

令和5年度

大学スポーツ資源を活用した地域振興
モデル創出支援事業

成果報告書



鹿屋体育大学

鹿屋体育大学について

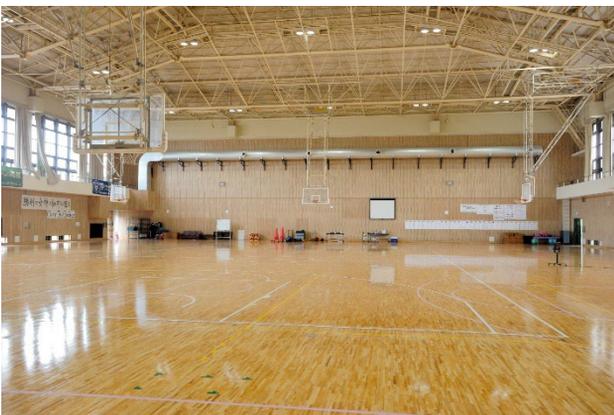
本学は、昭和56年（1984年）に、全国でただ一つの国立の体育系大学として、我が国のスポーツや武道及び体育・健康づくりについての教育と研究を発展させる使命をもった大学であり、その成果をもとに「実践的かつ創造的で、国際性、市民性を備えた、スポーツや武道及び体育・健康づくりの中核的、リーダー的人材の養成」を目的とする大学である。

敷地面積約37万㎡と広大なキャンパスには、屋内外の体育施設・トレーニング施設を備えている。

また、23の体育系課外活動団体があり、本学に在籍する学部学生のほとんどが加入している。



白水キャンパス外観（左）、高須キャンパス外観（右）



総合体育館（左）、トレーニング室（右）

事業の背景・目的

1) 背景

平成29年度から日本版NCAA「KANOYAモデル」として、地域に根差した地方国立大学のスポーツを通じた地域振興のため、大学のブランド力だけではなく、地域を巻き込んだ形でブランドを創設する等、地域一体型の大学スポーツ振興モデルづくりを推進してきた。さらに、令和元年度からは、この成果を引き継ぐ形で、「KANOYAモデル」から「Blue Winds事業」と名称を変え、地域との連携事業拡大に向けて継続的に進めている。

このように本学では、大学の所在する鹿屋市と共同でスポーツを基軸とした地域密着スポーツブランド“Blue Winds”の創造、大学スポーツの浸透に向けて、大学の体育施設を活用した市民参加型の運動会及び大学スポーツ観戦・応援イベントを実施する等、大学と自治体が主体となり、スポーツを「する」「みる」「ささえる」という事業を通じて、地域の活性化に寄与する取り組みを進めてきた。

令和4年度には本事業に採択され、子どもの体力向上やスポーツ観戦者数の増加を目指し、地域に根差したスポーツ振興、働き世代・子育て世代・高齢者のスポーツ実施率の向上などの地域課題解決に取り組んだ。幅広い世代を対象としたプログラムを構築・展開し、地域課題解決への成果を上げ、また、事業の普及・深化を進める上での新たな課題の把握にも繋がった。

さらに、本学の研究資源を統合し、先端的な研究を推進するために「スポーツイノベーション推進機構」を令和5年1月に設置した。スポーツイノベーション推進機構が持つ科学的知見とスポーツアライアンス室が持つBlue Winds事業を通じて蓄積してきたイベント実施や地域貢献に関するノウハウや地域コミュニティとのネットワークを融合することで、地域活性化・地域課題の解決に寄与する新たなモデルづくりに繋がる全学的な体制を整備した。

2) 目的

本事業では鹿屋市の地域課題および取組事業が抱える課題の課題解決を目指す持続可能な地域密着型ヘルス&スポーツプロモーションモデル事業を展開し、鹿屋市民のウェルビーイング向上に寄与する。また、同様の地域課題を抱える他地域においても横展開可能なモデルを目指す。



