

令和5年度

高齢者のデジタル活用の現状と財団事業の 効果検証について

～令和5年度群馬県長寿社会づくり財団事業参加者への

アンケート調査から～

公益財団法人群馬県長寿社会づくり財団

1 調査の目的

財団事業参加者にスマートフォンを使用して講座アンケートを実施し、高齢者のデジタル活用の現状を把握するとともに、アンケート回答についての検証を行い、高齢者の社会参加を促進するための諸方策の検討及びデジタル活用の支援に役立てる。

2 調査の概要

(1) 調査対象 621人

令和5年度市町村等との連携による「人づくり」事業で行っている各講座参加者

・シニア傾聴ボランティア養成講座	45人
・ウォーキング講座	59人
・ノルディックウォーキング講座	16人
・美味しいコーヒーの淹れ方講座	39人
・アクティブシニアのための SNS 活用講座	31人
・シニアの e スポーツ講座	21人
・アクティブライフ講座	49人
・ハッピープログラム講座	26人
・チェアヨガ講座	78人
・リラクゼーション講座	56人
・福祉レクリエーション講座	69人
・若返りリトミック講座	132人

(2) 調査事項

- ア 年齢
- イ スマートフォン所有率
- ウ 参加した講座を知ったきっかけ
- エ 講座を受講した感想
- オ 講座で得た知識を活かしていきたいか
- カ 講座全般の感想や今後受講してみたい講座（記述式）

(3) 調査方法

Google フォームで回答（スマートフォンを持っていない、Google フォームでの回答拒否者は紙のアンケートに記入）

(4) 調査期間 令和5年5月22日（月）～12月8日（金）

(5) 有効回答数 505人（回収率81.3%）

（内訳） Web 回答者 388人、紙でのアンケート回答者 117人

3 スマートフォン所有率

「財団事業参加者のスマートフォン所有率」60歳以上 93%

	合計	スマートフォン有	スマートフォン無
総数(人)	621	582	39
構成比(%)	100	94	6
60歳未満(人)	34	34	0
構成比(%)	100	100	0
60歳以上(人)	587	548	39
構成比(%)	100	93	7

当財団事業参加者にスマートフォンを所有しているかどうか尋ねたところ、60歳以上では93%がスマートフォンを所有していました。株式会社NTTドコモモバイル社会研究所による「モバイル社会白書 2023年版」のスマートフォン所有比率（60歳以上）は94%で、当財団事業参加者（60歳以上）のスマートフォン所有率は、全国平均と同率であることが分かります。

