

# 高齢者が豊かな生活を送るための一つの支援方法として

—タブレットPCを活用したアプローチ—

伊藤春樹・神波幸子

## Emerging New Technologies for the Better Life in Elderly Social Services

- Using Tablet PC is Fun and Essential for Life Enjoyment Activities-

Haruki Ito, Sachiko Kounami

要旨：定年年齢が少しずつ延ばされて、高齢者もできる限り働き続けられる社会も模索されているかもしれないが、高齢者のための入居施設においては措置の時代よりも契約の時代になって、サービスを利用する、サービスを受けるという権利が言われるようになって、上げ膳据え膳的なサービスをすることが高齢者の豊かな生活を支援することになるという考え方も幅を利かせてきているように感じる。

高齢者の介護はサービスであるとともに生活支援でもある。「至れりつくせり」のサービスをすることも意味あることであるが、高齢者自身が生活している、役割を担っていることを実感しながら生活することの方が、高齢者にとっては「生きている」とか「生活している」という実感が持て、「充実した生活」になるのではと考え、新しい技術でもあるタブレットPCを用いた試みを行ったので報告したい。

Keywords：豊かな生活, 生活支援, タブレットPC  
Better Life, Support, Life support, TabletPC

### 1. はじめに

学生の実習や個人的な関係など色々な機会を通して、高齢者に様々な福祉サービスを提供している機関や施設との関係を持ち、そこで私たちは多くのことを学んだり考えたりする機会が与えられ、多くの宿題やヒントを頂いた。

高齢者に福祉サービスを提供している方々は、サービスの利用者のご自身の人生を締めくくる一日一日をより豊かに送り、少しでも充実した時間を過ごせることができるようにと努め、必死に努力されている。

私たちの年代（団塊の世代）は、既に親を亡くしてしまっていたり、福祉サービスに親がお世話になっていたりする場合も少なくない上に、私たちの年代も歳を重ね福祉サービスを利用できる年齢に達しようとしている。このような年齢に達した私たちが、自分の親が利用している福祉サービスに満足しているかと問われると、福祉サービスを利用しているために非常に助かっている現実がありながらも、満足していると言い切れるだけの確信が得られず、必死にサービスを提供している方々の事を思い浮かべながら、自分を満足させている自分自身に気付かされたりする。現実的に親が受けているサービスは至れり尽くせりであると感じるが、生かされているとか世話をされていると感じることができても、生活していると感じられることが少ない。事故が起こらないように、満足して生活していただけるようにと世話をさせていただいているにもかかわらず、このような感覚を持つのは介護にかかわっている人に申し訳ないと思わざるを得ない。

私たちの年代で既にサービスを受けている人もいるが、自分たちがこれらの福祉サービスを利用する必要に迫られた時に、これらの福祉サービスを喜んで受けるかと問われると、子どもたちに迷惑をかけたくないとか様々な事情から、喜んで受け入れるのではなく、最良の選択肢であるとして我慢しながら決定するように思うのは決して私たちだけではないはずである。

社会福祉の基礎構造改革の後で、福祉サービスは措置の時代から契約の時代になったと誰もが考えている。契約の時代になって、福祉サービスを選択できるようになったのは画期的なことであるが、その選択できる

福祉サービスが最良を選ぶ選択ではなく、最悪を除去するための選択になっているように感じるのは決して私たちだけではない。

このように考えたとき、福祉サービスを提供する人々の努力をさらに生かし、より良いサービスを創造することが必要である。より良いサービスを提供するためには、サービスを利用する人にとって充実した生活とは、豊かな生活とは何なのかを、サービス提供者である若い世代に今以上に提供することが必要である。

サービスを提供する人々が、高齢者に対する暖かい思いやりの心を持って「おもてなし」をすることが高齢者にとって充実した生活、豊かな生活といえるのかとも疑問を持ち始めた。日常的な問題の多い毎日を送る中で、「おもてなし」の心でサービスが提供されるなら、砂漠の中のオアシスのような感覚で大いに喜べるが、日常的に「おもてなし」されているだけでは、何か欠けているように感じる。

