



大視協

目が見えない・見えにくい人びとと共に

2024年(令和6年)
5月15日発行

ジャーナル

NO.527
5月号



ひと汗のあと、笑顔の卓球仲間

卓球はいい。多少老いても、目が悪くっても、自分の体調に合わせて楽しめるし、適度の運動ができるし、言うことなし。左から平田(ひらた)さん、雨田(あめだ)さん、寺田(てらだ)部長、米澤(よねざわ)さん、渡慶次(とけし)さん、谷澤(たにざわ)さん、森(もり)さん。4月19日(金)、長居障がい者スポーツセンターで。見学等のご希望は、大視協事務局へお問い合わせください。

5月号の目次

時 報		カレンダー	
共同募金、ご寄付のお礼	2	5月・6月・7月の事業予定	5
大阪市選挙管理委員会からのお知らせ	2	お知らせ	
事業案内		網膜色素変性症・医療講演会	6
【相談室】電話相談・対面相談	3	「大阪市くらしの便利帳」点字版・音声版	6
【文化教室】料理講習会	3	防 災	
아이폰講習会	3	備えよう、災害に	6
ヨガ/点字講習会	4	編集ノート	
【スポーツ】卓球大会	5		8

この機関紙の発行費用の一部には、「NHK歳末たすけあい」からの助成金が充てられています。



ご寄付へのお礼

大阪府共同募金は、本会の事業や活動をご理解のうえ、令和6年度においても本会への配分(寄付)を決定してくださいました。大阪市の視覚障害者や関係者に対する本会の事業案内や関連する情報の提供を目的とするこの『大視協ジャーナル』も、大阪府共同募金の寄付金で活字版・点字版・デイジー版・メール版で発行させていただいております。

寄付等で募金にご協力くださった皆様をはじめ、大阪府共同募金会に厚くお礼申し上げます。誠にありがとうございます。

大阪市選挙管理委員会 からのお知らせ

候補者等の情報を提供するために作成している「選挙のお知らせ」について、お知らせします。

「点字版」、「音声シーディー(CD)版」の2種類がありますので、まだお申し込みをされていない方は、ぜひご利用ください。また、すでにお申し込みをされている方も、送付される種類の変更ができます。なお、「音声テープ版」は、複製機器の老朽化等により、廃止が見込まれていますので、現在、音声テープ版をご利用されている方で、今後の選挙において、

点字版や音声シーディー(CD)版への切り替えを希望される場合は、電話またはファックスにより、お住まいの区選挙管理委員会または大阪市選挙管理委員会(電話06-6208-8511)へご連絡ください。



本会が実施する事業は、原則、会員および大阪市在住在勤の視覚に障害がある方が参加できます。定員のある行事が多く、希望者多数の場合は抽選となります。参加費は、必ず開催日1週間前までに本会事務局へ納入してください。キャンセルは、開催日1週間(5営業日)前までにご連絡をお願いいたします。それ以後の場合は、返金できかねますのでご了承ください。

抽選の結果については、当選者にメールまたは電話でお知らせします。

申し込み・問い合わせは、電話、またはメールでお願いします。

大視協事務局

電話 06-6765-5600

メール koueki@daishikyo.org

メールでのお申し込みの際は、事業開催日、事業名、所属区、市町村名、氏名、ガイドヘルパーの有無、電話番号をご入力ください。事務局から問い合わせることがありますので、受信できるようにしておいてください。

なお、大視協では、念のために引き続きマスク着用をお願いしています。ご協力をお願いいたします。

相談室

電話相談・対面相談

毎週水曜日の14時から16時の間、電話による相談を受け付けております。電話だけでなく、相談室へおいでいただき直接お話を伺いすることもできます。会員でなくても相談室をご利用いただけます。

相談室は、大阪市立社会福祉センター2階の大視協事務局内です。男性と女性の相談員がお困りごとについて一緒に考えさせていただきます。一人で悩まずに、どうぞお気軽にお電話ください。または、お越しください。

相談専用の電話および事務局の電話番号を記します。

相談窓口

電話 080-1520-1232

大視協事務局

電話 06-6765-5600

文化 教室

料理講習会

ダイガス(Daigas)グループ小さな灯運動・大阪ガスクッキングスクールのご協力で料理講習会を開催します。

今回のテーマは「スパイスから作る本格カレー」。初めての方、男性も大歓迎です。

日時 6月11日(火)

