



人生を 楽しみ尽くせる 世の中に

NPO法人日本シニアデジタルサポート協会

2024.9.4

ー はじめに

ごあいさつ/3P

代表理事プロフィール/4P

ー 活動の背景/5P

ー ビジョン・ミッション/8P

ー 活動内容/9P

オンライン学級会/10P

ズームに挑戦/11P

スマホ教室/12P

認定講師の育成/13P

ー オンライン学級会の効果/14P

ー 今後の目標/18P

ー ご支援のお願い/20P

ー 活動への関わり方/22P

ご寄付でできること/23P

協賛メニュー/25P

連携事例/26P

講演会/28P

ー お問い合わせ/29P

初めまして、現役看護師であり代表の玉井知世子です。

高齢者と聞くと誰を思い出しますか？祖父母やご両親でしょうか？

私は人生をかけて**高齢者が真の幸せを感じられるよう活動**をしています。

医療の進歩によって寿命は伸びても幸せが伴っていない高齢者がとても多い事を看護師の仕事を通して痛感しました。

私が訪問看護で出会った高齢者は「誕生日プレゼントは何がいいですか？」と聞くと「あの世からのお迎え」と答え、「お父さん早く迎えに来て」と毎日仏壇に手を合わせたり、他には90代のお婆さんが滝で投身自殺をしようとし通りかかった人に助けられたニュースもありました。

人生を頑張って生きて来られた方々が死をのぞみ続けて暮らす社会に私はとても問題を感じています。

『人生の最終章』私たち全員が直面する問題です。

それは人との交流が減り、生きがいが見出せずこの世に暮らしながら生きている喜びを見失い、医療保険・介護保険でもサポートされていない領域です。

私はその課題を解決するために

デジタルを使った課題解決方法の普及を目指しています。



日本シニアデジタルサポート協会
代表理事

玉井 知世子



日本シニアデジタルサポート協会
代表理事

玉井 知世子

神戸市生まれ、神戸市育ち（現在47歳）

大学（外国語学部ドイツ語学科）を卒業後、一般企業で勤務

結婚・出産

31歳で看護学校入学

病院、訪問看護、コロナワクチン関連で看護

2023年4月 NPO法人日本シニアデジタルサポート協会を設立

現在はクリニックで勤務しながら、デジサポ代表理事として

全国的に活動中。

「すべてが衰え、この世界に取り残され
早く死にたい
お迎えに来てほしい —————」

ご自身が高齢になった状態を想像できますか？
どんな方でも高齢に伴い目は見えにくくなり・耳は聞こえづらく・
記憶力が衰え、指が思うように動かず・手が震えることも
少し頑張れば体はしんどくなります。



配偶者、兄弟、ましてや子どもまでも先に他界することも珍しくありません。

一人、また一人と話せる相手が減り、介護保険を使ってデイサービスに行っても
周りに認知症の人が多いと会話を楽しむことができません。

帰宅しても一人っきり。

人と話せる時間は少なく、食事は一人が当たり前です。

そんな方々は、生きている意味を見いだせなくなり

『早く死にたい』、『お迎えに来てほしい』 そう話されます。

これは私が訪問看護で出会った方々の声でしたが

この思いを持つ人は、世の中にとっても多く居られます。

象徴的な出来事が起こりました

身投げ寸前の90代

神戸市にある布引の滝という名所で
90代のお婆さんが投身自殺をしようとしていたところを
通りかかった人に声をかけられ助けられたんです。

おばあさんのすぐ後ろには押しぐるまがあり、
そこには「献体を希望する手紙」や「遺書」があり
異変を察した通行人に声をかけられると
おばあさんは「**実は死にたいんや**」と打ち明けました。

