

<参 考>

参 考 資 料 1

- 「平成 14 年度 地域における看護提供システム
モデル事業(まちの保健室)報告書」
((社)日本看護協会、2003 年)

新潟

介護予防を目指した『まちの保健室』

— J A ・ 商工会 ・ 行政との協同で進める『まちの保健室』 —

新潟厚生連魚沼病院 高橋 茂美 中村 悦子
五十嵐啓子 細貝 朋子
石田 道代 南雲 寿子

1. 目的

高齢者の介護予防を念頭に置き、冬の豪雪時でも、集うことで閉じこもることなく今ある機能を保持し、生きがいを持って積極的に社会生活を送れるような支援と環境づくり。

2. 方法

1) 実施地域

- ①地域：新潟県小千谷市と隣接する北魚沼郡川口町の農村地域。
- ②継続型対象地域：小千谷市山谷地域と川口町武道窪地区。

2) 実施体制

実施者：新潟厚生連魚沼病院『まちの保健室』実行委員会

構成メンバー（保健師1名・助産師1名・看護師4名）

関係協力機関等：『まちの保健室』推進委員会の構成機関及びメンバー

- ・各 J A（小千谷市、片貝町、川口町）
- ・行政（小千谷市社会体育課・川口町生活福祉課・小千谷市在宅介護支援センター）
- ・小千谷市商工会議所・社会福祉協議会
- ・看護協会（スーパーバイザー・新潟県看護協会長・小出地区看護協会長）
- ・新潟県厚生連本部

3) 事業内容

- ①推進委員会議：年3回開催
- ② J A との『まちの保健室』
 - ・地域継続型：2ヶ所を5回シリーズで実施。「総合作業能力測定」を初回と最終回に実施し比較検討。
 - ・地域移動型：11ヶ所を移動して、継続型5回シリーズの内容のうち、1コマを振り分け行った。
- ③行政との『まちの保健室』
 - ・市の中心会場（ウーマンカレッジ、若返り健康教室、健康福祉まつり）
 - ・農山村地区で高齢者学級を2回実施。（小千谷市東山地区・岩沢地区）
- ④本町商店街「まちの駅」における『まちの保健室』
 - ・毎月第3水曜日の13時～16時の他、臨時にも開催。一般市民を対象に健康チェック・健康相談・介護相談を実施。

⑤「いきいき健康づくり」フォーラム

- ・H14年11月8日10時～14時30分に小千谷市の中心地区で開催。
- ・各地域住民の交流の場と閉じこもり予防を目的に参加型フォーラムとした。

3. 結果

1) JAとの「まちの保健室」

地域継続型

- ・1回の参加者数は、山谷地区9～12名・武道窪地区15～17名。どちらも少数ながら必ず男性が参加し、調整・牽引役となることで活性化しつつある。
- ・総合作業能力測定では、高齢者にも関わらず2名が時間短縮、あと殆どの人も体力が保持されていた。

地域移動型

- ・利用者数は地域により10～32名と固定又は増加の傾向。

2) 行政との「まちの保健室」

①若返り健康教室

- ・参加者は60～80歳代の男女。健康チェック1回目76名、2回目52名参加。

②小千谷市健康福祉まつり

- ・準備委員会に参加しコーナーを設置。血管推定年齢測定には260名が参加。

3) 商工会との「まちの保健室」

- ①利用者数168名。年齢層は20～90歳代と幅広く、男性比率も44%である。

- ②血圧、体脂肪率が気になる人がリピーターとして定着しつつある。

4) 「いきいき健康づくり」フォーラム

- ①農山村地区にマイクロバスを走らせて、163名の参加を得た。

- ②小千谷市長より挨拶をいただき、活動に対する賛同と理解を得た。

- ③この様子はテレビのローカルニュースで放映、地元紙にも掲載された。

4. 考察

高齢者を対象に健康教育を進めていくには、コミュニケーションの整った、今ある組織に働きかけることが効果的である。地域における他の組織との連携を「まちの保健室」で結ぶことにより、地域全体の健康度を高めていく為のネットワークとなりつつある。病院の役割も、従来の施設内から施設外に移りつつある。看護職が持っている専門的な知識や技術を、住民の身近な所から気軽に利用していただける「まちの保健室」を目指していきたい。