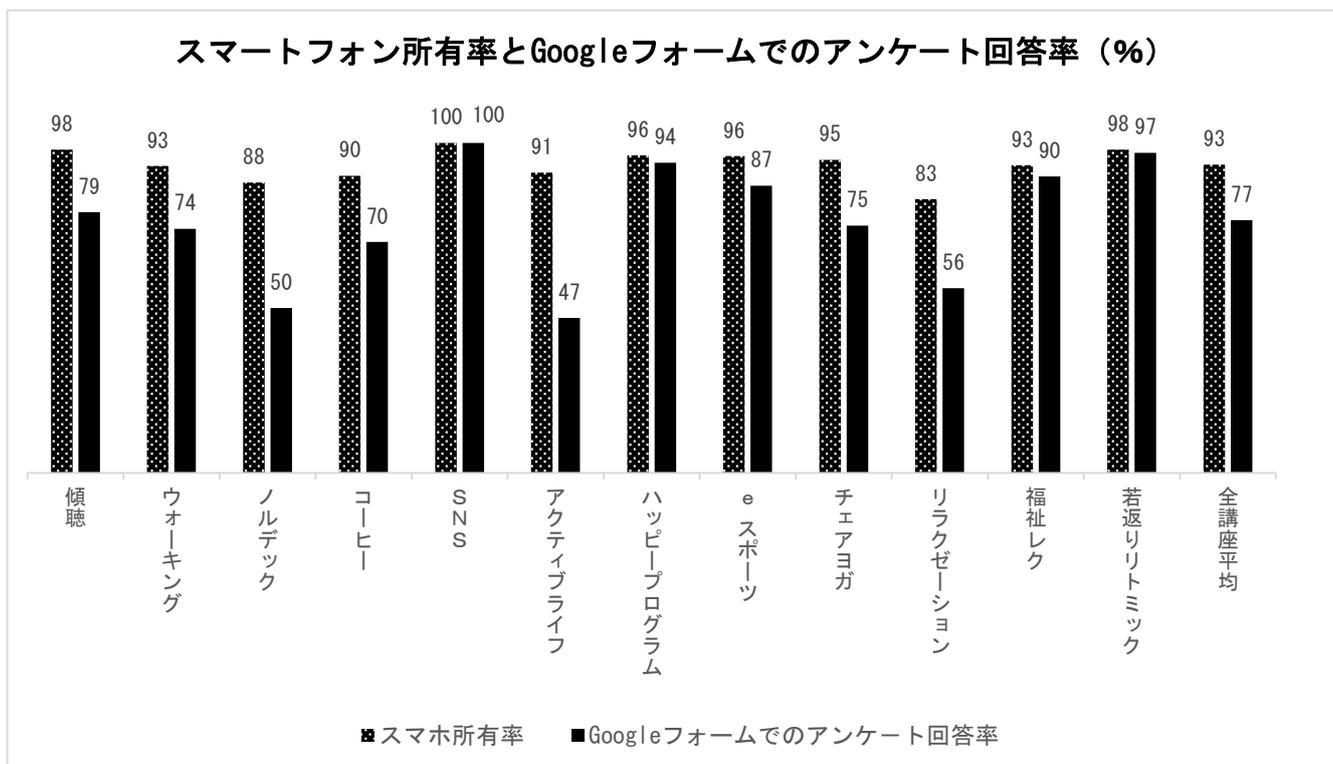
4 回答者の属性

年齢

	総数	60歳未満	60歳代	70歳代	80歳代	不詳
総数(人)	505	34	143	269	56	3
構成比(%)	100	6.8	28.3	53.2	11.1	0.6

5 Google フォームでのアンケート回答率

「Google フォームでのアンケート回答率」 77%



講座終了後にスマートフォンでQRコードを読み取り、Google フォーム（以下「Web」という。）でのアンケートを実施したところ、スマートフォン所有者の77%がWebで回答しました。

講座別では、「アクティブシニアのためのSNS活用講座」をはじめ4講座で9割以上の人がWebで回答しました。

一方、Webでのアンケート方法について、当財団職員及び連携先職員がサポートしましたが、スマートフォンを持っていてもWeb回答しなかった人が23%いました。

理由としては、スマートフォンを持っていても普段の生活の中で通話、メール、LINEを主として使っており、その他の機能を活用できていない人が多いと推測されます。そのため、QRコードを読み取ってアンケートに回答することへの警戒心（情報漏洩や詐欺被害等のトラブルに遭うのではないかと）や新しいことをしたり、覚えたりすることに苦手意識があり、スマートフォンの操作に不慣れであることが考えられます。

自治体の広報誌などではQRコードを読み取ることで情報を得る、事業などへの参加申し込みが出来る方法が増えてきています。自治体等の情報発信のデジタル化が進む中で、スマートフォンが必要な場面は以前と比べて格段に増えており、今後もさらに必要性が高まることが予想されます。

