

調査報告

沖縄県北部地域の高齢者を取り巻く健康支援に関する研究
—高齢者へのインタビューを通して—

永田美和子¹⁾, 佐和田重信¹⁾, 吉岡 萌¹⁾, 安仁屋優子¹⁾

A Study on Health Promotion Activities Surrounding the Elderly
in the Northern Part of Okinawa Prefecture
—Through Interviews Conducted with Elderly Persons—

Miwako NAGATA¹⁾, Shigenobu SAWADA¹⁾, Moe YOSHIOKA¹⁾, Yuko ANIYA¹⁾

要 旨

本研究は、B地区公民館で実施している健康支援活動を利用している高齢者の動機や健康づくり内容および活動の効果を検討した。

研究対象者は、定期的に健康支援活動を利用している本研究への同意が得られた高齢者3名で、利用の動機・自ら実行している健康づくり・利用の効果・要望についてのインタビュー調査を行った。結果、健康支援活動を利用している高齢者は健康づくりへの意識が高く、測定結果を楽しみにし、専門職からアドバイスを得て、独自の方法を模索しながら健康づくりに活かしていることが明らかになった。また、支援活動の場が病院ではなく、友人と交流ができ(お互いが声をかける, 気にする, 話をする), 朝市が開催される地域に密着した近くの公民館であり、リラックスした雰囲気の中での健康チェックが健康づくりに向けた情報を共有する場として効果的であることが示唆された。何よりも、継続して実施している健康支援活動が住民の方々に「地域に密着した私たちの大学という親近感」として受け入れられていることは、支援者の励みとなり、地域住民と協働で行う健康支援活動の一助となりうる。今後も「利用者人数の増加」の為にPRをしながら、「支援活動の継続」等の要望に応えるべく活動していく必要があることが示唆された。

キーワード：高齢者、健康支援活動、協働、効果

Abstract

This study investigated what motivated the elderly to attend health promotion activities conducted in a community center in B district, what they did to maintain their health and the effects of those activities.

Subjects in this research were three elderly persons who attended health promotion activities on a regular basis and agreed to participate in the research. Interviews were conducted with them to examine what motivated them to attend the health promotion activities, what they personally did to maintain their health, what effects the activities had on their health and also their desire for the activities. The results of this research showed that the elderly persons using the health promotion activities were highly conscious of maintaining their health, enjoyed the measurement results and made good use of advice they received from professionals in seeking their own method to stay in good shape. It was also clarified that the health promotion activities were conducted

¹⁾ 名桜大学人間健康学部看護学科 〒905-8585 沖縄県名護市為又1220-1 Department of Nursing, Faculty of Human Health Sciences, Meio University 1220-1, Biimata, Nago, Okinawa, 905-8585, Japan

not in a hospital but in a community-based public hall, where morning markets were held, so that they could interact with their friends (by greeting, caring about and talking to one another). Moreover, it was revealed that health checkups were effective in such a relaxing atmosphere, in order to share information regarding health promotion. Above all, it was confirmed that through the health promotion activities, which we had been continuously engaged in, local residents said that our university was “a community-based university, so that they felt close to us.” This fact encourages us as supporters of the elderly health and also contributes to implementing health promotion activities that we have to cooperate with the local residents. In conclusion, the study results suggested that in order to “increase the number of users,” in the future we need to publicize our activities and also act in accordance with the users’ demands, including “continuation of the health promotion activities.”

