

1971年 8月 7日 第三種郵便物認可(毎月6回 1の日・6の日発行)
2018年 2月16日発行 SSKA通巻 第9540号

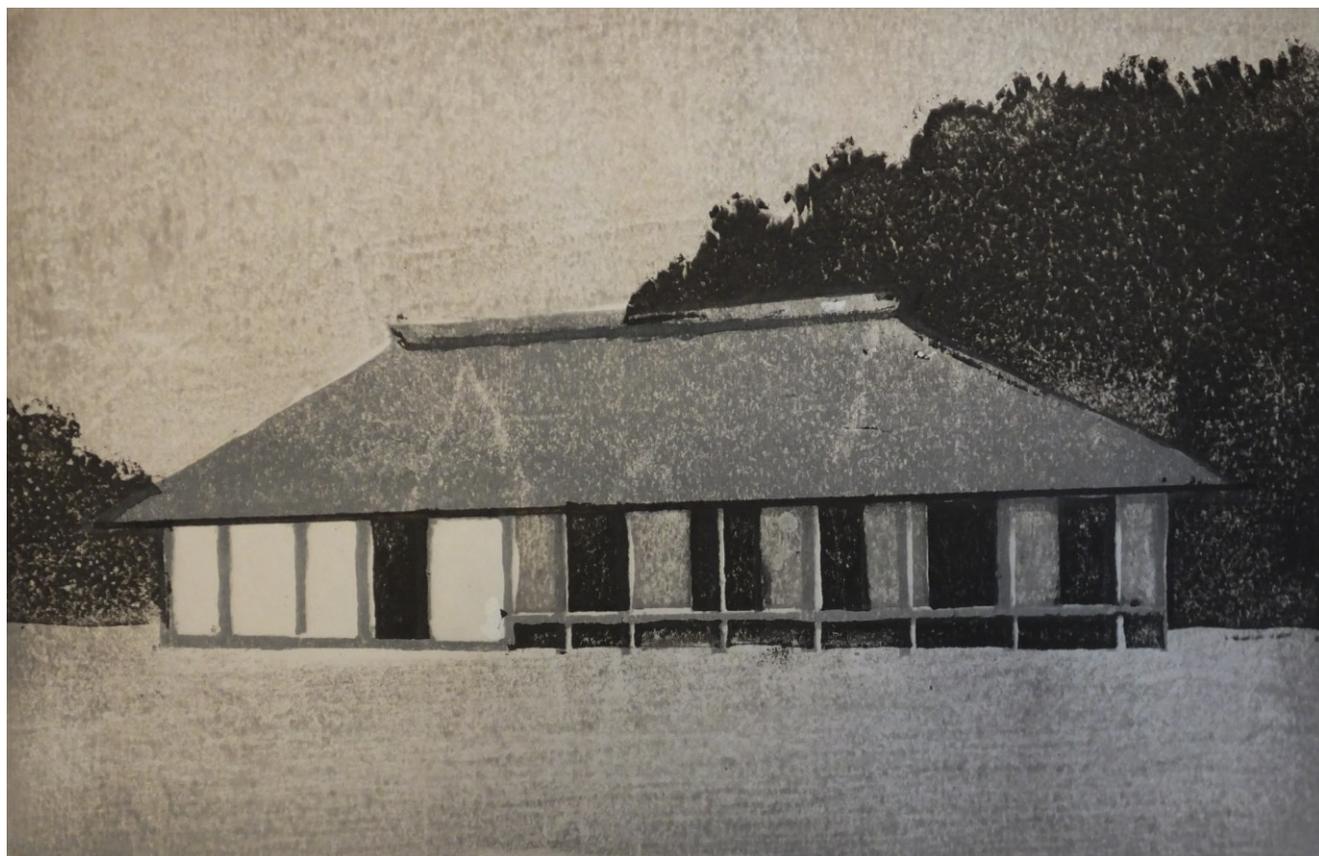
SSKA

ああるぴい

第86号

2018 Spring

K a n a g a w a



私たち自身で
治療法の確立と
生活の質の向上を目指す
JRPS 神奈川

* * この会報誌は「NHK歳末たすけあい」の配分金により作成しています * *

RP

ああるぴい

KANAGAWA 2018 Spring

第86号 目次

・巻頭言

- 2 音楽の有る生活

・JRPS神奈川の活動

- 3 総合カレンダー

【開催予定】

- 4 総会・医療講演会のお知らせ

- 5 「得々講座」講演会開催のお知らせ ～RPな人達・RPとともに～

- 8 地区交流会（西湘地区、県央地区）開催のお知らせ

- 10 カラオケ交流会のお誘い

【ご報告】

- 11 会報誌編集部からのお知らせ

- 13 保土ヶ谷区難病医療講演会の報告

1

●
も
く
じ

・情報コーナー

- 14 暗所用電子メガネが開発されました

- 15 神戸アイセンター レポート

- 16 男性諸君！ ～トイレはきれいに使いましょう～

- 17 試してみませんか？「減災クイズ」（3）

- 21 サキサキ先生の簡単パソコン活用講座（8）

- 23 ちょっと話してみませんか？（ピア相談のご案内）

- 24 読書の薦め

・投稿コーナー

- 25 みんなの川柳・俳句・短歌

- 29 ウッチャンの落書きストーリー

本年春のチャリティーライブ出演を前に、趣味の楽器演奏について執筆させて頂きます。

幼少期に RP の告知を受けた母は、「音楽は身の助け」として私にエレクトーンを与えてくれました。当時通っていたヤマハエレクトーン教室は、古典的なクラシック音楽ではなく、良く耳にするポピュラー音楽(ビートルズやカーペンターズ等)を、自由な音色・弾き方で表現する練習スタイルを採っており、小学生の私にも大変親しみ易いものでした。やがて音楽教室での習い事を卒業し、高校以降はバンドを組み、ピアノとアレンジを担当するようになっていきました。

その後社会人となり、JRPS に参加した私ですが、2002年の RI 世界大会 in 幕張のディナーパーティーで、演奏の機会を頂きました。

海外から参加のお客様はダンスを好まれますが、お客様のステップと私達のリズムが調和し、素敵な「宴」となった事は今でも忘れられません。また、一昨年の JRPS 神奈川20周年記念パーティーでも演奏させて頂き、皆様から温かなお褒めの言葉を頂いた事は、今でも大切な思い出です。

そして、来月はいよいよチャリティーライブ！！ 季節を意識した選曲で準備をしております。お楽しみに♪♪

音楽は、お客様に楽しんで頂けることが演者としての喜びですが、実は準備期間にメンバー間で様々な相談や議論をし、練習で積み上げる過程で培われるコミュニケーションこそが、大変有益な事だと思っております。

JRPS 会員の皆様は、元来多彩な趣味を持たれており、JRPS 神奈川においては、その趣味(スポーツ、カラオケ、川柳等)を通した各種活動が盛んで、コミュニケーションの場も豊富であることは大変素晴らしい事だと思っております。パラリンピックで良く言う「失われた機能を嘆くより、残された能力を最大限に活用しよう」を地でいってます。

今後は会員数を増やし、QOL 向上を図ると共に、この「実りある趣味の世界を、より多くの会員に享受頂く」事ができればと願います。

私もいつの日か、JRPS の会員でバンドを組み、演奏できればと思っております。

(役員 今村 伸也)

総合カレンダー

◆3月予定

3月 3日(土)※カラオケ交流会 上大岡 12時～16時

3月18日(日) ミニ集会 県民センター710 12時～

3月21日(水・祝) チャリティーライブ

ミュージックパーティー2018 サムズアップ 12時 開場

3月25日(日)※西湘地区交流会 おだわら市民交流センター

UMECO 10時～

◆4月予定

4月 1日(日)※県央地区交流会 ユニコムプラザさがみはら

11時30分開場

4月 8日(日)※「得々講座」講演会開催 ～RP な人達・RP と共に～

横浜市健康福祉総合センター 13時開場

◆5月予定

5月13日(日) ミニ集会 県民センター710 12時～

5月27日(日) 会報発送作業 県民センター9階 9・10時～

◆6月予定

6月 2日(土)※カラオケ交流会 上大岡 12時～16時

同日 JRPS代議員会 (品川区)

