



グリーンメゾン鶴牧3 高齢化対応委員会



「環の会通信」 2022 年 8 月 17 日 号

## LINE による見守り参加者募集

～ スマホで互いに見守り ～ つながっている安心感！

3 日に一度、朝 10 時に「お元気ですか？」とスマホに LINE が入ります。「OK!」と返すことでグループ全員があなたの無事を確認します。とっても簡単な仕組みですが、高齢者が安心して暮らせる環境づくりの一助になればと始まったサービスを当団地でも活用していて、現在 16 名が利用しています。

これは NPO 法人エンリッチの「つながりサービス」で、LINE グループ内でお互いに安否確認し合うというもの。手軽に無理なく続けられ、どんな時も独りぼっちでなく、見守られているという安心感があります。費用はグループ全員で年間 5,500 円ですが、多摩市社会福祉協議会の「**ご近所ふくし応援助成金**」を活用しますので、**参加費無料**です。カメラや専用機器を設置しての有料サービスを警備会社などが行っていますが、それらに比べこれはスマホがあれば誰でもすぐに参加できます。

一人暮らしの高齢者や高齢者家庭の方々が無事に暮らせているのか。怪我や病気で困っていないか注意を払う。日々のつながりを持って、安心できたりホッと合える、そんな仲間にあなたも参加しませんか。次ページに現在参加している方々の感想を紹介しています。ご不安やご質問があればお知らせください。もちろん個人情報を守ります。



最後のページに LINE による見守り説明会の案内を掲載しています。

## LINE 見守り参加者の感想

**Mさん** もうすぐ1年を迎えるんですね。はじめはOKを押した後も何回か見て、まだ押していない人の事を心配したような事が有りましたが、最近は自分がOKを押すとそれだけで安心して、皆さんの状況を見る事もなく、過ごす日々です(反省・・・)。グループ人数がもう少し少なくて、気楽に声かけできるような状況がいいナと思ったりしています。地震の時など状況等が書きこまれていて、良かったと思いました。(70代、女性)

**Sさん** いつも大変助かっています。たまに連絡を忘れてしまい、慌てることもありましたが・・・。見守られているという安心感と、皆さん大丈夫ね、との安心感とで、一日をゆったり過ごさせています。(70代、女性)

**Kさん** とても安心できます。OKを出さない方が時々おいでですが「どうしたのかしら？」と気になります。手軽だしみんなに薦めたいシステムだと思います。(80代、女性)

**Fさん** 3日に一度「お元気ですか」という言葉で届く安否確認。ただ返事はOKをタップするだけ。一緒に届く今日の名言もさらっとよむだけ、ともに生活の活力となっています。(70代、女性)



**M.Kさん** 目が覚めるとまず、今日は何日？ 何曜日？ LINEの日？ と考えます。LINEの日には「皆さんお元気ですか？」「私は元気です。」という思いで、安否確認の問いに「OK」をタップします。10時になると、今日は何番目に「OK」にタップできるかしら・・・とわくわくします。このちょっとした緊張感は、私にとって認知症予防にも、瞬発力の強化にも役立つのではないかしら？ と、勝手に楽しんでいます。

大勢の仲間と「つながり」ができて、心丈夫であり、何より安心してこの団地で生活できることを喜んでいます。(80代、女性)

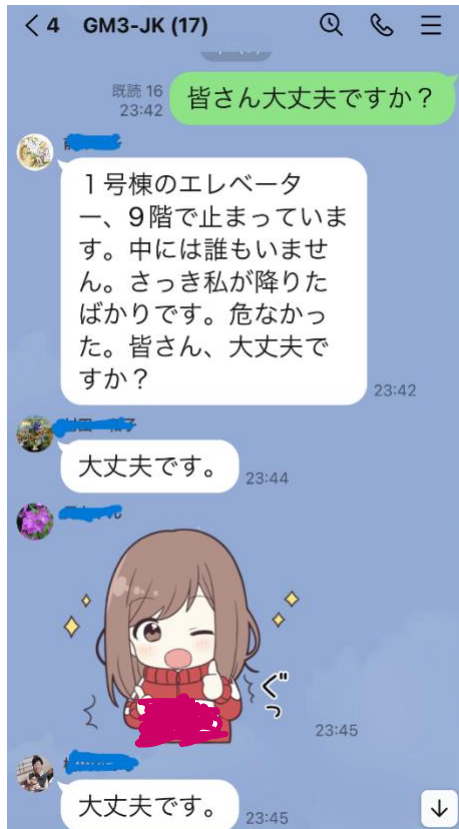
**Hさん** 日常の生活の中で、OKを押す時「今日も元気に参加できた」と感じながら押す。OKを押すだけだが、このOKには温かさを感じて心が落ち着く。息子も安心している。地震などの時は誰かが情報をくれるので、少ない情報の中で暮らしているが、とても安心でホットする。たまに押すのを忘れたとき、だれかが連絡してくれる事も嬉しい。いつまでも続けていただきたい。(70代、女性)

