

実践報告

看護大学生と地域住民が協働で取り組む健康づくり

—官民学のコラボレーション企画（第3報）—

井上 深幸*・滝澤 寛子*・中島 優子*・川嶋 元子*・加藤 裕規*

Key words：健康づくり、地域住民、大学生、協働

I はじめに

2018年に行った「京都看護大学ヘルシーキャンパス宣言」（井上，2022）を嚆矢に、2021年度からは「地域」を射程圏内とした取り組みを推進してきた。この取り組みのひとつが「Healthy Community中京!」である。本活動は「大学生と地域住民が週1回交流し、1ヶ月間励まし合いながらウォーキングにチャレンジする」企画で「2022年度健康長寿のまち・京都いきいきアワード2022」大賞を受賞した。2件目の活動は、同行政区で行われている「健康体操」への参加である。この活動は「公園で行われている‘健康体操’を通して、地域住民と学生が交流しながら健康増進を行う」企画である。いずれも、看護学の教育・研究の成果を社会に還元する社会貢献活動に位置付けている。

本稿では、「看護大学生と地域住民が協働で取り組む健康づくり」（高城他，2022、滝澤他，2023）第3報として2つの活動をトピックスに限定して報告する。

II. 「学生と地域住民が協働で取り組む健康づくり」2023年度トピックス

1. 「Healthy Community 中京!」－実践内容と評価

1) 住民の変化に対応した今年度の企画内容

本企画は、例年11月を「ウォーキングにチャレンジする」期間とし、10月下旬から12月上旬に実施している。2023年度からは、2年次後期開講の「中級ゼミ2」において展開することとした。

例年、年度初めには、大学が位置する学区の地域代表者、行政区まちづくり推進室担当者と企画内容の打ち合わせを行っている。開始1年目の打ち合わせ時には、地域代表者から歩数データを収集することについての否定的意見があった。3年目となる今年度は「もっと多くの指標を活用し、この企画の前後にデータをとりたい」との積極的な意見がだされた。このような住民の変化に対応し、昨年度まで測定していた項目に、体組成及び足趾力の2項目を追加することとした。10月27日～12月1日の期間に5回実施することとし、測定は、開始日と最終日に実施することで合意した。主な内容は、例年同様にチャレンジブックを作成し、1週間の記載内容を学生と地域住民が共有しながら、振り返りと翌週の目標を設定することで、運動習慣継続を図ろうとする支援の実践である。この科目の概要及びスケジュールは表1の通りで

*京都看護大学

表1 中級ゼミ2 概要及びスケジュール

概要	他者と協働して物事を推進する際に必要なリーダーシップ能力と、他者に働きかける力を育成する。小グループを編成し、地域に暮らす人々と共に、既修内容を活用して健康増進のための活動計画と評価指標を作成する。計画は地域住民と共に実施し、指標に基づいて評価を行い、計画の有効性を検討する。	
到達目標	1) 個人の主体的な健康づくりのための支援に関する知識及びチャレンジブックを活用し、地域住民と共に健康増進のための活動計画立案と評価ができる。 2) 地域に暮らす人々が理解できるよう伝え、関係性を維持しながら健康増進活動を推進することができる。 3) グループメンバーと協働して、グループメンバーの目標が達成できるよう働きかけることができる。 4) ヘルスプロモーションモデル、個人の主体的な健康づくりのための支援の方法を活用した健康増進活動の体験について述べることができる。	
回	日程	学修内容
1	10月6日	ガイダンス 生活のなかで健康行動を生み、はぐくむ援助
2	10月20日	主体的な健康づくりのための支援の方法 ①ヘルスプロモーション、②ヘルスリテラシー、 ③行動変容アプローチ、④エンパワメント・エデュケーション
3	10月27日	主体的な健康づくりのための支援/協働活動 －関係性の構築、個別性を踏まえた活動計画の立案
4	11月10日	主体的な健康づくりのための支援/協働活動 －計画実施状況の把握と計画評価
5	11月17日	主体的な健康づくりのための支援/協働活動 －計画実施状況の把握と計画評価
6	11月24日	主体的な健康づくりのための支援/協働活動 －計画実施状況の把握と計画評価
7	12月1日	主体的な健康づくりのための支援/協働活動 －達成度・満足度の評価
8	12月15日	まとめ－健康教育・健康増進活動における看護師の役割