高齢者のデジタル・ディバイドの解消のためにも、スマートフォンを持っていない、または活用していない高齢者に向けたアプローチが必要です。

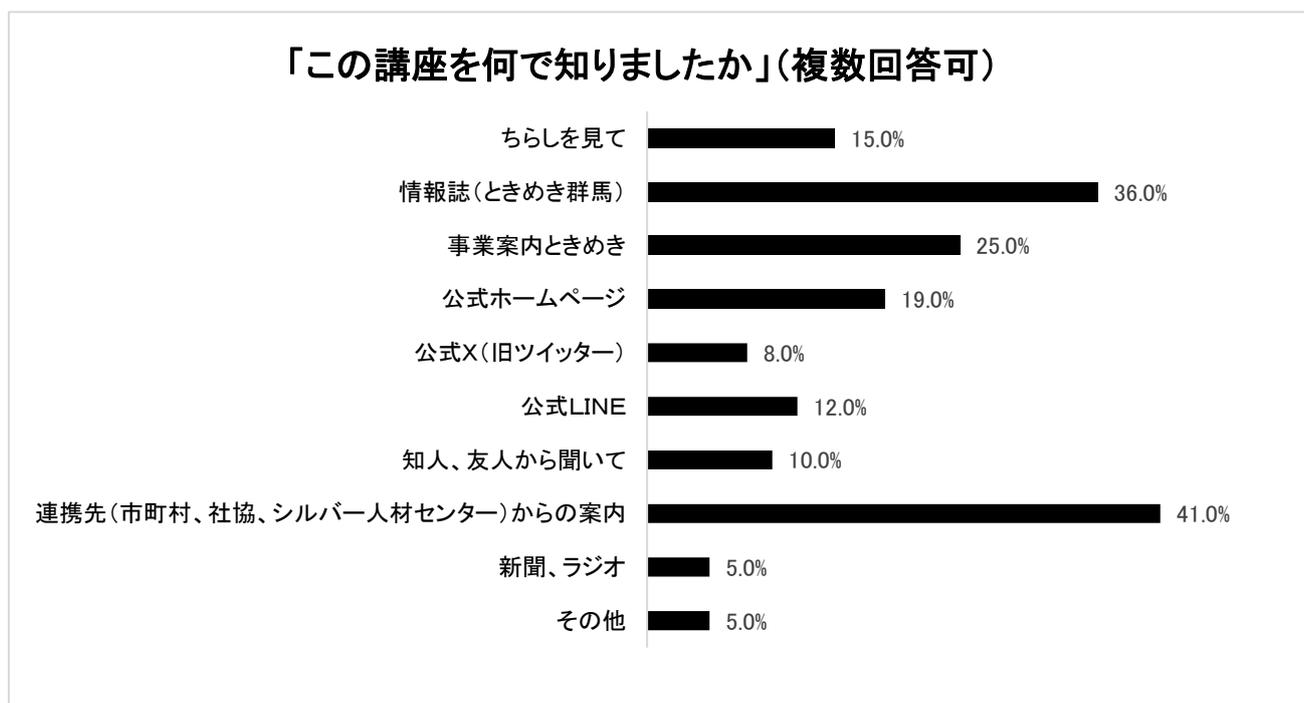
当財団では、「アクティブシニアのためのSNS講座」やWebでの講座アンケートを継続して実施することで、スマートフォンの利便性や安全性を知ってもらう機会を増やし、さらに当財団ホームページ、X（旧ツイッター）、LINE、Youtubeなどで情報発信していくことで、情報を得るためのツールとしてスマートフォンの活用と支援を行っていきます。