**Gさん** 夫婦共に老いてきているので、繋がることに安心感がある。何かあったら相談していこうと考えている。コミュニケーションの一つで、顔が見えなくても仲間の意識が生まれる。地震などの時も情報が直ぐに伝わり、「エレベーターが動いていない」等は貴重な情報だと思う。

OKを押し忘れる事もあるが、誰かが連絡してくれる。申し訳ないと思いながらも繋がっているから有難いと感じている。もっと皆が参加できると良いと思っている。(70代、女性)

## 地震の夜のスマホ体験

下の画面は今年の 3 月 16 日の深夜のものです。私のスマホです。



覚えておいででしょうか、この夜福島県沖地震が発生しました。多摩市でも震度 4 の揺れを感じました。10 階の私の家では本棚の本が何冊か落ちました。

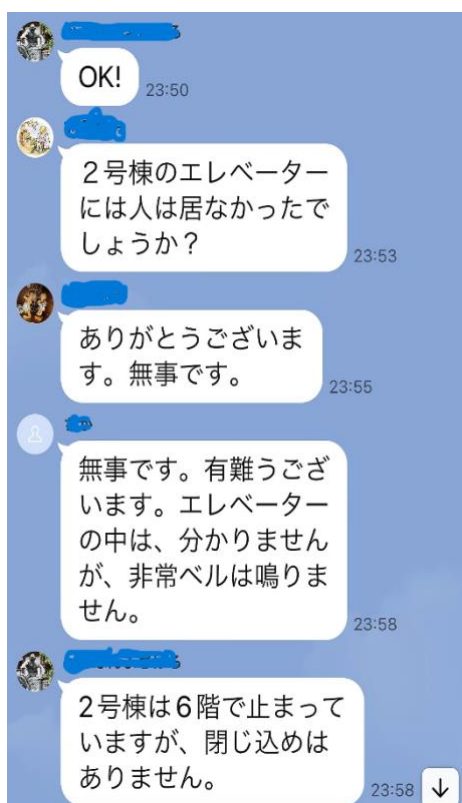
地震は 23 時 36 分に発生しました。ご覧のようにその数分後、23 時 42 分には仲間同士の安否確認や情報の交換が始まっております。

この安否確認サービスには 16 人が参加していますが、皆さんあつと言う間にご自分の様子や知りえた情報を送ってくれました。

みんな情報を欲しがっています。もしもこの時、「ドアが開かなくなった」「戸棚が倒れた」などという声があれば、連絡しあって駆けつけるでしょう。

深夜、仲間のこうした声掛けがあり、ホッとして床に就くことができました。





<

## LINE 見守り説明会を開きます>

ここまでお読みいただき、参加してみようと思われる方は、スマホ持参で下記の説明会に直接お集まりください。

日時：8月24日(水)午後1時半～2時半

場所：管理事務所集会所

内容：①LINE 見守りの説明をします。

②あなたのスマホを見守りグループにつなぎます。

③疑問点や心配な点があればお答えします。

当日はこのシステムを運営している NPO 法人**エンリッチ**の責任者もおいでになります。どしどし質問をしてください。

8月24日の都合がつかない方は、下記の申し込み用紙に記入し管理事務所に  
出してください。希望者には個別に連絡して説明します。

-----

---

LINE による見守りの説明を希望します

お名前	
号棟と部屋番号	
スマホの電話番号	