6月10日(日)※定期総会・医療講演会 10時～

新川崎創造の杜 K²ハウス大会議室

※この印の項目は記事が掲載されています。

◆ミニ集会及び会報発送作業の会場

ミニ集会及び会報発送作業は、通常かながわ県民センター(TEL:045-312-1121)で開催します。

横浜駅西口からヨドバシカメラのビルに向かって進み、その手前の横断歩道を渡ったら、右に曲がります。100m程進んで、高速道路の先の信号のある交差点の左角の建物です。点字ブロックが駅から敷設されています。

※かながわ県民活動サポートセンターは、かながわ県民センター内にあります。

総会・医療講演会のお知らせ ～6月10日開催～

会長 佐々木 裕二

来年度の総会・医療講演会の日程が決まりましたのでお知らせ致します。詳しくは次号でお伝えしますが、是非スケジュールに入れておいて下さい。

日時:平成30年 6月10日(日)

【総会】 10時30分～(予定)

【医療講演会】 13時30分～(予定)

場所:新川崎創造の杜 K²ハウス1階大会議室

神奈川県川崎市幸区新川崎7-1

(URL)<http://www.k2.keio.ac.jp/k2campus.html>

医療講演会の講師は、今年度研究助成を受賞された、東京大学医科学研究所渡辺すみ子特任教授です。網膜色素変性症に高頻度にみられる、EYS遺伝子の異常による病気発生のメカニズムを、iPS細胞などを用いて解明し、創薬開発に繋げようとする研究です。

先生の研究内容をお聞きすると同時に、我々患者の熱い想いを伝えましょう!

【渡辺すみ子先生の略歴】

◆**現職**:東京大学医科学研究所再生基礎医科学研究部門・東京大学大学院医学系研究科 特任教授

・韓国順天卿大学メディバイオ科学研究所、Adjunct Professor(客員教授)

(学位)1995年 東京大学医学博士

◆**学歴**

1987年3月 慶應義塾大学文学部卒業

1987～8年3月 東京大学工学部精密機械工学科・研究員

1988年4月 東京大学医学系研究科大学院修士課程入学

1990年3月 東京大学医学系研究科
大学院同上終了
1990年4月 東京大学医学系研究科
大学院第2基礎医学博士課程進学
1991年9月 東京大学医学系大学院
同上 中退



◆職歴・研究歴

1991年:米国カリフォルニア州 DNAX 研究所
客員研究員

1991年10月～:東京大学医科学研究所
分子生物学研究部(新井賢一教授)
教務職員

1993年:米国カリフォルニア州 DNAX 研究所 客員研究員

1995年:東京大学医科学研究所基礎医科学大部門染色体制御分野
(新井賢一教授)助手

2001年:同上 助教授

2005年:東京大学医科学研究所再生基礎医科学寄付研究部門 特任教授

5

●
J
R
P
S
神
奈
川
の
活
動

『得々講座』講演会開催のお知らせ ～RPな人達・RPとともに～ (RP:網膜色素変性症の英略)

役員 神田 信

今回は、網膜色素変性症を患いながら、パラリンピックなどで活躍し、今なお現役の葎原 滋男(よしはら しげお)さんと、やはり同じ病気を患いながら普通に暮らし、人よりちょっと？大変な経験をされた早川美奈子さんの二本立て講演会です。

いろいろな立場の方や、たくさんの人に聞いていただきたい講演です。

日時:平成30年4月8日(日)

(開場) 13時

(開演) 13時30分

(閉会) 16時50分予定

会場:横浜市健康福祉総合センター 4階 ホール

横浜市中区桜木町1-1

(下の地図ご参照ください)

参加費:JRPS会員は無料

非会員は500円(介助者無料)

【交通アクセス】

JR 根岸線桜木町駅南口

または市営地下鉄桜木町駅

徒歩3~5分程度

【誘導】

当日は、駅から会場までの誘導を誘導ボランティアがご案内します。

※誘導時間:12時45分から

14時15分まで

※集合場所:

- ・JR 根岸線桜木町駅南口 切符販売機付近
- ・市営地下鉄桜木町駅 切符販売機付近

※講演会終了後も誘導ボランティアを配置します。閉会時にご案内します。

◆講演内容

演目:1部「視力と元気は反比例」 早川 美奈子氏

2部「パラリンピックと私」 葭原 滋男氏

◆講師の紹介

【演目】「視力と元気は反比例」

◆講師:早川美奈子さん&盲導犬・プルナスの紹介

幼い頃から網膜色素変性症で弱視。高校卒業後、職業訓練を受け企業の電話交換手として勤務し、その頃から急激に視力低下。



結婚、出産、子育て…。そして盲導犬ユーザーとなり、平凡ながら幸せな生活の中で、夫が難病となり9か月間の闘病後に亡くなる。現在はヘルスキーパーとして働きつつ、講演やボランティア活動、趣味を満喫♪

【演目】「パラリンピックと私」

◆講師：葭原 滋男(よしはら しげお)さんの紹介

1992年のバルセロナ、1996年アトランタのパラリンピックに、陸上競技の走り高跳びで出場。アトランタでは銅メダル獲得。

2000年シドニーと2004年アテネは自転車競技で出場し、シドニーでは1kmタイムトライアルで世界新記録で金メダル。スプリントで銀メダル。アテネで同じくスプリントで銀メダル獲得。合計4個のメダルを獲得した。

その後、ブラインドサッカーに転向し、2007年から2011年まで日本代表メンバーとして活躍した。

現在は、講演やイベント活動、ブラインドサッカーを使つての体験学習を行うとともに、ブラインドスポーツクラブ“乃木坂ナイツ”の代表として、ブラインドサーフィンなどの新たなスポーツにチャレンジするなど、視覚障害者のスポーツ環境整備に励みつつ、2020年の東京パラリンピック出場を目指し、今なお現役アスリートとして活動している。55歳。

7

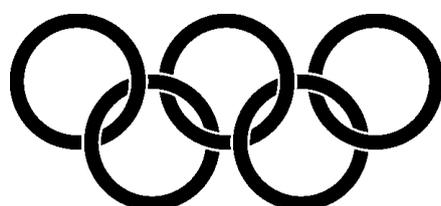
● ★なお講演会終了後、懇親会を行います。3月下旬ホームページをご確認ください。
J
R
P
S

【お詫び】

この講演会で予定していました、リオパラリンピック競泳銀メダリスト木村敬一選手は、代表合宿と重なり講演をいただけなくなりました。

楽しみにされていた方には、大変申し訳ありません。

＊ ＊この講演会は「NHK歳末たすけあい」の配分金により開催します。＊ ＊



地区交流会開催のお知らせ 西湘地区、県央地区

【第5回西湘地区交流会開催のお知らせ】

小田原市 井手 章

RPの仲間達と一層の交流を深め、会って話せるチャンスです。RPの仲間に出会えたことの安心感と心強さは、間違いなくこれから前に歩いて行くための心の支えになります。前回ご参加して頂いた方は勿論、初めての方も是非ご参加ください。

なお、昼食を取りながらおしゃべりしますので、お弁当をお持ち下さい。

今回は昨年10月に見学した小田原城内、お堀端界隈のお花見散策会も併せて開催致します。ご家族の皆様、近隣(他地区)の皆様もお誘い合わせの上、ご参加をお待ちしています。

開催日:平成30年3月25日(日)

会場:おだわら市民交流センターUMECO(ウメコ)1階

小田原市栄町1丁目1番27号

※小田原駅東口駐車場1階(小田原駅東口を右折100m先)

(電話)0465-24-6611 (URL) <http://umeco.info/>

集合場所:JR小田原駅東口の改札口前に9時40分集合

(お世話役:磯崎、井手がお待ち致します。)

※直接、会場へ行かれる方は、9時50分までに入場下さい。

◆交流会の内容

第1部:10時~14時 (会議室3)

- ・挨拶、自己紹介、近況報告、昼食、ミーティングなど
- ・医学・HOYA暗所用メガネの説明、医療関連、トピックスなど

第2部:14時30分~16時30分

小田原城内、お堀端界限 見学会／自由参加

◆申し込み、問合せ先 担当:井手 章

(携帯)*****

(Eメール)*****

【第4回県央地区交流会開催のお知らせ】

役員 武川 宏

・開催日時:平成30年4月1日(日) 11時30分～14時30分

・開催場所:ユニコムプラザさがみはら ミーティングルーム4

相模原市南区相模大野3-3-2

ポーノ相模大野サウスモール3階

電話:042-701-4370

URL:<http://unicom-plaza.jp>

・参加費:無料

9

● 今回も同じく、県央地区にお住いの皆さんにアクセスの良い相模大野駅近くのユニコムプラザさがみはらで開催いたします。同じ病気の仲間と気楽に気兼ねなくおしゃべりしましょう!