6 参加した講座を知ったきっかけ

「連携先(市町村、社協、シルバー人材センター)からの案内」 41.0%

「情報誌(ときめき群馬)」 36.0%

「事業案内ときめき」 25.0%



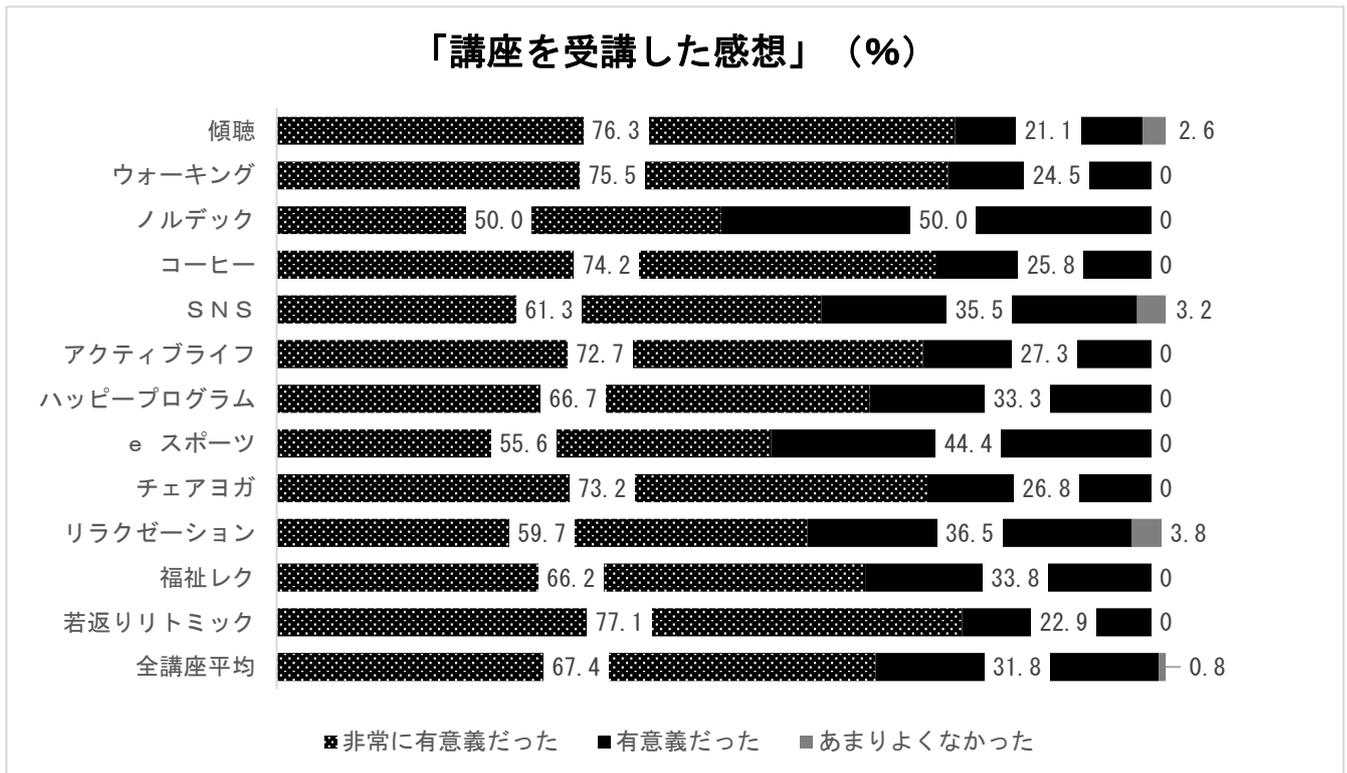
参加した講座を知ったきっかけを尋ねたところ、①「連携先（市町村、社会福祉協議会、シルバー人材センター）からの案内」41.0%、以下②「情報誌（ときめき群馬）」36.0%、③事業案内ときめき 25.0%の順となっています。市町村、社会福祉協議会、シルバー人材センターと連携することで、連携先の広報媒体（広報誌、ホームページなど）を使用することができ、また講座に興味・関心がありそうな人に直接声をかけていただくことで、参加者を効率的に集めることができました。

