3-4	
主題	高齢者がスマートフォン教室に参加することで、社会とつながりを作ることへの取り組みと効果
副題	with コロナ時代のコミュニケーション支援について

キーワード 1	スマートフォン	キーワード 2	つながる	研究(実践)期間	12 ヶ月

法人名・事業所名	社福）一誠会　八王子市地域包括支援センター大和田
発表者（職種）	土手下朝子（主任介護支援専門員）
共同研究(実践)者	伊藤美智子（看護師）、髙瀬愼吉（生活支援コーディネーター）

電　話	042-649-3280	ＦＡＸ	042-649-3281

事業所紹介	八王子市地域包括支援センター大和田は八王子駅よりバスで 10 分ほどの場所にある圏域を担当している。八王子市の高齢者人口は 152,830 人、高齢化率は 27%、対して圏域の高齢者人口が 4,213 人で高齢化率は 23.9%。八王子市の他の圏域を比較して趣味のグループや学習・教養サークルへの参加割合がやや高いことが特徴の一つとなっている。

《1．研究(実践)前の状況と課題》

令和２年より新型コロナウィルスの流行、緊急事態宣言により国民の生活はそれまでと一変した。高齢者への影響について、令和４年度の八王子市在住の 65 歳以上対象のアンケート調査結果[1)]によるコロナ前１年と令和４年を比較すると、地域の集まりの参加は、週１回以上が八王子市全体では５３４１人から３７４４人、大和田地区では１５６人から１０７人に減少している。コロナ前に参加していた集まりへの参加の減少は社会的孤立感や不安感、フレイルへの影響などが考えられる。

《2．研究(実践)の目的ならびに仮説》

平成 19 年の総務省による高齢者・障害者の ICT 利活用の評価及び普及に関する調査研究報告書の高齢者の ICT 利活用がもたらす効果[2)]では５つの効果①コミュニケーションやアクティビティの増加、②楽しみ・喜び・刺激・安心感の提供、③健康面の改善、④居場所と役割の形成、⑤意欲と生活満足度の向上があげられる。本研究では「高齢者のスマートフォン教室（以下、スマホ教室）」を開催することにより、家族や友人とのコミュニケーションが広がり、情報を得ることで社会とのつながりを持つことは、自分に自信を持ち生活満足度の向上につながると考えた。

《3．具体的な取り組みの内容》

令和３年度に高齢者向けにスマホ教室を計画し「LINE でつながろう」を開催した。参加者よりもっと使えるようになりたいというニーズがあることがわかった。令和４年よりスマホ教室を定期的に開催した。スマホ教室の内容は合計 10 項目（基本的な操作の仕方、LINE の使い方、画像撮影、防災アプリ、脳にいいアプリ、青空文庫、ＹＯＵＴＵＢＥ、電子決済についてなど）を、３５回開催した。１回の教室を 10 名程度の定員として毎月数回に分けて実施した。スマホの利用状況と利用アプリ、教室への要望などについて令和４年７月、10 月、令和５年２月に合計３回のアンケート調査を行なった。
スマホ教室の総参加者数 66 名で、アンケート回答は 54 名であった。

無断転載・複製を禁じます。

《4．取り組みの結果》

スマホ教室対象者はすでにスマホを所持し、操作に困難を感じている方がスマホ教室に参加。対象者６６名。延べ参加者３０９名。平均年齢 79.9 歳（65 歳～93 歳）。第１回アンケートは７月に実施、回答者 25 名。第２回アンケートは 10 月に実施、回答者は 34 名。第３回アンケートは令和５年２月に実施し、回答者は 35 名。スマホ教室に参加して、スマホを操作している時間は増えましたか？に対し「30 分以上増えた」が一番多く 14 名で４０%、「10 分以上増えた」は９名で 25.7%、「変わらない」は 10 名で 28.6%だった。スマホ教室に参加して、参加前より使えるようになったと感じていますか？に 26 名が「以前よりスマホを活用できている」と回答した。

《5．考察、まとめ》

電話機能・LINE の利用について１回目アンケートと２回目アンケートを比較すると、電話機能については大きな変化はないものの、LINE ができるようになったとの回答は、１回目 52%から２回目８８%に増えており、３回目のアンケートの自由回答には「LINE で家族や友人との連絡が楽しくなった（13 人）」「LINE で友人と日常の風景を送りあう楽しみが増えた（3 人）」「家族や友人とグループ LINE が楽しめるようになった（１）」など、LINE に対する回答が多かった。高齢者が LINE を利用できるようになることで、子供や孫世代と写真を送りあったり、LINE に友人を招待したり、グループ LINE を活用することでコミュニケーションの方法が広がり、コロナ禍においても楽しみや喜びを日常的に感じることが出来ていた。また、夫婦や友人同士でスマホ教室に参加している方も多く、一緒に参加した仲間と教室後にスマホでコミュニケーションをとる楽しみが増えた様子も見られた。

１．LINE の利用は 52%から 88%へ増加し家族や友人とのコミュニケーションが広がった。２．「地図情報」「時刻表」「防災アプリ」の活用はコロナ禍であっても主体的に情報を得ることで社会参加と地域とのつながりの拡大につながった。３．アプリの活用は新たな知識の習得に役立つと考えられた。

１年を通して個人の興味関心や状況に応じた相談・フォローアップを行ったことで、コミュニケーションの広がりや地域のつながりを持つことができた。その結果、自分に自信を持って生活満足度の向上につながったと考えられる。今後は自治会やコミュニティーへの活用が課題である。

《6．倫理的配慮に関する事項》

アンケートや写真の掲載は、研究発表への仕様に了承を得ている。なお、本研究(実践)発表を行うにあたり、参加者に口頭にて確認をし、本発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。

《7．参考文献》

１）令和４年度八王子市高齢者悉皆調査結果：明治安田厚生事業団による集計資料
２）平成 19 年度総務省　高齢者・障害者の ICT 利活用の評価及び普及に関する調査研究　報告書　第５章　高齢者の ICT 利活用がもたらす効果　健康長寿ネット：令和５年３月２日
https://www.tyojyu.or.jp/net/kenkou-tyoju/koreisha-ICT/koreisha-ICT-katsuyokoka.html
３）令和３年度情報通信白書　第１部　特集　デジタルで支える暮らしと経済：令和５年３月２日
https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r03/html/nd111430.html

《8．提案と発信》

外出の機会が無くても他者とのコミュニケーションを日常的に図ることができるスマホは、今後の高齢者の生活を支えていくツールの一つであると考える。特殊詐欺やウィルス対策などスマホ利用に対する不安要素についての対策を教室で案内することで、より安心・安全に、また継続的に活用していくことが出来ると考えた。

無断転載・複製を禁じます。