2015 年度教育改革推進事業：介護予防体操作成プロジェクト報告
― 地域と大学が連携した地域基盤型のボランティア教育システム ―

芝田 ゆかり [1)]　高橋 直美 [1)]　名和めぐみ [2)]　北端 惠子 [1)]

はじめに

看護学を学ぶ学生は，講義・演習・実習を通して，看護の対象者を理解し，対象者を支える支援を考えることができるようになる．しかし学年ごとの学習進度による対象者のとらえ方の認識の相違や，核家族化によって祖父母と暮らす機会が少ないために，高齢者や家族以外の他者を理解することが難しくなることが予測される．またアルバイトといった有償の活動には興味を示すが，無償のボランティア活動には，興味を示す者も少なくなっている．医学前教育（安藤他，2005）や看護学生の地域でのプライマリ・ヘルス（身近な健康）関連ボランティア活動について，大学として積極的に支援する学習プログラム（「サービス・ラーニング」）の開発が重要であると述べられており（松谷他，2004），サービス・ラーニングの取り組みも行われつつある（田代順子他，2007）．しかし国内の保健学教育において地域基盤型の教育システムの取り組みはまだまだ少なく，その学びの内容が明らかになっていないという報告（中川和昌他，2011）のとおり，現在の日本における看護学教育において，地域基盤型のボランティア教育システムの取り組みは少ない．そこで我々は，2015 年度教育改革推進事業：介護予防体操作成プロジェクトに取り組み，本事業の目的達成を目指した．地域連携協定を結ぶ瑞穂市をはじめ，瑞穂市社会福祉協議会瑞穂市地域包括支援センター・みずほ生き活きサポーター等関係機関の協力のもと，「介護予防体操作成プロジェクト：地域と大学が協働したボランティア教育システム」を実施したので，ここに報告する．

Ⅰ　本事業の目的

介護予防体操作成プロジェクトは，地域と大学が連携した地域基盤型のボランティア教育システム構築のための実践的な教育改革推進事業である．

本事業の目的は以下の 4 点である．

1．学生がこれまで学んできた講義・演習等の内容を結びつけるための地域基盤型教育の展開
2．地域の高齢者の集まりで披露する介護予防体操を作成するヘルス・ボランティア参加による地域貢献
3．大学と地域の連携による介護予防支援におけるネットワークづくり
4．1 ～ 3 の機会を利用したコミュニケーション・世代間交流による他者理解

Ⅱ　方法

1.　2015 年度教育改革推進事業：介護予防体操作成プロジェクトの実施

1）実施期間：2015 年 6 月～ 2016 年 3 月の約 10 か月間

2）プログラム：

大学教員を通じて看護学科学生 2 年次生（87 名）から募集し，応募した 9 名の学生を対象に，介護予防体操作成プロジェクトを構成した．また地域で活動するボランティア・瑞穂市関係機関等と連携し，

1）朝日大学保健医療学部看護学科
2）瑞穂市地域包括支援センター

地域基盤型のボランティア教育プログラムに携わった.

3） 瑞穂市で行われている地域の高齢者の集まり（くつろぎカフェ：介護予防カフェ）

主催は，みずほ生き活きサポーターくつろぎ隊である．瑞穂市社会福祉協議会地域包括支援センター主催の平成 26 年度みずほ生き活きサポーター講座を受講し介護予防活動について学び，みずほ生き活きサポーター（介護予防サポーター）として認定された 15 名でくつろぎ隊を結成．A 地区を拠点として,「瑞穂市のみなさんが介護予防に取り組めるようお手伝いをしたい.」とくつろぎカフェをオープンした.

2. 用語の定義

・ 地域基盤型＝地域基盤型学習

地域のヘルスニードを踏まえ，住民や地域の人的・物質的資源を活用しながら行う実践的な保健医療の学習．生の実社会が教材であり教師となるので，多様なレベルの知識・技能・態度の学習を一体となって自然に行うことができる貴重で効果的な学習方略である．英国におけるプライマリケア･GP 教育カリキュラムでの教育，豪州における先住民居住区等での地域医療体験教育などが先駆的な例として知られる（日本医学教育学会・医学医療教育用語辞典編集委員会 2003）.

