ダイヤ高齢社会研究財団・オンラインシンポジウム「私たちと親世代の生活をICTで豊かに ～ニューノーマル時代のコミュニケーション～」

2022年1月28日～2022年2月10日配信

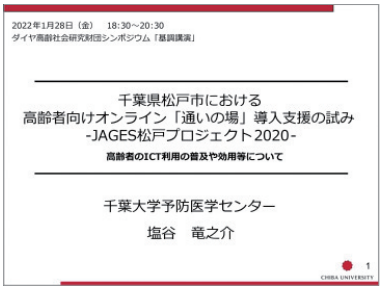
ダイヤ高齢社会研究財団　企画調査部　次長　佐藤　博志

ダイヤ高齢社会研究財団（以下、ダイヤ財団）は、日本の高齢者にとってのICTの役割とその可能性について、実際の取組みやアイデアを交換することを通じて問題提起をするためのシンポジウムを開催しました。ダイヤ財団常務理事 佐藤一三の開会挨拶に続き、6名の方にご登壇いただきました。以下、シンポジウムの概要を紹介します。

【第1部】

講演「高齢者のICT利用の普及や効用等について」

塩谷竜之介氏（千葉大学予防医学センター 特任研究員）



千葉大学の塩谷です。本日は、千葉県松戸市で行った高齢者向けオンライン「通いの場」導入支援の取組みなどをもとにお話をさせていただきます。はじめに、都市型介護予防モデル「松戸プロジェクト」の概要についてお話しし、続いて「通いの場」の導入支援についてお話しします。

まず、「松戸プロジェクト」の特徴の1つとして、プロボノ型のボランティアをはじめとする都市部ならではの多様な部門が協働して、住民主体の地域活動を間接支援することが挙げられます。地域レベルでは「通いの場」に参加する高齢者数が増えたか、さらには個人レベルでは要介護リスクが低下したか、といった観点で評価してきました。

「通いの場」である「元気応援くらぶ」への参加数は、「松戸プロジェクト」開始後に約3倍に増えました。その中で「元気応援くらぶ」に参加している高齢者は、していない方と比べ、要介護リスクが低いことが分かってきました。3年間の追跡調査でも、社会参加している高齢者は、社会参加していない高齢者と比べ、「フレイル」と呼ばれる「要介護の一歩手前の状態」となるリスクが低いことが分かりましたので、社会参加を継続することも社会参加することと同様に重要です。

2020年には、本プロジェクトの第2期が始まりました。しかし、第2期が始まるや否や、新型コロナウイルス感染症の大流行が起き、2020年6月に実施した「元気応援くらぶ」の代表者へのアンケート調査では、第1回の緊急事態宣言中に7割以上が活動休止となり、宣言解除後に活動を再開したのは半分未満に留まっていました。そこで松戸市では、大学、自治体、事業者、住民ボランティアが協働し、2020年11月から無料体験講習会にて、「通いの場」の導入支援を行いました。

導入支援では、参加者に負担がかからないよう、タブレットを無料で貸し出し、マニュアルを含めて、必要なデータは全て、事前にセットアップしました。また、タブレットの操作に慣れていない方を想定し、印刷版のマニュアルや、タブレットの遠隔操作体制も準備しました。

一般的に「通いの場」では女性と後期高齢者の参加が多いのですが、本取組みでも女性が約8割、後期高齢者が約6割を占めていました。これは、無料体験講習会によって、ICTが苦手な女性や後期高齢者でも参加可能になったことも一因と考えます。

講習会終了直後には、「助けがあれば」も含めると、「タブレットを使える」と回答した人が約9割に達しました。また、「助けがあれば」も含めると約9割の方が「オンラインでの『通いの場』はできる」と回答し、約6割の方が「オンラインでの『通いの場』を続けたい」と回答しました。

導入を支援した25団体の講習会終了後の活動の継続・準備状況を、「通いの場」の代表者に聴取した結果、25団体中10団体（全体の約4割）が、終了後もオンラインでのグループ活動を継続していると回答しました。