● 昼食をとりながらおしゃべりしますので、各自お好きな食べ物をご持参ください。ポーノ相模大野入口の左側にコンビニもあります。

● 会場準備の都合がありますので、参加希望の方は下記の連絡先にお申込みください。

役員 武川 宏

(Eメール)*****

(電話)*****

※会場は、小田急線相模大野駅中央改札口を出て駅構内を真っ直ぐ進み、突き当りにある小田急 OX 前を右折し、広場に出たら左折して、誘導ブロックに沿っ

て100mほど進んだところにある、ポーノ相模大野(ポーノ横丁)のほぼ中央左側にあるエスカレーターで、3階に上がったところにあります。

※会場が分からない方は、当日午前11時に、相模大野駅中央改札口の有人改札口を出たところにある、切符販売機前にお集まりください。スタッフがお持ちしています。

＊ ＊ 上記の2か所の交流会は「NHK歳末たすけあい」の配分金により開催致します。 ＊ ＊

♪カラオケ交流会のお誘い♪(3月・6月開催)

恒例のカラオケ交流会のご案内です。今年も歌が大好きな皆さんと共に、元気一杯、唄って楽しいひと時を過ごしましょう！ 皆さんのご参加をお待ちしています。

皆様、本年もどうぞよろしく願いいたします。

日時:3月3日(土)12時～16時

6月2日(土) 同上

場所:モコモコ 上大岡店 (電話:045-845-0311)

集合場所:横浜市営地下鉄 上大岡駅改札付近 (バスターミナル側)

集合時間:11時50分

会費:1500円

【申し込み連絡先】

担当:渡邊 千登世 電話:*****

携帯:*****

担当:高木 貞子 電話:*****

会報誌編集部からのお知らせ

編集部 佐藤 孝

JRPS 神奈川では、年4回(2月、5月、8月、11月)に会報誌を発行しています。

内容は先進医療の取組み状況、ロービジョンケア情報、患者・家族の交流会開催などの活動の紹介や、当会会員の皆様からの様々な投稿を記事にしています。

会報誌は墨字版(印刷物)、デージー版(録音CD)、Eメール版(テキストメール)により、ご希望に合わせお届けしています。

編集部といたしましては、治療法のない網膜色素変性症を患い、つつい内向きになってしまう同病の患者さん、ご家族に対し、より良い情報を提供するように努めています。

ここに、日頃ご愛読いただいている皆様や会報誌への投稿をお寄せいただいている皆様に、紙面をお借りし御礼申し上げます。

さて、今号より会報誌編集の一部変更と、編集部にお二人の助っ人が加わりましたのでご紹介します。

◆会報誌編集の変更について

① 会報誌(墨字版)の文字サイズが変更されました。

(変更前)16ポイント (変更後)14ポイント(本部会報誌と同じサイズです)
(目的)会報誌ページ数の縮減と、発送作業の軽減を図るためです。

② 企業広告の拡大

今号から今までの2社に加え、1社(個人事業主)の掲載を加えました。次号以降に1社加え、4社の広告を掲載する予定です。

(目的)活動資金の確保。

◆編集スタッフの紹介

前号までの編集作業は、私(佐藤)と剣持智子さん(家族会員)で行っていましたが、今号より編集スタッフが2名増え、今後は4人体制となります。

今号より編集スタッフに加わった、お二人のコメントを紹介します。

●小田 勇人(おだ はやと)さんのコメント

初めまして、この度、会報誌編集のお手伝いをさせて頂く事になりました、座間市在住小田と申します。

RP歴は約22年位?で、手帳は2級です。現在、中心視野は比較的に残っているのですが、何とか民間、官庁関連の研究施設に、分析機器を販売する営業をしております。

色々至らない点等あるかと思いますが、無理しない程度に頑張りたいと思っています。

また、かなりの人見知り?ですが、交流会やイベント等に積極的に今後は参加させていただき、交流を深めていきたいと思っています。 宜しくお願い致します。

●森沖 実央(もりおき みお)さんのコメント

初めまして、森沖 実央(もりおき みお)といいます。出身は広島です。珍しい苗字のため、オキモリさん、モリワキさん…などなど、間違えられることが多々あります。

現在、本社が横浜にあるIT系の会社で、システムエンジニアをしています。晴眼者です。

弊社では福利厚生の一環として、月2回、業務時間内に無料で30分間マッサージを受けることができます。そこで佐々木さんに、半ば強引に(人を巻き込むのが本当にうまい方です!)会報誌の編集のお手伝いをしてくれないかなー、と誘われました。

昨年11月に会報発送のお手伝いをさせていただきましたが、雰囲気はみなさんワイワイガヤガヤ(し過ぎて、周りの方に怒られましたが。笑)、あっという間に一冊一冊が出来上がっていきました。

執筆される方はもちろんのこと、編集作業も案外大変なので、皆さん一文字一文字、噛み締めて読んでください!

それでは、今後とも宜しくおねがいします。

平成29年度 保土ヶ谷区難病医療講演会の報告

役員 溝田 隆之

平成30年2月7日に保土ヶ谷区福祉保健センター主催で、「平成29年度 難病医療講演会」が開催されました。

参加者は、66名(JRPS 神奈川のスタッフ4名を含む)と会場が満員となりました。開演にあたり、障害者支援担当石井係長さんから挨拶が有り、田宮保健師さんの進行で始まりました。

第1部として、横浜市立大学附属病院非常勤講師の翁長正樹(おなが まさき)先生から、「網膜色素変性症とロービジョンケア」と題して講話が始まりました。

先生は「浅く広い内容ですが、初心者向けにわかりやすく話そうと思います。」との言葉通り、優しく丁寧に話され、網膜色素変性症では、眼の構造・症状から始まり、眼科検査、遺伝、治療法・創薬の研究の現状、薬物療法等について、私たち患者に大変解りやすい説明をしてくださいました。またロービジョンケアについても時間を割いて言及がありました。

なおRPと白内障については、手術実施には信頼できる主治医と充分相談してから判断して欲しいとの見解を述べていました。

第2部では、同病院の視能訓練士の森一美先生が、ロービジョンケアを担っている専門家の立場から、「患者が持っている視機能を最大限に活用して、生活の質(QOL)の向上を目指す」ケアの意義・必要性、補助具の紹介とその選び方、補助具以外のロービジョンケア及び余暇活動について具体的な説明があって、初心者にも分かりやすかったと思います。

時間が押している中でも「患者会の紹介」時間を設けて頂き、佐々木会長がJRPS 神奈川の活動などを紹介しました。

閉会後にも拘わらず、患者会への相談・問合せの時間を若干設けていただき、スタッフが精力的に対応しました。

全体として、募集受付の数日で申込者が定員オーバーになり、当日も満席と、関心の高さを改めて思い知らされた気がします。また、白黒反転の資料を用意されるなど、担当された皆様の優しい配慮に感謝です。

多くの患者さんが情報を求めている実態を見せつけられて、改めて正しい情報を患者さんに提供し交流を深める、「患者のつどい」や交流会などを、地道に継続していく事が大事だと思いました。

情報コーナー

～暗いところでも見える～

暗所用電子メガネが開発されました

会長 佐々木 裕二

昨年9月にHOYA株式会社が発表した“夜盲症患者向け暗所視支援ウェアラ



ブルデバイス”MW10の体験会を、12月に行いました。その概要を報告します。

MW10は夜盲症患者向けの電子メガネで、小型高感度カメラでとらえた映像を処理し、メガネのレンズ部分の有機ELディスプレイに明るく投影することで、夜間の歩行をサポートするものです。

形状は写真では分かりづらいですが、ちょっと大きめのメガネです。

特に左右のツルの部分は回路が内蔵されているためか、縦幅が大きくなっています。また、ケーブルが伸びてバッテリーとコントロールユニットがついています。

問題の見え方ですが、ブラインドを下ろし、照明を消した部屋や廊下でもくっきりカラーで見えます。これはかなり衝撃的です。

ただし両眼視ができるか、歩行できるかはその人の見え方、特に視野がどれくらい残っているかでかなり評価が分かれていました。ある程度を中心視力と、視野がある人にとっては、夜間の歩行の強い味方になってくれると思います。