10時45分から13時30分

受付 10時15分

会場 ハグミュージアム

大阪市西区千代崎3丁目

京セラドーム大阪横

交通 次の大阪メトロ各線：長堀鶴見緑地線 ドーム前千代崎駅1番出口から3分、中央線 九条駅から10分、千日前線 桜川駅から10分、または、JR大阪環状線 大正駅から7分

定員 36名(付き添い含む)

マスク着用にご協力ください

参加費 大視協会員 1千円

非会員 1千500円

それぞれ付き添いも同額

持ち物 ハンドタオル、マスク、

エプロン、三角巾

メニュー

シーフードのインド風カレー

塩ヨーグルトのやわらかグリルチキン

もっちりバターナン

ターメリックライス

マンゴープリン ヨーグルトソース

申し込み 5月16日(木)から23日(木)

아이폰 (iPhone) 講習会

最近では、視覚障害のある方もユーチューブ(YouTube)やエスエヌエス(SNS)に動画投稿していますね。特別なアプリを使ったパソコンで編集作業となると、かなりハードル高めですが、 아이폰を使えば、動画編集も手軽です。

6月の講習会は、動画編集がテーマです。

日時 6月30日(日)

会場 北区民センター2階 第5会議室

交通

大阪メトロ堺筋線 扇町駅2号B出口北へ3分、JR大阪環状線 天満駅西へ3分 大阪市北区役所の隣

講師 竹田幸代(たけだ ゆきよ)氏

参加費 無料

第5回 動画編集でビデオレターを作ろう

対象 アイフォン操作に慣れた方

内容

基本的な動画の編集で不要な部分をカット、ビジーエム(BGM)の挿入でスッキリわくわくのビデオレターを作ってみましょう。ライン(LINE)などでご家族や友人に送信できます。

時間 10時から11時30分

定員 3名

持ち物 アイフォン、イヤホンマイク
可能であれば、動画をご準備ください。

第6回 複数の動画や写真をつないで

1つの動画に仕上げよう

対象 アイフォン操作に慣れた方

内容

お花見の撮影動画や写真など、複数の画像をつなげてビジーエムを挿入すれば花だよりに。ユーチューブ投稿もできそう！自作ムービーを作ってみましょう！

時間 13時30分から15時

定員 3名

持ち物 アイフォン、イヤホンマイク
可能であれば、動画をご準備ください。

申し込み 5月15日(水)から31日(金)

第5回・第6回は、個別にお申し込みください。

ヨ ガ

椅子に座って行なうヨガです。様々な

ポーズや呼吸法や、笑いもあり、硬くなった体と心をほぐします。初めての方も大歓迎です。

日時 7月1日(月)

10時10分から11時30分

受付 9時30分

会場 長居障がい者スポーツセンター
第1・2会議室

講師 チャレンジ・ド・ヨガ関西より
お招きしています。

定員 50名

参加費 無料

申し込み

5月16日(木)から6月13日(木)

電話申し込みでご参加確定です。

点字講習会

視覚に障害のある方で点字を学びたい方を対象の講習会です。近年、点字離れの傾向にありますが、点字は素晴らしいです。点字を学び、生活のクオリティを向上させてください。

日程 7月8日(月)から毎月1回

全9回(原則第2月曜日)

時間 13時15分から15時15分

受付 13時

会場 市立社会福祉センター 会議室

講師 山田菜深子(やまだ なみこ)氏
全盲・点字技能士

定員 10名

参加費 無料(点字用紙代は各自負担)

持ち物 点字器(点字板・点筆)

お持ちでない方は、点字用紙とともに
ご購入いただきます。

申し込み

5月24日(金)から6月6日(木)



大阪市視覚障がい者卓球大会

第51回大阪市視覚障がい者卓球大会 兼 第61回近畿視覚障害者卓球大会予選会を下記の通り実施します。今回より、午前中からの開催となりましたので、ご注意ください。

日 程 7月14日(日)