参加者からは「根気強く教えてもらえて嬉しかった」「初めてだったので少し戸惑ったが、楽しかった」「他の人に教え

られるようになりたい」「『通いの場』にタブレットを導入したい」など、様々な感想をいただきました。

本プロジェクトは「令和３年版厚生労働白書」で紹介された他、「アジア健康長寿イノベーション賞：2021新型コロナ対応特別賞」を受賞するなど、国際的な評価もいただきました。今後、高齢化がより深刻になる都市部において多様なステークホルダーが協働し、高齢者の社会的孤立の解消という地域課題に効果的に取り組む先駆的事例であり、コロナ禍において時宜を得ている点をご評価いただきました。

高齢者のICTの活用を阻害する要因として「高齢者には難しすぎるという誤解」や「安全面への不安」が報告されています。「高齢者が通信機器を利用しない理由」についての内閣府の調査では、「使い方が分からなくて面倒」と「教えてくれる人がいない」を合わせると約6割を占めます。

操作に不慣れな参加者は、導入初期から手厚いサポートが必要で、完全に自前で活動が可能となるには、3週間では足りないとの意見が挙げられたため、2021年度からは支援の期間を6～7週間程度に延長するなど、フォローアップを強化しています。今後は、活動の支援に加えて、介護予防効果の検証も実施するなど、引き続き多部門が協働して先駆的な活動支援のモデル開発と支援の効果についての評価を行い、情報発信していきます。ご清聴ありがとうございました。

【第2部】パネルディスカッション

パネリスト:

濱田築氏（明治安田生命保険（相））

片山嗣規氏、橋本みどり氏（なかの生涯学習大学）

竹上恭子氏（東京都三鷹市井の頭一丁目町会）（登壇順）

コーディネータ:

澤岡詩野（ダイヤ財団）

皆さん、こんにちは。第1部の塩谷先生のお話から何を感じられましたでしょうか？　第2部ではパネリストにご登壇いただき、ディスカッションを行います。

まず、お一方目は離れて暮らす親をサポートする子世代として明治安田生命保険の濱田さんに事例紹介をいただきます。お二方目は、「いつもの仲間同士が支え合い、教え合えれば、使えるようになるかもしれない」という視点でオンラインの普及に取り組んでおられる、なかの生涯学習大学のチームICTから片山さんと橋本さんにご登壇いただきます。お三方目は、「ICTやオンラインをうまく活用して、地域をより豊かなものにしよう！」という視点で活動されている、井の頭一丁目町会から竹上さんにご登壇いただきます。それでは、よろしくお願いいたします。

■パネリスト　濱田築氏のお話

明治安田生命保険の濱田と申します。本日は「離れて暮らす高齢の親を持つ、一般的、平均的な現役会社員」という立場で参加させていただき、皆さまのお話を伺いながら勉強できればと思っております。よろしくお願いいたします。

まず、自己紹介をさせていただきます。私は2002年に現在の明治安田生命保険に入社し、2014年より現所属の調査部調査グループに所属しており、妻と9歳と6歳の男の子2人の4人家族で東京都内在住です。私の母は70代前半の団塊世代です。私の父にあたります夫とは、10年ほど前に死別し、一人暮らしですが、車で数分の距離に娘（私の妹）が住んでおり、こまめに会っています。住まいは福岡県なので、帰省にはかなり時間がかかります。

コロナ禍以前に実際に会う頻度はおよそ2～3年に1回程度でした。普段のコミュニケーションはメールやテレビ通話が中心です。メールに、私の子どもの運動会などイベントの写真や動画を添付することで、子どもの成長を共有しており、特にコロナ禍においては、大変喜ばれております。

また、誕生日・正月・母の日等の記念日には、テレビ通話で顔を見ながらのコミュニケーションの機会を確保するよう心がけております。

母は、もともとメールを使用できたのですが、テレビ通話を使うことはできませんでした。そこで、まずは近くに住んでいる妹が教え、私からも「これからテレビ電話をかけるので、かかってきたらビデオカメラのようなマークのボタンを押して！そうするとテレビ通話ができるから！」と事前に予告の電話をした結果、使いこなせるようになりました。

