

コラム

# みやちゃん とご一緒体験記

Vol.24

## 【新しい日常を生きる⑧ ～AI時代を上手にいきる～】

少子高齢社会の現在、医療・介護の現場でスタッフがどんなに奮闘しても、まずは「高齢者の自立」が必要だという考えは変わりません。もちろん、身体的・精神的に困難な場合を除いてですが。

ただ、今回いう“高齢者の自立”は、これまで考えていた精神的自立ではありません……。

最近、「老人はAI社会をどう生きるか」（平松類著/祥伝社新書）という本を読みました。著者は、眼科医として（特に）高齢者の診療経験が多く眼科治療に関する著書を多く出されています。この本では、AIが医療・介護の現場に浸透している現在、これからはいかにAIに代表される新技術を上手に活用できるかが、高齢者が快適な人生を生き抜く鍵だと説いています。

AI（人工知能）とは、「人間の知的ふるまいの一部を、ソフトウェアを用いて人工的に再現したもの」です。さらに経験から学び新たな入力に順応することで人間が行うように柔軟にタスクを実行することができます……。説明だけだとわかりにくいかもしれませんが、AIを題材にした映画はかなり前から数多く作られています。たとえば、80年代には、ハリウッド映画「ロボコップ」「ブレードランナー」「ターミネーター」などが該当し、これらはSF作品として大ヒットしシリーズ化されていますよね。

また、現在はあらゆる電化製品がインターネットと連携しAI技術が浸透していて声さえかければ電気がついたり予定を教えてくれたりします。一人でも不自由しない生活ができるようになっていて、新製品を購入検討するたびに驚いています。

コロナ禍の現在、多くの企業がテレワークを導入して社員が在宅勤務できるように配慮したり、会議をできるだけオンラインで実施したりして工夫しています。友人の会社員は、出社はするが会議や研修のための出張がなくなりすべてオンラインで開催されているとのこと。そして、「最初は不安だったけど、現在は便利で快適。出張のたびに時間も経費もかかっていたがロスがなくなっていい」と感想をのべてます。

もちろん、そのためには必要なツールに慣れる必要があります。しかしながら、このツールに不慣

れな人が案外多く、コロナ禍はもうじき収束すると信じて（そう願いたいです）慣れる努力をせずにいる方が少なくないようです。

事実、親しい仲間とオンラインで女子会や飲み会を提案しても、のってくるのはインターネット、スカイプ、スマホ、ライン、グーグルといったものを積極的に活用している人ばかりで、そうでない人は「難しそうなのでいい」とひいているようです。中にはIT世代のはずの40代の人もあるから驚きです。

「私には関係ないわ、そんなモノは不要だわ」と見向きもしないでこのまま高齢者の仲間入りをしたらどうなるのだろうか……と心配になるのは私だけでしょうか？ 実際、介護施設にいる私の母はアナログ人間で、PCや携帯電話をもつことさえ関心なかったため、施設にいる現在も不便さは続いています。

「フツの高齢者」と「スーパー高齢者」の差は、やる気・チャンレンジ精神・好奇心ではないでしょうか。もし、高齢者が便利なツールを使いこなしていたら、介護する側や家族はどれほど楽になるでしょうか？

#### ○孤食が認知症のリスクをたかめるという問題

→ これは実施している方は多いと思います。ラインのビデオ通話やスカイプなどを利用して、遠くにいる家族や親しい人と同じ時間に画面を通して一緒に食事をする習慣ができる！ お互いにどんなものを食べているかまで把握でき、一人でわびしく食べるよりも食欲がわいてくることでしょう。

#### ○在宅療養の現場で一人暮らしの高齢者と連絡がつきにくいという問題

→ 本人もしくは介護スタッフがビデオ通話やタブレットなどを通じて、必要な関係者と連絡をとることができる。一人で倒れていたり孤独死を回避できたりすることが可能になる。

#### ○体調・危機管理

→ 例えば、スマホには一日の歩数管理アプリがはいっていますので運動不足かどうか確認できます。また、腕時計などのウェアラブルデバイスを利用すれば、心臓がとまった場合は即座に腕時計が反応して救急車をよんでくれます（実用化されている）。

#### ○孤独感を低減

→ 年齢を重ねると親しくしていた人との死別は避けられません。だからといって、寂しい悲しい！と嘆いていても仕方ありません。

かつて「AIBO」という犬を模倣した機械が発売されたように、可愛がっていたペットをなくした後も、そこにいるかのように感じるようになります。また、一人暮らしの高齢者は入院する機会も増えるでしょうが、そんな時、AIを使いこなしていれば引き続きペットを飼うことは可能です。

他にもメリットは多々あるでしょうが、日進月歩のAIなどの技術進歩により便利なものをIT技術と組み合わせることでもっと沢山のことが可能になるはず。実際、IT社会にヒイヒイいいながらついていっている私は、まだまだ知らないことがいっぱい驚いてばかりの毎日です。ともあれ、それ



らとうまくつきあい健康寿命をのばすことによって快適な生活を送ることができることと推測します。おひとり様社会の現在、加齢によっていろいろなことができなくなっていく自分を認識した時、他者を頼むことが必要になりますが、AIはボタンひとつで望むことをやってくれるのですからなにも気をつかうことはありません。使わないと損！という気がします。

そう思うものの医療AIの暴走を描いた邦画「AI崩壊」(2020年1月劇場公開)をみると不安を覚えてしまいますので、使い方を間違えないようにしたいですね。そして、こういうツールを使いこなすためにはそれなりのお金が必要なことは言うまでもありません。少なくとも医療や介護の現場には広くいきわたっていると好都合です。

