 返事が来るかなと楽しみに待っていると、通訳介助者から「すごいなぁ！今度一緒に勉強しましょう」という返信がきました。 点字の電話みたいで手紙より便利だなぁと思いながら、メールの送受信のしくみは、どうなっているのだろうと、とても不思議でした。
　宿泊型生活訓練は18日間の日程で、学習のほか、白杖の練習をしたり、買い物に行ったり、色々な場所へ出かけたり、盲ろう者との会話を楽しむこともでき、とても充実した時間を過ごすことができました。
　東京の通訳介助者は、私をどこへでも連れて行ってくれたのですが、その中でも東京スカイツリーに行けたことは、一番の楽しい思い出です。 お客さんで満員になったエレベーターでギューンと上がっていく感じを楽しんできました。

　東京での幸せな時間は、あっという間に過ぎて、帰る日が近づき私は、まだ帰りたくないなぁと少し寂しい気持ちになりました。
宿泊型生活訓練は、とても良い経験で幸せな時間でした。

愛媛の実家に戻ってから、ブレイルセンスを使いたいと思いましたが、東京で教えてもらっただけではわからなかったので、後日、全国盲ろう者協会から二人の職員の方にきていただき指導してもらいました。 愛媛の通訳介助者にもきてもらい手のひら書きで通訳介助を受けながらブレイルセンスの使い方を学びました。

姉には反対されてばかりでしたが、このときは、全国盲ろう者協会の職員さんが姉の説得にも協力してくれて、日常生活用具の「ブレイルセンス」を給付してもらうことができました。

ブレイルセンスでメールを送受信するためには、ルーターという機器が必要になるのですが、購入に3万円ぐらい必要だったので大変でした。
使い方がわかるまで、通訳介助者は私を松山市内へ何度も連れて行ってくれました。

また、時々、東京の全国盲ろう者協会からも女性職員さんが指導にきてくれたので私は、自分のペースに合わせて操作方法を覚えることができました。

ある日のこと、その女性職員さんに思わぬ災難が起きました。
それは、いつものように指導を終えて、夕方、東京へ帰られた後のこと、慌てた様子で「携帯を忘れた」と連絡があったそうなのです。
私は心配になり、自宅の部屋を探し回りましたが、どこにもありません。
通訳介助者は一人で、その日、立ち寄ったお店を探しに行ってくれました。

すると、お店のテーブルの上に携帯がそのまま置いてあったそうです。
その携帯は、翌日、東京へ送ってもらい、無事に職員さんの元へ届いたという知らせを受け、本当に安心しました。 携帯がなくなっていたらどうしようと、心配でたまらなかったできごとですが、今はただ、懐かしい思い出です。

点字入力できる便利な機器のブレイルセンスですが、機械なので壊れることもあります。 私のブレイルセンスも少し前に壊れてしまって、修理をしてもらいました。
今は、ちゃんと使えています。 メールを打ちながら、時々、思うことは・・・
私を心配する姉の反対を押し切り、あのとき、勇気を持って東京へ行ったからこそ今の私があるんだなぁと、しみじみ感じます。 これからも、色んな人とメールでのやりとりを楽しみたいと思います。

静幸苑に入所して4年。 そのうちの2年間は、コロナウイルスの感染拡大で、思うように外出もできず、不自由な生活ですが、施設で皆さんと仲良く暮らしています。

感染者数が落ち着き、またみなさんとお会いして、楽しくおしゃべりできる日が一日でも早く来ることを心から願い続けています。　　眞鍋　法子

6月号と9月号に連載してお届けした眞鍋法子さんのおはなし。いかがでしたか？
法子さんは、6月号の通信を愛媛のご家族や支援してもらった多くの方々にも見てもらったそうです。
大好きな甥っ子さんにも見てもらえたとすごく喜んでおられました。
この通信を通して、高知で元気な「笑顔の法子さん」をお伝えできていたらうれしく思います。
法子さん、貴重なおはなし本当にありがとうございました m(_)m

～コミュニケーション学習会開催～

6月は先生に踊りを教えてもらい、「よさこい」をみんなで踊りました。 この鳴子は寄付でいただいたものです。「with コロナ応援プロジェクト」っていう素敵なネーミング企画の鳴子プレゼント！ コロナ禍にみんなを笑顔にしてくださった「鳴子工房 こだかさ」様 ありがとうございました(^〇^)

鳴子工房こだかさブログ

「鳴子工房 こだかさ」様のブログでも紹介してくださっています。
お時間のある時に是非！ https://www.narukokobo.jp/blog/blog/6887.html

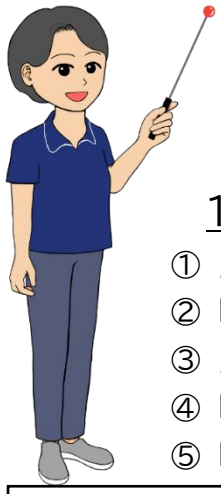
この集合写真、後列、左から3番目には、1ページでご紹介した現任研修会の講師を務めてくださった脇水さんのお姿も(^-^) 研修会のあと、手話学習会とよさこい踊りの練習にも参加してくださったんですよ。 さらに、前列の右端は、踊りを教えて下さった先生(Tさんの娘さん)です。 可愛い子どもたちは、元気いっぱい走り回り、楽しそうな笑い声に、コロナ禍であることを忘れていた楽しいひとときでした。

