

大学生による新しい高齢者サロンの在り方 — 「With コロナ オンライン高齢者サロン」 開講を通して —



城西国際大学看護学部 高齢者看護学領域 教授 井上 映子

人口減少による高齢社会では、高齢者を含めた多世代が集い助け合う、人と人との交流が活発なコミュニティづくりが望まれます。高齢者の社会的孤立を防ぐコミュニティの再構築を含め、地域住民主体で行う介護予防事業である高齢者サロンは全国的に取り組まれています。高齢者サロンは、地域の民生委員や長寿会、自治体役員、ボランティアなどの地域住民が主体となって運営し、社会参加意欲の高まりや居場所づくりによる閉じこもり防止、及び介護予防と認知症予防、そして自身の健康に関心が高まることなどの効果を期待しています。

本学のある地域も少子高齢化に伴う人口減少を喫緊の課題とし、2012年看護学部が開設されました。当時、大学近隣地区では長寿会リーダーを中心に主体的な高齢者互助活動が活発に行なわれており、リーダーは活動の継続・活性化を求めて看護学部生との交流を提案されました。筆者は2014年この高齢者互助活動に学生と参加して協議し、高齢者サロンを学生と高齢者が共に企画・運営することになりました。看護学部の高齢者サロン活動はここから始まり現在に至っています(表1)。

高齢者サロン参加学生は、主体性と関心テーマへの追求姿勢の育成をねらいとした、1、2年生合同開講の「プロジェクト教育」の履修生であ

り、毎年約10名が老年看護学領域に関心をもって活動しています。

1 大学生の対面式高齢者サロン活動の成果

2015年度は求名駅前地区の高齢者20名を対象に、NTT 東日本の支援を受け、地域役員と学生との協議で「いきいき健康サロン」と名付け、本学所有のCaféを会場に開

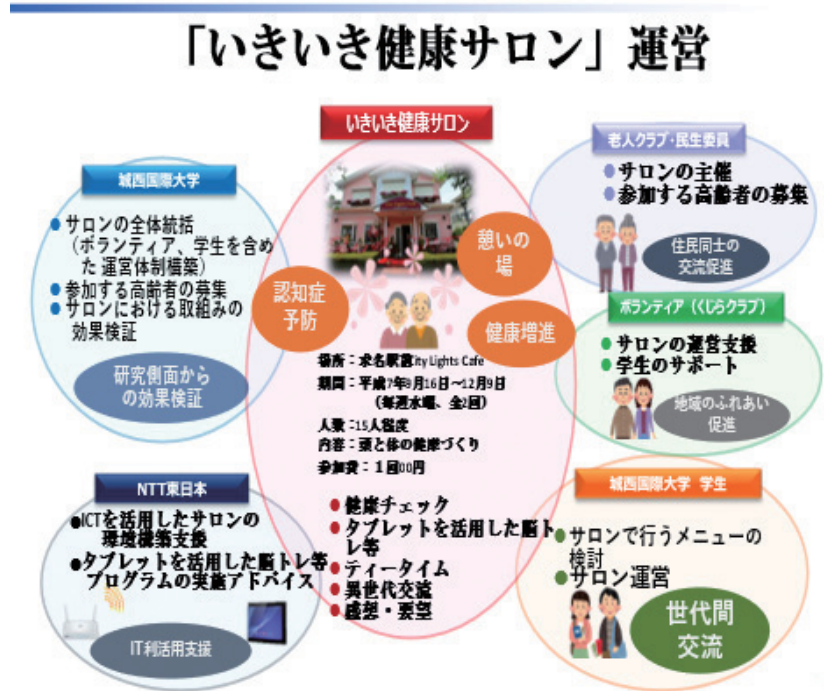


表1 大学生による高齢者サロン活動の実績 (千葉県東金市)

年度	地区	開催方法
2014	求名駅前地区	対面式
2015	求名駅前地区	対面式
2016	上武射田地区	対面式
2017	大豆谷地区	対面式
2019	田中地区	対面式
2020	田中地区	オンライン
2021	田中地区	オンライン



「いきいき健康サロン」風景

催しました。①憩いの場、②健康増進、③認知症予防を目的に、老人クラブと民生委員は住民同士の交流促進、シニアボランティアは地域のふれあい促進、NTT 東日本は IT 利活用支援、学生はサロン企画運営による世代間交流、教員は総括及び効果検証と、役割をもって1年間取り組みました。

