

平成 28 年度学生による地域フィールドワーク研究助成事業
研 究 成 果 報 告 書

- ・機関及び学部、学科等名 富山大学医学部看護学科／芸術文化学部
- ・所属ゼミ 中林研究室&河原研究室
- ・指導教員 医学部看護学科・准教授・中林美奈子／芸術文化学部・准教授・河原雅典
- ・代表学生 坂野真優（看護学科）
- ・参加学生 石野美来・奥村智香・坂本名都美・嶋智子・中川律沙（以上看護学科）／今井みのり・川原尚子・首藤彩希・能登みのり・外村大地（以上芸術文化学部）

【研究題目】地域住民の主体的な介護予防活動推進のための取組み

1. 課題解決策の要約

高齢社会の進展を背景に、地域ではできる限り要支援・要介護状態にならないようにする「介護予防」が重要な課題となっている。これまで、介護予防の取組みは自治体を中心となり展開されてきたが、高齢者人口が増え続ける現状において、自治体が主となる活動のみでは限界があり、地域の独自性と住民の主体性に基づく介護予防活動の実践が期待されている。しかし、住民の力だけで活動を開始し、それを継続していくことは極めて困難である。「行政や専門家の支援」が不可欠であり、行政や専門家には、以下のアクションを通して、地域住民の主体的な意識や行動を誘導していくことが求められている。

- 1) 産官学民の「協働」により介護予防活動を推進すること。
- 2) 今後増加する元気高齢者は介護予防活動の担い手として貴重な存在であることを認識すること。地域高齢者と協働で介護予防に取り組むことは地域社会にとっても高齢者にとっても良い影響をもたらす。
- 3) 地域住民が、【高齢者が健康に暮らすために解決を要する地域課題に気づく】【地域課題を解決するための方策に気づく】【＜仲間意識＞＜ワクワク感＞＜誇り＞＜責任感＞といった快の感情を自覚する】ことのできる協働プログラムを開発すること。

2. 調査研究の目的

我が国の高齢化率(人口に占める 65 歳以上の割合)は 2010 年 23.0%であったが、2015 年には 26.7%に増加した。さらに今後 2030 年には 31.6%、2055 年には 39.4%に至ると推計されている。高齢者の増加に伴い支援や介護を必要とする者が増加するのは当然であり、「介護予防」を推進し、高齢者の健康と QOL の向上を図っていくことが重要な課題となっている。現在、介護予防の取組みについては、自治体を中心になり、①厚生労働省が示した基本チェックリストによるハイリスク者(要支援・要介護状態になる危険性の高い人)の掘り起こしと短期集中的な機能訓練サービスの提供によるハイリスクアプローチと、②広く地域住民を対象に、介護予防に関する普及啓発を行うポピュレーションアプローチが実施されているが、高齢者人口が増え続ける現状において、自治体を中心とする活動のみでは限界がある。

自治体や専門家は住民との「協働」による介護予防の必要性を強調し、住民参加・住民主体の活動を求めているが、成功事例の報告は少ない。協働とは、マルチステークホルダーが同じ目的に向かって力を合わせて活動するという意味であり、事前に決まった役割分担を遂行するのではなく、それぞれができることや得意分野について意思決定しながら行っていく場合に用いられることが多い。しかし、住民の力だけで地域の課題、自身の役割、得意分野等を認識し、活動を開始し、主体的に活動を継続していくことは極めて困

難であり、それを可能にするためには、自治体や専門家の「支援」のあり様がポイントになる。

このような状況の中、学生が所属する研究室では2011年10月から富山県富山市(星井町地区が中心)で“歩いてお出かけ”をテーマとした介護予防活動を主宰していた。この活動は通称「ホコケン活動」と呼ばれ、アクションリサーチの手法を用いて産学官民協働で介護予防活動に取り組む内容であった。アクションリサーチとは、研究者が実践者の一人となり、現場に寄り添いながら活動を進めるスタイルのものであり、課題解決に関連した研究活動であると同時に実践活動でもある。ホコケン活動は大学教員が国からの助成金を得て開始したものであったが、地域住民の共感を得て助成期間終了後(2011年10月～2015年3月)も自主活動として継続運営されていた。特に、「民」代表のアクションリサーチャーとして地域高齢者が活動始期から継続参加している点が特徴であり、彼らの意識や行動について整理することができれば、地域住民の主体性を引き出す支援方法を検討するための基礎資料になると考えた。

