

実践報告

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—

高城 智圭・井上 深幸・藤井 聖子

Key Words：健康づくり、地域住民、大学生、協働

I はじめに

本学では、2018年ヘルシーキャンパス宣言を行い、以降、健康に関するさまざまな取り組みを行ってきた。そのうちの 하나가毎年11月に行われる『ウォーキングチャレンジ』への参加である。今年も『ウォーキングチャレンジ』に参加するにあたり、2回生は公衆衛生看護学の時間を活用し、科目とのコラボレーション企画（以下、コラボ企画とする）として設定することになった。

2回生は、1年次に「健康回復生活支援概論」や「基礎ゼミⅠ・Ⅱ」といった科目において、『健康』や『ウォーキングの効果』などを学び、自身の健康づくりにつながるような学修を行ってきた。また、同時にヘルスプロモーションの理念についても学ぶ中で、健康づくりには周囲のサポートをはじめとした環境が関連していることも学修してきた。1年次では主に自己の健康を学ぶ機会であったが、2年次ではこれら1年次の学習を踏まえ、自己だけでなく、他者の健康づくりを实践できないか検討しているところであった。そんな中、大学が所在する行政区と地元の小学校区の地域住民の協力も得られることとなり、コラボ企画が可能となった。

そこで今回、大学生と地元の地域住民が協働で『ウォーキングチャレンジ』期間を活用して

健康づくりに取り組んだ。その実践内容及び次年度への課題を報告する。

II 企画の概要

1. 科目との関連

2年次後期に設定されている公衆衛生看護学（1単位、15コマ）のうち、10コマを利用して実施した。科目の到達目標および講義内容は表1のとおりである。地域住民の参加が始まる第5回までに、公衆衛生看護学の目的や理念、支援方法の大枠について学び、ヘルスプロモーションなど1年次の学びを振り返る時間も設定した。また、地域住民の参加が終了した第13回以降は、地域住民の健康を護る公衆衛生看護の視点からコラボ企画での学びを関連づけて学修できるよう講義内容を設定した。

2. コラボ企画内容

1) 概要

当初30人の地域住民の参加が予定されていたことから、学生112人を1グループ3～4人の30グループに分け、それぞれのグループに地域住民を一人ずつ配置した。科目15コマのうち10コマ分をコラボ企画として設定し、そのうち地域住民の参加は5回である。地域住民の募集には、区職員が中心となり案内ビラを作成し、自

表1 公衆衛生看護学の到達目標及びスケジュール

到達目標	1. 公衆衛生看護の理念と目的について説明することができる 2. 公衆衛生看護の対象、活動方法について説明することができる 3. 臨床看護師と行政保健師の役割、活動方法の共通点、相違点について述べる ことができる 4. 住民の健康の維持向上のための方法について、考察することができる		
	回	日程	学修内容
スケジュール	1	10/1	公衆衛生看護の定義、理念と目的
	2	10/8	ヘルシーキャンパスとコラボ企画① 今年度のウォーキングチャレンジ説明、昨年の振り返り
	3	10/15	公衆衛生看護の対象、方法の特性
	4～10	10/22～12/3	ヘルシーキャンパスとのコラボ企画②～⑧
	11・12	12/5	ヘルシーキャンパスフォーラムへの参加
	13	12/17	保健指導、保健師が行う家庭訪問
	14	1/7	地域ケアシステム
	15	1/14	行政保健師の役割

*住民参加は、第6回～第10回（11/5～12/3）

治会リーダーが知人に声を掛けるなどし、募った。

コラボ内容を設定するにあたり、考慮した点は、①1年次からの学びを取り入れること、②科目の一環の位置づけであることを学生が理解できるようにすること、③今後の学修への継続性があることの3点である。特に③については、今後、実習等で他者とコミュニケーションを取る際に必要となる援助職としての姿勢の在り方を学生が学べるよう、毎回住民参加の時間の前に確認を行った。コラボ企画の目標およびスケジュールは表2の通りである。

各回90分（13時10分～14時40分）の時間中、地域住民参加の時間を13時30分～14時30分の1時間で設定した。地域住民参加の前（13時10分～13時30分）にコラボ企画の目的、気を付ける点などを確認し、地域住民参加の後（14

