

## スマホの無い生活

第 5 班  
機械音痴

### きっかけ

2024年から2025年の正月休みは、カレンダーの並びから9連休になった方も多かったと思われます。私も12月28日(土)から1月5日(日)まで9日間しっかり休むことができました。そこで普段なかなかできないことを二つ行いました。一つ目は、久しぶりに海外旅行に行くことです。コロナ禍で仕事でもプライベートでも海外に行くことはありませんでしたが、やっと行くことができました。二つ目は、スマホを全く使わないことです。自社も得意先も銀行もお休みなので海外旅行に行くとき、スマホの電源を落とし自宅に置いていきました。私のスマホ使用頻度は相当低いと思います。電話とメールで約9割、あとはニュースを見るくらいです。お財布、定期券、ゲーム、本、音楽鑑賞、スケジュール管理、SNS等一切行いません。12月29日(日)11時頃にスマホの電源を落としサイドボードの上に置き、妻と一緒に羽田空港にむけ出発です。

### むかしむかし

私の若いころは携帯電話など有りませんでした。お金持ちが自動車電話を持っている時代でした。我々の連絡手段は公衆電話でした。10円で3分間通話でしたが、遠くになればなるほど通話時間が短くなります。九州や北海道にかけるときはたくさんの10円硬貨を用意しなければなりません。そのうちテレホンカード(今のクオカードのようなもの)が登場します。50度のカード(1度で10円分の会話ができる)が一般的でよく記念品や景品として貰いました。当時はカードの収集家も大勢いました。私も今でも某金融機関のマスコットガールであった女優の未使用カードを数枚持っています。その後携帯電話を社会人が持つようになり、大学生や高校生も所持し、現在は小学生も持つ時代になりました。一人で数台駆使している人も見受けられます。若い人に聞くと自宅に固定電話は無いそうです。



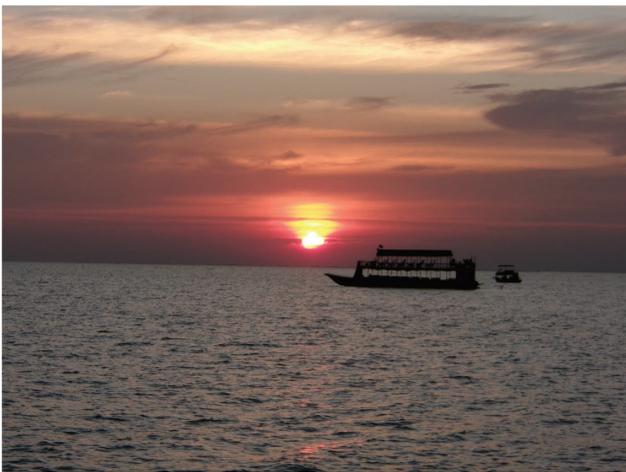
公衆電話



アンコール・トム



アンコールワット



トンレサップ湖の夕陽



チャンアン(世界複合遺産)

## 旅先で

羽田空港に到着し集合場所に行くと今回の旅行参加者は7名(60歳台後半から70歳台中心)で添乗員1名の計8名のアットホームな集団でした。添乗員さんに今回スマホを持っていませんと伝えたらビックリされました。8名中スマホを持っていないのは私だけでした。今回の旅行では、機内にいるときは一に睡眠、二に読書、三に機内サービスの音楽鑑賞をして時間を潰しました。バス移動時は、ガイドさんの説明を聞く、風景を眺める、疲れたら眠ることを繰り返しました。日中は観光し、ホテルに帰るのは21時前後になることが多く、シャワーを浴び、すぐ就寝です。バスのエアコンの設定が低く妻も私も新年早々風邪をひいてしまいました。ホテルのテレビはNHKしか映りません。日本で何が起きているのか全く分かりません。大きな災害や事故が起こらない限り、海外では取り上げてくれません。紅白歌合戦は放送していました。残念ながら箱根駅伝は日本テレビなので見ることはできませんでした。結果を他の参加者からお聞きしました。青学、強いな。移動、観光、食事、ホテルに戻ることを繰り返していると特にスマホが無くて不便は感じませんでした。確かに翻訳機能を利用して現地の方に質問している方もいましたが、機械に頼りすぎると現地のちょっとした挨拶も覚えません。日本人だけでなく、海外の人でもスマホと睨めっこしています。スマホ依存症ですね。皆さんも一週間のうち一日くらい、休スマホ日を作ったらいかがでしょうか？時間がゆっくりと流れます。