

地域連携共同研究所年報

第5号

地域連携共同研究所年報 第5号発刊にあたって	1
地域連携共同研究所 所長 星野 敦子	
子ども元気プロジェクト2019の取り組み～大学と地域社会との共創へ向けて～	3
鈴木 康弘、名塚 清、宮野 周、藪崎 伸一郎、川瀬 基寛、大山 博幸、山本 悟、竹迫 久美子	
地域との連携活動を通じた地場野菜の有効活用 ～野菜畑ドレッシング「にんじん畑」「ごぼう畑」 「ブロッコリー畑」シリーズの完成～	11
小林 三智子、曾矢 麻理子、竹田 健次、生田目 公美枝、小寺 勝行	
本学マスコットキャラクター「プラスちゃん」と共に成長する学生の軌跡 —活動を通して伸ばしたコンピテンシーに注目して—	19
星野 祐子、安達 一寿、名塚 清	
地域間連携に基づいた大学生による地域活動の展開	29
星野 敦子	
地域人材育成と地域環境保全を目指したネットワークの構築	39
星野 敦子、星野 祐子、名塚 清、佐藤 弘信	
音楽による地域文化の活性化 —表現力と企画力を兼ね備えた学生を地域で育てる十文字学園女子 大学の実践から—	49
久保田 葉子、狩野 浩二、棚谷 祐一、久保 裕子	
地域との連携によるオレンジカフェ実践への取り組み（第4報）	59
山口 由美、名塚 清、富井 友子、二瓶 さやか、人見 優子	
5年目を迎えた「シニア健康教室」の取り組み —健康栄養学科で育む新しい栄養士のかたち—	69
相馬 満利、高橋 京子、飯田 路佳、若葉 京良、木村 靖子、池川 繁樹、長尾 昭彦、名倉 秀子 高橋 正人、村田 浩子、徳野 裕子、小長井 ちづる、佐々木 菜穂、林 綾子、西藤 優美	
新座市の健康長寿に向けた取り組みとその評価に関する地域連携研究	81
加藤 則子、志村 二三夫、長澤 伸江、井上 久美子、布施 晴美、富井 友子、名塚 清 横山 徹爾、藤田 誠一	



地域連携共同研究所年報 第5号発刊にあたって

地域連携共同研究所 所長 星野 敦子

平成26年度に採択された、文部科学省「地（知）の拠点整備事業」（COC事業）の5年間にわたる成果を生かして、新たな体制のもと、地域連携共同研究所がスタートして今年で2年目となります。

現在本学の地域連携体制は、「プロジェクト研究部門」「生涯学習・地域人材育成部門」及び「企画・広報部門」の3部門構成となっており、「プロジェクト研究部門」においては、COC事業で実績のある取り組みや研究について継続的な活動を展開しています。

今世界は「SDGs」に象徴されるように、「持続可能な社会」をつくることを共通の目標としています。「SDGs」は、2015年の国連サミットにおいて「持続可能な開発目標」として採択され、国際社会全体の17の開発目標と、それを実現するための169のターゲットから構成されています。すでに広く知られておりますが、17の開発目標は以下の通りです。

- | | |
|------------------------|------------------|
| 1. 貧困をなくそう | 2. 飢餓をゼロに |
| 3. すべての人に健康と福祉を | 4. 質の高い教育をみんなに |
| 5. ジェンダー平等を実現しよう | 6. 安全な水とトイレを世界中に |
| 7. エネルギーをみんなに そしてクリーンに | 8. 働きがいも経済成長も |
| 9. 産業と技術革新の基盤をつくろう | 10. 人や国の不平等をなくそう |
| 11. 住み続けられるまちづくりを | 12. つくる責任 つかう責任 |
| 13. 気候変動に具体的な対策を | 14. 海の豊かさを守ろう |
| 15. 陸の豊かさを守ろう | 16. 平和と公正をすべての人に |
| 17. パートナリシップで目標を達成しよう | |

国は、各自治体に対し、総合計画や地方版まち・ひと・しごと創生総合戦略を始めとする各種計画等に「SDGs」の要素を最大限反映することを推奨しており、施策ごとに関連する「SDGs」の17項目をアイコンで示すこととなっています。これは、我が国のすべての自治体の取り組みを、「世界中の人々と共有する目標」と結びつけることで、「あるべき社会の姿」を目指して、目標を見失うことなく、ともに前進していく力を生み出すことにつながります。私自身、いくつかの自治体の総合計画や総合戦略に関わる中で、世界中の人々と目標を共有することの意義を強く感じています。

このたび完成した「地域連携共同研究所 年報 第5号」には、2019年度に実施された9つのプロジェクトの研究成果がまとめられています。いずれも地域とのかかわりの中で、地域課題を把握し、その解決に向けた具体的な取り組みとなっています。各プロジェクトは17の開発目標のいずれに関連づけられるのでしょうか。世界中の人々と目標を共有しているのだという認識のもと、プロジェクトの成果を検証し、今後の研究の発展に期待したいと思います。

令和2年11月

子ども元気プロジェクト 2019 の取り組み ～大学と地域社会との共創へ向けて～

Projects to cheer up children 2019
～Consideration on co-creation between university and community～

鈴木 康弘 ¹⁾	名塚 清 ²⁾	宮野 周 ¹⁾	藪崎 伸一郎 ¹⁾
Yasuhiro SUZUKI	Kiyoshi NAZUKA	Amane MIYANO	Shinichiro YABUZAKI
川瀬 基寛 ³⁾	大山 博幸 ⁴⁾	山本 悟 ⁵⁾	竹迫 久美子 ⁶⁾
Motohiro KAWASE	Hiroyuki OYAMA	Satoru YAMAMOTO	Kumiko TAKABA