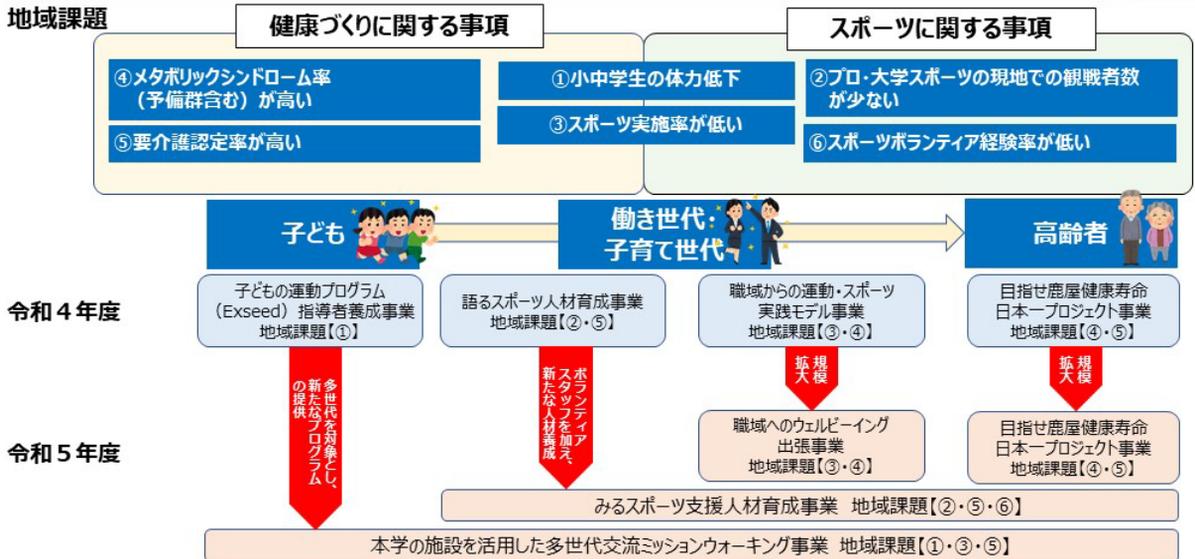
イベントの様子（左：ミッションウォーク事業 中央：見るスポーツ支援人材育成事業）、Blue Windsロゴ（右）

地域課題

大学の所在地である鹿屋市では、以下のとおり、スポーツ・運動・健康に関する地域課題を抱えている。

- ①体力・運動能力調査結果（2018）より鹿屋市の小中学生の体力は全国平均より低い傾向にある。全国の偏差値を50とした場合、小学校平均49.8、中学校平均48.3であった。
（第2次鹿屋市総合計画）
- ②スポーツ観戦状況調査（令和元年度）よりプロ・大学スポーツを会場で観戦する市民の割合は5.7%と少なく、近郊で実施されるスポーツイベントが市民に十分に認知されていない。
（第2期鹿屋市スポーツ推進計画）
- ③鹿屋市民のスポーツ実施率は全国平均より低く、世代別では30歳、40歳代の働き世代・子育て世代のスポーツ実施率がそれぞれ23%、34.5%と特に低い。
（第2期鹿屋市スポーツ推進計画）
- ④鹿屋市民のメタボリックシンドローム該当者・予備群の割合は全国平均より高く、20歳～64歳の1日の平均歩数は全国平均より低い。
（第2次鹿屋市健康づくり計画、平成30年国民健康・栄養調査結果：厚生労働省）
- ⑤令和元年度の鹿屋市の要介護認定率は19.9%で、全国平均18.5%より高い水準にある。
（鹿屋市第8期介護保険事業計画）
- ⑥運動・スポーツ活動に関する調査（令和元年度）より鹿屋市民のスポーツボランティア経験率は全国平均11.0%に対し8.5%と低く、特に50歳代以上の世代が低い傾向にある。また、スポーツボランティア参加希望者は38.3%と多いにもかかわらず、はじめるきっかけや対象イベントが少ない。
（第2期鹿屋市スポーツ推進計画）

