

中高年のための初級 I T 活用術 ～パソコンや携帯電話によるインターネットの活用法～

植 木 一 範

明倫短期大学 歯科技工士学科

The Beginners' Class of IT Use Method for Middle-aged and Elderly people
—Use Method of the Internet by Personal Computer and Cellular Phone—

Kazunori Ueki

Department of Dental Technology, Meirin College

要旨

急激に情報化の進む現代社会において、パソコンや携帯電話などで、インターネットを活用し、膨大な情報量の中から、自らに有益な正しい情報を収集することが現代人には求められている。この公開講座では、特に、急に I T 活用を迫られ、多くの情報活用の場において困惑している中高年を対象に、現代情報化社会の特徴の解説と、基本的なインターネットの使い方、そしてインターネットや I T を親しみやすく利用できるような活用術について実技教室を交えて紹介した。

キーワード：I T, I T リテラシ, インターネット,
中年齢者, 高齢者

Keywords : Information Technology, IT literacy,
Internet, Middle age, Elderly

1. はじめに

21世紀は、初頭より“e”の時代が到来している。“electrical”つまり電子的なやりとりが日常的となり、情報は溢れるようになった。人生の大半を人と人が直接対面する伝統的な社会の時代に過ごしてきた中高年にとって、ここ数年の社会は、新しい技術の波が押し寄せ、身近に深く浸透してきたために、場合によっては日常生活に支障の出る程の変化となった。一部の中高年からは I T への嫌悪感、つまり I T アレルギーがささやかれるようになった。そ

れでも近年の I T は、以前に比較して徐々に扱いやすいものに改良されつつある。もちろんそれは、I T の利用人口や年齢層の拡大に対応してインターフェースを改良してきたことによる。しかし、I T アレルギーといわれる人は、それでも扱い始められない、扱いきれないということが多いようだ。ここでは、そのような I T アレルギーの兆候が見られる中高年を対象に、初級 I T 講座として、情報化社会の特徴とインターネットの活用法を紹介し、実技教室により I T リテラシの向上を図り、I T アレルギーの解消を試みたので報告する。

なお、本報の内容で実施した公開講座当日は、情報化社会についての講演を約30分、インターネットの活用法などについての実技教室を約90分として実施した。参加者は中高年者60名(PC設備の都合により定員60名)であった。(図1)



図1 明倫短期大学IT公開講座実施風景 (2006/6/17)

2. 情報化社会について

1) I T社会の特徴^{1), 2), 3)}

I Tとは, “Information Technology” つまり情報技術のことである。さらに近年, 携帯電話をはじめとする通信技術が急速に発展し, I Tと切り離せない関係にあるので, それらをまとめて「情報通信技術」と呼ぶことが多い。情報通信技術とは, 情報化の中にあふれる膨大なデータ(情報)の中から, 通信機能を活用し, 必要なデータを集め, 整理し利用する技術であり, さらに, データを発信する技術でもある。簡単にいえば, データを上手に扱う方法ということができる。

社会全体の主たる変化には, “t” から “e” になってきたことがいえる。“t” とは “traditional” つまり伝統的なやり方のことであり, 人と人が対面し, 直接やり取りをする人の歴史の中で長い間行われてきた方法のことを指す。それに対して, “e” つまり電子的なやり方が I T社会の主たる特徴となる。直接人と人が対面しなくともやり取りが可能であるので, メーカーと消費者間を直接結んだり, 消費者からメーカーへの直接発注を可能としたりと商業に関する組織形態を一変させた。さらに少人数の会社形態や立地条件を選ばないなど, 会社の設立の形も多様化を始めた。

現在の I T社会をもたらした要因としては, インターネットの発達と, パソコン(PC) および携帯電話の普及, 高性能化が伴ったことがあげられる。つまり個人レベルまでPCや携帯電話を用いてインターネットに接続し, 情報を共有出来る時代となったことが情報化社会を爆発的に拡大させたと考えられる。

2) 最新 I T機器の特徴

近年 I T機器は日進月歩で進化を遂げている。特にほとんどの機器で信号がデジタル化されたことと, PCを中心とした機器間のリンク機能が付加されたことが特徴としてあげられる。デジタルカメラは, コンパクトな物でも 1千万画素の時代へ突入した。1千万画素のデータは, 3648×2736ピクセルなどの画像となり, 印刷においては実に A2サイズのプリントを可能としている。この画像は, 現在の一般的なノートパソコンのディスプレイの解像度(WXGA 1280×800)の約10倍にも相当する。ビデオメモリーや記憶媒体の容量を考えるとかなりの性能を要求されるといえるが, 現

