

孤立遠地を含めた

スマホの使い方サロン ～報告会～

代表理事 深町美里



The **和みSpace**
connected



The 和みSpace connected

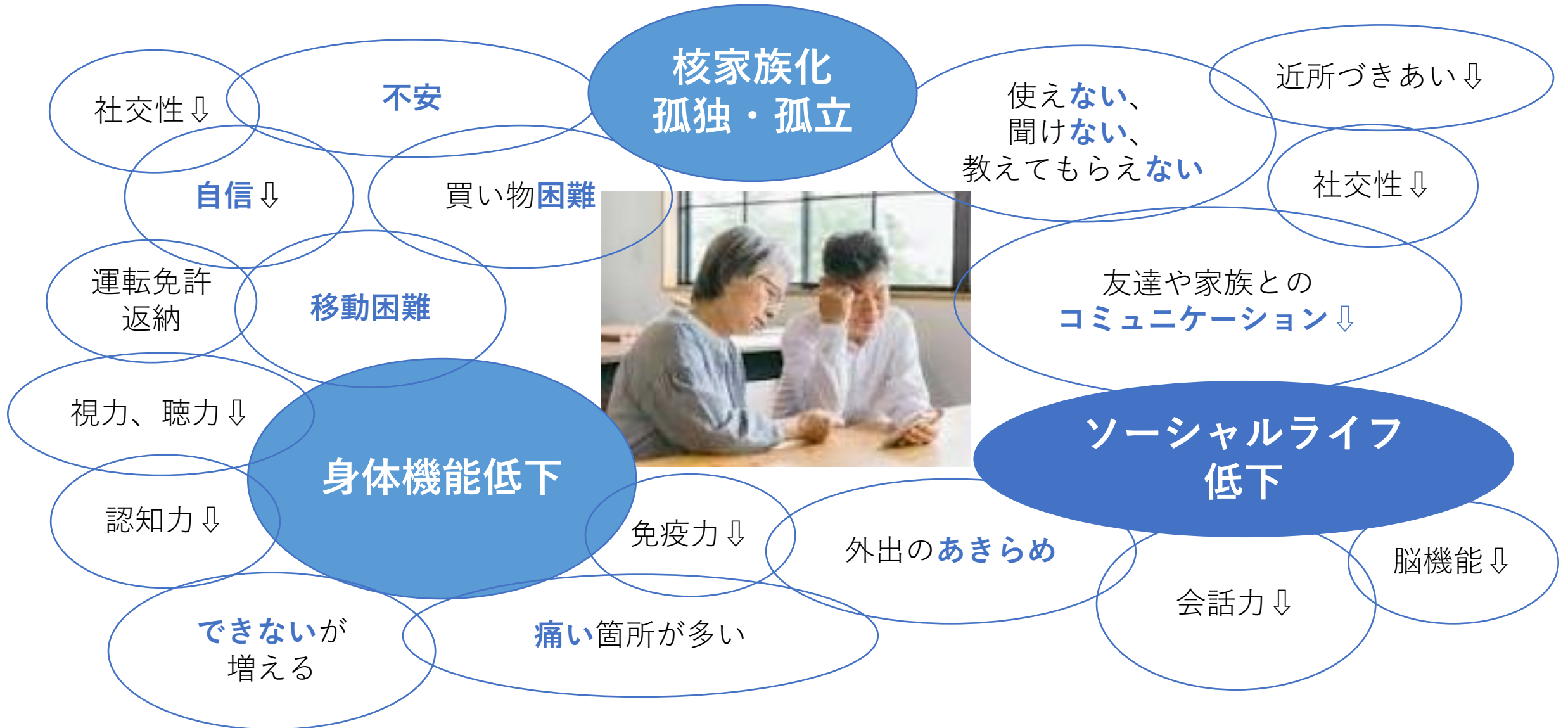
2021年7月設立

目的：鎌倉の地域住民が、**世代を超えて**人とつながり、ウェルビーイングがより良いものとなるイベントや**居場所の提供・活動**を行う。それにより、人々がより**生きがい**を感じ、より**健康**に過ごし、**身体面**だけでなく**心**の状態、社会とのかかわり、立場なども含めた「良い」状態、より**良いウェルビーイング**を得ることを目標とする。

