

私の IT. 活用術

私は、認知症ですが、ipad、iphone、Apple Watch、スマートスピーカーアレクサを使って生活しています。

出かける時はアレクサでアラームを鳴らし、iPhone のリマインダー機能で指定された時刻に Apple Watch にメッセージが流れるようにしています。

Ipad、は文章(メモ)を作成したり、講演資料を作成している。

Facebook、Messenger、line を使用しています。

iPhone は、出先で、スケジュールを確認したり、音声入力でメモをとったり、目的地までの経路を調べたり、電話機としてしようしている。

iPad は商品をアマゾンで注文するときに使っている。

iPad で Google カレンダーの予定を入力している。

私の 1 日のスケジュール

朝、アレクサのアラームで目が覚める。

iPhone の万歩計機能で歩数を記録しながら散歩すると。

iPhone のグーグルカレンダーで、予定を確認する。

定時に、食事前のインシュリンの打つ、アレクサのアラームと iPhone のリマインダー機能で通知が来る。

予定があるときは、出発する 30 分前にアレクサのアラームがなる。同時に iPhone のリマインダー機能で Apple Watch に通知が流れる。

よる、今日の出来事を ipad に記録して、明日の予定を Google カレンダーで確認して眠る。

行事があるときは、ipad の写真機能で写真をとる。必要によって、録音機能で録音記録をとる。

アレクサで曲名または歌手名を指定して好きな音楽を聴いている。

Ipad で Pages(文章を書くアプリ)で文章を書く。

道に迷っても困らないように、近所のことがわからなくなる前に、Google マップの操作に慣れておく。普段から Google マップの操作に使い慣れていく。