会 場 長居障がい者スポーツセンター
体育室

進 行 10時 受付

10時30分 開会式

15時30分 成績発表・表彰式

16時 閉会式

種 目

1. エスティティ(STT)1部

アイマスクまたはアイシェード着用

2. エスティティ(STT)2部

定 員 45名

参加費 無料

持ち物

上履、ラケット、ゼッケン(氏名記載で背中に貼ってください)、お弁当、エスティティ1部の方はアイマスクまたはアイシェード

申し込み 5月16日(木)から6月14日(金)

申し込みの際に、区名・氏名・性別・種目(1部または2部)・連絡先をお知らせください。

当日緊急連絡先 担当：西

電話 080-7159-0252



5月・6月 7月の 事業予定

5月

17日(金) 「料理講演会」

[長居障がい者スポーツセンター]

26日(日) 第61回近畿ブロックグランド
ソフトボール大会 [和歌山県]

6月

3日(月) ヨガ③

[長居障がい者スポーツセンター]

7日(金) フォークライブ

「今も輝く昭和」

[長居障がい者スポーツセンター]

11日(火) 料理教室①

[大阪ガスクッキングスクール
ハグミュージアム]

16日(日) ルーブル彫刻美術と榊原温泉

[三重県津市]

23日(日) 第68回定時社員総会

[天王寺区民センター]

30日(日) アイフォン講習会⑤⑥

[北区民センター]

7月

1日(月) ヨガ④

[長居障がい者スポーツセンター]

8日(月) 点字講習会①

[市立社会福祉センター]

14日(日) 第51回大阪市視覚障がい者卓球
大会 兼 第61回近畿視覚障害者
卓球大会予選会

[長居障がい者スポーツセンター]

26日(金) 生活に役立つ講演会

[市立社会福祉センター]



28日(日) アイフォン講習会⑦⑧
[住まい情報センター]



網膜色素変性症・医療講演会
この目に確かな治療法を！
網膜色素変性症の最先端研究

下記の要領で医療講演会を開催します。

日時 6月2日(日)

13時から15時30分

受付 12時20分

会場 天王寺区民センター1階ホール

交通 大阪メトロ谷町線 四天王寺前
夕陽ヶ丘駅 2番出口から2分

参加協力金 無料

申し込み 不要

プログラム

主題「この目に確かな治療法を！

網膜色素変性症の最先端研究と
キューオーエル(QOL)向上」

1. 光遺伝学

演題「キメラロドプシンを用いた

視覚再生への取り組み」

講師 栗原俊英(くりはら としひで)先生

慶應義塾大学医学部 眼科学教室

准教授

2. QOL(生活の質)向上関連

演題「エムワン(M-1)はじめました

(仮題)」

講師 谷良一(たに りょういち)氏

作家(元吉本興業ホールディングス

取締役)

主催 大阪府網膜色素変性症協会
(ジェーアールピーエス・JRPS大阪)

問い合わせ

電話 090-7343-8980

**「大阪市くらしの便利帳」
の点字版・音声版について**

くらしに役立つ情報をまとめた生活ガイドブック「大阪市くらしの便利帳(令和5・6年度保存版)」は、点字版・音声版でも作製されており、希望すれば送ってもらうことができます。点字版は数に限りがあるとのことですが、まずは電話またはファックスにて、以下へお問い合わせください。

大阪市政策企画室市民情報部 広報担当

電話 06-6208-7251

ファックス 06-6227-9090



「備えよう、災害に」

災害には、水害・台風・地震・津波・雪害など、さまざまな種類があります。最近では特に地震が頻発していますので、どうしても気になります。地震は予知が難しく、昼夜問わず突然に見舞われる災害です。スリッパや防災グッズが入ったバッグをベッドの横に置くなど、常に備えが重要です。

生き延びよう、72時間！

3月23日に開催された「大視協 防災セ

ミナー」では、発災後72時間を生き延びるために必要な防災グッズについて、みんなで考えました。避難所での生活や復旧に必要な物品等や諸々の備蓄に関しては、行政や支援してくださる皆さんにお願いして、私たちはとにかく72時間を生き延びることに専念するという考え方で、携帯や笛や大声で助けを求め、近所の方や支援してくださる方々に私たちの所在を知らせることがとても大事です。そのことが、救助・支援してくださる皆さんと共に救助・支援活動を行うことになると考えます。