人間として生活するためには、生活場面の中で役割を担う部分がなければ決して満たされることはない。私たちは社会の中で小さくとも一つの役割を担うことで、その社会の中に自分の存在を築き上げる。「おもてなし」で創られた存在は、お客としての存在であって自らが創造した存在とは感じられないのではないかかもしれない。これが、いくら優しい、心温まるお世話を囲まれていても、いうに言われぬ不満と言えないまでも、理解できない満たされない気持ちを生み出しているのかもしれない。

## 2. 「豊かな生活」に対する考え方

私たちが訪れた多くの施設で生活している利用者から感じたことは、生活している、生きている利用者ではなく、生活させられている、生かされている利用者であった。「生活している」と「生かされている」との違いを詳細に述べることは難しいが、「生活している」は自らの意思で、自らの力を活用することを支援されながら生活することで、自らの意思が中心になっていて、介護者からの支援はあくまで重要な補助的な役割である。「生活させられている」は、サービスを受ける利用者が介護者の支援を中心に生活している状態を示し、決してサービスが行き届いていないのではなく、ある意味行き届きすぎていて本人がすることの多くを知らず知らずのうちに奪ってしまっている状態とも言い換えることができる。

しかしながら、高齢者の中には「お迎え」を待つという生活態度で、「今」を生きるという積極性が欠ける場合も少なくないため、介護者が主体的に介護することで高齢者の尊厳を維持しようとする事例も多くみられる。「お迎え」を待つという生活態度は、介護者にとって決して楽しいものではない。「お迎え」を待っていてくださいとも言えず、「お迎え」が来るまで何もしないで行くわけにもいかず、次から次へと新しい提案を投げかけない限り毎日の生活が惰性に流されることになり、勝手な願いかも知れないが必死に生きてほしいと願うばかりである。

ヨーロッパで話されている一つの話引用する。何もしないでボーっとして何もしない子どもに向かって、一人の大人が「今、努力すれば将来楽ができるよ」と話しかけると、その子どもが「将来楽するって、何？」と聞き返した。そこで忠告した大人は将来の夢、希望や楽しみなどを説明した。この説明を聞いた後に子どもは、「僕今楽をしているのに、なぜ分からない将来のために努力しなければならないの？少なくとも今楽しんでるよ」と答えた。「お迎え」を待っている高齢者にとって、何かをしたところで自らの生活も何も変わりはないと思うことは当然かもしれない。しかし、分からない何かに向かって期待したり、希望したりすることで充実した生活がおくれたり、生きがいを創り出すことができるのだということができる。

「お迎え」を待つといいながら「生かされている」生活をする中で豊かな生活になるのだろうかと考えた。言い換えれば、問題が起こらないように一日一日が無事に楽しく送れるように世話をされるだけの生活で、サービス利用者が充実感を感じられるだろうかと考えた。私たち自身の事を考えてみても、問題がなく楽しい時を他人から与えられるだけの毎日を送っていても、決して豊かな生活を送っているとは思えない。毎日毎日、悩みや苦しみに対して必死に耐えている自分やぶつくと文句や小言を言いながら自分なりの妥協策や解決策を見出した時に少し充実感があったり、豊かさを感じたりする。決して苦しみや悩みがないことが豊かさではなく、苦しみや悩みを乗り越えようとする力があることが豊かさにつながり、支えられるだけの生活ではなく、自らが誰かを支えているという役割を担うことが豊かさを創りだしている。豊かさを感じ

じるためには、世話されるだけの存在ではなく、自らが何かの役割を担っていることで、その空間において自らの存在が確立される。決して、存在が確立しない生活でその人が尊厳されているということとはできない。

とにかく、一般的に「豊かな生活」とはと考えるとき、楽しさが一杯とイメージしやすいかもしれないが、決して解決できない問題や文句や小言の回数の多さが豊かさを消滅させているわけではない。逆に、山あり谷ありの人生が豊かなのかもしれない。このように問題や文句、小言があるが、これらの問題を解決しようとするのが豊かさを持った生活であると考えた。そこで、問題や文句、小言だけが豊かかも知れない「豊かな生活」を支援するために、個々の高齢者が日々の生活に対する考え方や感じ方を活発にすることが必要だと考えて、自らの考えを表現できる機会を増やすことや、表現する意識を持てるようにするために、今回の試みを行った。