時30分～14時40分）には当日の振り返りの時間をもった。地域住民の参加時間では、1週間の振り返りおよび目標修正（評価ブックへの記入）、ミニ健康教育の実施、血圧測定、地域住民との交流のみを必須内容とし、詳細な時間配分や過ごし方は各グループで話し合いながら、学生が計画を立てて行った。学生と地域住民の会話の契機となるよう、評価ブック、血圧測定、ミニ健康教育を取り入れた。

住民参加終了時に、地域住民、学生双方へアンケートを実施し、評価した。

2) 評価ブックの作成及び活用

学生と地域住民が目標や実践内容を共有できるように、見える化を意識し、評価ブックを作成し活用した。地域住民には1週間の取り組みをこの評価ブックに記載し、毎回持参していただ

表2 コラボ企画の目標およびスケジュール

到達目標	1. 対象者とコミュニケーションを取りながら、対象者の生活、関心に合わせた支援ができる 2. 対象者の運動習慣継続に関連するテーマで、健康の維持増進につながるような情報提供（ミニ健康教育）が実施できる 3. 住民の健康には、生活環境が影響していることを、対象者の生活と関連づけながら具体的に述べるができる 4. 学生自身の健康について振り返り、健康維持・向上の方法について具体的に述べるができる 5. グループメンバーで協働して、ミニ健康教育が実施できる			
	回 (コラボ企画)	日程	学修内容	具体的な内容
スケジュール	1	10/8	ウォーキングチャレンジ説明、昨年度の振り返り	昨年度のウォーキングチャレンジの振り返り
	2	10/22	オリエンテーション 目標設定の方法	評価ブック（表紙）の作成 目標（案）の検討
	3	10/29	目標設定の演習 ミニ健康教育準備	目標（案）の検討、ロールプレイ ミニ健康教育資料作成
	4	11/5	振り返り・目標修正 ミニ健康教育<1>	<ul style="list-style-type: none"> ・対象者と話し合いながら、目標を設定する ・評価ブックを共有しながら振り返りを行う ・ミニ健康教育の実施 <1>自宅周辺をウォーキングする際のポイント <2>ウォーキングの効果 <3>歩き方のポイント <4>自宅で簡単にできる運動 ・血圧測定 ・交流時間
	5	11/12	振り返り・目標修正 ミニ健康教育<2>	
	6	11/19	振り返り・目標修正 ミニ健康教育<3>	
	7	11/26	振り返り・目標修正 ミニ健康教育<4>	
	8	12/3	振り返り 表彰式	
	9・10	12/5	ヘルシーキャンパスフォーラム	

*住民参加は、コラボ企画第4回～第8回（11/5～12/3）

き、記載内容を学生と共有しながら、1週間の振り返りと翌週の目標を設定した。工夫した点として、まず表紙はそれぞれのグループで自由に作成し、各グループの学生の思いが地域住民に届くようにした。また1ページに1週間分の目標と毎日の評価、感想が記載できるようにし、さらに同じページに1週間の振り返りを行って、学生から地域住民へのメッセージを書き込めるようにした。地域住民と学生のやり取りや地域住民のがんばりが記録として残ることで、地域

住民、学生双方にとって、やる気につながっているようであった。また、地域住民の中には評価ブックをご家族とも共有される方もおられ、ご家族から学生へのメッセージも記載されるようになり、そのことも学生にとっては「この企画をやってよかった」と実感することにつながった。

3) ミニ健康教育

ミニ健康教育では、学生にとっては1年次の

学修内容が活かせること、地域住民にとっては知識を得ることで、日常生活に継続できるとコラボ企画への参加満足度の向上の2点を意識し、テーマを設定した。日常生活に継続してもらえるよう、資料は必ず作成し自宅に帰ってから見返すことができること、その内容は根拠のある情報とすることを学生と確認しながら進めた。学生は当初、信頼性が不確かな内容やインターネットの情報を貼り付けて作成していたが、修正を繰り返すことにより、信頼のおける情報を用いて作成できるようになった。また、どうすればグループの地域住民に関心を持ってもらえるか、地域住民の特長等を考慮しながら、文字の大きさや提示の仕方に工夫がみられるようになった。また、会話の中で、地域住民が関心がありそうな内容（血圧を下げる方法、骨密度を高める食生活など）を調べてみようとするグループも複数みられ、教員が提示したミニ健康教育のテーマ以外のものにも積極的に取り組む姿勢がみられた。

