

～ 日本看護系学会協議会連携事業 ～
公益社団法人日本看護科学学会 平成26年度 災害看護支援事業

事業完了報告書

宮城大学看護学生・教職員による
南三陸町に在住する高齢者への
健康支援活動の充実強化

所属機関： 宮城大学

代表者名： 佐々木 久美子

■ 事業内容

事業の内容、手法、場所、対象者とその人数などを具体的に記載すること。

1. 活動の経緯および目的

本学は、東日本大震災以降被災地の大学として、宮城県本吉郡南三陸町の高齢者を対象に学生・教職員とともに中長期的に継続した健康支援活動を役場保健師や地区組織と三位一体となって展開してきた。活動内容の基本は「保健師が取り組んでいる南三陸町の健康課題への対応の一助を担う」ことであるため、健康課題の一つである生活不活発病予防をテーマに、震災当初より取り組んでいる。

活動は平成23年夏季休暇から始まり、山間地域の地区組織の代表から「高齢者に対する傾聴ボランティアをしてほしい」という要望があり家庭訪問を行った。家庭訪問を行う前に事前に保健師から情報を得、訪問した結果について報告するという形態をとった。また、秋には仮設住宅そばにある町営施設で「健康塾」を実施し、学生による寸劇、保健師による生活不活発病に関する講話を行った。平成24年度は年2回の「健康塾」の他に、生活不活発病予防の必要性が調査結果から明らかとなり、仮設住宅で生活している高齢者が外に出て体を動かすような取り組みを検討し、畑で野菜づくりを行った。しかし、盛り土の畑は雨が降ると流され、思うようにいかなく、プランターに花を植えるにとどまった。平成25年度は畑の野菜づくりに関しては前年度の反省を基に、山間地域の行政区長から畑を借用し、また、野菜づくりは地元の農家の方を講師に、畑の整地から教えていただき作業を開始した。この年から、高等学校・付属中学校の生徒・教員も活動に参加し150坪の畑を耕すことから始まった。また、将来的に高齢者が主体となって活動を継続して行くことが可能となることを狙い、役場保健師と相談し、役場が養成したサポーターに声をかけ、「にこにこ支援隊」組織を立ち上げた。そのことにより、仮設高齢者と役場保健師、地区組織、学生・教職員ボランティア活動のシステムを形成可能となった。

平成26年度は、震災4年目を向かえ、ハード面での復興が進む中、高齢者は自分の健康状態を気にかける余裕もなく、特に高齢者は現状をそのまま受け入れるしかないと思っ

2. 活動内容

1) 健康支援活動に向けての事前打ち合わせ

○役場保健師人事異動に伴い新担当者に説明する。

◇平成26年4月、南三陸町役場職員の人事異動に伴い、中心行的に行ってきた地域包括支援センター所属の保健師が移動となった。それに伴い、新担当者にこれまでの経緯等を説明し、今後の活動の方向性について確認した。

○役場保健師・地区長との打ち合わせ

①スマイル農園の作業について

◇地区長、野菜づくり指導者、にこにこ支援隊（サポーター）、役場保健師、大学教員が集まり、1年間のスケジュール、役割分担等を話し合った。

◇植える野菜の種類、種、苗の購入方法、草取りや野菜の収穫など畑の管理方法等について

具体的に決めた。なお、それぞれの団体が来て作業や収穫をした時には、作業小屋に連絡帳を置き、どのような作業を行ったのか、何を収穫したのかを記載していくことにした。

- ◇ 宮城大学の学生は、4月から8月までは月1から2回、岩手県立一関第一高等学校・附属中学校は年間4回～5回の参加。
- ◇ にこにこ支援隊、高齢者は週1回の活動とし、畑までの送迎は宮城大学南三陸町復興ステーションと連絡を取り合い実施する。

