

山梨県若手研究者奨励事業 研究成果報告書

所属機関名 中央大学大学院文学研究科心理学専攻

職名・氏名 博士後期課程1年 塚田 花音

1 研究テーマ

「高齢者におけるデジタル技術利用の促進に向けた調査および介入研究」

2 研究の目的

本研究は、高齢者によるデジタル技術の利用促進と、それを活用したサービスの活用可能性の検討を目的として実施した。近年、オンライン手続きや遠隔コミュニケーション、デジタル行政サービスなど、非接触・非対面型のデジタルサービスが急速に普及しており、日常生活や社会参加の在り方は大きく変化している。山梨県においても、行政手続きのオンライン化や地域活動における ICT 活用の推進など、デジタル技術を基盤とした施策が進められている。しかしながら、こうした環境の変化にもかかわらず、高齢者におけるデジタル技術の利用は依然として限定的であり、その恩恵を十分に享受できていない層が存在することが指摘されている。

その背景には、操作方法や知識といった技能的要因に加え、学習機会の不足、支援体制の不十分さ、さらには心理的要因(不安や自己効力感の低さ)など、多面的な課題が存在すると考えられる。加えて、若年層やサービス提供側において「高齢者はデジタル技術の利用が困難である」といった固定的な認識、すなわちデジタル・エイジズムが存在し、それが支援やサービス設計の在り方に影響を与えている可能性も指摘される。このような認識は、高齢者自身の利用意欲を低下させるのみならず、利用機会そのものを制限する構造的要因となり得る。

そこで本研究では、こうした複合的課題に対して、個人レベルと社会的認識レベルの双方からアプローチを行った。具体的には、高齢者のニーズや特性に即した支援体制の在り方を検討する研究(研究1)と、高齢者のデジタル技術利用に対する若年層の偏見の軽減を目的とした研究(研究2)に取り組んだ。研究1では、高齢者のデジタルリテラシーの実態や課題を明らかにし、効果的な支援方法の検討を行った。一方、研究2では、若年層の認識に着目し、デジタル・エイジズムの実態とその変容可能性を検証することで、より適切な社会的理解の形成に資する知見の創出を目指した。これにより、高齢者がデジタル技術を主体的に活用できる環境整備に資する知見を得るとともに、山梨県における実践的な活用可能性を示すことを目的とした。とりわけ山梨県における高齢者支援施策への応用可能性を見据えた実践的知見の創出を目指した。

3 研究の方法

研究1

本研究では、Everyday Digital Literacy Questionnaire (EDLQ; Choi et al., 2023) の日本語版作成およびその妥当性検討を目的として、以下の手順で実施した。

まず、原著者より提供された英語版尺度を日本語に翻訳した(2025年6月)。次に、高齢者研究を専門とする研究者3名(うち1名はITリテラシー関連資格保持者)による内容の妥当性確認を行った(2025年7月)。その後、翻訳の正確性を担保するため、専門業者によるバックトランスレーションおよび英文校正を実施した(2025年8月)。これらの過程を経て、原著者より日本語版の使用許可を得た。

(2025年9月)。

さらに、予備調査として高齢者15名を対象に質問紙の実施可能性を確認し、大きな問題がないことを確認した(2025年10月上旬)。その後、本調査としてシルバー人材センターにおいて約200名の高齢者を対象に質問紙調査を実施した(2025年11月)。加えて、全世代を対象とした調査として、オンライン調査(370名)および郵送調査(50名)を実施した(2026年2月)。

翻訳した尺度の日本語版の項目は以下の通りである。

この質問票は、日常生活におけるデジタル技術の活用について、あなたの知識、考え方、そして実際に使いこなす力を確かめることを目的としています。各設問をよく読み、あなたの現在の経験や考えに最もよく当てはまる選択肢を選んでください。言葉や技術を知らない場合には1(全くそう思わない)を選択してください。

