高齢者と高齢者を結びつけるシニアネットの役割と意義

長谷川　博

はじめに

ハンドルネーム（HN）マキさんは旅行と料理が得意な 72 歳の女性、大きな家にひとり暮らし。ときどき１ヵ月ほどヨーロッパに出かけて滞在したり、アフリカに行ったりして気ままを楽しんでいました。彼女の家で「チャイハナ」という茶話会を月１回の割で企画して６年になります。シニアネットのメーリングリスト（＊以下「ML」）で参加を呼びかけるといつも盛況で、老若男女が飲み物を持ち寄り、世間話に花を咲かせ、彼女の旅行のお土産話も楽しんでいました。その日も早朝からネット仲間数人と隣国へ旅行を楽しむため、でかけるつもりでしたが、玄関先で突然、具合が悪くなり帰らぬ人となりました。一緒に行く予定の仲間は、彼女が空港に現れないので電話をかけ、近くに住む息子さんから、すでに亡くなられたと知らされました。一行は旅行を取りやめ、晴れ着を喪服に着替え、悲しい別れに臨みました。マキさんは福祉部や釣りクラブにも所属し、仲間から慕われていました。釣りクラブでは追悼釣り大会を開催し、別れを惜しみました。ネット仲間と遊び、そして仲間に見送られ、その日、ML には、それぞれの立場で天国へ送る言葉が何通も綴られました。

まずあげた事例は、高齢社会と情報社会の二つが混合されたいまの時代の背景にあるシニアネットの活動の一端です。シニアネットの第一の目的は「高齢者の孤立をなくすこと」、そして「情報格差をなくすこと」です。

パソコン学習（＊PC＝Personal computer：個人用パソコンを以降 PC と省略）は、高齢者が教えあい支えあい、情報を得て利用し、交流により仲間を得て楽しみを持ち、その延長で地域社会の活性化をめざしています。これらの活動を日本的な例えで説明すると（古事記にあるような）閉じ籠った天照大神を閉じられた岩戸の前で、みんなで楽しく騒いで、内側から戸を開けてもらおうというものです。現代の道具（ICT）で閉じ籠った高齢者を交流の輪に誘い出そうというのがシニアネットです。しかし、マキさんのように仲間に恵まれた人は高齢者全体のなかではまだ少数派です。

１　シニアネットの歴史と高齢者のおかれている状況

１－１）シニアネットの歴史

シニアネット[1]（SeniorNet）は１９８６年、アメリカで誕生しました。創設者のひとりであるサンフランシスコ大学の教育学博士メアリー・ファーロング女史は毎日公園へ行って、知人とおしゃべりする“井戸端会議”という祖母の生活をヒントにコミュニティ感覚のネットを作ろうとし、それを「心の自転車」[i]と表現、体が不自由でも（ネットを通して）公園に行って会話を楽しむ内容に多くの賛同が得られ、発展してきました。１９９２年にはニュージランドでも米国と同様なラーニングセンター中心のシニアネットが設立されました。同じころ、韓国で元老坊（Wollobang:オロバン）が設立され、日本でもＰＣ通信上でメロウ・ソサエティ・フォーラムなどが始まり、１９９０年後半になると各地で地元密着型のシニアネットが設立されました。筆者の所属する熊本シニアネットは「高齢者の孤立をなくし、生き甲斐の創造を図るため、新たな文化的、人的交流の場を提供する」として１９９９年７月に設立されました。

１－２）高齢者像の捉えなおし　…人生の達人を誘い出す

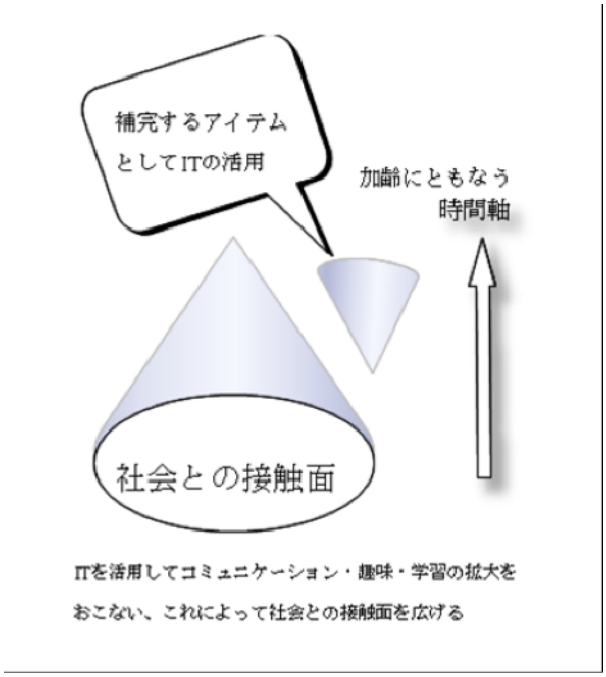
総務省発表の２０１０年9月 15 日現在の推計では 65 歳以上人口は２９４４万人となり、総人口に占める割合は 23・１％と過去最高を更新しました。国勢調査では１９８０年から２０１０年の 30 年間に 65 歳以上の独居世帯が約 88 万から約４７９万人へと 5 倍以上もの増加をみせ、全年齢構成比を 30 年前と比較すると 65 歳以上の男性は４・９％から 21・９％へ、女性は 15・7 から 42・7％へ増加しました。15％の要介護対象者が存在するも、残る 85％の元気高齢者である人生の達人たちの高齢社会での繋がりあい、生きがいづくりが何らかの形で必要になってきました。“ひとり暮らし社会を考える”[ii]というテーマで本書２０１３年４月号で岡村清子氏は、ひとり暮らしの社会問題化と多様性にふれ、偶然の出会いの縁をあげて、それが高齢者を元気づける役割がある、と偶然のキャリア（偶キャリ）、