鹿屋体育大学による鹿屋市民のウェルビーイングを実現する地域密着型ヘルス&スポーツ-ツフ-ミッションモデル事業
（令和5年度「大学スポーツ資源を活用した地域振興モデル創出支援事業」）



目標到達点 (KPI)	本学の施設を活用した多世代交流ミッションウォーキング事業	みるスポーツ支援人材育成事業	職場へのウェルビーイング出張事業	目指せ鹿屋健康寿命日本一プロジェクト事業
短期的指標	・ミッションウォーキングイベントを2回開催（参加人数100名）	・スポーツボランティアリーダーを20名養成	・企業10社（100名）に対して健康・運動プログラムを実施	・ICTによる介護予防事業を2地域・40名に対して実施
中長期的指標	・働き世代・子育て世代の運動・スポーツ実施率を令和6年度までに5%増（R1比） ・令和7年度までに鹿屋市小学生の体力・運動能力を全国平均より高くする	・スポーツボランティア経験率を令和6年度までに10% ・プロ・大学スポーツの現地観戦者率を令和6年度までに10%	・働き世代・子育て世代（30歳代・40歳代）の運動・スポーツ実施率を令和6年度までに5%増（R1比）	・令和6年度までにICTを活用した新たな介護予防のための運動プログラムの開発 ・令和7年度までに鹿屋市の要介護認定率を20%の水準を維持

事業概要

具体的な取組について

1) 本学の施設を活用した多世代交流ミッションウォーキング事業

①目的

学内に市民が健康づくりのために活用できるウォーキングコースを設定し、幼児学童期・子育て世代・高齢者世代（多世代）を対象としたウォーキングイベントを実施することで、地域のスポーツ実施率の向上や大学スポーツを通じた交流の場の提供を行うことを目的とする。

②実施内容

【第1回：体大ミッションウォーキング】

- ・日 程 … 令和5年10月14日（土）13時30分～15時30分
- ・参加者 … 鹿屋市内の子ども及び高齢者計 51 名が参加

年代	対象者	人数
少年期	本学周辺に在住している子どもたち	35名
高年期	鹿屋市の公民館等集まる高齢者	16名

・内 容

学内施設 10 か所に鹿屋体育大学や鹿屋市にまつわるなど、学内1か所に体を使ってクリアするミッションを設置した。また、研究棟にて測定体験を実施した。

実施項目	配置数	配置場所	内容
謎	10	水野講堂・陸上競技場・SP センター（ロビー）・屋外トレーニング場・食堂前・NIFS ギャラリー・武道館・屋内実験プール・球技体育館・総合体育館（体操練習室）	・鹿屋体育大学や鹿屋市等にまつわる謎を配置した。 ・体操競技部の協力を得て、部活見学を実施
ミッション	1	陸上競技場横道路	・「一定の距離を50秒ちょうどで歩く」という課題をミッションとして実施した。
測定	1	実験研究棟5階	・1人1～2分程度で全身反応を測定

<タイムスケジュール>

時間	場所	内容	備考
13時30分	大講義室 (大学院棟3階)	集合・説明	・子どもと高齢者の混合グループを作成 (各グループ7名程度) ・簡単なアイスブレイクを行った後、 ルール説明
14時～ 15時30分	学内各所	ウォーキング開始	・外周コース(赤)を50分、施設コース(青)を30分で回ってくるように指示 ・全チームが終了次第、答え合わせを実施

たいだい 体大ウォーキングマップ

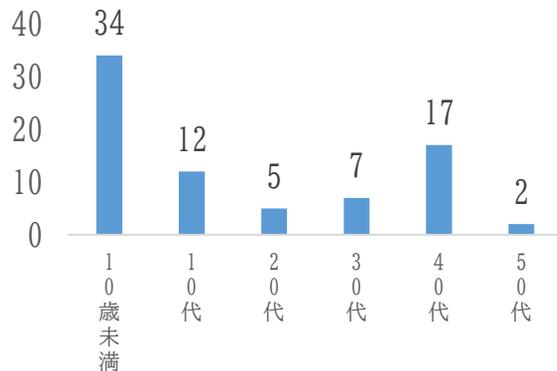


当日の様子



【第2回：蒼天祭×ミッションウォーク】

- ・日 時 … 令和5年11月12日（日）12時～14時
- ・参加者 … 蒼天祭に来場した計77名が参加
（うち事前申込28名）



・内容

- ・学内施設4か所に謎を配置。ミッションとして、部活動体験ブースへの参加を条件とした。
- ・謎とミッションに点数を設定し、計5点以上獲得したらクリアとした。
（参考：謎及び部活動体験ブースの場所・配点）