- 1) 十文字学園女子大学・幼児教育学科 2) 十文字学園女子大学・地域連携推進センター
3) 十文字学園女子大学・メディアコミュニケーション学科 4) 十文字学園女子大学・人間福祉学科
5) 十文字学園女子大学・児童教育学科 6) 十文字女子大附属幼稚園

キーワード：共創 高齢社会 幼児 地域

要旨：「子ども元気プロジェクト」では、子育てをキーワードとした豊かな地域社会のあり方を検討してきた(2015～2019年度子ども元気プロジェクト)。本年度は、学生の共創力を向上させるための試みとして、「かけっこ忍者塾 2019」、「ワークショップ×ワークショップ edu 2019」、「親子野球体験プロジェクト 2019」の3プロジェクトを、地域町内会と大学生との共創プロジェクトとして、「伝承遊びプロジェクト 2019」を実施した。プロジェクトを進める中で、プロジェクトリーダーの重要な役割の一つは、ステークホルダーが互いの特徴や立ち位置への理解を深めることができるような工夫を施すことであり、そのことが、「共創」の扉を開くために欠かせない要素であることを見いだすことができた。

1 はじめに

我が国では、2020年には女性の半数が50歳を越え、2024年には国民の1/3が65歳以上となることが予想されている。人口減、超高齢社会が喫緊に迫っていることと軌を一にするように社会保障費は急速に増加しており、国債や借入金を合計した「国の借金」は2019年3月末時点で1103兆円であることが報告されている(財務省)。この額は一般会計税収の約17年分に相当し、国民1人当たりに換算すると約1000万円の借金を負っていることになる。併せて、老老介護、孤独死、認知症、貧困格差、児童虐待等の社会的課題も表面化してきている。

このような状況の中、我々は社会を持続させていくために今までのシステム(国家・行政主導、行政依存)から脱却し、地域で支え合う道を模索しなければならない時期に直面しているといっても過言ではないであろう。

本プロジェクトでは、パラダイムシフトのひとつの方向性として、子育てをキーワードとした豊かな地域社会のあり方を検討してきた(2015～2019年度子ども元気プロジェクト)。本年度は、「共創関係」を通じた学生としての学びの広がりや深化、及び地域社会活性化(再生・循環型社会の構築)というテーマを設定し、共創関係を豊にするための条件について検討することを目的とした実践的研究を展開した。具体的には、学生の共創力を向上させるための試みとして、「かけっこ忍者塾 2019」、「ワークショップ×ワークショップ edu 2019」、「親子野球体験プロジェクト」の3プロジェクトを、地域町内会と大学生との共創プロジェクトとして、「伝承遊びプロジェクト」を実施した。

本稿では、各プロジェクトの実践を紹介するとともに、その意義と今後の課題について述べる。

2 学生の共創力向上プロジェクト

大学で学習した幼児教育に関する知識や技能をベースとして、学生自身が「活動の立案・実施・振り返り」の一連のプロセスを体験することは、地域関係者等と協働して共創関係を築いていく上での基礎を育む重要な学びであることを踏まえ、共創関係の構築を視野に入れた基盤的学習活動として、「かけっこ忍者塾 2019」、「ワークショップ×ワークショップ edu 2019」、「親子野球体験プロジェクト」を実施した。

2. 1 かけっこ忍者塾について

「子どもに速く走るためのコツをどのように伝えたらいいのか」との相談を育児中の保護者から受けることが少なからずある。また、本学附属幼稚園では、子どもの「走ること」への意欲を高めていきたいという保育者の願いがかねてよりあり、アプローチに試行錯誤しているという状況があった。

そこで、子ども元気プロジェクトの一環として、2016年より附属幼稚園の年長児を対象に「かけっこ忍者塾」を実施してきた。「かけっこ忍者塾」では、第一に子ども自身の「走る」ことに対する意欲や関心、「速く走りたい」という気持ちを高めることが重要であると考え、子どもの意欲の高まり→自由な遊び場面での「走る」動きの経験量の増加→走る動きが徐々に洗練という流れを想定している。

学生は、子どもの走る意欲を高めることを目的とした「かけっこ忍者塾」の在り方を検討し、実際に子どもに試しながら、子どもの意欲を高める指導や援助のあり方について実践的学習を積み重ねている。

2. 1. 1 かけっこ忍者塾 2019 の概要

- 1) プロジェクトの実施日時 2019年9月24日(火) 10:00-11:30
- 2) プロジェクトの対象 十文字学園女子大学附属幼稚園年長児 60名
- 3) プロジェクトの実施会場 十文字学園女子大学・メインアリーナ
- 4) プロジェクトの実施内容

「走る際に留意したい3つのポイント」を忍者の修行を通して子どもが体験するという設定で「かけっこ忍者塾 2019」を計画した。子どもの走ることへの意欲を高めるために幼児に伝えるべきポイントは、「スタートに集中すること(スタートの合図と共に一気にスタートする)」、「前傾姿勢で走ること」、「脚と腕を早く動かすこと」の3点とし、それぞれの動きを子どもが忍者をイメージして楽しく経験できるように工夫し、実践した【写真1】。

「かけっこ忍者塾 2019」では、忍者塾の実践(9月24日)以降にも子どもの「走ることへの興味や関心が持続すること」を期待して、「忍者の巻物」を学生が作成し幼稚園の各クラスに掲示してもらった【写真2】。また、「かけっこ忍者塾 2019」の振り返りビデオ【写真3】を作成し、子どもに視聴してもらう機会を設けた【写真4】。



