



# ブラインドメイクで人生が変わる 視覚障害者の支援に新しい風



静岡県葵区  
医療法人社団 さくら眼科  
まつひさ あつこ  
院長 松久 充子

(一般社団法人日本ケアメイク協会 副理事長)

「ブラインドメイク」(以下、BM)は、2010年に大石華法氏(現・一般社団法人日本ケアメイク協会理事長)が視覚障害(以下、LV)者とともに開発した、LV者が鏡を見ないで手と指を左右対称に使用して自分でフルメイクができる化粧技法です。BMプログラムを習得した多くのLV女性(以下、LVC)で、従来のロービジョンケア(以下、LVC)では見ることがなかった自信あふれる明るい笑顔で、外出したり社会参加ができるようになった成果を確認しました。このことから、視機能の良し悪しにかかわらず、メイクそのものが女性にとって生活には欠かせないことを念頭に置いて、LVCの方法を再検討することを提案します。

『ブラインドメイク物語』視覚障害者もメイクの力で人生が変わる! (メディカ出版)、英語版

「Blind Makeup Stories」、中国語版『盲人自我化物語』で体験談を執筆した女性7人(30〜73歳、平均52・4歳、先天盲5人、中途LV1級2人)は、「ブラインドメイクを世界に広げよう!プロジェクト」を立ち上げました。そして、BMの普及活動として、2018年10月に中国・天津市で実演・講演会を開催して天津市視力障害学校と神戸市立盲学校の友好をつなぎ、今年の6月にはフランス・パリで開催されたコスメティック関連の展示会「MakeUp in Paris 2019」で実演・講演を行いました。また、今年の10月には中国・大連市で、来年には「MakeUp in New York 2020」での実演・講演も予定されています。

さらに、LV者のメイクアップや生活に関する情報を提供するために「プリンセス・ネットラジオ」を開発して情報発信しています。BM習得をきっかけに、LV者が使いやすいメイク用品等をLV者が開発しLV者が販売する会社を立ち上げて代表取締役に就任した方や、2018年にニューヨークで全盲の着付け師として講演した方もいます。BM習得前には想像すらできなかった活動内容・範囲となり、目覚ましく積極的な人生に変わったそうです。BM習得者全員がBMを他のLV女性に普及させてほしいと願っているだけでなく、自ら普及活動を起こしているというところに、メイクがそこまで人生を変えるのかと、驚きを禁じ得ません。

現在、心理学者、脳神経内科医、神経内科医の教授陣が、BM効果のfMRIや、その他の実証研究を実施し、発表を予定しています。BMでは、願望があってもできなかったメイクを自分で、しかもきれいにできるといふ自信につながり、メイクを毎朝繰り返すことで、さまざまな心理的に良い刺激を受けていると思われれます。このことは、メイクすることが脳梗塞後のリハビリ、抗がん剤副作用後のリハビリ、認知症のリハビリ、アンチエイジングなど、さまざまな分野でも効果が期待できることから、化粧療法医学であると考えられるようになりました。そこで、一般社団法人日本ケアメイク協会は、2018年12月に「日本化粧療法医学会」を設立しました。2020年2月には、『化粧療法医学書』(朝倉書店)を出版、第1回日本化粧療法医学会学術総会を開催し、世界で初めて化粧療法専門医が誕生する予定です。

BMから思わぬところまで話が進んでまいりましたが、すべては一人のLV患者Aさんとの出会いに端を発します。2011年、10年間も引きこもっていた網膜色素変性症の元看護師Aさんが、「娘も同じ病気なので、私が頑張ってみせようと思う」と受診されました。私は「では、楽しく生



メディカ出版「ブラインドメイク物語」  
大石華法編著



## 化粧訓練士養成講座 (eラーニング&実習) Blindmake Trainer

### 化粧訓練士

視覚障害者が自分自身で化粧をすることができるようになる化粧技法「ブラインドメイク」を、援助・指導・訓練を行うための専門知識・技術を習得した方に付与する資格です。

### 化粧訓練士 eラーニング講座 全 397分

- 受講費用：  
・正会員：38,000円(税込)
- 受講期間：受講開始日から60日間

本講座では、化粧訓練士の専門知識を学びます。修了者には「化粧訓練士eラーニング講座修了書」が発行されます。

### eラーニング修了後の 化粧訓練士養成講座(実習編)

本講座では、化粧訓練士になるための専門技術を学びます。受講には事前にeラーニングを修了していなければなりません。修了者には「化粧訓練士養成講座(実習編)修了書」が発行されます。

第5回 化粧訓練士養成講座(実践)  
実習講座：2020年4月25日(土)、26日(日)  
実習場所：医療法人健和会 奈良東病院会議室  
申込方法：メール (office@caremake.or.jp)

※本講座を受講される前に、医療従事者の方で現在、眼科医療に携わっていらっしゃる方(眼科医、看護師、准看護師、視能訓練士、歩行訓練士)の資格を有する方以外は、「同行援護従事者養成講座(基礎・応用)」を修了しておいてください。



CAREMAKE  
ASSOCIATION

一般社団法人日本ケアメイク協会  
〒632-0001 奈良県天理市中ノ庄町 392-1

TEL: 06-6330-3160・FAX: 06-6330-8235  
E-mail: office@caremake.or.jp  
URL: https://caremake.or.jp/



化粧訓練士 eラーニング講座  
視覚障害者のための『ブラインドメイク・プログラム』

<https://caremake.or.jp/class/course>



化粧訓練士養成講座風景(2019年4月27日、28日、大阪医科大学にて開催)

きましよう!おしゃれも楽しみましよう!”と申し上げたものの、メイクをどうやってするのか見当もつかず悩んでいたところ、2012年の「視覚障害者ハビリテーション研究発表大会in所沢」で、大石華法氏が初めて発表したBMに出会い、2016年に同氏につながって、私と当院の視能訓練士3人が「化粧訓練士」になり、LVCでBM指導を開始しました。Aさんは現在、毎日BMを楽しみながら、静岡市でLVC者にPC技術を広げたいと志し、盲導犬とともに東京に通って勉強しています。

22歳のBさん(LV2級)は職業訓練とBMで面

接を乗り越えて、国家公務員になることができました。Bさんのお父さんは「この子が化粧ポーチを持つ日が来るとは」と、涙して喜ばれました。BMは、糖尿病網膜症による全体的な視力低下、中心視野障害、緑内障などで眉毛が見えない方など、広く適応があります。残存視機能をよくわかって患者さんの顔を見ると、本当はきれいにメイクをしたい気持ちと、見えにくいところが描かれています。BMを習得して「どうかしら?」と笑顔で診察室に入ってくる80代女性の笑顔は素敵です。BMは治療法を提案できない医師の心も幸せにするものです。皆さまもBMで笑顔の外来!

にしてみませんか?

私は、一般社団法人日本ケアメイク協会副理事長(BM委員長)として、BMを指導する化粧訓練士を養成するための「化粧訓練士養成講座」(eラーニング&実習2回/年)の開催責任者をしております。次回、第4回実習は2019年9月22日(日)、23日(月・祝)に東京慈恵会医科大学で開催予定です。第5回は2020年4月25日(土)、26日(日)に医療法人健和会奈良東病院で開催予定です。眼科医、視能訓練士、眼科看護師、歩行訓練士、眼科に関わる作業療法士の方々の応募をお待ちしております。該当しない職種の方でも、同行援護従事者養成講座を受講して、視覚障害を理解してから実習講座を受講することができます。