

令和5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 医学部医学科
- ・所属ゼミ 医学教育学講座
- ・指導教員 高村昭輝
- ・代表学生 宮澤正咲
- ・参加学生 今村駿平、澤田晋介、寺尾樹、山下智史

【研究題目】 カフェを通じた地域住民の SDH 向上について

1. 課題解決策の要約

砺波市せんだんの hill で毎週末行われている地域住民によるカフェ営業のうち第2日曜を学生による漢方カフェの日とし、薬膳オリジナルメニューや健康相談をきっかけに学生とお客様である地域住民、普段と異なる世代間の交流を実施した。対象地域では、住民の地域行事への参加率低下と少子高齢化が問題となっている。学生にとっては漢方などの医療知識のアウトプットと住民とコミュニケーションを図る機会、高齢者を中心とした地域住民にとっては外出頻度向上と若い世代との社会的交流のきっかけとなる。カフェを通じた交流により、特に地域住民の SDH の改善を図るという課題に取り組んだ。対象は会場施設周辺の梅檀野地区住民とし、来店客に漢方カフェの存在によって社会性や健康面で変化があったか、インタビュー調査を行い、その効果の検証と継続性を分析した。

2. 調査研究の目的

梅檀野地区は 75 歳以上が人口の 2 割を占める少子高齢化の顕著な地域である。幼稚園や商店も無くなり、地域の行事も減少してきた。このような環境では、高齢者の SDH (特に社会環境) は低下しうるといえる。そこで今回は梅檀野地区の高齢者に着目し、学生がカフェを行うことで与える影響を WHO が定める SDH の観点から評価する。

来るまで、来たとき、来てからの 3 段階での効果を目的に、富山大学医療系学生が得意とする漢方をテーマにしたカフェという形式を採択した。ただメニューを提供するだけでなく、

1 漢方、大学生との交流という非日常から、普段地域行事に参加されない方も外出する

2 カフェを通して普段関わらない若い世代と交流する

3 健康に意識を向けて毎月の漢方カフェに来て、周りの方を誘う

などのカフェをきっかけに周囲の社会環境を改善することの効果を検証することを目的とした。

3. 調査研究の内容

スケジュール

4 月から 12 月までで、お盆休みで休業とした 8 月を除き、毎月 1 回、計 8 回開催した。計画では 1 月も開催予定であったが地震の影響で中止とした。薬膳をテーマに月替わりのメニューを提供したほか、地域の方と交流する催し物に参加した。

	23/4/9	23/5/14	23/6/11	23/7/9	23/9/18	23/10/22	23/11/12	23/12/10
売り上げ	14900	12500	11200	11100	5600	20400	23800	18150
品目 (単価×個数)	カレー (400×13)	おはぎ (100×65)	カップケーキ (200×1)	あんみつ (300×9)	おにぎり (200×5)	カフェオレ (300×4)	団子 (100×76)	カップケーキ (150×27)

	おはぎ (300×7)	サンドイッチ (200×30)	薬膳カルピス (200×1)	薬膳茶 (200×2)	プリン (200×7)	どらやき (200×20)	カレー (400×19)	クッキー (50×48)
	薬膳茶 (200×6)		セット (300×39)	セット (400×20)	薬膳茶 (200×4)	薬膳茶 (200×7)	薬膳茶 (200×3)	サングリア (300×13)
	セット (400×16)				セット (300×8)	セット (300×46)		ホットサンド (200×39)
販売個数	42	95	41	38	24	78	98	127

## 事前の仕掛け(来るまで)

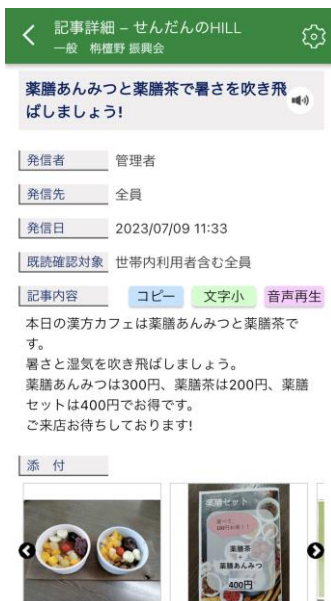
電子回覧板を活用し、毎月開催の一週間程前と営業日当日にメニューの告知を実施。また、シニアハートフルデイとして、同地区の75歳以上約200世帯に自治振興会から招待状の郵送も行った。また、メディアの効果も期待し、積極的に取材を受けた。