ある。

2) 実践の評価

(1) 住民への効果による評価

本企画は、ヘルスプロモーションの概念を枠組み（滝澤ら，2023）として展開している。この実践の評価は、「参加のきっかけ、学生との交流への思い、企画で良かった内容、感想」を住民に対して尋ねるアンケートをもとに行っている。「学生との交流への思い」（図1，図2）は、2021年度の住民へのアンケートの自由記載等から抽出した「生きがい」と「健康増進」を上位概念とする7項目と「負担感」を尋ねる1項目である。尚、「生きがい」の質問項目は、生活充実感、安らぎ感、自己実現、効力感、生きる意欲で構成した6項目である（滝澤他，2022）。

企画の終了時に、アンケートへの協力は任意であり、協力しない場合でも不利益は生じないことを文書及び口頭で説明し、匿名で行った。住民の参加は、26名であった。結果について昨年度と比較し評価した。

「参加のきっかけ」（表2）をみると、「昨年も参加して楽しかったので」が昨年より増加している。一方、「面白そうだった」が減少している。これらの結果から、初めての参加者が減少し

表2 参加のきっかけについて

アンケート項目	2023年度(n=26)	2022年度(n=29)
	%	%
昨年も参加して楽しかったので	42.3%	31.0%
知人からのお誘いがあったので	26.9%	41.4%
その他（頼まれたから）	15.4%	0.0%
地域の役員をしているので	7.7%	20.7%
面白そうだった	3.8%	27.6%
無回答	3.8%	0.0%
家族に勧められたので	0.0%	3.4%

ていることと、昨年、楽しいと感じたことが今年度の参加に繋がっていることがわかる。参加者数の減少の理由として「大学まで、何回も決まった日時に通うことが困難」等の意見がよせられている。地域住民の高齢化や企画の意義に対する認識の双方から、目的及び目標の再検討と合意が次年度に向けての課題と考えられる。

「学生との交流への思い」（図1、図2）は、「とても思う」「まあまあ思う」「あまり思わない」「全く思わない」の4件法で尋ねた。昨年度課題としていた「負担になる気持ちがあった」は、減少していた。筆者らは、開始前の住民との情報交換時に、ウォーキングの歩数が目標になることや競争になる傾向があることについて負担があることを

聴取していた。「その方にあわせた健康増進の目標をあげる」ことを心がけていたが、初学者が陥る傾向でもあり、高齢期にある人々の理解が十分でないことが「学生による健康指導」に表れていたと考えられる。筆者らは、今年度の学生への指導において、学生が作成する住民に手渡す教育媒体に、何度も助言、指導し「その人にあった内容」になるよう徹底した。このような教育実践が、住民の負担感の軽減につながったのではないかと考えられる。

「生きがい」に関わる項目では、6項目全ての項目で「とても思う」「まあまあ思う」と回答した人が増加していた。「生活のはりができた」は、2022年度が93.1%であったのに対し、今年度は