[1]（注　なおシニアネットは SeniorNet として米国で商標登録されているが日本では“シニアネット”“senior-net”　あるいは“senior　network”としての意味で使用）

偶然出会った縁（偶縁）などのつながりの構築の必要性を指摘しています。この偶縁の一つがここで紹介しているシニアネットの活動でもあります。

２　なぜシニアにＩＣＴ（情報技術）が必要なのか、　「シニアこそＰＣを…」

図１



加齢に伴って狭まる「社会との接点」を ICT（Information and Communication Technology 情報通信技術）の利用によって回復させる。

図１は、一般的なサラリーマンで説明すると、現役時代では、会社での同僚や取引先の人たちとのコミュニケーションがあり、それが退職を迎えたとたんの底辺輪切りを示しています。会社という基盤がなくなると、社会との接触は比重が地域（町内自治会など）の近隣関係や、同窓会や、趣味の仲間や友人関係に移動しますが、次第に以前のような社会との接触面が縮小していく、時間が経過し、配偶者が亡くなると独居となり、話し相手もなくなり、テレビと会話をして暮らすようになります。

そこで狭小化する社会との接触面を補完するのがシニアネットの活動としての ICT を用いたツールで、社会との接触面を広げようという仕組みです。いわば耳が悪くなったら補聴器をつけるようなものです。しかし、補聴器があっても相手がいなければ会話は成立しません。眼鏡をかけてやっと手紙を書いたとしても、出す相手がいなければ自分の思いを伝えることができません。その相手こそ外界との接点を広げる役目のシニアネットのような組織です。さいわい、日本では２０００年 ９月に「日本型ＩＴの実現を目指そう」と時の森喜朗首相が国会で所信表明し、翌２

００１年の e-japan 戦略で「①すべての国民が安い料金でネットアクセスを可能に」「②電子商取引」「③電子政府の実現」、「④人材の育成」を目標に掲げました。その後、各地で一般市民向けのＩＴ講習会が開催され、ＩＴ技術と周辺環境の整備が進むにつれて市民がＩＣＴをかんたんに手にすることを可能になっています。

２－１）　ネットワークとしてのシニアネット　その目的

① シニアネットは対等平等で、“もやいなおし”の場

現役時代の肩書きがなくなった人が作るネットは、昔の肩書きでなくその経験が大事で、“もやい直し”の場です（吉井正畝元水俣市長が使った言葉で水俣病の教訓をもとにできた言葉“一度バラバラになった船がもう一度、寄り合って共同の場を作る”という意味）。いろんな人生を歩んできた人がこれから寄り合って高齢者に優しい新たなコミュニケーションの場を作ろうというものです。そのためには思想信条、宗教のちがいも乗り越えての交流が重要になります。

② 情報格差（デジタルデバイド）の解消

情報の活用／情報格差の是正は、経済的格差をなくしＱＯＬを上げるための手段です。高齢者にとっての情報格差は即ち経済的、時間的損失を伴います。ネット予約での割引、特売などの情報を得ることでのメリットや飛行機や新幹線座席指定、e-tax（電子納税）などの利用は、窓口に並ばずに予約や確定申告や納税が可能です。電子手続きは高齢者にとってこそ非常に有益な手段になります。また、福祉制度も措置から契約の時代になり、さまざまな情報を得て取捨選択をする必要があります。配偶者の介護や老々介護のうえで、地域の福祉サービスや施設を検索し利用することができます。その取捨選択で、自分らしい最期を迎えることもできます。