ICTを使ったコミュニケーションの主な動機は、やはり「孫の顔を見たい！見せたい！」ということに尽きます。子供の成長の様子を見せたいので、以前はデジカメやスマホで撮影した画像を家電量販店等に出向いてプリントしたものを郵送していましたが、これだと動画を送ることができないという限界もありました。母のスマホデビュー後は、画面が大きく、見やすくなりましたので、写真や動画データをメールで送信するようになり、さらにテレビ通話も使うようになりました。

テレビ通話は、離れて暮らしていても、手軽に顔を見ながら会話することができる点が非常に便利です。母はよく「目の前で喋っているみたいだね！」と話しており、実際に会いに行けないことをそれほど苦にしていないようです。

今後取り組みたいことは、写真データを保管でき、時間が経った後でも再度見返すことができるようなクラウドサービスを活用したり、母・妹・私の3者でのグループLINEを活用したりすることを検討しております。

このように、私は、一般的、あたりまえのことを行っているに過ぎません。本日は他の皆さまのお話を勉強して、さらなるICTの活用に取り組んでまいりたいと思います。ご清聴ありがとうございました。

■パネリスト　片山嗣規氏、橋本みどり氏のお話

【片山】皆さん、こんにちは。私たちは、なかの生涯学習大学（以降、「生大」）からまいりました片山と橋本です。よろしくお願いいたします。まず「生大」のチームICTの発足の経緯から、お話をはじめます。2020年度の「生大」の授業がコロナの影響により、内容を縮小した臨時プログラムとなる中で、オンライン講義を実験的に始めたいという提案が「生大」の事務局から出ました。これを始めるためには、オンライン受講できない方のサポートが必要だったのですが、事務局だけでは対応しきれないため、サポートのためのボランティアチームを作ることになり、17名で活動をスタートしました。

オンライン受講自体に加え、LINEやZoomのサポートも実施しました。チームのキャッチフレーズは「応援します！広がる繋がる仲間作り」です。特色は、「シニアがシニアをサポートする」です。チームメンバーのほとんどはICTの素人だったのですが、ICTが分からない人の立場に立ったサポートができたと思います。サポートはマンツーマンで、習熟度合いも考慮しながら行いました。

サポートする側も、される側以上に勉強しなくてはならず、受講生と「共に学び、共に育つ」ことを目指し、活動しております。活動には3つの柱があります。「初心者相談会」（以降、相談会）、チームメンバーが個別自主的に行うサポートならびに「オンラインサロン」の3つです。

まず相談会ですが、50分／回を何回受講してもOKかつ無料としました。チーム内の「お助け」というグループが相談者からの質問に対してアドバイスなどを行う一方、「お誘い」というグループが、相談会の声掛けや受付・誘導を分担しております。相談会は、2020～2021年度で計21回実施し、延べ参加人数は101名でした。

50分／回の相談会ではサポートしきれない点もありましたので、スタッフと相談者の自宅を繋いでZoomの通信テストを行ったり、どなたかのご自宅やファミレスで勉強会をしたり、コロナ禍でもあったため、近くの公園でZoomの初期設定をしたり、電話での相談も受けたりするなどの個別サポートも行いました。さらに「オンラインサロン」を月1回開催しております。

活動を通して分かったことや感じたことを3つ挙げます。1点目は、「シニアがオンラインを使うメリットと課題」です。加齢に従い、外出して人と交流する機会が減ってまいります。リアルな繋がりにオンラインでの繋がりを加えることで、昔からの仲間との繋がりを強め、かつ新たな人間関係も広げやすくなると思います。病気や事故で入院したり、家で孤立したりしていても、家族や友人とのコミュニケーションが取れますので、1人暮らしのシニアの方の見守りにもなると思います。また、世の中に豊富にあるオンライン学習メニューを活用し、何歳になっても学びを継続できることも素晴らしい点だと感じます。とはいえ、コンピュータウイルスやオンライン詐欺被害などの問題もありますし、気軽に相談しあえる仲間が大切だと感じます。