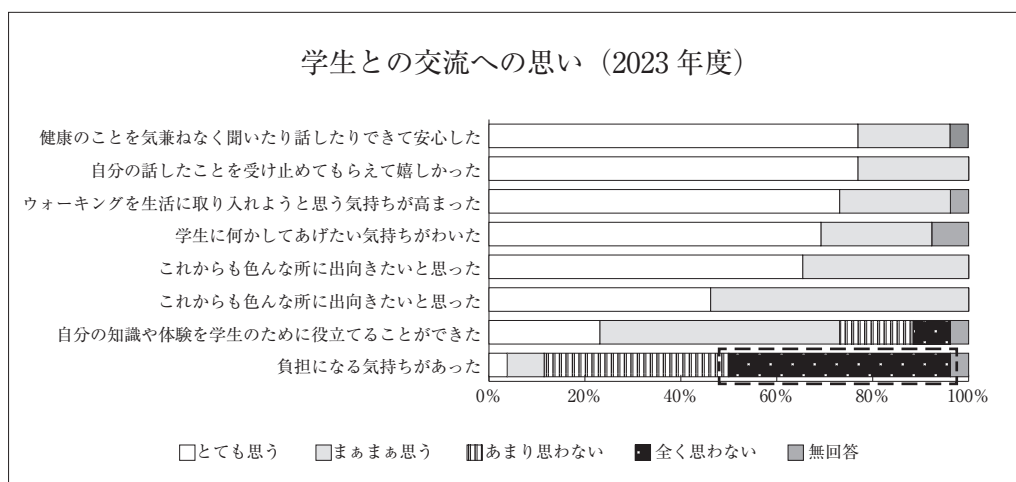


図1 学生との交流への思い（2023 年度）

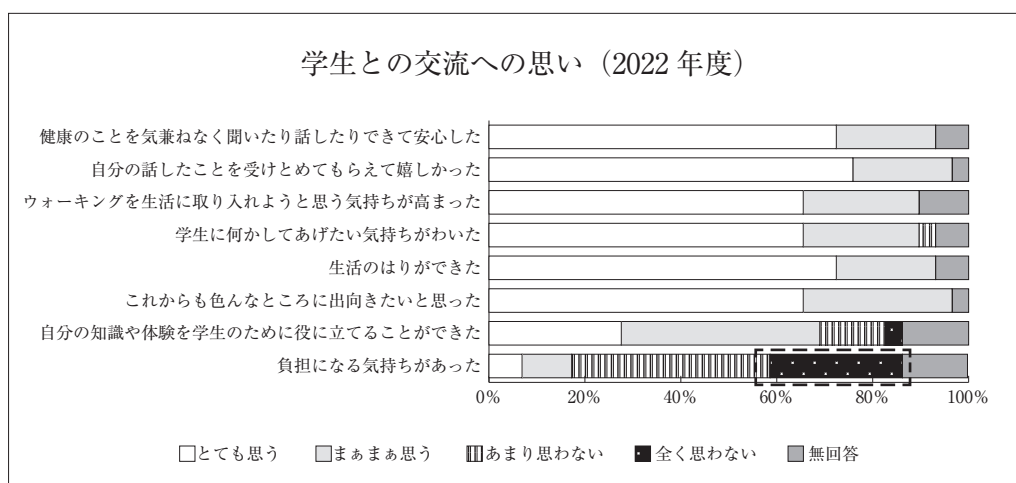


図2 学生との交流への思い（2022 年度）

100%であった。「自分の話したことを受け止めてもらえて嬉しかった」が96.6%から100%に、「健康のことを気兼ねなく聞いたり話したりできて安心した」が93.1%から96.2%に、「学生に何かしてあげたい気持ちがわいた」が89.7%から92.3%に、「これからも色んな所に出向きたいと思った」が96.6%から100%に、「ウォーキングを生活に取り入れようと思う気持ちが高まった」が89.7%から96.2%に上昇していた。本企画は、「健康増進」の動機づけとしての役割を果たしていると評価できる。

「自分の知識や体験を学生のために役立てることができた」は、昨年度は「とても思う」「まあまあ思う」をあわせると69%であったが、今年度は73.1%と若干増加していた。他の項目よりは低い傾向にあり、未だ約27%の人が「あまり思わない」「全く思わない」「無回答」と回答していることから、要因を明らかにすることと企画内容の工夫が課題である。

「企画で良かった内容」（表3）は、全項目において昨年度より高い評価であった。今年度追加した足趾力は、他の項目よりも若干低く、測定時の煩わしさがあったのではないかと考えられる。学生が行う血圧測定が他の項目に比較して低く、検討が必要と考えられる。

表3 企画で良かった内容（複数回答）

アンケート項目	2023 年度 (n=26)	2022 年度 (n=29)
	%	%
学生との交流	96.2%	93.1%
学生が作成したチラシ	80.8%	75.9%
骨密度測定	80.8%	75.9%
体組成測定	80.8%	
足趾力測定	76.9%	
血圧測定	61.5%	51.7%
チャレンジブック	53.8%	44.8%
その他	3.8%	10.3%

地域の方からの企画内容への積極的な要望は、3年目を迎えた今年度の大きな変化である。「参加のきっかけ」が「昨年も参加して楽しかったので」が昨年より増加していること等から、本企画への信頼から共につくりあげていく意識が醸成さ

れ、積極的な意見が住民から挙がったのではないかと考えられる。本学と行政区の活動に対して「健康長寿のまち・京都いきいきアワード2022」大賞を受賞したことも、協働意識の涵養に有益であったと考えられる。このことは、副次的効果といえるが、「生きがい」感の向上にも効を奏していると考えられる。

（2）学生への効果による評価

本企画の評価は、昨年同様に学生へのアンケート結果をもとに行った。住民同様に、企画の終了時に、アンケートへの協力は任意であり、協力しない場合でも不利益は生じないこと、成績などの評価には一切影響しないことを文書及び口頭で説明し、匿名で実施した。本学の実践能力到達目標等を参考に作成した8項目（滝澤他, 2022）に対して、「とても思う」「まあまあ思う」「あまり思わない」「全く思わない」の4件法で尋ねた。回収したアンケート結果について、「学生が協働活動を通して学べたこと」として昨年度と比較し検討した（図3、図4）。