*「ウェルビーイング」(well-being)とは、身体的・精神的・社会的に良好な状態にあることを意味する概念です。世界保健機関(WHO)憲章の前文では、「健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態(well-being)にあることをいいます(日本WHO協会：訳)」とされています。

出典：[世界保健機関\(WHO\) 憲章とは | 公益社団法人日本WHO協会](#)

社会課題：スマホが使えないシニア・デジタルデバイド



スマホの使い方サロン



実際のシニアの声



- * 用事を作らないと家から出ない⇒話さない、動かない
- * 用事がある⇒身なり、服装、時間等への意識[△]
- * 交流したい、安心して楽しく生活を送りたい

* スマホは…「今やなくてはおいて行かれてしまう、知らないではすまなくなった、わからないと困る」

しかし…

「自信を持って使えない」「怖い」

「チケットの予約、〇〇の申請・登録、情報収集などができない」

「わからないことがわからない」

なので、“スマホの使い方サロンが丁度いい”

⇒ フレイル予防、孤立・孤独対策、居場所になり、スマホ技術もアップ！

スマホサロン参加者



- サロンまで来られるシニア (平均75～80歳代か)
- @きらら鎌倉、大船、腰越、深沢
- 懇親会もあり
- 月4回開催
- 参加者数：年間300人以上 (各回10名前後) (2025年度)

更なる課題①取り残されている孤立地域

高齢化率の高い玉縄台、今泉台、鎌倉ハイランドなど

- 社会的により孤独、孤立
- フレイル予防が必至



《なぜ取り残される？》

- 交通の便、身体的・精神的要因、支援不足、地域の特徴、核家族化など

⇒参加者は町まで行けない、**団体は孤立地域に行きにくい**

- **主に訪問経費**：交通費、駐車場問題、人件費

➡ **エール事業補助金**

更なる課題②シニア目線でない世間

他のスマホ教室とかスマホの本は？

⇒参加者いわく、必ずしもニーズに見合っていない

- 膨大な情報量
 - 知りたいことではない
 - わかりづらい
 - そもそもそのレベルまで達していない
- ⇒あきらめ、自信↓

⇒シニア視点の情報の必要性



✦ 当団体のサロン⇒シニアの視点重視 ✦

少人数制で聞きたいことが聞けるサロン
⇒シニアが知りたい情報を把握している。
⇒シニアが対応できる情報量を把握している。
⇒わからない言葉を把握している。



シニアのニーズを理解した上での資料が作成できる！

☆作成費⇒エール事業補助金

エール事業地域活性化コースの補助金で可能に！

◎更なる課題①取り残されている孤立地域の解決として
孤立遠地でのスマホの使い方サロン開催

◎更なる課題②シニア目線でないことの解決として
シニア目線の資料作り



スマホの使い方サロン 事業実施の実績



◎定期開催地域（通常サロン）を開催しつつ、**孤立しがちな地域
3か所におけるスマホサロン開催。**

→ 2か所（今泉台 & 玉縄台のみ）の開催。

◎**スマホの用語集のような、よく聞かれる質問をまとめた資料の作成。**

→ 数枚の資料だけではまとめられなく、開催場所が減った分、
ページ数を増やした冊子の作成。



スマホの使い方サロン 事業実施の実績



◎定期開催地域（通常サロン）：

きらら鎌倉、大船。ローテーションで腰越、玉縄、深沢。各会場月1回。どの会場で何回参加してもOK。有料2000円/2時間/回。1：1～2（スタッフ：参加者）の少人数制。無料懇親会あり。（平均8名/回）

◎孤立しがちな地域（玉縄台と今泉台）におけるスマホサロン開催。

これら地域の方は当団体のスマホサロンを知らない、我々もその地域の理解があまりないので、当初は町内会長、自治会長さんにサロンを体験していただき、その町内会等で開催するという案

