

# グローバルシニアネットの活動紹介 ー高齢者の立場から考えるICT普及のありかた

楽しい仲間といっしょに、できることで社会貢献

総務省 ICT超高齢社会構想会議WG第4回  
老テク研究会事務局長 近藤則子 2013年3月8日

# 老テク研究会（1992ー）

老テクとは老人を助けるテクノロジー。  
（大島眞理子代表の造語）

笑顔の介護を目指して20年

介護、特に家庭介護を支援する技術を  
ICT中心に研究しています。

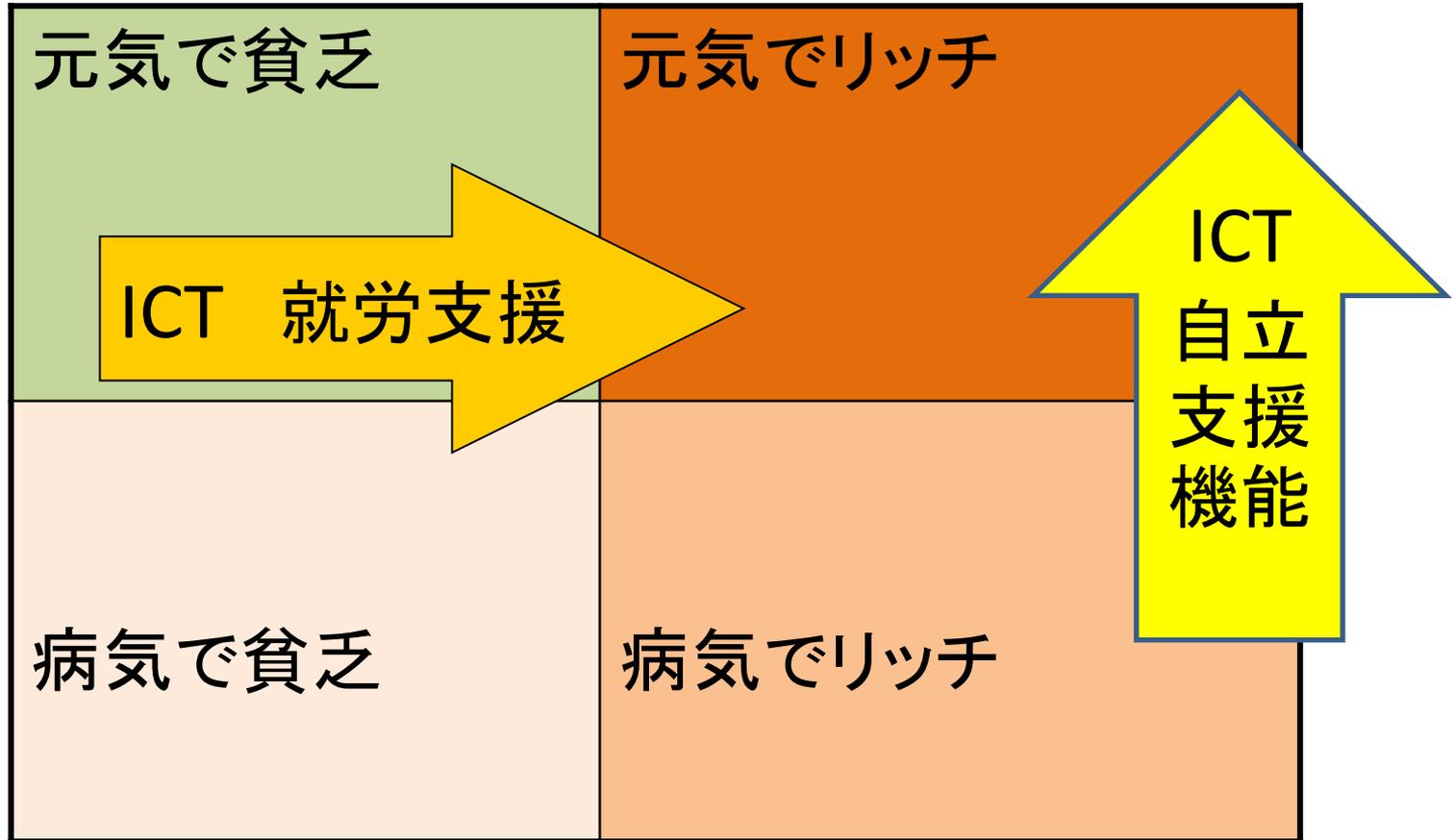
写真は電腦雛祭りで、東京の自宅から  
京都のお雛さまを見る老テク研究会  
代表の大島眞理子さんとお母さんの  
きよさん（故人）