警察が到着するまでの間、助けた方と一緒に歌を歌ったり、
アルバムを見て話をし無事保護されたというニュースでした。
90代ですよ。

ここまで生きてきてもなお、自殺しないといけない程の

孤独感を生み出してしまう今の社会、私はとても問題視しています。



人生を頑張って生きて来られた方々が
死を望み続けて暮らす社会を変えたい。



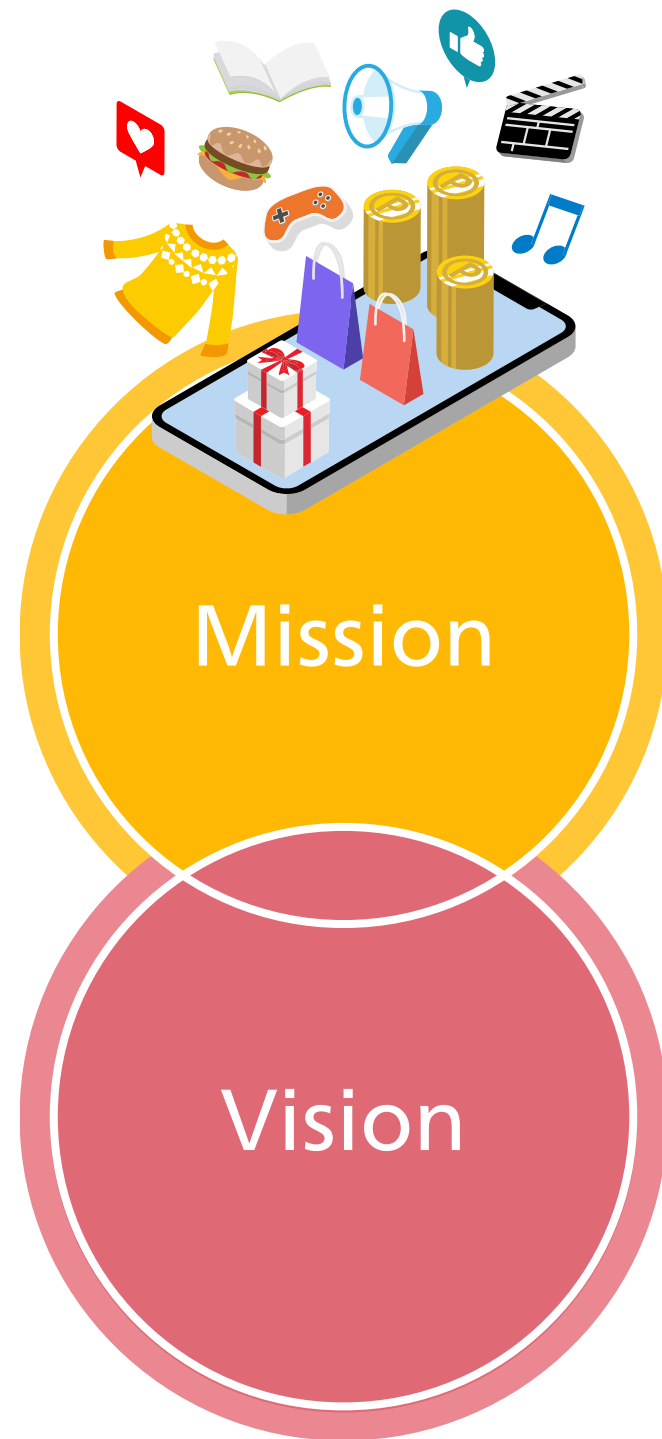
人生を楽しむために必要な事。それは

「人との交流」

コミュニティに属す事で、関わる相手を増やすことができる。



私たちは、高齢者の人生にデジタルを使った
楽しい居場所を作るために活動します。



デジサポ（日本シニアデジタルサポート協会）が目指すこと

テクノロジーを味方に世界を広げ自分らしい幸せの形でつながる

足腰が弱り病気を持ってもデジタルを利用しあらゆる情報を手にいれ、様々なイベントに参加できます。自分らしい「幸せの形」をご提案。

人生を楽しみ尽くせる世の中に

健康寿命を過ぎると自宅や介護施設が拠点となり
好奇心を持ちワクワクしながら過ごす生活から遠ざかります。
何歳になっても生きている限り楽しめる社会の仕組みを作っていきます。

「誕生日プレゼントは何が欲しいですか？」と聞かれたとき、「早くあの世に行きたい」という高齢者の方がおられました。
私が目指す社会は、「誕生日プレゼントは何が欲しいですか？」と聞いた時に「画面が大きなタブレットが欲しい」と
高齢者が目を輝かせられるような、幸福感と希望にあふれた社会です。

そのために高齢者が便利なデジタル機器やツールを使い自分に必要な情報を手にいれ、
歩いて行ける距離以上に「関われる世界」を広げ、心地よいと思える距離感で人とつながる事ができるよう、
これからも高齢者をサポートしていきます！！