在のPCはそれに耐えうる性能と機能を持っているといえる。他にもハイビジョン対応のテレビやデジタルカメラ, 大容量デジタルオーディオプレイヤー, ブルーレイディスクやHD-DVD, その他, 携帯電話やゲーム機まで, PCと周辺 I T機器の間ではさらなる大容量のデータのやりとりがなされるようになってきている。

3) インターネットの特徴

さらなる高速, 大容量通信が可能となっているのが近年のインターネットの特徴である。光ファイバーケーブルを利用した光回線通信が普及し始め, 100Mbpsという超高速な回線が一般家庭に入る時代となった。動画コンテンツや画像や音声の通信にも十分な速度を持ち, それによりIP電話機能, ソフトウェアのダウンロード販売なども一般的になってきている。

4) 携帯電話の特徴

近年の携帯電話も急激な進化を遂げている。デジタルテレビやデジタルラジオの開始によって, 携帯端末での受信・再生機能が付加されたり, デジタルカメラ, 音楽再生, 位置情報, お財布機能など機能は多岐にわたり始めた。また, インターネットのフルブラウザ(携帯端末用ではないWebページの閲覧が可能)機能も付加され始め, 携帯電話によるインターネット利用もさらに本格化する時代になりそうだ。

3. 明倫短期大学と I T

明倫短期大学は開学10周年を迎えているが, 本学では開学時より本格的な I T化に取り組んできた。歯科技工工程における 3次元CAD/CAMシステムの導入に向けた研究が最も古く, 現在では普及の進んでいる歯科用CAD/CAMシステムをいち早く開発してきた。現在では, 歯科用CAD/CAMシステムを十分に扱える歯科技工士の養成プログラムを整備するとともに, 現代 I T社会に対応できる I Tリテラシーを兼ね備えた歯科技工士および歯科衛生士の教育プログラムを開発, 検討している。歯科界においても, I T化の波は少なからず押し寄せており, それに対応できる人材が求められている。

4. インターネットの活用(実技講習内容)^{4), 5)}

1) パソコンの基本操作

- ・マウスの利用

ポインタの移動、クリック、ダブルクリック、ドラッグ&ドロップ。

- ・キーボードの利用
各キーの解説。

2) Webの世界 ～インターネットの仕組み～

インターネット上には数え切れないほどのWebページがある。ここでは、どのような種類のものがあり、どのような楽しみ方があるのかを紹介する。ただし、回線の速度などによって、動画のようなコンテンツは利用できない場合もある。

- ・インターネットで映画や動画を鑑賞してみる
- ・オリジナルラジオのようなインターネット放送局
- ・いつでもどこでも身近に感じられるチャット&テレビ電話
- ・世界中の人々を相手に対戦ゲーム
- ・ホテル・航空券・チケットなどのオンライン予約
- ・オンラインショッピング
- ・音楽配信サービス
- ・スポーツ観戦を楽しむ
- ・オンラインプリントサービス
- ・ポータルサイトなど

(1) 「インターネット・エクスプローラー」の利用

- ・各種機能の説明とマウスやキーボードの利用

(2) URLについて

<http://www.yahoo.co.jp/index.html>

- ・プロトコル名：httpは表示対象がWebページである事を意味している。
- ・ドメイン名：Webページの住所。組織名と組織の形態、国などが示されている。
- ・ファイル名：ドメイン名が示すサーバー内の各ファイルまたはフォルダのこと。

(3) ウェブのテクニク

- ・ネットサーフィンの活用 リンクの活用
- ・ホームページ（インターネット・エクスプローラーで最初に表示されるページ）の変更
- ・画面表示を大きくする（ズーム機能）