1. インターネットで必要な情報を見つけることができる
2. インターネット上の情報が信頼できるかどうかを判断できる
3. 書類や写真、動画などのデータを、他のスマートフォンやパソコンなどのデジタル機器に転送できる
4. インターネットで見つけた書類、写真、動画などのデータを保存できる
5. LINEやFacebook等のSNS(ソーシャルネットワークサービス)を使ってメッセージや写真、動画をやり取りできる
6. 電子メールで書類や写真、動画を送受信できる
7. スマートフォンやパソコンなどのデジタル機器を使ってビデオ通話やオンライン会議に参加できる
8. 他人の投稿に「いいね」などの反応を示すことができる
9. インターネット上の他人の投稿にコメントできる
10. スマートフォンやパソコンなどのデジタル機器を使用して文章を作成できる
11. スマートフォンやパソコンなどのデジタル機器を使用して文書ファイルの形式を変換できる(例: Wordで作成した文書をPDFに変換する、など)
12. 他人が作成した文書や写真、動画を編集してSNSなどに投稿できる
13. スマートフォンやパソコンなどの機器やアプリの操作で問題が起きたとき、自分で対処できる
14. 著作権を侵害する行為について理解している
15. 自分が作成したもの(文書や画像など)の著作権を他者から守っている
16. スマートフォンやパソコンなどの機器のログインやログアウトのためのパスワードを設定できる
17. スマートフォンやパソコンなどの機器に保存されているファイルを削除できる
18. インターネットの自分の検索履歴を削除できる
19. インターネット上のスパム(迷惑メール)やフィッシング(偽サイトや偽メールによる詐欺行為)などをブロックできる。
20. スマートフォンやパソコンなどの機器の使いすぎによる身体的な影響を理解している
21. スマートフォンやパソコンなどの機器の使いすぎによる精神的な影響を理解している
22. スマートフォンやパソコンなどの機器の操作中やアプリのインストール中に困ったとき、助けを求める方法を知っている

研究 2

本研究では、高齢者のデジタル技術利用に対する否定的態度 (デジタル・エイジズム) の実態とその軽減可能性を検討した。

クラウドソーシングサービスを用いた調査を実施し、高齢者のデジタル技術利用に対する認識の歪みについて検討した (2025 年 10 月)。具体的には、高齢者のスマートフォン保持率や SNS 利用率の推定値を回答させ、既存統計 (NTT ドコモ等) との乖離を分析した。

また、この認識の歪みが否定的態度に影響するという仮説に基づき、介入実験を実施した。東京都内の大学生 (2025 年 4 月)、および山梨県内の中学生・高校生 (2026 年 3 月) を対象に、高齢者およびそのデジタル技術利用に関する正確な情報を記載した文章を提示し、介入前後での態度変化を測定した。なお、山梨県内の中学生を対象とした調査に際しては、事前に副校長および教務主任との対面での打ち合わせを行い、中学生にも理解可能な内容となるよう項目の精査を行った(2026 年 2 月)。

さらに、シルバー人材センターにおける質問紙調査において、高齢者自身が認識する社会の否定的態度およびその心理的影響についても検討した。

4 研究の成果

研究 1

EDLQ 日本語版の作成プロセスを通じて、尺度の翻訳および文化的適合性の確保を行った。現在、得られたデータを用いて信頼性および妥当性の分析を進めている。これらの知見は、高齢者のデジタルリテラシーを多面的に評価する基盤を提供するとともに、今後の支援方策の設計に資するものである。

また、本調査データを用いた追加分析により、高齢者の SNS 利用と性格特性との関連が示された。具体的には、LINE の利用は外向性と関連し、X、Facebook、Instagram といった他の SNS の利用は開放性と関連することが明らかとなった。これらの結果は、高齢者におけるデジタル技術利用の個人差を理解する上で重要な知見を提供するものである。

以下に方法・結果および考察の概要を記載する。

方法：2025 年 11 月下旬に、日本の地域在住高齢者を対象として質問紙調査を実施した。欠損のない 167 名(平均年齢 72.67 歳，女性 48.50%) を分析対象とした。SNS 利用 (LINE およびその他のプラットフォーム [X, Facebook, Instagram]) を従属変数とした。独立変数として Big Five パーソナリティ特性を用い、年齢、性別、教育歴、健康状態指標を統制した。分析にはロジスティック回帰分析を用いた。