昨年度と同様に、全ての項目でほぼ全員が「とても思う」「まあまあ思う」と回答していた。このうち、「住民の生活背景を理解する」「グループで取り組む効果を理解する」は、昨年度100%に満たなかったが、今年度は100%であった。一方で、「とても思う」と回答したのは、全ての項目で今年度のほうが減少していた。「住民が健康への意識を高め行動変容できるための支援を行う」をみると、昨年度が73.6%と他の項目に比べて最も低い割合であり、今年度は69.4%とさらに減少していた。このような回答がみられる一方で、「足趾力が上がったり、健康意識も上げることが出来たと実感できた」との自由記載がみられた。学生が「行動変容のための支援を行った」と実感できる教育的支援が、次年度以降の課題と考えられる。

2. 「地域の『健康体操』」に参画した健康増進活動 —実践内容と評価

本企画は、地域住民と学生が交流しながら健康増進を行うことを目的とした「健康体操」（中島, 2023）である。この「健康体操」は、2020年から同学区でフレイル予防対策として始められた社会福祉協議会主催事業である。地域代表者によると、1回の住民参加者数は、この2年間60～80人で推移している。学生の1回の参加者は5～10人である。2年目をむかえ「看護学の知識、技術、態度を礎にその成果を地域住民へ還元する」姿勢を踏襲して学生は参加している。内容は、「安全な環境づくり」としての「公園の清掃」、「感染予防行動」としての「健康チェック」、「健康増進

活動への支援」「伴走者として」共に体操に参加することである。「健康増進活動への支援」では、学生が新たに「呼吸機能の維持・向上のためのストレッチ体操」を計画し実施した。

住民からは「学生の力を借りたことで、片足立ちで50秒到達できたことが嬉しかった」「若い人から元気がもらえる」という発言が聞かれた。このような発言は、学生がその人の力が最大限に発揮できるよう、転倒を防止しながら、一部支援を行った成果であるといえる。また、意欲が高まるよう、ポジティブなフィードバックを行ったことが「元気がもらえる」という発言につながったと考えられる。学生には、実践内容をプレゼンテーションする機会を設けている。このプレゼンター

