

スマートフォンスクール参加者の生活実態と教育効果
-アクティブシニアのICT利活用による高齢社会の課題解決
をめざして-

**The life actual situation and education effect of the
smartphone school participant**

**-Aim to solve the problems of aging society by the use of
ICT for active senior-**

一般社団法人 まなび考房 高所真理子
ManabiKobo Association MarikoTakasho

要約：本研究では、高齢社会における諸課題をICT利活用により解決するための方法やしぐみについて検討する。ここでは「積極的に社会に関わり、高齢期を前向きにポジティブに生きる人たち」をアクティブシニアと定義し、筆者らが開設したスマートフォンスクールに参加した高齢者をアクティブシニアとして捉えたうえで、彼らの生活実態および彼らへのICT支援教育の効果について分析する。

キーワード：高齢者、高齢化、高齢社会、ICT利活用、アクティブシニア

1 はじめに

日本の高齢化率は2013年に25%に達しており、すでに超高齢社会に突入して久しい。今後2030年には75歳以上が急増し人口に占める割合は20%になると予想され、高齢化のスピードは世界でも際立っている。このような少子高齢化がもたらす社会の課題として、労働力人口の減少、社会保障費の増大、地域資源の老朽化、人間関係の希薄化などがあげられる。また、個人の課題としては、自分自身の健康や介護の問題、長期化する高齢期の生きがいや余暇の過ごし方など加齢に伴うライフスタイルの変化をめぐる問題など山積している。

これまで高齢者や加齢現象に関しては、マイナスのイメージでとらえられがちだった。しかし、老化の指標としての通常歩行速度をみると、男女共に、どの年齢階層でも 10 年前の高齢者に比べて 11 歳も若返っている[1]。近年では、このような活力ある高齢者の生き方に注目が集まっており、「家族や親族、社会に依存して受動的に老後を送るのではなく、社会的、経済的に自立・独立して前向きに能動的に高齢期を生きる主体」を「アクティブシニア」と定義している[2]。また、先行研究によれば、このような高齢者が ICT を活用することにより、就労促進[3]、精神的健康増進[4]、地域活動の円滑化、地域における高齢者の役割形成、世代間交流による地域の課題解決[5]などに効果があることが指摘されている。さらに、高齢者に対する ICT の課題として「自治体、企業等は、高齢者が主体的な社会参加の意義を自覚できるように支援することが重要であり、高齢者教育を力強く支援・推進すべき」ことが強調されている[6]。しかし、従来の研究では、アクティブシニアとして的高齢者の日々の生活や、彼らと地域を結ぶ具体的な支援の在り方については明確でない。そこで、本稿では、積極的に社会に関わり、高齢期を前向きにポジティブに生きる人たちをアクティブシニアと定義した上で、筆者らが開設したスマートフォン講座に参加した高齢者をアクティブシニアとして捉え、彼らの生活実態を把握するとともに、彼らへの ICT 支援教育の具体的な内容とその効果について明らかにすることを目的とする。

2 研究方法

2.1 調査対象者とその受講プログラム

本研究における調査対象者は、上記のとおり、筆者らが解説したスマートフォン講座に参加した 54 歳から 89 歳のアクティブシニア 225 名である。

また、アクティブシニアが受講したプログラムは、サムスン電子ジャパンが社会貢献活動の一環として 2014 年 4 月から実施しているスマートフォンの使い方教室（以下、スマートスクールという）である。当該プログラムの実施に際し、筆者が代表理事を務めるまなび考房が東海地区の事務局を務めている。スマートスクールの概要は次のとおりである。

講習期間は週 1 回 2.5 時間で、4 回（約 1 ヶ月）実施する。受講対象者は

概ね55歳から70歳のスマートフォン未経験者で1回15名から30名程度が受講する。端末としてはGALAXY Note3が使用され、講習期間中無償で貸出される。学習形態としては集合形式が基本であり、講師1名と3~4名のサポート者が対応する。教材としてイラストや写真中心のオリジナルテキストを使用する。カリキュラム内容は第1回目が電話とLINE、第2回目がGoogleマップとカメラ、第3回目がラジオと災害アプリの操作方法を中心としたもので、第4回目には総復習とその他の便利な機能を学習する。