Keywords: the elderly, health promotion activities, cooperation, effects

I はじめに

平成25年度の沖縄県の保健福祉計画によると、沖縄県の中南部に比べて北部保健医療圏は健康格差が深刻になっている（沖縄県，2013）。この地域は、過疎化、山間へき地、離島を含む広大な地域であり、医療機関や療養施設・医療人材の慢性的な不足、山間へき地の孤立した育児環境、生活習慣病の増大、心を病む人の増加、救急医療や在宅療養資源サービスの不足など人々の健康を守るには多くの課題を抱えている。沖縄県北部（やんばる）地域は、長い歴史の中で、相互扶助の精神が息づいており、恵まれた自然の中で医食同源の生活を送ってきた長寿の人々が多く暮らす地域であった。しかし、名護市以外のやんばる地域では人口減少が進んでおり、健康長寿社会を支えてきたやんばる地域の歴史、文化に根づいたケアリング（相互扶助の「ゆいまーる」、他者への気遣いの「ちむぐくる」）が失われつつある。しかしながら、本学の学生にとっては、これらやんばる地域の課題を地域住民や行政などと共に考え、問題解決能力を養うにはまたとない教育環境ともいえる。研究代表者と研究分担者が属する高齢者在宅看護領域では、ケアリング文化実習、在宅ケア実習等、患者・市民が中心となるような保健医療の援助者を育成するカリキュラムを展開している（稲垣，2014）。また、研究者らは平成19年の看護学科の開学以来、名護市A地区公民館で朝市を活用した健康支援活動を学生と共にボランティアで実施してきた。平成25年度からは地域のニーズに呼応してB地区公民館でも研究者ら（教員）と看護学生が協働しボランティアで健康支援活動を実施している（毎月第1日曜日9：00～11：00）。利用している高齢者にとって健康支援活動はどのような意義があるのか、その成果を検討することは、やんばる地域で生活する高齢者が主体的に自らの健康づくりを実施するための一助になると考える。

II B地区健康支援活動の概要

B地区健康支援活動は平成25年に看護学科教員および看護学生の協働のもとに開始された。支援活動の場所はB地区の公民館である。B地区では婦人部が中心となり毎月第一日曜日（9：00～11：00）に公民館で朝市が開催されており、取れたての新鮮野菜や生卵に加えて、じゅーしー（炊き込みごはん）、ヒラヤチー、から揚げ、サラダなどの惣菜が格安で販売されている。健康支援活動は朝市開催と同時間に実施されており、その為、地域住民は朝市での買い物をしながら健康支援活動を利用している。支援活動内容は、①看護学生による血圧測定、体重測定、BMI測定、体脂肪測定、血管年齢測定、握力測定、②看護学科教員による健康相談活動である。測定内容は個人のファイルに記録され、個人情報として管理されている。利用者は健康チェックが終了すると館内にあるゆんたく（おしゃべり）スペースで利用している友人や学生と楽しくゆんたくしている。現在の登録人数は62人で、高齢者が多い。看護学科教員は2～3人、看護学生はボランティアとして参加し、常時10人程度が参加している。



写真1 学生による血圧測定

Ⅲ 研究目的

地区公民館で取り組んでいる健康支援活動を利用して高齢者の動機や健康づくり内容および活動の効果を明らかにし、今後の健康支援活動を検討する。本研究は、地域住民が主体となる健康づくりを支援する看護学生と教員および地域住民と協働のアクションリサーチである。

Ⅳ 研究方法

1. 対象者

定期的にB地区の健康支援活動（血圧・体脂肪・血管年齢・握力測定および健康相談）を利用し研究への同意の得られた高齢者3人。

2. 調査期間

平成27年1月

3. データ収集方法

- 1) 定期的に健康支援活動を利用している高齢者へ健康づくりに関するインタビューを実施する（半構成的面接）。
- 2) インタビュー内容
 - ①健康支援活動利用の動機
 - ②自らが実行している健康づくり
 - ③健康支援活動利用の効果
 - ④今後の健康支援活動についての要望

4. 分析方法

インタビューで録音されたインタビュー内容を研究対象者ごとに逐語録を作成した。インタビュー内容ごとに共通している言葉を類似性に基づいて単位化し、さらにサブカテゴリ化、カテゴリ化した。また、共同研究者と一致するまで検討し、信頼性の確保に努めた。

