

親と自分、そして家族のこれからを考える

オヤノコト[®] マガバシ 別冊 2017.3

そろそろ
親のこと...

40歳を過ぎたら
オヤノコト!



【親の見守り特別編集版】

離れて暮らす“親の見守り”、どう向き合っていますか？
「ウチは大丈夫!」と思っていないですか？

オヤノコト.net

<http://www.oyanokoto.net/>

オヤノコト 検索



「ウチは大丈夫!」って思っていない!?

“親の見守り” 離れて暮らす 考えていますか?

元気だし大丈夫!——そう“思い込んで”いませんか?
は年間10万人を超え、今後も増え続けるといわれています。
編集部寄せられたさまざまな事例を元に、
について考えてみませんか?

離れて暮らす両親、年齢は重ねているけれどまだまだ
実は今、親の介護を理由に離職する「オヤノコ」世代の数
いざという時のため、実際に「オヤノコ」
まずは“親の見守り”

トラブルも
続々

両親の“変化”を見逃さず
突然の「もしも」に備えよう!

離れて暮らす親に「もしも」のことが起きた時、あなたはすぐに落ち着いて、最善の策を見つけられることができますか? 男女ともに平均寿命が80歳を超え、世界有数の長寿国となった日本ですが、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる「健康寿命」は男性が約71歳、女性は約74

歳。平均寿命から健康寿命を引いた約10年間は、何らかの介護が必要な期間となります。しかも「いつから」親の介護が必要になるのかは誰にもわかりません。ウチは元氣だから大丈夫——ではなく、今から親の日常に目を向け、ちょっとした「変化」を逃さないようにしたいものです。



いつ会いに行っても 母は元気いっぱい! でも実は…

ケース①

早くに父を亡くし、一人暮らしの母は75歳を超えて、外出の機会は減ったものの、まだまだ元気いっぱい! 帰省する度に、変わらぬ笑顔で迎えてくれ、特に変わった様子もないので安心していました。
ところが先日、実家に帰省した時にお隣の方に声をかけられ、実はここ一年、母が夜、一人で周辺をウロウロと歩き回っており、その回数が最近になって急激に増えているとの忠告を受け、ビックリ! きょうだい全員、それぞれ仕事があるので実家に戻ることもできず、誰が母を引き取り、面倒を見るのか、答えの出ない家族会議が延々と続いています。



「オヤノコ」代表よりヒトコト

**早めに親の“変化”がわかれば
早い対策も講じられる!**
高齢の親の介護が必要となる日は「突然」やってきます。いざという時に慌てないためには親の「変化」に少しでも早く気づき、準備しておくことが重要。「ウチはまだ早い」と考えるのではなく、何も無い時から安否確認サービスなどを活用するののも一つの手です。

一人暮らしの父、 本人の「大丈夫」は 本当に大丈夫ですか!?

ケース②

昨年、母が亡くなり一人暮らしとなった父。何度も同居を勧めましたが「心配しなくても大丈夫」「一人の方が気楽」と言って、全く応じてくれませんでした。
でもあれから一年、定期的に実家に帰るようにしていますが、帰るごとに家の中が汚れ、ゴミ箱の中はコンビニのおにぎりやお弁当、カップ麺の容器ばかりが目立ちます。体が心配だからと再度、同居を勧めましたが「大丈夫だから」の一点張り。そういえば最近、急激に口数が減り、ぼーっと椅子に座っている時間も長くなったみたい。このまま一人暮らしを続けさせていいのか、悩みは尽きません。



「オヤノコ」代表よりヒトコト

**お互いに負担を感じない
見守りサービスの導入を!**
一人暮らしの親が心配——そんな時に頼りになるのが安否確認や緊急通報のサービス。ぜひ親の暮らしに合ったものを選び、親の「日常」を確認しておきたいもの。親の様子を定期的に知らせてくれるサービスが親子の会話のきっかけになるなど、うれしい効果も期待できます。

通報サービス 加入しただけ 安心していませんか?

