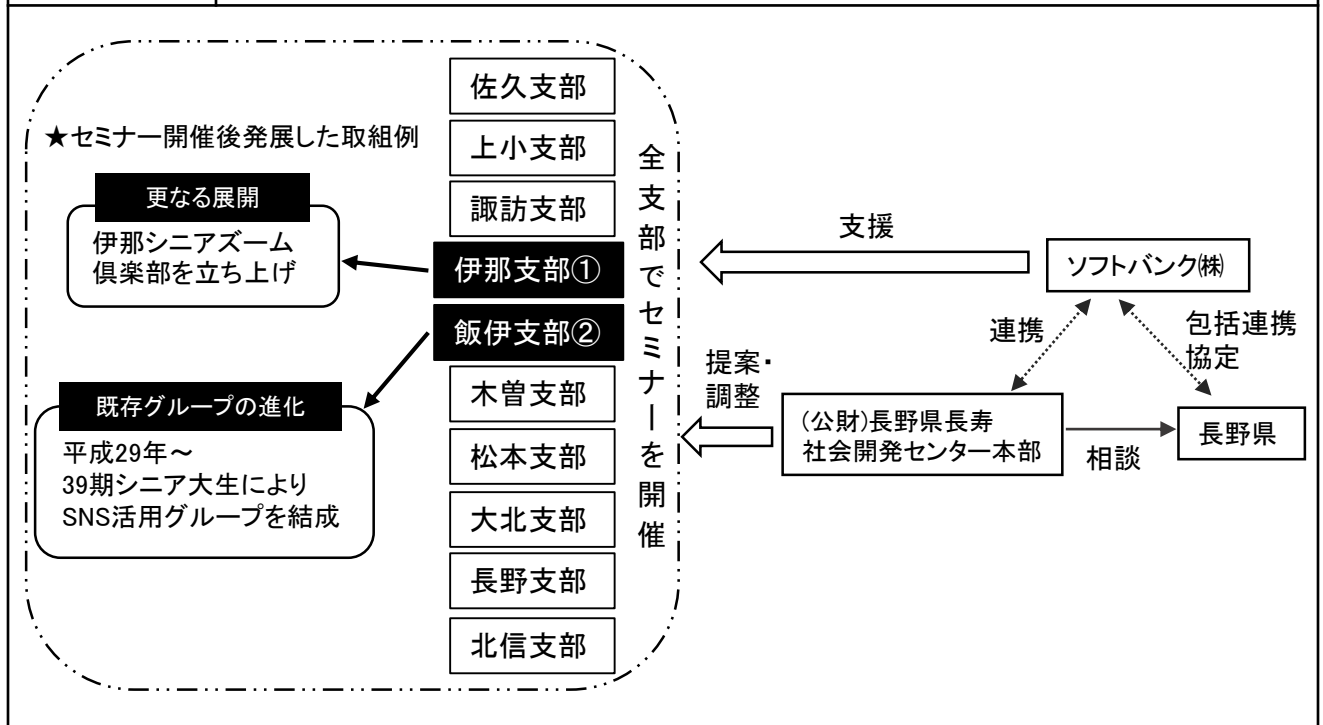


【事例1】スマートフォンセミナーの開催について

取組開始年月	令和2年6月
取組概要	シニア世代を対象にソフトバンク株式会社と連携して、スマートフォンセミナーを県内10地域において開催した。コロナ禍において、対面による交流の機会が減少している中で、スマートフォンを活用した新たなつながりを考える機会となった。セミナー開催後、伊那支部、飯伊支部等において、発展した活動につながっている。
発表者	・ソフトバンク株式会社地域CSR2部参与 千野 敬子 氏 ・公益財団法人長野県長寿社会開発センターシニア活動推進コーディネーター 伊那支部 藤井 佳代 氏 飯伊支部 今村 光利 氏 本 部 戸田 千登美 氏



1 (公財)長野県長寿社会開発センター本部の取組

取組の背景

- 新型コロナウイルス感染症拡大によりシニアの日常生活が変化した。今までどおりの暮らしができないことで、孤立し、人とのつながりが途絶えそうな状況にある。
- シニア大学休講中に専門コースでオンラインワークショップ「おしゃべり楽校」を実施した。参加したシニアから、SNSへの関心の高さを知るが、シニア自らSNSを始める人は、わずかである。