そこで、本研究は、ホコケン活動に継続参加する理由を地域高齢者の視点で明らかにし、次に行う協働プログラムの実践に結びつけること、さらに、協働プログラムの実践結果や活動のプロセスを通して、地域住民の主体的な意識と行動を誘導するために必要な支援方法の検討を目的とした。

3. 調査研究の内容

1) インタビュー調査: 地域高齢者がホコケン活動に継続参加する理由

(1) 目的: 産学官民協働プロジェクトに「継続参加」する理由を地域高齢者の視点で明らかにし、次に行う協働プログラムの実践に結びつける。

(2) 研究参加者: ホコケン活動の開始時から5年間にわたり、アクションリサーチャーとして継続参加している地域高齢者7人を研究参加者とした。

(3) データの収集: 2016年9月から10月の期間に、学生が地区内の公民館や会議室に出向き、研究参加者1人に対し学生3～6人による個別インタビューを実施した。インタビュー内容は、①活動に参加したきっかけ、②参加の理由、③活動に対する意見や感想とし、自由に話してもらった。インタビュー時間は1人当たり約2時間であった。

(4) データの分析: インタビュー内容は逐語録に起こして、質的帰納的に分析した。分析手順としては、得られたデータをまとまりのある意味にコード化し、コードを意味内容の類似性、相違性を検討しながら分類した。さらに分類したコードに共通性を見出し、カテゴリー名をつけた。

2) 協働プログラムの実施

ホコケン活動の当初計画として2016年12月3日に「まちなかゆる歩き富山2016」という介護予防普及啓発イベントを開催することが決まっており、地域高齢者は当日の役割としてステージでのダンス披露とカフェコーナーの切り盛りを担うことを自ら選択していた。

学生は、「地域高齢者の主体的な意識と行動を誘導しながら、地域住民と一緒にダンスとカフェコーナーを運営する」を行動目標に掲げ、インタビュー調査で得られた結果を意識しながら地域高齢者とコミュニケーションを図り、ダンスとカフェコーナーの企画から実施までの一連の過程を地域高齢者と一緒に行った。

4. 調査研究の成果

1) インタビュー調査

(1) 研究参加者(地域高齢者)の概要

研究参加者7人は全員が男性で、平均年齢は80.4歳であった。活動開始時のコミュニティでの役割は、自治振興会会長1人、長寿会連合会会長1人、単位長寿会会長5人であった。参加のきっかけは、自治振興会会長は「活動代表者(大学教員)から研究の説明を受け、研究内容に賛同した。活動代表者の熱意に押された」、長寿会連合会会長は「自治振興会会長に協力を要請された」、単位長寿会会長は「長寿会連合会会長に協力を要請された」であった。

(2)活動に継続参加している理由(表1)

地域高齢者から語られた継続参加の理由は、3 カテゴリー・9 コードに整理できた。

①地域高齢者は日々の生活や地域活動を通し、高齢者が健康に暮らすために解決を要する地域の課題が、<閉じこもりの予防><元気高齢者の増加>であると認識していた。ホコケン活動の目的が自身の認識と一致していることが継続参加の理由であると語られた。【課題認識の一致】と命名した。

②地域高齢者はこれまでの5年間の活動を通して、地域課題を解決するために用いた方策、すなわち、<歩行補助車を使った自立支援><コミュニティ単位での活動><産学官民の協働>が成果を生み出したと考えており、その合理性のある課題解決策に魅力を感じて参加していることが語られた。【合理性ある課題解決策】と命名した。

③地域高齢者は活動を通して、<仲間意識><ワクワク感><誇り><責任感>を自覚しており、その感情の心地よさが継続参加の理由であることが語られた。【快の感情の高まり】と命名した。

