



スマホを 使いこなそう！ シニアも 特訓中！

↑使い方がわからないときは教え合うことも。使えるようになった人が教えるという繋がり。

初めは抵抗があった
町の健康づくり事業の申し込みや、料理のレシピを調べるのにスマホを活用している鈴木八千代さん(75)と小牧康子さん(72)。今や立派なスマホシニアである二人ですが、使い初めは抵抗があったといいます。「使い方がわからなくても気軽に聞ける人がいなくて」。困っ

ることが出来る可能性が上がります。日常使いに便利だけでなく、災害時には情報を素早く集め、安全な行動に繋げることを手助けしてくれるスマホ。もはや必需品と言っても過言ではありません。

スマホシニア

今更スマホを使いこなせる気がしない——。インターネット、SNSなどを簡単に利用できるようになった反面、複雑過ぎて避けてきた人も多いのではないのでしょうか。しかし一方、スマホを自在に使いこなすシニアが三芳町では増えており、「スマホシニア」と呼ばれています。

た二人は、頻繁に利用しているふれあいセンターへ相談に行きました。

いつでも相談に
二人の話を聞いたふれあいセンター所長の斉藤喜宣さん(42)は、スマホの使い方について親身に相談に乗りました。「スマホを使ってくれば情報を簡単に一斉送信できますし、写真もキレイなまま送れます。いつでも相談に来てほしいです」。利用者に「伝える」ような情報発信を突き詰めたふれあいセンターでは、スマホの使い方の相談に乗り、利用者との繋がる手段を提供することに。その後多くのシニアの人が、ふれあいセンターでスマホの使い方を習いました。

災害が起きたとき、情報収集、家族や友人との連絡手段として役に立つスマホ。スマホのことで困っている人、これからスマホに変えようか悩んでいる人は、気軽に使い方を聞くことができるふれあいセンターに、一度足を運んでみてはいかがでしょうか。

繋がる。伝わる。

～災害が起きたとき、スマホが役に立つ～



家族でグループを作ると安心だね。

町のSNSで災害情報がわかるのね。

【写真】利用者にスマホの使い方を教えているふれあいセンター。スマホを使いこなせる利用者も増えてきて、仲間同士で教え合ったり相談したりしています。



害が起きたとき、電話やメールが繋がらない——。そうなってしまったときに連絡を取る手段を持っているでしょうか。スマートフォン(スマホ)を使うと、SNS(ソーシャル・ネットワーク・キングダム・サービス)などを使って情報のやり取りをすることが出来ます。

繋がるインターネット

電話とは別の回線を使うインターネットは、災害などの緊急時でも繋がりがやすい回線です。インターネットを利用したSNSは近年、急速に利用者数を伸ばしています。緊急時にも繋がりがやすいSNSを普段から使い慣れることで、いざというときに慌てずに家族と連絡を取り合ったり、必要な情報を手に入れることができるようになります。

家族に伝える方法を

家族とSNSの情報を共有しておいたり、グループを作って普段からやり取りしておく、緊急時にもスムーズに連絡を取



【写真】スマホを使いこなす「スマホシニア」の鈴木八千代さん(右)と小牧康子さん(左)。