写真1：前傾姿勢で走る修行



写真2：幼稚園へ巻物を届ける学生



写真3：学生が作成した振り返りビデオの一コマ（前傾姿勢）



写真4：振り返りビデオを視聴する子ども

2. 1. 2 かけっこ忍者塾 2019 を実施して

実施後の学生の感想には、「しろ組グループと合同でビデオを作ったときに、しろ組グループは、子どもの姿を多く活用したり効果的な音楽を工夫するなどとても見やすくする工夫を行っていた。子どもの発達段階を考慮し、実際にビデオを視聴することになる子どもの姿を想像しながら教材研究（ビデオ作成）することが大切だと思った」、「子どもに巻物を渡しに行ったとき『忍者の時のおねえさんだ』と子どもが言った姿を見て、子どもの関心や期待が高かったことや楽しい経験だったことが伺え、子どもがわくわくできるように試行錯誤してきてよかったと感じた」【写真2】などの内容が記載されていた。

プロジェクトを通して、学生自身が個人による思考の限界を感じると共に、意見交換を深めながら共に創ることの楽しさについて体験的な学習を積み重ねることができたという点で、「学生の共創力向上」に向けて一定の成果を見ることができたといえるだろう。

2. 2 造形ワークショッププロジェクトについて

子ども元気プロジェクトの一環として、乳幼児を対象にした造形ワークショップを 2017 年度より継続して実施している。2019 年度は、十文字学園女子大学 TAMANYAN CLUB「おりおり缶バッジ～自分への贈り物を作ろう～」という企画を計画した。子どもの感性を豊かにすることと地域社会の活性化をキーワードにした立川文化芸術のまちづくり協議会主催「ワークショップ×ワークショップ edu 2019」に参加し（参加大学等 9 団体）、自然素材や色紙、シール等を扱ったオリジナルの缶バッジづくりと、折り紙による感触遊びのワークショップを実施した。

2. 2. 1 ワークショップ×ワークショップ edu 2019 の概要

- 1) プロジェクトの実施日時 2019 年 11 月 16 日（土）10:00-16:00
- 2) プロジェクトの対象 立川市近隣の市民
- 3) プロジェクトの実施会場 立川市子ども未来センター・たましん RISURU ホール
- 4) プロジェクトの実施内容

造形保育論を履修する幼児教育学科 3 年生が主体的・対話的に学ぶ機会として、缶バッジの仕組みを生かした活動を自ら体験した後、学生同士アイデアを出しあいながら幼児の発達に合わせて活動を考案・計画し、ワークショップの場作りや進め方を自分たちで考えて実施した。また宮野研究室ゼミ生 4 年生が同場所で合わせて乳・幼児期に大切な触感覚を刺激する教材として「折り紙」で遊ぶ環境をつくり、実践を行なった。

当日は、乳幼児と積極的に関わることで様々な造形的な工夫を行う子どもの姿を感じるとともに、保護者と子どもの関わる様子や保護者自身が活動を楽しむ姿を見ることができた。最終的に自分が描いたり、シールや葉を貼ったりしてデザインしたものが「缶バッジ」という完成した作品にプレス機を使って仕上げるため、幼い子どもでも「缶バッジを作れた」という達成感や満足感を得やすい仕掛けを作ることができた【写真5】。

また折り紙を扱った感触遊び【写真6】では「折って遊ぶ」という従来の折り紙の扱い方を捉え

直し、素材としての紙として手で揉んでシワをつけ、その感触を手や足の裏で感じたり、ボール状にして投げてみたり、セロハンテープでシートのようにつなげて浮かせてみたりと、様々な遊びのバリエーションを展開し、子どもが楽しむ姿が見られた。またシワになった折り紙や破いた紙の形からイメージを広げて、他の素材（紙コップや紙皿）と組み合わせて立体の生き物やオブジェを製作する姿も見られた。

ワークショップ後には、写真によるスライドショーを活用してワークショップの実施報告・他大学教員、学生との交流会も行われた。

2. 2. 2 ワークショップ×ワークショップ edu 2019 を実施して

この造形ワークショップの実践全体を通して考えてみると、学生は少人数ではあったが、学生一人ひとりのそれぞれの得意分野を生かしたワークショップへの参画のしかたを感じることができたのではないかと。お互いに意見を出し合いながら準備を行い、実践を行なったが、当日、子どもや保護者への対応や環境づくりにおいて臨機応変に対応せざるを得ない状況もあった。そうした個々の力を認め合いながらも「共に創る」ことの難しさと意義を学ぶことができたのではないだろうか。



写真5：缶バッジをデザインする子ども



写真6：折り紙の感触を学生と一緒に感じている子ども

2. 3 親子野球体験プロジェクトについて

2016年1月に新座市と株式会社埼玉西武ライオンズが連携協力に関する基本協定（埼玉西武ライオンズフレンドリーシティ協定）を、2016年4月には本学と株式会社埼玉西武ライオンズが連携協力に関する基本協定（埼玉西武ライオンズフレンドリーカレッジ協定）を締結した。

これらの協定に基づき、子ども元気プロジェクトでは、産学官（株式会社埼玉西武ライオンズ、十文字学園女子大学、新座市）の連携による「親子野球教室」を2018年より実施している。

埼玉西武ライオンズがもつ高度な野球理論や経験と幼児への運動指導に関する基本的理論や具体的な幼児への接し方に関する本学の知的財産（教員の専門性、学生の経験的知識等）を共創させることにより、幼児期の子どもに対して豊かな運動経験を提供することが本プロジェクトの大きな目的の一つである。