5. 倫理的配慮

健康支援活動が実施されているB地区の区長に研究目的、内容、方法、調査への協力は任意であること、参加

しなくても不利益を被らないことを文書と口頭で説明し、承諾を得た。その後、健康支援活動に参加している高齢者にも研究目的、内容、方法、調査への協力は任意であること、参加しなくても不利益を被らないこと、インタビューはいつでも中止できることを文書と口頭で説明し、同意が得られた高齢者にインタビューを実施した。インタビューで得られた情報は、研究目的以外で使わないこと、個人のプライバシーの保護、匿名性の保護、秘密保持に努めること、研究終了後は紙類のデータは裁断し、逐語録は消去すること、本研究は論文として公表することを合わせて説明した。

なお、本研究は、名桜大学人間健康学部倫理審査委員会の承認を得ている。

Ⅴ 結果

1. 研究対象者の背景および健康支援活動利用動機(表1)

同意の得られた対象者は3人で、男性2人、女性1人であった。平均年齢は77.3歳であり、健康支援活動利用期間は1.7年～2年であり、活動開始時期から利用していた。利用動機は、「気軽に朝市へ参加できる」、「自宅から近距離にある」、「他からの情報提供」であった。インタビュー時間は、平均35分であった。

2. 自ら実行している健康づくり(表2)

以下、結果2～4は、各インタビュー内容を意味内容の類似性に沿ってカテゴリ化したものである。【 】をカテゴリ、< >をサブカテゴリ、「 」を対象者から得られたインタビュー内容とした。

自ら実行している健康づくりは、【長年培った日々の生活習慣の継続】、【持病に対応した健康法の実施】、【健康を意識した食事の工夫】、【禁酒・禁煙の継続と体調回復】、【体調不良時は独自で解決】、【加齢に伴う変化への楽観的対応】、【友人との交流】、【健康教室への継続参加】、【夫婦それぞれの価値観を尊重した生活】、【生きていることの意味を問う】の10のカテゴリが抽出された。

【長年培った日々の生活習慣の継続】では、「起きてちよつとぐあ、自分の家の前のほうきぐあしてから、して、自分の部屋の前だけして、それからこれ出して、お

表1 研究対象者の背景および健康支援活動利用動機

研究対象者	年齢	性別	利用期間	既往歴	利用動機
A氏	70代	男性	2年	心疾患 糖尿病 腰痛	・気軽に朝市への参加 ・自宅から近距離にあるから便利
B氏	70代	男性	1.7年	心疾患 高脂血症	・他の健康教室からの情報提供
C氏	80代	女性	2年	気管支喘息	・気軽に朝市への参加

店に行く」など生活習慣の確立>を実施しており、「週に一回は車を運転しない日を作っている。」と<車使用のめりはり>をつけていた。【持病に対応した健康法の実施】では、<症状をみながら自分のペースを維持>する健康づくりをしており、<食べる量の調整>、<薬膳の取り入れ>、<栄養指導を取り入れた食事療法の工夫>

など【健康を意識した食事の工夫】をしていた。また、過去の体調不良を反省し、【禁酒・禁煙の継続と体調回復】、【体調不良時は独自で解決】を実践していた。さらに、【友人との交流】、【健康教室への継続参加】などの社会参加を通して健康づくりに取り組んでいた。

