

番外編

# 学生が発信 実験! スマホを使わない1週間

私たちは生活のほとんどをスマホに頼っている。「スマホ依存」などという言葉もある。友人と食事中でもスマホを触っている。これが当たり前になりつつあることに疑問を感じた私たちは、スマホ依存を脱却するために、スマホを手放して1週間生活を行うことにした。

記事：関西大学政策創造学部3年 福井大智



## ルール

1週間スマホ(パソコン等インターネット類を全て含む)は一切使用しないこと。公衆電話、固定電話、FAXは使用可。緊急時の対応として、家族、先生の電話番号をメモした物を常に持ち歩いていた。

## 1日目 公衆電話での会話の難しさ 増える荷物

家族や友人、先生の連絡先を記入した手帳、メモ用紙、腕時計など。スマホをなくした結果荷物が増えるのか…。友人の電話番号さえもわからないことを知った。友人に連絡を取るため公衆電話で利用。10円で何秒話せるかわからず100円を入れてみた。話をまとめていなかった私は言いたいことの一部しか言えず電話は切れてしまった。

家に帰り、日記を書いている際にまた問題が起きた。漢字が思い浮かばなかったのだ。そんな時はスマホの変換機能を使っていた。スマホがないため数年ぶりに国語辞典を開いた。漢字は読めるのに書けない理由はスマホなのは、と感じた。

ふとした時にスマホに触りたくっていた。自分はスマホに依存しているのだと自覚。就寝前にスマホを触らないことでいつもより2.3時間早く寝ることができている。

## 3日目 電車内で勉強

今日はスマホなしでの初めての学校だった。朝、電車の時刻表を手に入れてなかったの、いつもより20分ほど早く家を出た。スマホがないと到着時間が把握できないので不安になった。前の席には8人ほど席に座っていた。年は20代～60代。60代くらいの方が本を読む以外全員がスマホを触っていた。それを見て、少し悲しくなった。少し悲しくなるのは何故なのか、読書は良いのにスマホは悪い。この基準は何なのか、このようなモヤモヤした感情も同時に生まれた。帰りの電車は先生からもらった新聞記事やNの勉強の時間にあてた。

## 4日目 待ち合わせ時間遅刻厳禁

今日は野球をする予定だったが雨だった。LINEでは中止の連絡がきていたと思うが、スマホがないのでわからなかった。現地で直接教えてもらったが、スマホがない不便さを感じ

た。その後、友人にご飯を誘おうと学校内の公衆電話を使ったが、クモの巣やほこりだらけ。使われていないんだなと思った。友人と落ち合う約束をしたが、連絡が密にできないため「〇時、遅刻厳禁」と伝えた。集合時間5分前に着いた。いつもなら「着いた。」という報告をLINEでするのであるが、スマホがないのでできない。集合時間になっても友人が来なかった。「まだ?」というLINEを送信したくて仕方なかった。10分後に友人は来たのだが、その10分は長く感じた。

5日目 スマホがない日常に慣れたと感じた一日であった。ふとした時もスマホを触りたいと思わなくなったし、友人が目の前でスマホを触っていてもなんとも思わなくなった。

## 6日目 スマホを使って会議

今日は学園祭の会議があった。会議で使う資料は印刷せず、スマホで資料を見ながら会議を行っていた。私はスマホがないので仕方

なく友人に見せてもらうことにした。スマホがレジュメの代わりになっている点。今になってみれば異様なことだなと感じた。

## 7日目 最終日 スマホと遊びに来てんちゃうで

今日はUSJに遊びに行った。ここでも嫌になるほどスマホが目についた。アトラクションの待ち時間では、スマホを触る、動画を見る、アプリをする、写真を撮る。「スマホと遊びに来てんちゃうで?」と思ってしまった。せっかく一緒に来ているのだからスマホなどカバンにしまって喋ればいいのに。何かさびしい気持ちになった。

7日間スマホなし生活をしてみて、やはり最終的にはスマホは便利なものだと感じた。しかし、スマホがないからといって生活ができないものではない。スマホとの適切な距離感を心がけることが重要なのだと感じた。

