

# 高齢者が快適に生活するためのデザイン

## Tool for an Elderly's Daily Life

酒井 真梨乃

指導教員 西野 隆司

サレジオ工業高等専門学校 デザイン学科 値値創造研究室

キーワード：高齢者、読書、メモ、薬ケース

### 1. 研究の動機と目的

従来、高齢化社会の問題は大きく取り上げられてきたが、近年では、より一層深刻な問題も目立っている。私も祖父母に接する中で、問題を身近なものと感じたため、興味を持った。

以上のことから、私は高齢者の日常生活を見直し、そこにある問題を改善することを研究目的とした。

### 2. 研究意義

高齢者の日常生活の改善が、彼らと彼らを取り巻く人々の幸福の向上につながり、より豊かな社会を発展させることができる。

### 3. 調査内容

最初に、私は高齢者的心と体の問題について調べた。心の問題では、主に認知症やうつ病などが挙げられていた。体の問題では、視力・聴力の低下、腕・手の筋力の低下、膝・足が骨折・転倒しやすくなるなどがでてくる。調べていく中で、私の祖父母の症状は心の問題に共通する部分が多くあった。よって、心の問題改善を中心に、デザイン展開を進めていくことにした。その中で、読書による改善ができないかと考え始めた。読書は「集中力」や「記憶力」という認知機能の大部分が働くので、認知症予防につながることが「ネクサスコート」という介護施設の通信記事によって分かった。また、ストレスに強くなり、うつ病予防になることも言われてる。そこへさらに、メモを取

る習慣をつけることも取り入れようと考え始めた。

次に、内閣府が実施した高齢者に関する調査データを中心に調べていった。平成 26 年度に出されている「高齢者の日常生活に関する意識調査結果」のデータでは、全国の 60 歳以上の男女 6,000 人を対象とし、有効回収数は 3,893 票であった。その中の「調査票と単純集計結果」に「あなたは、普段の生活で楽しいと感じていることは何ですか。この中から、いくつでもあげてください。」というアンケート内容があり、28 項目あるうち最も多かったのは、83.2% の「テレビ、ラジオ」となっていた。次に多いのは、55% の「新聞、雑誌」であった。しかし、これらと同じ読み物である「読書」の項目は、23.2% と、途端に数字が下がっていた。

次の質問の「あなたは、スポーツ、趣味、文化生活などについて、今後どのような活動に力をいれて取り組んでみたいと思いますか。この中から、いくつでもあげてください。」という内容では、先ほどと同じ 28 項目のうち「仲間と集まったり、おしゃべりをすることや親しい友人、同じ趣味の人との交際」が 39.1% と 1 番多かった。次に多かったのは 37.9% の「旅行」である。最初の質問でトップにあがっていた「テレビ、ラジオ」は 33.6% で 3 番目に、「新聞、雑誌」は 24.3% で 6 番目に多い順となっていた。これらのことから、最初の質問で充実していることは、2 番目の質問で数字が低くなっている傾向にあることが分かった。しかし、「読書」に関しては次のアンケート内容でも 18% と低い数字であった。

さらに、平成 29 年度の「高齢者の健康に関する調査結果」のデータを調べた。全国の 55 歳以上の男女 3,000 人を対象とし、そのうちの有効回収数は 1,998 票であった。そのうちの「日常生活に関する事項」の「あなたは、以前は問題なくできていたが、最近特に難しいと感じる活動はありますか。この中からあてはまるものすべてお答えください。」という質問内容を見していくと、「テレビや読書などを楽しむ」の項目に 3.5% と記載されていた。このことから、難しいと感じている事が普段の日常生活へと影響されるのではないかと考えられる。

#### 4. デザイン展開

調査内容を踏まえ、読書を楽しみながらメモを取る習慣をつけることができるもののデザイン展開をしていった。著作権の切れている小説や詩などを載せた本、かつメモ帳にもなる「メモブック」というものを提案し、試作品を制作した。バッグに付けて使用することを想定し、字だけではなく挿絵を入れることも考えていた。そこから、雨対策はどうするのか、バッグやポーチ自体に「メモブック」専用の箇所を設けるなど、高齢者が使いやすいような工夫を考え始めた。

#### 5. 今後の展開

調査を進めていく中で、すでにブックカバーとポーチを組み合わせた類似商品があったことと、自分の祖父母が最近本を読まなくなったり。そこから読書を含めたものを進めていくのは難しいと判断し、メモというキーワードは残して本という要素は外すこととした。

そこで、お年寄りが毎日目にするものとメモを合わせるデザイン展開を考えた。大体の高齢者は薬を服用するというところに着目し、高齢者は本よりも薬が入ったものを毎日見るだろうという考え方から、薬ケースというものに着目した。

今後は高齢者が使いやすいような薬ケースとメモ帳などを組み合わせたもののデザイン展開を考えていく予定である。

また、老人ホームなどへのインタビューも積極的に行っていきたい。

#### 6 参考文献.

- ・大阪大学大学院医学系研究科・精神医学教室(2007)『絵でみる心の教室』アルタ出版, p. 169-191.
- ・ツクイ “高齢者の介護（身体の変化）”[“<https://www.tsukui.net/about/care/03/>](https://www.tsukui.net/about/care/03/) (参照 2020-10-19) .
- ・ネクサスコート(2020) “読書で認知症を予防できる？ 読書と脳の関係とは-介護通信”[“<https://www.nexuscare.co.jp/archives/nursing\\_post/nursing\\_post-3621>](https://www.nexuscare.co.jp/archives/nursing_post/nursing_post-3621) (参照 2020-10-19) .
- ・内閣府 “平成 26 年度 高齢者の日常生活に関する意識調査結果”(概要版)  
[“<https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h26/sougou/gaiyo/index.html>](https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h26/sougou/gaiyo/index.html) (参照 2020-10-19) .
- ・内閣府 “調査票と単純集計結果-平成 26 年度 高齢者の日常生活に関する意識調査結果（全体版）”  
[“<https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h26/sougou/zentai/pdf/s3.pdf>](https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h26/sougou/zentai/pdf/s3.pdf) (参照 2020-10-19) .
- ・内閣府 “平成 29 年 高齢者の健康に関する調査結果（概要版）”  
[“<https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h29/gaiyo/index.html>](https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h29/gaiyo/index.html) (参照 2020-10-19) .
- ・内閣府 “日常生活に関する事項-平成 29 年 高齢者の健康に関する調査結果（概要版）”  
[“<https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h29/gaiyo/pdf/sec\\_2\\_1.pdf>](https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h29/gaiyo/pdf/sec_2_1.pdf) (参照 2020-10-19) .