

地域活動支援センターだより

毎月の活動プログラムは、
ホームページをご覧ください。

今年度から NPO 事業拡大のため、ベテランの女性職員が新事業所に異動し、新しい二人の職員が PC の指導や、就労支援に頑張っています。

昨年度から始まった川柳や英会話教室は好評につき続きます。新しい取り組みを紹介します。

① 感覚機能訓練

説明を聞きながら一枚の折り紙を折ったり開いたり、指先の感覚で折り進めます。

② 視覚障がい者の為の体操

転倒防止や怪我をしないようにストレッチやロコモ、有酸素運動等、椅子を使った運動です。



感覚機能訓練で出来上がった折り紙です。完成した喜びもあり、皆さん楽しみながら取り組んでいらっしゃいます。

ひかりの森 利用者の声

声



「私のスタイル」 利用者 尾川一男さん

72歳になります。年齢的には高齢者と呼ばれる立場ですネ。でも余生と思ったことはありません。それはやりたいことが沢山あるからです。

趣味は一つより、同時平行していくつもやることをおすすめします。熱中するのもよいですが、できなくなったり飽きてしまうと無趣味になりますから。

現在リードしているのはバンド活動です。パラレルナイン(※1頁に紹介記事)という視覚障がい者のグループですが、個性が合わさっていい感じを出しています。だからといってそれにすべてをかけていないのが私のスタイルです。

自宅で家庭菜園とパソコン、ピアノ、外ではバンド、オカリナ、そして点字学習者のためのアシストと楽しいことばかりです。

「私の居場所」 ペンネーム:闇王

私の患っている目の病気は、糖尿病網膜症と緑内障です。18年前に診断され2年程前から緑内障が急速に悪化。著しい視力の低下により仕事が続けられなくなり、昨年春退職。仕事だけではなく、日常生活でも病は私からたくさんの物を奪っていきました。暗い闇を彷徨う中、出会ったのが”ひかりの森”でした。ここ”ひかりの森”では、様々な訓練が各々のレベルに合わせて行えます。私は、歩行訓練と音声パソコンを練習し始めました。奪われたものを取り戻す。闇の向こうに微かな明かりが見えてきました。

頂上の景色を見る前に強引に下山させられた人生ですが、下りだして見える景色もあります。点字にもチャレンジしてみようと思います。人とは違った方法ですが同じように生きて行く。

私にとってのそれが、この場所なのでしょう。私の居場所…”ひかりの森”

「アクティブだね」 利用者:西村香織さん

ある日、娘が道でばったりお会いした内科のお医者様から「お母さんはこの頃ちっとも外に出ていないんじゃない？サポートしてくれる所があるはずよ」と言われました。

その言葉がきっかけで、手帳交付後3年目でひかりの森と繋がりました。

それまで私は視覚障害者に対するリハビリやケアを受けられる施設の存在を知りませんでした。見えなくなることで楽しみなどなくなるのだと思い込んでいました。

適切な白杖を手に入れることができ、歩くためのすばらしい道具として技術指導いただいています。情報も得られるようになりました。今は音声パソコンを勉強したいと思っています。

内科のお医者様に「アクティブだね」と言われるほど気持ちが前向きになっています。