2点目は、「シニアがシニアをサポートする」ことの良い点と課題です。良い点は、「感謝される」とか「人のためになっている」という満足感を得られることだと思います。加えて、「自分自身のスキルの向上」という手応えも得られます。そして、活動を通して同世代の仲間ができることも素晴らしい点です。課題としては、技術に詳しいシニアがまだまだ不足していることです。加えて、「自分にはできない」と諦めている、あるいはICTに拒否感を持っている方も結構おられるためか、お声がけしてもなかなか相談会に参加いただけない点です。家族にスマホの使用を反対または禁止されているという方も結構いらっしゃいます。

3点目は、「子どもではなく、身近な仲間が高齢者をサポートすることのメリット」です。お子さんに聞いても「全部操作してポイっと渡されるので覚えられないんだ！」という方も結構おられますので、「できるまで、一緒にサポートしてくれる仲間がありがたい」場合もあります。

次に親のオンラインの活用の支え方ですが、まずはLINEで会話やビデオ通話の面白さを実感していただくのが良いと思います。また、スマホの購入の際は、どなたかが同行し、サポートいただくのが望ましいです。下手をしますと、必要以上に高額の契約をさせられるとか、簡単と言われて実は非常に使い方が難しいシニア用スマホを買わされるケースもございますので…。とにかく使う回数を増やしてあげて、慣れてもらう。些細な会話でOKですので、これを日常生活の一部にしてしまうことが非常に重要だと感じます。それではここからは、「コロナ禍での入院体験談」について、橋本にバトンタッチをいたします。

【橋本】皆さん、こんにちは。橋本みどりと申します。うまく話せないかもしれませんので、本日は紙芝居も作ってまいりました。スライドの資料と合わせてお話をさせていただきます。まずは結論から申し上げます。もしICTを利用できなかったら、私は70日間の長期入院には耐えられなかったと思います。メンタルがやられ、ボケていたかもしれません。コロナ禍での入院でしたので、知り合いとの面会もできません。相部屋であっても患者同士の会話は禁止です。病院のスタッフは超激務なので、話しかけることをためらいます。そのためコミュニケーションが取れない。これでは認知症がどんどん進んでいきます。退院時には家族の顔も分からなくなってしまったという患者も目の当たりにしました。

でも私には、心強い仲間がいて、入院先でのレンタルWi-fiの手続きなどもしてくれたので、「生大」の講義やチームICTの会議にもオンラインで参加できました。

私は「生大」の講義にママチャリで向かう途中のT字路で電気自転車にぶつかりました。自転車って怖いですよ！脱臼骨折です。救急車で運ばれ、手術しました。「車椅子」「歩行器」「松葉杖」に頼る入院生活でしたが、私はオンラインで「生大」の講義などを受けることができましたし、「生大」の仲間が、「みどりさん頑張って！私たちもがんばるから！」といつも病室の窓から見えるところにお見舞いに来てくれてました。

次のスライドは、転院したリハビリ病院です。入院していた95歳の方が、なんとスマホで家族とコンタクトをとっておられるんですね。メールでちゃんと文字も打ちますし、手を振って動画でお話をしていました。「どうしてそんなことができるようになりましたか？」とお聞きしましたところ、「そんなの簡単よ！楽しいし、これをやったらもう本当に助かるし…」とのこと。私も、病室から富士山や新宿の摩天楼を眺め、それをスマホで撮影して家族や友人に送ることをしました。本当にICTというのは「命の武器」だと思います。「やっぱり、ICTは必要だな」と、つくづく感じさせられた入院体験でした。ご清聴ありがとうございました。

【片山】この相談会の参加者の中には、Zoomの主催者をしたいとか、動画の編集をしたいとか、どんどん高いレベルに挑戦されている方もいます。またその一方で「生大」の受講生の約3割の方は、相談会などに参加もされず、ICTから遠ざかったままの状態にあります。

私たちチームICTはこれからも1人でも多くのシニアがオンラインを活用し、豊かに生きることができるよう、活動を拡大・継続してまいります。ご清聴ありがとうございました。

■パネリスト　竹上恭子氏のお話

皆さんこんにちは。東京都三鷹市井の頭一丁目町会からまいりました竹上と申します。「シニアこそオンラインで交流を！」と思うようになった経緯と活動内容を、町会活動を中心にお話をさせていただきます。