2. 3. 1 親子野球体験プロジェクト2019の概要

- 1) プロジェクトの実施日時 2020年1月11日（土）
第1部 9：15～10：15
第2部 11：00～12：30
- 2) プロジェクトの対象 第1部 4～6歳の幼児と保護者 40組
第2部 小学校1～3年の児童と保護者 40組
- 3) プロジェクトの実施会場 十文字学園女子大学・メインアリーナ
- 4) プロジェクトの実施内容

ライオンズアカデミーコーチ（3名）主導の下、本学幼児教育学科および児童教育学科の学生がサポートに入る形で「親子野球体験」を実施した。幼児期の子どもと保護者を対象とした第1部の

具体的な流れは以下の通りであった。第2部では対象を小学生として実施した。第2部の実施内容は第1部とほぼ同様であった。

(プロジェクト当日の主な流れ)

- 08:40 ライオンズスタッフ到着 ご挨拶、ユニフォーム着替え等
- 09:00 打ち合わせ、会場確認、準備
- 09:20 第1部開会式(5分) 講師およびスタッフ紹介、挨拶
- 09:25 準備体操(5分)
- 09:30 投げる・捕る実技(15分) 捕り方・投げ方、キャッチボール等 【写真7】
- 09:45 打つ実技(15分) 打ち方レクチャー、ティーバッティング等
- 10:00 休憩(5分)
- 10:05 簡易ゲーム(10分) 【写真8】
- 10:15 閉会式(5分) 講師挨拶、記念撮影(全体での集合写真)
- 10:20 第1部終了



写真7: 親子でキャッチの説明(ポイント)



写真8: 野球型ゲームを楽しむ子ども

2019年度のプロジェクトでは、学生はライオンズアカデミーコーチのサポート役として参加した。学生には、実習等であまり接する機会の少ない子ども(児童教育学科の学生は幼児、幼児教育学科の学生は児童)の姿に触れることで、幼少を通じた発達段階のなかでそれぞれの子どもの運動特性を捉えられるようになる(新たな視点の獲得)ことを特に意識して参加するように促した。

具体的に考えてもらいたい内容として以下の2点を明示し、プロジェクト参加学生の有意義な体験となるよう配慮した。

- ① 運動技能獲得の視点から考える野球型の遊びにおける幼児と小学生の経験の違い
 - ・「投げる動き」、「打つ動き」などの発達の特性(幼少の違い)はどうか?
 - ・「走りながら捕る」、「走りながら投げる」、「打って走る」、「捕って投げる」など運動の組み合わせや連続性の発達の特性(幼少の違い)はどうか?
- ② ゲームの視点から考える野球型の遊びにおける幼児と小学生の経験の違い
 - ・幼児や小学生はゲームの中で何を楽しんでいるのか?
幼児教育学科の学生は幼児が野球型ゲームを経験すること、児童教育学科の学生は小学生(特に低学年)が野球型ゲームを経験することで得られる楽しさについて、幼少の違いを考える。

2. 3. 2 親子野球体験プロジェクト2019を実施して

プロジェクト後の学生の感想より、「幼児と小学生の内容の違いを実際に体験し、発達段階に適した運動の重要性を感じた」、「環境設定では、子どもが思いっきり体を動かす事ができる空間や十分に繰り返して遊ぶことのできる時間配分などを考慮することが大切だと言うことを学ぶことができた」などの声が聞かれた。学生は、ライオンズスタッフが子どもに接する姿を間近で観察したり、親子でのボール遊びを共に体験しながら、野球型遊びの展開について実践的な知識を積み重ね

ることができた。一方、ライオンズスタッフからは、「学生が補助に入ってくれることでスムーズにプロジェクトを展開することができた」、「学生の子どもへの声かけの様子が参考になる（ライオンズスタッフが幼児とのやり取りに慣れていないため）」といった声が聞かれた。

親子野球体験プロジェクトの充実に向けて、学生の援助が一定の貢献をしていることを確認することはできたが、本学とのコラボレーションにより新しい価値が生まれる段階には至っていない。今後はより進んだ共創の在り方を検討していくことが本プロジェクトの課題となるであろう。具体的には、大学や学生の知的財産を活用することにより、「より幼児が楽しむことができるプログラムの検討」、「幼少連携を視野に入れたプログラムの発展」、「保護者や幼稚園教諭へのアプローチ」といった内容に向けて共創関係を育んでいくことができるのではないかと考えている。

3 地域町内会と大学生との共創プロジェクト

地域住民（本研究では地域町内会）の知的資源を地域住民（本研究では地域在住幼児）へ還元する過程（住民自身の手による地域活性化）において、幼児教育を専攻する大学生の経験や専門的知識を介入させることにより、新たな価値（幼児が楽しむことができる伝承遊び）の創造を試みた（地域と大学の共創）。【図1】

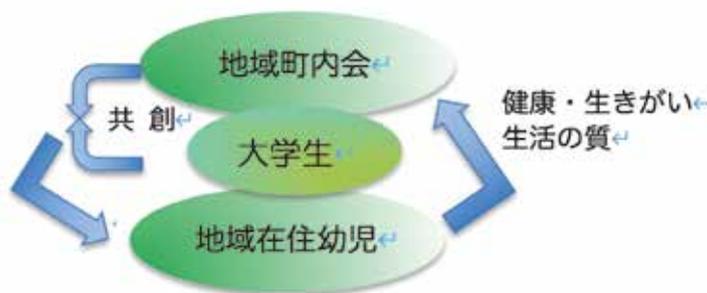


図1：プロジェクトによる循環型社会（地域活性）のイメージ

3.1 伝承遊びプロジェクト2019について

プロジェクト担当教員や本学学生が中心的な役割を担ってきたプロジェクトの在り方から脱却し、プロジェクト実施に地域関係者が中心的な役割を担う形態の在り方を検討することを目的として、伝承あそびプロジェクトを計画した。伝承遊びであれば、地域高齢者も比較的無理なく活動に協力してもらえるのではないかと考え、このテーマを選択した。具体的には、「コマ」、「竹馬」、「ゴム跳び」、「お手玉」、「おはじき」、「けん玉」、「凧あげ」を遊びの達人（地域高齢者）に教わるという形態で実施した。学生（幼児教育専攻の大学生）と地域高齢者との共創により、子どもの伝承遊び体験がより豊かに、そして楽しくなることを目指してプロジェクトを計画した。