### 3. 今回利用したシステム

日本社会は「思いやり」の精神が尊ばれ、高齢者の介護においてもこの「思いやり」の精神が重要視される。介護者は利用者である高齢者を思いやり、高齢者は世話になっている介護者を思いやる。非常に素晴らしいことであるが、ここに「お迎え」が来るのを待っている状況が加味されると、高齢者が介護者を思いやることの意味を違えてとるようになるのかもしれないし、介護者もお迎えを待つ高齢者を持て余すようになる。特に、若い介護者には「お迎え」を待つことの意味が理解しにくく、どのように「思いやる」のか分からなくなる。

そこで、互いに理解するためには、「思いやり」の心を持って、今一度互いに理解しやすい状況を作り出すことが重要であると考えた。高齢者も介護者も互いに理解されやすいように、「思いやり」の心を持って、自分の考えを表現するようにすることは、新しい関係を創り出すことになると考えた。

また、この新しい関係が、前に述べた「豊かな生活」を支援するための一つの方針になりうる。自らの感情を理解されるために表現することは、表現することで問題を創り出し、文句や小言を言うことを多くする可能性もあり、山あり谷ありの人生、喜怒哀楽のある生活を持ち込む仕組みの構築になるかもしれない。従って、現在生活している施設での生活を改善することから始めるのではなく、現在の生活に対する喜怒哀楽をより鮮明に表現することから始めようと考えた。今の生活そのものに対して、感情豊かに表現することから、生活そのものに山と谷をつけ、変化にとんだものにしようと考えた。

このシステムを考えるにあたって、私たちが目を付けたのは施設で撮影する写真の多さである。施設では行事の時に写真を数多く撮影しているにもかかわらずこれらの写真はそれほど利用されているわけではなく、撮影した写真は一定期間壁に貼ってみんなが見られるようにした後に、利用者に渡されるか、一人ひとりの写真をまとめてアルバムにして渡す程度である。そこで、これらの写真にコメントを利用者に自由に記入できる環境を創り出せば、写真の場面をどのように感じていたかが明確になり、一人ひとりの感情を理解できる機会になるかもしれないし、一つひとつの出来事や行事の見直しなどにも利用できると考えた。

基本的には、タブレットPCを利用して手書きで写真の上に自由に書き込めるようにした。利用したタブレットPCはASUS e121で、筆圧も測定可能なものにした。

作成したプログラムはWindowsのOSのもとで利用可能であり、記入した文字の筆跡(X-Y座標で提示)、筆を運ぶスピード、筆圧(0-255の変化で把握)の変化が記録でき、これらのデータをもとに字の大きさや一筆ごとに要した時間など様々なデータを収集できるようになっており、書かれた言葉の意味だけではなく、その言葉を書いた時の感情の変化を、文字を書く速さや筆圧などで理解しようと試みたものである。

ただ、今回の研究では筆の運びのスピードや筆圧の分析は行っていない。行うまでの研究を進めていないことをお断りしておく。



図 1. 利用したシステムの概略

(注) 最初に端末であるタブレット PC に写真データを送付し、利用が終わるときに利用したデータをサーバに送付して終了する。写真データは大量データであるために時間を要することがこのシステムの問題点であるが、利用する基本データはだれでも利用できるようにするため、また利用者のデータを分析するためにはデータを集積する必要がある。

#### 4. 今回の試み, 導入段階の状況

タブレット PC はスマートフォンなどの利用になれている若者にとっては珍しいものではないかもしれないが、PC すらあまり使うことのない高齢者にとっては珍しい、不思議なものかもしれない。そこで、タブレット PC の機能に比較的慣れている学生を研究の第一歩として活用することにした。

タブレット PC の機能に慣れている学生すら積極的に利用できないようであれば、慣れていない高齢者にとってはほとんど利用価値のないものと考えたからである。

今回の試みを次のように行った。

- 1) 実践した学生：4 年生 2 名
- 2) 利用者の人数：養護老人ホームの利用者八名を一人の学生が四名ずつ担当。
- 3) 実施期間：2012 年 9 月から 2013 年 3 月まで。必要に応じて私たちが学生の指導と施設との話し合いを行った。実践期間は 10 月から 1 月までほぼ毎週 1 回の割で施設を訪問し、実施した。
- 4) 準備：9 月に私たちと学生二人が施設に行き、具体的な説明と PC に取り込むことが可能な施設で行った行事の記念写真の選別を依頼。事前に写真の整理を行い準備。