まず町会のご紹介です。三鷹市の人口は約19万人。住宅地が多いのですが、都市農業も盛んです。ウチの町会は三鷹市の東の端にあり、低層マンションや新築戸建てが増え、それに伴い、単身者や若いファミリーが増加傾向にあります。

町会活動の目的としては、「安全安心な町」、「いつまでも住み続けたくなる町」、「やりたい人を応援する町」の3つでして、この3つ目の「やりたい人を応援する」に、特に力を入れていたのですが、そんな時にコロナの感染が拡大してしまったんですね。こういう時にこそ、「地域の繋がりを感じてもらえるよう、町会でできることをやっていこう！」と、3密を避けて青空イベントを企画しました。ただコロナの蔓延のために、東京都から外出自粛が出てしまい、今度はステイホームを応援するために、3つのことを実施しました。

1つ目は「電話でおしゃべりプロジェクト」。高齢の1人住まいの方、小さなお子さんがいるママ、また留守番をしている小学生の子どもたちなどに電話で「元気？」などとおしゃべりをする企画です。2つ目は、「ミニトマト100鉢プレゼント」。若いメンバーが「育てよう！いのいちのトマトたち」というFacebookにアルバムを作成してくれました。3つ目は、町会活動を発信しているFacebookの一番トップに掲載する「カバー写真コンテスト」です。

さらに、もっとできることはないかとずっと考えていました。三鷹市内での地域活動もコロナ禍でオンライン化が進みました。私も若いメンバーに誘われて、いろんなミーティングに参加してみました。最初は恐る恐るでしたが、でもやりだすと、「これは新たな交流の可能性があるな！」、「シニアでもオンラインで交流はできるんだ！」と感じるようになりました。

そこで、ZoomとLINEのビデオ通話の勉強会を一昨年の8～9月にかけて計4回開催しました。若い方たち、大学生にも手伝ってもらい、少人数のマンツーマン形式の勉強会に17名が参加をしてくださいました。

「Zoomの使い方は覚えた！でもそれをどうやって使うのか？」と、次に講演会を企画しました。「介護は突然やってくる！～あわてないための基礎知識～」を地域包括支援センターの方に、「食品ロス削減の取組み」を市のごみ対策課の方に、オンラインとリアルのハイブリッドで講演いただきました。

「講演会やZoomの勉強会をこれで終わらせてはダメだ」と思ったので、週1回「Zoomでおしゃべりクラブ」も始め、1年3か月が経過しました。三鷹市も「地域活動にZoomを！」と、7つのコミュニティセンターでZoom講座を開催しました。私も井の頭地区でのコーディネータを担当させていただき、「井の頭おさらい会」を立ち上げました。最初は2か月程度で皆さんも使い方を覚えるだろうから、それでおしまいに、と思っていたのですが、実は私がハマってしまい、楽しくなってきたので、皆さんから、もういい（やめよう）と言われるまで私は続けますよ、とお話ししています。

行政関連の方にも色々お手伝いいただいており、防災のことやお花のボランティアの活動などをご紹介いただきました。それと個人でも、（慶良間諸島での）水中散歩を紹介いただいたり、川柳の達人のお話、さらに地元のICU（国際基督教大学）の学生たちとの交流、またエンリッチの紺野さんに「LINEの見守りサービス」のお話もしていただきました。このように、「ネタはいっぱいあるな！」と探すのが楽しくなってまいりまして、「次はどんなことをやろうか」と皆さんからもどんどん要望も出してもらって、続けてきました。

スマホやタブレットはシニアも使えるようになるといいなと思っています。「息子に持たされたんだけど…」とか、「息子が買ってくれたんだけれど、でもよくわからない」という方もいらっしゃいます。そこをなんとかしたいと考えています。

さらに「井の頭おさらい会」の活動に共感した方に、三鷹市の産学民公の実証実験として、「ビギン井の頭」という名前のコミュニティサイトも立ち上げていただきました。気軽にその地域の方同士がオンラインでもリアルでも交流できるように、地域のお役立ち情報を満載し、自分からもお願い