ケース③

離れて暮らす母のために「いざという時に安心だから」と緊急通報サービスを利用することに。何かあったときにはペンダント型のボタンを押せば、サービス会社の人が来るから…とお互いに安心していました。
ところが、肝心の通報ボタンを身に付けていないまま外出することもしばしば。とうとう先日、室内で転んで足を骨折する大ケガをしたにも関わらず、通報ボタンを持っていなかったため、半日以上も動けないまま苦しむことに。たまたま近所の方が訪ねてきたから良かったものの、もし、あのまま何日も発見されなかったらと思うと今でもゾッとします。



「オヤノコ」代表よりヒトコト

**親世代の「日常」を変えずに
使えるサービスを選ぶ**
高齢の親世代にとって新たな機器を持ち、新しい操作を覚えるのは想像以上に大変なこと。せっかく安否確認・緊急通報サービスに加入しても使いこなせなければ意味がありません。できる限り普段の生活を変えることなく利用できるサービスを選ぶようにしましょう。

ありがたいけれど、 多すぎる安否メールに 正直うんざり…

ケース④



一人暮らしの父の様子が知りたいと安否確認サービスの利用を決め、生活の様子を随時メールで送ってもらうことにしました。
最初は「便利なサービスだな」と思っていたのですが、しばらく利用していると、朝から晩まで「OOを利用しました」という内容のメールが何通も届くことに正直、うんざり。今ではきちんと確認しなくては…と思いつつも、送られてきたメールを無視してしまうことも少なくありません。父の様子が「いつもと違う時」や「緊急の事態が起きた時」にだけメールを送ってくれるようなサービスにすればよかったと、今さらながら後悔しています。

「オヤノコ」代表よりヒトコト

**サービス内容は千差万別
後悔しない選択を!**
携帯電話や家電製品などの利用状況から、一人暮らしの親の様子を知らせてくれる安否確認サービス。メールが送られてくる頻度はサービスによって全く異なりますので、設定条件などが自分たちの生活パターンに合うか、加入前にしっかりと確認を!



夜



親の「日常」がわかりやすい

忙しくて連絡が取れない時も、メールを見ればご両親の生活の様子が推測できるのでとても便利！ 安心感が違います。



親子による会話のきっかけに

「いつもと違う」とのお知らせメールの内容に心当たりがない時は、ご実家に連絡をするようにしているという恵さん。それにより、親子で会話をする機会も増えたのだとか。



お知らせメールが来たけど...

この日もご実家に連絡。会話が増えたことで、ご両親の「日常」もより見えてきます。

「今日はね…」と説明するお父さま。こまめにかかってくる電話にちょっとうれしそう。



昼



今日は楽しみにしていたお友だちとの食事会へ



通知ボタンの持ち歩きは不要！

ご自宅の電気使用状況を通知する「はびeまもるくん」。外出時に通報ボタンや発信機などを持ち歩く必要ありません。



いつもの生活リズムと違う！

電気使用量からご両親の生活リズムを推定。『いつもと違う!』をお知らせ

ご両親の30日間の電気使用量から普段の「生活リズム」を推定し、そのリズムと異なる場合にメールでお知らせしてくれる「はびeまもるくん」。この日は、お母さまがお友だちとの食事会に出かけたため、昼間の電気使用量が少なく、いつもより遅い時間まで電気を使い続けることに。こうした「いつもと違う!」時にメールやLINEでお知らせしてくれます。この日、恵さんの元には「一日の終わりがいつもと異なるようです」とのメールが送られてきました。



他にも3時間ごとの電気使用状況をメールで教えてくれます



朝



いつもの朝がスタート!



いつも通り朝食の準備開始

お母さまが毎朝、家事を始めるのは朝7時ころ。キッチンでの冷蔵庫やポットから洗濯機まで、午前中は家電製品が大活躍です。



いつもの朝がスタート!



「いつも通り」なら特に連絡はありません

大阪市内で働く恵さん。この日はご両親が「いつもと同じ朝」を過ごしているため、安否を知らせるメールなどは送られてきません。

「はび太」の見守り[※]を利用中の場合は…

おはようございます!



冷蔵庫の開閉日時を定期的にメールでお知らせ。また、12時間冷蔵庫の開閉がない時もメールで知らせてくれるので、離れていても安心。

[※]冷蔵庫の開閉履歴データを用いた生活リズムお知らせサービス

冷蔵庫を開けると、「はび太」が挨拶!

冷蔵庫の中に「Fridgeezoo WiZ for はびeみる電」を入れておくと、時間や季節に合わせて「はび太」が挨拶してくれます!



お話いただいたのは

(左より) 喜多 薫さん・恭子さん・恵さん親子
同じ兵庫県内に暮らし、「こまめに会ってます」という仲良しご家族。お友だちの勤めもあり「今後のために…」と関西電力の「はびeまもるくん」の導入を決めました。

毎日使う「電気」による「見守り」で家族の安心と笑顔が増えました!

