



高齢者と協働で地域情報化を推進する楽しい地域シニアネットの作り方

近藤 則子

老テク研究会事務局長

『大規模な災害時に備えて、住民、特に高齢者の ICT リテラシーを向上させるため PC やスマホの講習会を実施したい。地域で核になってくれそうな IT スキルのある NPO（非営利団体）があれば委託したいけれど、なかなか見つからない』という自治体の担当者のために、“なければ作ろう” 老テク流？ 『楽しいシニアネットの作り方』をご紹介しますと思います。

『シニアネット』は米国で始まった高齢者のパソコン教育支援活動で多くの IT 企業が応援している NPO です。 ★シニアネット <http://www.seniornet.org/>

はじめに “老テク” とは老人の自立を助ける技術のこと

老テク研究会（代表 大島真理子）は、『笑顔の介護』を目指して『高齢者や介護者を助けてくれる技術（テクノロジー）』を研究してきました。

パソコンは、個人差こそあれ高齢になれば誰しも経験する『見えにくい、聞こえにくい』といったコミュニケーショントラブルを、『文字通信（メールやチャット）』や『音声読み上げ』といった機能で解決してくれるありがたい道具です。

この機能は『情報バリアフリー』と呼ばれていますが、最近のスマートフォンにもこうした機能が搭載されています。

使いこなせればとても便利ですが、情報バリアフリーの端末を持っていても、その使い方を『知らない』高齢者が多いのです。本当にもったいないです。

老テクのミッション — 高齢者にこそ、便利な情報技術を伝えたい

高齢者が情報機器の便利な使い方を学べる（教えてもらえる）仕組みはどうすればできるのか。

1995 年、生徒数が 1000 人以上という『シニアネット』を構築したジョージア州サバナ市のコーディネーターで大学教授のギャレット博士をお招きし※、そのポイントをお聞きすることができました。

『パソコンで高齢者は人生を取り戻せる』というギャレット博士のインタビュー記事が新聞に掲載され、ウインドウズ 95 の発売時期とも重なったせいか、読者から『シニアネットに参加するにはどうすればいいのか』という相談がたくさん寄せられました。

※（公財）電気通信普及財団による助成

ギャレット博士が教えてくれたポイントは以下のようなことでした。

米国のシニアネット学習センター運営のポイント

- 1 高齢者にとって安心して学べるよう、楽しい、温かい雰囲気を大切にする
具体的には、自宅から近く、知り合いと一緒に学べるように、サバナ市では小学校のパソコン教室や教会の集会室をお借りしている。
- 2 講師はパソコンにくわしい人だけではなく、教えることが好きな人にもお願いする
サバナで一番人気の講師は72歳の元小学校教師でひとり暮らしのキャサリンさん。ギャレット博士の最初の生徒のひとりで、自分が使えるようになったらすぐにパソコンボランティアに。病気で外出ができなくなると自宅で高齢者むけ教材を作成してネットで共有。彼女の自宅には仲間のボランティアが集まって『シニアネット教材研究会』が発足して賑やかになり、それまでの孤独な生活は一変！パソコンで町の歴史をまとめて本にした彼女に、サバナ市は『最も勇気ある市民賞』を贈ったそうです。
- 3 運営委員会は高齢者を中心に、まとめ役のコーディネーターは若い会員にお願いする
シニアネットを創設したサンフランシスコ大学教授（当時）のメリー・ファーロング博士は、シニアネットにはリーダーではなく、まとめ役のコーディネーターが学習センターの要であると助言。若いといってもシニアネットの会員は55歳以上ですので、会員の中でも若い人がまとめ役になりましょう、という提案です。



ルース・ギャレット博士（老年学 教育学 Ph.D.）
マハーリー医大学教授。地元新聞やテレビで人気のコラムニスト。
ゴア元副大統領はいとこ。
ゴア氏は『ネットの使える老人ホームなら入居したい』といったシニアネット会員の発言に対して、副大統領として大絶賛！

★参考 ギャレット博士の日本講演記録 インパク仙台学舎アーカイブより

<http://prj.smt.jp/~gakusya/>

高齢者こそ高度情報社会の主役（原文 翻訳とも公開中）

<http://prj.smt.jp/~gakusya/2001/dejibunko/list2.html#roteku>

- 4 楽しい講習会のプログラム ～ 習ったあとの成果物を大切にする
米国のシニアネットでもグリーティングカードづくりが人気だそうです。
日本では『ワードでお絵かき』や『エクセルで手芸』といったユニークな使い方を高齢者が考案し、シニア向けパソコン教室やネットを通じて全国に普及しました。
 - ・ワードでお絵かき <http://yumepalette.com/>
 - ・エクセルでアート http://marchan.my.coocan.jp/excel_art/excelart.htm
- 5 ネットがもたらす高齢者の新しい生きがいと、異なる世代や地域との交流を大切にする
当時のシニアネットは学習センターとオンラインコミュニティを運営していました。そこで高