事の発信ができる、そんなサイトです。

最後に私の老親のお話をさせていただきます。施設にいる母は95歳ですが、LINEでメッセージを送ることは以前からなんとかできていました。コロナの流行が始まった頃に、今後会えなくなるかもと、LINEのビデオ通話を教え、母もなんとか使いこなせるようになりました。そのおかげで、コロナ禍で全く会えなくなっても、毎日顔を見ておしゃべりができています。正月には、母と同じ施設の介護型にいる父も一緒に、子ども、孫、ひ孫をZoomで結ぶというのをやりました。父は耳が遠いため、みんなの声がよく聞こえません。そこで、「UDトーク」というツールで字幕も出るようにしましたので、父もみんなの話が理解できたと思います。

私は「シニアこそオンラインで交流を!」が、本当に必要だと思っています。今後もZoomでの活動をどんどん広げていきたいと思っていまして、今日お聞きになっている方達にも、「もし関心があればご一緒しませんか?」と提案したいと思います。いろんな地域から、みんなでZoomでの交流ができるといいんじゃないかなと思っておりますので、交流したい方は井の頭一丁目町会のメールアドレスまたはFacebookに是非ご連絡をいただきたいと思います。ご清聴ありがとうございました。

■ パネルディスカッション

【澤岡】では、ここからはディスカッションに移りますが、残り約15分ということもあり、各登壇者のお話への感想やアドバイスを、ご登壇順にお伺いします。

まず、濱田さん、私は「現役世代が親を」という視点でお話を伺うことが、あまりなかったので、今日はすごく沢山のヒントをいただきました。では、コメントをお願いいたします。

【濱田】「生大」のチームICTの片山さん、橋本さんのお話では、「子どもは仕事等で忙しいので、ゆっくりと、わかるまで教えてもらうのは難しい」というお話が特に印象に残りました。私自身も母とテレビ通話をするのは、基本的に休日が多いのですが、「シニアがICTを使いこなすためには、とにかく使う回数を増やし、慣れてもらうことが重要」と教えていただきましたので、今後は平日もできるだけ頻繁に連絡をとるように心がけたいと思いました。

竹上さんのお話では、ビジネスシーンだけではなく、多くの高齢の方が地域活動の中でZoomを使いこなされていることが、新たな気づきでした。今後は、母とZoomを使ったコミュケーションにもチャレンジしていきたいと思いました。

【澤岡】どうもありがとうございます。Zoomっていうとやっぱり現役世代の方にとってはイコールお仕事用となりがちですよね。どうもありがとうございます。

では、次に「生大」のお2人にコメントをいただきます。「楽しい」「仲間・親友同士だから」それと「今まで使えなかった人だからこそ分かる」とお話を伺いました。それと、みどりさんの最後の言葉、「命の武器」は、すごく強烈でした。知っておくだけでも「武器」になると思いますし、本日ご参加いただいた皆さまはラッキーだったのではないかなと思いました。まずは片山さん、よろしくお願いいたします。

【片山】濱田さんのお話に関しては、実は僕は全然親のICTのサポートって頭にもなかったんです。もう何もしてこなかった。結果的にどんなことが起きたかというと、昨年親が骨折して入院したんですが、結局何のコミュニケーションもできなくて、勿論会うこともできないし、話すこともできない。うちのおふくろはもう100歳を超えていまして、おふくろが若い時にやっておけばよかったかなと思いました。濱田さんがおやりになっていることは、とても素敵だなと感じました。

竹上さんのお話では、日本の町会も井の頭一丁目町会のようになっていけば、「しがらみ」のようなものを乗り越えて、すごく変わってくるのかな、と感じました。

基調講演のお話からは、「松戸プロジェクト」での様々な成果を知りました。今後の活動の継続見通しなどについても、もっと知りたいなと感じました。

【澤岡】どうもありがとうございます。そうなんですよね。活動が、地域の方々の生活にどう定着していくかは気になるところです。たとえば、チームICTのようなグループが一緒に活動することで、地域での活動がさらに活性化する可能性もあるのではないかなどと考えながら、お話をお聴きしておりました。ではみどりさん、お願いします。

