

残高確認・ICリーダー・スイカ・ナナコ・パスモカードから残高、履歴などが確認できる。

ボイスメモ・・・メモ代わりに使って音声録音からテキストに保存できる。

言う吉くん・・・紙幣をカメラで映すだけで瞬時にその額面を音声で伝える。

ヘルスケア・・・体重・身長などを入力して、その日の歩行数が明記され健康管理のひとつとなる。

ユーメニュー・・・ファーストフーズ・ご飯や麺類・カフェ等のお店の場所とメニューが表示され、金額予想が出来る。

◎ ラジオの聞き逃し配信アプリ



NHK ラジオ・・・NHK 第1・第2・FMの聞き逃したラジオを聴くことが出来る。

ラジコ Radiko・・・現時間での民間のすべての局・FMのラジオを聴くことが出来る。

ラデッカー Radikker

ラクラジ2・・・「探す」から民間放送・FMのすべての1週間までの聞き逃した番組を聴くことが出来る

アプリをインストールする前に！

- ① 人によってニーズは違うので、自分が本当に必要な物を選ぶ
- ② アプリによってはデータ量を使うので、契約しているデータ通信量(2ギガとか、使い放題等)を確認し、契約容量を超えない工夫も必要
- ③ 使っている人などから十分な情報を得る

以上がアプリを選ぶ点で大切なのではないかと思います。一昔前はおでこに機器を付けて障害物の情報を得たり、大きな拡大読書器など、各社大変な開発努力をされてきましたが、今やスマホ1台で視覚障がい者も便利に生活できるようになってきました。私達も上手に付き合ってスマホライフを満喫したいですね。 越谷北 阿保 裕子

◆ 声

4月から入会させて頂いた後期高齢者です。お花、動物、自然が好きです。近くの総合公園と四季折々の木々を眺め、池の周辺を散策するのが日課です。近くには市民プールもあり、月2回程の水中ウォーキングも楽しみです。緑内障からロービジョンになり、落ち込む日々もありますが残された人生、私なりに楽しみたいと思っています。テープで朗読を聴いたり、音楽を聴いて楽しんでおります。アリスの皆さまとの出会いに感謝です。宜しくお願い致します。 越谷東 金子 美恵子

◆ 訃報



草加・南部 宮田 新一さん(1月3日) アリスの大黒柱として、まだまだご活躍願いたかったです。 感謝

越谷南 佐藤 貴和さん(4月27日) 元気の良い明るい声でいつも頑張っておられました。 合掌

ロービジョン友の会

2024年6月25日発行

アリス

61号

(連絡先) e-mail : tomoni01arisu12@gmail.com

(事務局) 大里 TEL&FAX : 048-964-1802

(ホームページ) URL : http://lowvision-aris.jimdo.com/

◆ 報告

☆ アリス新年会 1月24日(水) 源氏総本店南越谷店 35名参加  
 4年振りの開催ということもあり、久し振りの再会に喜ぶ笑顔の輪が広がりました。年明け早々に亡くなられた宮田さんを偲びつつ、また賑やかな事が好きだったからと奥様の和子さんからの助言もあり明るく楽しいアリスらしい新年会になりました。  
 ～\*～宮田さん追悼短歌～\*～

<人のため 情報集めと発信と 出会いつながる 宮田—ミナル>

草加・南部 渡邊 淳子

☆ 宮田さんを偲ぶ会 3月23日(土) 魚鮮水産 15名参加  
 阿保会長、多方面への連絡、本当にご苦労様でした。懐かしい、お久しぶりの方々の顔を拝見しながら思い出話に花を咲かせ、そこに宮田さんがいるかのように思わせてくれる時間を過ごさせて頂きました。あらためて宮田さんがアリスに残してくれた足跡を、たくさん思い出させて頂きました。この後さらに先に進めるように、どうしたら皆でたくさん沢山集まっておしゃべりができるようになるのか、どんな形なら皆さんに来て頂けるのか、取りあえず声を出して頂けたらなと思っています。  
 宮田さん ♡あ り が と う♡ 北部・春日部 村上 かをる


☆ アリスAリーグ(ボウリング) 4月11日(木) ニューパールレーン武里 4名参加  
 参加人数は4人でしたが3回目と言うこともあり大分コツもつかめてきました。一つ発見したことがあり、4本指が入る軽いボールに替えてみたら、すごく転がしやすくなりまっすぐ投げられるようになりました。また是非同じボールでストライクを目指してみたいと思います。 越谷北 鈴木 尚桂

☆ アメディアフェア 4月27日(土) ココネリ  
 私達が苦手なことや私達にとって必要なものは、やはり歩行のサポートと情報。練馬で行われたこのフェアでは、この2つのサポート機器がいくつか展示されており体験もできました。情報のサポートでは拡大読書器や音声読み上げ器、歩行のサポートでは、あしらせやアイナビ等それぞれの見え方の程度に合わせ選択でき、自治体からの支援も受けられます。晴眼者の生活レベルにより近づくために、このような展示会等に足を運んでみては如何でしょうか。素敵な生き方の第一歩を!

