

# 見えにくくて 困っているあなたへ

あなたが本を読む時、パソコンを使う時に見えにくかったり、まぶしくて困っていたら、連絡してください。あなたの目の使い方を知ることや、照明の使い方、見たいものを拡大する方法を知ること、問題を解決することができるかもしれません。

ひとりで悩まないでください。  
あなたの価値はあなたの視力にあるわけではありません。  
あなたの生き方にあります。  
見えないから、できないとあきらめることはありません。  
できるように新しい方法を  
いっしょに、学んでみませんか。

## お困りのみなさまへ

ご相談の連絡先は下記のとおりです

### ● 長崎県視覚障害者情報センター

電話 095-846-9021



Eメール：  
sisyohkyoh02nagasaki@isis.ocn.ne.jp

URL：  
<http://www.normanet.ne.jp/~nagasaki/>

### ● 視覚支援センターむつぼし

(長崎県立盲学校内)

電話 095-882-0020



Eメール：76100soudan@news.ed.jp

URL：<http://www.news.ed.jp/mou/>

どんなことでも

お気軽に

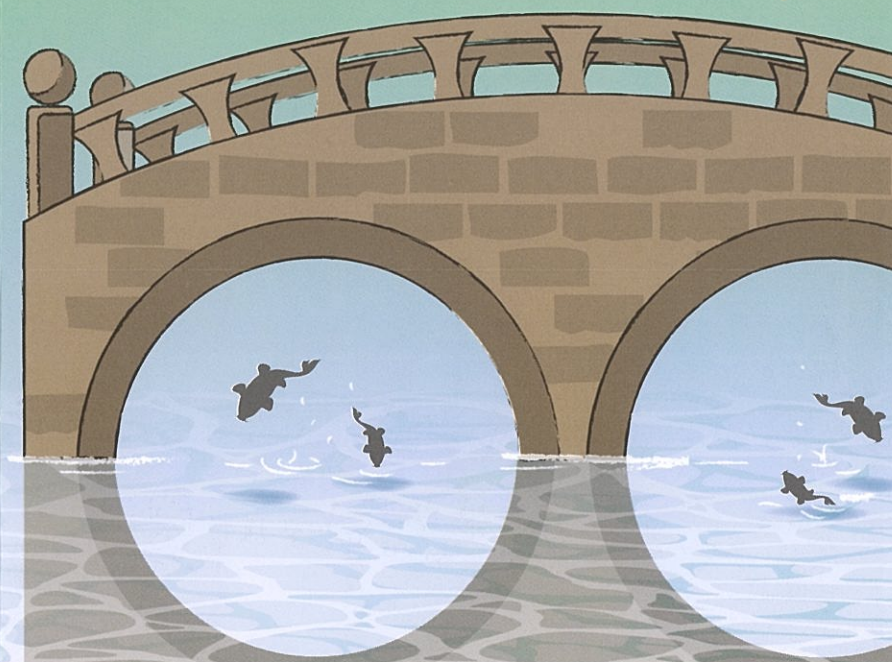
ご相談ください



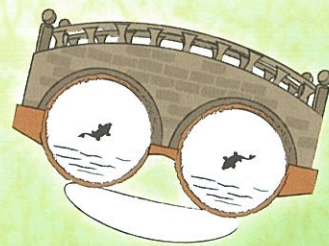
## 長崎ロービジョン サポート眼鏡橋

どがんしたと？

目の調子の悪かと？  
大丈夫ね  
相談してみれば



# こんなときに 道具や支援があります



◎ 読みたい	例) ルーペ 拡大読書器 単眼鏡
◎ 書きたい	例) 拡大読書器
◎ 視野を広げたい	例) マイナスルーペ
◎ まぶしさをとりたい	例) 遮光眼鏡
◎ 知りたい、情報がほしい	例) スマートフォン 音声パソコン
◎ 歩きたい	例) 歩行訓練 移動の支援
◎ 本を読みたい	例) 情報提供施設
◎ 学校生活・進路相談	例) 教育相談
◎ 仕事の相談がしたい	例) 職業訓練 就労支援施設



患者さんの周りの方へ…  
悩んでいたら、ご相談を

## 眼科医のみなさまへ

【下記の症状の方にお渡してください】

- 視力の良い方が 0.3 以下の方
- 視野が狭い、見えない部分がある方
- まぶしい方
- 目が見えなくて不安、不自由な方
- 目のことで育児、学校や職場で悩んでいる方

病 名：

視 力：R V =

L V =

視 野：中心暗点・求心性視野狭窄

その他：

日 付：                      年    月    日

施設名：