また、実践した学生は次のような目的を掲げて実践した。

- 1) 施設行事写真の振り返りから、行事の楽しさ、今の生活や自己存在に意義についての再認識していただき、これからの生活をより前向きに過ごして頂く。
- 2) タブレット型パソコンを用い、養護老人ホームの利用者を対象に比較的最近のできごと（行事写真）を取りあげ、それらを振り返りながら、現在の施設での生活を振り返り日々の生活や行事に対して、嫌いなことや嫌なこと、楽しみや喜びを表現していただき現在の生活を再評価していくこと。

今回の研究に対する学生と利用者の状況は結論から言えば、疑心暗鬼であったようである。学生たちは、タブレット PC を導入するのに対して、どのように考えたか定かではないが、利用者と最初に話した時に PC すら触ったことのない高齢者に、タブレット PC を利用できるかどうか心配し、難しさを感じたようである。そして、始めるまでは利用者の協力が得られるのか、データとして何も収集できないのではないかという不安にさいなまれていたようである。初回の施設訪問、高齢者との面談を終えたのちの学生の印象は次のようであった。

- 1) 養護老人ホーム利用者について暗い・怖い印象を持っていたが、写真の選別・整理から素敵な笑顔で安心
- 2) 利用者が職員さんと家族のように仲が良い
- 3) 毎日を楽しそうに過ごされている
- 4) 変に構えないように心がけるようにした
- 5) タブレットに文字を書くことは難しいかなと半分あきらめ

一方、研究開始時の利用者の状況を学生は次のように感じていた。

「わたし、字なんか書けんよ〜」、「パソコンなんか使えんよう〜」と機械や文字を書くことにとっても不安を感じている様子であったり、「何書けばいいのかわからんわ」、「これに書いたら終わりだね」と戸惑いの様子で器具にも活動内容にも不安を感じられているようで、どちらかという消極的な参加態度であった。

これは学生の利用者を持った印象がプラスではなくマイナスであったことや学生自身が今回の研究に対して十分な理解をしていなかったことが影響しているかもしれないが、決して研究を開始するのに最良の状況とは言い難い状況であった。

## 5. 今回の試み、事例記録より

前の章で述べたように消極的な参加であったものが、「フラダンス楽しかった、〇〇さん、きれいだよ」などのKさんがコメントを書いてくれると、Kさんに引き続いてN、Sさんもコメントを書いてくれるようになったり、次第に場の雰囲気が明るくなっていった。また、お風呂の順番がくると、「まあええな？お風呂入ってくるで〜」と取組に対して少し逃げ腰であったかもしれないが、興味も少しずつではあるが示し始めながら、自分の意思を自由に表現するようになり、学生たちへの「思いやり」で参加している態度から、徐々にではあるが積極的に参加するようにもなっていた。また、利用者によっては、自分の写っている顔写真をみて、吹き出しを作って「田楽おいしかった。ウフフー〜」と書き込み、「この写真はね、わたしが田楽をつまみ食いした時に撮られた写真なのよ」と忘れていたと思うことまで話してくれるようになり、話が盛り上がるようにもなった。

学生は実習の時には利用者になにを話しかければいいのかわからないばかりで、話が盛り上がるのが全くなかったのに、今回は短期間のうちに利用者の本心と言えものまで聞き出せたことに喜んでいて、これは施設での行事の写真を利用することに決めていたので、準備段階の時に写真の整理をしているときに話す内容を想像できるという利点もあったと学生は述べている。