・ ボランティア

ヘルス・ボランティアのこと．地域社会でのボランティア活動の一領域であり，健康・医療領域のニーズに応える自主的活動とする（三橋恭子他，2004）.

3. 分析方法：

参加回数･人数は，表計算ソフトを用いて単純集計し，量的研究を行った．また地域の高齢者の集まり（くつろぎカフェ）への参加における氏名を伏せた状態での学生の学び・感想・リフレクション等の内容を電子データとして整理・管理し，3 人の教員でカテゴリー別に分析した.

4. 倫理的配慮

本事業は説明会を実施し，対象者から研究協力の承諾を得た．さらに知り得た個人情報保護等の倫理的配慮事項を遵守した.

Ⅲ 結果

1．学生の特性

看護学科 2 年次生:女子 9 名のうち，祖父母との同居経験が無い学生 6 名，同居経験が有る学生 3 名で，ボランティア体験の無い学生 6 名，体験の有る学生 3 名であった．以上のことから，祖父母との同居経験やボランティア体験の無い学生が 7 割で，祖父母との同居経験やボランティア体験の有る学生 3 割より多かった.

2．プログラム内容・参加回数と参加者数（表 1 参照）

1）学生説明会と準備

（1）学生説明会の実施

担当教員 3 名と共に行う本事業の目的・内容・方法（スケジュール・倫理的配慮）を説明し，参加を希望する学生を募り，書面で記名を求めた.

（2）準備：学生の希望日程を事前調査し，関係機関へ協力依頼を書面と口頭による説明を行った.

2）研修会

他県で実施されている活動の体験を,プロジェクトメンバーで行った．参加希望について,プロジェ

クトメンバー以外にポスター・チラシで参加を呼びかけたが，メンバー以外の学生参加者はなく，関係機関の関係者より「人数が少ないのはもったいない」という感想があった．

３）介護予防体操作成の実施

学内でお揃いのＴシャツや介護予防体操を作成し，作成した体操を披露前には総合センターでデモンストレーションを行い，関係機関職員による指導をうけた．

４）地域の高齢者の集まり（くつろぎカフェ）への参加：

方法：参加する高齢者等と一緒に交流を図りコミュニケーションを深める．次に１回目はくつろぎ隊の体操担当者の体操を実際に行い，２回目は学生たちが作成した介護予防体操を参加者全員と一緒に行う．その後，学生は感想･学び･リフレクションを記入する.感想等は介護予防体操･ボランティア・世代間交流・コミュニケーションのキーワードを用いて記入することとした．

介護予防体操作成

研修会

表１　介護予防体操作成ボランティア教育プログラムの実施回数・参加人数等

日　時	内　容	場　所	実施回数・参加人数
2015年7月2日(木) 10時45分～11時30分	学生説明会	大学内	1 回 参加者実人数：学生 10 名，教員３名
2015年8月11日 9～12時	地域の高齢者の集まりへの参加（1 回目）：情報収集と世代間交流	瑞穂市内	1 回 参加実人数：　学生５名，教員２名
2015年8～12月 不定期 2015年11月 19・30日	介護予防体操作成 発表前デモンストレーション	大学内 瑞穂市総合センター	22 回 参加実人数：　学生９名，教員３名 参加延べ人数：学生 76 名，教員 41 名 2 回 参加実人数：　学生２名，教員３名，関係機関職員８名 参加延べ人数：学生４名，教員６名 関係機関職員 12 名
2015年10月13日(火) 14～16時	研修会（他県で実施されている活動の体験） 講師：元気づくり大学学長 大平利久 氏	大学内	1 回 参加実人数：　学生８名，教員３名，みずほ生き活きサポーター４名，関係機関職員３名
2015年12月8日 9～12時	地域の高齢者の集まりへの参加（2 回目）：世代間交流と介護予防体操の披露	瑞穂市内	1 回 参加実人数：　学生９名，教員２名
2016年3月23日 12～16時	報告会・合同会議	大学内	1 回 参加実人数：　学生８名，教員３名 みずほ生き活きサポーター 6名 関係機関職員１名　他