表2 自ら実行している健康づくり

カテゴリ	サブカテゴリ	内 容
長年培った日々の生活習慣の継続	生活習慣の確立	いつもね、朝起きて、散歩というのはすぐしないから。朝起きてすぐはしない。起きてちょっとぐあ、自分の家の前のほうきぐあしてから、して、自分の部屋の前だけして、それからこれ出して、お店に行く。
	車使用のめりはり	週に一日は、車社会さね。利用している。週に一回は車を運転しない日を作っている。火曜は自分の用事をする。言ってみれば、役所に行ったり、郵便局に行ったり、銀行に行ったり買い物に行ったり、まとめて火曜日に重たいものを車に乗せている。
持病に対応した健康法の実施	症状をみながら自分のペースを維持	循環器系は体を動かさないと医者に言われて、無理矢理には動かせない、例えば、公民館の老人会にそういうのびに2~3回参加して、あそこに行くともう息切れしちゃって。自分のペースで・・心臓じゃなければ、もっと上の方をめざしたほうがいいかもしれない。オンボロだからこんな感じで。
健康を意識した食事の工夫	食べる量の調整	食事ね。食べ過ぎないこと。で、これ食べ過ぎたら、あの~量を増やしたら数値が上がるといふのをね意識しているんだよな。
	薬膳の取り入れ	今現在やっているのは、野草に近いさくとか、繊維を多くて、緑も多くてだけたくさんは食べていない。少量だから少々固くてもいいと思う。例えば、週に10gないし、鍋に入れて1週間分つくっている。
	栄養指導を取り入れた食事療法の工夫	病院でも病院食でてくるから、血糖値が高くなったり、これは食べられないというのがあるさね。この間入院したときは、4日ぐらいだったけど、病院の栄養士さんが来てくれたんだよね。事情を話して、うちから持ってきてもいいですかねという許可をもらって、主食を持ってきてもらって、ゆっくり噛んで食べた。
	美味しいものを食べる喜び	生きてからもの食って、おいしい物食って、寝ればいいさ~って思っている。
禁酒・禁煙の継続と体調回復	禁酒による体調回復と自己効力感の実感	医者に止められた・・酒飲むなど言われてね、健康のためにじゃやめようと思ってやめた。やめようとは思ってはいたのよ。やめたらやめたでそれなりの世界があるのよ。それ知らなかったわけしかし、食事はおいしいし、こういう世界もいいなと思ったのよ。あの~眠りやすいから。体力もついてね。働くようになってね。働きもよくなってね。いま15年くらい前ぐらいの体力に戻っている。
体調不良時は独自で解決	病院受診せずに自分で健康管理	普通の薬のんで、一回あせものように掻いたから。それで漢方薬。風邪がひいたら、ちょっと風邪ぎみだねってなったら、漢方薬買って飲んで。こんなにですよ。わたし、薬というのね、病院に行って、検査させてもらったこと無い。まだ。
加齢に伴う変化への楽観的な対応	身体的変化への楽観的な対応	なんでもこんなに私は。もう、私、目だけがもう、いくつの年からこんなになったかね~。年とったからちょっと、老眼なったから、これまで一緒になっているわけ、白内と。手術するのもねあれだからと思って、このくらいもの見ればいいやって、字はねまた教えてくださいってするから、いいや、ってしない。
友人との交流	毎日遊ぶ友人がいて楽しい	私、こっちがなければ、遊びに・・どこに行くね~って、うちが言うから、なくても来なさい、遊びに来なさいって、むこうでね、ずーっと遊んでいる。お店が無くて。朝から晩まで。もう、これが、あっちがあるから楽しいわけ。
健康教室への継続参加	転ばぬ教室への参加	とっても生き生きとした、あれがね、でてくるわけ、うち。もう、これがあるからって、こっちとね、転ばぬ教室、もう、すぐ。今日は転ばぬ教室があるからね、もう朝から・・。
夫婦でそれぞれの価値観を尊重して生活	夫婦間でそれぞれの価値観を尊重	やっぱり、彼女は彼女として大事なものがあさね。で、彼女がいま、大事だと思っているのは70歳を過ぎて、まだ現役で工場働きたいと。これが大事みたい。
生きていることの意味を問う	生きていることの意味を問う	物を大切にするという、また心も大切にしながら、命も大切にしながら生きているんだと思うよ。ただ無責任にただ生きているわけではないな~最初はいつでもいいと思ったりする気持ちにもなったりしたんだけどね。そうもいかんよ。長らく生きておれば。

3. 健康支援活動利用の効果（表3）

健康支援活動利用の効果は、【測定値を健康づくりへ活かす】、【専門職のアドバイスを健康づくりへ活かす】、【病院の代替】、【朝市と健康チェックが楽しみ】、【参加者・支援者との交流】、【健康に対する意識の変化】、【健康支援活動実施への感謝】、【地域に密着した私たちの大学という親近感】の8のカテゴリが抽出された。