外出や移動の困難な人にはICTは  
生活を助けてくれる最強の道具です。

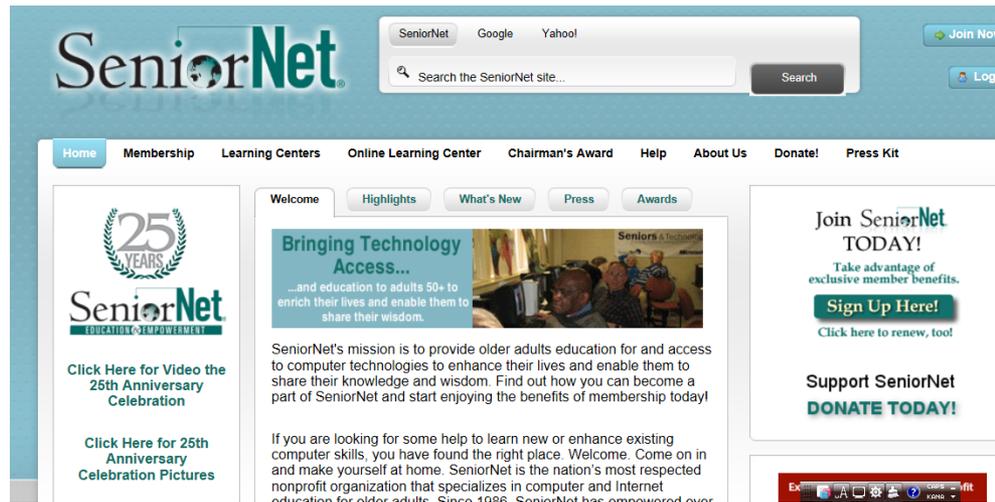


スローガンは  
誰もが参加できる  
高度情報化社会に！

# 高齢者とICT



# アメリカのNPOシニアネットから学んで 1995年11月1日 来日講演



定年はRetirement（引退）ではなくRefirement（再点火）。  
点火ボタンはパソコン！ と ルース・ギャレット博士（写真）  
シニアネットコーディネーター（当時）現在もマハーレイ医科大学教授  
シニアネットは創設から25年。本部をカリフォルニアからワシントンDCに移転  
米国の主なIT企業が応援し、地域学習センターの他 IT以外の一般教養の遠隔講座にも  
取り組んでいる。米国の他 スウェーデンにも展開。

米国のNPOシニアネットを創設したファーロング博士は、大学教授とビジネスと2足のわらじで大活躍中。左側写真中央がファーロング博士  
 1997年 ThirdAgeを創設後独立 毎春ブーマービジネスサミット開催

WHAT'S NEXT  
**BOOMER BUSINESS**  
*Summit*

Register | About Us | Agenda | Lunch with the Authors | App Showcase | Sponsors | Travel and Hotel | Press Room | Exhibit | Contact Us

**Entrepreneurship & Life Reimagined**

Millions of Boomers ages 50-plus are discovering entrepreneurship at this stage of life allows them to blend passion and purpose. Their work is in the flow of enjoyment, so it's really not work at all. This new entrepreneurship is "life reimagined" and as such, it may be the sweet spot for a generation that reinvents aging.

Amy Hilliard, ComfortCake®  
 Mary Furlong, MFA  
 Myrna Blyth, AARP

**2013 Mobile Apps Showcase**

Calling all innovative app developers, we're giving prizes to the most innovative apps targeting baby boomers.

Click for More Info

2013 Sponsors

CareLinx  
 Caring.com

Tuesday, March 12, 2013  
 8:00 am - 6:00 pm  
 Hyatt Regency  
 Chicago, Illinois

ThirdAge.com  
 Health for Boomers and Beyond

HEALTH & WELLNESS | AGING WELL | BEAUTY & STYLE | RELATIONSHIPS & LOVE | ENTERTAINMENT | VIDEOS

Mini Strokes: A Big Problem  
 Watch: How Caffeine Affects Your Body  
 Do "Alternative" Cholesterol Treatments Work?  
 Health Headliners of the Week

THIRDAGE BLOGGERS

サードエイジは、当初のものより中高年女性向けサイトに変化  
 シニアむけfirst street サイトは読みがいのあるブログと通販サイトがリンク

firstSTREET®  
 for Boomers and Beyond®

Catalog Quick Order | Best Sellers | Specials | Clearance

Sign up to receive generous email only discounts, instant access to Clearance items, and sneak previews!