12月の時点では1月の発売を目指していましたが、デザインの最終確定に時間をかけたため、最終情報では2月からの予約開始に延期されました。価格は約39万円と高価ですが、最終的には補装具としての指定を目指しているとのこと。

販売店は、現在のところ東京・四谷にある「朝倉メガネ 四谷本店」での取り扱いが決まっています。事前予約(03-3357-2251)のうえ、訪問してほしいとのこと。

新しい情報が入りましたら、メーリングリストや会報誌でお知らせします。

参考 URL: <https://pc.watch.impress.co.jp/docs/news/1082206.html>

神戸アイセンター レポート

役員 神田 信

港 神戸。新神戸駅から三宮に出て、そこからポータルライナーで12分。医療センター駅前に、神戸アイセンターが昨年12月1日に開業しました。

神戸アイセンターは、iPS細胞を用いた再生医療の眼科領域研究施設、眼科専門病院、そして、ビジョンパーク。これらの構成で研究、臨床、ロービジョンケアや、視覚に関わる様々な情報発信・収集などすべてを一貫して行う最先端の施設です。

研究施設はもちろんのこと、眼科病院にも最先端の機器が導入されていました。入院施設は神戸市民病院ということもあり、極端にゴージャスな感じではありませんでした。一方、ビジョンパークはオシャレな雰囲気、常識にとらわれないどこにもない空間です。これは、神戸アイセンターに関わるJRPS神奈川でもお馴染みの三宅琢先生を中心に、高橋政代先生、仲泊聡先生の想いが詰まっているようです。

わざと段差を作り白杖の必要性を感じさせたり、運転の危険を感じさせるドライブシュミレーターがあったり、世界初？かもしれませんが、光と音の出るクライミングウォールもあります。その他、大人の絵本というか、視覚のハンディがあっても楽しめる本、もちろん本を読むための拡大読書器も配置されています。

何故かビジョンパークの真ん中に大きなキッチンテーブルがあり、料理もでき

るようになっていますが、私が行ったときは、施設全体を触って理解できる模型が置かれていました。

ちょっと、いや、かなり変わったビジョンパークですが、「見えにくい」「見えない」人だけでなく、全ての人が集う公園となり、視覚について学ぶことができ、企業、医療、福祉、教育など、様々な分野の情報発信、収集の場となっています。

地元のJRPS会員によるピアカウンセリングや、ロービジョン・ブラインド川柳コンクールの発表もこちらで行う予定です。

また、1月21日には、視覚に関わるデジタル技術を競う、『第4回 Grants4Apps Tokyo(グランツ・フォー・アップス・トウキョウ)』が行われ、文字を読むメガネ“OTON GLASS(オトン・グラス)”が最優秀賞をとりました。

視覚障害の就労に関する、『isee!“Working Awards”2018(アイシー・ワーキング・アワード2018)』では、私も【アイデア部門】環境整備賞をいただきました。こちらは「3月29日をロービジョンの日」にして、JRPSが制定した「9月23日網膜の日」と共に、障害理解を深めるきっかけをつくろうというものです。これらはほんの一例ですので、今後神戸アイセンターから、様々な発信がされていくことと思います。神戸に行かれることがあれば、是非お立ち寄りされることをお勧めします。

最後に、なぜ「3月29日をロービジョンの日」にしたのか？

3・2・9 見えにくい日とゴロ合わせです。

男性諸君！
～トイレはきれいに使いましょう～

会長 佐々木 裕二

あるイベントの懇親会の後、「トイレがベタベタに濡れていた。」と知らせてくれた人がいました。そのトイレは洋式で、男女共用だったそうです。しかも、会場は貸し切りでした…。ほぼ間違いなく、我がJRPSの男性が汚してしまったわけです。次に入った女性はどう感じたでしょう。お店の人は？もしかしたら講師の先生は？

みなさん、洋式トイレで小用をする時には座って下さい。

「男の沽券にかかわる」とかいう人がいますが、とんでもないことです。失敗し

ては何にもなりません。自宅のトイレは自由に使っていただいて構いませんが、多くの人が使うところでは、細心の注意が必要です。次に入る人のことを考えて下さい。

自らの能力の自覚と受容、そして他の人への配慮ができてこそ、立派な視覚障害者といえます。

「あの人達は目が不自由なのに、たいしたものだ。」そう言われるよう努力しましょう。お互いに。よろしくお願いします。

試してみませんか？「減災クイズ」第3回
～あなたのいのちを守るクイズです～

支援会員 白崎 正彦

こんにちは、白崎正彦(通称シロちゃん)です。掲載開始早々85号でお休みしてしまい申し訳ありませんでした。

古くから日本は「災害大国」と言われていましたが、東日本大震災以降、地震はもとより、水害、竜巻、熱波、寒波、さらには大陸間弾道ミサイルと現れ、天災、人災が休む間もなく発生し、今や日本は「超災害大国」と、あまりありがたくない呼称になりそうです。

今回は21問から10のクイズです。

＝問 題＝

第21問:ゲリラ豪雨が増えている原因として考えられている現象は、次のうちどれでしょうか？

- ①オゾンホール of 拡大 ②磁場の弱体化 ③地球の温暖化

第22問:南アメリカのペルー沿岸から沖にかけて、海水温が平年よりも低下する状況が長期間続く現象を何と呼ぶでしょうか？

- ①エルニーニョ現象 ②ラニーニャ現象 ③トニーニョ現象

第23問:昨年 of ミサイル発射で話題になった“J-ALERT”を日本語で表すとどのようなになるでしょうか？

- ①全国一斉警報システム ②全国瞬時警報システム ③全国統合警報システム

第24問:海の中を津波が伝わる速さは深さにより違います。それでは、水深が500メートルの海では、どれぐらいの速さで津波が伝わるでしょうか？

- ①約時速800km(ジェット旅客機程度)
②約時速250km(新幹線程度)
③約時速36km(ウサイン・ボルト程度)

第25問:「防災の日」は、何月何日でしょうか？

- ①1月17日 ②3月11日 ③9月1日

第26問:大規模災害に備え、自宅から避難所までの経路をシミュレーションする場合、次の中でもっとも好ましいのはどれでしょうか？

- ①一番近い避難所へ移動する複数のルートを、シミュレーションしておく。
②自宅から近い避難所数カ所それぞれの最短ルートを、シミュレーションしておく。
③自宅から近い避難所数カ所それぞれ複数の避難ルートを、シミュレーションしておく。

第27問:台風について正しく書かれているものはどれでしょうか？

- ①熱帯低気圧のうち、最大風速がおよそ17m/s 以上のもの。
②熱帯低気圧のうち、最大瞬間風速がおよそ17m/s 以上のもの。
③熱帯低気圧のうち、平均風速がおよそ17m/s 以上のもの。

第28問:台風が接近しているときの準備として、間違っているものはどれでしょうか？

- ①停電に備え、懐中電灯を用意しておく。
②防災放送が聞こえやすいように、雨戸は開けておく。
③屋外の排水溝の掃除をしておく。

第29問:外出中の午後7時に大規模災害に見舞われ、交通機関がマヒしたとします。家までの距離は、直線距離で20km 程度ありそうです。幸い、歩き慣れた靴を履いています。そのとき最もふさわしい行動はどれでしょうか？

- ①歩いて帰る

- ②電車が動くまでホームで待機する
- ③翌日まで安全な場所で過ごす

第30問: 次のうち、竜巻が発生しづらい場所とされているのはどれでしょうか？

- ①平野部 ②沿岸部 ③山間部

=正 解=

第21問: ③地球の温暖化

地球の温暖化により海水温が上昇し、空気中の水蒸気が増えることが原因として考えられています。空気中の水蒸気が増えれば、その水蒸気が冷やされたときに凝結し、雨となって地上に降ります。空気中の水分量が多いため、大雨になりやすいのです。

第22問: ②ラニーニャ現象

南太平洋のペルー沖で海水温が上昇した状態が続くことを「エルニーニョ現象」、逆に低下した状態が続くことを「ラニーニャ現象」と呼びます。エルニーニョが発生すると日本は冷夏に、ラニーニャが発生すると日本は猛暑になりやすいと言われています。どちらの現象も、世界中に異常気象をもたらす原因のひとつと考えられています。