（1）1 回目：情報収集と世代間交流

日時：2015 年 8 月 11 日 9 ～ 12 時

学生の目的：①自分達が作成する体操披露の場の可能性があるくつろぎカフェを見学し，情報収集を行う．②参加者と交流し，コミュニケーションを図る．

（2）2 回目：世代間交流と介護予防体操披露

学生の目的：①ボランティア活動として自分達が作成した体操を披露し，ボランティア活動を実践する．②世代の異なる参加者と交流し，コミュニケーションを図る．

最初，学生たちは高齢者の人たちの隣に座り，一緒に花もちを作成したり，折り紙を折ったりしながら会話を行った．そして，折り紙の折り方を教えてもらったりしながらコミュニケーションを深めていった．次にボランティア活動とし学生たちが作成した介護予防体操を実践した．最初に学生が見本を見せ，実施していった．介護予防体操の実施では，披露する前に注意を受けていた点について修正し，高齢者の方に合わせてゆっくり行っていた．また，リラックスしながら行えるようにとオルゴールの音楽を流しながら行った．参加された高齢者の人たちからは，笑顔が見られ「楽しくできた」「また，いつ来てくれるの」などの言葉が聞かれた．

5）合同会議・報告会

世代間交流の機会を利用し，高齢者を対象にした介護予防体操作成プロジェクトの結果の報告（動画体操披露含む），グループワークと意見交換も実施した．

3．感想・学び・リフレクション結果（表 2 参照）

ボランティア活動で体験したことを振り返ることは，個人の行為や思いを言語化し，さらに体験した事象に関して過去の経験や知識を活用して意味づけを行う自己省察（reflection）の機会となる．自己省察はサービス・ラーニングの学習方法として取り入れられており，ボランティア活動や地域活動が学習となるために不可欠な要素（生涯学習審議会，1999）とされており，本事業でも同様の結果となった．

Ⅳ　考察

1．学生の感想・学び・リフレクションについて

1）地域の高齢者の集まり（くつろぎカフェ）への参加：1 回目

学生が見た高齢者について「しっかり高齢者の方も取り組んでみえて，より良いものを作ろうと思った」「みなさんが笑顔で多くの方とその場所でお会いできることを楽しみにしてみえた」という意見から，世代間交流での介護予防体操に取り組む高齢者に対する認識が広がり，高齢者同士の交流や地域での交流の場の意義を感じ取ることができているといえる．ボランティア経験がなかった学生が，ボランティアの意義について「多くのことを学ぶことができ，とても良い体験ができる場」と表現していることからも，初めての経験から学べる場としての位置づけを確認できることが示唆され，ボランティア教育のプログラムとして有効であったと推測できる．

2）地域の高齢者の集まり（くつろぎカフェ）への参加：2 回目

学生たちの中には，ボランティア経験がある学生と経験のない学生もいた．しかし，双方とも夏休みを利用し，ボランティア活動で介護予防体操を作成し，高齢者の人たちとの交流で得た体験から，ボランティアの実施は楽しいことや，やりがいを感じたといった感想を得ていた．現在社会において，ボランティア活動といえば災害救助活動が想起されることが多いようである．しかし，地域において高齢者がその地域で健康に生活を送るために，みずほ生き活きサポーターの人たちのようなボランティア活動も必要である．松田ら（2015）は，看護基礎教育においては，大学生が高齢者への関心と理解が深められるような教育実践が求められるとしている．今回学生たちは，くつろぎカフェに参加することでボ

