

弱視学級

サポートだより



No.3 2022.12

発行

視覚支援センター

(山形盲学校 内)

TEL. 023-672-4116

文責：伊藤、小野、岡崎

今回は、「私の見え方紹介カード(リンク・QRコードは裏面に貼ってあります)」を参考に、自己紹介と履歴書の書き方についてご紹介したいと思います。

小学生の自己紹介例

〇〇〇〇です。サッカーが好きです。ドッジボールはちょっと苦手です。最近ではYouTubeにはまっています。

私は目が見えにくいので、めがねをかけても視力が変わらないので、めがねはつけていません。遠くを見るために単眼鏡を使っています(みんなに見せる)。近づくと小さい文字も読めるので、献立表や辞書は顔を近づけて読みます。鉛筆や消しゴムを落とすと自分で探すのは大変なので、拾ってくれたらうれしいです。



弱視児は見えにくいために自信がもてず、学習面や友人関係に不安を感じていることも多いです。自己肯定感を育む支援が必要であると同時に、周囲の理解が不可欠です。自己紹介はその両面に働きかける機会になります。本人の好きなことや得意なことに目を向けつつ、自分の見え方を伝える力や支援を依頼する力をつけることが必要です。病名や視力を伝えるよりも具体的な場面を伝える方が、本人も周囲も分かりやすいです。

本人の自己紹介に加えて、障がい理解を目的とした授業や説明を行うことも効果があります。盲学校等の専門機関と連携し、補助具や見えにくさの体験授業を行ったり、保護者会などで説明を行ったりして、周囲の理解を図っていくことが大切です。

中・高校生の自己紹介の例

私の名前は、〇〇〇〇です。趣味は～。

最後に、皆さんに伝えたいことがあります。私は、見えにくさを感じています。例えば、誰かとすれ違ったとき、顔がはっきり見えず、気が付かないことがあります。もし私を見かけたら、「元気?△△△△だよ。」と声を掛けてください。また、「ここ、それ、あそこ」などと指さして説明されると分からないので、「2つ目の角を右」などと具体的に教えてもらえるとうれしいです。それから、(黒板に近い席だと・カーテンを閉めて直射日光をさえぎると・望遠レンズを使うと等)、黒板の字が見えやすいので、ご協力をお願いします。

どうぞよろしくお願いいたします。

中・高校生は、目が見えにくいことを隠して生活したい年頃かと思います。友達や先生に配慮してもらうことが恥ずかしかったり、迷惑を掛けるのが嫌だったりするかもしれません。しかし、このような自己紹介をしてみることで、自分の障がいを再確認し、友達や先生に障がいを知ってもらい、配慮してもらうことで、自分が生活しやすくなるという実体験をしてほしいと思います。



理療科・専攻科 履歴書作成の例

- ・自分の経歴(中学校、高校、大学)の入学、卒業年月日を知る。
- ・フォーマットをダウンロード、障がいの詳細についての項目を確認する。
- ・空白部分につくらない。特になし、または、なしとする。
- ・就職希望先に持参する場合は、提出日を、郵送の場合は郵送する日付を書く。
- ・障害者手帳取得年、種類、等級、内容、現状と詳細、通院状況を書く。
- ・勉強している資格や就労移行支援などの通所体験は「訓練歴」として書く。



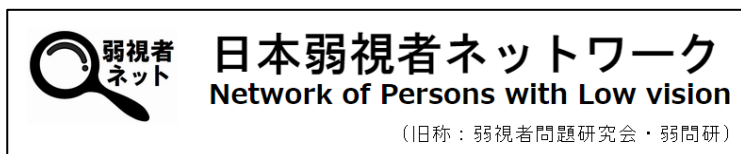
履歴書の配慮事項の内容を書くことが、自分の生き方に向き合うよい機会となります。

就職をする際に必要となる履歴書について、自分のアピールポイントや自分がどのような生活をしているのか、配慮点も含めて作成の基本的なルールを知ることが大切です。点字使用者の場合もパソコンを使用し、自分でテンプレートを作成して活用することもできます。実際に調べたり作成したりして進路先、就職先に応募方法を確認し、記入してはいいかがでしょうか。

今回参考にした「私の見え方紹介カード」は日本弱視者ネットワークのホームページから、全文無料でダウンロードできます。このホームページでは他にも、就労している弱視者の座談会や弱視者の生活についてなど、弱視者向けの情報が多く載せられています。

<参考>

日本弱視者ネットワーク <https://jakushisha.net/index.html>



QRコード