このように纏めるだけでは十分ではないと思うので、学生の具体的な事例記録を纏めて記載する中から理解していただければと思う。

### 事例

初回：

平成23年4月～6月のイベント写真（フラダンス・あじさい祭り・中島保育園）を活用——コミュニケーションをとる（関係を作る）ことを目指す。

利用者の様子：

「何を書けばええんかわからなかった。書いといて！」

フラダンスの写真から、腰痛持ちで病院通っていること。

あじさい祭りの写真から、両親の厳しかった話。

中島保育園の写真から、旅館を経営している夫婦の子供4人を親代わりに育てたと昔話を少ししてくれた。しかし、時間が来ると「また来るんか！またな」とそっけなく別れた。

学生の所感：

「こっちでみんなでやろうか」と一人で違う場所で行うことに不安を感じるなど、利用者は不安な気持ちのまま私たちと接していた。コメントを書くことは少なかったが、写真から昔の話に広がっていった。

二回目：

7月～11月のイベント写真（白川でのフラダンス・敬老会・踊ろまいか・お誕生会・夏祭り・運動会）：児童期をふりかえる

利用者の様子：

「あれ、この前と同じ人だが」と笑顔で待っていてくれた。

白川で行われたフラダンスの集合写真：「これ、何て書けばええんだの？」とペンを持って「楽しかったね」と書く。フラダンスを踊っている写真：「これ、どじょうすくいみたいで、どじょうすくいって書いとくわ」と笑いながらコメントを書く。話は盛り上がる。Nさんのお誕生日会の写真（Nさん一人で写っていてお化粧もされている）：「これ、いつの誕生日だったかな、去年か！79歳になりましたって書いとくわ。」「これ、わたし一番キレイに写るとるなあ。」と、とても嬉しそうに表情をした。行事のことからその時に様子まで非常によく記憶されていることが分かる。「Nさんの小さい頃、家族の方にお祝いしてもらった？」と質問すると「そんなんやってもらったことないわ」と少し表情が曇り、沈黙が続いた。今考えると、ここでうまく質問できていれば、子どもの頃の思い出をもっとうまく聞き出せて、違う展開に進めたと残念に思った。〈中略：しかし、いろいろとご自分の人生について話す〉そこから、子どもの頃の話に展開し、Nさんの10歳頃のお話になった。その当時は戦争中で、母親と空襲からいつも逃げていたなど、戦争の生々しいお話を伺うことが出来た。

学生の所感：

自ら積極的にペンを持って一枚目から楽しそうにコメントを書く様子が伺えた。前回は、ペンを持つことすら遠慮されていたのだが、今回はコメントを積極的に書いて楽しそうな様子が伺えた。小学生くらいの時の家庭に関するお話を伺うと、表情が曇り話したくなさそうな様子であったので、その時に何かつらいことがあったのではないかと感じた。

しかし、小さい時の家庭の状況の話は聞けなかったが、働いていた頃のお話を積極的に話してくれたりして利用者自身もそれなりに納得できたようなところで終えた。Nさんが昔を振り返りながら、今の自分について見つめ直されていたように思えた。

紙面の関係でこの事例だけにとどめるが、ほとんどの事例で学生と利用者の会話が盛り上がり、学生にとっては色々なお話を聞いたことが有益であったとの感想を述べていることは、身近な施設の行事という題材を用いた今回の試みは有効な試みであったと結論することができる。

## 6. 結果から

それほど数の多い事例ではないが、ほとんどの事例において良い結果が得られた。特に、学生にとって利用者と話すきっかけ作りにはなっていた。また、写真の整理を通して事前に利用者の様子を学生が目に触れていることは、話す内容や話を進める手順を前もって検討していることにもつながり、学生にとっては一つの手助けになったようである。

今回の実践を通して、学生が感じたことを彼らは次のようにまとめた。

- 1) PCの利用は予想よりも上手に運べた。
- 2) 写真の整理を通して、事前に利用者の様子などを知ることができた上に、事前の準備として有効であった。
- 3) 写真という共通の話題があったために、利用者との会話をしやすかった。
- 4) 写真から考えていなかったような昔の話題も聞くことができた。
- 5) 印刷した写真やコメントを持参したことで、次回を楽しみに待っていてくれるように感じた。