表２　地域の高齢者の集まり（くつろぎカフェ）への参加：感想・学び・リフレクション結果（複数回答）

	１回目（N＝５名）	２回目（N＝９名）
介護予防体操	・　介護予防体操では，高齢者のことを最大限に考えられている体操で，ゆっくり行われており，私が予想していた体操と違ってとても良いと思った． ・　介護予防体操は地味に痛かった．しっかり高齢者の方も取り組んでみえて，より良いものを作ろうと思った． ・　介護予防体操では，どのような体操が良いのか参考にしながら取り組むことができた．	・　私がお話しさせていただいた90歳代の女性でも，息子さんに連れられて月に１度くつろぎカフェに来て，世間話をしたり，介護予防体操をしたりしていて，今のお年寄りと言われる年代の方々はとても健康に対して意欲的であると気づかされた． ・　仲間ともコミュニケーションを図り，１つの体操を作ることができた達成感を味わうことができた． ・　みなさんが精一杯行って下さり，たくさんの笑顔を見ることもできた． ・　介護予防体操は見事に成功したのでよかった． ・　笑いもあったので本当にうれしかった． ・　自分たちが考えた介護予防体操も，参加者の方々は一生懸命楽しそうにやってくださって嬉しかったし，これからの生活でも少しずつやって行ってもらえたらいいなと思った． ・　仲間と夏休みから様々な計画を立てたり，自分たちで実際に体を動かして，運動の楽しさや良さを体験したりとどうしたら高齢者の方々にとって楽しく意味のある体操ができるのかを考えた． ・　完成までに先生方から多くのアドバイスを完成までにしていただき，１つ１つが自分たちの中で勉強になることであり，そのことが体操を作り上げていくことにつながっていった． ・　今回の体操を通して，工夫するところや改善点を見つけられたので次回に生かしていきたいと思った．
ボランティア	・ボランティアをした経験は何度かあったが，今回初めてくつろぎカフェという介護予防に拠点をおいたところへ参加した． ・ボランティアを一度もやったことがなかったけれど，ボランティアをするっていいことだなと実感した． ・今回のボランティア活動では，介護予防体操作成を目的にすると同時に，地域の高齢者と話したり，物を作ったり，世代間交流を行った． ・ボランティアというのは，多くのことを学ぶことができ，とても良い体験ができる場であると思った．	・　介護予防体操のボランティアを通して，楽しくコミュニケーションができてよかった． ・　私は「介護予防体操を作るボランティアを募集します」と話を聞いて楽しそうだなと思って参加した． ・　今回の介護予防体操ボランティアに参加してよかった． ・　私は初めてボランティアを行うのですごいやりがいを感じた． ・　ボランティアは様々な出会いがあり楽しい． ・　私がお話をしていた参加者の方が「家に一人でいるよりこうやってみんなの集まりに参加すると友達もできるし楽しいわ」とおっしゃっていたので，これから地域の方とかかわるボランティアが増やしていけるといいなと思ったし，また何かあるのであれば参加したいと思った． ・　仲間や先生方と作り上げたことなど今回の体験を忘れずに，これからもボランティアに参加していきたい．

コミュニケーション	・　コミュニケーションでは，何を話せばよいのかわからなくて戸惑っていたが「私は若い子と話せるだけで，幸せだよ」と嬉しいことをいって下さる高齢者がいて，何も考えず，いつも通りの自分で会話をすることができた． ・　来て下さった人達とコミュニケーションを図り，情報を知っていく中でみなさんが笑顔で多くの方とその場所でお会いできることを楽しみにしてみえた． ・　コミュニケーションをとるのは難しかったけれど，楽しかったといって下さったので嬉しかった． ・　私は祖父母と暮らしたことがなく，どのようにコミュニケーションをとったらよいのかわからなかったが，話していくうちに，段々と仲良くなれてよかった．	・　高齢者とコミュニケーションをとった時に，私のことを覚えて下さった方がいて嬉しかった． ・　介護予防体操のボランティアを通して，楽しくコミュニケーションができてよかった． ・　今回実際に皆さんと体操をやってみて感じたのは，コミュニケーションを大切にするということです． ・　親戚とか家族以外の高齢者とコミュニケーションがとれてよかったと思う． ・　当日になり，前回と同じように住民の方とコミュニケーションを図ることができて改めて楽しい場所だなと思いました．また，覚えていてくださる方もいてとても嬉しかった． ・　仲間ともコミュニケーションを図り，1つの体操を作ることができた達成感を味わうことができた． ・　くつろぎカフェにお客さんでみえた方とはコミュニケーションをとる機会はなかったけれど，職員の方たちのコミュニケーションをとりながら折り紙を教えていただいた．すごい技術でびっくりした． ・　今回くつろぎカフェは最初に参加者の方々とお茶をしながらコミュニケーションをとっていたけど，どの方も楽しそうに話をしてくれていたと思った． ・　介護予防体操のボランティアを通して，折り紙をしたり，私たちの考えた体操をみんなでやったり，世代間交流ができ，色々な方とコミュニケーションをとることができた．
世代間交流	・　世代間交流を通して，多くのことを学ぶことができた． ・　私たち若い世代の人間が，介護予防体操のボランティア等に積極的に参加することで高齢者の方とコミュニケーションをとり，世代間交流を盛んにさせることも大切である． ・　私はA市が地元なので，その方もずっとA市に住んでみえて，昔の話をしてくれた． ・　世代間交流っていいなと思った．	・　介護予防体操を通じて，いつもは自分の祖父母ぐらいしか，高齢者とは関わらないけど，他の高齢者との世代間交流ができてよかった． ・　年齢がはなれているから，わからないこともありますがためになる話が多く，世代間交流はとても良いと思った． ・　私は普段祖父母と会うことがないので，世代間交流ができて楽しかった． ・　当日はすごく緊張したが，皆さんとお話をしているうちに緊張もほぐれてきた． ・　介護予防体操を通じて，いつもは自分の祖父母ぐらいしか，高齢者とは関わらないけど，他の高齢者との世代間交流ができてよかった． ・　私たち世代だけでなく，いろいろな世代の方と交流することが大切だと思った． ・　核家族が増えている今世代間交流できる機会は少ないと思う． ・　私たち若い世代にも高齢の方たちにもいい刺激になるのでくつろぎカフェのように気軽に集まれる場所が増えるといいなと思った．