③ 地縁、血縁、社縁（職縁）それに続いてのネット縁（網縁）としての存在。

ＰＣ教室、各地でのサロン活動、クラブ活動を通して知り合いが増え、これまでの生活の範囲では知り合えない人々が交流しています。近隣の地縁や血縁よりも

、頻繁に連絡を取り合っている人たちも多く、昼間に会っても、家に帰ればメールでつながります。楽しさや悲しみを分け合って精神的負担を軽くする機能もあります。（多）n：1 の関係から 1：1 の個人的な関係に発展するのもよいのです。孤独死予防には非常に有効です。全くちがう人生を歩いてきた人々の接点はシニアネットとそのメーリングリスト（mailing list 以降ＭＬと略す）を通じた現実の縁となります。

④ 熟年の技の交流の場である。

・（双方向的交流の確認）

・だれでも主役になれる。ＰＣ学習での先生であっても、そこを離れて趣味の話になると師弟関係が入れ替わるように、それぞれの立場が関係性を変えていきます。いまは生徒だがスキルを磨いて立派なＩＴ講習のリーダーにもなりえます。そのことで自信を取り戻せます。

⑤　生涯学習／ホームページ制作・地域貢献・自己実現（自分史などで新たな自己表現）・制作

PC 学習は高齢者が高齢者を支援する。これはピアサポートの範疇（自らつまずいたことをしっかり踏まえての支援）となり、より身近で優しく身につきます。ICT 講師の基礎資格はシニア情報生活アドバイザー（主催、経済産業省認可財団法人ニューメディア開発協会）を推奨するネットが少なくありません。受講者のなかには PC 学習で得た知識でホームページを公開する方もおり、自己実現につながり、ツールを使うことで遠隔地にいる孫と顔を見ながらの会話が可能になるなど、エンパワメントの拡大に通じます。

２―２）メールやＭＬで人々がつながることの意義

だれかからの電話を待ち続けるひとり暮らしの高齢者。緊急通報システムの誤動作のひとつに「話し相手欲しさ」に電話してしまう話がよく聞かれます。孤独な晩年は寂しいものです。話す相手もいない生活を続けていくのは、孤島のロビンソン

クルーソのようなもの。近くに船が見えても手を上げても声をあげても遠く立ち去ってしまう。あるいは大家族であっても孤立している高齢者にとって、「話し相手」がいない場合に孤独の底が深いのではないでしょうか。この問題解決に高齢者を当事者グループにし、ＰＣを介したコミュニケーション（Computer-Mediated Communication 略してＣＭＣ）の方法があります。

ＭＬやブログなどは非同期型ＣＭＣの形をとり、時差での交流が可能であり、とくに高齢者にとってのＭＬの効用として以下８つのことを挙げることができます。

① 参加者一人ひとりを人的資源としてとらえることができる。１：多、多：１ の関係

②情緒的サポートの存在：例）癌罹患や配偶者を失ったときなど、経験者からのピアカウンセリング的効果など

③所属・存在のサポート関係：所属の仲間を気にかけあう。

④ゆっくり考えながら文書が書ける。

⑤井戸端会議の機能：身近な話題を巡っての会話など。

⑥自己主張・独り言による発信機能

⑦お知らせの効用

⑧アンケート調査その可能性（集計結果の利用）

なおＣＭＣの課題としては、フレーミング（flaming＝編集部注：ネット上の険悪化した論争などのこと）が生じやすく、顔が見えない文字情報のみの会話は、意味のとりちがえが生じやすく、感情的になり、嫌悪な状態になる場合があります。対策として、顔の見える交流を増やし、文字以外の手がかりをＭＬ参加者に与える工夫が必要です。同時にＭＬで注意が必要なのはウィルス添付防止です。参加者が数百人にもなるとその損害回復には相当の費用と時間がかかることの覚悟がいります。ここでもＭＬに関する基礎教育とＭＬサーバー管理者の役割が重要となり、これらに留意する必要があります。

２－３）　シニアネットの福祉的効用（運営を通しての経験から）

予防福祉的役割（生きがいづくり）

①自分が社会から必要とされているという意識…講師活動

米シニアネットでは、大手電気メーカーを退職した方などが講師となって高齢者に PC の使い方を教えますが、自分の知識を再び生かせて、教えることが生きがいになっているといいます。講師も、高齢者である実体験を踏まえ、教え方も現実的です。日本においても未知のツールを学び、その学びをさらに周囲へ広げるため講師活動を行っている方が多くいます。自分が他人に対して役立っていることで、とても生きがいを感じるといいます。