効果として「今朝回覧板で見たカレーを」というように、メニューを目的にいらっしゃる方が複数存在した。テレビのニュースで取り上げられたのを見て「今テレビでみたプリンを」と足を運んでくださるご近所の方や、新聞記事を翌月のカフェに持参した人もいた。せんだんの hill 全体でのマルシェや脳トレなど高齢者向けイベント内でカフェを行った際には高齢者から、毎月やっているのか、何学部的大学生かななどの質問を受け、回覧板だけではカフェを知らなかった住民に知ってもらう機会となった。

## 内容の工夫(来てから①)

子どもから高齢者まで馴染みやすいよう、ぜんざいやあんみつといった和菓子やおにぎりやサンドイッチなどの軽食にした。身近な料理でも普段とは異なった食材を加えることで薬膳としての効果が得られることを知ってもらい実際に家で作ってもらえることを意図した。食材は全てスーパーで手に入るものとし、レシピも全て公開していた。生姜と棗、胡桃を使ったおはぎを販売した際には「さっぱりしていて食べやすい」「変わった味でおいしい」などの感想が得られた。同時に、棗はどこで手に入るのか、乾燥させたものやデーツなどとの違いは何か、といった薬膳食材に関する質問が寄せられた。

### 1. 電子回覧板での告知



### 2. 大きな文字に拘った月代わりメニュー



### 3. アレルゲン食材を使わないレシピ



## 積極的に交流する場作り(来てから②)

会場の園庭で田植えをするイベントやクリスマスマーケットなど地域のイベントとコラボすることで親子から高齢者まで全ての世代が集まる場になった。雑草に詳しい地域の方にこちらからアプローチすることで、せんだんの hill 内を散策し、食べられる野草とその効果に関する語りを引き出したり、持参していただいた野草のレシピ本を見ながらカフェで出せそうなメニューと一緒に検討したりすることで住民を巻き込むように工夫した。このような地域の人を巻き込むことで、来場の親子と共に野草の名前や調理法、効能などを学んだ回もある。さらに梅ジュースの作製を得意とする地域の方に作り方を教わりながら梅檀野地区の梅でジュースを作製した。これらの作成作業や試食はあえてカフェ内で営業時間中に行うことで周囲のお客さんにも野草料理を試食して意見を聞いたり、個々のジュースの作成方法の違いを共有したりすることで初対面のお客さん同士で、地域の伝統を学ぶ場、各家庭ならではの知恵を教え合う場となった。同地域の木工所の端材をお盆として使用しセットメニューを提供した際には「このお盆いいね」と興味を持っていただき、木工所の端材コーナーでもらえることを伝えると「帰りに寄ってみよう」と地域の他の活動へのつながりにもなった。

### 1. カフェ一角での梅ジュース教室



2. 敷地内の野草探しとレシピ考案



3. クリスマスマーケットの売り歩き

### その後(来た後)

同地区に160年続く伝統工芸三助焼の窯元に依頼し地域の方と陶芸教室を行った会では、学生4名と地域住民8名で8枚の皿を形作り、色やデザインを決めた。翌月のカフェで焼き上がった三助焼の皿を使いカレーを提供した。皿作りをしてくれた小学生男児は、自分の皿でカレーを食べに来た、薬膳は美味しくなさそうだけどカレーは好きとの話があった。皿は地域の方が営業するカフェでも活用いただいて、手作りという形で自らが関わった皿がまたカフェに行ってみようと思うきっかけになったと言える。また、同地区の毎年の恒例行事である芹の市に参加し、芹をはじめとした特産品を購入し、メニューに使用した。芹の市では漢方カフェに行ってみようという声が、カフェでは芹の市に行ってみようという声が聞かれ、次の地域行事への関心につながった。このようにその時単発で終わらないイベントづくりをすることで継続性を担保し、参加者が次も来るような足場作りも意識するように実施した。