1 コミュニケーション

2 スマホ教室

3 認定講師の育成

オンライン学級会

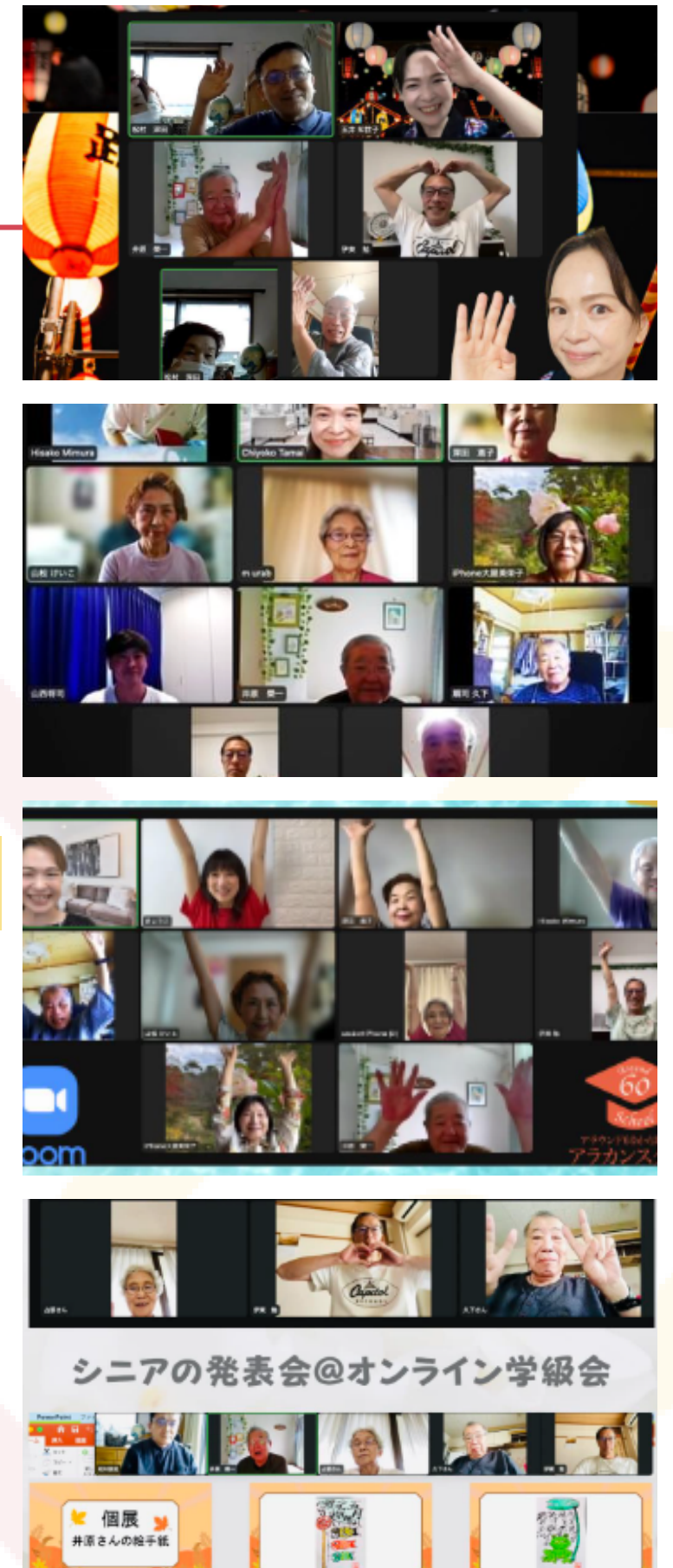


そこは仲間ができて、話せて、ゲスト講師から学べる場。
小学校の時間割にあった学級会のように その時その時でみんなが楽しめる
話題を提供し 色々なゲスト講師から刺激を受けることができます。

**毎月2回、高齢者の孤独を癒すために、
シニアが集う「オンライン学級会」をZoomで行っています。**

参加費は無料です。

体操の講師に来ていただき参加者と体操をしたり
海外に住む子供達と交流したり
県外の高齢者同士で我が街紹介や県対抗クイズをしたり。
皆さんが想像する以上に高齢者はオンライン学級会を楽しめています。



オンライン学級会を開催するためには、

"高齢者がスマホでZoomを操作できるようにしなければならない"

という課題が見つかる

スマホ教室「ズームに挑戦」の開催を開始

この教室では私が高齢者にLINEを送り、高齢者はそこに記されたZoomのリンクからZoomミーティングに参加する。
ただこれだけの事ですが、高齢者にとって新しい事を覚えるのはとても難しい事です。