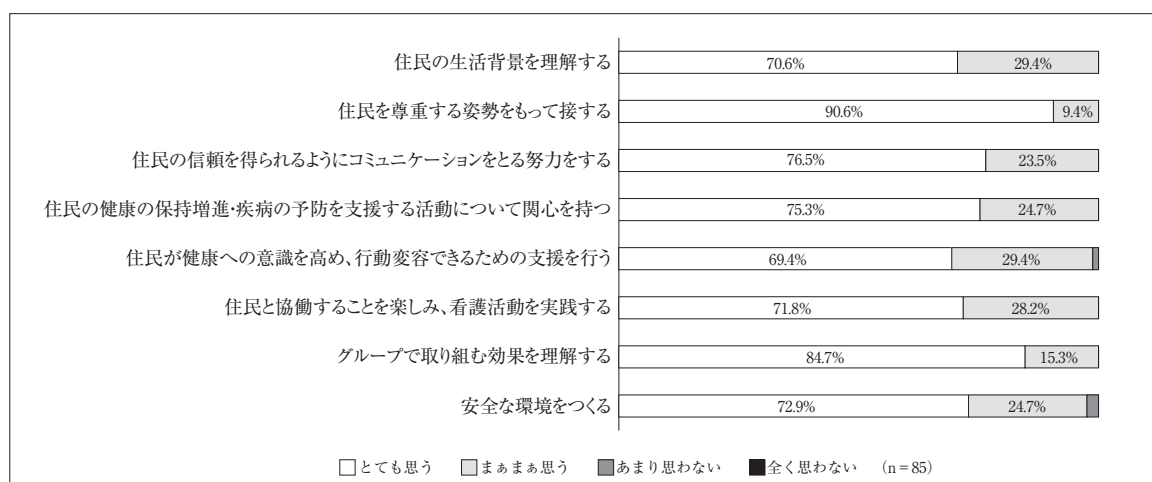


図3 学生が協働活動を通じて学べたこと（2023年度）

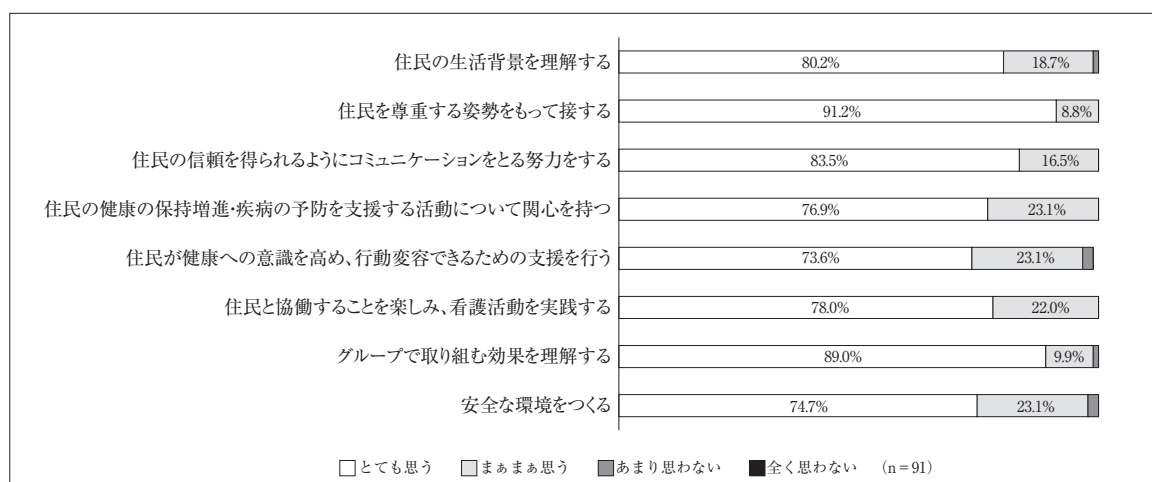


図4 学生が協働活動を通じて学べたこと（2022年度）

ションの準備の過程において、筆者らは、地域住民の発言を学生と共有し、実践を意味づけする機会としている。

学生は「看護学の知識、技術、態度を礎にその成果を地域住民へ還元する」機能を発揮しており、地域住民の健康寿命延伸への貢献活動として評価できる。

Ⅲ. 総括と展望

看護学教育の成果を社会に還元することを意図した「看護大学生と地域住民が協働で取り組む健康づくり」活動の成果は、地域住民と学生両者を評価することで確認できる。前者は、「健康」に関わる評価であり、健康寿命の延伸やヘルスリテラシーの向上を上げることができる。後者は、人々の「健康」への関心が高まり、支援する態度が醸成されることで確認できる。

「Healthy Community中京!」の活動では、地域住民の健康指標への関心の高まりが1つの成果であるといえる。2つ目の成果は、「生きがい」と「健康増進」に関するアンケートにおいて、2023年度は2022年度よりも全項目で肯定的な回答が増加していたことである。3つ目の成果は、具体的な健康寿命の延伸である。一例には「片足立ちで50秒到達できた」という住民の発言が挙げられる。これらは「ヘルシーコミュニティの創造」に向けた社会貢献の成果として評価できる。

このような成果は、筆者らが支援する学生の実践によってもたらされている。実践の科学である看護学教育においては、学生は「知識を使い実践する」ことが求められる。「学生の既習の知識を現象の実践場面に具体的に活用できる思考力を養うには、実践を意味づけし、その質を問う経験が必要となる（増尾ら、2016）」。「筆者らは、健康増進活動の実践を意味づけし、経験を丁寧に辿ることで、既習の知識を現象の実践場面に具体的に活用できる思考力が培われるよう授業をデザインしてきた。実践の意味付けとその質を問う過程を重視し、「知識を使う方法がわかった」と認識する

ことを評価指標とした経験型教育（2015）を推進することで、更なる教育効果が期待できると考えられる。

利益相反

本報告に関する利益相反はない。

文献

- 安酸史子. (2015). 経験型実習教育, 医学書院.
- 井上深幸. (2021). 看護学教育における「健康教育」への布石. 京都看護, 6, 29-30.
- 増尾美帆, 泊祐子, 竹村淳子他. (2016). 小児看護学実習における看護実践と理論を結びつけるための指導方法の検討. 日本看護学教育学会誌, 26(1), 79-88.
- 中島優子. (2023). 看護大学生と地域住民が協働で取り組んだ健康づくり－官民学のコラボレーション企画（第2報）－. 京都看護, 6, 33-41.
- 高城智圭, 井上深幸, 藤井聖子. (2022). 看護大学生と地域住民が協働で取り組んだ健康づくり－官民学のコラボレーション企画－. 京都看護, 6, 31-39.
- 滝澤寛子, 井上深幸, 河田志帆, 石井敦子. (2023). 看護大学生と地域住民が協働で取り組んだ健康づくり－官民学のコラボレーション企画（第2報）－. 京都看護, 6, 33-41.