



## （医療・福祉の充実－8）

### ユビキタス双六遍路 （徳島大学地域創生センター、徳島県徳島市）

#### 【概要】

「ユビキタス双六遍路」は、徳島大学・吉田敦也教授（徳島大学地域創生センター長・総務省地域情報化アドバイザー）開発による「バーチャルお遍路」システム。

#### 【コラム】

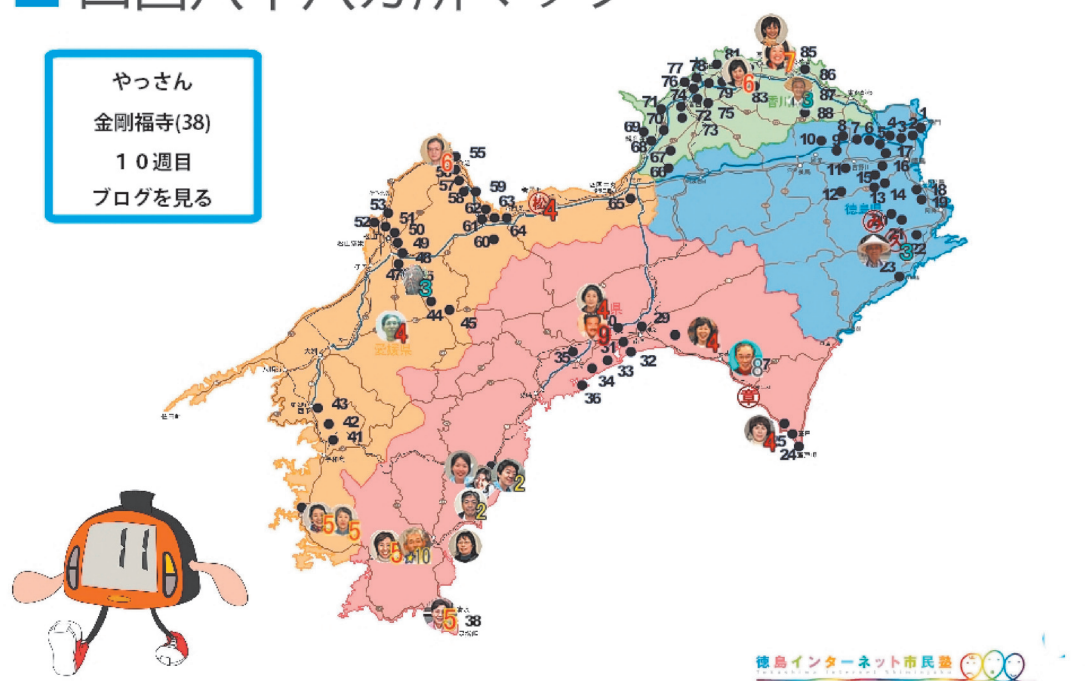
本コンテンツは、健康増進行動をICT活用で記録することが、健康行動の持続に効果的であることを狙って開発しました。特に、持続促進の要因としての「仲間づくり」のきっかけとなったり、Webを使うことによって、家族や友人の参加・見守りを可能とし、それが、新しいコミュニティの形成や活性化、まちづくりにつながっていくことを体験・実感してもらうことを目的としています。このシステムを使うと、ウォーキングした歩数をパソコンや携帯電話からブログに記録することで、どれだけ歩いたかが四国八十八カ所のお遍路地図に表示され、仲間同士で情報交換しながらウォーキングすることができます。このことにより、マンネリ化しやすい日頃のウォーキングも、四国八十八カ所に思いを寄せながら、楽しく進めることができます。歩数をブログを使って入力する方法としたことにより、平均年齢65歳の利用者がブログ利用を日常化しこれまでに経験したことのないICTライフを楽しみ、健康づくりや家族との交流を飛躍的に増大させました。一方で、パソコンやインターネット利用が不慣れな方が主な利用者であるため、利用開始のための準備に電話サポートなりが必要なことが多く、そのことをマニュアルや技術的に解消する方策を考案するのはかなり難しく、また、コンピュータシステムやネットワークシステムは管理が必要であり、その手間を誰が負担するかはさらに難題となりました。現状では、品質を保ったサービスを維持するため、積極的な広報をあえてせず、利用人数を制限している状況です。本システムの効果で特筆すべきは、このシステムを2005年以来利用継続している人がいることです。双六遍路をすでに10周（1周1117キロ）した人もいて、全体的な利用人数は少ないが、健康増進行動の持続に大きな効果があることがわかります。また、本システムではモブログ（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り、実際の歩き遍路中にも活用できるシステムを実現しています。本システムで、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、糖尿病改善等の運動療法として、地域ぐるみの健康ウォーキングの実践などに活用されています。

※当システムはインターネット活用教育実践コンクール第7回で文部科学大臣賞を受賞、第9回で特賞「多摩川源流探し－歩数計着用とICTシステムの活用で生活リズムを整え、学力も向上させよう－」でも活用されました。  
(<http://www.netcon.gr.jp/>)

ユビキタス双六遍路は本年2月にシステムリニューアルしました。このことによって、個々人の毎日の記録を統計処理等することが容易になり、成果やトレンドを健康管理などにより活用しやすく、利用者増にも対応しやすくなりました。また新バージョンでは、地図を好きなものに変更が可能となり、四国遍路に限らず、世界各地をコース対象に設定できるようになりました。

現在、NPO法人徳島インターネット市民塾にてサービスされており全国どこからでも利用できます  
(<http://tokushima.shiminjuku.com/>)。

## ■ 四国八十八カ所マップ



(問い合わせ先)

徳島大学地域創生センター TEL:088-656-7651