②スマイル健康塾の開催について

- ◇ スマイル健康塾は例年通り長期休暇を利用し夏と春に実施する。
- ◇ 町外に出た町民にも声をかけ、町民同士の交流を図ることを目的に開催する。参集範囲は、4年目となり、評判が良かったため地区を分けて募集しないと人数が多くなりすぎることが懸念されるため、地区を分けて募集する。
- ◇ 健康塾の内容は、生活不活発病予防と高齢者同士の交流を目的に、学生のゲームや歌、寸劇、保健師の健康講話、高齢者の踊り、歌の披露などを行うことにした。

2) スマイル農園の開催

- ◇ 南三陸町歌津上沢地区の区長の畑150坪を無料で借用し、平成26年4月5日から活動を開始した。野菜の苗を植える時期、成長を見ながらの細々とした管理は大学で雇用している現地の住民に依頼し、その方と、保健師・大学教員が連絡を取り合い活動の日時を決めている。
- ◇ 大学の学生・教職員の活動は4月から8月末まで月1回～2回であり、5月に野菜・花を植えてからは、仮設住宅などに住む高齢者の方々が主体となり1週間～2週間に1回畑に行き、野菜の手入れや草取りを行った。高齢者への声掛け、取りまとめは保健師とサポーター（にこにこ支援隊）が中心となり行った。また、大学の教員も学生が行かない週末に行くなどして野菜の生育状況等を確認している。
- ◇ 9月以降の活動は、サポーター（にこにこ支援隊）が中心となり、現地高齢者が中心となり活動をした。
- ◇ 高齢者の送迎、現地の草刈は、南三陸町の宮城大学震災復興ステーションの職員が実施している。（マムシなどがいるため、必ず高齢者が活動するとき、学生が活動する時は前日に草を刈ることにしている。）
- ◇ 教員は、現地の野菜づくり指導者と連絡を取り合いながら、また、保健師とも連絡を取り合いながら、高齢者、学生ができないところを支援している。

(1) 畑作業

○畑の整地作業

- ◇ 昨年度と同様に今年も土をすべて掘り起し、石、雑草の根を取り除く作業から始まった。昨年度に比べると作業はしやすかったが、最初に畑の持ち主である地区長が作業の度にトラクターで掘り起こし作業を行い、その後、今年度も岩手県立一関第一高等学校、附属中学校の生徒の協力を得て実施した。整地は2回にわたって行った。

○畑に野菜、花の苗および種を植える

- ◇ 歌津上沢地区の民生委員の指導のもと、5月25日、6月29日に野菜、花を植えた。野菜コーナーには、ジャガイモ・なす・ピーマン・かぼちゃ・さつま芋・大根・ネギなどを植えた。花コーナーには、ひまわり・マリーゴールドなどを植えた。今年は、高齢者の人たちが自分たちで植えたい苗や種を持ってきて植えた。
- ◇ 参加者は、現地の高齢者・サポーター、学生、教職員、岩手県立一関第一高等学校、附属中学校の生徒・教員、役場保健師の参加を得て実施した。

(2) 収穫祭・交流会

○夏の収穫祭

- ◇ 時期：平成26年7月26日
- ◇ 内容：じゃがいも、夏野菜（なす・ピーマンなど）の収穫。ネギ、白菜の苗を植える。
- ◇ 参加者：高齢者・にこにこ支援隊、大学教職員、岩手県立一関第一高等学校・附属中学校の生徒および教員の参加を得て実施した。大学生は定期試験が近く参加できなかった。

○秋の収穫祭

<収穫>

- ◇ 時期：平成26年10月18日（土）
- ◇ 内容：さつまいも、里芋、カボチャ、ネギ、人参、白菜、大根などの収穫を行った
- ◇ 参加者：65名（高齢者20名・サポーター5名・高等学校26名・大学14名）

<収穫祭>

- ◇ 時期：平成26年10月25日（土）
- ◇ 内容：1週間前に収穫した野菜を使って炊き出し訓練を兼ねた芋の子汁、おにぎりを作り、1年間の作業の労を労った。
- ◇ 参加者：91名（高齢者・宮城大学学生・岩手県立第一高等学校生徒・付属中学校生徒・サポーター・宮城大学教職員）