2.2 調査の方法

アクティブシニアの特徴およびICT支援教育の効果について明らかにするために、「受講者の生活実態についてのアンケート」（講座終了後1回）と「ICTの習熟度を測るアンケート」（毎回講座終了後）を実施した。調査は、2014年5月から11月までに愛知県（津島市・豊田市・西尾市・名古屋市）と岐阜市で開催された講座において実施し、いずれも自記式とした。回答者数については、生活実態アンケートは209名、ICT習熟度アンケートは189名である。

3 結果及び考察

3.1 アクティブシニアの生活実態

はじめに、「受講者の生活実態についてのアンケート」の結果を考察する。

3.1.1 回答者の性別・年齢・家族構成

回答者の性別と年齢は、図1のとおりである。男女共に60代から70代の参加者が中心で、80代の男性参加者の割合は女性に比べ1割ほど多い。

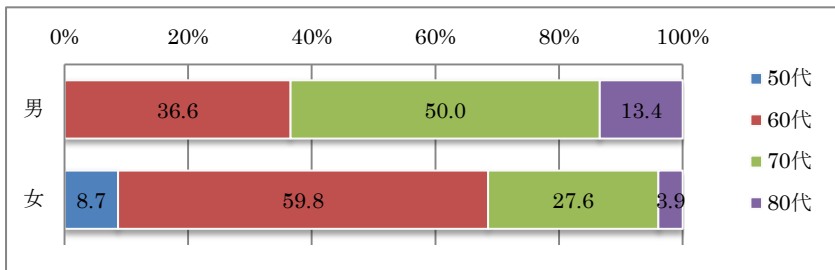


図1 調査対象者の性別と年齢

p=0.0017(**)

図2「年代別にみた家族構成」では、年代が高いほど1人暮らしや夫婦のみで暮らす高齢者が多く、60代からは半数以上、70代以降は7割以上を占めていることがわかる。親子同居（夫婦と子ども）の割合は、50代から60代にかけて激減し、5割強から2割強となる。子どもが社会人として独立する時期と思われる。一方、親子3世代（夫婦と子どもと孫）は地域差があるものの1割程度に留まる。このように、60代以上において1人暮らし、核家族化が進んでいることが顕著である。

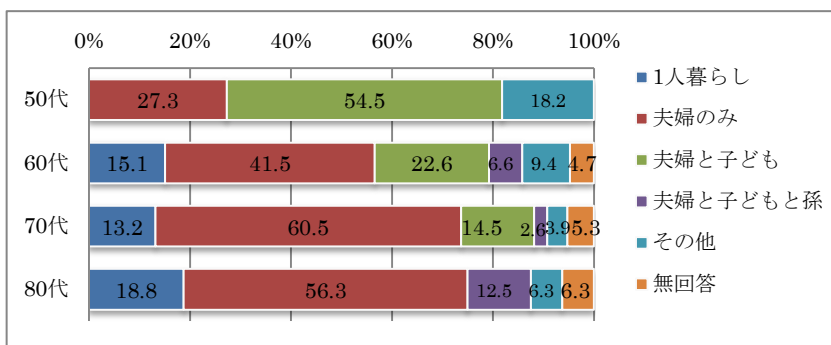


図2 年代別にみた家族構成

p=0.0428(*)

図3-1「年代別にみた講座参加理由」では、年代別の回答に有意差は認められなかったが、グラフからは60代の半数近くが自発的参加者で、その割合は加齢に伴い減少すること、逆に団体の付合いを理由とする人の割合は加齢に伴い増大することなどが読み取れる。