「今はまだまだ元気だから…」と安心していても、ある日突然やってくるのがご両親の病気やケガ、介護の問題。喜多さん親子もこれまでどこか「他人事」と感じていたようですが、「はびeまもるくん」によって、その意識も大きく変わってきたようです。

元気だけどころじゃと心配 そんな悩みが解決しました

恵さんを含む3人のお子さんが独立し、定年退職後は二人だけのゆったりとした暮らしを満喫中の喜多さんのご両親。結婚し、同じ市内で暮らす恵さんは、仕事の忙しい時はお子さんの世話を願ったり、こまめに実家に足を運ぶなど、できる限り、ご両親と過ごす時間を作りたいとされています。

とはいえ、恵さん以外のごきょうだいはみな関東で生活。ご両親に突然「何か」あってもすぐに駆けつけるのは難しく、自分も日中は仕事から手を離せないことも多い。「今は両親とも元気だけど、将来が少し心配…」と、見守りサービスの利用を決めました。

数あるサービスの中から恵さんが関西電力の「はびeまもるくん」を選んだ理由は「スマートメーターを利用してれば、新たな機器の購入や工事の必要もなく、無料で利用できるのも魅力だった」から。これまでではご両親のどちらかが旅行で家を空けた時など、「二人で大丈夫かな?」と、思うこともありました。そんな時もメールで様子を知らせてくれるので、「取り越し苦労をすることもなくなりました」とうれしそう。今は、「いつもと違う!」と

いうお知らせが来た時には、連絡を取るようにするなど、コミュニケーションツールとしても活躍しているようです。

また、お父さまも「機械の登録をしたり、通報ボタンを持ち歩く必要もないし、正直、見守られている実感が無い」と笑いつつも、電気を通じて家族のつながりを実感された様子。今度は90歳を超えて一人暮らしを続けるご自身のお母さまのために導入を検討しているのだとか。

他にもこんな「気づき」が!

空き家のはずなのに…

親と同居を開始し、空き家になった実家の管理にも活用可能。空き家なのに電気利用がある…なんて「異常」もチェックできます。

もしかして「認知症」かも!?

早朝や深夜に電気利用があるなど、離れて暮らしていても認知症が疑われる行動を早期に気づくことができるかも知れません。



「24時間継続して使われている電気のデータを利用して、利用者さまの「異変」を見つけやすいこと、そしてスマートメーターの利用があれば、新たな機器を購入・設置せずに利用いただける点も大きな特長」と、「はぴeまもるくん」のオスズメポイントをお話してくれた山本さん。確かにこれまで家電製品や通

信機器などの利用状況から安否を確認するサービスなども提供されていますが、そのアイテムを「使用した時しか見守りができない」という問題点も。離れた暮らししていると、親の「日常」がわからず不安になることもあり、ですが、今後は電気におまかせ！「いつもと違う」がわかる、その安心の大きさを実感するはず。

「見守り」のスタートは生活のリズムを知ることから！

電気の契約を 関西電力に乗り換えませんか？

電気契約を乗り換えて、離れて暮らすご両親の「見守り」も始めませんか？ もしかしたら電気料金もお得になるかも！

●下のURLまたはQRコードからアクセス

どのくらい安くなるのか試算をしてみる ▶
https://kepco.jp/rd/oyanokoto_select



試算をせず、そのまま乗り換え手続きを行う ▶
https://kepco.jp/rd/oyanokoto_move



親子で関西電力にしませんか？

ご利用に応じてポイントもたまる!
| 首都圏エリアの家庭向け電気料金メニュー「はぴeプラス」誕生!
低圧で電気の供給を受け、電灯または小型機器を使用している首都圏エリアの方を対象とした「はぴeプラス」が誕生！ご加入後、関西エリアにお住まいのご両親の「見守り」サービスも利用できます。 ※P6のご加入条件をご覧ください。
Present!
「はぴeプラス」を新たにご契約いただく、抽選で100名様に冷蔵庫の開閉状況を用いたサービスに必要な「Fridgeezoo WiZ for「はぴeみる電」」をプレゼントします。 ※お申込時にお申込コードの入力が必要です。詳細は、裏表紙をご覧ください

※スマートメーターが設置されていても利用できます。

ちょっとした「変化」も逃さない！ 電気使用量で知る“生活リズム”

毎日必ず使用する“電気”で親を見守る——ぜひ利用してみたいけれど、「手続きは?」「料金は?」「どんなメールが来るの?」など「?」もいっぱい! そんな疑問を解消すべく、関西電力お客さま本部の山本和孝さんにお話を伺いました!

