

三輪 まり枝（北里大学医療衛生学部 客員准教授）

【自己紹介】



私は今年（2022年）の4月から、JRPS 電話相談員をさせていただくことになりました三輪まり枝と申します。最初に自己紹介をさせていただきます。

私は今年の3月末まで、埼玉県所沢市にある国立障害者リハビリテーションセンター病院（国リハ）で視能訓練士として、視覚障害の方に対するロービジョンケアに携わって参りました。私自身、大学で社会福祉を専攻し、視覚に障害のある方に対して専門的なリハビリテーションを提供できるようになりたいと考えて、視能訓練士の国家資格を取得した後、昭和60年に国リハの眼科の見えにくい方にサービスを行う「ロービジョンクリニック」に視能訓練士として採用されてから約37年間、眼科診療に関わる視機能検査（視力検査・視野検査など）や、視覚障害のあるお子さんや成人の方に対する補助具選定・訓練などを担当していました。

この3月で定年退職を迎え、現在は、北里大学医療衛生学部の客員准教授として視能訓練士の後輩育成、大学病院および開業医でのロービジョン外来のサポートをしています。また、日本ロービジョン学会の理事として視覚障害の方に対するリハビリテーションの向上を目指して活動しています。

【相談員としての抱負】

私は長年勤めた国リハの眼科で、多くの網膜色素変性症の患者さんたちと出会いました。見えにくいことで不安を感じている方や、目を動かさずに見える範囲である「視野」が狭くなることで、外出するときの足元が危なく感じるなどという日常生活が不便になられた方もいらっしゃいましたが、「どんなことで一番困っているか」について詳しく伺ってみると10人いれば10通りの困りごとがありました。同じご病気であっても、視機能の状態、その方の生活スタイルや趣味、やりたいことは異なりますので当然です。その患者さんたちに対して私が視能訓練士として心がけていたことは、患者さんのお気持ちや困りごとを「傾聴」し、その困りごとに対してどのような改善策があるかを一緒に考えていくことでした。

私の電話相談員としてのアドバイスですが、見えづらさに対しては、もしかしたら、ご自分の眼の状態にあった眼鏡や、まぶしさに対する遮光眼鏡、文字の読み書きがしやすくなる補助具などを使用することで、少しは見やすくなるかもしれません。また、視野が狭くなることで不自由を感じるようであれば、歩行訓練士などの専門家に相談できる施設などをご紹介しますことができます。たとえ、補助具などの使用により見えにくさが改善しなくても、他の方法で生活しやすくなる場合もあります。

見えにくいことについて一人で悩みを抱えずに、ぜひ電話相談を活用なさってみてください。電話相談でご自身やご家族とお話をしながら、一緒に問題点などを整理しつつ、相談されている方の気持ちに寄り添った対応をさせていただきたいと思っております。

よろしく願いいたします。