



# ひとみ つうしん



視覚支援センター

(山形県立山形盲学校内)

令和4年5月発行 第1号

ポカポカ陽気に誘われて、一步外に出ると鳥のさえずりが聞こえ、虫たちもたくさん見られるようになりました。コロナ禍でなかなか遠出はできませんが、近所を散歩して様々な発見をしたり、公園で思い切り体を動かして遊んだりするのもよいですね。

さて、今年度もひとみくらぶ（視覚に障がいのある乳幼児の保護者の集い）を、6月22日と11月2日に開催します。今年度は午後の時間に設定しました。

第1回目は、見えにくいお子さんをもつ先輩お母さんから就学までの取り組みについてお話をお聞きします。就学までの思い、どのような準備や働き掛けを行ったかなど、同じ保護者の立場からお話していただきます。みなさんが知りたい内容を聞くことができる良い機会です。お父さん、お母さんだけの参加も大歓迎です。是非ご参加ください。

## 令和4年度 第1回 ひとみくらぶ

— 視覚に障がいのある乳幼児の保護者の集い —

- 1 日時 令和4年 6月 22日 (水) 14:30~15:30
- 2 場所 山形県立山形盲学校
- 3 日程と内容 ※十分な換気やアルコール消毒等コロナ対策を徹底して行います

14:30 <集合> はじめのかい (幼稚部教室)

14:35 <ひとみくらぶ> (相談室3)

(1) 研修会 (講話・質疑応答)

「先輩保護者に学ぶ～就学にあたっての取り組み～」

講師：アイアイ教室卒業児保護者



中3、小6、小2の3人のお子さんをもつ先輩お母さん。一番下のお子さんは、0歳から本校の教育相談を受け、昨年度より地元小学校弱視学級へ通っています。様々なネットワークで人とつながりながら、積極的に情報を収集し、発信しておられます。

15:10 (2) 座談会

お子さんの普段の様子や、「こんなときどうしてる？」等々、子育ての悩みをざっくばらんにお話ししましょう♪

★研修会の間、お子さんは合同でビジョントレーニングを行います。

15:30 <終了・解散>



「ひとみくらぶ」についてのお問い合わせは…

視覚支援センター (山形盲学校内)

TEL: 023-672-4116

FAX: 023-672-4117

担当: 中村 恒子 (なかむら つねこ)、鈴木 彩 (すずき あや)

◆ 出欠について、6/8 (水) までに ご連絡ください。 ◆

参加の際はマスクの着用をお願いします



## ビジョントレーニングはどうして必要なの？



眼科で見る力が弱いと言われたり、眼鏡で矯正したりしているお子さんに、私たちは「ビジョントレーニング」をおすすめしています。ビジョントレーニングとは、「見る力」を高めるためのトレーニングです。

お子さんは普段の家庭や幼稚園・保育園などでの生活では特に困っている様子も見られないのに、なぜトレーニングが必要なのだろうと思ってはいませんか。

ここでは、「見る力」についての基本的なことをお伝えすることで、改めて「ビジョントレーニング」の有効性についての理解を深めていただければと思います。

### ビジョントレーニングのポイントは？

人は脳からの情報をもとに手や足を動かしています。外からの情報の多くは視覚を通して脳へ伝えられています。いかにたくさんの情報をキャッチして、それを脳に伝達して、体の動きにつなげていくかがビジョントレーニングで見る力を高めていくためのポイントです。ビジョントレーニングは眼から入る情報の入力回路を増やすトレーニングといえます。

### 見る力（視覚機能）とは？

見る仕組みは、眼球―視神経―大脳視覚中枢で構成されています。眼球から入った刺激が、視神経を通して、大脳の視覚中枢へ伝わります。脳に情報が伝わって形などを認識したり、脳が手などの体の動きへ情報を伝えたりすることまでを含めて「見る」ことなのです。

視覚機能には、視力、視野、色覚、暗順応、眼球運動、調節、両眼視などがあります。

### 視力を矯正しているのだから大丈夫では？

お子さんの中には、「視力はよいのだけれど、見る力が弱い」といわれることがあります。目の様々な機能をみてみましょう。ここでは、キャッチャーの目の動きを例にあげてみます。



- ・ピッチャーが投げたボールが向かって来るのを見る「動体視力」
- ・ボールをキャッチしてから、1塁に投げるときに、瞬時に1塁にピントを合わせる「焦点合わせ」
- ・1塁にボールを投げようとしながら、同時に3塁の走者の動きを感じる「周辺視野」

などの視覚の働きが総動員されているのです。



私たちの眼は、単にものをはっきり見るだけでなく、見ようとするものを広い範囲の視野の中から素早く見つけて、奥行や立体感のある映像としてとらえながら、さらに見たものが何であるのかを脳で理解したり、体で反応したりするのです。

見て判断する、見続けて活動することは、日常生活の様々な動作、仲間との遊び、集団の活動、読み書きなどの学習や全身を使う運動、手先を動かして物を作る活動など多くの場面で欠かせないものなのです。

《参考文献》 「視覚障害乳幼児の子育てハンドブック

～視力や見る力の弱い子ども達に共通する大切な取り組み～

(著者：杉山 理恵子・森 栄子 元千葉県立千葉盲学校教諭)