→町内会館などでの開催とは限らない→1回無料体験の実施に変更。その後スマホサロンの開催を3回。

孤立遠地のスマホサロン開催

★玉縄台すこやかセンタースマホサロン

- 4, 5月：打ち合わせ、チラシ作成、配架、掲示
- 開催：5/22（無料体験）、5/29, 6/4, 6/9（有料2000円）
- 参加人数：5/22（6名）、その他日程1～2名/日

★今泉台町内会館スマホサロン

- 6～8月：打ち合わせ、チラシ作成、配架、掲示
 - 開催：9/29（無料体験）、10/1（有料2000円）
- その他日程は参加者なしで中止。参加人数：両日ともに1名



スマホの使い方サロン 事業実施の実績



参加者人数が圧倒的に少ない。

反省点：⇒ 孤立地域の知識不足、理解の違い、地域特有の文化

- ・ 告知方法：掲示板、開催場所でのチラシ配架、市役所、学習センター等でのチラシ配架、SNS



- 開催場所でのチラシを置く場所が限られていた（今泉台：目に留まらない場所）
- 回覧板で告知OKということになっていたが、告知する時になった段階でコミュニケーション不足で告知できなかった（地域特有の文化、やり方）
- 新しい団体が入ることへの抵抗感、不安感、不信感が感じられた
- 我々の孤立地域の知識不足、交渉力、ネットワーク不足など。
- ➡ 2か所のみで開催となる。基盤づくりが大事と認識。

孤立地域でのサロン開催では告知が難しく、参加者が募れない！

それなら、サロン開催地1か所減⇒冊子に力を入れよう！！！！

- 予算を冊子作成、配架に使う。
(予定の4ページでなく必要と思われる分だけ！)
- 冊子の内容を濃くして、孤立地域含め、シニアに行き届くように配架する。
- サロンを開催してほしい場所を明確に。
- サロンを開催できなくても、その地域の住民の役に立てるように、冊子を利用してほしい。
- 冊子はなくなった場合コピーして使うなどOK。



冊子“スマホの使い方サロンでよく聞かれる質問集”の作成

- 4月より団体スタッフ5名で打ち合わせ、内容決め等
- 孤立地域のスマホサロン参加者が極端に少ないため、3か所目を開催せず、冊子の内容を濃くし、配架を拡大することを相談、市役所と決定。

* 内容 *

- ▶カタカナ用語
- ▶よく聞かれる質問等
(基礎知識、パスワード、写真の管理、LINE、SMS、MAP、SNSとは、アンドロイドとiPhoneの違い、便利アプリ等)

- 完成9月、配布開始10月
- 配布先：市役所、NPOセンター、各学習センター、各行政センター、社会福祉会館、各地域包括支援センター、シニアマンション、スマホサロン、町内会館、自治会館等



“スマホの使い方サロンでよく聞かれる質問集”の作成

★スマホサロンの開催場所が減ったが、その分の予算を冊子に回すことで、当初の予定より内容を濃くし、知っておいてほしい基礎的内容をほとんど盛り込むことができた。

(4ページ→11ページに。)

★計33か所、1350部を様々な場所、地域で冊子を配架できたことで、サロンの認知度が上がり、今年度孤立地域の自治体とのサロン開催につながった。

★冊子をその地域で活用していただくことで、その地域の人とのつながりが深まり、活性化につながっていけると感じた。



冊子配架場所

- 鎌倉、大船、腰越、玉縄、深沢行政センター
- 鎌倉、大船、腰越、玉縄、深沢学習センター
- 市内図書館
- 市役所入り口、つながり課、高齢者いきいき課、青少年課
- NPOセンター
- 鎌倉福祉センター
- 腰越なごやかセンター
- 西鎌倉住宅地自治会館
- 各地域包括支援センター（聖テレジア、鎌倉きしろ、鎌倉静養館、湘南鎌倉、ささりんどう、きしろ大船、ふれあいの泉）
- 七里ガ浜自治会館
- 笛田教養センター
- 大平山丸山町内会
- 梶原山町内会
- みどりの園
- 今泉台町内会館
- かまくらハイランド自治会館
- シニアマンション マストクレリアン鎌倉

