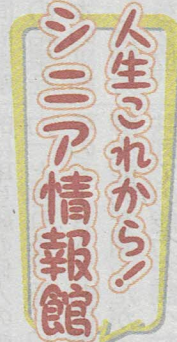




幸齡社会



シニアライフアドバイザー

松本すみ子

ある調査では日本の高齢者のスマートフォン（スマホ）所有率が、60代で51・9%、70代で35・7%に達したそうです。

最も多い使い道は「メールの利用」ですが、映画の予告などの動画を見たり、料理のレシピやグルメ検索、「お取り寄せ」の買い物したりなど、徐々に幅広くなっているもよう。

ネットがつなく友

私の場合、新幹線や飛行機のチケット購入、バスツアー等の申し込みもスマホを使います。いつでも（夜中でも）どこでも注文できるので便利です。

私が代表を務めるNPO法人では、単身や夫婦だけで暮らす会員たちの不安を和らげ、緊急時には早めに対応できるように、無料通信アプリ

「LINE」を活用した「見守りシステム」を始めました。

といっても、今は10人ほどで毎週決められた日に「今日は、どこへ行った」「おいしいものを食べた」「孫が来た」など、簡単な近況報告をするだけ。忙しい人は、文章ではなく「スタ

ンプ」だけ送信することもあります。それでも、お互いに「元気だ」という確認になり、顔を知っている程度だった会員間の親密度が増しました。

また、報告のない会員には、リーダーが個別に連絡します。どうしても相手につながらない場合は、自宅を訪ねたり、家族

等に連絡したりすることもあります。今のところ、未報告者は「うっかり忘れていた」だけなのが幸いです。

ある知人は、自分が撮影した写真をブログやSNS等に掲載しています。感想を寄せてくれた遠方の人と親しくなり、次の旅先をその人が暮らす町にし、

お互いの見守りもスマホで

現地で親交を温めたこともあるそうです。

インターネットはシニア世代にとっても、仲間や人とつながる「新たな世界」を作り、生活を充実させる重要なツールになりつつあります。ウイルス等への安全対策は十分にした上で、大いに活用しましょう。