北部・春日部 大宮 博幸




☆ **パラレルナインコンサート** 5月2日(木) くぎ清 26名参加  
 2階の貸しホールで開催。バンマスの尾川夫妻以下、大木、田丸、村山、小山、大里のメンバー7名が鉄腕アトム、涙のリクエスト等の6曲を演奏しました。リリーさんの漫談の後、「瀬戸の花嫁」等“祝・鈴木尚桂さん”へ田丸さんのキーボード伴奏により全員の歌でお祝いし、アリスからもプレゼントを贈り、アンコール演奏と26名全員の記念写真を撮って終了。  
 越谷西 大里 正二


☆ **おおぞら号で行く<那須の旅>** 5月15日(水) 38名参加   
 那須旅行は満席のバスで楽しい旅行になると想定していましたが、出発が大幅に遅れた事から南ヶ丘牧場到着が遅れ、予定していた時間に食事が取れず昼食難民が出ました。ここではバーベキューとソフトクリームが好評でした。牧場では乗馬や牛、ウサギなどと触れ合いました。ヤギに囲まれ集団リンチに遭う体験をされた方もいました。お菓子の城で、お土産を求め、那須の温暖で心地よい風に癒されました。  
 越谷南 齊藤 睦弘

☆ **第24回総会** 5月18日(土) 10時~14時 ほっと越谷 40名参加  
 総会次第に沿って、令和5年度活動報告、アリス基金を含む会計報告、監査報告、令和6年度計画(案)、アリス基金を含む予算(案)が発表されました。予算(案)のところでは、支出地域活動費の表記を使い道によって会費とか拠出金とかに分けた方が良いのではという意見や、活動計画(案)では研修と訓練・情報ネットを統一することや、音声パソコンの先生の来訪日をパソコンで流す等のご要望もありました。午後からおともサークル「Rhyme(ライム)」さんのマリンバデュオ演奏会♪この季節にピッタリの新緑の衣装の女性お二人による躍動感のある軽快なマリンバ演奏は、澄んだ甲高い音の響きがとても素敵でした。アンコールで東京ブギウギを演奏して頂き、すっかりマリンバファンになりました。  
 越谷北 池田 弘子

☆ **がもう寺子屋** 6月15日(土) パコム  
 色々な見えにくさがあるよ、目が不自由でも“かわいそう”じゃないよ。アイマスク、ガイド体験を通して「心優しい越谷っ子を育てる活動」の障がい理解に参加させて頂いて9回目。今回はクロックポジションについて一緒に楽しく学びました。  
 越谷北 阿保 裕子

◆ **定期活動報告**

- **みなくるアリス(定例会)** 3月30日、(4月27日はアメディアフェアに変更、6月29日は七夕フェスタに変更)、**次回は7月20日(土)の予定** ななサポこしがやにて (阿保)
- **アリスどっとサロン** 毎月第2火曜日 10時~12時 ななサポこしがやにて  
 スマホやプレクストークなどの操作方法の勉強と、点字やパソコンについても情報の交換と語らいを一緒にしませんか。(大里)
- **身体ほぐし**  毎月第2水曜日 13時~ こばと館にて  
 座ったままでも出来る太極拳で、転ばない身体を作りましょう。参加者募集中 (塚村)
- **アリパソ** 毎月第1土曜日 10時~12時 ななサポこしがやにて  
 (アリスパソコン勉強会) 音声パソコンやスマホの使い方、役に立つアプリについて勉強し情報交換とおしゃべりを楽しみましょう。(大里)

- **アリのみ** (アリス飲み会)   
 アリスの飲み会は宮田さんの足跡の一つになります。ひかりの森での白杖の使い方の訓練の後、ご苦労さんで飲み始めた宮田さんと宮城先生の二人に参加者が加わりました。今は毎月第3木曜日15時30分魚鮮水産にて。飲んで(アルコールでもソフトドリンクでも)、食べて、取り留めのないことをしゃべって・・・何年になるのでしょうか。これからも続けていけますよう大勢のご参加をお待ち致しております。(村上)
- **水辺の市** 只今 休会中

※ 市民活動支援センター(ななサポこしがや)は、外国人相談窓口等新設により改修工事が行われ、10月21日から来年1月31日まで休館となります。

◆ **特集**

**お役立ちアプリ**

監修 小幡律子先生 

◎ **視覚支援アプリ** ※特集でご紹介のアプリはすべて無料

- シーイングエーアイ Seeing AI  
 エンビジョン Envision .....  
 サリバンプラス Sullivan+  
 活字文字や手書き文字を画面に映ったもの、又写真等の画像も音声で説明し、アプリによってはテキストに変換出来るOCRアプリ
- ビーマイアイズ Be My Eyes.....  
 スマホから登録しているボランティアを呼び出し、一緒にスマホ画像を見合せて調べてもらうアプリ・AI解析のBe My Eyesもあり
- ユーディーキャスト UD Cast .....  
 ハロームービー HELLO! Movie  
 映画での音声ガイド(スマホからアプリを選び副音声で晴眼者と一緒に映画が楽しめる)

◎ **歩行支援アプリ**

- ナビレク Lite .....  
 アイナビ Eye Navi.....  
 障害物を検知して移動を支援するアプリ  
 経路を提示して行き先案内するアプリ
- Yahoo 乗り換え案内 .....  
 オコ Oko .....  
 行き先駅までの発着・到着時間、乗り換え等の経路と所要時間等が表示され、目安時間等が分かる  
 信号機にスマホをかざすと音声表記で赤・青の表示があり、安全に横断できる

◎ **その他 便利なアプリ**

- ミライロ ID..... 障がい者手帳にデータを入れておくと、手帳を持たずにスマホを提示するだけで障がい者手帳の代わりができる。
- 衣服の色調べ..... 色の判断をして音声で色を伝える。
- はれほす..... 温度・湿度の表示、日差しの様子で洗濯物の外干しの基準を伝える。