教えてくれたのは…



関西電力株式会社
お客さま本部
山本 和孝さん

関西電力の契約者さまなら誰でも利用できる「はぴeまもるくん」は、スマートメーターの有無から選べる3つのサービスをご用意。まずはご実家の電気契約をご確認ください!

まずはご実家の電気契約をチェック!

関西電力と契約中

↓ YES

スマートメーターが設置されている

↓ YES

ご実家が関西エリアの方

電気の使用状況から毎日の生活リズムを確認

無料

「いつもと違う!」を判定、メールでお知らせ

利用者さまのご自宅に設置された「スマートメーター」による30日間の電気使用量から生活リズムを推定。朝の電気使用開始時間が遅い、深夜に電気が使われているなど、「いつもと違う」時にメールやLINEでお知らせ。新たな機器の購入や操作もなく、ご両親の「日常」を確認できます。

メール・LINEでお知らせ



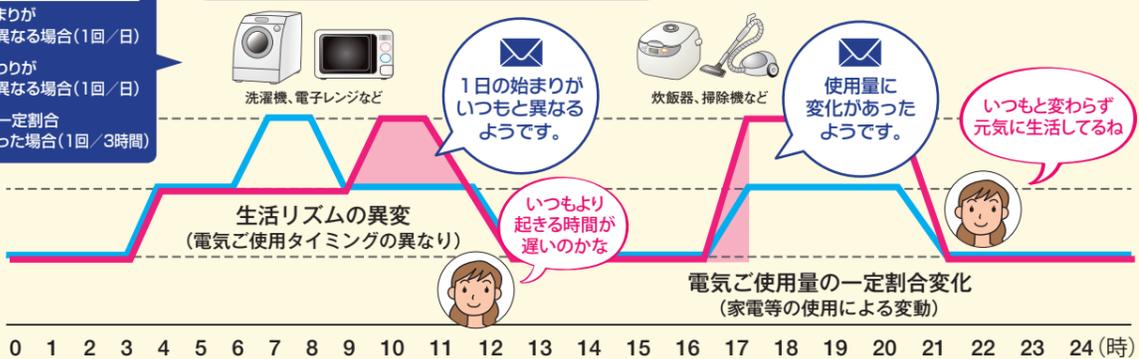
特許出願中!

電気使用量によって“生活リズム”を推定

通知内容は以下の3点

- 1日の始まりがいつも異なる場合(1回/日)
- 1日の終わりがいつも異なる場合(1回/日)
- 使用量に一定割合変化があった場合(1回/3時間)

当日の生活リズム判定イメージ

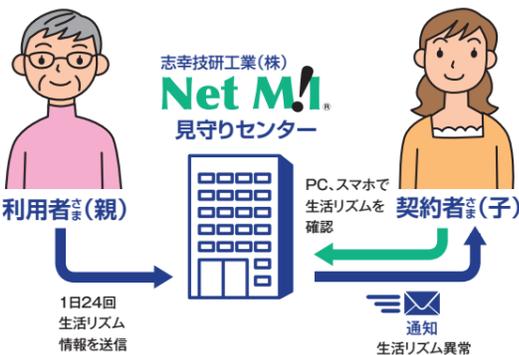


ご実家が関西エリア・首都圏エリアの方

「ネットミル」見守りサービスで 毎日の生活リズムを確認

有料

ブレーカーに専用センサー「ネットミル」を設置していただくことで、24時間の電気使用状況を読み取り、解析することによって1日の生活リズムを判断・学習。「ネットミル」の見守り装置



※「ネットミル」見守りサービスは、志幸技研工業(株)が提供するサービスです。

ご実家が関西エリア・首都圏エリアの方

おしゃべり「はぴ太」と 冷蔵庫の開閉状況で見守り

無料

「はぴ太」のおしゃべりも毎日の楽しみに♪
冷蔵庫の中に置かれた、はぴ太のイラスト入り「Fridgeezoo WiZ for はぴeみる電」が、冷蔵庫の開閉有無や回数、日時をメールやLINEで知らせてくれます。扉を開けるたびに、はぴ太が話しかけてくれるのも楽しい♪



※「Fridgeezoo」は株式会社ソリッドアライアンスの登録商標です。※インターネット接続のできるOS 5.0以上のAndroid端末(スマートフォン・タブレット)が別途必要です。

工事不要! 手続きは
とってもカンタン!

「はぴeまもるくん」はスマートメーターの有無で選べる3サービスをご用意。どのタイプも利用申込・手続き簡単、面倒な工事はありません。

まずは「はぴeみる電」に登録!