【測定値を健康づくりへ活かす】は、「数値が測定する基準になってそれが次はどうなるのか楽しみになって

ね。いつも習慣づいてしまったな。」と＜測定値の変化が楽しみ＞となり、＜測定値を健康づくりへ活かす＞ことで、【朝市と健康チェックが楽しみ】の効果を得ていた。また、＜教員の健康づくりアドバイがスいい＞と感じ、【病院の代替】としての効果を得ていた。＜日頃会えない友人と声かけあって朝市へ参加＞し【参加者と交流】する効果があった。さらに、「皆さんがこうしてちゃんとやってくれているから助かっていますよ。先生方特に素晴らしいな～と思う。普通なかなかこうしてね あの

表3 健康支援活動利用の効果

カテゴリ	サブカテゴリ	内 容
測定値を健康づくりへ活かす	測定値を健康づくりへ活かす	だけど、先月先生がいていた体重増やさないようにって、だけど、増えている。今日は1kgまではいかないかな。ちょっと増えている。美味しいものを食べているからかな。
	測定値の変化が楽しみ	数値が測定する基準になってそれが次はどうなるのか楽しみになってね。いつも習慣づいてしまったな。
専門職のアドバイスを健康づくりへ活かす	教員の健康づくりアドバイスがいい	先生も一緒になっているのがいいね。先生のアドバイスとかがあってね。先生が一生懸命だね。あれはえらい先生だ。よく努力しているな。
	専門職を活用した健康づくり	こういうところに来て、皆さんの意見を聞いて、病院に行って診察をしてもらって、市役所の栄養士さんや保健師さんなどにわからないことがあれば、電話して聞いて、即答できなければ、何月何日にこっちで待っているから来てくれと。来てもらって、最近はだいたい、落ち着いてきた。
病院の代替	病院の代わり	だから、病院いかないのって、病院わからない。ほんとですよ。うち、知らないよ。病院どこにあるねって。
朝市と健康チェックが楽しみ	朝市とその他の健康チェックが楽しみ	毎回この朝市の時にこれやるさね。これとあの・・・月2回くらいに健康チェックがあるさね、あのデイケアに あれ楽しみになっているよもう。
	一石二鳥以上の朝市の効果	いや、一石二鳥ではとどまらない。惣菜も買っていきし、ねえーまた野菜もあるし、で、健康チェックもあるし、友だちとの会話もあるし、たくさんいいところがあるんじゃないかなと。
参加者・支援者との交流	日頃会えない友人と声かけあって朝市へ参加	あっ。友達同士ですよ。声掛け合って、あの～朝市はどうなのか。あの～来たりするので、今朝も一人、あの～朝市はあるがや。そうやって。あの友達の情報では、あるよ～と。
	友人と交流	理由は。なんていうの・・・この健康チェックもあるんだけど、私の知っている友達もここにくるから、ここで日頃会えない友達にも会うと・・・会えないかなと思って。なんていうの。人と話がしたいと思って・・・人と話をしないとダメというさね。
健康に対する意識の変化	健康に対する意識の高まり	最初はこんなこと考えられなかったのにね。やっぱりずっとこうしていると自然に意識が高まっていくんだよな。最初はもうこんなものほっとけほっとけとやっていたのにね。自然にあの～心がそこに向いていくんだな。意識がね。高まっていくな～。だから回数を何べんか繰り返していくことによって学習するんだな人間も。
健康支援活動実施への感謝	朝市参加は心のケア	それとこの測定とかそれだけじゃなくて心のケアになるんだな。あの頼りになるという感じについてそういう気持ちになってしまうんだよね。だからありがたいもんだな。
	健康支援活動実施への感謝	皆さんがこうしてちゃんとやってくれているから助かっていますよ。先生方特に素晴らしいな～と思う。普通なかなかこうしてね あの～口では言うけど行動でできるというのは難しいんですよ。
地域に密着した私たちの大学という親近感	地域に密着した教育の効果	名桜大学の方針もそうだと思うだけだね。密着型ね。地域密着型の教育というものが一番いいかなと思ったりしているけれど、それは感じるね。そうそう、やっぱり、人間はこう触れ合いが大切だなーと。
	地域に密着した私たちの大学という親近感	名桜大学はやっぱり地域に活きた大学だな～と思うけれどね～これが望ましい姿かなと思ったりもしていますけどね。とても感謝しています。これがもう自分たちの仲間という感じになって、これが自然体で受けられるようになってね。今いるからこれが継続というもんかな～と思うけどね。定着しつつあるな～と思う。
	大学に愛着心	よかったと思っていますよ。今でも、それだけ名桜大学に愛着を非常に感じているんだよ。