2)協働プログラムの実施

(1)プログラム実施に向けた準備

本研究では、協働プログラムの企画・実施期間が3か月という短期間であったため、インタビュー調査によって抽出された3 カテゴリー・9 コードのうち、【快の感情の高まり】<ワクワク感>に焦点をあてた。学生同士で話し合い、①学生との交流、②非日常、③流行り、④達成感がワクワク感を生み出すと仮定して、地域高齢者にダンスの題目として「ピンクレディの UFO」、カフェメニューとして「レインボー綿菓子」を提案した。地域高齢者は興味津々で、満場一致で了承された。

2016年9月～11月に3回、地区公民館に集まり、1回3時間程度の練習会を開催した。練習会の案内はチラシを作製し、その都度学生が手渡しで参加を呼び掛けた。練習会には毎回、地域高齢者の他に大学教員や企業メンバーなど約20人が集まり、和気あいあいと時間を共有した。学生は、できるという自信、すなわち自己効力感の向上を意識して、コツを伝えながらわかりやすく説明した。



↑写真1. 練習会の風景

←図1. 練習会の案内チラシ

(2) 当日の様子

2016年12月3日は快晴に恵まれ、会場の富山市グランドプラザには約300人の来場者があった。「ピンクレディのUFO」も「レインボー綿菓子」の大盛況であった。



写真2. 会場の様子



写真3. レインボー綿菓子



写真4. 産学官民みんなでUFO



写真5. 地域高齢者の笑顔

(3) プログラム実施の評価(地域高齢者の反応と学生の感想)

◇イベント終了後、地域の方々が「大成功だったね」「楽しかったね」と言ってハイタッチして下さった。イベントの成功と達成感、地域の方との仲間意識醸成の実感が心地よく、とてもうれしかった。

◇協働において大切なことは、関係性の構築である。礼儀や言葉づかい、周囲への細やかな気配り、先の先まで見据えて何をすべきかを考える力など、今後、看護職として社会人として身につけていかなければならない課題が自覚できた。

◇地域の方が「来年もやりたい」「今後も活動を頑張っていこう」と意気込んでいた。活動に伴う自己効力感や達成感の実感がこのような発言に繋がったと理解できた。地域の方々にこのような感覚を得てもらうために自分はどうかあるべきか、深く考える機会になった。

◇協働の利点は、活動の質の向上である。それを可能にするためには、チームメンバーひとり一人が自身の役割と責任を自覚し、メンバー同士でそれぞれの特徴と長所を発揮し補完し合うことが必要である。

◇住民主体の活動を促進することの価値は、地域の人々に率先して活動している近隣の人々の姿を見もらう点にある。活動する近隣住民の姿は、他の住民の意識に影響を及ぼし、健康や介護予防意識の向上に繋がることが理解できた。

5. 調査研究に基づく提言

限られた資源の中で介護予防活動を推進するためには、地域住民の手による主体的な介護予防活動は不可欠である。しかし、住民の力だけで活動を開始し、主体的に活動を継続していくことは極めて困難で

ある。活動の開始や定着は、行政や専門家の意図的なサポート抜きには成し得ない。「協働」という1つのネットワークの中で、行政や専門家がいかにして地域住民の主体的な意識と行動を誘導していくか、その力量にかかっているとされた。行政や専門家が時間をかけてサポートすることで地域住民が問題意識を持ち、活動するための意欲やノウハウを身に付けていくことが可能になる。

支援方法として、重要なポイントは以下のとおりである。

(1) 産官学民の「協働」により介護予防活動を推進すること。

(2) 協働の基盤となるプロジェクトチーム(活動基盤)を結成し、地域高齢者の参加を要請すること。今後増加する高齢者を介護予防活動の担い手として、プロジェクトチーム引き込むことは地域社会にとっても高齢者にとっても良い影響をもたらす。

(3) 地域住民が、【高齢者が健康に暮らすために解決を要する地域課題に気づく】【地域課題を解決するための方策に気づく】【仲間意識><ワクワク感><誇り><責任感>といった快の感情を自覚する】ことのできる協働プログラムを開発すること。

(4) 特に快の感情の自覚は、信頼関係の構築に繋がる。①「仲間意識」を高めるためには、一緒に何かをする機会を増やすこと、②「ワクワク感」を高めるためには、大学生等の若い世代の交流を促すこと、③「誇り」を高めるためには、活動のアウトリーチを活発に行うこと、④「責任感」を高めるためには、実行可能な将来の夢を語り合うことが重要である。