ランティア活動の実践と共に実際活動している場面に直接触れることができ，日常生活の中で高齢者と接触する体験が少ない中，高齢者の理解や対応について学ぶことができたと考える．

学生は，介護予防体操を作成する上でも，学生同士のコミュニケーションの必要性を感じたり，くつろぎカフェで高齢者や，ボランティアの人たちとのコミュニケーションを図ることでコミュニケーションの大切さや，コミュニケーションを図ることで楽しさを共通認識できることを学んでいた．また世代間交流として，最初は緊張していたが話すことで緊張がほぐれていったことや，高齢者の人たちから教わることがたくさんあり勉強になるという感想もあった．これらは，張ら（2015）が述べているように高齢者らとの触れ合いにより，高齢者への尊敬と温かな関心の深まりに繋がるのではないかと考える．

介護予防体操を披露したことでは，作成した介護予防体操が地域の高齢者の生活に取り入れられれば良いと考えていることや，それに向かい考えてきたこと，色々な指導があり，結果として出来上がった介護予防体操に対し，高齢者への健康維持に向かってほしいことや，自分たちの学びにもつながったことの意見があった．学生たちは，介護予防体操を作成し実施することで，高齢者の笑顔や言葉から，ボランティアの実施への達成感に繋がり，ボランティア活動への興味に繋がったと考える．

２．活動成果について

2015 年度教育改革推進事業：介護予防体操作成プロジェクトにおける「地域と大学が連携した地域基盤型のボランティア教育システム」の実施によって，地域と大学が連携し，介護予防体操作成プロジェクトを通して，ネットワークが確立し，介護予防支援活動による社会貢献への一歩となった．そして学生は，地域基盤型教育によるボランティア体験を通して，ヘルス・ボランティア活動を行っている看護学生は，その活動から人々や地域に対する理解，看護職への意欲を深めていたという報告（香春知永他，2005）にあるように，①活動を共にし，交流するボランティアや保健師等がモデルとなることにより，「看護職者の準備」の意味づけができたと考えられる．②介護予防体操作成により，学生がこれまで学んできた講義・演習等の内容を結びつけ，③プロジェクトにおいて異なる年齢層の参加者とコミュニケーションの機会を得ることが可能となった．祖父母との同居経験やボランティア体験の無い学生が７割であったが，これらの学習成果により「世代間相互作用」が生み出され，家族や友人以外の「他者を理解」することができたと考えられる．しかし，学生のプロジェクト参加者は，延べ人数は 100 名以上であるが，実人数は９名であることから，同じ学生が何度も参加する結果となった．ボランティアセンターを望む大学（小林明子他，2006）の報告もあり，ボランティアセンターを持たない看護系大学である本学学生は，ボランティア活動は必修科目ではないこともあり，参加者数が少なかったと考えられる．また研修会開催について，ポスターやちらしで多くの学生参加を募ったが，プロジェクト参加学生と関係機関だけの参加となり，今後の継続には参加者数が増える実施方法を考える必要がある．