3) スマイル健康塾の開催

平成23年度から始めた「スマイル健康塾」は1年間に2回開催し、今年度で8回が終了した。回数を重ねるごとに参加者が増え、また、毎回参加する方々に笑顔が見えるようになってきた。また、高齢者自ら歌ったり、踊ったりすることが好きであり、高齢者主体となるプログラムを工夫している。

①第7回スマイル健康塾

- ◇ 開催日時：平成26年9月18日（木）10時～14時
- ◇ 参加者数：総勢164名
高齢者121名、にこにこ支援隊8名、宮城大学学生、教職員31名、役場保健師4名
- ◇ 内容：
一部：宮城大学娘すずめによる演舞・学生によるゲーム、ロコモ体操・保健師の健康講話・スマイル農園活動報告会（岩手県立一関第一高等学校家庭科クラブ代表）
二部：交流会（高齢者の歌、踊りの披露、学生・高齢者との交流）

②第8回スマイル健康塾

- ◇ 開催日時：平成27年3月6日（金）10時～14時
- ◇ 参加者数：総勢190名
高齢者99名、にこにこ支援隊5名、宮城大学学生、教職員51名、兵庫県立大学25名、役場保健師5名
- ◇ 内容：
一部：宮城大学娘すずめによる演舞・学生によるゲーム、寸劇、ロコモ体操・保健師の健康講話
二部：交流会（高齢者の歌、踊りの披露、学生・高齢者との交流）

スマイル健康塾の開催は、「楽しみの一つになっている」と高齢者の方々が話している。特に、宮城大学のサークルの一つである「宮城大学娘すずめ」による「すずめ踊り」は評判がよく、踊り好きの高齢者は一緒に踊りの輪に入ってくる。震災当初はこんなに踊りや歌が好

きな方々とは思わなかったが、時間の経過とともに、歌や踊り、笑い声が絶えなくなってきた。

中心的に活動をする学生は、2年生であるが、1年生の面倒を見ながら、また、先輩との連携を図りながら高齢者の方々が少しでも笑顔になることを目的に活動を展開している。毎回反省点は多々あるが、学生たちなりに反省を次につなげ、少しでも参加された方々が楽しんで過ごせるようにと努力している。

4) 学習会

(1) 災害時を想定した炊き出し訓練

○震災時を想定した炊き出し訓練および交流会（主にスマイル農園開催日時実施）

- ◇ 畑提供者である地区長さんが震災当初、地区の人たちとおにぎりの炊き出しを行ったことを話され、ガスも電気も使えないことを想定し訓練を実施することになった。薪で火をお越しトン汁などを作る経験は初めての体験という生徒、学生たちもおり効果的であった。
- ◇ 「スマイル農園」で畑の作業をするグループと、炊き出し訓練をするグループに分かれ実施した。

(2) 健康体操勉強会

- ◇ 開催日時：平成26年8月8日17時～18時30分
- ◇ 場所：宮城大学3階ラボ3
- ◇ 講師：東北福祉大学 准教授 鈴木玲子氏
- ◇ 内容：ロコモ体操についての講義と実演
- ◇ 参加者：学生17名、教員4名

(3) ボランティア活動地の理解を深める学習会

- ◇ 開催日時：平成27年3月5日（木）17時～18時30分
- ◇ 場所：南三陸町ホテル観洋
- ◇ 講師：南三陸町ホテル観洋 伊藤俊氏
- ◇ 内容：震災後4年が経とうとし学生たちの活動に対する意識も低下している。今改めてなぜ宮城大学が学生ボランティア活動を行うことになったのか、また、南三陸町で行うことになったのか考える必要があると考え、語り部を行っている伊藤氏に「南三陸町の現状と課題について」講義を依頼した。学生たちは、翌日はスマイル健康塾であり、単に健康塾を運営するのではなく、そこに集まっている参加者の気持ちを大切にしたい対応が必要であると学生たちは学んだ。
- ◇ 参加者：学生24名・教員2名