高齢者は新しい生きがいを見つけることができ、また異なる世代とのコミュニケーションを図ることもできました。

ギャレット博士は、情報革命がもたらした新しい宝は、『ネットだから出会える心の通う友人』だと教えてくれました。

日本でのシニアネット普及方法 ～ 郵便局から始まった日本のシニアネット

老テク研究会では、旧郵政省（現総務省）の研究会や（一社）電子情報通信学会において、日本での『シニアネット』の普及の必要性を、企業や学校、公共団体、自治体に提案してきました。

提案した手法は、韓国版シニアネットである『元老坊』の創設者ユー・キョンヒ氏から元老坊の普及の手法を教えていただき、参考にしたものです。

韓国では高齢者の情報化支援として、政府や企業が協力して、郵便局や電話局の使っていない施設を高齢者に開放、高齢者と13歳以下は端末も通信料も無料という情報端末（『ハイテル』）を設置し、その使い方を元政府高官の高齢者がボランティアで教えていました。これには本当に驚きました。

ユー氏は『高齢者は行政が関わっていると安心します。草の根ボランティアだけではなく、自治体や政府OB団体と連携しましょう。公務員の多くは社会貢献に熱心ですよ。』と助言してくださいました。

韓国から学んだ行政との協働

元老坊ボランティアのひとりで韓国の郵政担当官庁OBのチョン・キューソク氏と共に1996年にユー氏が来日。日本の旧郵政省OBでマルチメディア振興センター理事長（当時）の森本哲夫氏と老テク研究会の大島代表と鼎談していただきました。チョン氏の活動を知った森本氏は『日本の郵便局もシニアパソコン教室を応援したいですね』と言ってくださいました。1997年に発足した日本初の深川郵便局の無料高齢者PC教室はメディアで大きく取り上げられ、『うちの近くの郵便局ではいつ始まるのか？』と郵政省の電話がパンクしそうになるほどの大きな反響があったとのこと。

仙台市で人気爆発！

深川郵便局の次に、私は夫の転勤で仙台市に転居したので、仙台中央郵便局の高齢者向けPC教室である『情報ひろば』をお手伝いしました。こちらの講座も20名の募集に300名を越える希望者があり関係者はびっくり仰天。『若者だけにマウスは渡せん！』という大見出しでパソコンを前に真剣な表情の高齢者たちの写真が河北新報に掲載され、NHKや地元のテレビにもたびたび登場しました。

受講生有志で作った仙台シニアネットクラブ

郵便局の情報ひろばで学んだ高齢者の中からパソコンボランティアをやろうという有志が集まって、1998年に『仙台シニアネットクラブ』が誕生しました。地元のお祭りも取り仕切る地域活動のベテランの旧郵政省OBの庄子平弥さんが事務局長を、同じく旧郵政省OBの井桁章さんが会長を引き受けてくださりました。また、井桁さんが主宰する『パソコンと仲良くする会』の会員である元郵便局長さんたちにも協力いただき、最初のパソコンボランティアになっていただきました。

クラブの活動が話題になり日経新聞で紹介されると、全国から講演の依頼がくるようになりました。クラブの活動紹介ビデオも作成し、庄子さんに分かりやすく、またおもしろおかしく講演していただきました。

『小学校のパソコンボランティアはおもしろい（楽しい）ですよ。子供たちもめんこい（可愛い）けれど、マウスの使い方を教える時に若いお母さんの手を握れる』という、当時の仙台市長も『私もボランティアしたい』というので『おめ（あなた）のスキルでは難しい』とは言えないので困ったもんです。この間はミス山形も来るというのでドキドキして出かけたところ、50年前の元ミスで、主催者がミスだったねえ。

仙台弁でパソコンボランティア活動の楽しさを語る庄子さんのユーモアあふれる講演は大好評。庄子ファンもシニアネット会員も増えていきました。庄子さんの奥様からは『じいちゃんが毎日機嫌よく出かけてくれて、とっても助かってます！』と喜んでいただき、大島代表と私は『シニアネットで介護支援も予防もできそう！』と大感激しました。

その後、全国 1800 の郵便局で高齢者のための無料パソコン教室は開催され、各地でシニアネットが誕生し、現在もその多くが活動中です。例えば、江戸川区内の郵便局が主催の『江戸川ふれあいネット』は 2004 年に誕生、会員は 400 名で現在も活発に活動中です。

