

# シニアスマホ健康教室に ついての活動報告

広島文化学園大学大学院 人間健康学研究科

大越つむぎ

# 目次

1.活動について

2.実施報告

3.成果

4.今後の展望

5. 助成金の使用内容

スマホ・LINEの使い方 & かんたん健康チェック

**無料** シニアスマホ健康教室

2025年12月6日 (土)

10:30~12:30

スマホ教室

骨密度測定

体脂肪・筋肉量

2階「2205教室」

場所 広島文化学園大学 広島坂キャンパス  
(坂町平成が浜3-3-20) 大学祭も同時開催

# 1.活動について

---

スマートフォンの活用を支援

健康チェック



高齢者のデジタル社会への参加を支援

# 1.活動について

---

- ①坂町の高齢者が**坂町公式LINE**を活用し、**行政サービス・災害情報**にアクセスしやすくなるように
- ②定期的に**健康チェック**を行い、健康づくりへの**モチベーション**向上に
- ③将来福祉を目指す**学生**の**対人関係形成力**の向上に

## 2.実施報告

2026年12月6日に実施

学生10名が参加



スマホの使用方法、LINE  
の使用方法についてサ  
ポートを実施した。

## 2.実施報告

### 健康チェック



骨密度測定の様子



筋肉量・体脂肪の測定の様子

## 2.実施報告

---

### ①スマホ教室

スマートフォン  
についての  
全体的な講義

活用方法に  
ついての  
個別指導

坂町公式LINE  
の登録及び  
利用方法の  
レクチャー

## 2.実施報告

---

### ②健康チェック

超音波骨密度  
測定装置  
による測定

体成分分析装置  
での測定

それぞれの  
結果に基づ  
いた助言

## 2.実施報告

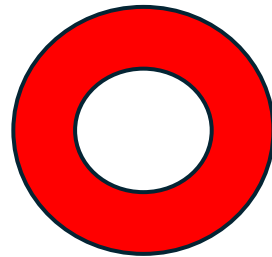
---

### ③対応のポイント

個別指導の利点を活かすために、



教える



一緒にやる

専門用語を避け高齢者の目線に立ってサポート

# 3.成果

---

## 高齢者(参加者25名中11名から回答)

若者への期待感

スタッフの人数の多さの評価

個別指導への評価

地域に大学がある貴重さ

## 学生(10名)

伝えることの難しさ

貴重な社会貢献の機会

自己の社会的役割

地域への愛着

## 4. 今後の展望

---

坂町内での活動の定期的な  
実施及び継続



サポーターとなる学生の  
増加及び知識の向上



**引き続き内容を精査しながら改善し、継続していく**

## 5. 助成金の使用方法

---

- 消毒液や記録紙などの**消耗品**
- 参加高齢者に対しアンケート**回答への謝礼金**
- 教室参加者の安全のための**保険料**

**ご清聴ありがとうございました。**