19

●
情報
コー
ナー

第23問: ②全国瞬時警報システム

J-ALERTは、国が発表した情報が、瞬時に国民まで届くことを目的としたシステムです。昨年のようなミサイル攻撃の他に、大津波など大規模な自然災害が差し迫ったときにも使用されます。

第24問: ①時速800km(ジェット旅客機程度)

津波は、水深が深いほど早く伝わります。水深500メートルで時速250km程度、10メートルで時速36km程度になります。

第25問: ③9月1日

大正12年(1923年)に発生し、10万人以上の死者、行方不明者を出した“関東大震災”に由来し、昭和35年(1960年)に制定されました。

第26問： ③自宅から近い避難所数カ所それぞれ複数の避難ルートを、シミュレーションしておく。

避難所によっては、災害の種類により受け入れの制限がある場合があります。たとえば低い土地にある避難所では、水害のときに条件付きとなる場合があります。そのため、近くにある複数の避難所まで複数のルートをシミュレーションしておくことが望ましいのです。あらかじめ近くにある避難所がどのような時に利用できるのか、を確認しておくことをおすすめします。

(避難所に関しては、自治体のハザードマップで確認できるはずです。)

第27問： ①熱帯低気圧のうち、最大風速(10分間平均)がおよそ17m/s 以上のものを「台風」と呼びます。

第28問： ②防災放送が聞こえるように、雨戸は開けておく。

台風の風で飛ばされた物がガラスを突き破ってくるかもしれません。雨戸やシャッターがある場合は、必ず閉めておきましょう。ない場合は、カーテンを閉めておくだけでも被害を小さくできます。

第29問： ③翌日まで安全な場所で過ごす

午後7時だと、(地域によって違いますが)夏場でも暗くなる頃です。そして、交通機関がマヒしているような大規模災害の場合、道路が寸断されている可能性や、停電で信号や街灯が消えていることも考慮しなければなりません。直線距離で20kmある道のりを歩いて帰るのは危険です。また、駅には人が密集する可能性が高く、決して安全な場所とはいえません。

第30問： ③山間部

竜巻は、平坦で開けた土地や沿岸部でよく発生しています。山間部で竜巻が観測されていないのは、人口が少なく発見されていないだけ、という可能性もありますが、複雑な地形により風の流れも複雑になるため、と考えられています。

サキサキ先生の簡単パソコン活用講座(8) ～AIがやってきた～

会長 佐々木 裕二

●ご存知ですか？「スマートスピーカー」

昨年後半、次々に発売された“スマートスピーカー”。テレビCMで話しかけている姿をご覧になった方も多いと思います。

スマートスピーカーとは、話しかけた言葉を音声アシスタントが解析して、その内容に応じた返事を返してくれたり、家電などの操作をしてくれたりするものです。例えば、「今日の天気を教えて？」と聞けば、天気予報を読み上げてくれ、「リラックスできる音楽を流して」と言えば、お好みの音楽を流してくれます(音楽配信サービスの契約が別途必要です)。

こう聞くと、「あれ、“siri”と同じじゃない。」と思うかも知れませんが、まさしく siri は音声アシスタントなんです。でもスマートフォンと大きく違うのは、手での操作が全く必要ないということです。(AIアシスタントはインターネット上にあるので、Wi-Fi(ワイファイ)などネット環境が必要です。)



左: Google Home 右: Amazon Echo

●何ができるの？

音声アシスタントはAIアシスタントとも呼ばれ、人工知能を利用して言葉を解析し、内容に応じた返事、アクションを返すものです。人工知能なので、多くの人を使い込むほどに賢くなると言われています。また、個人の声を判別してその人に応じたリアクションもできるようになります。

スマートスピーカーの一番の特徴は、パソコンやスマホのように手を使わずに声で操作できるところにあります。料理中で手が濡れていても、何か仕事をしながらでも声で命令することができます。

音声アシスタントの種類や製品によって異なりますが、概ね以下のようなことができます。

アラームやタイマーをセットする、スケジュールを登録・確認する、ネット検索して情報を取得する、天気予報を調べる、辞書を引く、ニュースを読み上げる、ラジオ放送を流す、対応サービスを利用して好みの音楽を流す、テレビでネット動画や映画を再生する。

また、対応製品はまだ少ないですが、照明やエアコン、ロボット掃除機、その他家電の操作ができるようになると言われていています。スマホと同様に機能を追加してできることが拡張されます。

●音声アシスタントと製品

代表的な音声アシスタントとスマートスピーカーには以下のものがあり、今後様々な機器が開発されると言われています。

1. Amazon Alexa(アマゾン アレクサ)
製品:アマゾンエコー、オンキヨー(ONKYO)のP3
2. Google Assistant(グーグル アシスタント)
製品:グーグルホーム、オンキヨー(ONKYO)のG3、ソニーのLF-SS50G、JVLのLINKなど。
3. LINE Clova(ライン クローバ)
製品:ラインのクローバ
4. Microsoft Cortana(マイクロソフト コルタナ)
製品:なし
5. Apple Siri(アップル シリ)
製品:HomePod(ホームポッド)…発売間近?

気になるお値段ですが、安価なものは6,000円くらい、上位機種で14,000円から、高音質モデルは30,000円を超えるようです。まだまだこれから成長が見込まれるスマートスピーカー、さて私達の生活をどのように変えてくれるのでしょうか?

ちょっと話してみませんか？(ピア相談のご案内)

心理相談員 板嶋 憲次郎

ピア相談とは、障害者もしくは難病患者本人やその家族が、同じような境遇や悩みを有している人たちの話を聴き、次につなげることです。

私自身、皆さんと同じRP患者です。皆さんが抱えているRP特有の悩みは、私も抱えています。だからこそ同じ病気の仲間同士、「そうだよね…」と共感しあえることが数多くあるはずですよ。

皆さんの苦しい胸の内を形にした「ことば」から共感が生まれ、そこから心に変化が訪れると信じています。立ち止まってもいい。下を向いてもいい。まずは、ちょっと話してみませんか。

形式は面談もしくは電話を基本に考えております。ご連絡をお待ちしております。

●対象：RP患者とその家族

●聴き手 プロフィール

板嶋 憲次郎(イタジマ ケンジロウ)

1970年(昭和45年生まれ) 47歳

約27年前(20歳頃)にRPと診断される。

約17年前(30歳頃)障害者枠で転職。金融系の会社にて事務を担当。現在に至る。

月に1～2回程度、かながわ難病相談支援センターでピア相談員を行っている。

●連絡先

(電話) *****

(Eメール) *****

読書の薦め(読めばワカルヨ一)

横須賀市 内田 知

■『スクープ』 ■『ヘッドライン』 ■『クローズアップ』 ■『アンカー』

今野 敏(こんの びん)著

報道番組の記者と、警視庁捜査課の刑事。水と油の関係のはずの二人が、タッグを組んで事件を追うシリーズ。

お互いに事件の情報ほしさに腹の探り合いをするのだが、同じ事件を追っていると知れば、表と裏の顔を使い分け、周囲を煙にまいて協力し合う。二人を囲む脇役たちも多彩。番組担当デスク、ニュースキャスター、刑事の若い相棒、大手新聞社の社会部記者。どの作品を最初に読んでもいい。必ず、全シリーズ読むことになる。

但し、シリーズ1作目、『スクープ』はサピエにはありませんので、お近くの図書館かライトセンターに問い合わせしてお借りください。

■『遅咲き冒険者(エクスプローラー)1~4』 安登 恵一(あと けいいち)著

ユーモアプラスアドベンチャーの異世界ファンタジーシリーズ。

英雄に憧れて剣を持ち、早10年。同世代の仲間たちが次々と引退していく中、自分もそろそろ才能の限界かと諦めかけていた主人公の冒険者。そんな彼が、護衛任務の最中に会った不思議な力を持った少女に、命を助けられる。主人公は、助けてくれた少女と旅する事を決める。その決断が彼の運命を大きく変える。異世界の話だから、なんでもありの展開が面白い。

今、限界の壁を打ち破るベテラン冒険者の逆転劇が始まる！！

■『烈火の月』 野沢 尚(のざわ ひさし)著

アクアライン開通によって人口が増加し、麻薬、青少年犯罪、汚職などあらゆる犯罪が集結しつつある千葉県湾岸のとある町に、一人の刑事がいた。彼の凶暴さは、同僚刑事たちも恐れた。そんな、彼が立ち向かう敵とは？