## 3子以上を持つ家庭に 乗用車を無償貸与

池田市は2017年4月より、市内で第3子以上を出産した家庭に、ダイハツの乗用車を3年間無償で貸し出す事業をスタートする。これは、市内に本社があるダイハツ工業株式会社が市の掲げる「子ども・子育て支援日本一」に賛同し、提案したものだ。さらに同市は、2007年より始まったエンゼル祝品支給制度(出生児1子につき池田泉州

銀行の積立式定期預金通帳に1万円を贈呈)も5万円に上げる予定だ。地元企業と連携し、更に子育て世帯に住みよい街を目指していく。

### エンゼル車提供制度の要件

- 2017年4月1日以降に第3子以上を出産のこと
- 出産時点で池田市に半年以上居住している市民であること



ふくまるファミリー

## 子ども医療費助成 高校卒業年齢までに拡大

箕面市は、2017年4月より通院・入院時にかかる医療費助成を、現行「中学卒業まで」から「高校卒業年齢まで」に拡大すると発表した。これは、かねてから市長が公約に入れていたもので、8月の選挙で3期目当選を果たしたことを受け、実行する格好だ。所得制限は設けず、1医療機関1日あたり500円以内、1カ月上限1,000円で受診できる。



なお、1ヵ月あたり3回目以降は無料。医療費助成制度の拡大は全国的に増えてきているが、所得制限のあるところも多く、所得制限なしで高校卒業年齢まで、というのは北摂エリアでは初となる。

## 家事代行に外国人を採用 ダスキンが府から受入事業の認定を受ける

政 府の「ニッポン一億総活躍プラン」にある女性の活躍推進の一環で、家事支援外国人受入事業の特定機関として、株式会社ダスキン(吹田市)が認定された。今年度中にサービス開始を目指す。

同社では掃除を中心に家事を代行する「メリーメイド」事業を1989年から展開。価格は1回2時間5,400円から。「40歳～60歳代が顧客の中心ですが、共働き世帯の増加などで、市場規模は拡大しています」と同社広報部の江里雅博さん。同事業の規模は導入から右肩上がりがあるなか、メリーメイドの人手不足が大きな課



題であると話す。需要と供給のバランスを合わせるため、外国人の家事支援活動は同社にも重要な事業といえる。

メリーメイドは直行直帰のパート雇用が中心。家事支援外国人受入事業は、渡航費、住居の費用を会社側が負担し、フルタイムで日本人と同等以上の給与が雇用条件だ。人的交流の実績が多いフィリピンから、初回の採用人数は4名程度になる見込みで、研修後、日本人と2名の訪問を基本としたサービスを実施する予定。日本初となるこの受入事業は同社にとっても試行的という。「女性が輝く日本社会に貢献したい」と、同社は長期的な視野で同事業に取り組む。

## 大阪府における自転車事故の実態

年々件数は減ってきているものの、死者数や負傷者は全国ワーストクラスになっている大阪府内の自転車事故。平成27年中の全交通事故に占める自転車関連事故の割合が、全国平均では18.4%であるのに対し、大阪は30.1%と高くなっている。事故件数としては前年度より減っているものの、死者数が増加。平成28年度8月末現在、自転車関連事故発生件数、負傷者数、信号無視による負傷者数が全国ワーストとなっている。

事故の原因で最近問題となっているのが「ながら運転」による不注意事故。スマホを触りながら、音楽を聴きながら、傘をさしながら…などで注意力散漫となることが

事故の要因になっているようだ。

自転車は道路交通法上「軽車両」で、自動車やバイクと同じ「車両」と規定されているので、もちろん飲酒運転も罰則の対象となる。

身近な乗り物である自転車。頻繁に使う機会が多いからこそ、改めてルールなど見直す必要があるのではないだろうか。

協力:大阪府警察  
大阪府警察 自転車対策室HPでは自転車の交通安全に関する情報を発信しています。「スマイルサイクルフェスタ in 大阪」の詳細も右のQRコードからご確認ください。



11/1～30まで「自転車マナーアップ強化月間」です。11/13(日)は中之島で「スマイルサイクルフェスタ」を開催。

### 【自転車安全利用五則】

1. 自転車は、車道が原則、歩道は例外
2. 車道は左側を通行
3. 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
4. 安全ルールを守る
  - ・飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
  - ・夜間はライトを点灯
  - ・交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
5. 子どもはヘルメットを着用