おわりに

介護予防体操作成プロジェクトにおいて介護予防体操作成を，大学と地域が協働し，学生・教職員と地域の高齢者・サポートする関係機関関係者との世代間交流を通して地域基盤型のボランティア教育プログラムを展開できた．その結果，学生・教職員から高齢者への一方的なボランティアだけではなく，地域のボランティアとそれに関わる専門職との双方向の交流を通じてのボランティア教育の実践となり，学生の新たな学びの機会は，有用な教育方法になる可能性が示唆された．

今後このプログラム展開のために，看護系大学の特色を前面に活かし，関係機関等と協働した地域の求めるボランティア教育活動を継続することが必要である．

告　示

本事業は朝日大学 2015 年度教育改革推進事業として採択され実施したものであり，一部は The 3rd Korea-Japan Joint Conference on Community Health Nursing（KJJCCHN），Busan，South Korea，日本地域看護学会第 19 回学術集会（栃木）に報告した．

今回の取り組みにあたって本学の 2015 年度教育改革推進事業：介護予防体操作成プロジェクトにご協力頂きましたみずほ生き活きサポーター等をはじめ関係機関やスタッフ及び住民の方々に深く感謝いたします．

引用文献

安藤正時，山城清二，小泉俊三（2005）．ハワイ大学と佐賀大学の学生ボランティア活動の比較と日本の医学前教育（Premedical Education）の違い．医学教育，36（4），215-226.

張平平，大塚眞理子，辻玲子，畔上光代，丸山優，善生まり子（2013）．看護学生と地域高齢者との世代間交流がもたらした成果 ― 文献研究を通して ―．埼玉県立大学紀要，15，45.

香春知永，田代順子，及川郁子，小澤道子，平林優子，菱沼典子，酒井昌子，宮崎紀枝，三橋恭子，森明子（2005）．ヘルス・ボランティア活動をしている看護学生の学習ニーズと学習支援のあり方，聖路加看護学会 Vol．9（1），11-18.

小林明子，酒井美和（2006）.「実践的ボランティア教育プログラムと参加型学習」試案 ― 大学生の主体性を引きだす教育実践を通して ―，福井県立大学論集，第 28 号，87-108.

松田武美，福田峰子，梅田奈歩，森幸弘，緒形明美（2015）．看護学生・高齢者世代間交流による相互学習の取り組みの効果　ライフヒストリーインタビューによる傾聴体験を通して．生命健康科学研究所紀要，12，54.

松谷美和子，三橋恭子，田代順子，香春知永，酒井昌子，平林優子，森明子，菱沼典子，川越博美，及川郁子，小澤道子（2004）．看護教育法としての「サービスラーニング」；実践研究文献レビュー，聖路加看護大学紀要，30，31-38.

三橋恭子，田代順子，小澤道子，菱沼典子，川越博美，森明子，荒木田美香子，村井文江，野口真貴子（2004）．ヘルス・ボランティア指向のある看護大学生の『身近な健康問題とケア』の認識とボランティア経験，聖路加看護学会誌，8（1），36-42.

中川和昌，山田圭子，浅川康吉，吉田亨，牛久保美津子，佐藤由美（2011）．保健学教育におけるオフキャンパス授業が学生にもたらす効果，医学教育，42（6），337-345.

日本医学教育学会・医学医療教育用語辞典編集委員会編（2003）．医学医療教育用語辞典，照林社，東京.

生涯学習審議会（1999）．学習の成果を幅広く生かす一生涯学習の成果を生かすための方策について（答申書），24-33.

田代順子，麻原きよみ，及川郁子，大森純子，松谷美和子，香春知永，平林優子，菱沼典子，酒井昌子（2007）．米国におけるサービス・ラーニング（地域参加型教育）の理念と取り組み ― ウィスコンシン大学とワシントン大学の視察調査とワークショップ報告 ―，聖路加看護大学紀要 No．33，3，69-73.