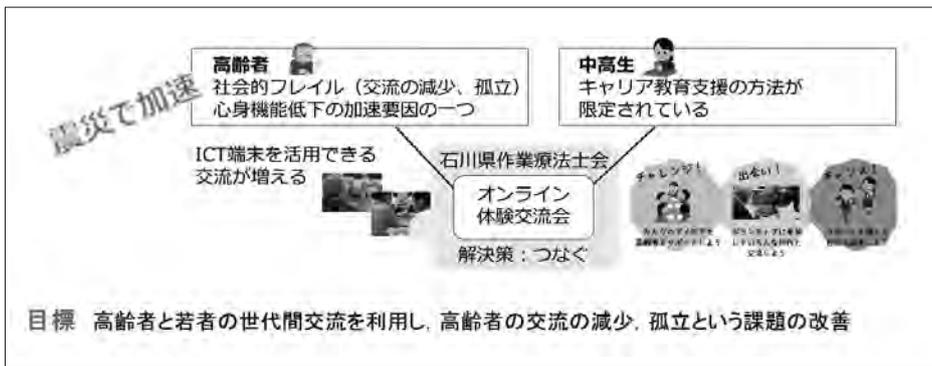


# 能登半島地震被災者に対する高齢者と中高大学生の社会交流を活用した健康支援活動

米田 貢 ●公益社団法人石川県作業療法士会 会長



事業概要図

## 要旨

2024(令和6)年の能登半島地震の被害により、奥能登4市町では、多くの高齢者が仮設住宅で避難生活を送っており、避難生活による生活不活発の加速化と、健康の損失の可能性が課題となっている。当士会は、被災高齢者に対し、中高大学生との世代間交流を活用し、この課題解決に取り組んだ。交流会は、①高齢者はデジタル技術を中高生から習う、②中高生は高齢者の生活課題を知る、③健康予防プログラムの体験で構成される。結果、交流の促進、高齢者のスマホ活用の可能性拡大と双方向の学びにつながった。今後、高齢者と若者が主体となり、課題解決に向けた地域コミュニティ活動の運営につながる支援を展開したい。

## 地域医療貢献のポイント

高齢化率50%超の半島地域で、震災後に進む高齢者の交流減少と孤立に対し、世代間交流とICT活用を通じて人のつながりを再構築し、デジタルデバイドの解消と健康予防を図ることで、復興支援と高齢者の健康増進に貢献する。

## 1. 目的と方法

2024年1月の能登半島地震および同年9月の豪雨災害を受けて建設された仮設住宅の8割以上は、奥能登地区(珠洲市、輪島市、能登町、穴水町)に立地し、いずれの市町も発災後に高齢化率が50%を超えた。

避難生活が長期化する中で、高齢者の生活不活発や孤立の進行、健康状態の悪化が懸念される。本活動では、こうした課題の解決を目的に、高齢者と若者(中高大学生)による世代間交流を実施した。

対象は、被災地域に居住する65歳以上の高齢者と中高大学生で、交流会は仮設住宅内の集会所などで1回90分、計4回開催された。プログラム内容は、①お互いを知る「世代間交流」、②教え合う「スマートフォンやアプリのオンライン体験」、③共に楽しむ「健康予防のための脳活プログラム体験」である。交流は1対1で行えるよう調整し、スタッフが随時サポートした。終了後には高齢者と中高生にアンケートを実施した。

交流会の3つのプログラム：約90分/回

世代間交流	高齢者のオンライン体験	脳活プログラム体験
		
<b>お互いを知る</b> <ul style="list-style-type: none"><li>高齢者は中高生との会話を楽しむ</li><li>中高生は高齢者の楽しみや困りごと気づく</li></ul>	<b>教わる・教える</b> <ul style="list-style-type: none"><li>高齢者はスマートフォンの便利な使い方を教わる。またはスマートフォンに触れる</li><li>中高生は話し方・教え方の工夫に気づく</li></ul>	<b>共に楽しむ</b> <ul style="list-style-type: none"><li>特に社会的認知機能(社会脳)</li></ul>





新聞を用いた脳活を一緒に行っている様子



高齢者が高校生からスマホの使い方を教わる様子



**高校生との交流会  
参加者募集**

高齢生と一緒に脳活プログラムに興戦したり、スマホの便利な使い方を教えてもらったりしながら、交流しませんか？  
楽しみながら、認知症予防に取り組みましょう

日時：令和7年2月2日（日）13時30分～15時00分  
場所：ふじなみ第1団地集会所  
対象：総務町にお住いの65歳以上の方

内 容

1. 脳活プログラム体験
2. 教えて、スマホの使い方



仮設住宅内の集会所で交流会を行っている様子



## 2.現状の成果・考察

本プログラムには高齢者33名、高校生25名、大学・専門学校生6名が参加した。開催場所は、鳳珠郡能登町内の2つの仮設団地集会所と、広域避難先の金沢市内である。

参加した高齢者は主に70～80歳代の女性で、中高生との交流経験が「ほとんどない」と回答した人が60%に上った。一方、交流会後のアンケートでは、90%がスマートフォンやタブレットを「身近に感じた」と答え、全員が「楽しかった」と回答した。実際には、LINEや地図、動画アプリなどを若者に教わり、その場でLINEグループを作成したり、バス時刻を検索したりと、ICT活用への意欲がみられた。

高校生の90%も「今後の自分に役立つ経験だった」と回答し、被災生活の実態、支援の重要性、教え合いや支え合いの大切さな

ど、多くの学びを得ていた。高齢者と若者の双方に学びがある点が、この交流会の大きな意義である。

## 3.今後の展望

復興には長期的な支援が必要であり、高齢者の生活不活発リスクも依然継続している。今回の活動を通じて、高齢者と若者が互いの生活を理解し合うことで、新たな社会交流の機会が生まれ、高校生も支え合いの大切さを体験できた。今後は、奥能登地域の高齢者と若者自身が、主体的に課題解決型の活動を企画・実施・継続できるよう支援を行う予定である。2025（令和7）年度は、24年度と同じ地区での継続開催に加え、新たに2市町での開催準備を進めている。

**高校生の考え**

問：高齢者の方に提案・支援できることはありますか？

高齢者の方がわからないことを、わかるようにする教室を定期的に開くことができたらいいなと思います。

孫がいない方ででも沢山コミュニケーションをとる方法を考える必要があると感じた

震災により最低限の生活はできたが、対人関係や生活様式が変わったことによる悩みがありました。まずはお話を聞き、少しでも心を軽く出来たらと思います。

自分からコミュニケーションを取りにいったり、（地域の方に）声をかけられたら、良い機会だと思ってたくさんお話すること

**地域の方のコメント**

問：感想を教えてください

皆さんの楽しそうな顔を見て元気が出た

若い方たちの出会いが楽しく、またの機会を期待して待っています

運動したり、楽しい時間でした

スマホに関して情報をたくさん得た

久しぶりに若い子と話し緊張しましたが、良かった

問：どのようなお話をしましたか

祭りの話など

ユーチューバーについて教えてもらった

スマホの使い方

孫がいたらこんな感じかなと思った

楽しく色々な話が出来た

自分の話を色々聞いてもらえた