今や世界の北野と言われるようになった、ビートたけし(北野武)監督のデビュー作、『その男、凶暴につき』の脚本を手がけた著者が、作品名を改題して新た

な物語にしたのが本作。映画にはないハードアクションとラストの展開。主人公とともに、悪と戦うダーティーヒロインへと変身していく女性の活躍も見逃せない。

本編の後の解説も、興味深い内容。読んでソンはナシ。

■『ワンダー・ドッグ』 竹内 真(たけうち まこと)著

ある高校の入学式に、新入生の男子が捨て犬を抱いて現れる。犬は、ワンダーと名づけられ、学校で飼われる事になる。

この、「学校で犬が飼われるまでの高校生たちの奮闘ぶり」が読む手を止まらせない。ワンダーを拾った高校生は3年後卒業し、高校を去っていった。男子が卒業した年に、一人の少女が入学してくる。こうして、少女とワンダーとの新たな物語が始まり、ワンダーを拾った高校生は教育実習生となって学校に戻って来た。果たして、少年だった青年と少女と一匹の犬のその後は…？

犬が主人公になったり、脇役になったりして描かれた青春小説。これは、なかなかの傑作。

『烈火の月』と、『ワンダー・ドッグ』はサピエにはありませんので、お近くの図書館かライトセンターに問い合わせしてお借りください。

25

●
投
稿
コ
ー
ナ
ー

投稿コーナー

みんなの川柳・俳句・短歌

神奈川MLのみなさん

●川 柳

【横浜市 渡辺 千登世】

* わが家系 子ども天国 多産系

—新年会は去年もそうですが、今年も誕生したばかりの赤ちゃんの泣き声が響きました。

* 飲兵衛は 過去のことよと 一気飲み

—お正月のお酒は格別です。

* 地震より 警報鳴って 我忘れ

—携帯を替えて初めての警報にビックリ仰天！音だけでパニックになりました。

* 氷上の 華麗なジャンプ 甦る

—去年は偶然にも浅田真央さんに対面できて最高にハッピーでした。

* 初雪は 情緒どころか 大雪に

—見渡す限り雪に覆われて何も見えません。

【藤沢市 馬酔木(あしび)】

< 自嘲 >

* 最小の 悪を探して 期日前

* 人として「それってどーよ」活動費

* アメ玉を 口いっぱい ウォーキング

* おみくじを 引いて今年の 運も尽き

* 運悪く 茶柱知らずに のみほした

【横浜市 清水 秀雄】

* 本年も ひねる頭で 迷句詠む

—本年も川柳を楽しみます。たまには名句を。

* タフガイの 映画に今は カラオケで

—若い頃、裕ちゃんのファンでした。

* 喜寿目指し ジムで鍛える 元気ジイ

—頑張れ、おじいちゃん。

* 冬五輪 奈緒沙羅期待 金メダル

—皆応援。二人には尚更期待します。

* 指を折り 考える人 ゴーシチゴ

—川柳詠んでいるのかな。

【横浜市 原 邦夫】

* 大晦日 町行く人も せわしなく

—大晦日の街角スケッチ。

* 初詣 今年の運は 末吉だ

—本当は大吉を期待していたのに。

* 箱根路に 今年こそはの 夢消える

—ひそかに地元の大学を応援していたのに残念。

【横浜市 森田 祐吉】

* なによりも 幸福求めて「わろてんか」

—「笑う門に福来る」ですね。

* どこ観ても 犬の散歩は ワンダフル

—今年の干支のワンちゃんの散歩は、どこの家の犬も、いつになく元気な様子です。

【横浜市 吉川 弘】

< RP 患者の泣き笑い 食事編 >

* 黒い箸 取ったつもりが 赤と黒

* 食パンの 周りのベタベタ バタージャム

* ひと山の 刺身のわさび 口の中

* 鍋つつき 肉か野菜か 箸次第

* いつやった テーブルの上 水だらけ

27

●
投
稿
コ
ー
ナ
ー

【横浜市 澤田 有希】

* AIに みんなお任せ 近いうち

【小田原市 井手 章】

< テレビシリーズより >

* ムービーは 音で見るもの いつからか！

* テレビ見て 昔の俳優 眼に浮かぶ！

* ドラマ見て 今の女優 どんな顔？

—今年は戌年ですね。英語版の福笑い？川柳にしてみました。

英語版: Wonderful! Happy New one Year! Gooddog job!

日本語版: ワンダフル ハッピーニューワンイヤー グッドッグジョブ

翻訳: すばらしいワン 新しい戌年の1年を祝いましょう 戌年いいワン！

【横浜市 佳純目 讓司】

- * 初投句 カみ焦りを 抑え詠む
—よろしくお願ひ致します。
- * 初日の出 ダイヤで飾る ダブル富士
—TV 中継です。画面の霞は頭の中ではクリアーです。
- * 年一度 互いの息災 知る賀状
—年賀状交換も意味がありますよ。
- * 初夢は 見た気がするが みな忘れ
—おかしいな。見たような、見ないような。
- * 相撲界 禁じ手待った 次々と
—事件続発、ファンあつての相撲ですよ。

●俳句

【横浜市 森田 祐吉】

- * 新春の あまざけ受ける 初詣

●短歌

【横須賀市 眞田 京子】

- * 寒風に 吹かれからから 枯葉鳴り 心も弾む 青空の下
- * 二十年 箱根駅伝 撮り続け 兄は情熱の 個展ひらく
- * 秋深き 美ヶ原の 放牧地 下山の近き 牛ら戯る
- * 山道に あまた散りぼう 紅葉葉(もみじは)を 踏みつつゆけば 乾く音する
—都民の森にて。

【横浜市 森田 祐吉】

- * 天皇の 年頭言葉 優しくて われも祈るは 世界の平和
- * 初春(はつはる)を 施設で過ごす 母思い 百寿の余生 いかにおごさん
—京都の独居の母が、昨秋老人施設に入居しました。元気なるもどうしているかを詠んだもの。

ウッチャンの落書きストーリー ～ベルマヒ闘病記～

横須賀市 内田 知

昨年9月、ウッチャンは『ベルマヒ』という病気になった。ベルマヒとは、『顔面マヒ』を意味している。ウッチャンの場合は、右側の顔面がマヒした。オフクロサンに「右側の顔がヘン。」と言われ「どうせおれの顔はヘンだよ。」と答えていたが、言われた翌日に、何かヘンだとウッチャンも感じた。

そこで、まずは行きつけの内科の開業医の先生の所へ行った。先生に「総合病院に行って、MRIを撮ってもらって来るように。」と言われ、MRIを撮ってもらいに総合病院へ。撮ってもらったCDを持って内科に戻る。パソコンを見ながら「脳に問題は無いようだ。これは耳鼻科だな。すぐに耳鼻科に行って診てもらいなさい。」と言われたウッチャンは、病院のはしごかよ。とうんざりしながら耳鼻科へ。

耳鼻科の先生が言った。「これは、ベルマヒだな。まあ命がどうのこうのって病気じゃないから安心しなさい。」その言葉に「先生、おれはいいとしてオフクロにはきついジョークだよ。」と答えると、「お母さん、大丈夫ですよ。治るのに時間がかかりますが、ちゃんと治りますから。」と慌てて返事をした。「先生、人を見てジョークを言わないと。」とウッチャンが言った。それを聞いて「お兄ちゃん、あんたも気を付けなさい。」とオフクロサンが言った。その言葉にウッチャンと先生は苦笑いした。

先生の説明によると、疲労とストレスが原因で発症する病気だと言われているが、はっきりした原因はわからないらしい。しかし、誰かに疲労感やストレスを与えているウッチャンが、なんで発症してしまったのかが不思議なのだ。ウッチャン自身も「なんでおれが？」と思っていた。

さて、病気を治すには入院が必要と言われた。だから、入院治療を受けるためにまたまた別の病院に行く事となった。次の日に紹介状を持ってその病院へ。ウッチャンの顔を診た先生は言った。「このまま入院していただきますね。」これには、入院を覚悟していたとはいえ、「明日ではだめですか？」と、ウッチャンはあわてて尋ねた。