7 講座を受講した感想

「非常に有意義だった」 67.4%

「有意義だった」 31.8%

「あまりよくなかった」 0.8%



講座を受講した感想を尋ねたところ、①「非常に有意義だった」67.4%、以下②「有意義だった」31.8%で参加者のほぼ全員が講座は有意義だったと回答しています。

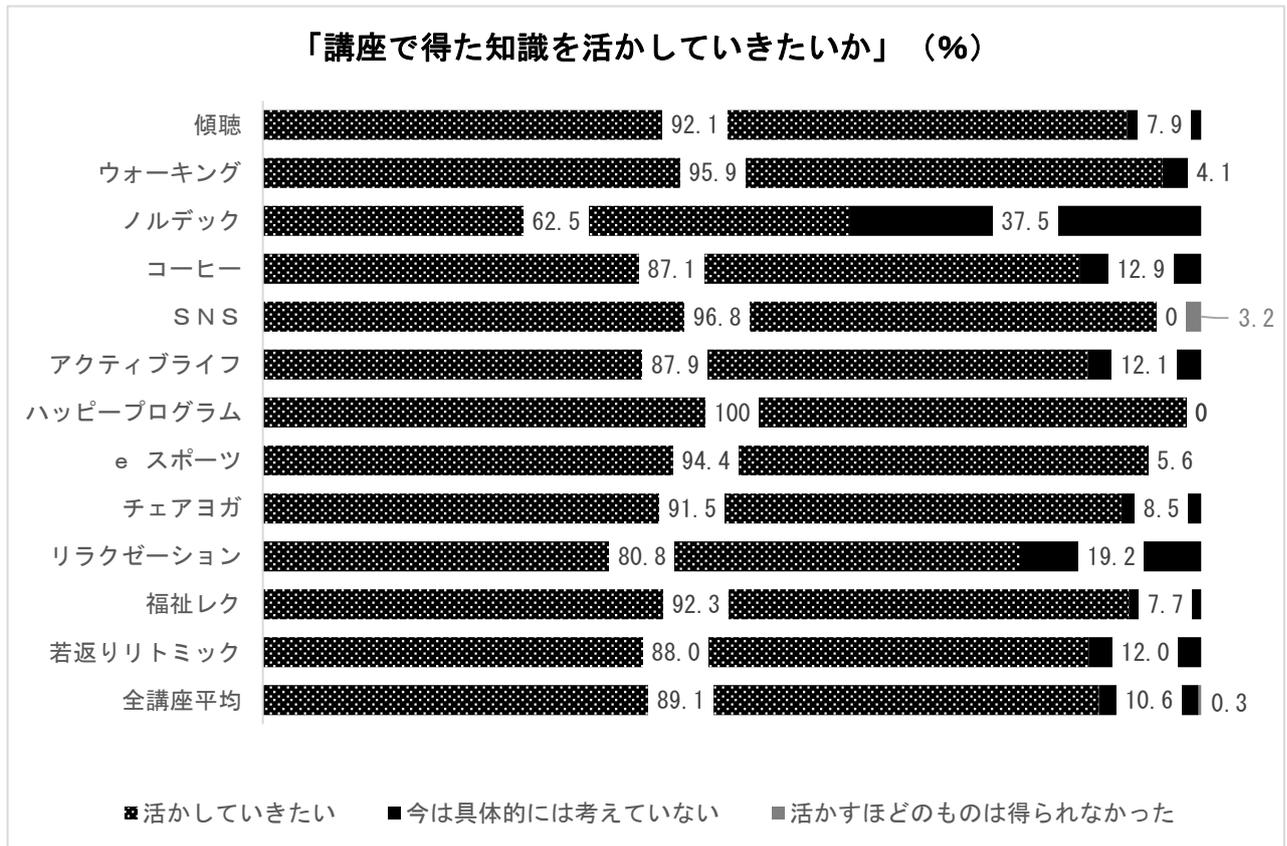
講座別では、「傾聴ボランティア養成講座」をはじめ9講座で受講者全員が「非常に有意義だった」「有意義だった」と回答しており、多くの事業参加者が講座の内容は学びが多いと感じたようです。当財団は「生きがいや健康づくり」の推進を基本理念に各講座を開催しており、当財団事業に参加することで、日常生活の充実に一定の成果が得られたことが伺えます。

8 講座で得た知識の活用

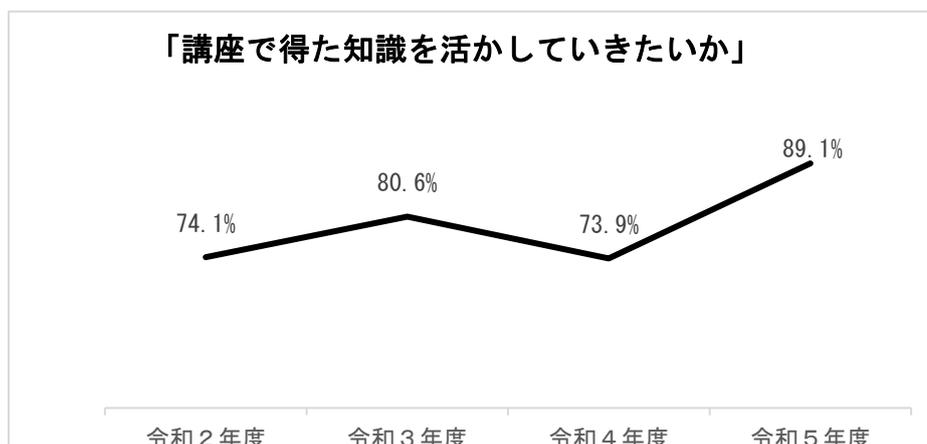
「活かしていきたい」 89.1%

「今は具体的には考えていない」 10.6%

「活かすほどのものは得られなかった」 0.3%



講座で得た知識を今後のボランティア活動や自身の生活の中で活かしていきたいか尋ねたところ、①「活かしていきたい」は89.1%で、約9割の人が講座で得た知識を今後の活動や生活の中で活かしていきたいと回答しています。



講座別では、「シニア傾聴ボランティア養成講座」をはじめ7講座で9割以上の方が「活かしていきたい」と回答しています。

なお、「ノルディックウォーキング講座」で「活かしていきたい」と回答した人が6割と他の講座に比べて低かったのは、専用のポールが必要であることから、継続して行うことに躊躇しているのではないかと考えられます。