結果：LINE の利用率は 67.66%であった一方、その他の SNS 利用率は 22.16%から 30.54%の範囲であった。外向性は LINE 利用と関連していた ($OR = 1.74, p < .01$)。一方、開放性はその他の SNS 利用と関連していた ($OR = 1.75, p < .01$)。モデルの適合は概ね良好であった (順に $R^2 = .334, .211, ps < .05, VIF < 1.92$)。この傾向は各プラットフォームで一貫していた。

考察：パーソナリティ特性は、健康状態とは独立して SNS 利用と関連しており、先行研究を拡張する結果である。コミュニケーションを主目的とする LINE は外向性と関連し、一方で情報探索志向が強く、かつ普及度の低いその他の SNS は開放性と関連していた。SNS 利用が依然として選択的である現状において、パーソナリティ特性は高齢期のデジタル参加のあり方を規定する可能性がある。今後は、個人特性に応じた介入によって、より包摂的なデジタル参加を促進できる可能性が示唆される。

研究 2

クラウドソーシング調査の結果、高齢者のスマートフォン保持率や SNS 利用率は、実際の統計値よりも全体的に低く見積もられていることが明らかとなった。さらに、高齢者のデジタル技術利用に対して否定的な態度を有する者ほど、その過小評価の傾向が強いことが示された。

以下に方法・結果および考察の概要を記載する。

方法：

参加者 クラウドソーシングサービスであるランサーズを利用し、日本に在住する若年・中年 (18-59 歳) を対象にアンケート調査を実施し、回答した 204 名中トランプ項目に正確に解答した 202 名 (女性 80 名、20-59 歳、平均年齢 42.21 ± 8.39 歳) を分析対象とした。

質問項目 デジタル技術を利用する高齢者に対する否定的な態度は、Attitudes Toward Older Adults Using Technology (ATOAUT-10; Mannheim et al., 2021) の 10 項目 (6 件法) を用いた ($\alpha = .81$)。一般的な高齢者に対する否定的な態度は、日本語版 Fraboni エイジズム尺度短縮版 (原田他, 2004) の 14 項目 (6 件法) を用いた ($\alpha = .91$)。60 代、70 代、80 代のそれぞれの年代におけるデジタル利用率を推測させ (例: 「日本において、以下の年代のスマートフォンの保有率を予想して教えてください」)、0-100% のうちの整数で回答させた。また、統制変数として、高齢者にデジタル技術利用について教えた経験の有無、高齢者との同居経験の有無、自分のデジタル技術利用に対する自信度、年齢、性別を尋ねた。

倫理的配慮 本研究は、中央大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した (管理番号: 2025-061)。

結果: ATOAUT-10 と、利用率の推測との関連について相関分析を行った。その結果、ATOAUT-10 は 70 代、80 代のスマートフォンの利用率の推測との間に弱い負の相関 (順に $r = -.23, p = .001$; $r = -.23, p < .001$)、70 代、80 代の LINE の利用率の推測との間に弱い負の相関 (順に $r = -.18, p = .012$; $r = -.20, p = .004$) が見られた。また、ATOAUT-10 を従属変数、日本語版 Fraboni エイジズム尺度短縮版を独立変数とし、上記の統制変数を含む重回帰分析を実施したところ、日本語版 Fraboni エイジズム尺度短縮版のみ有意な関連がみられた ($\beta = .46, p < .001, R^2 = .21$)。

考察: 本研究では、若年・中年層の「高齢者のデジタル技術利用」に対する認識を探索的に検討した。その結果、デジタル技術を利用する高齢者に対する否定的態度が強いほど、70 代・80 代のスマートフォンや LINE の利用率を低く推測していた。このことは、若年・中年層が年齢の高い高齢者のデジタル活用能力を過小評価している可能性を示唆する。さらに、一般的な高齢者に対する否定的態度と、デジタル技術を利用する高齢者に対する否定的態度との関連から、「高齢者はデジタルを使えない」という偏見の背後には、年齢や老化に対する否定的態度 (竹内・片桐, 2020) が存在する可能性がある。今後は、こうした偏見が高齢者自身の行動意欲や自尊感情に及ぼす影響を明らかにするとともに、若年・中年層への介入の必要性がある。高齢者に関する否定的態度を是正する短い説明文の提示による教育的介入が有効であることが報告されており (Shimizu et al., 2023)、塚田・清水 (2025) でもこの手法を応用することで「高齢者は電子機器の操作が苦手である/SNS を使うことができない」といった偏見が軽減されることが示されている。このような介入を通じて、高齢者が新たなスキルであるデジタル技術の習得や活用に抵抗感を抱くことなく取り組める環境を整備していくことが求められる。