3.1.2 講座参加理由

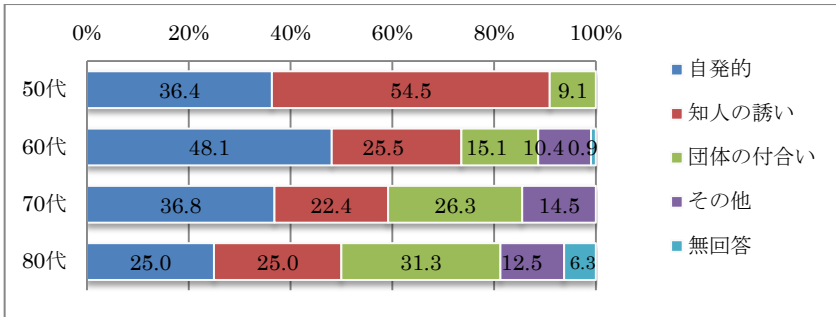


図 3-1 年代別にみた講座参加理由

p=0.1031 (n. s.)

図 3-2 「性別・年代別にみた講座参加理由」では、80代の女性を除き全体的に自発的な参加者が多い。中でも60代男女は自発的な参加者が半数を占め、70代の男女、80代の女性においても4割近くが講座の参加に積極的な様子が見られる。また、自発的でない場合、相対的に比較すると、男性は団体の付き合い、女性は知人の誘いがきっかけとなる傾向が見られる。

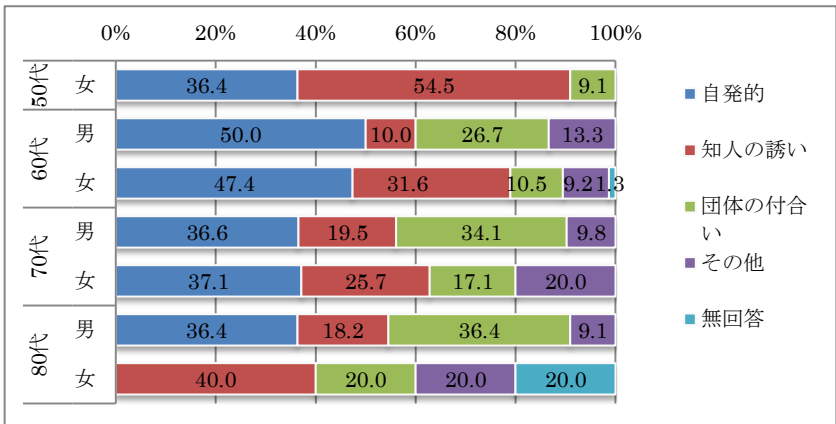


図 3-2 性別・年代別にみた講座参加理由

3.1.3 交流・習い事

図 4-1 「年代別にみた家族・友人との交流」では、年代別の回答に有意差は

認められなかったが、グラフからはどの年代も半数以上が交流を望んでいる傾向がみられる。

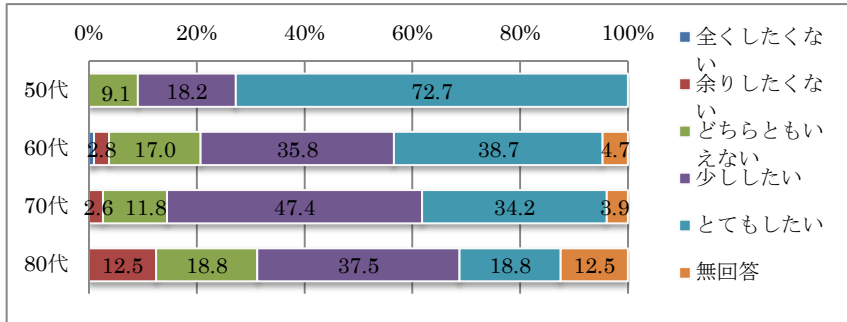


図 4-1 年代別にみた家族・友人との交流 p=0.2821 (n. s.)