謎	場所	配点
謎①	SPORTECスポーツパフォーマンス研究センター	2点
謎②	野球場	2点
謎③	水野講堂	1点
謎④	主体育室	1点

部活	場所	配点	内容
男子バレーボール部	ビーチバレー場	2点	ビーチバレーボール体験
柔道部	多目的グラウンド	2点	腕相撲大会
自転車競技部	多目的グラウンド		ワットバイクチャレンジ
漕艇部・カヌー部	多目的グラウンド		エルゴメーター体験
バーベル部	多目的グラウンド		懸垂orベンチプレス対決
陸上競技部	陸上競技場	2点	ジャベリックスロー体験
水泳部	屋内実験プール	2点	Fastチューブスイミング
体操競技部	体操練習室	2点	演技会

<タイムスケジュール>

時間	場所	内容	備考
12:00 ～ 13:00	多目的グラウンド	参加者受付	参加者には、14時までには謎やミッションをクリアし、本部に戻ってくるように伝える
12:00 ～ 14:00	学内各所	ウォーキング開始	・参加者は受付完了次第ウォーキングを開始 ・ミッションを全て解答した参加者は、解答用紙を実施本部に持参する→5点以上の場合は大学グッズ贈呈

たいだい 体大ウォーキングマップ



※④漕艇部・カヌー部 当日場所変更あり（卓球練習室→多目的グラウンド）

※⑧テニス部 当日実施無し

当日の様子



③事業の達成状況・効果

【短期的指標の達成状況】

短期的指標	ミッションウォーキングイベントを2回実施する (参加人数100名を目標とする)
達成状況	ミッションウォーキングイベントを2回実施した ・第1回 10月14日 51名 ・第2回 11月12日 77名 計128名

【成果・効果】

- ・2回のイベントを通して、10代未満から80代までの幅広い年代の参加があった。また、イベントに参加することによって、地域住民が大学を訪れるきっかけとなり、スポーツ交流人口増に寄与した。
- ・親子と一緒に楽しく参加できるイベントを提供することで、子どものスポーツへの関心への寄与およびスポーツをする機会を提供した。
- ・第1回においては、子どもと高齢者がグループを組んで活動したことによって、多世代交流の場を創出した。
- ・本学学生が中心となってウォーキングイベントの企画・運営に携わったことによって、学生の事業運営力の向上や地域社会に貢献できる人材の育成に繋がった。

④課題

- ・ウォーキングイベントを開催し、大学の施設や学生の活動を身近に感じる機会を創出したことで、市民の大学への愛着心の醸成に繋がったと考えられる。しかし、イベント等の無い平日の施設利用者は少ないため、普段から大学施設に足を運んでもらえるような環境を整備することが今後の課題である。

⑤今後の展望

- ・ウォーキングを習慣化できる環境を創出することで、長期的な効果が得られる内容を検討していく。
- ・今回の取り組みを踏まえたウォーキングコースの常設化を検討しており、利用者の安全性を確保しながら、地域住民が日頃から気軽に利用することのできる、健康づくり・運動実践の場となることを目指す。
- ・学内のみならず本学の知見を活用して地域のウォーキングコース開設を支援し、市民が日常からウォーキングを実践できる環境を整える。
- ・ウォーキングコースの常設化によって、働き世代・子育て世代のスポーツ実施率の向上及び鹿屋市小学生の体力・運動能力の向上を目指す。