介入実験の結果、正確な情報を提示することにより、大学生においては高齢者に対する否定的態度の有意な低減が認められた。一方で、中学生・高校生のデータについては現在分析中である。

以下に方法・結果および考察の概要を記載する。

方法：

参加者 東京都内の大学生 114 名 (女性 85 名、平均年齢 19.35 ± 0.64 歳) を対象にオンライン実験を実施した。

手続き 参加者は研究の内容の説明を受け、参加に同意した後、エイジズムおよび高齢者の SNS 利用に対する否定的態度の項目に回答した (Time 1)。次に、ランダムに説明文提示群とクイズ提示群に割り当てた (順に、57 名、57 名)。説明文提示群では、高齢者に関するネガティブなステレオタイプの是正を目指した 400 字程度の説明文を提示した。この説明文は、Shimizu et al. (2023) を改善して作成した。一方、クイズ提示群では、上記の説明文に記載された内容を計 7 問の 2 択問題のクイズとして出題し、1 問ごとに解答を提示した。例えば、「日本の 65 歳以上の高齢者のうち、約 30% が認知症を抱えている」という問題を出題し、参加者に正誤判断を求めたのち、「この問題の答えは「誤っている」です。内閣府によると、2022 年における認知症高齢者の割合は 12.3% であることが報告されています」という解説を提示した。

上記の実験操作の後、全参加者を対象に、再びエイジズムおよび高齢者の SNS 利用に対する否定的態度を尋ねた (Time 2)。最後に、参加者の年齢と性別を尋ねた。

質問項目 エイジズムは日本語版 Fraboni エイジズム尺度短縮版 (原田他, 2004) の 14 項目 (6 件法) を用いた (Time 1; $\alpha = .85$, Time 2; $\alpha = .90$)。高齢者の SNS 利用に対する否定的態度は「多くの高齢者は SNS を使うことができない」と「多くの高齢者は電子機器の操作が苦手である」という 2 項目 (6 件法) を用いた (Time 1; $r = .72$, $p < .001$, Time 2; $r = .70$, $p < .001$)。

結果：各群におけるエイジズムおよび高齢者の SNS 利用に対する否定的態度の要約統計量を表 1 に示した。エイジズムを従属変数とし、群 (説明文提示群、クイズ提示群; 参加者間要因) および測定時 (Time 1、Time 2; 参加者内要因) を独立変数とする分散分析を実施した。その結果、群と測定時の交互作用が見られた ($p = .01$)。単純主効果の検定の結果、クイズ提示群において、Time1 よりも Time2 のほうがエイジズムが低いという有意傾向が見られた ($p = .07$)。一方で、説明文提示群では、Time1 よりも Time2 のほうがエイジズムが低くなった ($p < .001$)。

高齢者の SNS 利用に対する否定的態度を従属変数とし、上と同様の分散分析を行った。その結果、群の主効果 ($p = .37$) および群と測定時の交互作用が見られなかったが ($p = .66$)、Time1 よりも Time2 のほうが否定的態度が低いという測定時の主効果が見られた ($p < .001$)。よって、どちらの群においても否定的態度が軽減した。

考察：本研究では、若者が抱くエイジズムおよび高齢者の SNS 利用に関する否定的態度の軽減を目的に、説明文提示群とクイズ提示群の 2 条件による教育的介入を実施した。その結果、エイジズムは説明文提示群のみに軽減効果が見られた一方で、SNS 利用に関する否定的態度は両群で軽減された。これにより、仮説 1 は支持されたが、仮説 2 は支持されなかった。