4) 血圧測定

学生の既習内容の一つを実践する場として、「血圧測定」を取り入れた。測定技術の復習だけでなく、友人同士での演習では得られない緊張感など実際に体験できることを意図した。当初緊張していた学生たちも地域住民の温かい見守りのおかげで、自然な会話の流れで血圧測定をすることができるようになっていった。また、測定結果は毎回、評価ブックに書き込むことで、地域住民の体調管理につながっただけでなく、学生は事前に血圧の基準値やその意味、メカニズムを説明できるように準備しており、それらの知識を活用する実践の機会ともなった。

Ⅲ 参加状況

1. 地域住民の参加状況

地域住民の参加は実数29名（延124名）であった。当初予定（30人）から1名減ったため、1名の方に学生グループ2つを担当していただいた。参加者の平均年齢は76.2歳、男性6名、女性23名であった。

2. 欠席理由

コラボ企画の開催案内が、開始直前であったため、すでに別の予定が入っておられる地域住民が複数おられ、それが欠席理由のほとんどを占めた。体調不良による欠席者はいなかった。

Ⅳ 評価

1. アンケートの実施

コラボ企画終了時に、地域住民、学生へそれぞれアンケートを実施した。

1) 地域住民へのアンケートについて

調査項目は、参加のきっかけ、参加前と終了時の気持ち、生活に取り入れられそうなこと、良かったことなどである。

アンケートの回答は任意であり、回答せずとも不利益は生じないことを文書及び口頭で説明し、アンケート用紙を配布した。12月3日に配布および回収を行った。29名に配布、25名からの回答を得た（回答率86.2%）。

2) 学生へのアンケートについて

調査項目は、満足度、今後の学修で役立つと思うこと、健康への意識などである。

12月3日の授業終了時に、無記名であること、回答せずとも成績等の評価には一切影響しないこと、何等かの不利益を生じることはないことを口頭で説明のうえ、Info Clipperのアンケート

機能を用いて実施した。回答期間は12月3日～

12月10日。回答数89名（回答率79.1%）であった。 2. 地域住民の評価（表3、4）

た。

参加のきっかけで最も多かったのは、「知人が

表3 住民アンケート結果

(N=25)

質問項目	回答	人	%
参加のきっかけ	面白そうと思ったので	3	12.0
	家族に勧められたので	1	4.0
	知人からのお誘い	15	60.0
	地域の役員をしているので	6	24.0
参加前の気持ち	とても楽しみだった	13	52.0
	少し楽しみだった	10	40.0
	あまり楽しみではなかった	2	8.0
	全く楽しみではなかった	0	0.0
参加後の気持ち	とても良かった	22	88.0
	まあまあ良かった	3	12.0
	あまり良くなかった	0	0.0
	良くなかった	0	0.0
役に立ったこと、よかったこと (複数回答)	ミニ健康教育	8	32.0
	血圧測定	12	48.0
	学生との交流	24	96.0
	評価ブック	9	36.0
	全て	5	20.0
生活に取り入れてみようと思うこと	とてもあった	15	60.0
	まあまああった	7	28.0
	あまりなかった	3	12.0
	なかった	0	0.0
健康に対する意識	とても高まった	19	76.0
	まあまあ高まった	6	24.0
	あまり高まらなかった	0	0.0
	高まらなかった	0	0.0
次年度への参加意思	とてもそう思う	18	72.0
	まあまあそう思う	6	24.0
	あまりそう思わない	1	4.0
	思わない	0	0.0

らのお誘い」15人(60%)、次いで「地域の役員をしている」6人(24%)であった。

参加前の気持ちでは、「とても楽しみだった」「少し楽しみだった」が23人(92%)を占めた。

役に立ったこと、良かったこと(複数回答)としては、「学生との交流」24人(96%)が最も多く、次いで「血圧測定」12人(48%)、「評価ブック」9人(36%)であった。