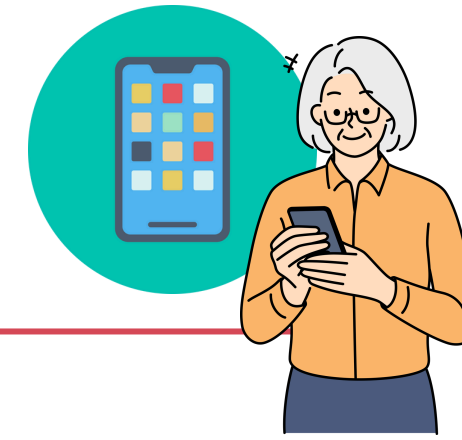
何度も何度も体で覚えるように練習をします。

Zoom操作を覚えた方々には、
数日後に開催するオンライン学級会に招待します。
皆さん自宅から個別に参加でき喜ばれています。



「Zoomに挑戦」

高齢者の心と体に寄り添う スマホ教室



その後、

「スマホの使い方がわからず困ってる人が多いからスマホ教室をして欲しい」

と依頼を受け、シニアクラブや民生委員さんの主催で高齢者向けスマホ教室の活動を始めました。今では大阪信用金庫さん、精神疾患を持つ当事者やその家族会、また東京や大阪の行政や企業など色々なところから依頼があり、依頼元から謝金をいただいて活動しています。

高齢者にスマホの使い方を覚えてもらうとき、色々な面で配慮が必要です。

認知症の方は、スマホを機種変更した事を忘れ、昔のスマホを手にLINEが使えないと混乱されたり。発達障害や精神疾患の方は不安になると依存が強くなり1日何回も個人LINEやLINE通話をかけて来られます。

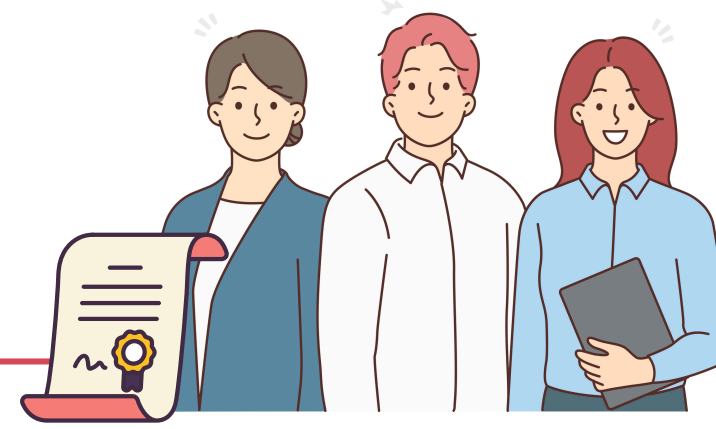
今の社会に、ここは避けては通れない問題です。

私たちは、その時その時の最善策を考え今後も地域や行政と連携しながら

スマホ教室だけでなく福祉として向き合っていくべきだと感じています。



講師は全国に！認定講師制度



神戸から日本全国へ

1人でも多くの高齢者に、
この活動が広がってほしいと考え、
認定講師制度を設けました。

今では北海道から九州に多くの認定講師がおられ、
高齢者が抱えるデジタルデバイド問題について
一緒に議論し対策を練っています。





東北大学の脳科学者である瀧靖之先生によると


健康的な脳にとって必要な事は**4**つ

1 会話

2 好奇心

3 運動

4 主観的幸福感



**オンライン学級会には、
「会話・好奇心・運動・主観的幸福感」
この全てが含まれています。**

参加者の方々は「オンライン学級会」をこれからもずっと参加したいと所属への希望を持たれていたり、目を輝かせて質問されたりする姿は、若返りの力を感じる事ができます。

スマホで参加される方も多く筋緊張が高まるため、運動を取り入れ、会の終わりには、「楽しかった」「幸せな時間だった」と感想を話されています。

**2023年度に「オンライン学級会」は神戸市の地域課題に
取り組むNPO等の補助金に採択していただきました。**

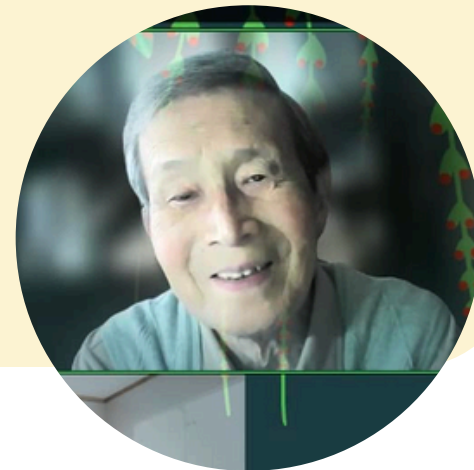
Zoomができないシニアも各地の企業や社会福祉協議会などの協力を得て会場から「オンライン学級会」に参加され、とても好評でした。