(4) 復興期における学生ボランティアのあり方についての意見交換

- ◇ 開催日時：平成27年3月8日16時～17時30分
- ◇ 内容：「復興期における学生ボランティア活動の課題と今後の活動の在り方」をテーマにシンポジウムを開催した後、さらに意見交換を行った。
高齢者からは、継続して支援を行ってくださり嬉しく、また今後も続けてほしいという意見であった。また、宮城県社会福祉協議会、役場保健師からは、誰のためのボランティアなのか、よく考えてほしい。「ボランティアをしたいので紹介してほしい」と言われ仮設住宅の自治会長に言うと自分たちがやろうとしていた清掃等の作業を残し仕事を作ってくれる。それは、本当のボランティアなのか。高齢者の現状に応じた、継続的なボランティアが大切ではないかという助言をいただいた。
- ◇ 参加者：23名 学生（宮城大学・兵庫県立大学・岩手県立大学）10名、
南三陸町高齢者・にこにこ支援隊8名、南三陸町保健師1名、
宮城県社会福祉協議会1名、教職員3名

5) 活動の反省会

①スマイル農園反省会

- ◇ 開催日時：平成27年1月15日10時～12時
- ◇ 内容：スマイル農園活動報告および次年度に向けての検討
 - ・平成26年度スマイル農園についての報告
高齢者は昨年度に比べて、にこにこ支援隊が中心となり、高齢者自ら野菜の作付をするなど「自分たちの畑」と思える活動であり、満足度が大きかった。
4月当初の畑の整地作業は若い力が必要である。
 - ・平成27年度計画
平成25年度、26年度は、野菜づくりを行うにあたり、畑の近くに住む方に指導（野菜の管理も含めて）を依頼した。しかし、にこにこ支援隊のサポーターから、「自分たちが主体的に活動することができる」と申し出があり、平成27年度からはにこにこ支援隊が中心となり、活動を展開する。
4月5月の畑の整地と苗や種を植えるときは、高齢者の方だけでは難しいため、今まで通り中学生・高校生、大学生が手伝いこととなった。
- ◇ 参加者：にこにこ支援隊（サポーター）6名、地区長1名、南三陸町地域包括支援センター2名、岩手県立一関第一高等学校1名、宮城大学2名
- ◇ 参加者からの感想
生活不活発病予防の一環として行われている「スマイル農園」に参加する方も、地域の住民同士の交流、学生との交流を目的に行っている「スマイル健康塾」に参加する高齢者も、震災当初に比べると、笑顔が増えたように見受けられる。学生に対しても、親しみを感じており、人生の先輩としての助言をいただくこともある。また、時には自分の孫のように親身になって話を聴いている場面もあり、相互に癒されているように思われる。継続することの大切さを実感する。

②スマイル農園運営体制の検討

- ◇ 開催日時：平成27年3月30日（月）16時～18時
- ◇ 場所：南三陸町歌津上沢地区長自宅
- ◇ 内容：平成27年度の農園運営体制について検討
 - ・野菜づくりおよび農園管理は平成27年度からにこにこ支援隊が行う。
 - ・大学、高等学校・付属中学校は春の整地作業および苗と種を植える時に手伝う。それ以外は、にこにこ支援隊と仮設に住む高齢者が相談しながら畑の管理を行うこととした。
 - ・高齢者の送迎は宮城大学復興ステーションのスクールバスを使用する。
- ◇ 参加者：6名（地区長、野菜づくり指導者、役場保健師、高等学校教員、大学教員2名）
- ◇ 今後の対応：
 - ・この活動は、文部科学省と日本看護科学学会から予算をいただいているが、震災予算も削減される方向であるため、また、自主グループが成長してきていることもあり、野菜づくりの指導者を平成27年度の活動から依頼しないこととした。しかし、畑のそばに在住しているので、にこにこ支援隊あるいは大学の教員のオブザーバーとして対応していただくことになった。
 - ・新年度になったら、再度関係者が集まり1年間の計画を立てていくこととする。

