

◆文部科学大臣賞◆

〈社会教育部門〉

「ユビキタス双六遍路」

徳島大学・大学開放実践センター（徳島県）

〒770-8502 徳島県徳島市南常三島町1-1

■実践事例報告の概要

ユビキタス双六遍路は「バーチャルお遍路」システムである。ウォーキングした歩数を、毎日あるいは定期的に、パソコンか携帯電話からブログに記録すると、それを自動集計し、距離換算した後、どれだけ歩いたかを四国八十八カ所のお遍路地図に表示する。現在サービスはNPO法人徳島インターネット市民塾における講座として提供しており、全国からの利用がある。さくら組とひまわり組に分かれて歩いているが、健康増進行動が習慣化される上にIT利活用の意識と技能が高まることからたいへん好評である。奈良古道歩きにも導入を検討中で発展が期待される。

実践のねらい

ケータイによるインターネットやブログは現在急速に普及しているが、中高齢者の利用はまだまだこれからの感があり、徳島のみならず、四国全域、全国で課題になっている。こうした状況への生涯学習の立場からの方策として、健康増進に連動した利用推進策、特に、面白く楽しく、地域を実感できるゲーム的学習方法が有用であるという考え方から発想したものが四国文化として知名度の高い「歩き遍路」をバーチャル化したユビキタス双六遍路である。2004年度の文部科学省委託事業（大学等開放推進事業）の「先進的モデル講座」としても採択され、全国的サービスとして実践した。

特徴・工夫・努力した点

マンネリ化しやすい日頃のウォーキングも、ブログというインターネット上の公開日記を使うことによって、仲間同士で情報交換しながら楽しくウォーキングすることができる。同時にブログと連動した双六遍路によって、西国88札所に思いを寄せながら、健康増進への意識・歩みを進めることができる。また、モブログ（携帯電話からウォーキング中に更新する）手法を導入することによって、歩き遍路中にも活用できるよう工夫して

いるため、これまでにない歩き遍路の楽しみ・味わい、チャレンジの気持ちが高まり、それが健康増進につながっていく効果がある。

実践内容

ユビキタス双六遍路は、「バーチャルお遍路」システムである。ウォーキングした歩数を、毎日あるいは定期的に、パソコンか携帯電話からブログに記録すると、それをプログラムが自動集計し、距離に換算した後、どれだけ歩いたかを四国八十八カ所のお遍路地図に表示する。

2004年10月からシステム開発し、2005年3月から徳島大学公開講座「空海と歩く」にて実践利用を開始した。当初の利用者数は約40名、現在、本システムはNPO法人徳島インターネット市民塾における講座のなかで提供。約30名が利用している。

実践結果

利用者からの反響は大きい。ひとつはブログやケータイの利用が促進されたことに関するもので、利用者自身の驚きと感謝の言葉が多く届けられる。感想を届ける人の多くは、ケータイをこれまで携帯電話としてしか使わなかったシニアであり、その人たちは、まずは機種買い替え（カメラ機能のアップグレードやQRコード読み取り機能の付

加など)を積極的かつ即座に行っている。そしてメールやモブログの利用を活発に始めた。また、それにより、家族や友人との日常交流が増えたとの感想も多い。

ブログの利用に関しては、できないと思っていたことができたという喜びや、コメント機能により、地域の友人たちとのグループ活動が新たにできたり、活性化させた人が多い。まさに「ブログ利用による地域づくり」である。

2つ目の反応は双六遍路システムによる「歩く」ことへの意欲の増大に関するものである。多くの人が同様の感想を寄せているが、埼玉県在住のTさんご夫妻から、2006年1月2日にメールで届いた「電子メールで送信:バーチャル遍路の効能」という感想がそれらを代表し、定年後の生活へのインパクトを見事に描いているので以下に(ご本人の了解を得て)掲載する。

『現在バーチャル遍路に挑戦していますが、その効能についてレポートします。まず、ただ歩いて歩数を記録し、先生に報告するだけでは面白くも何もなく、恐らく途中で挫折するのが見えている。いや少なくとも自分は最後までやりとおす自信がない。しかし、バーチャルで何処まで歩いたか、地図上にプロットされるだけで励みになる。正直、女房にだけは負けたくないと頑張るだろう。そして実際にはお参りしてはいないが歩いた距離で、八十八箇所をお参りしたことになるというバーチャルならではの遍路が完成すると言うこと自体痛快である。下記に今までと変わった点を記します。従来、家では何もしないのが常であったが、①自分で新聞受まで新聞を取りに行くようになった。②今までやらなかったゴミ捨てを進んでやるようになった。③雨戸を女房に言われずに閉めるようになった。④郵便局(約1.2Km)まで歩いて行くようになった。⑤少し位遠回りでも喜んで歩く。⑥家の中で、何でも持ってきてくれ、取ってくれと頼んでいたことが少なくなった。⑦ブログに書き込む関係もあり、よく遠出をするようになった(15~20Km)。(ブログに1000歩、2000歩の数字は書き込めない)⑧ブログにコメントが入るとうれしい。⑨歩数が多いときはブログへの書き込みが楽しい。以上、思いつくまま、正

直に書きました。何だか生活が変わったようです。1月半ばからちょっと海外へ出かけ、ブログへの書き込みができなくなりますが、できれば、歩数計を持って行って海外でも歩数を記録し環境が許せば、海外から書き込みをしたいと考えています』

3つ目の反応は、健康状態の改善に関するものである。事例的な報告ではあるが、受講者のSさんから以下のようなメールが届いた。

『双六遍路システムでは大変お世話になっております。本システムを利用した健康づくりをご報告いたします。4月1日よりスタートし6ヶ月で満願するためには毎日12000歩が必要だとのこと「毎日ブログを更新する」「毎日12000歩以上歩く」を目標にしました。歩数計と体重計を購入しパソコン管理しながら毎日2時間の散歩を心がけた結果1ヶ月以上早く満願となりました。開始時から満願時を比べてみますとスリムになりました。先日成人病検診に行ってきましたが結果はまだです。多分良くなっていると思います』

考察(今後の課題)

今後の課題は、ブログの開設に苦勞する人が多い点である。受講者の平均年齢は60歳を越えており、パソコンやインターネットの経験はあっても、ブログの開設やケータイメールの利用経験の無い人が多く、URLの意味、パスワードの意味・管理などについて一からの学習が必要な場合がほとんどであった。ただし、時間はかかっても、ほぼ全員習得は可能であったし、本システムの利用法の習得に時間がかかり苦勞したことが逆にインターネットへの愛着を高めたことを報告する人も少なくない。

今後の展開としては、RFIDタグやQRコードの利用を組み込んだサービスを計画・開発中であり、また、利用料金の支払いにフェリカやエディなどの電子マネーの導入を近々に行う予定である。さらに、心拍数や血液検査結果などと歩数記録を連携表示させるといった運動生理学や医学領域との連携も視野に入れていきたい。本システムを奈良古道歩きへ導入することも検討中であり、他地域への広がりについても期待している。