救助されるまで生き延びるために、何が最も必要か。常に考え、有事の際に対処するイメージを作ることがとても大事です。イメージを経験していると、有事の際の初動が全く違うと考えられます。

必要なグッズとしては、簡易トイレや充電器などに焦点を当ててみました。水が無くても、外でも利用できる緊急用のトイレは必要です。また、携帯が電池切れで使えないなんてことがないように軽い充電器を参加者に配付しました。後日、有効性を確認し合い、場合によっては会員に配付することも検討したいと考えております。

前回のセミナーで意外だったのは、これらのグッズを購入したいという人が多かったことです。防災グッズの斡旋・販売に関して事業者の協力を得て、会員のご要望に応えることができると希望しております。

以下は、防災セミナーで取り扱ったグッズです。

①段ボールトイレ

段ボールを組み立てて作る簡易トイレ。

②トイレ用消耗品

凝固剤とポリ袋のセット。断水時に自宅の便座にも使用できます。真空パックのトイレットペーパーは、湿気やカビや害虫から保護されており長期保存が可能です。

③備蓄用不織布毛布

薄くても温かく、防災機能もあり、大人用の大きさでもコンパクトなので、かさばりません。

④防災頭巾

耐熱・耐火アルミ素材。あごひも付きで被りやすく、肩まで覆えて落下物の衝撃を和らげます。ヘルメットに代わる安全対策。

⑤モバイルバッテリー

停電時にも携帯電話を充電できます。

⑥手袋型ウェットシート・シャンプー

水を使わず、ウェットシートで拭くように、シャンプーができます。

⑦指サック型歯磨きシート

指に装着し、水無しで口の中を清潔にできます。

⑧災害備蓄用黒糖

かさばらず、軽量。チョコレートでも、いいです。排泄への不安を軽減しながら栄養補給ができます。

⑨軽量リュック

大き過ぎず軽量で、ポケットや反射テープ、はっ水加工付きの丈夫なリュックサック。低価格。

編集 ノート



点字とデイジーとメール版は説明文だけですが、表紙の写真は卓球を楽しむ人たちの笑顔です。卓球は熟年だけではなく、若い人たちも楽しんでいます。7月に行われる卓球大会は、さて今年はどうなりますか。◆目が見えない・見えにくい人を対象とした点字講習会が7月から始まります。点字は大切です。視覚障害者の文字ですから。◆地震が心配です。国内だけでなく、世界のあちこちで揺れています。台湾の状況が気がかりです。台湾の皆さんにはいつもご支援いただいています。備えや救援・支援を協力し合う方策を実施できないのか。大視協でも、災害への備えを今までも増して意識的に取り組んでいかないといけません。本紙では、今月号から防災セミナーと連動して、皆さんと一緒に考え、災害に備えたいと念じております。（川越利信）

「大視協ジャーナル」5月号 第527号

発行日：2024年（令和6年）5月15日

発行所：一般社団法人 大阪市視覚障害者福祉協会

住所：〒543-0021

大阪市天王寺区東高津町12-10

大阪市立社会福祉センター内

電話：06-6765-5600

ファックス：06-6765-2554

営業時間：9時30分～17時30分

ホームページ：<https://www.daishikyo.org/>

広報メール：daisikyo-koho@heart.ocn.ne.jp

事務局メール：soumu@daishikyo.org

郵便振替口座：00970-1-9627

発行人：川越利信

定価：1部150円（送料共）



<http://www.exeo-tech.co.jp>

行きたいときに行きたいところへ
視覚障がい者誘導システム

「シグナルエイド」

自立生活支援用具給付対象品「歩行時間延長信号用小型送信機」

利用拡大！

- (1) 交通弱者感応信号機に
- (2) 音声ガイド操作用発信機に
- (3) 新製品「メロガイドホーム」に

株式会社エクシオテック（前：池野通建株式会社）

〒540-0026 大阪府中央区本町2-2-10 エクシオ大阪内本町ビル5F

TEL.06-4301-3269 FAX.06-4301-4089

大視協ジャーナルの無断転載を禁じます