また、学生が感じた利用者の様子は次のようにまとめることができる。

- 1) 興味のあった行事とそうでない行事の区別が明確。
- 2) PCの利用を心配していたが、想像以上に早く適応。

## 3) 印刷したコメント入りの写真を喜ぶ.

1) と結論できたのは、興味があった写真ではコメントをすぐ記入したりするが、興味のない写真にはコメントを記入しようとはしなかったことからである。この行動を多くの利用者が同じようにとるとするならば、施設の計画する行事そのものを見直すときの資料として十分に活用することができる。また、興味を持てるような行事であれば利用者がコメント記入だけではなく、行事そのものへも積極的に参加することを促すことも可能であり、消極的に参加する状態から変化が呼び起せ、豊かな生活とまでいかなくともより主体的な生活へと導くことが可能であると思った。

タブレットPCは紙の上を書くのと同じように、PCのモニター上に直接文字を書くので、キー入力よりも問題がなかったと考えている。しかし、私たちの年代が高齢者になるとキーボードに慣れている人たちになり、手書きの文字を好むかどうかその時に今一度考える必要が生まれると思う。

コメント入りの写真を次の機会に持参すると非常に喜ばれた。自分の作業の成果を手にとってみることができるとは重要である。この他にも行事のアルバムを作成するなど高齢者自身の活動を膨らませる可能性を作れたことは意味がある。

高齢者が世話をされるだけでなく、活動することを支える仕組みを作ることによって、生活する高齢者を支える仕組みを完成することができる。今回は学生の実践した後の感想を基にして、高齢者が生きる支援をする方法を模索したが、高齢者自身の興味を引き出したこと、積極的に学生と関係性を持つとしたことなど興味深い結果が得られたと思う。

ただ、今回のタブレットPCを利用したシステムで、従来から言われている回想法を試みるために、歴史的な写真などを集めて行ってみたが、身近な行事の写真を用いたものよりも有効であったとは言い難い。今後は、回想法を行うにしても若い人が回想法を行う時に、若い人が分からないような歴史的な写真を並べるのがいいのか、身近に展開した行事などの画像を利用することによって、昔を自然に振り返るのがいいのか検討してみたいと考えている。当然、個々の事例によって大きな差があると思うが、若い人にとっては昔の写真を理解するよりも今の写真から高齢者が昔を振り返ってくれるのであれば理解しやすいことも多くあるのではないかと思う。

昔話を自慢げにしている高齢者を考えると、昔の画像を見せて無理に過去を振り返えさせるよりも、今の画像から昔を振り返ることができる方が積極的であるように感じる。

高齢者介護においても高齢者の主体性を議論するのであれば、高齢者の主体性をどのように引き出すかも含めて議論を深めなければならない。

「豊かな生活」を定義することは難しいが、単に受動的な生活、世話されるだけの生活が「豊かな生活」とは思えないことは事実である。自らの生活を自らが創ろうとすることがあって、それを支えてくれる存在が「豊かな生活」には不可欠である。決して、苦しみのある生活が「豊かな生活」ではないのではなく、その苦しみをあきらめてしまったり、解決しようとする努力を自身が持てなくなってしまうことが、「豊かな生活」になることを失わせている。Franco Basagliaが「精神病棟に死臭を感じた。この死臭とは希望のない全体の雰囲気だ」と言った。人はみな人に生かされている部分がある。苦労や困難な中であって自ら解決しようという努力なしに他者から支えられることは難しいので、「豊かさ」を感じるができない。言い換えれば、夢や理想に向かって努力する姿を他者に支えられて、「豊かさ」を作り出されている場合が多いのである。

この研究は本学の学術研究の助成を得て開始しましたが、このような研究の機会を与えてくださった研究助成委員会のメンバーの皆様、研究に協力してくださった養護老人ホームの皆様や実践に協力してくれた今は卒業生である学生に感謝を申し上げます。

## 参考文献

黒川由紀子(2005)『回想法—高齢者の心理療法』誠信書房  
遠藤英俊監修 NPO シルバー総合研究所『地域回想法ハンドブック—地域で実践する介護予防プログラ

ムー』河出書房新社

佐藤浩二他編著（2008）『自伝的記憶心理学』 北大路書房

志村ゆず他著（2003）「看護における回想法の発展をめざして：文献展望」『長野県看護大学紀要5』：  
41～52

西川淑子（2011）「高齢者の生活支援としての回想法」『龍谷大学社会学部紀要38号』

野村豊子（1998）『回想法とライフレビュー—その理論と方法—』中央法規