3.2 伝承遊びプロジェクト2019の概要

- 1) プロジェクトの実施日時 2019年12月7日（火） 10:00-12:00
- 2) プロジェクトの対象 新座市近隣住民（幼児とその保護者）
- 3) プロジェクトの実施会場 十文字学園女子大学・メインアリーナ
- 4) プロジェクトの実施内容

① 地域町内会と学生の事前協議（2019年11月12日）

近隣地域の町内会会長に本プロジェクトの主旨を説明し、協力を依頼した。協力の申し出のあった地域高齢者7名、おもちゃコンサルタントの資格を持つ近隣NPO法人理事1名、学生15名、大学教職員3名の総計26名による伝承遊びプロジェクトの事前協議を行った。

事前協議では、7名の地域町内会協力者（全員高齢者）が子どもの頃に経験した伝承遊びを大学生に伝えてもらった。学生には、伝えられた遊びの内容を幼児がどのように楽しめるかについて考え、教材研究や援助法を考えることを課題として伝えた。

具体的な例としては、けん玉の達人（地域高齢者）からけん玉の手ほどきを受け、その経験をもとに幼児でも楽しむことができるけん玉の教材研究や遊び方を検討するといった姿が見られた【写真9】。

本プロジェクトでは、参加者の個別的自己^{注1}（自己中心的領域、局在的自己）が環境的自己^{注1}（場所的領域、普遍的自己）へと広がる機会が機能することで共創関係が豊かとなり、新たな価値の創造に結びつくものと考えた。また、地域町内会協力者及び大学生それぞれの個別的自己が環境的自己へと広がる経験を通して、地域町内会のメンバーには生きがいや生活の質の高まりを、学生には学びの広がりや深まりを感じてもらいたいという願いを込めて、プロジェクトを計画した。



写真9：学生が考案した
幼児用けん玉

② 伝承遊びプロジェクトの実施（2019年12月7日）

十文字学園女子大学アリーナを会場として伝承遊びプロジェクトを実施した。参加者は、地域町内会より7名、おもちゃコンサルタントの資格を持つ近隣NPO法人関係者1名、幼児とその保護者38名、大学生15名、担当教職員4名であり、参加者総数は65名となった。参加した幼児は、「コマ」、「竹馬」、「ゴム跳び」、「わらべうた」、「お手玉」、「おはじき」、「けん玉」、「凧あげ」等の伝承あそびを遊びの達人（おじいちゃん先生、おばあちゃん先生）と共に楽しみながら教わった【写真10、写真11】。



写真10：わらべ歌遊びを楽しむ子ども



写真11：けん玉を教わる子ども

3.3 伝承遊びプロジェクト2019を実施して

共創的關係をうまく機能させ、新たな価値の創造につなげるためには、プロジェクトに関係しているステークホルダー（本研究では、地域町内会と大学生）の特徴（お互いのストロングポイント及びウィークポイント等）をプロジェクトリーダーが整理し、各々に丁寧に伝えることが重要であると感じた。プロジェクトリーダーの重要な役割の一つは、ステークホルダーが互いの特徴や立ち位置への理解を深めることができるような工夫を施すことだといえるだろう。そのことが、「共創」の扉を開くために欠かせない要素であると考えられた。

本研究では、地域町内会の特徴（伝承遊びに関する豊かな経験と智慧を有している一方で、幼児への接し方、関わり方に慣れていない）と大学生の特徴（伝承遊びに関する経験や知識は乏しいが幼児への対応に関する専門的知識や経験を有している）をお互いに意識してもらうことで、共創関係を上手く築くことができた。

4 まとめ

「子ども元気プロジェクト」では、子育てをキーワードとした豊かな地域社会のあり方を一貫して検討してきた（2015～2019年度子ども元気プロジェクト）。数年間にわたりプロジェクトを展開する中で、「共創」という理念をベースとして、新たな価値を創造することの重要性に気づくことができた。「伝承遊びプロジェクト2019」では、地域住民（地域町内会）と学生（本学大学生）の共創

関係構築に向けて一定の成果を見いだすことができた。

「伝承遊びプロジェクト」では共創関係の深化に向けた検討を行うこと、「かけっこ忍者塾」、「造形ワークショッププロジェクト」、「親子野球体験プロジェクト」の3プロジェクトにおいては、「伝承遊びプロジェクト」の実践を通して得られた知見を活用し、各プロジェクトにおける共創関係の在り方を検討していくことが今後の課題である。

【注1】

大塚正之氏は、論文『「共創」とは何か』の中で「自己には、自己中心的領域（局在的自己）と場所的領域（普遍的自己）の2つの領域があり、場所的領域において個々人はつながっており、自他非分離的存在であることを明らかにする。そして両者の領域が相互誘導合致することによって共創がうまれる」という清水博東京大学名誉教授の考えを紹介している。「個別的自己」、「環境的自己」は、そこからヒントを得た筆者の造語である。