※9月、10月は養成研修期間中のため、ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ学習会はお休みです
また11月予定のｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ学習会も、秋の交流会と日程が近いため
お休みします。 秋の交流会は詳細が決まり次第、お知らせします。

諸説あり

毎号 健康ネタをお届け

広報部　徳久和恵



今回は「応急処置」です

もし、倒れた人に遭遇したら、できるだけ早く蘇生処置を行うかどうかで命が救われる率が高くなります。

1. では、何をすればよいのでしょうか・・・

① 周囲の安全確認（状況によっては、移動、交通整理が必要）
② 呼びかけて意識があるか確かめる。 身体を揺すったりしない
③ 反応がなければ助けを呼び、119 番通報、AED 準備
④ 呼吸をしていれば、衣服をゆるめ、楽にさせて救急車を待つ
⑤ 呼吸がなければ、すぐに心臓マッサージ（胸骨圧迫）開始。AED 装着（器材の指示通り）

心臓マッサージの方法

●倒れている人の横で立て膝になり、両手を重ねて胸の中央、胸骨の下半分の位置に置く
●肘を伸ばして垂直に力を加える。 胸が5㎝位沈むのを目安に強く
●1分間に 100～120 回のスピードで続ける。 AED による電気ショックの間だけ離れる

★人工呼吸を加える場合
●顎を上に引き上げ、気道を広げ、鼻をつまむ
●心臓マッサージを 30 回後、口から2回息を吹き込むペース

★人工呼吸が無理な場合
●心臓マッサージだけを交代しながら続けて救急車を待つ

2. 溺れた人を見つけたら

① 自分から水に入らず助けを呼ぶ。 見失わないように位置を見ておく。
② 本人には、慌てず落ち着いて脱力し、上向きに浮かぶよう声をかける
※川の場合、頭を川上に向ける
③ 浮き袋代わりの物を流れに合わせて投げる。 クーラーボックス、発砲スチロール箱、水を少し入れたペットボトル、灯油缶、ベルトやズボン等をつないでロープ代わりになる物等
※助けあげても無理に水を吐かさず身体を横向けにする。
状況によって蘇生処置（AEDは身体を拭いてから装着）

3. すり傷、切り傷の時

① 傷口を水道水等で洗い流す（砂等が残ると化膿の原因になる）
② 傷口をハンカチやガーゼで押え止血する。
力を入れすぎず、30 分位をめどに軽く押さえ続ける。（傷口を開けて見ようとしない）
③ 傷口を防水フィルムや、湿潤用絆創膏等で覆う
④ 患部を心臓より高くし安静にする。 ハンカチやガーゼの上から冷やす

注意
⋆ 輪ゴム等で強く圧迫しない
⋆ 消毒は、治そうとする活動に悪影響
⋆ 乾燥は治す為の浸出液が出るのを邪魔する
⋆ 30分以上たってもダラダラ出血する、骨が見える等の時は病院へ

4. 鼻血が出たら・・・

① 血液を飲み込まないように座る
鼻をつまんで圧迫する、冷やす。

注意
⋆ 顔を上に向ける。鼻をかむ。 頭の後ろをたたく等の行為はダメ！
⋆ 30分以上、止まる様子がない、度々鼻血が出る等の場合は病院へ

お詫びと訂正

前号（6月号）に掲載した「蛋白質」を説明する文章の中に漢字の誤りがありました。
4ページ16行目に蛋白質を食事で接種しましょうとありますが、正しくは「摂取」です。
ご迷惑をおかけし、本当に申し訳ありませんでした。 お詫びして訂正いたします。

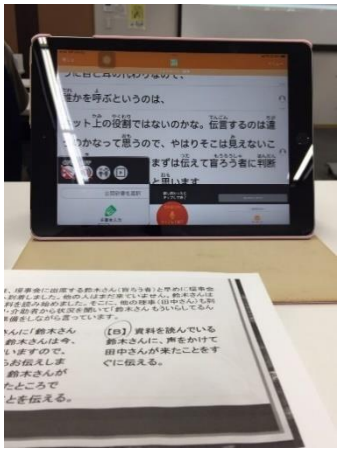
編集後記

今年こそ！ 西部交流会を開催できる！と、企画部が準備を進めていましたが、コロナ感染者数の増加により中止となってしまいました。 ワクチンを打っても、感染対策をしていても、見えないウイルスから逃れることはできないんですね。 楽しみにしていた西部交流会…本当に残念でした。

6月のコミュニケーション学習会は、子どもたちの参加もあり、賑やかに開催されました。
コロナの感染拡大も心配されますが、開催時には、是非、お気軽にご参加くださいませ。

さて、今号の現任研修で、「UD トーク」というアプリの使い方を O さんに教わりました。
このアプリは、話し言葉を文字に変換してくれるアプリですが、文字を音声にして相手に伝えることもできる優れたアプリです。 聴覚障害者のために開発されたものだと思いがちですが、実はこれ聞こえる人が聞こえない人とコミュニケーションできるよう支援するアプリでもあると思うのです。

これなら、マスク生活で聞こえづらい公共施設の窓口や飲食店でも、
気軽にいろんな人とコミュニケーションできますね！
ユニバーサルデザインは、みんなに便利なものばかりです！
スマホやタブレットにアプリをインストールするだけで使えます。
是非！使ってみてください。 大阪弁変換とか楽しいですよ（^〇^）



友の会や通信に関するご意見、ご感想など、下記アドレス、または
事務局までお寄せください。おまちしております m(_)m

編集担当 渡辺 美香 watanabe_m_638@ymail.ne.jp