タブレット端末を用いたゲームプログラムでは、学生が使用方法を教えて高齢者と学生は真剣に競い合い、高齢者はゲームの中で関連した知識を教え、笑いは絶えず会話がとでも弾みました。タブレット端末は高齢者と若者が同じ情報を持ち、ワクワクする快の感情も共有できる世代をつなぐ会話ツールであることがわかりました。

ICT (Information and Communication Technology) を活用した学生による高齢者サロン活動は、高齢者と学生の双方が異世代に対して、“してあげる経験”と“してもらった経験”をし、両者の間に対等な相互関係を成立させていました。世代間交流の利点である水平的・互恵的な人間関係は ICT 活用によってより一層強化されて深みを増し、双方にとって学習の場となると考えられます。

2019年度は、有志による新規高齢者サロンの立上げに協力し、20名を対象に田中地区の高齢者サロン活動が始まりました。ロコモ体操は毎回高齢者が指揮をとって実施し、紙粘土で顔のパーツを作った福笑いプログラムやクリスマス会のイベントは学生がリードし、大盛況でした。参加者は地区の文化祭において、大学生との高齢者サロンを発表されました。

サロン活動の全課程終了後、サロンに参加した感想を伺い、高齢者自身が感じた参加への意義をまとめると以下のようにになりました。

高齢者は、<学生から新しい情報を得たい>、<若者と意見交換をして若者の思いや考えを知りたい>と、普段の生活に変化・刺激を求めて学びを得る【学びの場】として参加しました。<自分の人生を語りたい>、<自分の経験を若者に伝えたい>、<異性との付き合い等の相談は任せてほしい>と人生の先輩として若者に自分の経験を伝えてつなごうとする意識が芽生える【世代継承性の芽生え】の場になっていました。また、<ここに来ると笑顔になれる>、<若者がいると思うとオシャレになる>、<学生がいると張り合いがある>と、学生と交流するサロンは【楽しさとこころの張りが共存する場】でした。

また、高齢者同士では<参加者に病気や心配事が相談

できるようになった>と【人間関係の広がりや深まり】がみられ、<疎遠になっている人をここに誘いたい>、<周りの住民が気がかりになってきた>、<皆と顔を見ながら話せて憩いの場である>と、近隣住民の暮らしに関心を向け、気がかりな人になり【地域共生意識が向上】しました。さらに、サロンに参加するようになって高齢者は<外出のきっかけができた>、<外出・活動には意味がある>、<もっと話めしたいが体も動かしたい>と【活動の意義を感じて活動意欲が向上】しました。

このように、高齢者にとってサロンは楽しい憩いの場であり、地域住民が健康と暮らしを互いに支え合い、そしてそれを意識する場になっていました。異世代の大学生との交流は学ぶことを意識させ、日々の生活に潤いと張りを与えて活動性を高め、若者に自分の経験を傳承しようとする意識を生み、自尊感情を高めているようでした。また大学生との世代間交流は、高齢者が自己の人生を回顧し、新たな役割を見出す機会にもなっていました。



チーム対抗“福笑い”ゲームで心ひとつに真剣勝負

2 オンラインによる高齢者サロン活動の成果—ICT活用性についての研究概要の紹介—

2020年4月7日新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言(内閣官房, 2020)に続いて、厚生労働省は当面の通いの場の開催中止などを発出しましたが、緊急事態宣言解除後の7月には通いの場の再開が検討されるようになりました。高齢者サロン活動が自粛されることによって、サロン参加高齢者の心身機能の低下、社会的孤立、そして要介護状態に至るとされるフレイルの加速が危惧されました。

そこで筆者は、2020年7月感染対策を行って実施する住

民活動が徐々に再開する中、田中地区16名を対象に、東金市職員の協力の下、2020年度の高齢者サロンは非対面型で結ぶ「オンライン高齢者サロン」として実施し、コロナ禍で行える新しい高齢者サロンの在り方を検討しました。

オンライン高齢者サロンにおける高齢者のコミュニティにおける社会的つながりを維持するICTの可能性について取り組んだ活動の概要を紹介します¹⁾。



オンライン高齢者サロン風景

i) 目的

非対面型であるオンラインサロンにおいて、参加高齢者は学生と社会的つながりを感じることができているのかを調査し、高齢者のコミュニティにおける社会的つながりを維持するICTの可能性を検討する。