<https://kepco.jp/miruden/rd/oyanokoto>

サービスの詳細をお知りになりたい方は、とじこみハガキから資料請求を!

登録・年会費 無料

ご加入条件

※関西エリアまたは首都圏エリアにおいて関西電力と電気のご契約があり、かつ、「はぴeみる電」にご登録いただいているお客さまが対象です。
※利用者さまは、関西エリア(一部を除きます)にて、太陽光発電設備をご利用されておらず、ご家庭にスマートメーターを設置しており、電気使用量データが一定期間取得できることがご利用の条件となります。
※関西電力が契約者さまに対して利用者さまの住居の使用電力量の変化をお知らせするサービスであり、利用者さまの緊急事態や安否状況をお知らせするものではありません。
※通信障害等により、一時的または恒常的に本サービスをご利用いただけない場合があります。
※通信機器、ソフトウェアの準備にかかる費用、インターネット接続料、通信料金等は利用者さま、契約者さまのご負担となります。

まずは確認を!

スマートメーター外観。まずはこちらの利用有無をご確認ください。



たくさん電気をご使用されるご家庭にオススメの電気料金メニュー



とってもおトクだよ!



はぴeプラス⁺

新規ご契約で Fridgeezoo プレゼント!

for はぴeみる電

抽選で **100** 名様
平成29年4月3日
～平成29年6月31日

関西電力に乗り換えると、こんなにおトク!

東京電力 従量電灯Bから乗り換えた際のモデル試算

月間使用量<契約電流>	300kWh<30A>	400kWh<40A>	500kWh<50A>
現在の月額料金	約7,860円	約11,150円	約14,430円
はぴeプラスでの月額料金	約7,720円	約10,750円	約13,770円
年間メリット額	約 1,700円 👉おトク!	約 4,800円 👉おトク!	約 7,900円 👉おトク!

詳しくは、関西電力ホームページ
https://kepcop.jp/rd/oyanokoto_plus
を必ずご確認ください。

はぴeプラス 料金単価表 (税込み)

基本契約	契約電力6kWまで	1188.00円/契約
	6kWを超える1kWにつき	388.80円/kW
電力量料金	最初の300kWhまで	21.78円/kWh
	300kWhを超える1kWhにつき	30.24円/kWh



さらに!

400kWh以上のご使用で



年間**1,000円**相当の**はぴeポイント**が貯まる!

・年間のメリット額は、関西電力が独自で試算した月間メリット額を年間換算(12倍)したものであり、実際の電気料金のお支払い額は、各ご家庭の電気のご使用状況等により変動します。
・記載の金額には消費税等相当額を含みますが、燃料費調整額、再生可能エネルギー発電促進賦課金は含まれません。
・東京電力の料金は平成28年6月1日時点の単価を適用しており、口座振替割引額は含まれません。(詳しくは東京電力のホームページでご確認ください。)

お申込み方法

- 1 現小売電気事業者(東京電力など)の「電気ご使用量のお知らせ(検針票)」をご利用いただき、まずは以下のQRコードもしくはURLより、アクセスください。

試算してからお申込みいただく場合

https://kepcop.jp/rd/oyanokoto_select_1



直接お申込みいただく場合

https://kepcop.jp/rd/oyanokoto_move_1



- 2 試算結果をご確認のうえ、引き続きお申込みページへお進みください。

- 3 「お申込み者の確認画面」において、お申込みコード欄に右記の赤枠内にある5桁の数字を必ずご入力ください。

9999 -

90001

「はぴeプラス」についての
お問い合わせ



0800-777-0500

☎ 受付時間 9:00～20:00(平日のみ)

はぴeプラス

検索

<https://kepcop.jp/rd/oyanokoto>



登録・年会費
無料!

おトクで便利な関西電力のサービス!!
電気代・使用量をWEBで確認できる!

はぴeみる電

※はぴeプラスでは、月々の電気のご使用量や電気料金は、「はぴeみる電」を通じてお知らせしますので、加入は必須です。
※通送料・インターネット接続料は、お客さまのご負担になります。

関西電力管内で既に

200 万突破!!

※平成29年2月末時点

SNSアカウントでログイン可能



新規登録はこちらから!

はぴeみる電

検索

URL <https://kepcop.jp/miruden/rd/oyanokoto>



「はぴeみる電」についてのお問い合わせ

0120-869101

☎ 受付時間 9:00～20:00(平日のみ)