<引用・参考文献>

- 1) 近藤充夫, 1995, 『幼児のこころと運動 その発達と指導』教育出版.
- 2) 多田千尋, 2004, 『おばあちゃんは遊びの達人 三世代で楽しむ伝承遊び』ひかりのくに.
- 3) 多田千尋, 2004, 『おじいちゃんは遊びの名人 三世代で楽しむ伝承遊び』ひかりのくに.
- 4) 杉原隆, 2008, 『新版・運動指導の心理学』大修館書店.
- 5) 宮下充正, 2010, 『子どものときの運動が一生の身体をつくる』明和出版.
- 6) 宮丸凱史, 2011, 『子どもの運動・遊び・発達』学研教育みらい.
- 7) 内山節, 2012, 『内山節のローカリズム原論 新しい共同体をデザインする』一般社団法人農村漁村文化協会.
- 8) 秋田喜代美, 2017, 主体的な遊びを育てることの価値とアポリア, 発達, 150, pp18-22.
- 9) 河合雅司, 2017, 『未来の年表 人口減少日本でこれから起きること』講談社現代新書.
- 10) 大塚正之, 2019, 「共創」とは何か, 共創学, Vol11(1), 61-66.

地域との連携活動を通じた地場野菜の有効活用 ～野菜畑ドレッシング「にんじん畑」「ごぼう畑」「ブロッコリー畑」シリーズの完成～

Effective use of local vegetables through cooperation activity with region
～Vegetable field dressing "Carrot field" "burdock field" "broccoli field" series completed～

小林 三智子¹⁾ 曾矢 麻理子¹⁾ 竹田 健次²⁾ 生田目 公美枝³⁾ 小寺 勝行⁴⁾
Michiko KOBAYASHI Mariko SOYA Kenji TAKEDA Kimie NAMATAME Katsuyuki KODERA

1) 十文字学園女子大学・食物栄養学科 2) 株式会社 竹田商店 3) 新座市・市民生活部経済振興課
4) あさか野農業協同組合・JA 改革推進室

キーワード：地場野菜 ドレッシング 商品開発 産官学連携 地域活性化

要旨：本学は平成 26 年度に文部科学省の「地（知）の拠点整備事業」に採択され平成 30 年度までの 5 年間、この事業を通して自治体とともに地域社会と連携し、全学的に地域を志向とした教育・研究・地域貢献に取り組んできた。私の研究室も 5 年間地域志向教育研究プロジェクトの研究助成を受け、地産地消の商品開発を目指し、地場野菜を活用したドレッシングの開発・販売に取り組んだ。今年度は、COC 事業の中で完成した 2 種類の野菜畑ドレッシングに加え、3 種類目のドレッシングを開発し、野菜畑ドレッシングシリーズが完成したので、その内容を紹介させていただく。

1 はじめに

近年、道の駅やアンテナショップなどで、農産物を加工した地産地消商品を販売している様子が多く見受けられる。地産地消の取り組みは、食料自給率の向上に加え、6 次産業化にもつながり、農産物加工の成長が期待できる。農林水産省の報告によると、平成 27 年度の加工・直売所等の農業生産関連事業の年間総販売金額は、平成 26 年度に比べ、1,008 億円増加し、特に加工品においては 346 億円も前年度を上回っている¹⁾。このような動きから、消費者の食に対する安全、安心、また健康志向、地域志向への関心の高さが伺える。さらに、次世代を担う若手農業者からは、「農業関連事業で今後伸ばしていきたい方向」として、「農産物の加工・販売」との声が多く挙げられ²⁾、加工品への注目度が高いことがわかる。一方で、商品を開発する上でのノウハウや人材の不足も課題となっている。

また、大学が地域と関わり、産官学連携のプロジェクトを実施する動きが盛んである。多くの地域で、大学が知の拠点として機能し、地域のニーズと大学のシーズをマッチングさせ、地域の活性化を目的とした社会貢献が展開されている。

このような社会動向から、私の研究室でも本学の立地する新座市において、大学のシーズを活用した「地場野菜の加工食品の開発」に着手し、地域の活性化に貢献することを目指して活動した。本稿では、本取り組みにおいて得た、企画・開発から商品化までのプロセスと、参画した学生の社会人教育の側面からの考察、および、産官学連携事業を行う上での課題について触れる。

2 新座市の農業とドレッシング開発に至った経緯

本学の立地する新座市は東京都に隣接する都市農業地帯で農業の盛んな地域である。にんじん、ほうれん草、さといもを主要作物とし、耕作面積の大半をこの 3 つで占める。関東ローム層で覆われた水はけのよい土壌は根菜類を栽培するのに適しており、冬にんじんにおいては、国の指定産地に認定された³⁾一大生産地である。新座市内には 80 を超える農産物直売所があり、地域の方に新鮮な野菜を直売する地産地消の取り組みが盛んである。埼玉県においても、農産物直売所の年間総販売金額は全国 2 位であり⁴⁾、県内でも地産地消に積極的に取り組んでいるといえる。

新座市で収穫された農産物の大半は生鮮食品として販売され、加工食品の数は少ない。既に「にんじんうどん」や「にんじんこんにゃく」が商品化されているが、農産物の加工食品としての開発には展開の余地がある。そこで、新たな加工食品として調理の必要性がなく、簡単に使用でき、新座市の土産物になるような商品として「ドレッシング」に着目した。初年度（平成29年度）はドレッシングに用いる野菜は指定産地となっているにんじんを活用し、「にんじん畑ドレッシング」が完成した。翌年には、にんじんの朱色と対照的に映える色として、試行錯誤を繰り返し「ごぼう畑ドレッシング」が完成し、2種類のドレッシングを販売することができた。そして令和元年度はにんじんの朱色、ごぼうのアース色に映える緑色の「ブロッコリー畑ドレッシング」が完成した。