参加者の声

2024年5月から参加してくださっている91歳の方と、その娘さんの感想です！

娘がインターネットで見つけてきて参加させてもらいました。ひと月心臓と腎臓が悪くて入院してましたので退院後は思うように動けずでした。

そんな中こちらに参加すると**玉井先生や参加者の方が優しくて話しやすくとても充実しました。**



最近父が元気がなくて、デイサービスも気が進まないとの事。ネットで探して参加を勧めました。少人数だったこともありじっくりお話できて、和気藹々としてとても楽しかったようです。

なかなか家から出られなくなり、今までの活動もできない中、新しい出会いがあり、お話ができて、とてもありがたい思っております。いつも父からは短文のLINEしかこないのに、この日は、**とてもよかった、また参加したい**、などなど、父にしては長文のLINEがきて私まで嬉しくなりました。玉井さんが日々の看護師さんの活動の中で実感したことを元に活動されているとのこと、尊敬いたします。

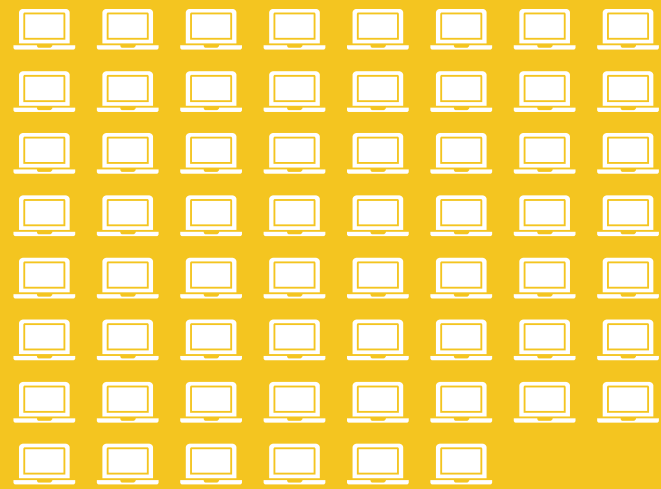
こうした「居場所」や「つながり」を求めている方は全国にたくさんいらっしゃるのではないかと思います。



