

学生ボランティアとの協働による地域連携事業 活動報告

Report on the activities of local community-based projects in cooperation the
with student volunteers

伊藤 円^{*1}、森山 隆則^{*2}、本吉 明美^{*1}、照井 省吾^{*3}、千葉 昌樹^{*2}

Madoka Ito, Takanori Moriyama, Akemi Motoyoshi, Shogo Terui,
Masaki Chiba

キーワード：地域連携、学生ボランティア

Key words : local community-based projects, student volunteers

要旨

本学は2013年の開学時より、札幌市および東区・モエレ町内会との連携事業に取り組んでいる。2017年度は学生ボランティアと教職員が協働して「ロコモ&栄養チェック」をテーマに3事業を展開した。モエレ町内会との連携事業では、町内在住の地域住民の栄養状態のチェックやロコモティブシンドロームの早期発見と予防のための知識を広げることがを目的に、ロコモ&栄養チェックを町内会の夏祭りに合わせて実施した。東区との連携事業となるひがしく健康・スポーツまつりではロコモ&栄養チェックを実施し、地域住民約70名が参加した。また、健康づくりフェスティバルにも参画し、「脳をもっと若々しく～脳をバランスよく刺激しよう～」をテーマに、学生ボランティアによるステージ発表を実施した。イベント当日は約180名の地域住民に参加いただいた。いずれの連携事業においても、地域住民に対して医療保健分野から貢献できるプログラムを実施し、より健康に生活できるための支援となった。

*1 札幌保健医療大学保健医療学部看護学科 Department of Nursing, School of Health Sciences, Sapporo University of Health Sciences

*2 札幌保健医療大学保健医療学部栄養学科 Department of Nutrition, School of Health Sciences, Sapporo University of Health Sciences

*3 札幌保健医療大学事務局総務課 General Affairs, Administration Offices, Sapporo University of Health Sciences

Ⅰ. はじめに

大学は、高度の教育や研究を行うことを通じて、真理の探究を行うとともに、わが国の将来を担う有為な人材の育成や社会への貢献など、様々な役割を果たしている。地域社会においても、大学が地方公共団体や企業などと連携して様々な取り組みを展開し、地域のニーズをふまえた教育研究を行っていくことにより、地域の発展に貢献していくことが、大学の果たす社会的貢献のひとつとして重要となってきた¹⁾。本学においては、「人間力教育を根幹とした医療人育成」という教育理念のもと、学生一人ひとりの「豊かな感性」「高潔な精神」「確かな知力」を培い、これらの調和と自己向上を図りながら「他者と共存」できる学生を育成し、地域の保健医療に貢献していくことを目指している。

本学は2013年の開学から、本学の立地している札幌市および東区・モエレ町内会との連携事業に取り組んでいる。具体的な事業内容としては、東区五者連携事業への参画、モエレ町内会主催の夏祭りへの参画、本学主催の公開講座の開催を継続的に実施している。2017年度は「ロコモ&栄養チェック」をテーマに3事業を展開した。

本学の地域連携事業は、学生ボランティアと教職員の協働で実施している。専門職には多種多様な能力が求められるが、とくに医療専門職には“人と関わる力”が重要となる。学生は基礎教育課程における学内教育の学びや学外実習教育での学びにより、人が生きてきた生活背景を見つめ、医療専門職としてどんな支援を必要とされているかについて考えていく。さらに、地域社会活動をとおして学生は、普段関わりの少ない世代の人々と関わる機会により“人と関わる能力”を培い、医療専門職の基盤となる学びも深める。そのような学びの一助とするため、本学の地域連携事業では看護学科・栄養学科の有志学生ボランティアを募り、本事業への協力を依頼してい

る。例年学生ボランティアが複数名参加し、継続的な活動を支えてくれている。

Ⅱ. 2017年度活動内容

1. モエレ町内会との連携事業（2017年7月22日、東区中沼西会館）

2017年度は、町内在住の地域住民の栄養状態のチェックやロコモティブシンドロームの早期発見と予防のための知識を広げることを目的に、「ロコモ&栄養チェック」をモエレ町内会の夏祭りに合わせて実施した。教職員6名（看護学科2名・栄養学科3名・事務職員1名）、学生ボランティア10名（看護学科9名・栄養学科1名）が参加した。ロコモ&栄養チェックは、体組成計を用いた計測、MNA簡易栄養問診票を用いた栄養チェック、生活動作に関する7項目の質問紙、立ち上がりテスト、2ステップテストから総合的に現在の身体および栄養状態についてチェックするというプログラムで構成した。すべての項目のチェック終了後、看護学科・栄養学科の教員による健康相談も合わせて実施した。また、普段の生活でも積極的にロコモティブシンドローム予防のための筋力維持が行えるために、ステージ発表「続けるための体操！」を学生ボランティアが披露した。