②自立能力の強化/孤立・孤独化の防止→交流手段としての役目…参加

さまざまな情報のなかからの取捨選択が可能であるなら、それを用いていろんな行事に参加して見聞を広め、仲間との会話を楽しむことで孤独を防げます。熊本シニアネットでは県下 15 ヵ所のサロン活動と９つのクラブ活動が行われています。その開催は全体ＭＬに流され、この指止まれ方式です。さらに歩いて集えるサロンつくりを推進中で、これらの対面交流とネット空間のＭＬという２つを合わせて、人と人が深く結びつきます。

３　シニアネットの今後の展望　（ライフラインになれるか）

① 非常時に“ＳＯＳ”が出せるシステム作り

ネット参加者には独居高齢者も多く、そのため病気で寝込んだら食料買い出しや病院への通院ができません。その延長は餓死や病死が原因の孤独死です。その予防のために気軽に援助をネットの仲間に求められる仕組みが必要です。そのために日ごろの顔合わせと信頼関係を築くのが一番です。できれば同性の仲間で気軽に家に招き入れられる関係性をお互いに作り、いざというときは助け合いができるシステムを構築し、真のライフラインとして機能するようにできればと願いますが、これからの課題です。

② 情報弱者対策

会員の高齢化に伴い、情報が届きにくくなります。情報は必要な人にその情報を届けるためには情報ボランティアが必要になります。周囲のアクセスできない人に知

りえた情報を紙メディアで伝え、話し相手になり、情報格差を作らないように支えます。

③ 最後まで“自分らしく生きる”ための制度の活用
成年後見制度や認知症への理解などを同じ高齢者、当事者として学習する機会を持ち、会員みんなが制度や病気を学ぶ機会を持つことが重要です。

４　地域でシニアネットを立ち上げるための必要最低条件とは…

① 入会手続きや会の方針、ニュースなどを知らせるホームページ
② 全員参加のＭＬを作り、その管理者を置く。
③ 定期的なＩＣＴ学習の機会：シニア向けの資格取得者が講師であることが理想
④ 会員は相互交流ができる少人数で（顔が覚えられるほどの）１５０名程度として、校区や地域密着型のネットが理想的。会員管理担当者を置く
⑤ ＰＣ講師と交流企画担当者：運営は複数で分担し、最初は公民館などを借り、費用は個人の持ち出しを避け、参加者が負担します。

このような条件でグループを各地に作り、定期的にオフ会と運営会議を行ないます。一定期間で役割を交代します。まずは一緒に「弁当持参の昼食会」などの呼びかけをして、閉じこもる高齢者を外界へ誘い出すことから始めるとよいでしょう。

おわりに

シニアネットは人と人が出会い、ＰＣ技術を基礎とし、クラブ活動やサロン活動などへつなげ、参加するなかで趣味を広げ、その縁で結婚に至ることもあります。まさに人と人をつなぐ“網縁”（インターネットでの縁）という縁になります。ある場合はその力を地域の広報誌づくりに活用されるなど、学びが、高齢者自らの生き甲斐になります。以前の高齢者は新しい情報技術から疎外されてきましたが、ネ

ットで学ぶ仲間は素直に新技術を取り入れ、日々学習しています。フェースブックやスマートホンやi-padなどを用いた情報発信もあって、若者との時差は、ほとんどありません。

シニアネットの潮流はアメリカ型の「ＩＣＴ学習」とボランティア養成に力点を置くものと、ＩＣＴを基礎にしながら目的は“交流や福祉活動に力点”を置く場合に分かれていますが、後者の孤独な高齢者や情報弱者へのエンパワメントを目的としたシニアネットが各地にできればと願うものです。

筆者は２０００年６月、仙台で開催された第８回日本社会福祉士会全国大会の社会福祉学会地域活動の分科会で「高齢者福祉の新しいツールとしてのシニアネットの取り組みについて」[iii]を発表し、シニアネットは高齢者の社会的接触面を広げるのに有用であり、各地に、できていないなら創ってほしいと報告しました。それから13年経ちますが、シニアネットの利用は経済的余裕や健康であるなど恵まれたシニアの一部以外に広がっていません。それが本人と社会の活性化につながるのであれば、さらに利用者を増やす努力が必要だと考えます。

---

[i]吉田敦也著、清水康敬監『シニアライフとパソコン』一橋出版、98年9月、5〜9行 p. 38. 参照引用

[ii] 岡村清子著「一人暮らし社会を考える」『月刊ゆたかなくらし』2013年4月号 pp.27-33　参照

[iii]（社）日本社会福祉士会発行　『社会福祉士』第8号，2001年2月28日］ pp. 111-112

参考文献
熊本シニアネット発行「2013年KSN活動報告集」
長谷川博著　「網縁の日々」（熊本シニアネットの十年）2008年7月　私家版

（はせがわ　ひろし／社会福祉士）