オンライン学級会について

これまでの開催数

62回

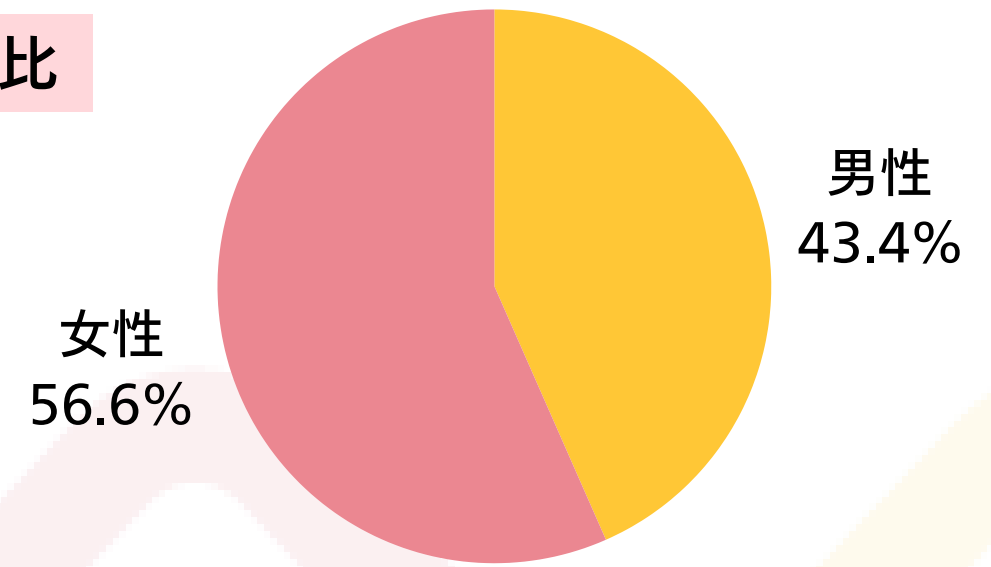


参加総数

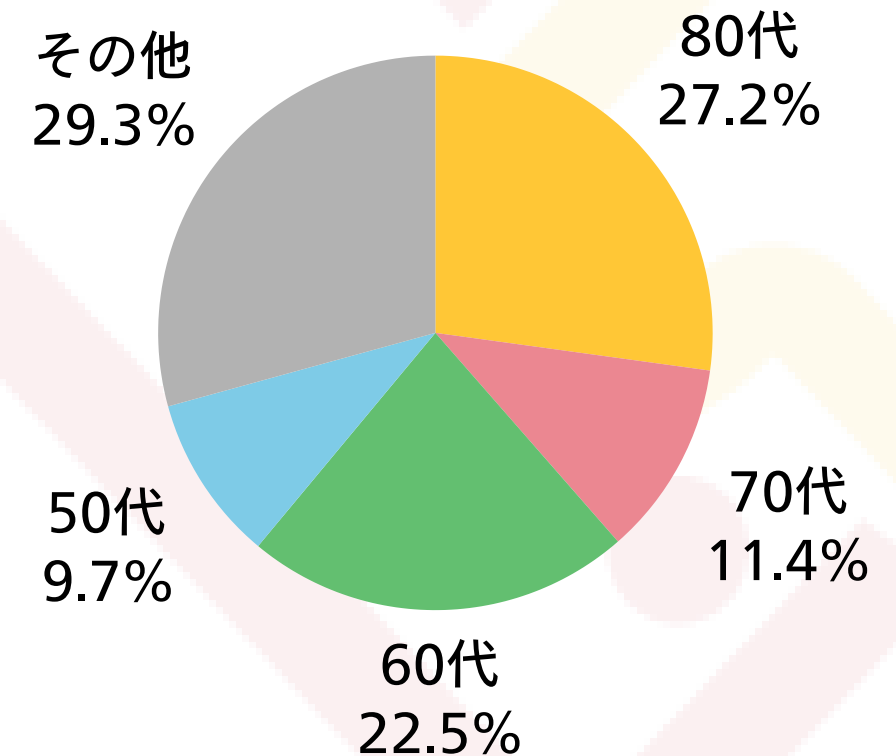
474人



男女比



年齢比



SUPPORT



オンライン学級会の先に 目指したいもの

- 1 介護保険をオンライン学級会でも適応してもらえ
るように活動を拡大し無くてはならない場所
にする
- 2 オンライン学級会やスマホ教室で高齢者が語った
「自分が死んでも誰も気づかないわ」
「身内が1人もいないから自分の亡き後が心配で
たまらない」をなくし、安心して過ごせるように
デジタルを使いサポート

この活動をもっと多くの人に届けたい！

独居高齢者は全国に600万人います。

まずは5,000人に『オンライン学級会』を届けたい！

そのためにはスマホでZoomに参加できるように『スマホ教室』も無料開催したいです。

行政では無料でスマホ教室を開催しているところが増えていますが、その先に高齢者同士がつながる場所は確保できていないんです。

**私たちはつながる場所、そして一緒に楽しめる仲間のいる
コミュニティを作っています！**

私たちの活動を支援してください

私たちの活動は、
大切な人や自分自身の未来の幸せにつながります。
皆様のご支援でこの活動は継続でき、
そして拡大が可能になります。

まだまだ小さなNPOですが、皆さんの応援によって今後社会的なインパクトがある団体へと必ず成長します。

この活動を初期から支援していただく皆さまには、心から感謝いたします。
皆さまのご支援は、決して一時的に消費されるものではなく
高齢者の心を豊かにし、デジタル社会への適応をサポートするだけでなく、
地域社会全体の活力を高める重要な一歩となります。

一人ひとりのご支援が集まり、

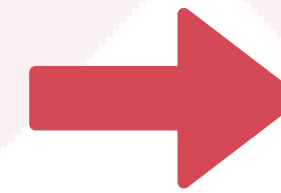
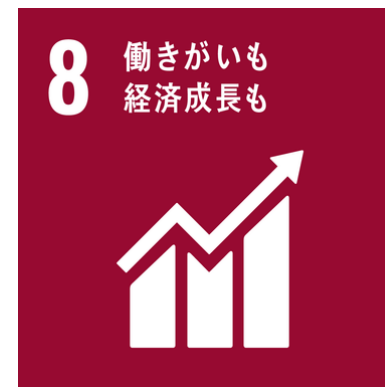
大きな変化を生み出すことをご期待ください！！