この結果の一因として、クイズ内でエイジズムに関する問題が前半、SNS に関する問題が後半に配置されていた点が考えられる。クイズ形式は説明文よりも読解に時間を要するため、前半の情報が後半の解答中に記憶から抜けた可能性がある。なお、学習効果に関しては、文章の繰り返し読解よりも読後にテストを受けるほうが知識の定着に有効であることが「テスト効果」として知られている (Roediger & Karpicke, 2006)。この観点から、クイズ提示は単独では効果が限定的だった可能性があるが、説明文提示に続けてクイズを行うことで、より高い学習効果が期待される。

また、高齢者対象の調査では、若年・中年層の方が高齢者よりもデジタル技術利用に対する否定的

態度の得点が高い一方で、高齢者の回答はばらつきが大きいことが示された。さらに、高齢者が認識する否定的態度は、デジタル技術に対する自信（自己効力感）を媒介し、モバイル機器の使用熟達度の低下に影響を及ぼすことが明らかとなった。

これらの結果は、高齢者のデジタル格差が単なる技能の問題ではなく、社会的認識や心理的要因と密接に関連していることを示唆するものである。下に方法・結果および考察の概要を記載する。

方法：本研究は、2025年10-11月に実施された。シルバー人材センターで募集した高齢者182名（男性97名、平均年齢 72.86 ± 5.57 , 60-88歳）と、クラウドソーシングサービスで募集した若年・中年203名（男性122名、平均年齢 42.17 ± 8.39 歳, 20-59歳）を対象とした。分析には、デジタル・エイジズムを測定する Attitudes Toward Older Adults Using Technology (ATOAUT-10) の10項目（6件法）を用いた。

倫理的配慮：中央大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。

結果：対応のない t 検定の結果、若年・中年のほうが高齢者よりも、ATOAUT-10の合計得点が高かった ($t(383) = 2.08, p = .038$)。また、 F 検定の結果、ATOAUT-10の合計得点は、高齢者の分散 (0.52) が若年・中年の分散 (0.19) よりも有意に大きかった ($F(181, 202) = 2.74, p < .001$)。

考察：内集団である高齢者よりも、外集団である若年・中年層の方が、デジタル・エイジズムの程度が一様に高かった。若年・中年層のデジタル・エイジズムには、高齢者のデジタル技術利用に関する事実誤認や認識不足があると指摘されているが、本研究の結果は、こうした層に全体的な誤認が存在する可能性を示している。今後は、若年・中年層を対象とした事実誤認を是正する介入の重要性が示唆される。

5 今後の展望

研究1

今年度収集したデータの詳細な分析を通じて、高齢者のデジタルリテラシーにおける具体的な課題を多面的に明らかにすることを目指す。特に、年齢、教育歴、主観的健康感、社会参加状況等の個人特性との関連を検討することで、どのような背景を有する高齢者において課題が顕在化しやすいのかを明確化する。また、本研究で用いた自己評価式質問紙に加え、実際のスマートフォン操作課題（例：アプリのインストール、メッセージ送信、オンライン手続きの模擬操作等）を導入し、主観的評価と客観的技能との乖離を精緻に検討する。これにより、「できていると思っているが実際には困難である層」および「過小評価しているが実際には利用可能である層」といった類型化を行い、それぞれに適した支援の在り方を検討する。

さらに、縦断的データの収集も視野に入れ、デジタルリテラシーの変化過程や介入効果の持続性についても検証する予定である。これらの知見を基に、高齢者が安心してデジタル技術を活用できるよう、心理的側面（自己効力感や不安）と技能的側面の双方に働きかける実践的介入プログラムの開発につなげる。

研究2

高齢者にサービスを提供する企業や自治体関係者等を対象として、高齢者のデジタル技術利用に対する認識の実態を体系的に明らかにする。特に、「高齢者はオンライン手続きが困難である」といった前提のもとに紙媒体や対面手続きが維持されている状況に着目し、こうした認識がどの程度実態と乖離しているのかを定量的に検討する。また、こうした認識がサービス設計や制度運用にどのように反映されているのかを明らかにし、その結果として高齢者のデジタル利用機会が制限されている可能性