- SNSの活用によりシニアが安心して豊かに暮らせるのではないかな。
- 新たな学び、つながり、遠隔医療等のきっかけになるのではないかな。

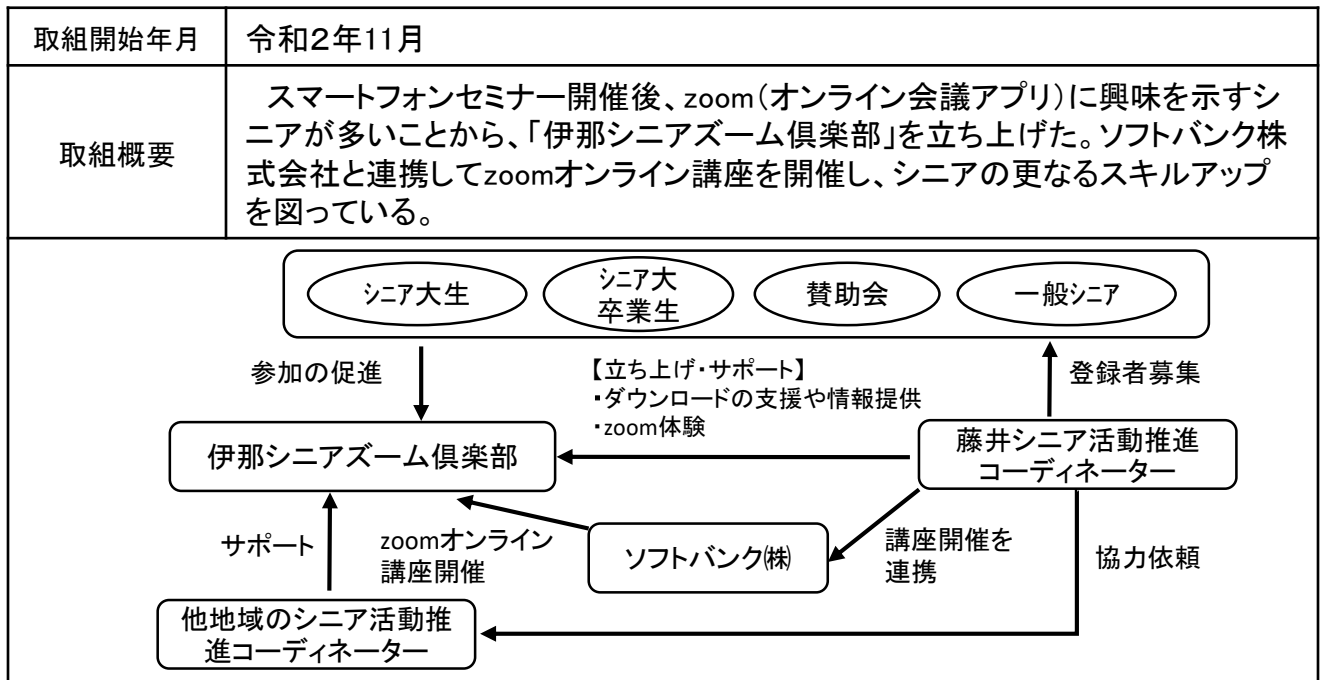


- まずは、身近なスマートフォンを知ってもらうことから始めたい。
ソフトバンク株式会社と連携したスマートフォンセミナーを10地域で開催。



2 伊那支部の取組

テーマ:「伊那シニアズーム倶楽部」の立ち上げ



① 取組の背景

- ソフトバンク株式会社による初心者向けスマートフォンセミナー参加者アンケートで、4割が「zoomやビデオ通話をやってみたい」と回答したが、実際にシニアが自分で始めるのはハードルが高い。コロナ禍で「集まらないからオンラインで」という風潮の中で、シニア世代でオンラインを活用できる人は、少ない状況。



- zoom会議やオンライン講座等を開催し、シニア世代が交流ツールとして、オンラインを体験する場、きっかけを作りたい。
- 普段からオンラインに慣れ親しんでもらうことで、集まるのが難しい状況においても、「工夫して活動を続けよう」と思う人を増やしたい。

② 取組を進める上での課題・対応

- パソコン用語(ダウンロード、インストール、クリックなど)は、「カタカナ言葉は苦手」と感じるシニアには、ハードルが高い。⇒ 伝わりやすい用語に変換
- zoom体験会(コーディネーター主催)後、参加者自らが会議を主催し、活動につなげるための導入に工夫が必要である。⇒ 参加者との話し合い、他地域のオンライン活用事例を参考