本活動の社会的な意義



日本シニアデジタルサポート協会の活動は、
SDGsに寄与しています。



高齢者の
介護医療依存度
減少へ

この「オンライン学級会」が企業様のご協賛により成長すると高齢者の介護医療依存度が低くなり、介護・医療保険の破綻を予防する手立てになります。

この活動は2021年末から開始し、当初は高齢者から参加料をいただくスタイルでしたが高齢者の生活スタイルのデジタル化を後押しするため、2024年度から無料開放いたしました。



1 ご寄付

オンラインでご寄付いただけます

2 プロボノ

ご自身のスキル・職能を活かして活動に参加して
くださるボランティアを募集しています



1 協賛

協賛の口数によって、お名前またはロゴを
Zoom画面やホームページに掲載します

2 事業連携

顧客向けのサービスにデジサポの活動（スマホ教室）
を取り入れていただいています

3 講演会の開催

従業員の方に向けて講演会でお話させて
いただいています

無料でオンライン学級会の活動を続けるため、皆さまからのご支援が必要です。
寄付サイトからクレジットカードや銀行振り込みで寄付の申し込みができます。



寄付サイト

ご寄付で実現できること

都度のご寄付で

2,000円：オンライン学級会に補助が入り細やかな配慮ができます

5,000円：オンライン学級会の活動費1回分

10,000円：専門講師を1人オンライン学級会に呼ぶことができます

同じ金額を継続的なご寄付で

1年間ご寄付していただくと、

1,000円/月：スマホ教室を1回無料開催、6名が参加できます

3,000円/月：スマホ教室を3回無料開催、18名が参加できます

10,000円/月：スマホ教室を12回無料開催、72名が参加できます

ボランティア（プロボノ）募集

ご自身のスキル・職能を活かして活動に参加して下さる
ボランティア（プロボノ）を募集しています。

経験を活かして社会貢献をしたいとお考えの方は、ぜひご応募ください。



プロボノ応募フォーム

プロボノ紹介

岡田 吉晴様

- 株式会社オフィス・ワイズ 代表取締役CEO
- (社)日本観光文化協会 理事
- MMP総研 代表理事
- IOTアドバイザー

職歴 Sony Electronicsのプロモーション
プロデューサー
スマホ講師育成事業 など



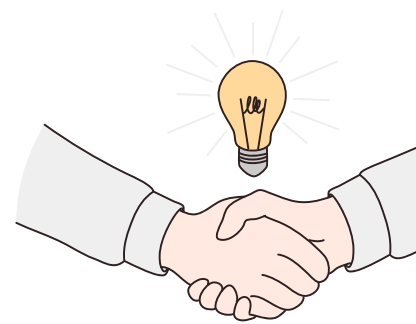
協賛企業様 募集

協賛企業様を募集しています。

協賛の口数によって、スポンサーとしてお名前またはロゴをZoom画面やホームページに掲載します。

協賛メニュー		サポーター 1口	サポーター 2口	スポンサー 3口	スポンサー 4口	スペシャルパートナー 10口
A	オンライン学級会の冒頭にロゴを10秒間掲載 (2ヶ月)	○	○			
B	オンライン学級会の玉井のzoom背景にロゴを掲載 (2ヶ月)		○			
C	年次報告書にロゴを掲載			○		○
D	ホームページにロゴを1年掲載				○	○
E	応援企業代表としてホームページにインタビュー掲載					○
応募枠 (1年更新)		6枠	6枠	3枠	2枠	1枠

※協賛費は1口55,000円(税込)となります。



顧客向けのサービスに
デジサポの活動（スマホ教室）を取り入れていただいています。

連携事例① 大阪信用金庫 様

CSR部署よりご依頼いただき全店舗にて顧客の皆様へのサービスの一環としてスマホ教室を開催させていただいています。



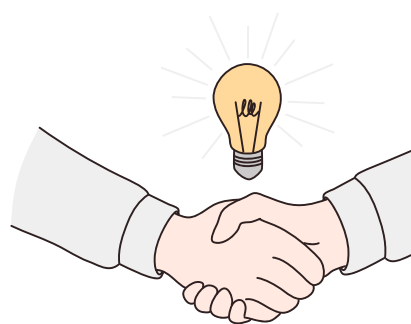
連携内容

- 各支店で開催/オンライン開催あり
支店の銀行員の皆さまが顧客の補助（顧客との親密度UP）
- 大阪信用金庫さまのアプリインストール
専用アプリのインストールをお手伝い（窓口の対応緩和）