返事は、「だめです。」だった。

こうして、ウッチャンの入院生活が始まった。

治療方法は、1日3回の点滴。この点滴が2種類あって、朝昼晩の3回。2種類の点滴が終わるのに90分ほどかかる。夜の点滴は22時から。でもって、点滴終了後に体に変調が起こる。頭痛に冷や汗というか脂汗というか、嫌な汗が出て体が熱くなる。これが治まるのに1時間以上はかかる。その間は、頭にアイスノンを敷いて寝ているしかない。そして右側がマヒしているから、右目が閉じられない。半開き状態の目はドライアイになってしまう。目が乾くと、こんなに痛いのかと知った。

先生に眼帯するように言われた時、「全盲のおれが眼帯かよ。」と思ったウッチャンは、軽い気持ちで言った。「どうせ眼帯するなら、柳生十兵衛みたいのがいい。」…シーンと静まり返る病室。やばいと思ったがもう遅い。空咳をして「とにかく、眼帯を。」と言って先生は病室を出て行った。無論、先生がいなくなった後で、ウッチャンはオフクロサンに怒られた。

ところで、この場に山田さんもいたのである。ウッチャンがオフクロサンに怒られた後、山田さんはなにげにウッチャンに言った。「柳生十兵衛より、伊達正宗の方が、カッコいいですよ。」と。オフクロサンは、あつけにとられて黙り込む。ウッチャンはただただ笑った。たぶん、ジョークを言ったつもりのない本人は、笑っているウッチャンを見ながら首をかしげていたに違いないだろう。

さて、入院中のウッチャンには看護師さんたちへの不満がいっぱいあって、長くなるから書かないけど、面白い事を一つだけ…。

ウッチャンの病室に入ってくる看護師さんが、必ず言う言葉があった。それは、「内田さん、すいません。部屋の電気をつけてもいいですか？」だった。それを聞いたたびに、おれは視覚障害者だったんだっけ。と苦笑いしながら、「どうぞ」と返事をしていた。治療以外で大変だったのが食事である。なんといっても右側がマヒしているから、右端の唇に力はいらない。てことで、口の中に入れた物が右側の唇からこぼれてしまう。こぼれないように、と右側の唇に濡らしたハンドタオルを押し付けて食べるのである。飲み物はストローを使う。それも唇に力はいらないので、吸い込むのにかなりの力を入れないと飲めない。何を食べるにしても飲むにしても、口の中に何かを入れる時は、膝の上にバスタオルを敷いて

おかないといけなかった。なんののかのとあった入院も、9日間で退院。

退院した後も、色々あった。食事は自宅だから、テーブルや膝上にこぼしても平気で食べた。問題は、薬の服用である。飲み薬はなんでもないが、目薬が大変だった。目薬は2種類、両方ともドライアイの治療薬なのだが、一つは、軟膏なのだ。目薬ってのは液体だと思っていたウッチャンには、驚きと怖さがあった。軟膏を目に入れて大丈夫なのか、と…。

それでも薬は薬で、入院中は看護師さんがやってくれたので安心できた。だが、これからは自分でやらないといけない。点眼薬は簡単なのだが、チューブに入っている軟膏を目に落とすのは難しい。1回でうまくいかない。それを見ていたオフクロサンが「貸しなさい。」と軟膏をウッチャンから取り上げ、「上を向いて、目を開いて。」と言う。自分でやると言うウッチャンに薬を返さず、「上を向け！目を開けて！」と怒鳴る。仕方がないから言われたようにすると、「目をもっと開いて。」と言われた。思い切り目を開くウッチャン。それでもだめなのか、オフクロサンはいきなり親指と人差し指を使って、ウッチャンの目を開かせた。それにびっくりしたウッチャンは目を閉じようとする。「目に力を入れない！」と怒鳴るオフクロサンに、「ちょっと待って、目をちゃんと開けるから指を離して。」と頼んだ。指を離すオフクロサン。

改めて、思い切り目を開くウッチャンに、オフクロサンが言った。「口は開かなくていいから、目を開けなさい。」それを聞いてウッチャンは、はたと思った。思い切り目を開こうとすると、なぜか口も開いてしまう事を…。普段はそんな事ないのに、目薬をさそうとする時だけ口も開いてしまうのだ。そうしないようにしていても開いてしまう。オフクロサンは言った。「口を開けるのをやめなさい。本当のバカに見えるでしょ。」これに言い返したい気持ちのウッチャンだったが、開いてしまっている口では言葉が出ない。なんとも言えない悔しさが、心に広がるだけだった。

それにしても、自分で目薬をさしている時も口が開いてしまうのだ。自分は、頭が良くないのは自覚している。だが、オフクロサンの言う、『本当のバカ』ではないと思っている。ところが外出先で、目薬をさしている時に山田さんに言われた。「ウッチャン、口は開けなくていいから、目を開かないと。」と…。

気をつけていたのだが、口は開いてしまっていた。こうなると、いつものツッコミ返す言葉も浮ばず、「わかった。」と返事をするだけだった。

そんなこんなで、今は退院して約3か月。外出して、人前で食事ができるぐらいにはなっている。ミニ集会に参加して、ちゃんと話せるようにもなった。だが、耳鼻科の先生に小まめに顔をマッサージするように言われていたので、暇な時はマッサージをしていた。

これが、ヘンな癖になってしまい、バスの中や電車の中でついつい顔に手がいつってしまう。普通のおじさんが、意味もなく顔をマッサージしていれば、周囲にいる人は気持ち悪がるだろう。しかし、白杖を持った視覚障害者が、両手で顔をいじっているのである。何事かと、みんな心配してくれるのだ。

当然のごとく、ウッチャンに声をかけてくる人が現れる。「大丈夫ですか？どうかされましたか？」と。心配してくれているのだから、礼を言ってワケを説明しなければいけなくなる。ワケを聞いて、それで終わってくれれば楽なのだが、「ベルマヒって何？」「なんでそんな病気になったの？」と尋ねられる。こうなると、まるで昔からの友人のような会話が始まってしまう。そんな経験を2回ほどしたウッチャン。しかし3回目は、長話にはならなかった。なぜって小学1年生ぐらいの子供に、「おじさん、何しているの？」と尋ねられ、「顔が病気なの。」と答えた。たぶん、その子の頭の中では、クエスチョンマークが浮んだだろうが、その後何も聞いてこなかった。それにホッとしながら、電車の中でマッサージするのはやめようとウッチャンは思った。

さて、今号の会報が、みなさんの手元に届くのは2月後半でしょう。その頃、ウッチャンの顔は元に戻っているでしょうか？

さてさて、楽しみである。



◆◆◆読者の声(FAX 用紙) → FAX *****◆◆◆

あなたの声をお聞かせください。会報誌に関する感想、JRPS
神奈川の活動への要望、悩み事など、内容は問いません。

iPhone・iPad使い方教えます (初心者から上級者まで)

・料金

1時間:1300円

2時間:2500円

(交通費・出張費は別途いただきます)

・出張費

東京23区外

東京23区内

都外

無料

500円

1000円～

・交通費は実費となります

Q.どこに出張してくれますか？

A.ご自宅の最寄り駅近隣のカフェなどに伺います。

Q.何を教えてくれますか？

A.音声を利用したiPhone・iPadの使い方(Voice Over)、スマートフォン購入前のアドバイスなどです。

Q.Voice Overって何ですか？

A.画面を見なくても操作を可能にする機能です。

Q.どのアプリも使えますか？

A.Voice Over非対応などの理由で利用できないものもあります。詳しくはご相談ください。

Q.全盲でもできますか？

A.できます。

弱視や介助者の方など、どなたでも受講いただけます。

Q.iPhone・iPadを持っていません。

A.実機をご用意いたします。購入前からのサポートをいたします。

Q.講師は怖いですか？

A.怖くありません(^^)v

私も弱視です。視覚でお困りの方と共に頑張ります！！

井上 直也

TEL:090-6470-0387

mail:i.nao-sumie42@i.softbank.jp



目がご不自由な弱視の方へ

視覚に障害のある方や、見えにくくてお困りの方に
おすすめしたい商品を多数取り揃えております。
一般的にあまり出会う事のない商品を多数展示・販売をしております。
是非、ご相談や情報収集にご来店お待ちしております。



遮光眼鏡 (医療用フィルターレンズ)

眩しくて見えにくい方に光の波長をコントロール!
無料で2週間貸出し個別に対応しますご相談実施中

高倍率ルーペ (拡大鏡)

常時、店頭に450種類ご用意 実際に見比べてください。

音声式・触読式時計

時刻を音声でお知らせする音声式腕時計や置時計
指で直接針を触れる事の出来る触読式腕時計

拡大読書器 据置型や携帯型など最新型拡大読書器を店内25台用意
実物のデモ機をご用意! 自分の眼に合った見え方、映り方をする使いやすい機種や用途で比べて探して下さい。

プレクストーク (視覚障害者用ポータブルレコーダ)

音声図書館で借りたデジ書などの再生や音楽CDを聴く、メモ録! 最近はポケットサイズの小型も大人気

タッチボイス (ICタグレコーダ)

触ってわかりにくい物にタグに音声でメモ録!