図 4-2 「性別、年代別にみた家族・友人との交流」については、男女共に 70 代までは「とてもしたい」「少ししたい」を合わせて 8 割前後が家族や友人との交流を希望している。また、全体的に年代に関係なく女性の方が積極的に交流を希望していることがわかる。一方 80 代になると、女性は「あまりしたくない」「どちらともいえない」を合わせた割合と「とてもしたい」割合が同じで二極化しているが、男性は「とてもしたい」割合が 60 代、70 代に比較して半分以下となっている。これらの結果から、家族や友人との交流に関しては、アクティブシニアであっても一部に意欲の低下がみられるため、80 代以上を中心に「社会的孤立」を防ぎ、地域で高齢者をサポートするための環境づくりが必要である。

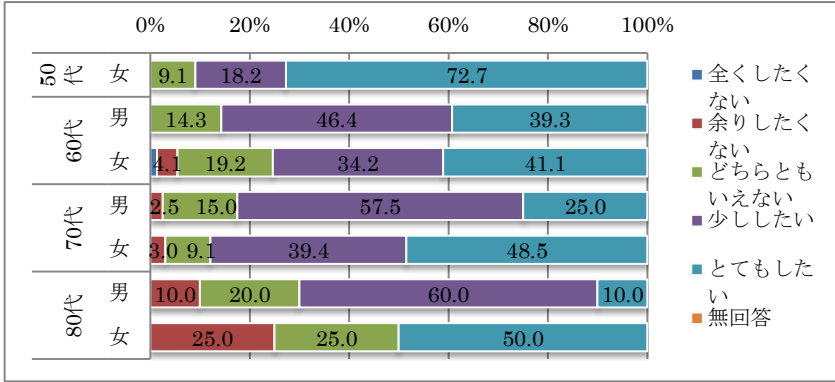


図 4-2 性別・年代別にみた家族・友人との交流

図 5-1 「年代別習い事の数」 (スマートスクール以外の現在の習い事) については、70代では4割強、80代では3割強の人が「3つ以上」と答えており、アクティブシニアは総じて積極的に多数の習い事に取り組んでいることがわかる。また、年代別の回答に有意差は認められなかったが、50代、80代は60代、70代に比べ習い事を特にしてない割合が多いことがいえる。

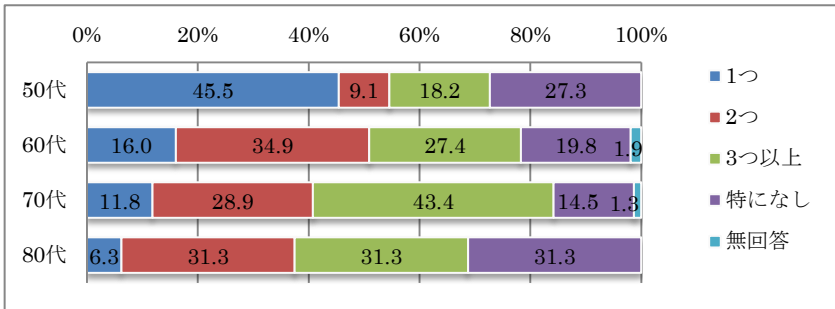


図 5-1 年代別習い事の数

p=0.1267 (n. s.)

図 5-2 「性別・年代別習い事の数」 (スマートスクール以外の現在の習い事) では、80代女性に他とは異なる特徴がみられる。すなわち、6割が2つの習い事をしているが、反面全くしていない割合も全世代で一番多い。これ

は、家族・友人との交流をしたくない割合が高かったこととも関連している。一方男性については、年代が上がると自由な時間が増えるためか、習い事の数も増えていることがわかる。