3 学生の取り組み

3.1 社会人基礎力の育成

食物栄養学科の学生は「食と栄養と健康の専門家」として管理栄養士職に就くことを目指している。卒業研究の一環として地場野菜を活用した加工食品の開発を研究している学生もおり、例年地域の催事にてレシピを提供している。ドレッシングの開発に産官学連携で取り組むことは、地域をフィールドとして今までの研究成果を実践し、専門的な知識を発揮できる貴重な契機となる。また、商品化するまでにはコンセプトの立案やターゲット層の選定、レシピの開発、ラベルデザインの考案、販売および普及活動などと、開発から流通までのプロセスを把握しておかなければならない。その工程の中で、直面した課題を解決する能力や、コミュニケーション能力が醸成され、学生にとって社会に出た時に必要なスキルとなる社会人基礎力の育成が期待できる。

3.2 農業体験

学生は月に一回ほど市内の農家にて農業体験を行い、農業を通して野菜の専門的な知識を得る機会とした。手作業で行う収穫は予想以上に重労働であり、「食と栄養と健康の専門家」を目指す学生にとって、食物の大切さを知る貴重な経験となった。収穫物は、傷の確認や大きさの選別などを行い、品質や規格の順守も体験を通して学ぶことができた。その他にも新座市の農業の歴史や特徴をはじめ、周年販売されている野菜の旬の時期、品種による調理用途の違い、野菜のおいしい食べ方など、野菜についての知識を農家の視点から教わった。また、本農家は学校給食にも地場野菜を供給しており、給食調理も担う管理栄養士として野菜の供給者の声を聴くことができた。



写真1 じゃがいもの収穫



写真2 にんじんを洗浄する



写真3 大根の加工

4 商品開発までの流れ

4.1 商品コンセプトの立案とターゲット層の選定

野菜畑ドレッシングの商品コンセプトは下図の通りである(図1)。ターゲット層、地域ニーズ、商品の特徴を決定し、継続して取り組めることもコンセプトに組み込んだ。子どものいる保護者をターゲット層に入れたのは、育児に忙しい保護者がドレッシングを活用することで料理の中ににんじんの栄養素を少しでも取り入れやすくなること、また野菜が苦手な子どもでも、ドレッシングを活用して食すことで克服のきっかけを作ることを目的にしたためである。

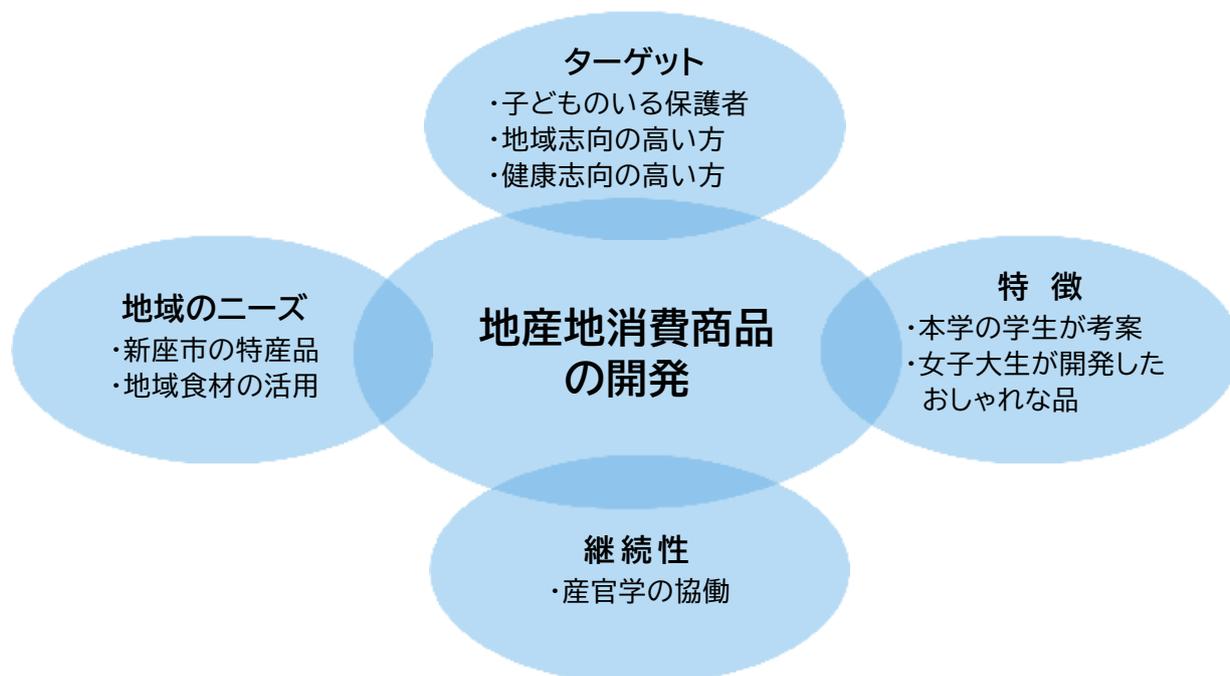


図1 商品コンセプト

4.2 ドレッシングのシリーズ化

「にんじん畑ドレッシング」は、平成29年度、30年度と継続して製造することができた。完売するまでに日数を要さなかったことから、地域のニーズに合致していると思われた。また、地域の方や販売者からドレッシングのシリーズ化を提案され、2品目として新座市のごぼうを活用した「ごぼう畑ドレッシング」の開発に着手し、平成31年1月に商品化に至った。平成31年度からは2種類のドレッシングが販売され、両ドレッシングともノンオイルドレッシングとして製造することとした。消費者の声からノンオイルドレッシングの要望が多くあったことを含め、近年注目されているえごまオイルやオリーブオイルなど、好みのオイルを使用してオリジナルのドレッシングをカスタマイズできるようにした。ノンオイルドレッシングにすることで汎用性が期待できる。そして、令和元年度は「ブロッコリー畑ドレッシング」を考案開発し、販売に至った。

