



互いに安心して暮らしたい

80代母の「転倒通知」から

神奈川県 小林克彦さん（50代・会社員）

母の基本状況

- 年齢：83歳
- 住まい：長野県、戸建
- 一人暮らし歴：12年
- 持病：リウマチ
- 介護認定：要支援1
- 車：所有

1 安全・安心
スマートウォッチで安否確認・服薬
時間管理、防犯カメラの設置、照明
のオンオフによる活動確認など。

2 自宅の寒さ対策
床暖房設置、灯油ストーブを電気ヒ
ーターに。

3 詐欺被害対策
固定電話を廃止、スマホのみに。

4 車の運転
代替移動手段が見つからず、週に一
度運転。今後、免許返納を検討。

[母の心配事と対応策]

12年前に父が急逝し、以来、慣れ

親しんだ長野の自宅で一人暮らしを
する母。私と妹は、それぞれ家庭を
持ち、関東での生活です。母はリウ
マチが進んだ数年前、要支援1とな
りましたが、買い物や教会への外出
には車が欠かせません。

高齢者の詐欺被害ニュースを見聞
きするたびに心配が募り、2019
年には母と相談の上、対策の一步と
して実家の固定電話をやめました。

その後、離れて住む私にできるこ
とはと、自分なりの対策を考えまし
た。ちょうどドイツ製の電子機器で

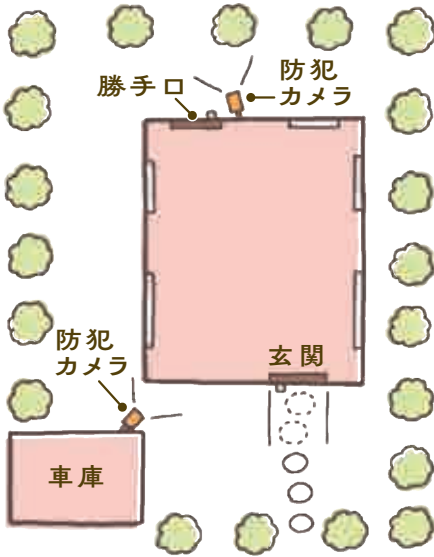
家庭の見守りを推進する会社に転職
したタイミングと重なり、母の安否
確認ができる製品を、いくつか取り
入れることにしました。

健康管理と危機管理を

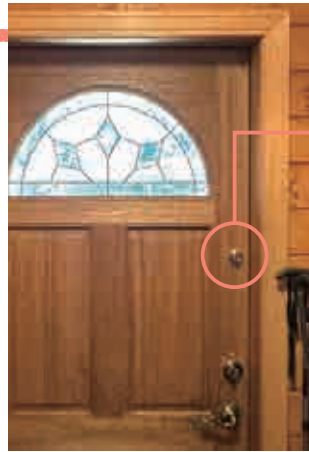
2023年に母の腕時計を「スマ
ートウォッチ」に変えました。健康
管理の機能を搭載するほか、着用者
が転倒すると緊急連絡先に「転倒通
知」が届く仕組みが。すると、20
24年のある日の深夜、私のスマー
トフォンに「転倒通知」が届きました。
すぐに電話をかけましたが、母は

[設置した2台の防犯カメラ]

玄関全体が見渡せる位置である車庫の壁面に1台、勝手口の開閉が見える壁面に1台設置。計2台の費用は約30万円。



その一件を受け、玄関の鍵を遠隔で開錠できる「電気錠」システムを設置しました。また、昨今の特殊詐欺被害の多発から、同時に防犯カメラを導入。訪問者があると作動し、私にその映像が届く仕組みです。加齢と共に、認知機能が少しずつ落ちてい



取り付けした電気錠。見た目は一般的な鍵穴タイプ。



電気錠の開閉に使用しているスマートキー。

[既存の鍵の上部に取り付けた電気錠]

母は、スマートキー（写真右上）のボタンを押して開閉。リウマチで、鍵の差し込みや回転に痛みを伴っていたので、電気錠が重宝。緊急の場合は私のスマホに入れた電気錠のアプリで、スマホから開錠可能。電気錠の開錠には、Blue tooth環境を使用。設置費用は約30万円。

電気錠と防犯カメラを

出ません。10分以上つながらず、近所の消防署に電話をしました。状況説明をすると、出動可能とのこと。さなかに母から電話があつて問題なしとわかり、一件着きました。消防署の話によると「家中鍵が閉まっていた場合は、窓などを破壊して入室する」と。もしもの時には、壊される事態になるのだと認識し、対策を講じなくてはと思いました。

検討している「スマートホーム化」

エアコンのオンオフでの活動・安否確認
照明のオンオフと同じ仕組みで。
カーテンの自動開閉
防犯のため、季節によっては室温管理にも。
車庫シャッターの自動開閉
筋力の低下で負担が増えたシャッターの開閉を自動化。

の中で、母の一人暮らし。安全で健康、精神的にも落ち着いて生活することが、私たち子どもの願いです。そのために、電子機器の力を借りる見守りの「スマートホーム化」を検討中。課題は社会全体での見守り強化につながることです。もちろん、帰省して直接会話をする時間も、増やしていきたいと思っています。