について検証する。

さらに、企業・自治体職員を対象とした実験的手法（例：高齢者の実際の利用データや成功事例の提示による認識の変容）を導入し、認識の修正が意思決定やサービス設計に与える影響を検討する。加えて、一部の手続きについて段階的にオンライン化を進めた場合の利用率や満足度、負担感の変化を追跡し、オンライン化の効果と課題を実証的に明らかにする。これらの結果を踏まえ、高齢者の実態に即したサービス設計指針を提示するとともに、過度な配慮による機会制限を防ぎつつ、必要な支援を適切に提供するための方策を提案する。最終的には、高齢者のデジタル利用機会の拡大と社会参加の促進に資する制度的・実践的基盤の構築を目指す。

6 研究成果の発信方法（予定を含む）

本研究の成果については、国内外の学会発表および学術論文として体系的かつ継続的に発信している。特に、基礎的知見の蓄積から応用的展開に至るまで、多様な媒体を通じて段階的に公表することで、本研究領域の発展に寄与することを目指している。

まず、Everyday Digital Literacy Questionnaire (EDLQ; Choi et al., 2023) の日本語版については、翻訳・逆翻訳および専門家による内容妥当性の検討を経て、現在信頼性および構成概念妥当性の検証を進めている段階である。今後は探索的因子分析および確認的因子分析を通じて尺度構造を精査し、内的一貫性や基準関連妥当性を含めた包括的な検討を行った上で、その成果を国内誌にて報告する予定である。さらに、本尺度を用いた多世代データとの比較分析を実施し、高齢者のデジタルリテラシーの特徴を国際的文脈の中で位置づけることを目的として、国際誌への投稿を予定している。

高齢者の SNS 利用と性格特性との関連については、健康状態を統制した上でパーソナリティ特性がどのように SNS 利用に関与するのかを検討した研究として、国際的にも新規性の高い知見を提示するものである。当該研究については国際学会に抄録を提出済みであり、現在受理結果を待っている段階であるが、採択後は口頭またはポスター発表を通じて議論を深め、その後、国際誌への投稿へと発展させる予定である。

クラウドソーシングサービスを用いた調査により明らかとなった、高齢者のデジタル技術利用に対する認識の歪みに関する研究については、2026 年 3 月の発達心理学会においてポスター発表を行い、参加者からのフィードバックを踏まえて内容の精緻化を図っている。本研究は、高齢者の実態と社会的認識との乖離に着目した点に特徴があり、現在は国際誌に投稿中である。査読過程において指摘された理論的・方法論的課題に対応しつつ、国際的な議論に資する形での成果発信を目指している。

また、東京都内の大学生を対象とした介入研究については、2025 年 9 月の日本心理学会にてポスター発表を行い、若年層における高齢者観およびデジタル・エイジズムの変容可能性を示す知見として報告した。現在は国内誌に論文を投稿し査読対応中であり、理論的枠組みの明確化および分析の精緻化を進めている。さらに、山梨県内の中学生・高校生を対象とした介入研究については、発達段階に応じた認識形成のプロセスを明らかにする研究として位置づけ、国内誌の高齢者偏見に関する特集号への投稿を予定している。

加えて、高齢者を対象とした調査データのうち、世代間比較に関する結果については、2026 年 6 月の老年社会科学会にてポスター発表を予定している。本発表では、若年層・中年層・高齢層間におけるデジタル技術利用およびその認識の差異を整理し、世代間ギャップの構造的理解を深め

ることを目指す。また、否定的態度が自己効力感を媒介してモバイル機器の使用熟達度に影響を及ぼすという知見については、理論的にはデジタル・エイジズムの内在化メカニズムを示唆する重要な結果であり、国際学会に抄録を提出済みで現在受理結果を待っている段階である。採択後は媒介分析のさらなる精緻化および追加データの検討を行い、国際誌への投稿につなげる予定である。

以上のように、本研究の成果は、尺度開発、実態把握、認識の歪みの解明、介入研究という複数の側面から体系的に蓄積されており、それぞれを国内外の学会および学術誌を通じて段階的に発信している。今後も、基礎研究と応用研究を往還しながら、国際的な学術的議論への貢献とともに、実社会への還元を見据えた成果発信を継続していく予定である。