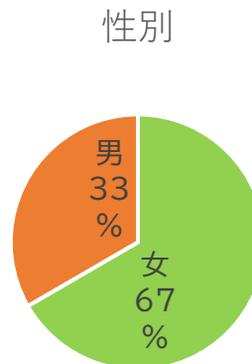
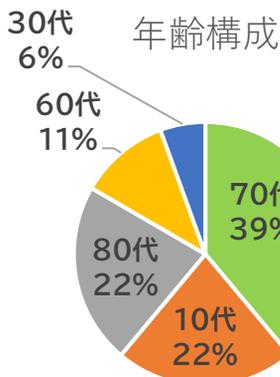
2) みるスポーツ支援人材育成事業

①目的

課外活動団体のリーグ戦を対象とした観戦型スポーツイベント（カレッジスポーツデイ、スポーツをカタルガ）を開催するとともに、鹿屋市民を対象としたスポーツボランティアリーダーを養成する。

②実施内容

【応募者数：18名】



内容

No	I	II	III
日程	10/7（土）	11/5（日）	11/12（日）
内容	・顔合わせ ・カレッジスポーツデイ（サッカー）での現場体験	ボランティア講習会	カレッジスポーツデイ（サッカー）の運営
学び	カレッジスポーツデイは、どのような目的や方法で実施されているのか、運営の目線から実践的に学ぶ。	鹿屋体育大学に関する知識を深め、スポーツの価値やスポーツボランティアのやりがいや楽しみ方についても学ぶ。	①及び②の学びから実際にカレッジスポーツデイの運営を経験する。

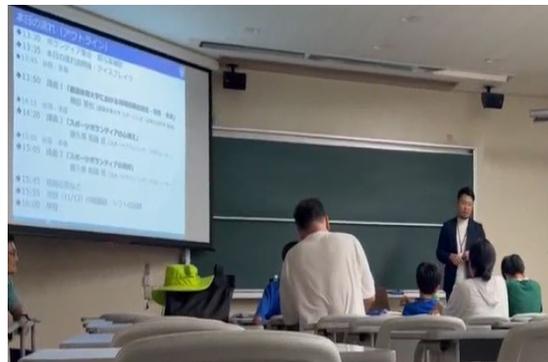
I スポーツボランティアの現場体験 【参加者数：16名】（10/7開催）

10/7開催のカレッジスポーツデイ（サッカー）において、スポーツボランティアの現場体験を行った。



Ⅱ ボランティア講習会 【参加者数：16名】（11/5開催）

「浦久保 和哉」氏を講師に迎え、ボランティア講習会を開催した。浦久保氏に加え、棟田助教による講義や、学生マネジメントスタッフによるアイスブレイクなどが行われた。



Ⅲ カレッジスポーツデイ（サッカー）の運営 【参加者数：14名】（11/12開催）

11/12開催のカレッジスポーツデイ（サッカー）において、スポーツボランティアがこれまでの養成事業での学びを基に、運営を行った。スポーツボランティアへの指導や運営体制の構築は、学生マネジメントスタッフが行った。

時間	スケジュール					スケジュール	時間
(8:00)						(8:00)	
(8:15)						(8:15)	
(8:30)						(8:30)	
(8:45)						(8:45)	
(9:00)	集会	集会				集会	(9:00)
(9:15)		事前打ち合わせ					(9:15)
(9:30)		事前打ち合わせ					(9:30)
(9:45)		事前打ち合わせ					(9:45)
(10:00)	受付開始	こまっていますか	カタルガ配布	受付 チラシ パレールン	受付 人数カウント	受付開始	(10:00)
(10:15)							(10:15)
(10:30)							(10:30)
(10:45)							(10:45)
(11:00)							(11:00)
(11:15)	前半	こまっていますか	アンケート回収	カタルガ配布	アンケート タオル配布	前半	(11:15)
(11:30)							(11:30)
(11:45)	ハーフタイム	配布確認	募動	募動	募動	ハーフタイム	(11:45)
(12:00)							(12:00)
(12:15)	後半					後半	(12:15)
(12:30)							(12:30)
(12:45)	抽選会	こまっていますか	こまっていますか	こまっていますか	こまっていますか	抽選会	(12:45)
(13:00)							(13:00)
(13:15)							(13:15)
(13:30)							(13:30)
(13:40)	終了式	事後打ち合わせ				終了式	(13:40)
(14:00)	解散	解散				解散	(14:00)