③ 成果

- 伊那シニアズーム倶楽部を立ち上げ(現在29名が登録)
対象者: オンライン環境があり、zoomに興味があるシニア
zoom体験会の開催

【参加者感想】「興味はあったが、一人ではできなかった。楽しい。」

「ホストができるようになるといい」、「家族や外国に住む友達とzoomができるようになりたい」



④ 苦労した点や工夫した点

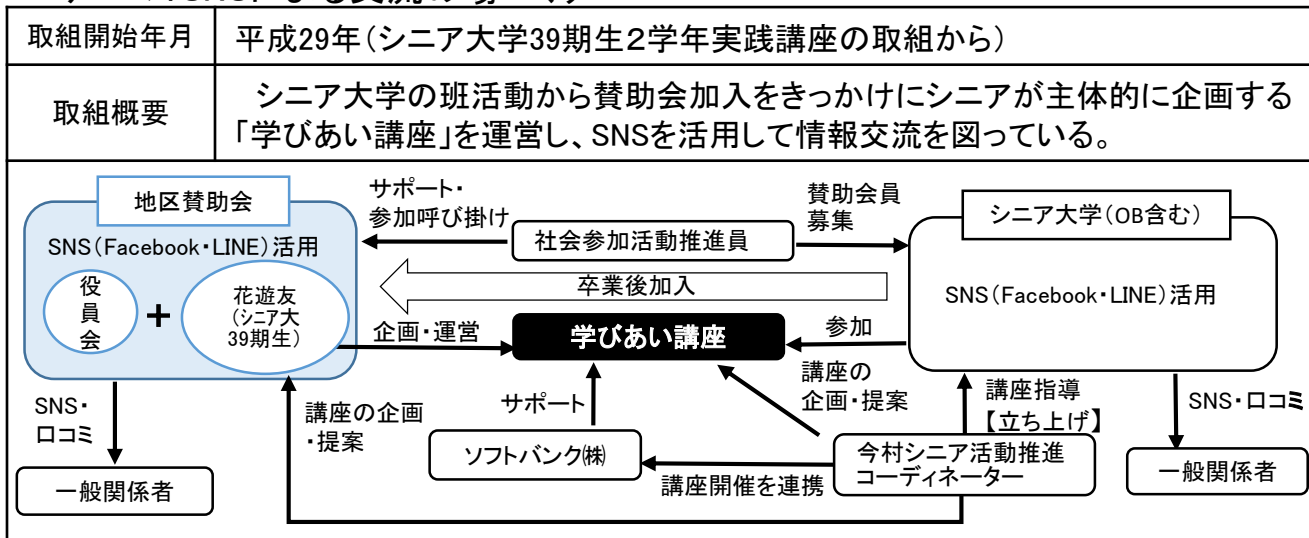
- シニア目線の分かりやすいマニュアルの作成
- 参加者が主体的・自主的に活動できるようオンライン会議に参加する側から、会議の主催者側(ホスト役)へ移行

⑤ 今後の方向性・課題

- 参加者が交代でzoom会議の主催者を務め、スキルアップを図る。
⇒ コロナ禍などの環境変化時においても、zoomの活用により地域活動の継続につながる。
- オンラインイベント等の情報提供を行う。

3 飯伊支部の取組

テーマ: SNSによる交流の場づくり



① 取組の背景(シニアの現状)

- ・ パソコンを持っているが、文書作成等初歩的な利用に限られている。
- ・ インターネット環境があり興味あるが、不慣れで情報ツールとして活用されていない。
- ・ スマートフォンを持っているが、電話とメールの使用のみ。SNSは、知らないため抵抗がある。
- ・ シニア向けパソコン教室へ参加するが、パソコン用語がわからず指導についていけない。



- ・ シニア世代の苦手意識を克服するために、シニア同士が学び合う場づくりが必要である。
- ・ シニアの社会活動が活発になるほど、グループ内では情報交換として、外部には情報発信ツールとしてSNSを活用することができる。
- ・ 行動範囲が限られるシニアの情報ツールは、ホームページなどの不特定多数ではなく、特定少数をつなぐことができるSNSが有効である。

② 取組を進める上での課題・対応

- ・ H29年：シニア大39期生グループから、社会活動として、情報共有や発信の場づくりにホームページを立ち上げたいとの要望を受けた。
⇒ 手軽にできるSNSについて勉強会を開催
- ・ まずは、SNSの危険性を理解することが重要。理解を深めた上で情報交換の場として、FacebookやグループLINEを実際に立ち上げた。
 - Facebookグループサイト「シニア大飯伊39楽会」（現在メンバー26人）
 - LINEグループ「シニア大学仲間」（現在メンバー24名）を開設

③ 成果

シニア自らが学んだことを生かし、主体的に企画できる「学びあい講座」を運営

「スマホを楽しもう」（第1回（R元. 9. 3）参加者28人、第2回（R元. 9. 10）30人）

スマホ講習会の開催（R2. 9. 8）参加者18人

⇒ シニア同士の学び合いによりSNSが身近になり、情報交換のツールとして積極的に活用している（賛助会やシニア大生によりグループLINEを作成、情報交換が活発化）。

④ 苦労した点や工夫した点

- ・ 「わからない・危険だから」ではなく、まず使うことで「知ってるから怖くない」の工夫。
- ・ 誰かが教える、教えてもらう、から自らが学び合い・教え合うことでつながりをつくる。
- ・ 難しいこと難しく考えるのではなく、ハードルを下げて、できることから始める。
- ・ 大きなつながりや発展は考えず、今ある小さなつながりを維持することを良しとする。

⑤ 今後の方向性・課題

- ・ オンラインはコロナ禍で補完的な役割として注目されているが、現在あるつながりがベースとなっている。初対面でも今後つながるツールとして活用することが重要。⇒ オフ会企画・運営
- ・ SNS上での終末期の扱い方 ⇒ 家族との情報共有