## 1. 地域の方とデザインまで決める陶芸教室



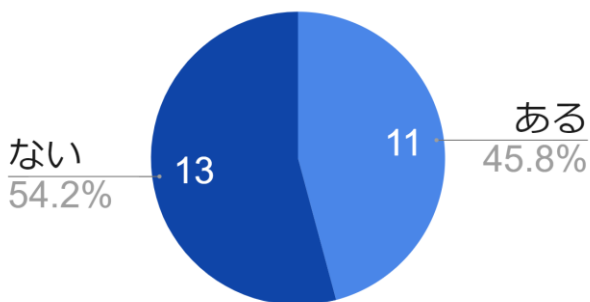
## 2. 芹の市で当日のカフェにおすすめの食材を教わる



## 4. 調査研究の成果

後日、梅檀野地区の野菜直売所感謝祭と百歳体操の場で過日に行われた漢方カフェについて聞き取り調査を行った。

### 漢方カフェに行ったことが



野菜直売所感謝祭では梅檀野地区とその隣の地区、2つの地区の住民が買い物に来ており、来場者に漢方カフェを知っているか、行ったことがあるかを質問した。漢方カフェを知っていると答えた24名のうち、半数以上が知っているが行ったことはないと答えた。

なぜ行かないのかという質問に対し以下のような回答が得られた。

- ・若い人ばかりなんじゃないかと思って行かなかった。
- ・日曜は畑の仕事がある。
- ・日曜は孫が来るので出かけにくい。

また、百歳体操では約20名の高齢女性とともに体操をした後、お茶を飲みながらの一時間程の休憩時間にお話を伺ったが、ここでも漢方カフェを知ってはいるが行ったことはないという方が3割程度おり、その理由として以下のような声が上がった。

- ・週に1回の百歳体操の時には自治振興会が送迎の車を出してくれるが、それ以外の時は免許を返納してしまったので交通手段がなく出かけられない。頼めば車を出してくれると言われているものの、申し訳ないので緊急の用事の時以外は出かけられず不便である。漢方カフェの噂は聞いていて行ってみたいとずっと思っているが行く手段がないため行けない。
- ・足が痛くて歩いてくるのが難しい。(山間部のため、距離としては近くても坂道で来ることが困難な高齢者が多い)
- ・冬は畑の仕事が休みになるから行くかもしれない、地域の他の催し物も冬の方が人は多いと思う
- ・誰かに誘われたら行くけれど一人だとなかなか。

さらに、カフェに行ったことがある方に、行った前後での効果を聞くと「カフェメニューで体が温まった」などという実質的な効果に関するものと、「健康になった気がする」という漢方カフェのイメージを反映したと思われるものが多かった。

## 5. 調査研究に基づく提言

漢方カフェに来た理由として「薬膳メニューが気になった」「学生さんがやっているというから来てみた」という意見が複数あったことから、漢方カフェという、健康をテーマに学生が行う企画は行ってみようと気持ちを動かすのに有効であったと言える。健康につながるなどのメリットや新たな学びが期待できる催し物、学生のように運営者を応援してあげようという気持ちになる企画が、地域住民の集まりに効果的と考える。**(地域の人々が興味を持つトピックス)** 周知についていえば、毎月回覧板で広告していても、シニアデーの時に初めて漢方カフェを知った人がいたように、読み飛ばされてしまうことや自分事として読んでもらえないことがあるのかもしれない。郵便や人が多く集まる会

場でのポスターなど、世代を考えると古典的な方法もときに必要と考える。**(地域の人が興味を持つ周知法)**

さらには地域行事に行きたくてもそこに向かう手段がなく、行けない人がいる事実がわかった。これは漢方カフェに限らず梅檀野地区の全ての行事に対して共通の課題であり送迎システムやコミュニティバスの充実を検討するのが良いと考える。**(地域の興味を持った人が来ようと思う交通手段)**