■ 事業成果

できるだけ具体的に記載すること。

1. 中長期にわたる健康支援活動を展開するためのシステムづくり

宮城大学は平成 23 年 9 月から協定を結んでいる南三陸町において、健康支援活動を行っている。震災当初の夏休み前は役場保健師も震災業務に追われ、なかなかコンタクトが取れなかった。そのころ南三陸町歌津地区の地区組織の会長から、「津波の影響がなかった山沿いの高齢者はどこにも行くところがなく、毎日家にいて退屈している。誰かと話したがつている。学生さんたちに高齢者の話を聴いてもらえないか」という要望があった。看護学実習前の学生が多く不安もあったが、大学で研修会を開催した上で、傾聴ボランティアを始めることになった。

役場の保健師は相変わらず忙しそうではあったが、外から入るボランティアは、いつかは活動が終わる時期が来る、また、健康課題等がある高齢者に遭遇した時は保健師に繋ぐ必要があると考え、役場保健師に地区組織の会長に提案されたことを伝え、山間地域に住む高齢者への傾聴ボランティアをさせていただきたいことへの了解をとった。また保健師の方でも「山間地域まで現在は手が回らないから」ということで、活動地区で気になっている高齢者の方を教えていただき、訪問後にその状況を伝えることにした。

しかし、主体となっている学生は看護学実習前の 2 年生が多く、また、他大学の看護学部以外の学生も活動に参加しており、なかなか学生だけで訪問させるには限界あり健康教室を行うことにした。時期を同じくして、役場保健師も健康調査を行った結果、高齢者に生活不活発の危険性があることが判明し、その健康支援に取り組まなければならないと考えており、一緒に「スマイル健康塾」を開催することになった。

さらに、平成 24 年度から「スマイル健康塾の他に、高齢者が日常生活の中で自然に体を動かすことができるように、畑で野菜をつくる活動を実施してみたい」と保健師から提案があり取り組むことになった。しかし、平成 24 年度は役場が準備した畑は塩害のあった土地に盛土をしたもので、雨が降ると流れてしまう状況であった。また、学生ボランティア活動の前日、あるいは当日に雨が降るという状況で、苗や種をまく時期を逃してしまい、南三陸町と大学の距離はほんとに遠いと実感し、そのような中での野菜づくりの難しさを痛感した。

その反省を生かして、平成 25 年度は、震災当初傾聴ボランティアに入った山間地域の地区長の畑を借用し「スマイル農園」を開設した。いろいろ試行錯誤しながらの取り組みで、反省点も多々あったが、活動に参加している団体の役割が明確化された。

平成 26 年度は、平成 25 年度に結成された「にこにこ支援隊」が主体となって活動を展開できるように行政（保健師）と一体となり、その仕組みをつくり定着させることを目的として活動した。活動を始めるにあたり関係団体が集まり、前年度の反省会で出された反省点を振り返り、また、それぞれの立場で何をするのか役割を明確にするようにした。しかし、大学で依頼している野菜づくりの指導者と「にこにこ支援隊」の間に遠慮があり、また、参加する高齢者の間にも「野菜持って行っていいのかな？」という遠慮があった。そこで、その都度保健師と大学の教員が話し合いを持ち、その結果を保健師から「にこにこ支援隊」に、大学から野菜づくりの指導者、高等学校の教員に説明し対応していくようにした。

その結果、平成 26 年度の反省会で平成 27 年度の野菜づくりは「にこにこ支援隊」が中心となり高齢者とともに実施することとなり、今年度の活動目的の 9 割は達成したと考える。しかし、今まで野菜づくりの指導者が中心となっていた経緯があり、「にこにこ支援隊」が活動しやすい環境づくりが必要であると考え、大学の学生ボランティアとしての活動も引き続き継続してほしいという要望が、参加者している高齢者、地区長、にこにこ

支援隊、保健師等から出されており次年度も継続して活動を展開することになった。

今後の活動の方向性としては、野菜づくり指導者とともにここに支援隊との関係性については、スマイル農園での活動をとおしてサポートしていきたいと考えている。学生たち（高校生、中学生含む）の活動のテーマはこれまでと同様「生活不活発病予防」であり、春から夏までの期間は、スマイル農園での野菜づくり、9月以降はスマイル健康塾の開催を通して高齢者の健康づくりと交流の機会となるように計画する。

