



「めねっと北広島」代表

山口 久美子さん

やまぐち・くみこ  
大曲柏葉在住。  
昨年4月に、視覚障がい者と健常者が交流する団体を設立。交流会やバスツアーなどを行っている。自身も視覚障がいがある。

## めねっと北広島の活動

市内で視覚障がい者と健常者が交流する団体「めねっと北広島」が活動中だ。これまで白杖の使い方講習会やマラソンの伴走者講習会、バスツアーなどを実施してきた。会長を務めるのは、自身も視覚障がいがある山口久美子さん。「イベントを通して障がい者と健常者が理解を深められたと思います。障がいがあるため、なかなか外出できない方々が、とても喜んでくれたことが何よりうれしかったです」と話した。

## 楽しみながら社会と接する

看護師だった山口さん。視力が低下する病気を発症したのは37歳のときで、4人目の子どもを出産したばかりだった。視界が暗く感じ、よくドアなどに体をぶつけた。病院を受診すると、視力が徐々に失われる「網膜色素変性症」と診断された。幸い病気の進行が遅かったため、仕事を続けることができた。

しかし4年前に症状が進み、やむなく退職。夫を亡くしていたこともあり、経済的な不安や失明の恐怖と闘う中で、これからの生き方を模索した。障がい者団体の研修会に参加するなどしたが、目指したいことが見つからなかった。そんな中でも、

# 障がいがあっても前向きに生きる

趣味のマラソンは伴走者の助けを借り長く続けている。道内外の大会に参加し、交友関係も広がった。楽しみながら社会と接することで、障がいがあっても自信を持つて生きることができると実感した。「楽しみを持って共に生きる仲間をつくらう」と考え団体を設立。昨年4月の発足当時7人だった会員も、現在は23人になった。

## ホームページで情報を発信

団体の情報はホームページから発信している。読み上げ機能を付け、視覚障がいがある方に内容が伝わるようにした。市内外や道外の団体とも交流を広げている。

障がい者が前向きに生きるには、本人の努力だけでなく周囲の環境も大事だと考えている。自分も困ったときは周囲に手助けを求めると、多くの方が力になってくれたからだ。障がい者と健常者が互いに尊重し合い、誰もが暮らしやすいまちづくりのため、山口さんの活動は続く。



めねっと北広島のホームページ。視覚障がい者が読みやすい白黒反転文字になっている