(4) 履歴の利用や削除

- ・直前に見ていたWebページを再表示する
- ・過去に見たWebページを再表示する
- ・履歴の保存期間の変更。履歴の削除

(5) お気に入りの利用

- ・お気に入りのWebページを追加（記録）

- ・お気に入りの並べ替えやフォルダ管理、削除

(6) 検索サイトの活用

- ・ロボット型検索サイト Google など
- ・ディレクトリ型検索サイト Yahoo! など

3) Webの活用術 ～役立つサイトの例～

(1) 電車の時刻表を調べる

JR東日本 <http://www.jreast-timetable.jp/>

Yahoo! <http://transit.yahoo.co.jp/>

ジョルダン <http://www.jorudan.co.jp/>

(2) 辞書で調べる

三省堂 <http://www.sanseido.net/>

goo <http://www.goo.ne.jp/>

(3) 本の情報を調べる

books.or.jp <http://www.books.or.jp/>

amazon.com <http://www.amazon.co.jp/>

楽天ブックス <http://books.rakuten.co.jp/>

(4) 外国語のWebページを日本語に翻訳する

excite翻訳

<http://www.excite.co.jp/world/english/web/>

(5) 航空券やホテルの予約をする

国内線.com <http://www.kokunaisen.com/>

じゃらん <http://www.jalan.net/>

楽天トラベル <http://travel.rakuten.co.jp/>

(6) インターネットオークションに参加する

ヤフーオークション

<http://auctions.yahoo.co.jp/jp/>

(7) インターネット ラジオを聴く テレビを見る

Gyao <http://www.gyao.jp/>

(8) ソフトやファイルをダウンロードする

Vector <http://www.vector.co.jp/>

4) ネットショッピング

(1) ネットショッピングの利用

- ・商品を買う（本やCD、衣料品や家電、食品まで。宅配便などで送ることのできるもの）
- ・チケット、サービスを買う（ホテルや航空券、コンサートのチケットなど）
- ・コンテンツを買う（ソフトや音楽、小説などのデータで買うことのできるもの）

(2) ショップを検索

価格ドットコム <http://www.kakaku.com/>

amazon.com <http://www.amazon.co.jp/>

(3) お買い得店舗

ネットプライス <http://www.netprice.co.jp/>

(4) ポイントを貯める（ショッピングモール）

ショッピングサイトの入り口として利用する。

- 楽天市場 <http://www.rakuten.co.jp/>
- ショッピングパレット
<http://www.jp.sonystyle.com/Palette/>
- Tモール <http://tmall.tpoint.jp/>
- (5) 振り込み手数料を安く、簡単に（ネット銀行）
- e-Bank <http://www.ebank.co.jp/>
- ジャパンネット銀行
<http://www.japannetbank.co.jp/>
- ソニーバンク <http://www.moneykit.net/>

5) メールの利用

ショッピングをはじめ、インターネットを通して取引した結果は、ほとんどの場合、メールによりすぐさま送信されてくる。商品が届くまでの連絡は、電話や郵送の手段は基本的には使われない。従って、インターネットの活用には、メールの利用が欠かせない。

- (1) アウトルック エクспレスの利用方法
- (2) 文章の作成（返信の利用）

5. IT公開講座の参加者集計

図2に今回受講された参加者の内訳と、参加者の自己申告によるIT活用レベルを示す。基礎レベル（インターネットもメールもあまり使ったことがない）が約6割であり、その平均年齢も64.6歳と他のレベルに比べ3歳程度上回った。また、図3に示すように基礎レベルにおいては、パソコンおよび携帯電話所有率も約6割と他のレベルに比べ2割程度低かった。図4には、ITを利用して何がしたいかを複数回答可として調査した結果を示す。インターネットの活用が第一にあげられ、次いで、旅行やイベントの予約、デジカメの活用、メールの利用、ネットショッピングなどが興味の対象として上位であった。表1に示す、ITについて分からないこと、学びたいことの任意記述項目において、基礎レベルの参加者では、ITが何に使えるのか、目的や機能、専門用語などの基礎から知りたいという意見が多くみられた。初級、中級レベルにおいては、インターネットを使う上でのセキュリティについてなど、一歩踏み込んだ内容を学びたいという傾向がみられた。

