

視覚補助具には、どんなものがある？

◆光学的視覚補助具

1) 遮光眼鏡

まぶしさの要因となる青色系統の光を効果的にカットする、特殊カラーレンズです。コントラストを強調させ、物の区別をハッキリさせる効果があります。横からや上からの光が入りにくくなるメガネフレームもあります。



2) 拡大鏡(虫メガネ)

いろんな倍率、いろんなタイプのもがあります。度数の強い方が大きく見えますが、一度に見える文字の数が少なくなります。



3) ハイパワープラス眼鏡

普通の老眼鏡は、紙面から目までの距離は通常 30cm 前後ですが、もっと強い度数にして、視距離(眼から見たいものにピントが合う距離)を短くしています。近づいて見た方が、網膜(カメラのフィルムに相当する部分)にうつる像は大きくなります。

4) 単眼鏡

望遠鏡のように、遠くのを大きくして見る道具です。2倍～10倍があり、倍率が高いほど大きく、見える範囲が狭くなります。駅の表示や掲示板、学校では黒板を見るのに便利です。



5) 縮小レンズ

レンズをとおして見ると、景色は小さく見えます。視野は狭いが、中心の視力はいいという方が、大体どこに何があるのか見当をつける際に使用します。



◆非光学的視覚補助具

1) 拡大読書器

新聞など見たいものをモニターに大きくうつして、見る器械です。拡大率(最大40倍程度)を自由に変えられ、広範囲にはっきり映し出せます。「白地に黒文字」を、「黒地に白文字」に変える反転機能があり、まぶしさのある人には特に有用です。



2) 書見台

本や新聞を読んだり、文字を書いたりする時に使う台です。前かがみにならずに見る事ができ、姿勢がらくになります。頭や拡大鏡の影で、見たいところが暗くなるのも防げます。



3) タイポスコープ

黒い厚紙の中を四角くりぬいたものです。どこを読んでいるかわからなくなることを防ぎ、行変えがスムーズになります。紙面からの反射によるまぶしさも抑えられます。



4) つばのある帽子、サンバイザー

まぶしさの対策としては、外出の際、つばのある帽子やサンバイザーなどで、周囲からの光を防ぐのも有効です。つばの裏側が黒っぽいものを選ぶとさらに効果的です。



5) タブレット端末

タブレット端末とは、携帯しやすい薄い板状のコンピュータです。スマートフォンは、画面の小さな携帯電話機能付きタブレット端末とお考え下さい。例えば、次のような機能があります。

- ・カメラ機能があり、見たいものを好きな大きさに拡大して見る事ができます。
- ・白黒を反転させて、まぶしさを抑えて見る事ができます。
- ・文章を音声で読み上げて聞く事ができます。
- ・カーナビのように道案内をしてくれます。
- ・照明がつく機種では、懐中電灯代わりに使えます。