テルミー (活字読み上げ装置)

SPコード付の手紙や案内を音声で読み上げます!

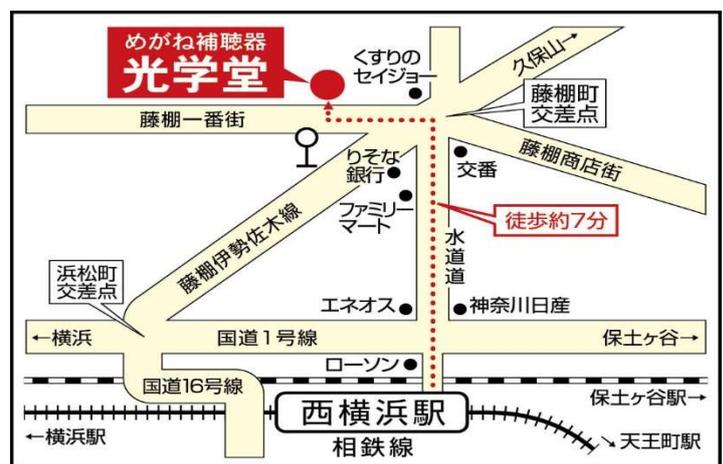
電子ルーペ

持ち運べる拡大機能がある簡易機で大変便利です。

音声体重計・音声血圧計

音声で誘導して体重などをお知らせ。
音声機器はいろいろ便利にございます。

単眼鏡 弱視眼鏡 など



光学堂ロービジョンルーム

〒220-0051 横浜市西区中央2丁目6-5 めがねの光学堂内

毎週水曜日定休日 営業時間: am10:00~pm7:00

完全予約制:ご来店の際は必ずお電話でご予約して下さい。

045-290-0048

詳しくは、<http://www.kougakudo.jp/> 検索

光学堂 横浜市

アイネットワークは、10インチ画面のタブレットを組み込んだ、読書器 198,000 円を 2017 年 4 月から展示開始しましたのでアイフェスタなどでお試ください。アイネットワークは交流会などに参加し、見えにくい、見えない、というかたがたの、ご意見、ご要望をお聞きし、他社に無いもので、ご要望のある新しいモデルを開発し、用具を選ぶとき選択の幅が広がることを目指しています。全て、日常生活用具の、活字文書読上げ装置、読書器の項目で給付を受けられる、対象品です。

アイビジョンスピーチオ



活字文書読上げ装置で給付申請できるアイビジョンスピーチオ 99,800 円行のそろった本だけでなく、身近にある、新聞、雑誌、郵便物などの活字文書を音声で読み上げます。縦書き、横書きが混じり、見出し、説明文、段組が有る、新聞をスムーズに読む事を体験していただいています。この項目の給付要件である、SPコード(音声コード)が印刷されていると、ワンタッチで、解読して音声で読み上げます。見えないというかたも、音声ガイドを聞きながらの簡単操作です。読書器とは別の給付項目ですから、読書器の給付を受けている人も、手帳1級と2級の人は申請できます。原則1割負担で 9,980 円の自己負担。非課税の人は負担を免除されます。

(1) ノート型



読書器で給付申請できるかたには、画面を見て使えるだけでなく、上記のように、活字文書を音声で読み上げもできるモデルがあります。読書器の基準額 198,000 円に対し、原則1割負担で 19,800 円の自己負担。非課税の人は負担を免除されます。基準額からの超過額は自己負担です。

(1) アイビジョンデジタル(ノート型、画面の大きさは 15.6 インチ) 208,000 円
2006 年に出荷開始で、使いやすさを進展させてきたモデルです。カメラとスキャナーが付属、簡単操作アクリル板の穴に指を入れ、順にタッチする簡単操作で使えるモデルです。基準額からの超過額は自己負担です。

(2) しゃべるテレビを画面に使用型



(2) アイビジョンデジタル(しゃべるテレビを画面に使用のモデル) 198,000 円
カメラとスキャナーが付属、簡単操作板の穴に指を入れ、順にタッチする簡単操作で使えるモデルです。画面にしゃべるテレビ(録再無し)を採用、アンテナの接続で、読書器を使わない時にテレビを視聴できます。「しゃべるテレビ」はチャンネルを選んだとき、番組名を音声で知らせてくれる機能があります。原則1割負担で 19,800 円の自己負担。非課税の人は負担を免除されます。

| | |
|---|---|
| <p>読書器で画面を見て使うモデル アイビジョンデジタル見る・書く・動く 198,000 円 見たい書面の上部にカメラが有り、このカメラが前後左右に動く方式なので、書面の置台を動かす事は必要ありませんから省スペースで使えます。</p> | <p>読書器で画面を見て使うモデル 198,000 円 アイビジョンデジタル見る・書く・テレビ画面型 小型・軽量の本体。ご希望の方にはこのモデルに限り 32 インチ録画・再生しゃべるテレビ LCD-A32BHR85 または後継モデルを無償付加します。</p> |
|---|---|

資料の送付、お問い合わせは下記へ。資料送付は全て無料です。こちらからお電話致します。
読書器と活字文書読上げ装置で、読める世界を拓く アイネットワーク有限会社

NTT 電話 & FAX 042 - 583 - 7450 または携帯へ 担当は宮武(みやたけ)です
ドコモ携帯 080 - 8034 - 1163 au 携帯 080 - 5876 - 6373 softbank 携帯 090 - 8341 - 5229
メール aivision@js7.so-net.ne.jp 〒191-0055 東京都日野市西平山 5-23-12

スピーチオ、SPコードは株式会社廣濟堂の登録商標です。しゃべるテレビは三菱電機の商品名です。アイビジョンはアイネットワーク有限会社の登録商標です。官報で、視覚障害者用拡大読書器は、視覚障害者用読書器と改正、と厚労省から告示されましたので、これに従い表記を変更しました。

◆昨年12月のミニ集會に参加された初老の男性患者さん曰く「横浜から東京へ電車を4か所乗り継ぎ目的地にたどりついた。駅での乗り継ぎで、自分からお願いしたわけではなかったが、駅の乗り換えごとに一般の方が誘導してくれた。」

その男性は日頃外出する際は白杖を使われているそうです。近頃、主要駅では視覚障害者への配慮を求めるアナウンスが流れているのを耳にします。

また、昨年末から暗所用電子メガネ(今号にて記事掲載)や文字判読をサポートする「OTON GLASS(オトングラス):メガネタイプ」の製品が開発され、テレビでも放映され、販売されようとしています。近年、視覚障害者に対する社会的なサポートも、徐々にではありますが浸透しつつあります。さらに IT 技術を駆使した視覚補助用具も実用化されてきています。引きこもりがちなあなた、勇気をもって社会に飛び出し、2度と戻らない今日を楽しみましょう!(佐藤)

- ◆JRPS神奈川会報は3形式でお届けしています。
変更を希望される方は、下記連絡先までご連絡下さい。
- 1) 墨字版:印刷物、大きめのゴシック体の文字
 - 2) デイジー版:デイジー形式の録音CD
 - 3) メール版:テキストメール

神奈川県網膜色素変性症協会(JRPS神奈川)連絡先

- ・事務局 溝田 隆之
〒237-0067 横須賀市鷹取*****
TEL・FAX:*****
- ・会 長 佐々木 裕二
〒256-0812 小田原市国府津*****
TEL:*****
E-mail:*****
- ・編 集 JRPS神奈川編集部
E-mail:*****

発行人 特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会
〒157-0072 東京都世田谷区祖師谷3-1-17
ヴェルドウーラ祖師谷102号室

<http://www.rp-k.com>

定価 200円