～口では言うけど行動でできるというのは難しいですよね。」と【健康支援活動実施への感謝】を抱きながら、「地域密着型の教育というのが一番いいかなと思ったりしているけれど・・・」とく地域に密着した教育の効果を述べていた。「よかったと思っていますよ。今でも、それだけ名桜大学に愛着を非常に感じているんだよ。」とく大学に愛着心をもち、【地域に密着した私たちの大学という親近感】の効果があつた。

4. 今後の健康支援活動についての要望（表4）

要望は、【支援活動の継続】、【利用者人数の増加】、【他地域での活動への期待】、【調べた内容の資料作成と配布】の4つのカテゴリが抽出された。

＜満足しているため継続を要望＞しており、とくに看護学生とふれあうことを期待して継続を要望していた。また、B地区に限らず【他の地域での活動への期待】をしていた。【利用者人数の増加】への工夫や、看護学生に対しては健康づくりに関する【調べた内容の資料作成と配布】を期待し要望していた。

VI 考察

長寿世界一を誇っていた沖縄県の平均寿命の全国順位は、2000年に男性が4位から26位に急落し沖縄県の長寿危機が話題となった。また、1位を維持していた女性の平均寿命も2010年には3位となり、男性は30位まで低下した（厚生労働省、2013）。戦後の欧米化に伴う社会環境や生活習慣の変化が影響していると考えられ、かつての長寿世界一を復活させるべく、高齢者が自ら健康づくりに主体的に参画できるような場作りは重要であると考えられる。本研究の目的は、我々が平成25年より取り組んでいるB地区の健康支援活動の効果を検討することである。

健康支援活動を利用している高齢者は健康づくりへの

意識が高く、測定結果を楽しみにし、専門職からのアドバイスを得て、独自の健康づくり方法を模索しながら健康づくりに活かしていることが明らかになった。健康支援活動の場は、まずは看護学生による血圧、体脂肪、血管年齢測定などの健康チェックの実施後にその結果をもって、健康づくりにおける個々の目標の確認と同時に、前回の結果と比較しながら、保健師・看護師資格を持っている教員が個別健康相談を実施している。一人の利用者に対応する時間は、平均10～30分程度を要し、食事・運動などの生活習慣に関する指導や服薬の方法、薬の効果、副作用など専門的アドバイスを実施している。これら、利用者が気楽にできる相談内容や時間をかけた対応は、リラックスした雰囲気の中で行われており、【測定値を健康づくりに活かす】や【専門職のアドバイスを健康づくりへ活かす】こと、【病院の代替】に繋がり、健康支援活動は効果的であることが示唆された。

また、健康支援活動の場が病院ではなく、友人と交流ができ（お互いが声を掛け合って参加、気にする、話をする）、朝市が開催され、気軽に参加できる至近距離にある地域に密着した公民館での開催は効果的であることが明らかになった。沖縄県は車社会であり、やんばる地域は公共交通機関の利便性が悪く、自家用車を使用しないと目的を達成することが困難である。特に、高齢者が病院を受診する場合には、送迎のある病院を選択する傾向にある。我々の研究においても、やんばる地域の高齢者が筋力トレーニングを継続する理由として、利用アクセスの良さが指摘された（永田、2007）。健康づくりに積極的に参加・継続できる場の条件として、移動手段の利便性の高さは重要であることが示唆された。