参加後の気持ちでは、全員が「とてもよかった」「まあまあよかった」と回答した。

健康に対する意識の高まりについては、「とても高まった」19人(76%)、「まあまあ高まった」6人(24%)と、全員が高まったと回答した。

次年度への参加意思では、「とてもそう思う」18人(72%)、「まあまあそう思う」6人(24%)であったが、「あまりそう思わない」と回答した人が1人(4%)みられた。

そのほか自由記載では、「学生さんと交流できてよかった」「この機会に歩くようになってよかった」「何よりも独居老人にとっては話を聞いていただけたことがうれしかった」と肯定的な意見が多くみられたが、「普段自分のペースで生活しているため、義務感が強かった」「負担になる気持ちがあった」といった消極的な意見も見られた。また、次年度以降への希望として、「学

生さんと交流の機会があると嬉しい」「一緒にウォーキングをしたい」「学生さんが地域に顔出しできるような取り組みにつながれば」という声もあった。また、参加者募集については「参加者に呼びかけるため、早い目に情報提供してほしい」との意見もあった。

3. 学生の評価(表5、6、7、8)

学生の終了時の満足度は、「とても満足している」「まあまあ満足している」が89人(100%)であった。「まあまあ満足している」回答者の理由は、「日曜日に実施しないでほしい」のみであり、ヘルシーキャンパスフォーラムの影響があった。「とても満足している」回答者の理由としては、「住民さんとの交流が楽しかった」「とても新鮮で楽しかったし、学びにつながった」「住民さんがたくさん歩いているのを聞いて自分もがんばろうと思えた」などが挙げられた。

今後の学修で役に立つと思われること(複数回答)としては、「住民さんとの交流」68人(76.4%)が最も多く、次いで「ミニ健康教育の実施」49人(55.0%)、「ミニ健康教育の準備」44人(49.4%)、「住民さんへの血圧測定」43人(48.3%)であった。

今回のコラボ企画でやってみたかったことと

表4 住民アンケート結果(感想、次年度への希望など)(自由記載)

-
- ・何よりも独居老人にとっては話を聞いていただけたことがうれしかった。
 - ・コロナの影響で外出がままならない時に若い学生さんと出会えて大変楽しく過ごせました。一人暮らしには若い方々と本当に楽しかったです。
 - ・私はスーパーに行くくらいしか歩かないので、この機会に歩くようになってよかった。
 - ・学生さんと交流できてよかった。また交流の機会があると嬉しく思います。
 - ・学生さんが地元で顔出しするような取り組みにつながれば。
 - ・ウォーキングに対する意識ができ、長く続けられるように今後もがんばりたい。
 - ・家に閉じこもりになると色々なところに支障が出てくると思います。若い人たちと話すことにより、気がほぐれ、また出かけようという気になる。
 - ・若い人のエネルギーをいただけた。また参加したい。
 - ・今度は学生さんたちと一緒にウォーキングをしたいといます。
 - ・普段、自分のペースで生活しているため、義務感が強かった。
 - ・負担になる気持ちがありました。孫のような学生さんと話ができただけはよかったです。
 - ・来年度もぜひ続けてほしいと思います。参加者に呼びかけるため、早い目に情報提供してほしい。
-

表5 学生アンケート結果①

(N=89)

項目	回答	人	%
終了時の満足度	とても満足している	60	67.4
	まあまあ満足している	29	32.6
	あまり満足していない	0	0.0
	満足していない	0	0.0
今後の学修で役に立つと思われること (複数回答)	ミニ健康教育の準備 (資料作成)	44	49.4
	ミニ健康教育の実施	49	55.0
	住民さんへの血圧測定	43	48.3
	住民さんとの交流	68	76.4
学生自身の健康に対する意識の高まり	とても高まった	59	66.3
	少し高まった	28	31.5
	あまり高まらなかった	2	2.2
	まったく高まらなかった	0	0.0

表6 学生アンケート結果②終了時の満足度の理由 (抜粋)