また、「活かしていきたい」と回答する人の割合は、過去4年間の結果と比較すると、最も高くなっています。このことから参加した講座で得た知識を今後のボランティア活動や自身の生活の中で活用したいと考える意欲的な参加者が増えてきていることが伺えます。

9 講座全般に対する感想（以下抜粋）

傾聴ボランティア養成講座

- とても楽しく、新しい気付きや今までの何気なくの行動に改めを問うこともありました。紹介していただいた方と高齢者施設で研鑽を積みたいと思います。ありがとうございました。
- スキルアップの講座があれば受けたいと思います。

ウォーキング講座

- 歩く姿勢や筋肉を意識して歩くことが楽しかったので、また企画してほしいです。
- 一人での運動よりも、たくさんの方と学ぶことが楽しくて大変勉強になりました。
- ウォーキングをするための大切なポイントを知ることができて、大変参考になりました。

ノルディックウォーキング講座

- 体力を維持するために毎日短時間でも取り組みたいです。
- ポールを購入し、日常的に使ってウォーキングしたいと思います。

美味しいコーヒーの淹れ方講座

- 地域の方々と茶会などでコミュニケーションをとりたいです。
- まずは家族に友達に地域の皆さんにおもてなしが出来たらと思います。

アクティブシニアのためのSNS活用講座

- 大変分かりやすい説明で、楽しく過ごすことができました。
- 講師の説明がとても分かりやすく、良かったです。

アクティブライフ講座

- サロンで活かしていきたいです。
- 食生活に気を付けているつもりでしたが、参加させていただき気付きも多くあり、これからは気を付けて生活したいと思います。

ハッピープログラム講座

- 心も体もハッピーになる、地域に戻り学んだことを活かしていきたいです。
- ハッピーステップ10の項目を目標に頑張っていこうと思いました。
- 毎日今日を振り返り、小さなことも周りの人に支えられて生きていることに気づきました。

●スポーツ講座

- 楽しく脳トレが出来ました。
- 地域の長寿会で仲間に紹介したいです。

●チェアヨガ講座

- サロン等で使える内容が良かったです。
- 先生の説明がゆっくりと何回も繰り返して、丁寧なアドバイスでとても分かり易かったです。

●リラクゼーション講座

- とても参考になり、勉強になりました。
- 盛りだくさんの内容で、とても参考になりました。資料があるので今後も続けてみたいです。

●福祉レクリーション講座

- 体も心も動かすことがスッキリに繋がり、ストレス解消になりました。
- ボランティア活動で実践してみます。

●若返りリトミック講座

- 久しぶりに大声で歌い、ストレス解消になりました。これからのボランティア活動、人との付き合い方もポジティブになれそうです。
- とても楽しく、あっという間の2時間でした。歌ったり、リズムに合わせて運動したり、笑ったりが大切なことだと感じました。

10 今後、受講してみたい講座（以下抜粋）

- サロンで高齢者に喜んでいただけるヒントになる講座
- カウンセリング
- 簡単な筋トレや無理なく出来るストレッチ
- ラフターヨガ
- フレイル予防に関する事
- 適切な靴の選び方の講座
- 昔遊び
- 子どもの集団ゲーム
- アロマ講座
- お茶の美味しい淹れ方
- 介護食
- ウクレレ
- 音楽療法

1 1 調査票

今回の報告書は、以下の調査票をもとに集計しました

講座アンケート

このアンケートは、ご参加いただいた皆様からご意見やご感想を伺って今後の運営の参考にさせていただくものです。ご協力をよろしくお願いいたします。

*必須の質問です。

受講者番号を入力してください。

1 あなたの年齢を教えてください。*

- 60歳未満
- 60代
- 70代
- 80歳以上

2 この講座を何で知りましたか（複数回答可）*

- ちらし
- 情報誌「ときめき群馬」
- 事業案内「ときめき」
- 財団ホームページ
- 財団X（旧ツイッター）
- 連携先の広報を見て
- 知人、友人から聞いて
- 新聞、ラジオ
- その他：_____

3 今回の講座を受講してみていかがでしたか。*

- 非常に有意義だった
- 有意義だった
- あまりよくなかった
- 悪かった

4 今回の講座で得た知識を今後の活動で活かしていきたいと思いませんか。*

- 活かしていきたい
- 今は具体的に考えていない
- 活かすほどのものは得られなかった

5 講座全般の感想・意見や今後受講してみたい講座についてお聞かせください。

Google フォーム