表2 オンライン高齢者サロン活動の実際

回	協力者 (東金市)	交流内容 例
1	高齢者支援課	・感染症対策講座 (学生) ・オンラインジェスチャー (学生) ・みんなで体操 (高齢者)
2	高齢者支援課	・手洗い講座 (学生) ・千葉特産品レシピ紹介 (学生) ・学生生活紹介 (学生)
3	健康増進課保健師 食生活改善協議会	・手洗い講座 (食生活改善員) ・健康体操 (東金市保健師) ・クイズレクリエーション (学生)
4		・認知症予防のための食事 (学生) ・おあとがよろしいようでふれあいクイズ (学生)
5	健康増進課保健師	・睡眠のお話 (東金市保健師) ・歯磨き、入れ歯のお手入れ講座 ：講話と口腔体操 (学生) ・クリスマス会

ii) 実施方法

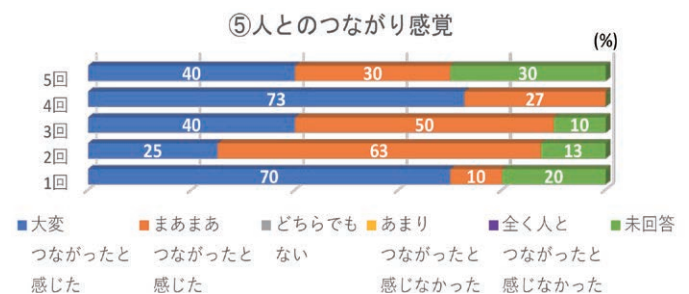
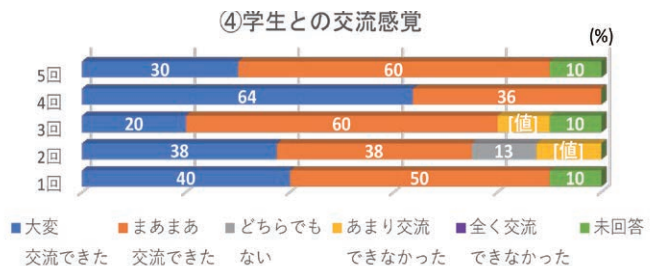
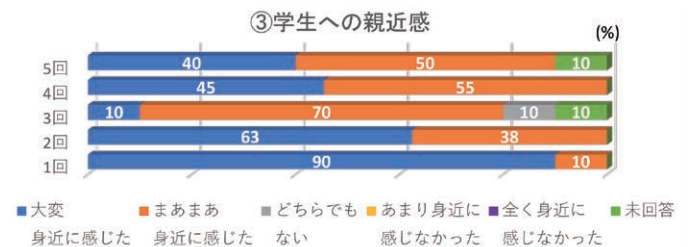
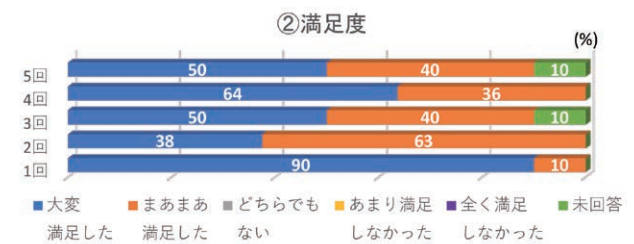
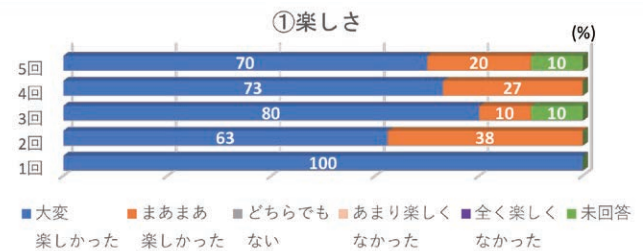
教員2名は会場で会場内にWi-Fiルーターでインターネット環境を整え、プロジェクターでスクリーンにパソコン(PC)画面を映写し参加者と画面共有を図った。音声はBluetooth対応のスピーカーマイクとし、webカメラをPC