- ・住民さんと楽しみながら取り組むことができたため。
- ・住民さんとの交流がたのしかった。
- ・住民さんと関わる機会がなかなかないため、とても新鮮で楽しかったし学びにつながった。
- ・学校の課題が多くて歩く暇がなかったが、住民さんがたくさん歩いているのを聞いて、自分もがんばろうと思えたから。
- ・どのような声掛けの仕方がよいのか、目標設定や結果の振り返り、生活習慣の維持などを考える機会になったから。
- ・さまざまな年齢の人の考えを聞く貴重な機会になったから。
- ・人と関わる楽しさと難しさを知ることができたから。

表7 学生アンケート結果③やってみたかったこと (抜粋)

- ・住民さんと一緒に校外を散歩する。
- ・毎回、大学周辺を散歩する。
- ・住民さんが普段歩かれているところと一緒にウォーキングする。
- ・グループ対抗のゲーム
- ・全体の体操時間 (ラジオ体操、パタカラ)

表8 学生アンケート結果④今後の学修にどのように役立つと思うか (抜粋)

- ・コミュニケーションを取るうえで大切な言葉の使い方や表情、話を聴く姿勢
- ・人間関係を作ることが「その人らしい生き方」を考えることにつながる
- ・誰かに何かを教える立場になったときには、同時に自分も何かを教わる身なんだという意識をもつ
- ・看護師になったときに、自分たちは与えるだけでなく、受け取る側でもあるという意識をもつ
- ・患者さんがどんな環境で過ごしているのか想像しやすくなった
- ・「人生の先輩に教えていただく」ということの実践が学べた

しては、「住民さんと一緒に校外を散歩する」「住民さんが普段歩かれているところと一緒にウォーキングする」「全体の体操時間」などが挙げられた。

学生自身の健康に対する意識の高まりについては、「とても高まった」「少し高まった」が96人(97.8%)であった。

今後の学修にどのように役立つと思うかについては、「コミュニケーションを取るうえで大切な言葉の使い方や表情、話を聴く姿勢」「看護師になったときに、自分たちは与えるだけでなく、受け取る側でもあるという意識をもつ」「患者さんがどんな環境で過ごしているのか想像しやすくなった」「『人生の先輩に教えていただく』ということの実際が学べた」「人間関係を作ることが『その人らしい生き方』を考えることにつながる」などが挙げられた。

V 総括および次年度への課題

学生のアンケート結果からは、本企画における学生の到達目標は達成できたと考えられる。また、今回の企画はコラボ企画期間内で完結するものではなく、コラボ企画前後の学修との継続性を意図して設定したが、「今後の学修にどのように役立つと思うか」の自由記載からは、学生は地域住民との関わりの中で看護学生として大切な姿勢や視点を学び、それらを今後活かしていこうとしていることが感じられた。この点からも、本企画の到達目標は達成できたことが示された。さらに、地域住民の満足度も高く、次年度以降も開催を求める声が挙がるなど、地域住民にとっても本企画は意味のあるものであったことが推察される。先行研究からは、大学生の学外実習による地域住民を対象としたプログラムにおいて、学生はコミュニケーション能力や知識、問題解決能力の必要性を短時間で学ぶことができたこと(松村ら, 2013)や、プロ

グラムの参加者においては健康習慣づくりへの意識が向上すること(笠井ら, 2020)が報告されている。さらに、高齢者にとっての学生との交流や学生からの健康講話は高齢者自身の健康づくり活動や社会参加、社会貢献の場にもなりうることで、さらには学生にとっては高齢者理解に効果的であることが報告されている(清水ら, 2013)。今回の本企画からも同様の効果が得られたと考えられる。

今年度、実施する中で、多くの課題が見いだされた。特にさまざまな場面で準備不足があったことが否めない。参加される住民の確定が開始後であったことから、開始後に参加を取りやめられた方、当初2回連続で休まれた(その後は参加)方たちも複数見られ、学生たちは「自分たちのグループだけ担当の地域住民さんがおられないかもしれない」という不安を抱えることとなった。また、参加くださる地域住民への周知も直前であったようで、既に他の予定が入っているために数回欠席された方や、中には「何のために集められたのかわからない」と仰る方もおられた。世代間交流事業を実践している藤原(2014)は、世代間交流を継続して実現するためにはあらゆる立場の参加者にメリットがあることが最も重要であることを指摘している。今回参加くださった地域住民の多くは参加のきっかけは消極的な方が多くみられた。企画の意図や参加のメリットを事前にしっかりと説明することで、積極的な参加、継続性につながるものと考えられる。