Start Saving!

Home Page | Featured Products | Around The Home | Healthy Living | Technology Made Easy | Unique Gift Ideas

Innovative products for seniors and their caregivers

Need Help? Call 1-800-704-1209 or Contact Us

**HEAR and READ**  
 the conversation with the Captioning Telephone!

Read More

The best invention for reading since eyeglasses!

Conserve water & avoid messes with a new Hands Free Faucet! Learn More.

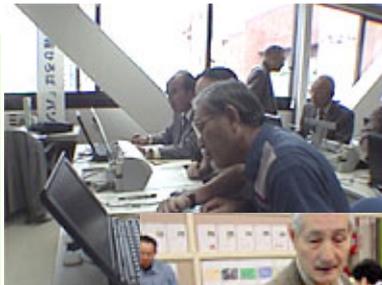
0 item(s)

Shop By Category

New Arrivals

# 1998年開始の仙台市の市民協働シニアネットモデルは マスメディアを通じて全国に普及

行政  
郵政省（当時）仙台市  
仙台市教育委員会  
郵便局（当時）  
広報支援、会場提供



ICT企業  
NTT マイクロソフト  
NEC デンコー  
機器やソフトの寄贈  
施設の提供

シニアボランティア団体  
仙台シニアネットクラブ  
教室運営  
講師養成  
イベント・セミナーで  
普及・啓発活動



郵便局、福祉センター  
小学校等での無料パソコン  
講習会  
写真はHPより  
1998年

地元企業  
針生印刷（当時）  
シニアボランティアへの  
技術支援  
ウェブサイト運営  
技術サポート

老テク研究会はボランティアコーディネーター

# シニアネットが全国に普及した背景

## 1 社会からの支援 政府の情報政策 メディアの紹介

U-Japan計画、インパクや2000年にIT講習会が全国で実施され、高齢者講習会をきっかけにフォローアップ講習会などが各地で開催され、有志が集まり、仙台シニアネットクラブ等シニアパソコンクラブがメディア等でとりあげられ、各地で地域シニアネットが形成された。シニア情報生活アドバイザー制度他講師資格が登場。自治体もシニアむけパソコン教室の講師養成講座を支援。自主活動もいれるとシニアパソコンクラブは全国に無数にある。

## 2 高齢者からのニーズ

高額なPC教室には通えないが、世の中に遅れたくない。パソコンを習いたい主婦や高齢者の受け皿に。ITスキルを活用したい高齢者の発掘。NPO活動として各地で発展したケースが多い。特に定年後の男性の地域活動の人気メニューとして定着。ネットの活用力が向上するとICTのユーザーは、文字拡大等 シニアに便利なコミュニケーション、就労支援、格安ショッピングなど経済的なメリットが大きいことを実感できる。

## 3 パソコン・インターネットを教える楽しさ パソコンクラフトも大人気

高齢者の立場から考えると、しくみは簡単で、自分の勉強になり、少し、お金になり、友人も増えて、楽しい。パソコンを使える仲間と2名いれば始められる。仲間も増える。パソコンを教えると大変感謝される。シニアパソコンボランティア活動は周囲に認められ、家族からも尊敬される。パソコンでつくった作品(絵はがき、旅行ビデオ、クラフトなど)の発表でき、自己表現の手段が豊かになる。

# NPOと連携してパソコン・ケータイ学習支援 テキスト公開 講師養成・相互交流支援

エンジョイ! PCライフ Presented by Broadband School Association  
[ <http://www.broadbandschool.jp/> ]

HOME | ご挨拶 | フォーラム | インターネット講座 | イベント |  
HOME

## エンジョイ! PCライフ ー楽しいパソコン活用術ー



ツイート 4 | いいね 20 | チェック | 1 | 2



### 情報セキュリティを考えるグローバルシニアネットフォーラム

フォーラム概要

[詳しくはこちら](#)