何よりも、継続して実施している健康支援活動が高齢者の方々に【地域に密着した私たちの大学という親近感】として受け入れられていることが明らかになった。大学の使命として教育・研究・地域貢献がある。特に、「人々の知的活動・創造力が最大の資源である我が国にとって、

表4 健康支援活動への要望

カテゴリ	サブカテゴリ	内 容
支援活動の継続	満足しているため継続を要望	満足しきっている。続けてもらえれば。ま～、これまでも継続してほしいね 継続することによってこの～少しずつ改善するのが見えてくると思うのでね。最初は不自然だったのよ きて近づきにくかったのよ。
	若者とふれあいの効果を期待して継続の要望	若い方と接するということは、若さをもらうというか、できたらもうい続けて欲しい。日常が畑とだから、こうして教えてもらおうといいです。
利用者人数の増加	利用者人数を増やす	この間、学生が調べてくれていた。地域住民が参加する人数が増えないと、少人数だとちょっと。様子みて色々とやってくださいよ。できるだけ、参加するようにします。
他の地域での活動への期待	他の地域での活動への期待	これB地区だけね～？ほかの地域でもやっているの。
調べた内容の資料作成と配布	調べた内容の資料作成と配布	あっ。すぐに調べられるね。わからなかったら、調べてコピーして持ってきてくれる。よろしくお願ひします。

優れた人材の養成と科学技術の振興は不可欠であり、高等教育の危機は社会の危機でもある。社会が活力ある発展を続けるためには、高等教育を時代の牽引車として社会の負託に十分にこたえるものへと変革し、社会の側がこれを積極的に支援するという双方向の関係の構築が不可欠である」(文部科学省, 2009) と述べているように、地域貢献は、教育・研究と同等に重要な役割であると考えられる。A地区の健康支援活動での我々の活動が支持され、B地区からの要請の元で開始した健康支援活動は、B地区での健康づくりの核となり受け入れられ、地域貢献活動の一助となっていると考える。これは、上述したように、個別での健康測定とその結果に対する丁寧に時間をかけた相談支援の成果であり、毎月1回欠かさずに活動を継続してきた成果であると考えられる。【地域に密着した私たちの大学という親近感】は、我々、支援者の励みとなり、地域住民と協働で行う健康支援活動の一助となることが明らかとなった。今後は、現在登録人数が62人であるが、【参加人数の増加】のために、PR活動を強化しながら、＜若者とふれあいの効果を期待して継続＞の要望に応えるべく、＜調べた内容の資料作成と配布＞ができるようにボランティア看護学生の積極的な関わりを維持し、継続していく必要がある。

VII 今後の課題

今回は、同意の得られた3人の高齢者のインタビュー内容の分析であった。今後は分析対象者を増やし、測定結果の分析も加えて更なる検証をする必要がある。また、看護学生の教育効果を検討していく必要がある。

謝辞

本研究にご協力していただきましたB地区区長およびB地区高齢者の方々に深く感謝致します。なお、本研究は平成26年度名桜大学総合研究所一般助成金を受けて行った。

引用文献

- 稲垣絹代, 佐和田重信, 永田美和子, 八木澤良子 (2014). やんばるの特性を生かした小規模多機能施設での在宅ケア実習, 看護展望, 第39巻, 5号, 28-33
- 厚生労働省 (2014): 平成22年都道府県別生命表の概況 (2016.9.30)
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/tdfk10/>
- 文部科学省 (2009). 新時代の高等教育と社会 (2016.9.30)
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/

- [chukyo0/toushin/attach/1335581.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo0/toushin/attach/1335581.htm)
- 永田美和子, 鈴木啓子, 大城凌子, 徳田菊恵, 武藤稲子 (2009): 沖縄県の文化を基盤とした住民参画を支援する高齢者の健康づくりに関する研究－筋力トレーニング教室に継続参加する高齢者の体験と意味－, 名桜大学紀要, 第14号, 317-332
- 沖縄県 (2013): 沖縄県高齢者保健福祉計画 (2016.9.30)
<http://www.pref.okinawa.jp/site/kodomo/korei/zaitaku/koureishahokenhukushikeikaku.html>