また、当初、地域住民と学生と一緒にウォーキングすることも検討し、『ウォーキングチャレンジ』期間に合わせて設定していたが、今回はコロナ禍であったことから、学外でのウォーキングを断念せざるを得なかった。次年度への希望として、学生、地域住民双方から「一緒にウォーキング」が挙げられており、また先行研究でも体験型のプログラムの有効性が示されて

いる（松村ら，2013）。これらのことから、一緒にウォーキングなど体験型プログラムを取り入れることで、本企画がさらに有用なものになるとも考えられ、今後検討していく必要があるだろう。

総務省（2010）は「大学生や大学教員が地域の現場に入り、地域住民らとともに地域の健康課題解決又は地域づくりに継続的に取り組むことで、地域の活性化へ寄与する」とし、大学が地域と一体となって事業に取り組むことを推奨している。また、渡邊（2021）は、専門職と大学、地域住民が協働するには事業の継続性の担保が重要であり、その中で大学がハブ機能を持つことを提案している。

本企画は、地域住民、行政、大学と官学民の三者が協働して実践した初めての取り組みであった。今年度は企画の初年度であり、三者が手探りで始めた段階である。今年度の成果を踏まえ、また新たな課題に取り組むことで、地域住民、学生双方にとってよりよい企画へと発展していくものと考えられる。そしてその中で、大学として何ができるのか、どのような役割を担えるのかを探求し、地域に還元していくことが地域に存在する大学に求められているのではないだろうか。

本論文の執筆は高城（公衆衛生看護学）が担当した。本企画の全体管理および調整は井上（高齢者看護学）が、運営は藤井（学生支援課）、高城が担当した。

VI 参考文献

- ・ 藤原佳典（2014）. 高齢者の社会的孤立と世代間交流事業：その効果と課題．都市問題．105（4）. 76-86.
- ・ 飯盛義徳（2014）. 域学連携プロジェクト．かがわ政策研究・大学連携ジャーナル7.16-17.
- ・ 笠井寛和，長嶋泰生，高橋奈央枝，他．（2020）. なよろ健康まつり「名寄市立大学生コーナー」による高齢者を中心とした住民の健康習慣づくりへの効果．名寄市立大学コミュニティケア教育センター年報．4. 1-8.
- ・ 笠井寛和，長嶋泰生．（2021）. 地域の健康づくり拠点における大学生による健康プログラムの取り組み－2020年度Nスポーツコミッションでの活動を中心として－．名寄市立大学コミュニティケア教育センター年報．5. 33-38.
- ・ 河合正成，山崎加代子，池原弘展，他．（2020）. 地域連携事業におけるフィールドワークの効果－美浜町住民と看護大学生による減災と健康づくりの取り組み－．敦賀市立看護大学ジャーナル．5. 1-9.
- ・ 松村聡，畑明寿，岡林徹，他．（2013）. 地域と連携した健康教育の実践．千葉科学大学紀要．6. 137-139.
- ・ 清水光子，櫻井繭子，田仲里江，他．（2013）. 官学民の連携による地域に根ざした健康教育演習の実際と学習効果．札幌市立大学研究論文集7（1）. 11-22.
- ・ 総務省（2012）. 「域学連携」地域づくり活動．https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/ikigakurenkei.html. 2020.1.31 最終閲覧．
- ・ 戸田香，矢澤浩成，堀文子，他．（2018）. 世代間交流による地域住民の健康増進の取り組みと今後の課題．生命健康科学研究所紀要．15. 68-71.
- ・ 渡邊敏文．（2021）. 地域における健康寿命の延伸につなげる実践的取組について－専門職と地域住民、大学生の協働の視点から－．新潟医療福祉学会誌．20（3）. 79-84.