実際に参加するという実行には移していないものの、漢方カフェに関心を持つように交流の場を求めている人がいるという点は今後着目すべきである。

そのほかの少数意見としてはカフェのお客さんから以下のような興味深い声が聞かれた。

- ・一人暮らしで料理をしても食べきれないから作らない
- ・昔はかぶら寿司を作ったがもう食べる人もいないから何年も前から作っていない。

もともと地域の方のカフェはそのような特技を持つ方に調理を披露してもらう目的があったが、自分から参加するには難易度が高いと思われる。学生の助けをする、昔ながらの調理を教えるなど、学生ならではの関与のように、地域内の資源を発揮してもらうきっかけがあると良いと考える。**(地域住民の潜在的能力を発揮しやすい場所の提供の必要性)**

## 6. 課題解決策の自己評価

外出頻度向上と社会的交流のきっかけとなることで地域住民の SDH の向上を図った。当初は漢方カフェを知る前後で、外出頻度に変化があるかを質問し、来客数から頻度が増加しているか計った。しかし、外出頻度を向上させようと意識して来店される方はなかなかおらず評価が難しかった。また、カフェの来客数は、接客に忙しく正確に測れなかったうえに、同時開催されるイベントによって大きく左右されることが売り上げからわかった。しかし、漢方カフェを知った方の多くが翌月のカフェにも関心を示したことから、外出の一つの目的となっていたと考えられる。さらに、社会的交流は、子どもから高齢者までが会す場を作ることができたと評価できる。一方で、カフェの来客を分析する中で男女比はほぼ同等であったが、客層として多く見られたのは次の 3 パターンだった。①カフェを目的に一人で来る高齢男性、②同時開催のイベントの後によっていく高齢女性 2~3 人組、③高齢の親と中年の夫婦家族。健康によさそうだから親を誘ってきた、という来場者は複数回見られたが、友人を誘ってきたという来客はほとんど無かった。交流がカフェの会場外でも続くためには誘い合って行きやすい環境作りが必要だったと考えられる。

SDHのうち、孤立の解消により社会格差や社会的排除を改善し、社会的支援のしやすさから社会環境の向上に寄与したと言える。また、健康を意識してもらえたという点、伝統や生活の知恵を共有する場となった点でヘルスリテラシーに寄与しSDHに重要な教育に影響したと考える。

今後の課題として 2 つに注目してカフェを継続していきたい。まず、漢方カフェの存在は知ってるもののまだまだカフェに来ない高齢者は多い。中でも、興味があり行ってみたいと思うものの実際に行動に移されない方の心理的壁を解消していくことが必要である。実際の意見として、若い人ばかりなのでは無いかという懸念点が出ていたように、気軽に行けるよう内容をオープンにする、行って得られるメリットを明示する、一度来た方に周囲の人を誘ってもらうよう声かけや特典の用意などの友人同士など誘い合っている環境を作ることが重要である。

2 つ目に、カフェで得た情報から他の行事に参加する、地域との交流回数が増加するなど、漢方カフェありきでない地域交流の流れを生むことが求められる。たくさんの方に来てもらえるようなカフェになれば、より足を運ぶ人の幅が広がり、今まで実際に行くという行動に移さなかった方にも来てもらえる可能性が高まる。一方で月 1 回のカフェで対応できるお客さんの数は限られており、忙しさでお客さんとの交流時間が減ってしまうと学生が漢方をテーマにカフェを行う良さが発揮できない。一人暮らしで料理をしなくなった方、木工細工などの趣味を持っておられる方、伝統料理や地域の野草に詳しい方などのお力を借りて、大学生が一方向的に提供するのではなく、大学生をきっかけに地域住民を巻き込んだ交流の場自体を増やしていくことが良いと考えられる。SDH は様々な要因で向上しうるものであり、今後も継続的に関わっていきたい。

## 謝辞

本研究は、「大学コンソーシアム富山の学生による地域フィールドワーク研究助成事業」を受け実施した。本プログラムの参加者の皆さま、アンケート調査にご協力してくださった皆さま、梅檀野自治振興会、梅檀野地区の住民の方々に感謝の意を表す。