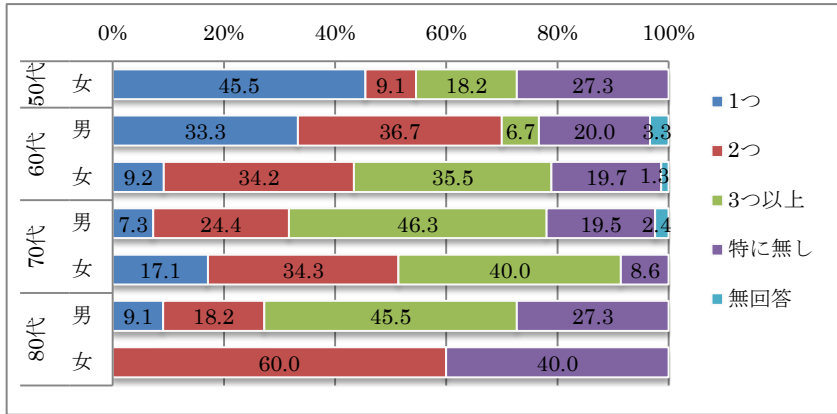


図5-2 性別年代別習い事の数

3.2 アクティブシニアに対するICT支援教育の効果

次に、毎回の講座終了後に実施した「ICTの習熟度を測るアンケート」の結果から、ICT支援教育の効果について考察する。

3.2.1 講座の内容と難易度

図6「講座の内容」が役立つかについては、1回目は「どちらともいえない」「役に立たない」とする回答が受講者の4分の1にみられるが、2回目以降はほぼ全員が「役に立つ」と回答している。カリキュラムの内容により興味や用途などに多少個人差があると思われるが、2回目には1回目の講座（電話、LINE）の復習とGoogleマップやカメラの学習をしていることから、多様な機能の学習が、受講者から「役に立つ」とする評価を導いたものと思われる。

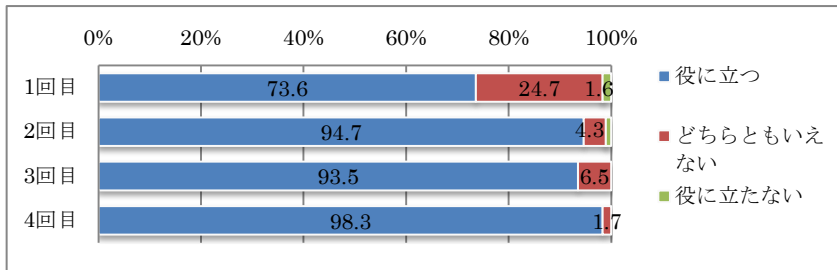


図6 講座の内容

p=0.0000 (**)

図7「プログラムの難易度」では、1回目は基礎的な内容であるため「易しかった」という回答がみられるが、2回目以降はそのような回答は激減し、ほとんどの受講者が「ちょうど良い」または「難しかった」と回答している。また、3回目以降は操作にも慣れて半数以上がちょうど良いと回答しているが、最後まで3割の人が「難しかった」と感じている。そこで、プログラムの内容と受講者の習熟度を考慮しながら、今後、多少のカリキュラムの見直しや難易度を下げることが必要である。

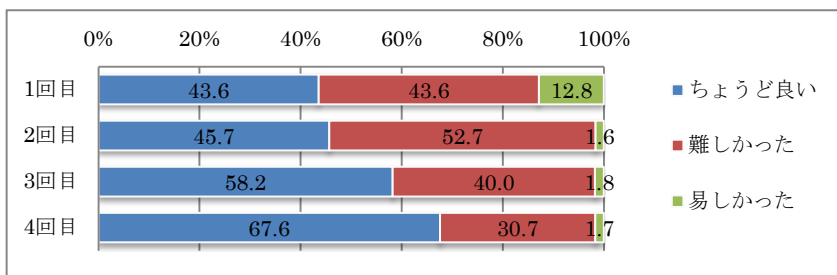


図7 プログラムの難易度

p=0.0000 (**)

3.2.2 スマートフォンの便利さと利用意向

図8「スマートフォンの便利さ」については、1回目では「受講前と変わらない」とする回答も3割近くあるが、2回目以降はほとんどの受講生が「より便利になった」と感じている。1回目にはLINEを利用して受講者同士でグループを作ってコミュニケーション手段を習得し、2回目には、その復