【橋本】濱田さんは、おそらく私の息子や娘と同年代の方だ

と思うのですが、お母さまの心のケアをすごくきちんとされているなと感心し、ありがたいなと思いました、濱田さんのお母さまは幸せですね。

竹上さんのお話への感想ですが、地域には、それぞれの歴史やしがらみもあって、そこから学ぶこともあると思うのですが、これを新しいスタイルでなさっているすばらしい町会だな、学びたい点がたくさんあるな、と感じました。

最後に、若い世代の方々にお願いがありますので、この紙芝居をちょっとご覧ください。「若い世代の方々へ、お願いです。分かるまで、使えるまで、教えてくだされ！ボケる前」シニア代表として、よろしくお願いいたします。

【澤岡】ありがとうございます。そうですよね。わかるまで何度も一緒に寄り添って教えてくれるって、大事ですよね。どうもありがとうございます。

では、最後に竹上さんにお伺いします。「シニアこそオンラインやICTを使ってほしい！」というメッセージは、すごく刺さる言葉でした。本日の感想やメッセージをお願いいたします。

【竹上】私もシニアですので、私自身がオンラインを活用して、コロナ禍でもどれだけ楽しく交流しているかをお伝えしたいと思いました。本日の感想です。まず、濱田さん。おばあちゃまにとってはお孫さんが9歳と6歳、おばあちゃまと楽しくお話ができる、ちょうどいい年齢だなっていうのを感じました。あと、妹さんもお母さまの近くにいらっしゃり、いろんなサポートができるなど、良い条件が揃ってるなと感じました。お仕事を続けながらできるサポートは限られていると思います。周りのサポートを調べ、うまく活用されるといいなと思いました。例えば、チームICTのようなグループが近くにある場合は、そことうまく繋ぐということも、子ども世代の対処法のひとつかな、とも感じました。

チームICTのお話では、お1人お1人に50分の相談に乗り、公園とかファミレスとか、いろんな場所を活用しながら、皆さんに伝えるという努力をされていることが、とても素晴らしいなと思いました。

橋本さんの入院中のお話、そして紙芝居も、すごく楽しく聞かせていただきました。大変な事故をされた経験をお話しいただき、ありがとうございました。ウチの町会のことを色々とお褒めいただいたんですけど、ウチの町会は、サラリーマン家庭が比較的多いので十数年前に住み始めたわたしを含めた新しい人たちともっとずっと前から住んでいる古い人たちとの間のコミュニケーションがとりやすい地域なんですね。そこは大きいかなと思います。おかげさまで、いろんな事が若いメンバーと一緒にできているのは、本当に恵まれた環境だな、と思っています。

子ども世代へのアドバイスですけど、私は時間があるので必要な時にはすぐに動けますが、現役世代の方は、なかなかできないですよね。離れた両親の様子を知るためには、ご近所の方や地域包括支援センターの方とも連携・連絡を取っておいて、何かあった時にすぐ相談できるようにしておくことも必要かなと思います。

大事な親御さんにコロナ禍で最期に会えなかった方がたくさんいらっしゃる。私も大事な友人が亡くなった時に、「もっともっと話をしておきたかった！」と悔いが残っています。みなさんもご両親のことをどうすればいいか、今やれることを考え、悔いが残らないようにして欲しいと思います。

【澤岡】ありがとうございました。「人生100年時代」と言われる中で、ICT等を上手に使いながら、いかに豊かに年を重ねていくか。本日ご参加の皆さんが親、そして周囲の方々を巻き込みながら、新たな、豊かな年を重ねていくことが必要だと思います。本日のシンポジウムが、皆さんの身近な方の日常を知り、オンラインでいかに生活を豊かにしていくかを、一緒に考えていくきっかけになればいいなと思っております。長時間になりましたが、皆さんどうもありがとうございました。

ご出演者の都合や紙幅の制約等のため、全ての内容を紹介できませんが、ご希望の方には、本シンポジウムの第2部の動画を期間限定にて無料で配信いたしますので、当財団までお申込みください。

■ご登壇者の所属・肩書は、2022年1月28日時点