★江戸川ふれあいねっと <http://homepage1.nifty.com/S-pasokon/>

自治体がコーディネーターをした松本市

松本市では行政が発足に大きな役割を担うことで、2002 年、『松本シニアネットクラブ』が誕生しました。老テク研究会も市の情報化推進委員会に参加させていただき、シニアネットのお手伝いをしました。はじめは市の職員が事務局を担当されたのですが、本当にすばらしい事務局で、大変丁寧なパソコンサポートをしてくださいました。

市はシニアネットの会長を引き受けてくださる方を探し、パソコン教室となる会場を手配し、市の広報を通じて受講生を募集したところ、20 名の定員に 200 名もの高齢者が殺到。市は市内を地域ごとにおき、それぞれの地域（ブロック）で自由に勉強方法などを決めていただく方法をとりました。

このように発足当初は市が事務局を担当していましたが、発足してから 7 年目には高齢者だけで運営できるようになり、公民館などでのパソコンボランティア活動として現在も元気に活動中です。

★松本シニアネットクラブ <http://hotnet-m.jimdo.com/>

楽しいシニアのデジタル文化祭

松本市では毎年、シニアのデジタル文化祭を開催しています。写真やパソコンで描いたイラスト作品を発表してきました。今年、全国ネットの円熟世代の積極的な社会参加を情報化により促進する『メロウ倶楽部』の全国オフと共同でシニアネット交流会を開催しました。総務省から祝辞もいただき、大感激の高齢者の皆様でした！

★メロウ倶楽部&松本シニアネット交流会@あがたの森

<http://broadbandschool.blogspot.jp/2013/10/blog-post.html>

これからのシニアネットータブレット・スマホ講習会

老テク研究会がお手伝いしている各地のシニアネットに共通するのは、50歳以上の会員が中心となって非営利パソコン教室を運営し、会員同士で趣味や旅行、食事を楽しんでいることです。

2年前頃から急速に普及しているスマートフォンやタブレット端末の講習会をどうすればいいかというお問い合わせが増えてきました。

そこで、NPO法人ブロードバンドスクール協会と連携して、今年の7月から半年間、事業者さんからタブレット端末をお借りし、文京区や世田谷区などで講習会や利用相談会を実施しています。楽しいアプリを使った講座は笑い声が絶えず、大人気。教わった人の多くが端末を購入！

12月は世田谷区の光明特別支援学校の皆様とタブレット端末の講習会を開催しました。

★iPad利用支援講習会活動報告ブログ <http://broadbandschool.blogspot.jp/>

高機能に進化するパソコンを楽しく指導のできる講師を応援するべく、2014年春には東京電機大学の安田浩先生のご指導により、企業からも協力をいただいて高齢者向けタブレット端末及びPC講師養成の無料講座を開催します。

★デジタル未来塾2014@東京電機大学 <http://www.enjoydigitalseniorlife.com/>

スマートフォンについては、12月3日に仙台市のシルバーセンターで始まった、スマートフォンの無料講習会をお手伝いします。

講習会では、参加した高齢者に1ヶ月間、端末ベンダーのご協力により通信料つきでスマートフォンを貸出してくれます。最新の腕時計型の電話には若い人もびっくり！

仙台では、仙台市健康福祉事業団の職員の方やNPOのボランティアだけではなく、通信事業者の方たちもサブ講師を引き受けてくれました。

携帯電話教室では端末を用意するのが困難で、これまでは高齢者の使っている端末で講習してきたのですが、端末を持っていない人との情報格差が広がる一方だと危惧していましたが、無料で端末を貸し出しできるので、ひと安心です。

高齢者を災害弱者にしない！— 災害時に役立つスマホ講座開催

災害時にツイッターやワンセグを使えた人と使えなかった人との情報格差は明らかです。

災害時にもスマホを使える高齢者を増やそうと、今年は全国でいろいろと講習会を開催する予定なので、関心のあるNPOや自治体の方は、お気軽にご連絡ください。

上でご紹介したスマートフォンの講習会には、私の30年来の友人で、シニア世代のアイドル服部真湖さんも講師をつとめてくれる予定です。私もただいま生徒のひとりとして勉強中です！

楽しいシニアネットをご一緒につくってまいりましょう！！



仙台シルバーセンターにて
受講生同士で『ふるふる』
腕時計で 『もしもし』
なくしたり、落とさないように、持ち手つき
スマホケースを編み物で手作りしました！
大事なセキュリティ対策です！



私のお話は以上です。

さて、バトンは日立製作所の梶浦さんに引き継ぎます。

梶浦さんからは、様々なデータを活用した都市経営についてお話を聞かせていただけたと思います。それでは、梶浦さんよろしく願いいたします！