震災後5年目になり、被災地でのボランティア活動を行う団体も少なくなってきた。しかし、公営住宅の建設も遅々として進まない現状にあり、住民に対して何らかの支援は必要であると考え。いずれ、通常の保健活動業務の中で住民の健康づくりは行われていくことになると思うが、いましばらく時間を要するよう見受けられる。平成27年度は学生ボランティアを継続して行うことになったが、それ以降の活動に関しては、現状を見直し、保健師をはじめ関係者と活動の必要性、あり方（活動費も含め）について検討していきたい。

2. 学生ボランティア組織の育成

学生ボランティア組織を立ち上げた学生が卒業し、また、被災地の大学とはいえ内陸に位置しているため、活動している学生たちの当初の思いは徐々に薄くなり、活動も能動的な活動になってきているように感じられる。

震災4年を迎えるこの時期に、これまでの活動を振り返り、また、被災地の現状と今後の活動の在り方について考える必要があると考え、他大学で開催したシンポジウムに学生とともに参加し、また、「復興期における学生ボランティア活動の現状と課題」をテーマに宮城大学でシンポジウムを開催した。その中で、宮城県社会福祉協議会の方から災害時のボランティア活動についての考え方、被災地の保健師が現地で活動していて学生ボランティアに臨むこと、他大学の取り組みなどの話を聴き、ディスカッションすることでこれからの被災地でのボランティア活動の在り方について方向性を見出すことができたと思われる。

以下に、学生の活動報告の中で以下のようなまとめを行っていたので紹介する。

—学生の活動報告のまとめから—

今年度も「スマイル農園」や「スマイル健康塾」の活動を行ってきた。継続して行ってきたこれらの活動は回数を重ねるごとに良いものになってきている。「スマイル健康塾」は今年度、第7回、8回を開催し、高齢者の方から「こんなに楽しく体を動かしたのは久しぶりだ!」「とっても楽しかった!」などの声をいただいた。健康塾の場は、毎回たくさんの笑顔と笑い声であふれている。毎回の健康塾をどのようにしたら高齢者の方に楽しんでいただけるか考え、様々な案を出し合っって計画し、改良を重ねスマイル健康塾を迎えている。これらの過程の中で私たちは一つのものを作り上げることの大変さや、成功した時の喜びを知り、それらを糧とし成長することができているのではないかと感じる。

また、今年度「復興期における学生ボランティア活動の現状と課題」というテーマでシンポジウムを行った。シンポジウム開催にあたり、みやぎ絆むすび隊の原点に立ち返り、これまでの活動を振り返る機会となった。改めてみやぎ絆むすび隊を立ち上げた先輩方の強い思いに触れ、私たちはその思いを受け継ぎ活動を継続していく決意を固めることができたと感じている。継続していくにあたっては後輩への引き継ぎが必要である。みやぎ絆むすび隊を立ち上げた先輩方とともに活動を行ってきたのは私たちが最期の代であり、先輩方の思いを伝えていくことは私たちの使命でもあると考えている。これは全員が先輩方と同じ思いでボランティアに参加しなければならないということではない。参加する一人ひとりがしっかりと考え活動の目的を見つめて欲しいということである。これらのことを今後どのように次世代につなげていくかということが私たちの課題となっている。

また、シンポジウムの場では3大学の発表から、学生という立場でボランティアに関わることの強みや、悩みを共有することができ、他大学の様々な活動や活動に対する思いを知ることで士気を高めることができた。他大学の発表や、自分達の活動の振り返りから、被災地に向いて活動することだけがボランティアではないが顔が見える支援を大切にしたいと改めて感じた。

最後に今年度も、私たちがこの活動を継続することができたのは、小野区長さんをはじめ、南三陸町の保健師さん、サポーター（ここに支援隊）の方々、宮城大学の教職員の方々のご協力、そして参加して下さる南三陸町の高齢者の方々があってこそのものであると改めて感じている。関わって下さるすべての方へ感謝し来年度の活動に励んでいきたい。