

～スマホ・AIの活用について～



以前から委員会の会議で出ていたテーマを今回取り上げました。

アルカディアの理事長(中田)はスマホはもちろん個人のガラケーも持っていないく法人の携帯のみで生活されている方です。喫茶店にて個々人が会話の合間にスマホを見ている、むしろスマホを見ている時間の方が長い?! ことに疑問を持ち、スマホについて世代間で話してみたいと思った、ということでした。

今回、理事長、世代の違うスタッフ3人、司会、で座談会を行ってみました。

それぞれの向き合い方を垣間見ることが出来たのでご紹介したいと思います。

①スマホどう使ってます？

どのような形でこういった風にスマホを普段使っているか振り返ってみました。

スタッフA(40代)

・朝からスマホのアラームで起きる。

今となっては昔の毎日ボタンを押す目覚まし時計には戻れない。

・LINEチェックして、通勤中もYouTube流したり。

・仕事中は基本ポケットに入れておくけれど、会話の中で分からないことなどはすぐ調べる。

・利用者さんがYouTubeで懐かしの音楽かけてくれたりして盛り上がる。

・レシピはスマホで調べて調理。

→レシピをスマホでっていうのは理事長は驚いていた様子。感覚派が多かった。

スタッフB(20代)

・仕事において、昼休憩の時は気持ちを切り替えるためにスマホ。

・仕事の会議などのスケジュール管理も。

・利用者さん対応で話題に上がる知らない物はスマホですぐに調べて分かったリアルに会話を広げやすい。

・仕事で前橋等にも行くのでナビがかかせない。

・待機電話を法人のガラケーで受けて、その内容をスマホにメモ代わりに入れておく。

→スケジュールを手帳ではなくてスマホで管理というのは世代間で感覚の違いは大きいかも。

法人携帯をスマホにした方が良さそう?といった話も出ましたが、使用料が高くなるのでは。一方で訪問看護はスマホで入室、書類も写真に撮ってデータで管理、記録もそこに打ち込んでいたりという使い方も身近になってきつつある。

スタッフC(60代)

・目覚ましはスマホで5時と5時半、2回セット。

・仕事に来るとほとんどバッグにしまっておく。利用者さんが受診しようってなった時に病院どこにあるとか、何時からやってるとか情報を調べるし、その病院までどうやって行くかナビで調べていく。

・レシピは見ない。自分の頭に入っているもので料理するが、らっきょうの塩漬けは調べた。

・YouTubeはフィギアのりくりゅうペアの動画を見て癒されたり、嵐の動画をお風呂が溜まるまでの隙間時間とかに見る。

・LINEはランチの予定を決めたり、都合の良い時にってもらえればという感覚で急ぎの時は電話する。夜22時以降はLINEが来ても見ないようにしている。

→レシピは「めんつゆ」を使っておけば失敗がないという話に!!笑

中田(70代)

・スマホ持っていないけれど、週に一回くらい近くの娘家族が来るとスマホを借りてYouTubeを見ることがある。1960~70年代くらいの自分が若かった時の音楽で聴きたい曲が30曲くらいある。YouTubeをテレビで画面も音声も良い状態で見られたら...吉田拓郎の「春だったね」っていう曲のミュージックビデオに出てくる広瀬すずちゃんが可愛くて...

→理事長がスマホを使ったことがあることに一同びっくり。とりあえず、スタッフが既存のテレビにも繋がられる「FireTVStick」を紹介したので、無事に広瀬すずちゃんがテレビで見られることを願って...笑

スマートフォンは「特別なもの」ではなく、仕事や生活を支える身近な道具として、それぞれのライフスタイルに合わせて活用されていることが分かりました。

仕事では情報検索やスケジュール管理、ナビなど業務を円滑に進めるために活用され、プライベートでは家族との連絡や動画視聴、レシピ検索など、日常生活に欠かせない存在となっています。

②スマホがあって便利、有難いと感じる時は？ どんな時にスマホの便利さを感じられるか聞いてみました。

スタッフA

- ・息子の成長をすぐに写真に撮り、それを家族、遠くの親戚にもすぐにLINE等で共有できるので、成長を見守ってもらえている感がある。
- ・手話を勉強中、手話は本では動きが分かり難いのでYouTubeなどの動画を見て覚える。聴覚障害の方にはスマホの普及は大きな変化。テレビ電話を使って手話で連絡がとれる。
- ・ナビは欠かせない。
- ・ChatGPTは最近使い始めて面白い。アジサイの育て方を相談したり、写真を撮って送るとアドバイスしてくれる。

スタッフB

- ・東京や観光地に行った時に地元民ではないのになぜか外国人に道を聞かれたり話しかけられることが多い。そういう時に翻訳アプリとか使ってやり取りが出来て助かった。
- ・市役所とか郵便局で小難しい書類を書く時、さっと調べれば記入例などあってすぐに分かる。
- ・ファッションコーディネートを考える時にもアイテムを合成した写真をAIに生成してもらうと便利。
- ・住所が分からない場所で救急車を呼ぶのにスマホが役立ったことも!!

→ここで理事長が英会話を習いに行った話に。どう頑張っても英語の発音など、伝わらないこともあるのが事実。海外でコーラって言ってもウォーターが来ちゃうとか。カタカナ英語は通用しない!!