### インターネット講座

エンジョイ! PCライフでは、Ustreamなどを使って講座を配信します。講座は、配信時にはライブ中継をします。



[詳しくはこちら](#)



### 東日本大震災復興支援シニアネットイベント

復興を支援するイベントを企画・開催します。過去のイベントはこちら。  
オンライン七夕祭り  
インターネットフォトイベント





## モバイルシニアネットプロジェクト

<http://mcis.communitylink.jp/about/>

<http://enjoypclife.jp/>

# 高倉幸江さん キーボードを使えなくても パソコンを楽しめるサイト ゆめぱれっと運営 ワードでお絵かき シェイプアートを考案

図形でお絵かき 楽しく描こうシェイプアート

## Yume Palette

トップ ガラリー お絵かきしよう 花の作品展 リンク English

### メニュー

トップ

Wordでできる  
大人のお絵かき



本の内容  
サンプル

- ④ 描画ツール
- ④ お絵かきしよう
- ④ Excelで手芸
- ④ 花の作品展
- ④ 雑祭り作品展
- ④ 応用例

④ リンク

EXCELART  
MUSEUM

BBS  
ブローバンドスクール

### はじめまして

ようこそ！  
ゆめぱれっとへ

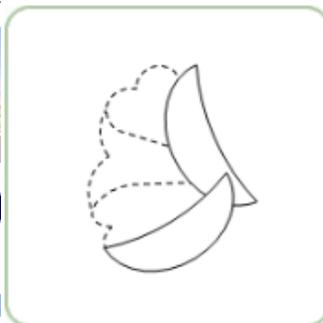
### シェイプアートって何？

シェイプアートとは、Microsoft OfficeのWord、Excel、Power  
Pointを使って描くお絵かきです。  
Wordは文章を作成する為のソフトですが、いろいろな図形を上手に利用することで、誰  
も気軽にお絵かき楽しめます。

- パソコンがあればいつでもどこでも描くことができます。
- 創意工夫することで頭の体操になります。
- 紙も絵の具も使わないからお財布にやさしいです。
- ブログやホームページなどで作品を発表しお友達と交流を深めることができます。
- 簡単な描き方をご覧ください。スイートピー、ペンギン

### Web講座

- 続々オンラインの「新大人総研」「Wordでお絵かき」講座  
2008年3月からスタートしたこのコーナーでは、季節の花や風物詩、可愛い動物のイ  
ラストなどを連載中です。毎月2回、水曜日の更新です。  
2013年2月の作例



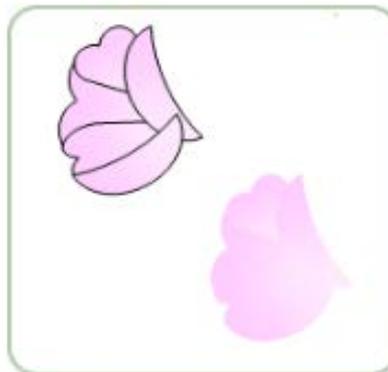
⑤

大小のハート図形の両端に月の図形をつけます。

ハートで描いた図形を横向きにします。

月の図形をハートの図形に合わせて大きさを調節した後、  
回転させて、図の様に重ねます。

「オブジェクトの選択」矢印で図形を大きく囲み、  
「図形の調整」から「グループ化」をクリックします。



<http://yumepalette.com/index.php?FrontPage>

# シェイプアートイラストを応用して おしゃれなクラフトをプレゼントに



# メロウ倶楽部の若宮正子さん 自宅でパソコン教室 ネットで老人会

かかりつけの医師や友人とフェイスブック利用

[http://www.youtube.com/watch?v=mtUyJLJ\\_hIA](http://www.youtube.com/watch?v=mtUyJLJ_hIA)



# パソコンで手芸を考案



<http://homepage2.nifty.com/Marchan/>

## BEGINNER はじめての方へ

エクセル・アートの基本操作  
仕事を効率的にするための方法

### ① 基本の操作です



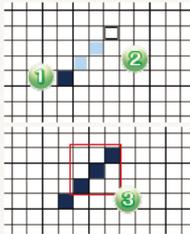
- マス目（セル）変色で塗りつぶし  
ます。
- 塗りつぶしたいセルをクリック
  - 「ホーム」タブをクリック
  - 「塗りつぶし」ボタンをクリックして色を選択します。