当日は天候にも恵まれ、町内在住の大人や子どもが多数参加し、盛況なお祭りとなった。本学プログラムには、大人15名、子ども6名の合計21名が参加した。60代の参加者が最も多く、当日の学生の呼び込みで参加された方が大半を占めたが、昨年も参加されていて今年も健康状態を見てもらいたいと参加いただいた方もいた。

当日の実施に向けて、参加者への説明内容や実施方法等について、担当の教員が学生ボランティアに学内で指導を行った。また当日の実施時にも、開始時は教員がサポートし、参加者が安全に実施できるように配慮した。学生ボランティアは対応を重ねるたびに受け

答えがしっかりとし、各コーナーで結果の概要まで説明できるようになった。

健康相談については、教員が栄養状態およびロコモチェックの結果に基づき、参加者の栄養状態や身体状態に関する説明を行った。話を進めていく中で、参加者は日頃から運動の必要性を感じていても普段の生活の中には取り入れられていない現状があることや、公共交通機関を利用するには不便さを感じており、どこへ出かけるにも自家用車の使用が多い、といったモエレ地区に特徴的な生活背景も伺えた。また、30～40代の小さな子ども連れの参加者もあり、子育てをしながら自身の身体のことを気遣った生活を送っていないことの相談もあった。各参加者が今後の生活に取り入れられるような提案をするため、生活スタイルに合わせて無理せずに継続できそうな内容をアドバイスするように努めた。その際、学生が作成したパンフレットを用いながら運動方法や調理法の工夫について説明を行った。

実施後のアンケートでは、7割の方が自身の栄養状態や身体状態に関して理解でき、8



中沼西夏祭り(ロコモ&栄養チェック)



中沼西夏祭り(学生ボランティアによるステージ発表)

割の方が食事や運動について、今後何らかの取り組みが必要であるという認識をもてたと回答されていた。この夏祭りへの参画は、本学がモエレ地区の地域住民と直接的に関わる貴重な機会のひとつとなっている。今回は「ロコモ&栄養チェック」をテーマに実施したが、地域住民のロコモティブシンドロームや低栄養を予防し、一日でも長く健康的な生活を送るための情報提供ができた。また、参加者が日頃の健康習慣を把握し、健康を意識しているものの、日々の生活に適切な運動習慣や食習慣を取り入れられないといった現状を聴きながら、どのようにすれば取り入れていけるかについて参加者に個別的に提案することにもつながった。

2. 東区との連携事業

1) ひがしく健康・スポーツまつり(2017年10月22日、札幌市スポーツ交流施設つどーむ)

本事業は、東区五者連携事業に基づく活動として、例年継続的に参画している事業のひとつである。2017年度は、東区民の健康への意識を高め、健康のための食習慣および運動習慣を身につけるきっかけづくりの場を提供するとともに、様々な年齢層の東区民の気軽な参加を促すことを目的に開催された。企業や教育機関だけでなく、歯科医師会や病院、東区町内会など様々な団体が協力団体として参画している事業である。

2017年度は、教職員7名(看護学科2名・栄養学科4名・事務職員1名)、学生ボランティア8名(看護学科7名・栄養学科1名)が参加した。本学占有ブースにて、学生ボランティアによる体組成計による計測、MNA簡易栄養問診票を用いた栄養状態チェック、2ステップおよび立ち上がりテストによるロコモチェック、看護学科・栄養学科教員による食事バランスおよびロコモ予防などの健康相談をプログラムし、

地域住民約70名がこれに参加した。また、東区主催のウォーキングスタッフ、健康相談の受付、歯科医師会・薬剤師会の相談受付にも学生がボランティアとして参加した。

当日は気温が低く、ドーム内も非常に寒かったため、参加している高齢者が2ステップテストや立ち上がりテストで普段行わない体勢をとることにより、筋肉を傷めて痛みが生じることも懸念された。しかし学生ボランティアによる参加者への丁寧なサポートもあり、大きなトラブルなく実施できた。

実施後、参加者の9割からアンケートの回答を得られた。参加者は60～80歳代が半数以上を占めており、健康相談時に確認できた内容では毎年同イベントに参加している方も多かった。栄養状態については、6割以上の方が「よくわかった」と回答しており、問診票や体組成計を用いた栄養状態のチェックおよびその説明によって参加者の理解を得ることができた。運動機能についても同様に、「よくわかった」と回答した方は7割以上であった。2ステップテストや立ち上がりテストにより、簡単な動

作ができないことを自覚でき、現在の運動機能を認識することにつながった。また、看護学科・栄養学科の教員による健康相談では、現状の健康行動が、栄養状態や体組成計結果に関連することを説明し、健康行動の効果が得られているかについて理解できるように努めた。参加者からの健康相談内容としては、運動の必要性は理解していても生活の中に取り入れるのが難しいことや食欲が細り必要な食事量を維持できないこと、一人分をバランスよく作り続けることの難しさなどの声が聴かれた。健康相談も合わせて実施したことで、アンケート結果では今後の取り組みが必要であると「思う」と回答した方が7割以上となった。

2) 健康づくりフェスティバル (2018年2月19日、東区民センター2階大ホール)

