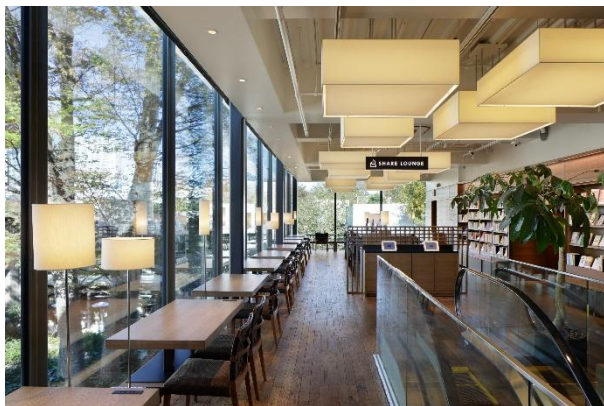


NEWS RELEASE

販売部数 No.1 雑誌『ハルメク』がシニア女性向け AI 体験講座を全国展開 第一弾として、5月20日（水）に代官山 蔦屋書店 SHARE LOUNGE で開催 ～AI を難しい技術ではなく、「世界一物知りな孫」のような存在として提案～

販売部数 No.1 (※1) 雑誌『ハルメク』を発行する株式会社ハルメク（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：宮澤 孝夫、株式会社ハルメクホールディングス 100%子会社）は、シニア女性の AI 活用を支援する新たな取り組みとして、スマートフォンで学ぶ AI 体験講座「はじめての AI との付き合い方」を、全国の TSUTAYA SHARE LOUNGE で順次開催することをお知らせします。その第一弾として、2026年5月20日（水）に代官山 蔦屋書店 SHARE LOUNGE で開催します。

(※1) 日本 ABC 協会発行社レポート(2025年1月～6月)



開催背景

生成 AI が広く話題となる中、シニア世代における AI 活用も着実に広がりつつあります。2026年3月にハルメクが実施した調査では、60代・70代の AI サービスの利用率は37.6%でした (※2)。しかし、AI に対して「よく分からないもの」「少し怖いもの」といった心理的なハードルはなお根強く、読売新聞社が2026年2月に実施した調査でも、60代女性の3割以上が AI に対して「なんとなく怖い」と感じていることが分かっています (※3)。こうした背景から、シニア視点での AI 活用の“最初の一歩”を後押しする機会が求められています。

ハルメクでは、こうした心理的なハードルを下げ、AI をより身近に感じてもらうため、スマートフォンで学ぶ AI 体験講座「はじめての AI との付き合い方」を企画しました。AI を難しい技術としてではなく、「世界一物知りな孫」のような存在として捉え、日々の暮らしの中で気軽に相談しながら役立てていくことを提案します。

今回の取り組みは、ハルメクと SHARE LOUNGE 双方の思いが重なり実現しました。ハルメクは、シニア女性が安心して AI を体験できる場として SHARE LOUNGE に着目しました。安定した Wi-Fi 環境のもと、スマートフォンを使った講座をスムーズに実施できることに加え、トレンドの発信地として多世代の人々が集う文化拠点である点も、本企画に適していると考えています。

一方、SHARE LOUNGE も、これまでは比較的若年層やビジネスパーソンの利用が中心だった空間を、シニア層を含むより幅広い世代に活用してほしいという思いを持っていました。本講座を通じて、「SHARE LOUNGE は安心して使える場所」であることをシニア層にも知ってもらい、世代を超えて足を運びきっかけをつくることで、SHARE LOUNGE の新たな利用につなげることを目指します。

ハルメクは本講座を代官山での開催を皮切りに、今後、宮城県多賀城市・石川県金沢市・福岡県福岡市など、全国の TSUTAYA SHARE LOUNGE を巡回しながら開催していく予定です。ハルメク読者世代にとっての“信頼できる AI 指南役”となることを目指し、シニア女性のデジタル活用を後押ししてまいります。

(※2) ハルメク 生きかた上手研究所「デジタル利用実態調査」で AI を利用した検索や相談、インターネットで表示される AI 解説などの具体的な AI サービスを提示し、いずれか「利用あり」と回答した人の割合。各年代の利用率を単純平均で算出

(※3) 新聞広告共通調査プラットフォーム「J-MONITOR」で読売新聞購読者に調査

AI 体験講座「はじめての AI との付き合い方」について

本講座は、AI を「世界一物知りな孫」と捉え、気軽に相談しながら暮らしに役立てる AI 体験講座です。法事の案内文づくり、余った野菜を使ったレシピ相談、街に関する情報収集など、シニア世代の日常に密着したテーマで、参加者の皆さまに実際にスマートフォンで AI を操作していただきます。また、後半では画像生成も体験し、AI でできることの広がりを楽しく学ぶとともに、情報の真偽を見極めながら活用する大切さについてもお伝えします。

第一弾開催概要 (SHARE LOUNGE 代官山 蔦屋書店)

講座名：ハルメク「はじめての AI との付き合い方」講座

開催日時：5月20日(水) 10:30～12:00

会場：代官山 蔦屋書店 SHARE LOUNGE (東京都渋谷区猿樂町17-5 3号館2階)

定員：30名

参加費：1,000円(税込)

プログラム：

・座学

AI は“世界一物知りな孫”と考えればいい / AI に対する不安の正体と安全な付き合い方

・実践

法事の案内文作成 / 余った野菜3つで作るレシピ相談 / 街の魅力を発見する情報収集 / 画像生成

申し込みページ：<https://events.halmek.co.jp/events/215>

全国開催予定

- ・ SHARE LOUNGE 多賀城（宮城県多賀城市）
6月3日（水） 11:00～12:30
- ・ TSUTAYA BOOKSTORE 金沢エムザ SHARE LOUNGE（石川県金沢市）
6月26日（金） 11:00～12:30 / 14:00～15:30
- ・ 福岡天神 蔦屋書店 SHARE LOUNGE（福岡県福岡市）
7月27日（月） 14:00～15:30

※今後、この講座は全国各地の店舗でも開催していく予定です。

販売部数 No.1 雑誌「ハルメク」をはじめ多角的なサービスを展開するハルメクグループ

50代からの女性が前向きに明るく生きるための価値ある情報をお届けしています。健康、料理、おしゃれ、お金、著名人のインタビューなど、幅広い情報が満載です。また、雑誌「ハルメク」の定期購読者には、本誌とともに提供するカタログを同封し、オリジナル商品を主として販売。カタログの他、自社通販サイトや百貨店を中心とした店舗展開など、幅広いチャネルを展開しています。販売している商材は、ファッション・インナー・コスメ・美容・健康など多岐にわたり、独自のシンクタンクである「ハルメク 生きかた上手研究所」を通じて利用者の声を徹底的に調査、反映した商品開発で、多くの女性から支持を得ています。

雑誌「ハルメク」公式サイト：<https://magazine.halmek.co.jp>



■会社概要

- 商号：株式会社ハルメク
- 代表者：代表取締役社長 宮澤 孝夫
- 本社所在地：〒162-0825 東京都新宿区神楽坂四丁目1番1号
- 設立：2012年7月24日
- 事業内容：出版ならびに通信販売業
- 会社サイト：<https://www.halmek-holdings.co.jp/company/group/halmek/>

【お問い合わせ先】

ハルメク PR 事務局 ((株)プラチナム内) 平野・矢部・名取
TEL：03-5572-6072 / E-MAIL：halmek_pr@vectorinc.co.jp
株式会社ハルメクホールディングス 広報・IR 室 武曾・荒木・小林
TEL：03-6272-8222 E-MAIL：pr@halmek.co.jp