講座例

- スマホを使い健康になるためのセミナー
- スマホの種類とデジタル詐欺セミナー
- 災害時のLINEの使い方セミナー





顧客向けのサービスに

デジサポの活動（スマホ教室）を取り入れていただいています。

連携事例② コープこうべ様

アプリのバージョンアップに戸惑う高齢者の皆さんがサービスカウンターに駆け込み、スマホに詳しくないサービススタッフが対応に追われ本来の業務ができないとお困りで依頼をいただきました。

連携内容

- 店舗さんと話し合い相談会の日時を決定し開催
- 高齢者からの問い合わせに対して相談会へ誘導
- 当日来られた方へ認定講師がアプリの操作方法を伝え、アプリのバグも本社に伝え大変わかりやすいと好評



講演会の開催

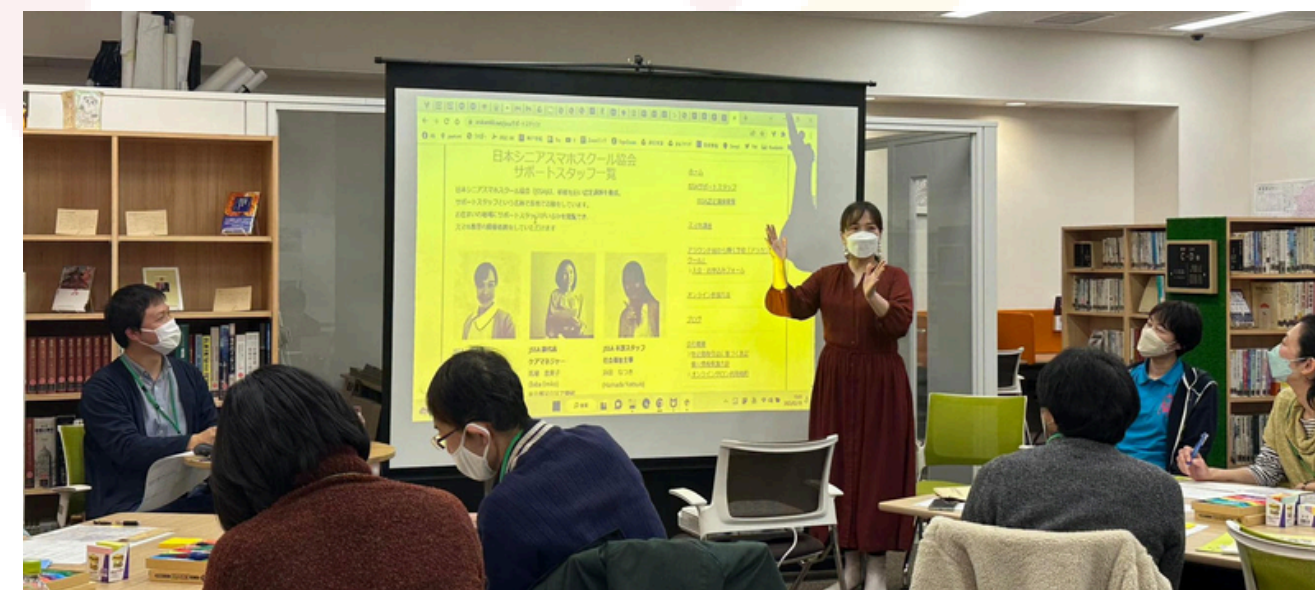
従業員の皆様に講演会をさせてください。
NPOの行う高齢者に対する精神的なサポートは
従業員の皆様の精神的豊かさを上げ、
高齢者に対する接遇の向上にもつながります。



神戸学院「地域コミュニティ論」



CS神戸「NPOの作り方」



ローカルプロジェクトスクール（神戸市）

お問い合わせ先

この活動に共感してくださる方はぜひ一度ご連絡をお待ちしております

NPO法人日本シニアデジタルサポート協会

設立年月日	2023.4.25
所在地	神戸市東灘区北青木3-13-7-105
WEBサイト	https://jsda-jp.com
担当者	代表：玉井知世子
電話番号	070-8585-4736
メールアドレス	info@jsda-jp.com

NPO法人日本シニアデジタルサポート協会
WEBサイト ▶

