

推薦調書（アイデア部門）

推薦都道府県

島根県

地方公共団体名	島根県出雲市		
アイデア名称	I C Tでつながるまめな高齢者応援事業		
連携自治体、企業、団体等	「通いの場」参加者、高齢者の社会参加促進等に取り組むN P O法人等		
デジタルを活用したアイデアの概要（デジタルを活用したアイデアの全体概要と解決する個別課題の具体的な内容）	(種類)	②	(左記が①の場合の分野)
	【デジタルを活用したアイデアの全体概要】 ○高齢者のデジタル活用推進の「要」は高齢者と考え、デジタル機器の使用方法を高齢者に教え、身近でサポートできる高齢者人材の育成を図る。 ○いつも集まって体操等に取り組んでいる「通いの場」（市内に 97 団体、1,541 名登録）等の高齢者のつながりを活かし、仲間と“画面越し”という新たな手段でつながる“楽しさ”を感じてもらいながら、習得意欲を高めて実践につなげる。 ○コロナ禍や豪雨災害後の道路通行止めの長期化等により集まれない時、または体調不良時でも、I C Tを活用してつながりを保ち、一緒に介護予防等に取り組むことにより、まめに（元気に）暮らしていく地域づくりを進める。 【事業概要】 (1) W E B 会議ツールの主催者（リーダー）育成講座開催・継続的な相談支援 ・「通いの場」においてオンライン体操教室を主催するなど、地域におけるデジタル活用を進めるリーダーとなる人材を育成。 (2) リーダーによる参加者向け講座の開催支援 ・リーダーが所属する「通いの場」等において、オンライン体操教室等の実践を通じ、参加者にW E B 会議への参加方法を伝授。 (3) リーダー向けマニュアル作成 ・講座を通じて高齢者のデジタル活用のツボを押さえたマニュアル(冊子・動画)を作成し、他の集いにも配布して、普及を図る。 【実施に至る経緯・動機】 ○失われかけた身近なつながりと高齢者の心身機能の低下の心配 コロナ禍における外出自粛、災害復旧の長期化により、高齢者仲間に出会えない時期を過ごした。 ○オンラインによる体操教室（通いの場）の試行時の参加者の感想から 「新しいことにワクワクする」「<u>次は私たちが指導したい</u>」などの前向きな意見と、「<u>操作について身近な相談相手がほしい</u>」などの不安の声があった。 ○ワクチン接種のw e b 予約の「代行予約会」で多くの高齢男性が活躍 「<u>コロナ禍で、何かしら人の役に立ちたかった</u>」との感想が多くあった。		

	○デジタル活用に向けた市内の環境整備が進行 令和３年度にコミュニティセンター（公民館）へのWi-Fi環境整備、市内全域への光通信環境が整備された。 【解決する課題の具体的内容】 ①会うことが難しい状況でも、高齢者のつながりを保つことで、介護予防や健康づくりを推進する。 ②高齢者のデジタル活用を進めるサポート人材が育成され、少子高齢化を背景に今後益々利用度が高まるデジタル活用について、とり残さない活用推進が図られる。
デジタルの活用により目指す成果（数値）	① WEB会議ツールの主催者となり、高齢者に参加の仕方を教えることができる高齢者人材（リーダー）の育成：３名（令和４年度） ②新たにWEB会議ツールを参加者として利用する高齢者：１５名（令和４年度）
本アイデアの特徴的な点やデジタルの活用において工夫した点	〔特徴〕 ○高齢者が高齢者に教え、サポートしてデジタル活用を進める。 ○高齢者のつながりを活かし、つながる“楽しさ”を感じてもらうことで、習得意欲を高める。 〔工夫〕 ○高齢者向けの研修の開催経験がある事業者との協働を考え、より分かりやすい研修内容にしていく。 ○動画のマニュアルを作成する予定である。
今後の展望	① 既存の体操教室（通いの場）を介した高齢者への情報伝達 今回の取組により養成された高齢者人材（リーダー）が、「通いの場」において、市が高齢者向けに発信する情報を受け取り共有することで、デジタル機器を利用できない高齢者にも情報を届けるしくみをつくる。 行政のWEBサービス利用のサポートも視野に取り組む。 ②高齢者の健康・生活支援ツールの活用 多くの高齢者にデジタル機器の利用が広がった段階で、WEB版の健康チェックリスト（健康管理・介護予防）や終活支援ノートを作成するなど、高齢者のくらしの支援ツールの利用につなげる。 ③教えたり、サポートできる高齢者人材が、地域づくりの大きな力になる！