習や経路検索等で Google マップを利用するが、生活の中で利活用するシーンを経験することにより、便利さを実感するものと思われる。

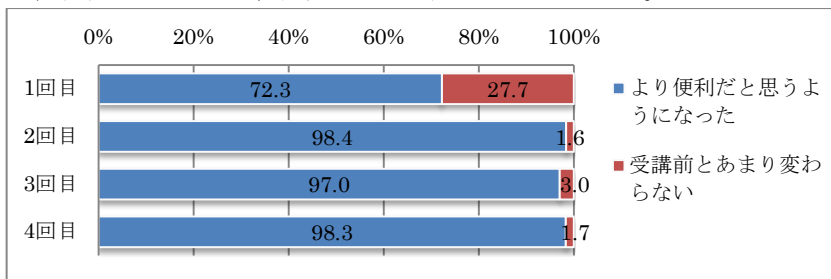


図 8 スマートフォンの便利さ

p=0.0000(**)

図 9「スマートフォンの利用」意向については、2 回目以降で「よりスマートフォンを利用したい」という回答が増加し、9 割前後の受講者が一層の活用を望むようになる。スマートフォンの多様な機能に関心を持った結果であると思われる。

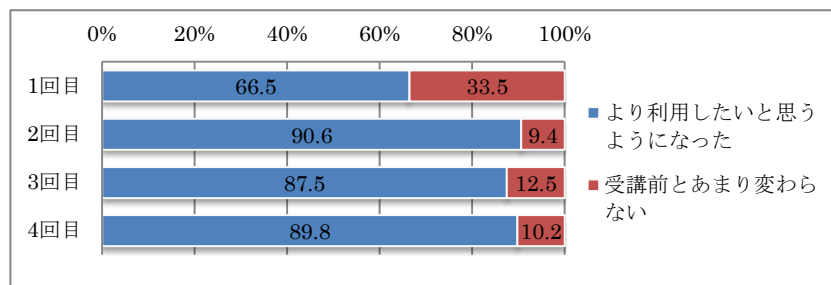


図 9 スマートフォンの利用意向

p=0.0000(**)

3.2.3 受講後のスキル

図 10「受講後のスキル（電話ができるか）」では、80 代を除いて 8 割以上が「良くできる」または「少しできる」と回答しており、年代別の回答に有意差は認められなかった。携帯と異なりスマートフォンでは画面を軽くタッチ（タップ）する操作がほとんどであるが、受講者の中には必要以上に強く押

したり、横にスライド（スワイプ）できなかつたりして誤操作を招く者がみられた。

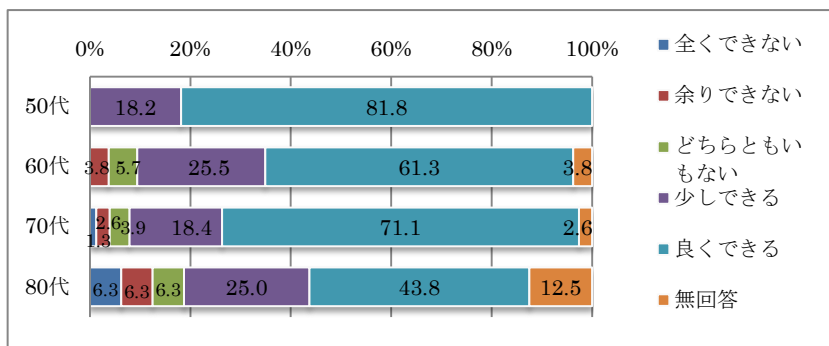


図 10 受講後のスキル（電話をかける） p=0.4556 (n. s.)

図 11 「受講後のスキル（LINE を使えるか）」では、80 代以外は概ねできているが「電話」操作に比べ全世代において 2 割程度「良くできる」割合が低い。高齢者にとって、慣れるまで「LINE」アプリの使い方を理解することはハードルが高いように思われるが、携帯にはなかった無料の「LINE スタンプ」を使って家族や友人に自己表現する手段の 1 つとして手軽さや可愛らしさが好評であり、総じて積極的な利用姿勢がうかがえる。

