

# コロナ禍でも健康体操で交流したい。

比治山学区社会福祉協議会 山口厚司・中田徹也, 段原地域包括支援センター  
 広島市立大学情報科学部 岩根典之・内山七香, 国際学部 山口光明・北野慎太郎

## 事業概要

これまで比治山学区社会福祉協議会では、地域の集会所などで高齢者の介護予防・健康づくりと交流をしてきました。しかし、新型コロナウイルス感染症の拡大による緊急事態宣言や集中対策期間などは集会所を閉鎖するしかなく、活動に支障をきたし交流もままならないという状況に陥りました。そのような経験から、「集会所などに集合しなくても、ゲーム感覚でICTを使って交流できる健康づくり活動をしたい」、また「スマートフォンを活用できる高齢者を増やしたい」という課題に取り組んでいます。大学からの様々な体操環境を設計提案、地域の体験からの意見要望など、楽しく持続可能な活動環境を協同して模索しています。試行錯誤しながらその環境の在り方を探索し、選択肢のひとつとしていつでも地域の力でオンライン体操環境を準備運営できるようになることを目指しています。

### 1. はじめに

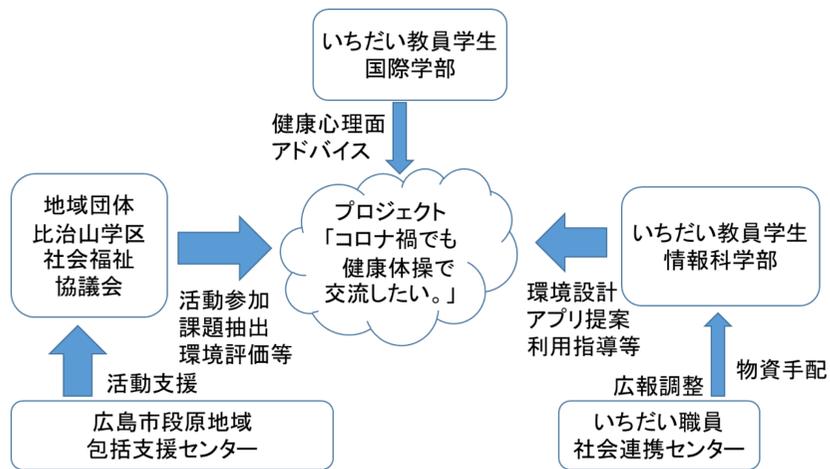
#### ・プロジェクトの目的

- 対面活動が制限されても健康維持の活動が持続可能な環境の在り方を模索すること。
- 対面からオンラインまでカバーする楽しいハイブリッド環境を構築すること。
- スマートフォンを活用できる高齢者を増やすこと。

#### ・内容・方法

プロジェクト期間を以下の各サイクル(C1～C5)においてPDCAを回しつつ、心と体の健康維持促進に向けて楽しく持続可能な活動の在り方を試行錯誤する。

- C0 準備
- C1 オンライン環境の設計・試行・評価・改善
- C2 臨場感の導入・試行・評価・改善
- C3 ゲーム性の導入・試行・評価・改善
- C4 没入感の導入・試行・評価・改善
- C5 プロジェクト総括



### 2. 取り組み状況

#### ・各会場の視察(3月末)



- ・オンライン体操環境について協議(4月)
- ・オンライン操環環境の提案構築(5月)
- ・オンライン環境の体験, スマホ・タブレット導入(6・7月)
- ・ハイブリッド体操環境体験会ほか(8月)
- ・オンライン体操の定期配信, プロジェクト導入(9・10月)

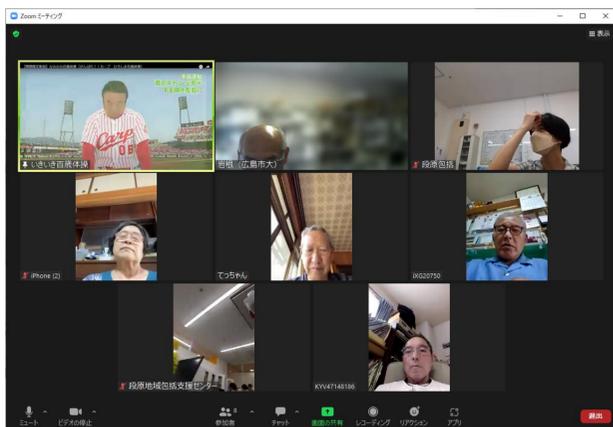


### 3. ハイブリッド環境の構築

#### ・ハイブリッド環境に向け

～3地点オンライン接続～

- 包括支援センター(配信)
- 東雲本町会館(体操) スマホ参加 タブレット参加 ノートPC + プロジェクタ投影
- 広島市立大学(記録)



#### ～体操応援システム開発～

### 4. おわりに

はじめはオンラインに懐疑的でスマホも不要という意見もありました。少しずつ主体的に試してみようかという雰囲気になってきています。今もなかなか新型コロナウイルス感染症は終息していません。それでも体操会場は閉所にならずに活動は続けられています。しかし様々な選択肢を持ち、誰もがいつでも選べることは重要です。オンラインもスマホも活用できるようプロジェクトを継続しています。そして、ゆくゆくは他の各地域団体と一体となり、地域全体でICTを活用しながら活性化することを視野に入れて活動しています



To be continued