- マス目に罫線を引く操作です  
(24 x 24 マスに罫線を引きます)
- 罫線とセル 24 部分のマス目を選択
  - 右クリックで出てきた「コンテキストメニュー」で「罫線」を選択
  - 「格子」の罫線を右クリック

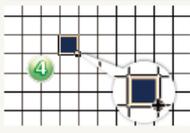


### ② 仕事を効率的に進めるために



- コピー元を選択して、「コピー」しておきます
- [Ctrl] キーを押しながら同じにずらすセルをクリックします
- 「貼り付け」をクリックします。一度に色を塗ることが出来ます。

### ③ 罫、または横に並んでいるセルに同じ色をつけるには



- コピー元のセルの右下にマウスを移してきて、(マウスポインタ「+」の形になったら) スプレッドシートをドラッグします

ネットにつないでいない  
どんなパソコンでも楽しめる  
デイサービスや公民館等の  
PC教室におすすめ

## FILL 塗りつぶし

図形の「塗りつぶし」だけ使ってもこんなに楽しいアートが

### ① ちいさな花



- モチーフ（単画）を作り出す
- 選択範囲を「地色」で塗りつぶし、見やまいように「罫線」を引いておきます



- 「塗りつぶし」で図案を繰り返していきます  
(ここでは見やまいように「地色」を消してあります)

Ctrl キー + クリック  
で隣のマス目（セル）を選択して色をつけてみましょう



モチーフを全体に広げて行きます

- モチーフの全体を選択範囲で選択し、コピーして、右隣、下へと貼り付けていきます。

マウスでコピー範囲と重なっているマス目（セル）を選択して、「貼り付け」をします



### 出来上がり図



# ソーシャルメディアを使って インターネットイベント

地デジボランティアスペシャルアドバイザーの服部真湖さんと1997年から  
毎年 電腦ひな祭り 2011年からは復興支援電腦七夕まつり  
異なる地域や世代をつなぐネットイベント



2013年 3月3日 (日曜日)

東京広尾のお寺『香林院』と京都、米沢、佐賀、シドニー、ソウルをつないで  
ソウルのヨンさんは88歳の祖母と自宅からPCで 服部さんの日本舞踊に感激  
シドニーの副領事大塚さんは群馬県の中学校で英語を教えたメイさんとオペラハウスの  
みえる街角からスマートフォンでスカイプ

# 復興支援電腦七夕まつりイベント

仙台・東京・千葉・京都・大阪・福岡・佐賀 韓国 オーストラリア フィンランド



仙台市奥山市長 ビデオメッセージ



総務省東北総合通信局武井局長 ご挨拶



高齢者に ICT を利用したいと思ってもらえるきっかけが難しい、こうした草の根の活動は大切。

仙台フィンランド健康福祉センターの協力で福祉機器展示室を臨時スタジオに 視聴者数 14000人超

[http://www.broadbandschool.jp/tanabata\\_sendai.pdf](http://www.broadbandschool.jp/tanabata_sendai.pdf)



## せんだい青い鳥プロジェクト

東日本大震災の孤児を支援する市民活動 ヨーロッパからの支援の輪が広がっています。



高齢者も情報技術の恩恵を受けられるようにすることは重要と考え、森政権時代にも取り組んできました。東北、仙台の皆様 がんばってください。

**震災孤児を支援するボランティアのご紹介で安倍総理もビデオでご出演！**



ツイッター等からのコメントをライブで紹介  
仲間が集まってPC教室から視聴参加

<http://asln.jp/>

写真提供 我孫子シニアライフネット



老テク研究会は離れていても心の通う友達同士をつなぐ  
楽しい情報コミュニティで高齢者の心と暮らしを応援中

## 企業・行政・公共団体への皆様へお願い

- 1 ボランティアは常に集まる場所の確保に困っています。  
学校・大学・空き施設等 貸出に柔軟な対応をお願いします！
- 2 高齢者に役立つICTをネットでもっとわかりやすく！  
すばらしい情報端末や情報サービスが知られていません。  
IT初心者にわかる“言葉”で、楽しく発信しましょう！
- 3 パソコンで創るものづくり、パソコンクラフトは日本発の楽しい活動。  
海外のシニアネット教室ではカードやカレンダー CD作りまで  
デジタルアート&クラフトを教える、習う普及活動をぜひごいっしょに！