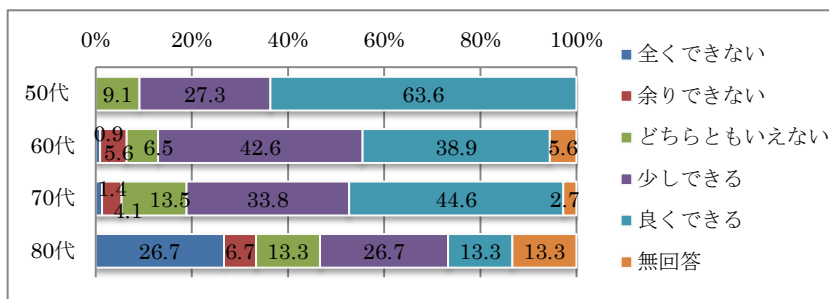


図 11 受講後のスキル（LINE を使う） p=0.0016 (**)

図 12 「受講後のスキル（写真を撮影できるか）」では、80 代の習熟度が他

の世代に比べて低い。50代～70代では、半数以上が「良くできる」と回答し、「少しできる」を合わせると8割以上となる。

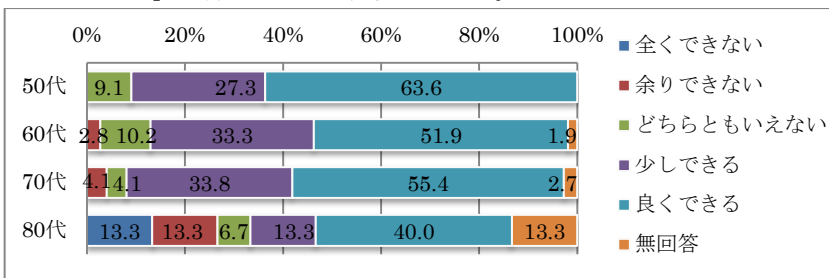


図 12 受講後のスキル（写真を撮影する） p=0.0004(**)

図 13 「受講後のスキル（アプリをダウンロードできるか）」については、50代ではほとんどが「少しできる」「よくできる」と回答しているが、他の世代では「電話」「LINE」「写真撮影」に比べ全体的に習熟度が低いことがうかがえる。特にこれらの各世代では、1～2割が「全くできない」と回答している。「ダウンロード」という言葉も馴染みがなく難しいというイメージを持っていると思われるため、無料のアプリを利用して反復する必要がある。

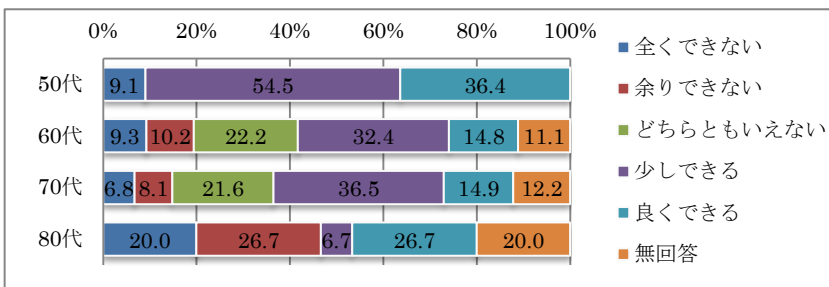


図 13 受講後のスキル（アプリのダウンロード） p=0.0432(*)

3. まとめ

本稿では、現在のアクティブシニアの生活実態およびスマートフォンを用いたICT支援教育の効果について把握することができた。携帯電話とスマ

ートフォンの標準機能の操作性評価[7]では、携帯の方がスマートフォンよりも利用性が高く、その大きな違いは、正確に、かつ簡単に機能呼び出せる経路というものがきちんと示されている点にあるとされているが、アクティブシニアにとって、まだまだその利用は容易とはいえない。特に、情報通信技術はめざましく進化していることから、最初はスマホの操作に慣れないが、繰り返し支援教育を行うことで理解度が高まり、十分活用できることが今回の調査からわかった。

少子高齢化の影響でライフサイクルやライフステージも変化している。これまで夫婦と子ども2人の4人家族構成を「標準世帯」と呼んでいたが、単身世帯は、2005年には29.5%で標準世帯と同数、2030年には37.4%まで膨らみ、まさにこちらが「標準世帯」となっていく。また、『生活の経営と経済』[8]では、今後、より多くの個人・家族がより長い高齢期を経験する時代においては、個性や能力を生涯にわたり高め続けるような時間の使い方が求められる、と述べられており、多くの単身高齢者の長期にわたる高齢期を快適なものとするような支援が必要である。