概要	スポーツボランティアの従事内容
受付	チラシ、グッズ、カタルガ視聴用の受信機・イヤホンの配付
こまっていますか	観戦者や蒼天祭来場者への場内案内・誘導
アンケートの実施	カレッジスポーツデイ、カタルガのアンケート説明・回収
アナウンス	場内アナウンス

Ⅳ 修了者：13名（すべての課程を修了した者）

③事業の達成状況・効果

【短期的指標の達成状況】

短期的指標	鹿屋市民20名をスポーツボランティアリーダーに養成する。
達成状況	スポーツボランティアリーダーに関する全ての研修を修了した13名をスポーツボランティアリーダーとして養成した。

【成果・効果】

- ・鹿屋市民がスポーツボランティアに参加するためのきっかけを提供し、スポーツボランティアの参加者数を増加させることができた。
- ・これまで大学スポーツイベントの実施には、運営する側の人材の確保が課題とされてきたが、多世代の人材を確保したことで、より強固な市民参加型イベントの実現が可能となった。
- ・本スポーツボランティアリーダーは、観戦型スポーツイベントだけでなく、様々なスポーツ事業に参画し、地域スポーツイベントの活力として活躍が期待される。
- ・本事業には中学生も参加しており、スポーツに対する部活動やスポーツクラブでの「する」やテレビ観戦等での「みる」の立場に加え、スポーツを「ささえる」ことを経験する貴重な機会となった。

④課題

- ・スポーツボランティアに携わる人材を増やすことが課題である。市民がスポーツボランティアをはじめのきっかけとなる事業を継続して行うことや、取り組みを増やすことが求められる。

⑤今後の展望

- ・令和6年度も引き続き、鹿屋市と連携し、鹿屋市スポーツボランティアに大学スポーツの運営に参加してもらう体制を検討する。
- ・スポーツボランティアが参加するイベントを、サッカー以外のカレッジスポーツデイや公開講座等に、範囲を拡大する。
- ・スポーツボランティアを対象としたセミナーや、スポーツボランティアに関心がある市民を対象とした現場体験等の実施について、今後、検討を行う。

3) 職域へのウェルビーイング出張事業

①概要

働き世代・子育て世代のスポーツ実施率向上、健康増進を目指し、運動・スポーツの視点からの健康経営・働き方改革を推進する職域プログラムを鹿屋市内の協力企業10社（100名）に対して実施する。

②実施内容

- ・日 程：令和5年9月15日（金）～ 令和6年1月30日（火）
- ・場 所：各企業先、本学講義室
- ・対象者：鹿屋市内企業の職員
- ・内 容：
 - 1) 自身の健康状態の把握に関する教室
 - ・健康状態の調査、フィジカルチェック
 - 2) 運動コンテンツアプリ・動画コンテンツの提供
 - ・運動の動機づけ支援
 - 3) 睡眠・ヨガ・腰痛肩こり体操に関する研修・実技
 - ・健康課題の解決に向けた研修会

健康状態の調査及びフィジカルチェックの実施状況

No	日程	対象	測定者数
1	9月15日（金）	ユクサおおすみ海の学校	3名
2	9月21日（木）	南国殖産 鹿屋支店	10名
3	9月21日（木）・22日（金）	鹿屋商工会議所	11名
4	9月23日（土）・30日（土）	豊明建設	20名
5	9月26日（火）	株式会社とおや	6名
6	12月 4日（月）	ミズホ商会	10名
7	12月 8日（金）	旭信興産	9名
8	12月12日（火）	フェスティバロ	6名
9	1月15日（月）	大海酒造	15名
10	1月30日（火）	樋渡コーポレーション	9名
		計	99名



