

# 論壇

## 目を見張る利用の拡大

情報技術の発展とその利用の拡大には目を見張るものがある。スマホ一つで何でもできそうな気がしてくる。私のスマホの利用を例にあげれば、手帳がわりにカレンダーを使い、メールは常時チェックしている。メモ機能で原稿の素案を書くと、それが同時に私のパソコンに入る。あとでパソコンを使って原稿を修正すればよい。ウェブ検索でいろいろなことが調べられるのももちろん、スマホの上でパソコンに保存した原稿や資料のファイルが読める。  
鉄道の乗り換えと運行時間もす

伊藤 元重 学習院大教授(国際経済学)

## スマホで変わる仕事や生活

ぐにわかるし、航空券の予約も可能だ。渋滞情報や鉄道情報もスマホの上で確認できる。出張前の海外の天気を調べたり、今日の株の動きをチェックしたりする。疲れたらスマホを利用して、聴き放題無料の音楽を聴くこともできる。映画だって見ることが出来る。歩数計機能で今日の歩数を確認す

つでも読める。

このように書く、まるで私がスマホ中毒であるように思われるかもしれない。しかし、スマホをよく利用する人は、誰でも同じような使い方をしているはずだ。私よりも若い人はもっと多様な使い方をしている。それほどスマホは私たちの生活の中に入り込んでい

る。カメラで風景や友人の写真を撮り、録音機能で自分の授業の録音をする。海外の新聞はスマホで読むことが多いし、ホテルやタクシーだってスマホで予約する。スマホに入れてあるアマゾンのKindleを通して、すでに購入した何十冊もの本の好きなものをい

た。何のために4人集まっているのか、と考えてしまう。スマホを利用する弊害はたくさんありそうだ。だから気をつけなくてははいけない。ただ、スマホが進化を続けて、より広範に利用される、この流れを止めることはできない。スマホが利用できることによって、私たちの仕事や生活の形が大きく変わってきたことも確かだ。先に書いたスマホ利用のさまざまな活動をスマホなしに行おうとすれば、今の何倍も時間がかかってしまう。スマホのおかげで今まで以上の実力を発揮する機会に恵まれ、より効率的に時間を使うことができるようになる。

### 余暇の時間 今より長く

そこで重要なことは、スマホの

おかげで余裕のできた時間をどのように使うのかということだ。スマホで効率的な仕事ができるので四六時中スマホ漬けの生活、というのでは悲しい気がする。スマホで時間に余裕をつくって、残った時間を別の形で活用するのが好ましいと思う。自分の頭でじっくり考える時間を持つのも良いだろう。絵や音楽など芸術に触れるのも良いだろう。そして、働きすぎと言われる日本人であるので、スマホで思い切り効率的な仕事をして、その分余暇の時間を長くとり、家族や友人と過ごす時間をもっと長くするべきだろう。家族や友人と集まってそれぞれがスマホの画面を見るのではなく、スマホなしの触れ合いの時間を持つてほしいものだ。

\*この記事は静岡新聞社編集局調査部の許諾を得て転載しています。無断転載、複製を禁じます。