

動きながら 考える日記

「高齢者とインターネット」



地域おこし協力隊
小谷 英介

60歳以上の方を対象にした「シニア向けタブレット教室」を7月15日、役場本庁で行いました。24人の方が参加し、YouTube動画視聴や、ビデオ通話、認知症予防のゲーム、カーナビなど、基本的な機能を体験してもらいました。「楽しかった」「また参加したい」と好評でした。

「タブレットを使ったことがない」「自分には無理」と思っておられる方にぜひ体験してほしいので、再度、入門講習を8月に実施します。前回受講されなかった皆さん、お気軽にご参加ください。

なぜ、タブレット??

タブレットとはインターネットを使うための機器です。パソコンと比べるとマウス操作がないので簡単です。また、スマートフォン（スマホ）と比べると画面が大きくて見やすいので、高齢者が入門として使用するのに最適です。全国的には80歳以上の高齢者が、タブレットを使



▲受講の様子

いこなしている例も多数あります。私がこのタブレット普及を進めるのは、高齢者の買い物や認知症予防に役立つ、という理由からだけではありません。タブレット普及が地域の高齢者の助け合いを促進し、住みよいまちづくりへの活動を盛り上げることに繋がると確信しているからです。

田舎こそ、インターネット

例えば「明日、病院まで車に乗せてほしい」、「今日の夜までに、急ぎよブロッコリー収穫をアルバイトで手伝ってくれる人を探したい」といった状況があるとします。助けてくれる家族がいるのなら問題ないですが、独居や、家族が忙しかったら、近所の親しい人に手当たり次第に電話をかけて聞いてみるか、手間や時間を考えると人に頼るのは最初からあきらめてしまつたかもしれません。

このようなき、タブレット（インターネット）が役立ちます。あらかじめ、困った場面で助けてくれる人を募集・登録しておけば、瞬時に全員に声をかけて、助けてくれる人を探し出せます。

ネット上の見知らぬ人に何かをお願いするのは不安が大きいです。田舎社会では、大抵の人が何かしらつながっています。お互いの身元が確かであれば、日常で気軽に助け合える仕組みや環境をつ

くつていくことは、田舎でこそ実現しやすいのではないのでしょうか。そのためには、住んでいる人がインターネットを活用できるようにすることが大切です。

まず、体験を

「スマホやタブレットなどない生活の方がいい」という意見もあるでしょう。私もとても共感します。携帯電話やタブレットがなくてもものんびりと生きていける生活は素晴らしいと思います。しかし、そんな理想とは関係なく、高齢化・過疎化は地域で着実に進んでいます。身体的な衰えで行動範囲が狭まるにつれて、助けを求めなければならぬ機会が増えていきます。集落内だけでなく、大山町内全体の人間関係を密にし、助け合いを促進することが今後重要です。

タブレット操作は、想像されているよりもずっと簡単です。まずは体験してみましょう。

お知らせ

「タブレット入門講習」

8月25日（月）19:00～20:30

役場本庁会議室（2階）

※入門講習に参加して、興味を持たれた方には基礎講座を9月から開講する予定です。

*申込み・問い合わせは

小谷・藪田へ

☎0859-54-5202

（企画情報課）