健康づくりフェスティバルは、東区の健康づくり活動の紹介と交流を目的に、東区健康づくり連絡協議会・教育機関・医師会との連携による体験型のイベントである。2017年度のテーマは、「“バランス”保って元気に活動！みんなで取り組む心と体の健康づくり」であった。本学は「脳をもっと若々しく～脳をバランスよく刺激しよう～」をテーマに、看護学科・栄養学科の学生ボランティアによるステージ発表を実施した。看護学科の学生は、“後出しじゃんけん”“数字抜けゲーム”という脳トレゲームを行った。後出しじゃんけんは勝つパターンや負けるパターン、勝たないパターンとバリエーションを工夫することで、一瞬考えさせるゲームとなった。また数字抜けゲームは、少しずつ数字を増やすことによって難易度をあげることで参加者に楽しんでもらえるように工夫した。栄養学科の学生は、脳を刺激することのひとつとして“噛む”をキーワードにクイズを行った。意外な食べ物の咀嚼回数が多いことを知っていただくことで、噛むことの重要性を示す



ひがしく・健康スポーツまつり(ロコモ&栄養チェック)



ひがしく・健康スポーツまつり(看護学科・栄養学科教員による健康相談)

ことができた。また、看護学科の学生が作成したパンフレットにより、自宅でも手軽に脳を刺激することができるような方法を提示することもできた。

2017年度は、教職員6名（看護学科2名・栄養学科3名・事務職員1名）、学生ボランティア13名（看護学科11名・栄養学科2名）が参加した。イベント当日は、約180名の東区在住の高齢者に参加いただいた。実施後のアンケートでも、脳トレゲームの実施方法や説明について9割以上の方が「理解できた」と回答し、自由記述では「簡単なことが脳トレになる」「脳トレのじゃんけんゲームは勉強になった」という回答も得られ、脳機能を維持するためのひとつの方法として脳トレを知っていただき、日々の生活の中でも取り入れていただけるような紹介となった。ただ、ゲームの難易度に関しては、「とても簡単」「簡単」を合わせると6割以上となり、「もう少し難しい問題でもよかった」という自由記述回答もあった。難易度のバランスを考えていくことは難しいが、参加者からの回答を参考にして、次年度以降のプログラムの検討が課題となった。



健康づくりフェスティバル(学生ボランティアによるステージ発表)

Ⅲ. 終わりに

2017年度の地域連携事業として、上述の他に本学主催の公開講座を2回開催している。いずれの事業においても、地域住民に対して医療保健分野から貢献できるプログラムを検討し、実施を継続している。主に活動に

協力している学生ボランティアは1・2年生だが、回数を重ねることで地域住民の方々との関わりがより柔軟にできるようになる。学生が普段の生活では関わることの少ない世代と交流することにより、学内演習や学外実習では得ることのできない経験へとつながり、人と関わる能力を培う一助となる。その経験は、将来医療専門職者になる学生にとってかけがえのない価値がある。学生への教育的な意義を見出せるような地域連携事業への取り組みを今後も継続していきたい。

また、大学を含めた高等教育機関の期待される役割・使命は変化しており、大学の社会貢献（地域社会・経済社会・国際社会等、広い意味での社会全体の発展への寄与）の重要性が強調され、社会貢献を大学の「第三の使命」としてとらえていくべき時代となっている²⁾。さらに、日本学術振興会では、地域で活躍する人材の育成、大学を核とした地域産業の活性化、地方大学が果たすべき役割の重要性から地域再生・活性化の拠点となる大学の構築への取り組みとして、「地（知）の拠点整備事業（大学COC事業）」を推進している³⁾。本学においても、保健医療分野の知の拠点としての役割を果たすことを使命とし、地域住民の健康を守り、より健やかに暮らすための支援のひとつとして本事業を位置づけ、継続していく必要がある。

謝辞

本事業を推進するにあたり、栄養相談等にご協力いただきました本学栄養学科の百々瀬いずみ准教授、松川典子講師に心より感謝申し上げます。またボランティアとして参加していただいた看護技術向上研究会の学生の皆様、食育サークルの学生の皆様に心より感謝申し上げます。また、モエレ町内会の皆様、東区区役所の皆様には各事業の運営も含めて多大なるご協力をいただきました。厚くお礼を申し上げ、感謝の意を表します。

文献

- 1) 文部科学省. 平成20年度文部科学白書
第1部 第2章大学の国際化と地域貢献.
文部科学省ホームページ. http://www.mext.go.jp/b_menu/hakusho/html/hpaa200901/detail/1283334.htm,
(2018, 12, 10)
- 2) 文部科学省. 新時代の高等教育と社会.
文部科学省ホームページ. http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/attach/1335581.htm,
(2018, 12, 21)
- 3) 文部科学省. 平成27年度「地(知)の拠点大学による地方創生推進事業」. 文部科学省ホームページ. http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/___icsFiles/afieldfile/2015/05/27/1358108_02.pdf,
(2018, 12, 21)