6. 課題解決策の自己評価

地域介入の前段階で、住民主体の活動を実践している地域高齢者にインタビューを行い、主体的参加の要因を明らかにし、協働プログラムの実践に結びつけた。インタビューを行なったことで、学生の準備性が高まり、質の高い介入が可能になったように感じた。アクションリサーチのプロセスを意識した介入結果から課題解決策を提言できた点が良かった。しかし、介入期間が短期間であったこと、介入対象が既に主体的意識と行動を身に付けたホコケンメンバーであった点が本研究の限界である。本提言を主体的活動を体験していない地域住民にも適応し、提言の妥当性を評価していく必要がある。

表 1. インタビュー結果:地域高齢者がホコケン活動に継続参加している理由

カテゴリー	コード	意見要約の代表例
課題認識が一致	閉じこもり予防	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の閉じこもりをなくさなければならない。 ・高齢者が閉じこもると体だけでなく心も悪くなる。 ・外に出るきっかけを作らなければならない。 ・足腰の弱りが閉じこもり、生活不活発の原因である
	元気高齢者の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・年寄り各自が健康寿命を延ばすという認識を持つことが重要。 ・元気な高齢者を増やしていかなければならない。
合理性のある課題解決策	歩行補助車を活用した自立支援	<ul style="list-style-type: none"> ・歩行補助車は高齢者の生活に便利な道具である。 ・足が悪くなった人も歩行補助車を使えば、外出、買い物、交流を楽しむことができる。歩行補助車は生活不活発病に陥らない有効なツールである。 ・(足の都合が悪い)妻が歩行補助車を使っている。外出するようになり、いろんな人と挨拶を交わすようになった。以前より気分が和らいだように感じる事が一番うれしい。
	コミュニティ単位での活動	<ul style="list-style-type: none"> ・「ホコケン」の知名度が確実に上がっている。地区が1つになり活動を後押ししてくれたおかげである。 ・地区の人がみんな一緒に楽しんで、みんな笑顔になる活動でないと長続きしない。
	産官学民協働	<ul style="list-style-type: none"> ・全国から注目されている。良い成果が出せるのは産学官民連携で、いろいろな人が関わっているからである。 ・ホコケン活動は産学官民みんなで考えてみんなで活動するのが魅力である。学ぶことも大きいし、成果も上がる。こういう活動を増やすべきだ。 ・大学の先生方の頑張りに触発されて、自分たちも期待に応えなければならないという気持ちが高まっている。 ・行政の考え方や苦勞も理解できた。行政にも絡んでもらいながら、活動を続けていかなければならない。 ・4年後の東京オリンピック会場に歩行補助車ステーションを設置したい。みんなで考えて行動すれば実現しそうな気がする。
快の感情の高まり	仲間意識	<ul style="list-style-type: none"> ・同じ地区であっても長寿会長が一同に集まる機会は年に数回程度であった。ホコケン活動を通して集まる機会が増え、仲良くなった。長寿会の域を超えた繋がり深い人間関係が得られた。 ・病気になった時、他の会長さんがホコケンの仕事だけでなく、長寿会長の仕事も手伝ってくれた。大学の先生にも世話になった。ホコケンでの出会いが、自分の病氣療養の支えになっている。 ・ホコケン活動は老人会での良い話題づくりにもなったし、仲良くなるきっかけにもなった。ホコケン活動により老人会のメンバーが一つになった気がする。これからの会合もスムーズにいくと思う。
	ワクワク感	<ul style="list-style-type: none"> ・若い人と一緒に活動することで元気がもらえる。 ・学生と会う日はおしゃれをして出かけようと思う。朝から心待ちにしている。 ・若い学生と一緒に活動することは人生の彩り、楽しみ、また喜びでもある。
	誇り	<ul style="list-style-type: none"> ・OECD 国際会議や学会に参加させてもらい、定年後も社会に貢献できていることを誇りに思う。 ・(元々大学の先生をしていたので)この年になって再び大学の研究に携われたことに喜びを感じている。 ・街の人が歩行器を使って歩いているのを見て、自分が作ったものが社会の役に立っているということを誇りに感じた。 ・(歩行補助車を)「どうだ、カッコイイだろう」と自慢したくなる。