5. 今後の課題

- ①活動を地域に広げるためのマンパワーの確保。

- ②地域のボランティアの育成や活用についての方策。

- ③より多くの住民ニーズに応えるための関連機関との連携強化、系列病院への普及。

- ④地域住民の信頼に応えられるよう、看護職のレベルアップに努め、啓発の場とする。

高齢者の生活を支える「まちの保健室」事業

—過疎地における住民の声が反映するまちの保健室—

(社)奈良県看護協会 小松 洋子

I. 目的

助け合いの精神が今も息づく地域にも時代の変化の波は押し寄せてきている。

過疎の進行と超高齢化という課題を持ち「向こう三軒両隣」に「なんとなく不安」を抱いて生活を送っている山村で、住民が主体的に高齢者を支えるしくみづくりに参加できるコミュニティ・エンパワメントの促進を図ることを目的とした。

II. 方法

曾爾村行政と奈良県看護協会・看護協会立東宇陀訪問看護ステーションが連携して村民のニーズをとらえながら事業を展開する。その過程で、曾爾村の高齢者支援システムづくりに関わるコミュニティ・エンパワメントの形成をはかる。

1. 実施地域及び対象者

奈良県宇陀郡曾爾村の住民：人口2,502人、高齢化率34.0%（75歳以上は340人）

2. 実施体制

奈良県看護協会が主体に、運営実行委員会を設置して訪問看護師や看護ボランティア、曾爾村行政と住民、一般ボランティアの協力を得て事業を運営。

住民のニーズ把握と事業の具体化を行うために事業推進委員会（行政・住民代表・高齢者ケア事業担当者・学識経験者で構成）を設置。

3. 事業内容

1) コミュニティ・ミーティングの実施

村民との地域懇談会を開催し、ここを核として住民のニーズ把握、事業の具体化を行う。

2) デイケア実施：週1回曾爾村老人福祉センターで実施

閉じこもり状態にある(痴呆)高齢者や障害者、また介護保険利用者などの高齢者を対象に入浴つきのデイケアを実施。

3) 「出前まちの保健室」実施

既存の老人クラブ・曾爾高原フェスティバルに出向き、健康チェック・相談を行いモデル地域の高齢者像(住民全体像)を知りデイケア事業にも繋げる。

なお、上記の成果をエンパワメントの視点から一般性セルフ・エフィカシー尺度（GSES）の評定とデイケア利用者のQOLの変化を事例と満足度アンケートで検証。また、モデル事業前後のデイサービス利用者実績状況を比較して費用対効果から事業内容も評価する。

4. 運営方法

デイケア事業は人材確保から事業運営調整まで看護協会と訪問看護ステーションが連携をとりながら実施した。出前まちの保健室は看護ボランティアが中心となって曾爾村からの依頼を受けて対応し

た。事業実施場所は無償提供、経費はモデル事業より支出。

Ⅲ. 結 果

1) コミュニティ・ミーティング：3回にわたる会議で看護職の提案する高齢者ケアが住民の潜在的ニーズに合致していたことが明らかになった。しかし、行政と事業者が事業を主導する形を払拭できないまま活動を推進することになった。またこの会議がきっかけになり行政は特別養護老人ホームの設立にむけた予算化を行い平成16年の開設を目的に動き始めている。

