

広がっています！

ICTを活用した高齢者支援



スマートフォンやパソコンの普及が進み、ICT（情報通信技術）を活用した便利なサービスを身近に利用できるようになってきました。

高齢者の暮らしをサポートするサービスも多くあり、手軽に利用して、生活の質を高めることができます。今回は、そうしたICTを活用した高齢者支援のサービスや機器をご紹介します。詳しくは、高齢福祉課（☎47-7424）へ。

③ ICT×見守り

ICTを活用した高齢者の新しい見守りサービスやコミュニケーション支援が、安価でより身近なものになってきています。

サービスを利用できる機器は多種多様に広がっており、離れて暮らす家族が、機器の使用状況を遠隔で確認することで、ひとり暮らしの高齢者などを見守ることもできます。

(例)・居間やトイレなどの照明の点灯状況による見守り

・リモコンや電気ポットなどの使用状況による見守り

・冷蔵庫やトイレのドアの開閉状況による見守り など

また、郵便局や電力会社、警備会社などにおいても、さまざまな見守りサービスを提供しているほか、スマートフォンのアプリには、ビデオ通話が手軽にできるものや、通話・通信の履歴で安否確認ができるものもあります。

月額使用料が無料や、数百円のサービスも数多く提供されていますので、ご家族で話し合っ「我が家の見守り」を考えてみませんか。

高齢者 見守り機器

検索

① ICT×買い物

スマートフォンなどからインターネットを利用して購入した商品が自宅に届くサービスが拡大しています。最近では、生鮮食品などもインターネットで購入して自宅に届けてもらえる「ネットスーパー」を利用する高齢者が増えています。

最初は不安かもしれませんが、インターネット詐欺などに十分注意しながら、ご家族と一緒に始めてみてはいかがでしょうか。

〈ネットスーパーのメリット〉

- ・出かける必要がない（交通費が不要）
- ・自宅に届く（重い荷物を運ばなくてOK）
- ・24時間注文が可能（ちょっとした空き時間に買い物できる）

〈ネットスーパー Q&A〉 ※事業者や契約方法で異なります

Q 商品単価が高いのでは？

A 多くは店頭価格と同程度

Q 商品が少ないのでは？

A 生鮮食品から日用雑貨まで幅広い品ぞろえ

Q 送料がかさむのでは？

A 往復の交通費と比較すれば、それほど高くない
まとめて購入すると送料無料になる場合もある

Q 支払い方法は？

A クレジットカードやコンビニでの支払い、代金引換など



大垣 ネットスーパー

検索

② ICT×健康増進

スマートフォンにダウンロードしたアプリを使って、いつでも、手軽で、簡単に健康づくりができます。

心拍数や血圧のチェック、歩数計、脳トレなどの機能を使えるさまざまなアプリがありますが、今回は「オンライン 通いの場」を紹介します。

このアプリは、国立長寿医療研究センターが開発した介護予防アプリで、健康増進に役立つ機能が満載です。



機能①自宅からの散歩コース紹介

機能②自宅でできる体操動画

機能③脳トレゲーム

機能④食事チェック など



「通いの場」
Webサイト

オンライン 通いの場

検索

「スマートスピーカー」を活用した ひとり暮らし高齢者の見守り ～ 利用体験者を募集～

話しかけるだけで簡単に操作できる「スマートスピーカー」を活用した新たな見守りサービスがあります。

市では、この新サービスを実施している日本郵便株式会社と連携して、ひとり暮らし高齢者などを対象に、見守り機能の利用体験者を募集します。

この機会に、便利なスマートスピーカーを体験してみませんか。

▶スマートスピーカーを使った主な機能

- ①設定した時刻に呼びかけがあり、体調や服薬などの状況を確認
- ②呼びかけに対して回答がなかった場合などは、離れて暮らす家族等へ通知
- ③市からのお知らせを音声でお届け
- ④家族からのメッセージを音声でお届け、写真なども表示可能
- ⑤話しかけるだけで、天気予報の確認や、ラジオ・音楽を聴くことも可能



ディスプレイ付きのスマートスピーカー(イメージイラスト)

(スマートスピーカーからの呼びかけ)
今日の体調は
いかがですか？



(回答)
元気ですよ！

▶スマートスピーカー利用体験者を募集します

*対象者/市内在住でひとり暮らしの65歳以上の人など

*体験期間/令和5年1月16日～3月15日(2か月間)

*募集人数/20人(抽選)

*サポート体制/操作方法などが分からない場合は、担当の郵便局に問い合わせができるほか、1か月に一度、郵便局員が生活状況の確認のため訪問します

*備考/インターネットの利用環境がない場合、接続機器も貸出可

*申込/11月30日までに、高齢福祉課(☎47-7424)へ