趣旨説明・健康アンケートの様子



フィジカルチェックの様子



睡眠セミナー、ヨガ教室及びヨガ・腰痛肩こり体操の様子

③事業の達成状況・効果

【短期的指標の達成状況】

短期的指標	令和5年度に企業10社（100名）に対して健康・運動プログラムを実施する。
達成状況	企業10社（99名）に対して健康・運動プログラムを実施した。

【成果・効果】

- ・働き世代・子育て世代の健康増進、運動・スポーツ実施率向上に寄与した。
- ・事業所でプログラムを実施することで、移動が生じないことや仕事の合間で実施することが可能であること、同僚と一緒に実施できること等から、働き世代が受けやすい環境を構築できた。
- ・経年的に取り組める健康・運動プログラムを企業に届ける（提案する）ことができた。
- ・「健康経営」や「働き方改革」の側面から運動・スポーツ実践が「従業員への投資」となり得ることを発信し、運動・スポーツの価値を高めることができた。

④課題

- ・事業の自走化にあたっては、参加企業から費用を負担していただくなど費用面での課題がある。

⑤今後の展望

- ・引き続き、本取り組みを継続して実施し、鹿屋市のスポーツ実施率の向上に寄与する。
- ・測定結果のわかりやすい説明や、測定後の研修プログラムや従業員と一緒にスポーツ等を楽しむイベントの提供など、測定後にスポーツをする動機づけとなる取り組みを行う。
- ・測定を受けた企業や従業員に対し、アンケート調査を行い、研修プログラムや職場でのイベント等に対するニーズを把握し、動機づけとなる取り組みの検討を行う。
- ・毎年度継続的に実施する企業数を増加させ、取り組みの更なる拡大を図る。

4) 目指せ鹿屋健康寿命日本一プロジェクト事業

①概要

令和4年度に試行したICTによる介護予防事業を他の2地域（40名）に実施し、事業の横展開を図る。地域在住高齢者40名を対象に週1回、3ヵ月間の介護予防教室を実施する。

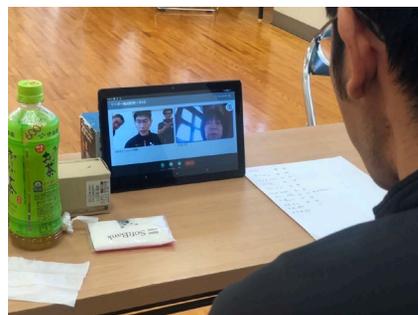
介護予防教室では、タブレット等の機器の使用方法、情報発信・収集アプリの使用方法、フレイル予防（運動・栄養・口腔）の方法を指導、情報発信・収集アプリを用いた高齢者に対して日常生活の中で実践できる介護予防運動を情報発信等により、期間中の身体活動量の増加やフレイル関連機能（体力・認知・身体組成・口腔）の維持・改善を確認する。

②実施内容

- ・日 程：令和5年10月17日（火）～ 令和6年1月18日（木）
- ・場 所：桜ヶ丘市営住宅集会場(西原4丁目2-3)
西原4丁目公民館(西原4丁目2-4)
本学生涯スポーツ実践センター室（鹿児島県鹿屋市白水町1番地）
- ・対象者：大学の所在する鹿屋市内西原地区「リーダー養成教室」（36名）及び「サロン教室」（19名）の高齢者計55名（タブレット配布は43名）
- ・内 容：週1回の3ヶ月間、タブレット等の機器の使用方法、情報発信・収集アプリの使用方法、フレイル予防（運動・栄養・口腔）の方法を指導
- ・使用アプリ：BrainC0（三井住友海上保険株式会社）