2) デイケア事業：22回実施した。デイケア利用者（本人・家族）の満足度は高く、住民のGSES平均評定推移※図1は事業前よりわずかに上昇する結果となった。

事業経過の中で住民は事業継続に声をあげ、そのニーズは行政を動かして平成15年1月から既存のデイサービスに入浴を付加する形でケアが継承された。

3) 出前まちの保健室：2回実施した。3人がデイケア事業の定期的参加に繋がった。

老人クラブ活動が形骸化していた等の理由で高齢者像の把握は不十分に終わった。

Ⅳ. 考 察

看護職が住民のニーズを捉えながら住民と共にデイケアを体験したことで、行政への依存心を払拭できなかった住民が真に必要なサービスを獲得するために自ら行政に声をあげることができた。看護職の行動が地域住民の「自分の健康（生活）は自分で守り育てる」と考えられる行動変化に微力ながら尽力できたのではないかな。

また、図2のとおり事業後にデイサービス利用者数が少しずつ増加の推移を辿っていることから、入浴付加というケアの充実が事業実績を伸ばす有効な手段であると検証された。

図1 事業前後のGSES平均評定推移

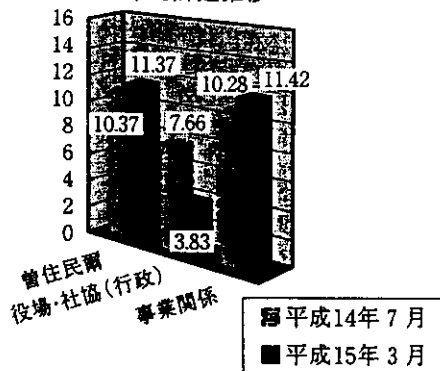
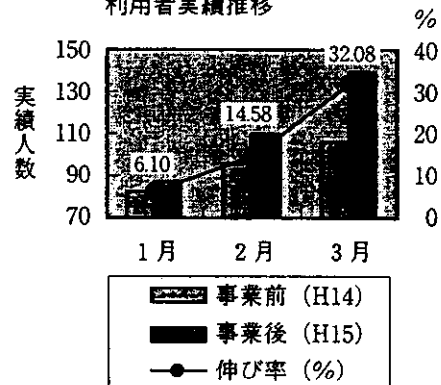


図2 入浴付デイサービス前後の利用者実績推移



Ⅴ. 結 論

本事業は行政や事業者に「入浴付デイサービス」という形で継承された。またケアの充実が事業戦略に有効な手段であることも検証された。看護職が地域のサービス提供整備に実践モデルを示し高齢者の生活を支えるシステムづくりに住民自身の声を反映させることができたことは「まちの保健室」事業が地域の中に看護専門性を発揮できるチャンスのある場であること、地域活動が看護職にとって魅力あるものであると確認できた。

雪国における高齢者の健康づくり

～閉じこもりがちな後期高齢者を中心に～

秋田県看護協会

① 目 的

- 1) 在宅高齢者が自ら取り組む実践型健康づくり事業として「若返り健康教室」、早期痴呆を予防する「脳刺激訓練教室」を開設し、対象者に喜ばれるプログラムの開発研究に努める。
- 2) 降雪期に後期高齢者を対象に交流学習会を開催するためには地区単位に企画・運営することが望ましく、「地域の高齢者健康推進員（リーダー）」の育成を支援する。
- 3) 看護職が高齢者のためにネットワーク間の連携を図り実践型健康教育を展開し、全町全県に普及する方法を検討する。