のUSBポートに接続して参加者の様子を映写した。「Cisco Webex Meeting」のモバイルアプリのオンライン会議機能でつないで「オンライン高齢者サロン」を実施した(表2)。

iii) 調査方法

全5回開催の各サロン終了後、内面的交流の感覚5項目(①楽しさ、②満足度、③学生への親近感、④学生との交流感覚、⑤学生とつながった感覚)の5段階リッカート尺度と自由記述による自記式アンケート調査を行った。

iv) 結果



内面的交流の感覚5項目は、全ての回で概ね良好とする結果であった。しかし、「大変良い」とする回答は、初回は

「学生との交流感覚」以外は高値であり、その後の回では「楽しい」以外の項目全てが低値でバラツキがみられた。

自由記述では、①学生と交流できたことが楽しく、元気な言葉が聞けて久しぶりに大声で笑えた。②表情まで確認ができて離れていても回を重ねる毎に身近に感じるようになり親近感が湧いた。③オンラインは初体験で楽しく、最新技術に触れられて豊かな気持ちになった。④音声不通、回線停止、機械操作の不慣れなどの通信環境への対応、および声の聞きづらさや話すテンポの速さなど音声の改善を求める。⑤実際に会ってサロンをしたいと述べた。



学生手作りのサンタカードを手にする高齢者

3 サロンにおける高齢者の社会的つながりを維持するICTの可能性

オンラインサロンは、真新しさから高齢者の関心を引き付けました。スクリーンに映る学生を食い入るように見つめ、学生の問いかけには一生懸命に答え、パソコンの前で正座をして学生に思いの丈をぶつける高齢者もいました。

先述の調査結果から、高齢者はオンラインサロンを通して学生と内面的に交流した感覚を多少はもつことができると言えます。不自由な日常を強いたコロナ禍が功を奏したのか、画面越しであっても若者が彩を添え、また単方向のテレビ鑑賞とは異なり、オンラインは表情を見ながら双方向に対話することができたために及第点の評価を得たと推察します。

しかし、高齢者の内面的交流感覚は及第点に留まり、学生にとっては、高齢者の笑顔が印象に残る楽しいサロンになった一方で、高齢者一人ひとりの反応は読み取れず、深くつながれる交流の仕方を課題としました。オンラインで社会的なつながりを維持するには、相互交流の仕方にひと工夫が必要であり、2021年度は相互にリアルな交流感が

もてるよう手紙の交換を導入しています。手紙を受け取った高齢者と学生は相互に特別感もて、オンライン上の対話も増えて親密感が芽生えているようです。

4 ICT利活用による高齢者サロンの在り方

世代間交流体験は大学生の成長に好影響をもたらすこととは言うまでもなく、ここでは高齢者に注目して新しい高齢者サロンの在り方について考えます。

超高齢社会では、ICTの積極的な利活用が高齢者の活動や生活スタイルを変えて高齢者の活力を引き出すエンジンとなることを期待しています。高齢者予備軍に比べて高齢者は、ICTの利活用経験は乏しいが安全・安心やスキルアップ関係のICTサービスへの利用意向は高く²⁾、近年では高齢者のインターネット利用率は上昇し、2019年は80歳以降の約6割の高齢者が利用していました³⁾。また、高齢者のICT利活用は健康面の改善、楽しみや安堵感等の提供、居場所と役割の形成、アクティビティ等の増加、そして高齢者の意欲や満足感に効果があります⁴⁾。

今後は、大学生による高齢者サロンを「対面 VS. オンライン」の二項対立で考えることなく、誰でもどこでも、どのような健康レベルであっても人と人がつながり、交流感覚がもてる高齢者サロンを目指し、ICTを身近に活用している学生の強みを活かした高齢者のICT利活用の促進支援の場とするサロンや在宅とつなげるサロン等も検討していきます。

【参考文献】

1. Akane Maruyama, Eiko Inoue: Possibility of Using Information and Communications Technology for Senior Citizens in Online Salons, 2021 IEEE 3rd Global Conference on Life Sciences and Technologies (Life Tech).
2. <https://www.soumu.go.jp/johptsusintokei/whitepaper/ja/h25/pdf/n2300000.pdf> (2021.12.14アクセス)
3. <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r03/html/nd242120.html> (2021.12.14アクセス)
4. https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/b_free/pdf/b_free03_1_1.pdf (2021.12.14アクセス)