収支について

収入：310,233円

補助金300,000円、

孤立遠地参加者計5名x2000円 = 10,000円

団体負担金：人件費233円

支出：310,233円

人件費：165,000円（チラシ配下・広報作業、サロン開催時、打ち合わせ、冊子作成、冊子配架調査・実施）

交通費：7,300円（サロン開催時、打ち合わせ等）

会場使用料：2,000円

通信費：15,956円（リチャージWIFI、HP維持費）

印刷製本費：116,373円（コピー代、チラシ代、冊子代）

消耗品費：3,604円（インク代、コピー用紙、文具）



今後の展望

◎冊子を孤立地域を含めた様々な施設、包括支援センター等に配布した結果、**出張サロンの相談**や、冊子の活用について問い合わせが数件あった。

今年度出張サロンの予定が前半に2件確定している。

◎**個別対応や自治体対応**でスマホサロンの可能性拡大や助成金事業も検討。

◎地域包括支援センターや、**高齢者いきいき課との実績**（スマホ・料理サロン）もあるので、その**ネットワーク**を活かした**スマホ以外の世代間交流事業**（特に料理サロン、英語サロン）も開催していきたい。



スマホの使い方サロンの様子

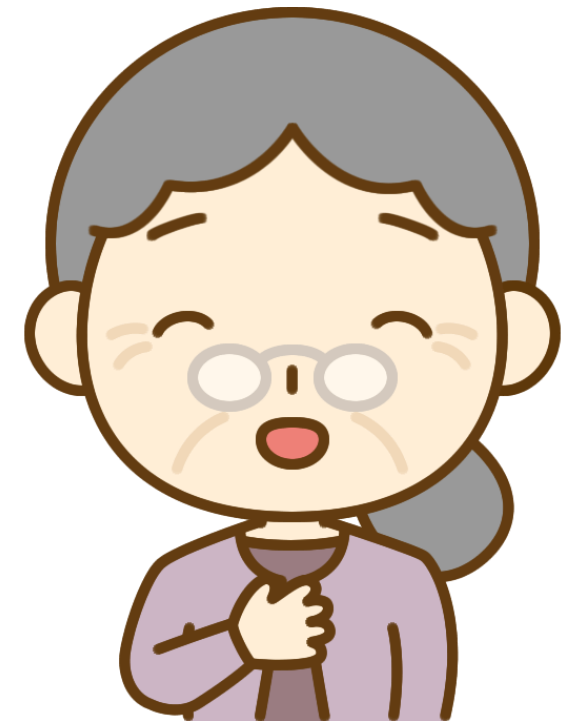


スマホの使い方サロン



参加者の声（アンケート他）

- スマホを習うのに、**こういう所に来たかった**
- 通信会社の講座と違い、**聞きたいことが聞けるので良かった**
- **ボケ防止**になり、**交流するのが楽しい**
- 独りで悩まず**もっと早く知りたかった**
- 何もできず**恥ずかしかった**が、同じ境遇の方がいて**安心した**
- また**来たい、続けたい、**など



見学者等

- 鎌倉市役所 政策創造課（後援を頂いている）
- 大船地区社会福祉協議会 会長
- 鎌倉市社会福祉協議会 コーディネーター
- トレンドマイクロ株式会社
- 日経ヴェリタス
- 公益財団法人キリン福祉財団

地区社協はその後、我々の協力のもと、大船地区各箇所で当サロンとほぼ同じスタイルでスマホサロンを開催（2023年6月～10月）





The 和み Space
connected

HP: www.the-nagomi-space-connected.org

Mail: thenagomispac@gmail.com

Facebook: <https://www.facebook.com/thenagomispacconnected>

Instagram: @thenagomispac

スマホ時代



高齢化率の高い孤立しがちな地域：玉縄台、今泉台、鎌倉ハイランド スマホの使い方サロン開催