また1987年アメリカの「サイエンス」誌で発表された「サクセスフル・エイジング」では年をとっても健康で自立し、社会に貢献できることが重要であるといっている。「手段的自立」(自律的な日常生活を送るための活動能力)、「知的能動性」(余暇や創作などの知的活動の程度)、「社会的役割」(家庭や地域などでの社会的つながり)の領域に分かれている高齢者の高次生活機能の加齢変化の障害の発生は「社会的役割」が最も多くみられることが明らかになっている。このように高齢期では、社会との交流や関係性の低下から知的関心の衰えと移行していくことがわかっている。特に核家族が増加するなかで、いつまでも社会とのかかわりを維持させることが大切である[9]。その鍵となるのは地域でのつながりであり、一人一人の主体的な取り組みとコミュニティの協力が必要となる。

昨今高齢者が狙われる振り込め詐欺などの消費者問題でも1人暮らしと夫婦のみの高齢者が最も被害に遭っている。今後、アクティブシニアに対するICT支援教育が充実することで、これらの社会的問題の解決も期待される。すでに一部の自治体ではNPOが中心となって高齢者の生活支援や健康管理を

目的に様々な形で ICT を活用し、その効果を上げている。

今回の研究で、本人の自主的な意欲と共に学び合う友人や知人がいることにより、これまで「難しい」「不安」等、負のイメージを持ち ICT 利用に消極的だった高齢者も「便利」「楽しい」と感じるようになる可能性があることが推察された。その際、指導者やサポーターによる教育支援が欠かせない。すなわち、友人、サポーターなどによる社会的コミュニケーションが重要な役割を果たすとともに、高齢者の理解度や操作技能を踏まえた適切な教育支援プログラムが研究・開発される必要があることが明らかとなった。今後は、アクティブシニアを増やすための諸条件及びアクティブシニアの主体的な活動を継続できるしくみと教育支援に関する具体的な指針を探るため、NPO などの活動事例や行政などの関連施策を収集し、分析・考察していきたい。

(引用・参考文献)

- [1] 鈴木隆雄：『超高齢者社会の基礎知識』，講談社(2012)。
- [2] 足立清史：「アメリカにおけるアクティブエイジング社会の形成」，北九州市立男女共同参画センタ・ムーブ：『アクティブシニアが日本を変える』，明石書店(2013)。
- [3] 総務省：『平成 25 年版 情報通信白書』ぎょうせい (2013)
- [4] 一般社団法人日本経済団体連合会：「高齢社会に対応した住まい・まちのあり方」(2013)。
- [5] アライド・ブレインズ株式会社：『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』(2008)。
- [6] 工藤奈保子：「ICT 利用における高齢者のリスクの現状と課題」，21 世紀社会デザイン研究 No10, p. 241(2011)。
- [7] 大塚正雄，丁井雅美：「携帯電話とスマートフォンの標準機能の操作性評価」，標準化研究学会，p. 45 (2010)
- [8] アメリカ家政学研究会：『生活の経営と経済』，家政教育社(2008)。
- [9] 東京大学 高齢社会総合研究機構：『高齢社会の教科書』(2013)，株式会社ベネッセコーポレーション。
- [10] NTT ドコモ：『モバイルコミュニケーション 2012-13 ケータイ社

会白書』(2012), 中央経済社

[11] 権藤恭之:『高齢者心理学』(2008), 朝倉書店

[12] 高橋 清幸:「アクティブシニアが地方を変える ～団塊世代と地域活性化～の概要と小考察」, 調査研究情報誌 ECPR, 2006 NO. 3

著者略歴

高所真理子:愛知県生まれ、椋山女学園大学大学院現代マネジメント研究科
在学中, 現在一般社団法人まなび考房代表理事