介護予防教室の様子



タブレット機器の使用説明の様子

・鹿屋体育大学サロンリーダー養成教室（36名）

日程	内容	参加者数
令和5年10月17日(火)	アイスブレイク、スクエアステップ	28
令和5年10月24日(火)	スクエアレクリエーション、タブレット操作説明	29
令和5年10月31日(火)	スクエアステップ、タブレット動画運動	32
令和5年11月7日(火)	スクエアステップ、タブレット動画運動	23
令和5年11月14日(火)	スクエアステップ、タブレット動画運動	29
令和5年11月21日(火)	合同遠隔授業（筋トレ、ストレッチ）	18
令和5年11月28日(火)	スクエアステップ、タブレット動画運動	31
令和5年12月5日(火)	遠隔授業（筋トレ、ストレッチ）	25
令和5年12月12日(火)	カレンダー体操、レクリエーション	32
令和5年12月19日(火)	遠隔授業（筋トレ、ストレッチ）	23
令和5年12月26日(火)	カレンダー体操、スクエアステップ	27
令和6年1月9日(火)	ウォーキング、スクエアレクリエーション、閉校式	32

329

・サロン教室：さくら会（19名）

日程	内容	参加者数
令和5年10月19日(木)	アイスブレイク、スクエアステップ	13
令和5年10月26日(木)	スクエアレクリエーション、タブレット操作説明	13
令和5年11月2日(木)	スクエアステップ、タブレット動画運動	16
令和5年11月9日(木)	スクエアステップ、タブレット動画運動	10
令和5年11月16日(木)	スクエアステップ、タブレット動画運動	16
令和5年11月21日(火)	合同遠隔授業（筋トレ、ストレッチ）	4
令和5年11月30日(木)	スクエアステップ、タブレット動画運動	14
令和5年12月7日(木)	遠隔授業（筋トレ、ストレッチ）	16
令和5年12月14日(木)	カレンダー体操、レクリエーション	13
令和5年12月21日(木)	遠隔授業（筋トレ、ストレッチ）	18
令和6年1月11日(木)	カレンダー体操、スクエアステップ	10
令和6年1月18日(木)	ウォーキング、スクエアレクリエーション、閉校式	16

159

延べ人数 488

③事業の達成状況・効果

【短期的指標の達成状況】

短期的指標	ICTによる介護予防事業を2地域・40名に対して実施する。
達成状況	ICTによる介護予防事業を2地域・55名に対して実施した。

【成果・効果】

- ・自立した生活を営める期間「健康寿命」の延伸に資する運動・スポーツによる新たな介護予防プログラム（ICT活用プログラム）を開発した。

[新たな介護予防プログラム（ICT活用プログラム）の内容]

- ・高齢者のための運動カレンダープログラム（1日1種実践プログラム）
- ・高齢者のための筋力・ストレッチプログラム（身体機能改善プログラム）
- ・高齢者のための脳トレ運動プログラム（認知機能改善プログラム）
- ・介護予防プログラムを実施することで地域に元気高齢者が増え、少子高齢化・過疎化の地域活性化に寄与した。また、ICT活用プログラムを提供することで、対面での運動指導のみならず自宅での運動の実践を促進でき、高齢者のフレイル予防・介護予防に寄与した。
- ・ICT活用プログラムの導入にあたって、対面での定期的な教室と自宅でのオンライン教室を併用したことで、高齢者がタブレットおよびソフトウェアを比較的スムーズに使用することができた。タブレット・ソフトウェアだけの提供ではなく、対面とオンラインの併用のプログラムが効果的であった。

④課題

- ・タブレット（機器）の使用およびICT活用プログラム（ソフトウェア）の活用について、後期高齢者であっても丁寧・継続的なレクチャーを通してタブレットを操作することが可能であることが確認できた。しかし、自由にタブレットを活用できるようになるまでは、時間を要すこと、丁寧な指導などかなりの労力が必要である。高齢者であっても活用しやすいタブレットの操作性、ソフトウェアの操作性については課題が残った。
- ・都市部と違いネットワーク（Wi-Fi）環境が自宅および地域で不十分であること、高齢者にはスマートフォンが普及していないことなどから、通信を含めた機器の提供が課題（費用面含め）である。

⑤今後の展望

- ・今後は退職世代など前期高齢者を中心に将来の介護予防を見据えたICT活用プログラムの普及を図る取り組みが必要である。