

050

高齢者向け ICT 機器使い方講座による 復興期の自助力の向上と メンタルヘルス支援

取組主体

特定非営利活動法人心の架け橋いわて

従業員数

想定災害

実施地域

3人

全般

岩手県

・大学生が高齢者を対象に ICT 機器使い方講座を行う「愛のマゴの手プロジェクト (i-MgNT)」によって、高齢者の ICT 実務能力向上と、社会的孤立等による心身のフレイル（虚弱化）予防を目指している。

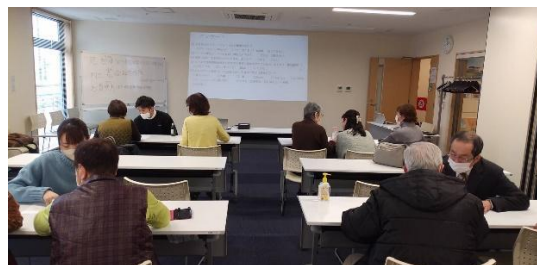
1 取組の概要

被災者のメンタルヘルス面での復興支援

- ・東日本大震災により岩手県大槌町では甚大な被害を受け、復興に向けてメンタルヘルス対策が大きな課題となっている。「心の架け橋いわて」は、メンタルヘルスに関わる復興事業を広く支援するために設立され、メンバーは精神科医・臨床心理士・看護師等で構成されている。

ICT 機器の使い方を若者が高齢者に伝える「愛のマゴの手プロジェクト」

- ・大学生が、東日本大震災の被災地に居住する祖父母世代の高齢者に、遠隔オンライン支援を行う「愛のマゴの手プロジェクト」を発案、導入した。
- ・本取組の目的は、情報弱者である高齢者が ICT を通じた防災・災害情報を入手できるようにする土壌づくりと、震災で傷ついた高齢者の心を孫世代との交流を通じてケアするというものである。
- ・当初、学生については血縁者である孫を想定していたが、名古屋や大阪に在住する血縁のない大学生も徐々に参入し、高齢者と若者との交流が活発になっている。



高齢者へスマホ操作を指導

2 取組の特徴（取組の狙い、工夫した点、差別化した点等）

防災情報の入手訓練と同時に、心のケアができる

- ・ICT を学ぶ動機が薄い傾向にある高齢者だが、若者との交流への関心は強いことが多いことから、「若者から ICT の使い方を学ぶ」ことを通じて、ICT の使い方を積極的に学ぶ動機づけとなった。ここで得た ICT 能力を、官民が発行する防災情報などの入手や、チャットツールで緊急時の連絡等を行えるようにすることで、有事の自助力を高めることができる。
- ・また、被災した高齢者の中には、家族や友人知人を亡くしており、コミュニティから断絶して孤独感がある方も多い。そこで、新たなコミュニティとして本プロジェクトを通じ、若者と会話することで生きる活力が生まれると構想し、実際にそのような声も聞かれる。



若者との会話で活力が生まれた

運営の参加者が年々増加し、規模が拡大している

- ・2021 年には、有償ボランティア大学生、技術支援大学院生、高齢利用者、大学教員スーパーバイザー、盛岡市内の事務局から構成される運営体制が軌道に乗る。現在までに、継続的に学ぶ利用者は 60 名を超えており（延べ支援回数 600 回以上）、個人差はあるものの、ICT を使いこなすようになった。

3 取組の効果

高齢者が ICT 利用可能に

- ・600 回以上開催しており、個人差はあるものの ICT を使いこなすようになっている。例えば、チャットアプリや Web 会議アプリなどを通じて、遠隔に住む家族や友人と会話を楽しんだり、防災情報や健康情報等を入手したりと

国土強靱化

いったことができるようになっていく。

コロナ禍でも、高齢者が孤立せず心のケアを継続

- ・本取組を導入した 2020 年以降、新型コロナウイルスにより社会的活動が制限される中、適正なインターネット情報の収集や、同法人が作成した募動による身体的フレイルを予防するための動画視聴などを促すことができた。また、孫世代とのオンラインによる交流は、高齢者のメンタルヘルス対策、とりわけ孤立・孤独対策に効果のあるところが大きかった。

4 取組への想い

高齢者の動機づけと事業の継続性を担保

- ・当該地域において、高齢者が ICT を積極的に学ぶ動機は薄く、官民が発行・周知する防災情報等が届きにくいという現状があった。
- ・そこで高齢者にパソコンやスマートフォン等を使った情報入手方法を伝えようと、2015 年から被災地居住高齢者向け ICT サロンを試行したものの、外部講師による単発的指導の学習効果は低く、数回で中断することとなった。
- ・このことから、課題は高齢者への動機づけ強化と継続性であると考え、心理的親和性の高い「隔世代間関係」を利用した「愛のマグの手プロジェクト」を導入するに至った。

5 防災・減災以外の効果

- ・高齢者支援を目的に始動した取組だが、支援者である孫世代が本取組への参加を通じて高齢者の心理特性や行動特性への理解を深め、利他的行為の意義について気づきを得ていることは、予想を超える好影響といえる。

6 現状の課題・今後の展開等

- ・利用者の負担なしで実施できるよう、助成金や補助金を活用していた。今後も努力は続けていきたいが、法人の財務状況によっては、有償ボランティア制度の見直しや、利用料の徴収を検討する展開もあり得る。
- ・大阪や沖縄での展開を希望する声もあり、これまで培ってきたノウハウ（運営マニュアル作成済み）を提供した、対象地域の拡大も視野に入れている。

7 周囲の声

- ・「Zoom でのやり取りができるようになり、助かっている。」（講座を受けた高齢者）
- ・「自分で孫と、インターネットで話ができるようになった。」（講座を受けた高齢者）

担当者の声

- ・情報弱者・移動弱者である高齢者こそ、ICT の利活用による恩恵が大きい。高齢者を置き去りにせず地道な支援を続けていくことは、高齢化先進国である我が国の国益にも貢献する。

問合せ先

特定非営利活動法人心の架け橋いわて 法人番号：6400005005345
電話番号：019-651-2117
E-Mail：info.kokorogake@kokorogake.org URL：http://kokorogake.org/

動画

—

サイト URL