② 秋田県仙北郡田沢湖町

③ 関係協力機関：仙北郡田沢湖町福祉保健課

田沢湖町老人クラブ連合会・田沢湖町社会福祉協議会

秋田県老人クラブ連合会・秋田県大曲保健所・角館支所

仙北福祉事務所・ゆずり葉の会仙北支部・田沢湖町田沢地区婦人会

田沢湖町地域医療センター・デイサービスセンター

④ 事業内容

1. 平成11年11月～1月 田沢湖町生保内、田沢湖町保健センターにおいて田沢湖町老人クラブ高齢者健康推進員（リーダー）を対象に「若返り健康教室」を4回実施し、プログラムを開発した。
2. 平成12年1月田沢湖町コミュニティセンターにおいて一般の高齢者を参加させて、田沢地区の老人クラブリーダーを中心に「若返り健康教室」を2回実施し好評を得た。
3. 平成12年2月、田沢湖町の神代地区医療センターにおいて、デイサービスを利用している高齢者を対象に脳刺激訓練メニューの開発とトレーニングの為「脳刺激訓練教室」を実施。2回目は職員が指導を行った。
4. 平成12年2月、田沢湖町開発センターホールで、老人クラブ会員、保健推進員、町関係職員看護職等を対象に「雪国の高齢者サミットin田沢湖」で研修、交流を行い一連の事業のしめくりとした。
5. 田沢湖町の老人クラブリーダー3名が合川町の老人クラブの先進地を見学、交流した。
6. 「若返り健康教室」「脳刺激訓練教室」を実施するためのテキストを作成した。

⑤ 成果と課題

1. 老人クラブのリーダーとしての責任感と学習意欲は旺盛

「若返り健康教室」の受講生であるリーダーは、皆非常にまじめで吸収力もよく、問題意識も旺盛で、実施する側の看護職員は毎回が楽しく予想以上の技術錬磨ができた。

2. 「若返り健康教室」を地区単位で実践するには、高齢者をサポートする部分が多いこと

高齢者は意欲は十分あっても体力的にはやはりサポートが必要である。講師の他に健康チェック、器具の使用、救急班など、いろいろの役割が大切である。特に地方に出ると年齢のバラツキが多くなりこまめにサポートするボランティアは必要であった。

3. 交流や話し合いでの決定、企画する楽しさをリーダーが身につけたこと

会のプログラムを実践することも大切だが、リーダーには企画する力も付けて欲しいと考え、話し合いを多く取り入れ民主的な運営が大切であると確認していった。また、非常に楽しく会を持つ方法として、X'masパーティーを実践させた。

4. 老人クラブ運営の抱えている課題が多いこと

だんだんと回数を経るにつれ、自分の地区で果たしてできるかどうか不安が出てきた。(閉鎖的で話し合いができず、人の集まりが悪い) 他町の自主的運営の老人クラブに見学に行くことでその点について色々悩みを出し合い交流した。ただ単に旅行や飲み食いのための老人クラブではなく、もっと目的を持った会の活動であらねばということになった。

5. 事前の健康チェック、生活体力のチェックの必要性

各人が自分の体力を知り、運動の目的を持って貰うため健康チェックと生活体力チェックを行った。健康チェックは視力、聴力を加え、生活体力は高齢者の運動能力や敏捷性の指標となった。

6. 地域で開催する「若返り健康教室」こそ、雪国の閉じこもりを予防する

地区の老人は年齢ADLともバラツキが多いが、顔見知りであり交流する機会を待ち望んでいた。一人暮らしや冬季に引きこもりがちな高齢者を引っぱり出して参加させることができた。

7. 脳刺激訓練ゲームの必要性

日常から離れて楽しそうに、又真剣にゲームに取り組む様子に感動した。今後、意図的に脳刺激を目的としたゲームを高齢者が取り組むことが痴呆予防に役立つことを確認した。

8. 高齢者サミットの効果

全町の高齢者が一同に会し、日頃考えている健康作り方法をお互いに交流しあい、楽しい運動を実習しておくことは以後の活動の励みになると思われた。他地区の人を知り、様子を報告し合う会は絶対に必要であった。

⑥ 提 言

1. 高齢者の組織が、健康づくりの為の運動や遊びをとりいれた健康教室を企画運営をする必要がある。
2. ADLの低い高齢者に対し、痴呆予防を中心とした脳刺激訓練教室を行政は積極的に事業化したり、施設等に普及を促すべきである。
3. 高齢者が自主的な健康づくり事業を行うには、多職種の集団のサポートが必要でありそのコーディネーター役を看護職がになうべきである。