



チューモくん日記 #クイックロービジョンケア

～読み書きしやすく～

秋田県立視覚支援学校オリジナルキャラクターのチューモくんです。

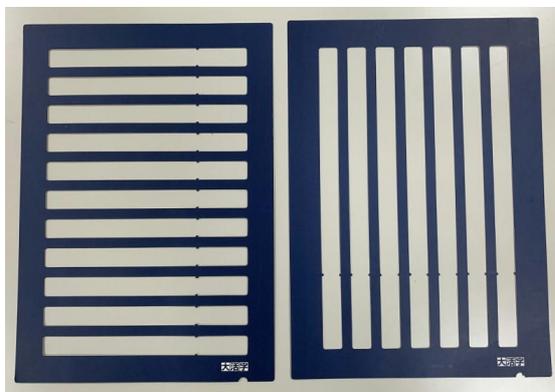
このシリーズでは、本校の相談支援活動でよく耳にする、生活上の不便さに関する話題から、対応策を紹介して喜んでいただけたものを紹介していきます。

本や新聞を読むとき、あるいは手紙や銀行・郵便局の窓口で伝票に名前などを書くときに、どこを見たらよいか分からなくなる、または、白い紙からの反射がまぶしくて、読んだり書いたりするのが大変、という悩みを聞くことが多くあります。

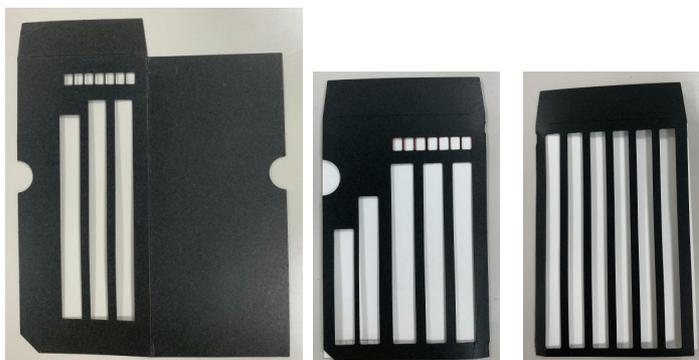
そういうときは、**タイポスコープ**や**サインガイド**と呼ばれるものを使うと、読み書きする場所を見つけやすくなります。

読みやすくということであれば、「#文房具～リーディングルーラー～」で紹介した、カラーフィルムにガイドになるラインが入ったものでも対応できますが、書くときには使えません。

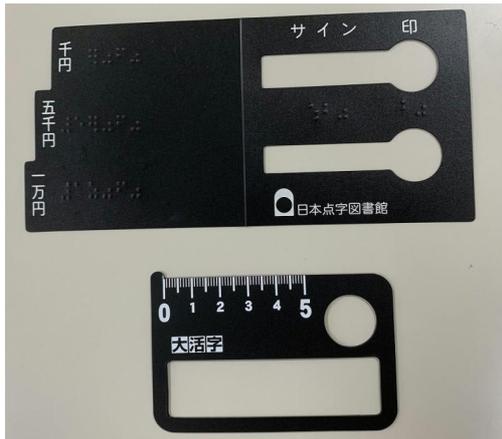
実は、書くときに便利な品も、何種類か市販されています。



便箋やノートに書くための罫ガイド



封筒や葉書の宛名書き用のガイド



伝票などで名前や住所を書く枠を示すサインガイド（印鑑を押す場所には、丸いところを合わせる）

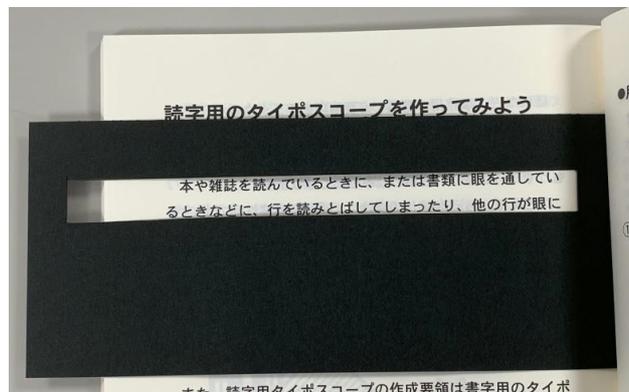
これらの製品は、白い部分の反射が抑えられて見やすいですね。

こうした、市販のものがたくさんありますが、自分がよく使うものに合わせて自作することもできます。

黒い紙ならなんでもよいのですが、百円ショップで黒い厚紙が売られていますので、これを使うと、丈夫で長持ちして経済的です。



よく読む本のサイズ、仕事で使う書類の様式などに合わせて、自分用にカスタマイズしてみましょう。



視覚障害者用に開発された高価な支援機器でなくても、自分にとって使いやすい道具を探すと、生活の中のちょっとした困りごとを解決することができます。

このような、ちょっとした工夫で見えにくい方の生活を改善できるようなアドバイスを行うことを「クイック・ロービジョンケア」といいます。



文房具の紹介の際もお伝えしているように、弱視の人は、それぞれ見え方が違うので、「絶対にこれが一番」というものはありません。紹介した商品を参考にしながら、自分にとって使いやすいものを探してみてください。