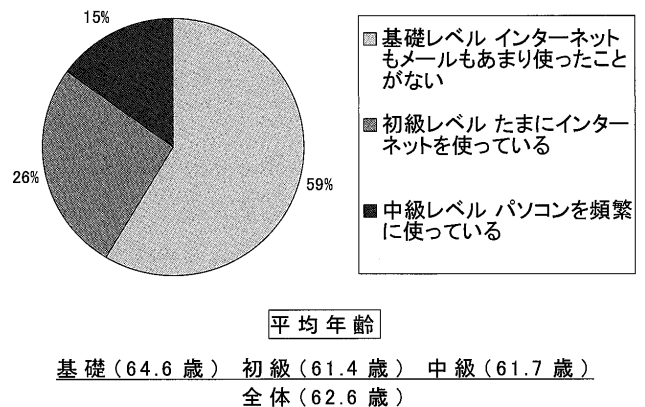


図2 受講者の内訳と平均年齢

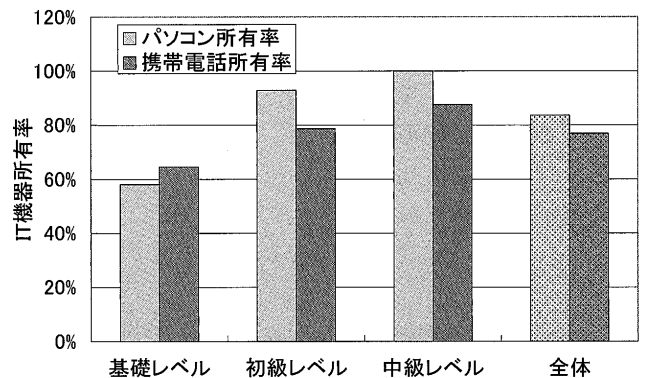


図3 パソコンおよび携帯電話所有率

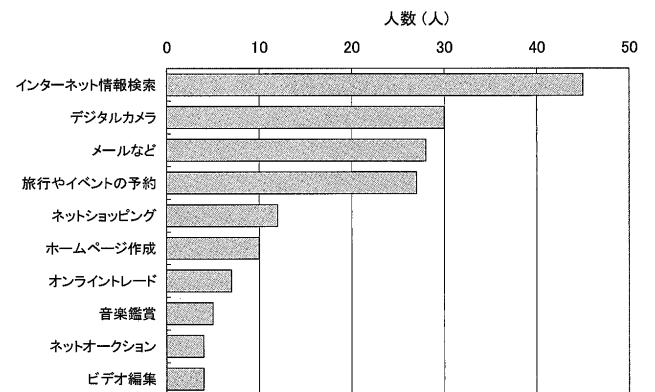


図4 ITの利用目的

表1 受講レベルにおける主な受講希望内容

基礎レベル	ほとんど不明なので機能を覚えたい
	携帯電話の機能を覚えたい
	何も分からない
	専門用語
	ペイントがしたい
	使う目的を知りたい。目的が欲しい
	子供とのメール
初級・中級レベル	パソコンウイルス対策
	デジカメの使い方
	デジタルビデオの使い方
	携帯メールとパソコンの使い方の違い
	スパムメール対策
	IDやパスワードの設定
	セキュリティ
	パソコンの全機能
古いパソコンの機能復旧	

6. おわりに

今回、明倫短期大学開学以来初めてのIT系の公開講座を開催した。日常生活においても、歯科界においても情報化の波が押し寄せ、ITが身近になっているこの時代に本学からもITスキルや設備を地域社会へ還元することが求められていることを実感した。情報系の専門ではない本学においては、今後

も特にITリテラシ初級者を対象とした、理解しやすく、ITの利用が楽しくなる講座を企画していきたいと考えている。何はともあれ、ITアレルギー解消には、第一に楽しいと感じられることが必要であると考えている。

文 献

- 1) 荻田玲子, 稲積宏誠: IT講習会にみるパソコン操作修得の際の困難さについて: 中高年齢者の場合. 情報処理学会研究報告, 2004 (49): 17-24, 2004
- 2) 小川まどか他: 高齢者におけるIT・電気機器の利用実態と特徴 (<特集>高齢者支援, 一般). 電子情報通信学会技術研究報告, 106 (144): 71-76, 2006
- 3) 大澤文孝: 図解パソコン入門2006~2007年版, 秀和システム, 東京, 2006
- 4) 速攻パソコン講座編集部: 速攻パソコン講座インターネット&メール. (株)毎日コミュニケーションズ, 東京, 2005
- 5) 東弘子: 速攻パソコン講座ネットでマルトクお買い物もの・活用ガイド. (株)毎日コミュニケーションズ, 東京, 2006