「ICTでつながるまめな高齢者応援事業」概要図

ICTでつながるまめな高齢者応援事業

事業概要

- オンライン体操教室等の主催者育成講座の実施：高齢者にタブレット（スマホ）操作を教えたり、サポートできる身近な支援者となる高齢者人材を育成
- 高齢者人材が講師又はアシスタントとなって高齢者にタブレット（スマホ）操作を教える講座の開催を支援（小単位での開催）
- 学習したことを活用して、オンラインによる体操教室や茶話会などを実践

R2

R3

R4～

まん延
コロナ感染症

ホップ

ステップ

ジャンプ

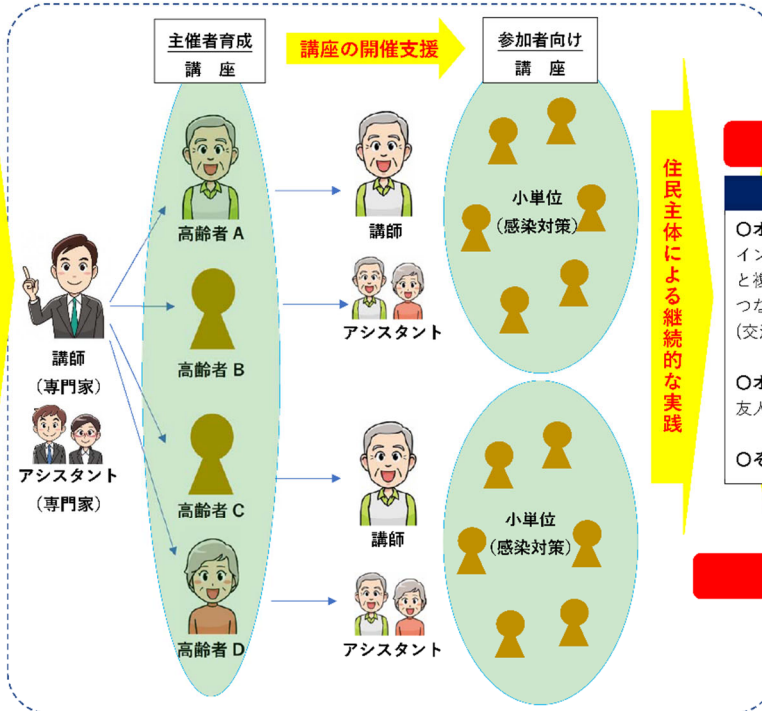
- ① オンラインによる体操教室
- 体操教室に参加する高齢者にタブレットを貸出し、試行的にリモートによる体操指導を実施
- 【参加者の感想】
- 不安だから友人宅で参加した。
 - 新しいことにワクワクする。
 - お茶会にも利用できる。
 - 次は私たちが指導したい。
- 【課題】
- アプリの立ち上げで躓いた。
 - 機器の操作が不安だから、身近な相談相手がほしい。

- ② ワクチンの予約代行
- コロナワクチン接種のweb予約が難しい方（主に高齢者）を対象に代行予約会を開催
- 予約代行者のボランティアに多数の高齢男性が申込。
- 【予約代行者の感想】
- 来場者に喜ばれうれしかった。
 - コロナ禍で、何かしら人の役に立ちたかった。

- ③ デジタル活用に向けて
- 出雲市デジタルファースト宣言
- 基本理念の一つに「市民の多様な幸せを実現」を掲げたが、高齢者のデジタル活用が課題。
- 全43コミュニティにWi-Fi整備
- 公民館機能を兼ねる地域の活動拠点に通信環境が整備。
 - 「ケーブル」会社が光通信網整備
 - 市内周辺部も通信環境が整う。

学習

- オンライン体操教室等の主催者（リーダー）育成講座 全6回講座（3会場）
 - オンライン体操教室等の参加者向け講座 全2回講座（5会場）
- ※高齢者が高齢者を教え、つながりを取り戻し、デジタル活用も促進



好循環

つながりの再生

社会参加

オンラインによるつながり

- オンライン「通いの場」インストラクターと複数の参加者をつなぎ、体操教室（交流の場）に参加
- オンライン茶話会 友人同士をつなぎ、茶話会を開催
- その他「高齢者の思い」の実現

学習

いきがい

心身機能向上

失われる
身近なつながり
心身機能の低下

- さまざまな地域活動の停止
- 体操教室などの介護予防活動の停止
- 外出自粛・面会制限・会話が激減
- 要介護認定者（軽度）の増加