

特集

私のパソコンの使い方

土田 浩敬

1、はじめに

こんにちは、兵庫頸髄損傷者連絡会の土田浩敬です。みなさんも、パソコンを使用する時に色々な工夫や知恵を出して、されていると思います。私はかれこれ 13 年間、今回紹介する方法でパソコンを使用しています。こんな方法もあるんだと、知って頂けたらと思います。

2、パソコンを始めるにあたり

パソコンを使用するにあたり、身体状況により、操作方法も違ってくると思います。私は、第4番頸髄を損傷したことで、両手両足が完全に麻痺しています。そのことから、パソコンを操作する手段が限られてきます。ロマウスといって、顎でカーソルを操作する方法や、ほっぺたでトラックボールを操作する方法、音声入力があります。いろいろ試した結果、一番使いやすかったマウススティックを口でくわえて、トラックボールやキーボードを操作することにしました。ただ、キーボードは机等に置くだけではキーが押せず、少し手前に起こすよう角度を付ける必要があります。

3、パソコン台を作ろう!!

私は、キーボードに角度をつけるため、ホームセンターへ材料を探しに行くことにしました。理想のパソコン台は、コンパクトで付け外しが可能、それでいて使いやすいというものでした。付け外しが単純で、誰にでもセッティングしてもらいやすくするために、材料を出来るだけ少なくしようと考えました。A4サイズのプラスチック板にL字のステーを両面テープで張り付けて、さらに木材とステーを使って、テーブルに差し込めるように工夫しました。想像通りの仕上がりに私は大満足。使ってみた感想は、パソコン台を 45°に傾けることで、キーボードでマウススティックを打ちやすくなりました。あと、トラックボールを置く台は、ミニすのこを丁度いい大きさにカットして、蝶番を使って折り畳めるようにしていま

す。最後に、マウススティックを置く所は、大き目の洗濯バサミを代用することで、使いやすい高さや角度になりました。



パソコン台横からの図

4、まとめ

完成したパソコン台は、取り外しがしやすくコンパクトで使い勝手が良いものが出来ました。今回洗濯バサミを代用してみて、生活の中に沢山のヒントが散りばめられているように感じました。

生活に必要なものが便利に使用出来れば、もっと快適な頸損ライフに近づくとと思います。もしこのパソコン台に興味を持たれた方は、気軽に連絡ください。



パソコン設置の図