スタッフC

- ・そこまで活用出来ていない。名前が出て来ない時に、「こういう時に携帯で探せば良いのか」っていう感覚。
- ・生活に密着してないから例えば可愛い猫が居てもスマホ持ってなくてシャッターチャンス逃してる。
- ・孫の写真とか施設入所している高齢の母親の写真が施設から送られてくるのは嬉しい。

→施設の行事で、90代のお母様がウエディングドレスを着た写真が送られてきたそうで、一同微笑ましくなるエピソードだな〜と。

中田

- ・普及率はどれくらいなのか、40代などの中間層でも100パーセント近く？70代以上でも持っている人が多い。
 - ・スマホがなくなったらどうするの？
 - ・（他スタッフの東京等、電車の乗り換えはアプリがないとダメで時刻表や路線図分らないという話から）人に聞けばいいだけ、どうしても人間困った時はそれを覚えようとするから。分からないからって考えるのをストップしてスマホとなるのはどうなのか。
- 18歳で東京に出たけれど、電車の乗り方も地元と違う、必死でアナウンスを聞いて乗り換えしていた。新幹線も乗り間違えて東北に向かってしまった、そういう失敗を繰り返し覚えていく。
- ・スマホは便利で時代の流れは取り戻せないけれど、AIがさらに普及して便利になって人間は失敗しなくなる。都合の良い時代が来て楽になるけれど、一方で苦勞が少なくなる。

便利さを感じる場面は人それぞれでしたが、共通していたのは「誰かとのつながり」を支えてくれているということでした。

家族へ成長を伝えたり、手話や翻訳機能でコミュニケーションを広げたり、必要な情報をすぐに調べたり。スマホに日々の暮らしを支えてもらっているのだと。

一方で、理事長からは「便利だからこそ、人が考えたり経験することも大切にしたい」という意見もあり、考えさせられました。

③自分とスマホの距離感は？

話を聞いて、これまでの自分を振り返ってどうか聞いてみました。

スタッフC

- ・私は距離的に「遠い」けれど、近くなりたいとかではない。もっと機能を使いこなせば便利なんだろうけれど、そればっかになってしまう気がして、もっとやらなくてはいけないことがある!!
- ・散歩してても、「歩きスマホ」の人が多くて危ない。もっと自然を感じた方が良い。
- ・今の感じでいいかな。

スタッフB

- ・私はビッタビタにくっついちゃっているレベル。YouTubeを流しながら身支度、ご飯を食べる習慣になっている。依存に近い？
- ・高校生の時からスマホだから、むしろガラケーの戻る操作が分かり難い。

→使い始めが若い時だと吸収が違う!!

パソコンだってそうだし、英語も同じ。でもこれからは「生まれた時からスマホがあった」という子供たちの時代へ。それはそれで心配な部分も多い...

中田

- ・古本屋に行っても「売ってません、絶版です」という本がアマゾンですぐに手に入る便利な時代。
- ・それでもスマホは持ちたくない。カレー屋さんでカレーをスプーンですくって口に入れようとした状態でスマホを見て何分もその状態だった利用客がいた。そこまで熱中して、「どっちなにせや」って見ててイライラした。笑
- ・こんなことに左右されたくないという意地もある。
- ・YouTubeには真実、裏側、考察など興味をそそる動画もあるが、それを鵜呑みにして良いのか。自分で考えて、そこに面白みを感じられた方が良い。自分で悩み抜いた時間は濃いから忘れないで記憶に残る。

→宇宙のブラックボックスの話題になったりと、だいぶ壮大な話に脱線したり...

便利さに慣れてしまい当たり前となっていることも多いですが、スマホを持っていない方から見ると「スマホに左右されている」と思われてしまうことに思い当たる節があったりします。スマホは生活を豊かにする道具である一方、使い方を自分で選ぶことの大切さを感じました。



④感想

スタッフA

「スマホがない」ってことは考えられないから使っていくけれど、情報収集の仕方として新聞はもちろんテレビのニュースも見なくなった。スマホで、自分の好きな情報しか仕入れないから偏りがすごくあるっていう自覚はあるので、もっと「まんべんなく」を意識した方が良い。「スマホと一緒にじゃない時間」を取り入れていきたい。

スタッフB

何も予定がない時は一日スマホを見ている日もあって「一番楽だからスマホに逃げちゃう」感覚。何も無い時は現実の時間も大切にしたいと思った。

→スマホでのオンライン麻雀は楽しい、絶対に楽しくないでしょ、という論争もありました。

スタッフC

今のままでも良いんだけど、もう少しスマホを持ち歩いて何か良いなと思った物を記録に残しておくよう、シャッターチャンスを見逃さないようにしたいと思った。

中田

自分で考えたり悩んだりする力、あるいは「時間」という風に言ってもいいけれど、スマホばかりに時間を使って自分で考えることをしないから、思考力が衰えていくことが一番怖いなど感じている。自分で考えないで、答えをどこかで見つけたとするとそのままそれをスマホに頼ってしまう。
「考える力を身に付けてくださいね」と伝えたい。

2時間弱という長丁場になりましたが、スマホへの向き合い方や考え方からそれぞれスタッフの人柄も感じる事が出来たこと、日々どこか使い過ぎ？と思いながら振り返ることをしなかった題材でもあると思うので一度立ち止まって考えることが出来たのは有意義な時間だったのではないかと感じます。

皆さんも何か振り返るきっかけだったり、話題の一つになったりすると嬉しいです。

GH



はばたき



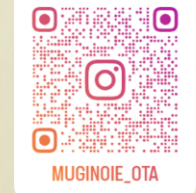
麦の家



麦の家
フリモ



麦の家
インスタグラム



MUGINOIE_OTA

編集後記

今回の座談会の企画、司会や参加して下さったスタッフの皆様、中田さん、ご協力誠にありがとうございました。楽しく興味深い意見交換ができました！

ニューズレター編集員

法人本部

群馬県太田市鶴生田町733-123

TEL : 0276 (20) 2509

FAX : 0276 (20) 2510

HP : <http://arcadia-gr.com>