先にも述べたが、にんじんの朱色、ごぼうのアース色に映える緑色のきれいな「野菜を食べているようなドレッシング」をコンセプトに、野菜量の多いドレッシングを試作した。緑色が最も生える食材として最初は「えだまめ」を選定した。調味料に関しては酢、油、砂糖、塩、醤油、本みりん等の配合割合を変えて試作を繰り返し、その都度開発している学生と嗜好調査を行った。しかし、ようやく配合割合と味が決定した段階で、このまま制作してもドレッシング1本の価格が「にんじん」「ごぼう」と比べて倍近くになることが判明した。また、えだまめを茹でて一粒ずつ取り出す作業に多くの時間と労力がかかることも問題となった。さらに、野菜畑ドレッシングシリーズのはずが、えだまめは分類上「豆類」に該当する食材であることも問題点として挙げられた。緑色の美しいえだまめドレッシングは、ほぼ完成の段階で振出しに戻った。

4. 2. 1 「ブロッコリー畑ドレッシング」の完成まで

第一候補であったえだまめドレッシングの製品化は難しいと結論が出てから、その後、新座産の緑色の野菜、果物に比べて多くの試作を繰り返した。ほうれん草、小松菜、キウイなど。その中で、新座市でも多く収穫され、コストがあまりかからず、廃棄部分が少ない等の点からブロッコリーを選択した。また、味の点でも最も相応しいということになった。

「ブロッコリー畑ドレッシング」配合割合については、23回に及ぶ試作・試食を重ねた。ブロッコリーの量、茹で時間、ミキサーにかける時間、酢の種類、量、その他材料の分量等検討を重ね、ようやく決定したのは11月に近かった。また、賞味期限や衛生面、製造の方法など、研究室では判断できない点に関しては、企業側から知見を得た。試作は少量で行っていたため、大量製造になると観点が変わってくることを2種類のドレッシング製造で学んでいたため、研究室と製造業者とで視点のすり合わせをし、商品化を進めた。ようやく完成したドレッシングだが、緑色のきれいなドレッシングを作る、という当初の目標に十分に答える色には仕上がらなかった点については、今後のさらなる検討が必要である。

4. 2. 2 「ブロッコリー畑ドレッシング」の商品アピールポイント

- ・フルーツイタリアン風のドレッシング
- ・レモン果汁、テーブルこしょうがアクセント
- ・ブロッコリーを約3割の配合でキープ
- ・茎まで使用しているため廃棄がほとんどない
- ・にんじん、ごぼうと並べた時に色合いの良い緑のドレッシング
- ・着色料・保存料不使用

4. 3 ラベルデザインと商品名の決定

女子大生が開発する商品として品の良さにこだわり、百貨店等でも取り扱えることを想定してラベルデザインの考案を行った。ラベルデザインは開発に携わった学生で原案を起こし、それを基にデザイン業者（事務所名：デザイン想）に依頼した。新座の特産品になることを意識して「新座」の文字をロゴマークに入れ、地産地消商品であることを強調した。ラベル裏面のQRコードからは大学のホームページにアクセスできるようになっており、本学の宣伝効果も付随させた。

4. 4 製造

それぞれの野菜の収穫期に合わせて、ブロッコリーは11月、ごぼうは12月、3月ににんじんを収穫し、ドレッシングへの加工を製造業者に依頼した。今年度はそれぞれ600本の製造をし、3種類の「野菜畑ドレッシング」シリーズが完成した。（株）丸広百貨店では、昨年度に続き中元用に5本セットで販売されている。その他、学内のフジショップやJAあさか野の新座農産物直売センター（とれたて畑）、新座市役所内のコンビニエンスストア等で販売されている。



写真4 「にんじん畑」と「ごぼう畑」ドレッシング



写真5 完成した
「ブロッコリー畑ドレッシング」

5 まとめ

5.1 地域のニーズ

本研究は、産官学が連携し、地産地消商品の商品化するという本学において初めての試みであった。商品化に至った3種類の「野菜畑ドレッシング」は、地域に十分需要があることが、店頭販売を通じた購入者の反応からわかった。この商品は地域の野菜で製造した地域志向商品であることをはじめ、企画から製造までのシナリオ、産直による鮮度の良さなど、付加価値が高い。また大学の食物栄養学科が開発したという経緯から信頼できる商品として認知されたものと思われる。この活動を通して、改めて消費者の食に対する関心の高さ、特に安全性への意識が高いことがわかった。本商品は市販のドレッシングに比べて価格が割高であったが、上記のような付加価値もあってか、価格への指摘はあまりなかった。当初は食育の観点から、子どもを持つ保護者をターゲットとしていたが、結果として年齢層の高い方の購入者が多い傾向にあった。商品の価格が割高であったことが子どもを持つ若年層の購入者が少なかった要因と考察するが、購入者の年齢層、商品を購入する際のポイント等の消費者ニーズを今後さらに調査する必要がある。

5.2 学生の教育的側面

学生は、本研究を通してプレ管理栄養士という立場で企業と接し、専門的知識を發揮しながらドレッシングの開発に積極的に参画することができた。大学で習得した知識や技術を、地域をフィールドとして実践できたことは、社会人基礎力を育成する側面からも大変成果のあるものであった。特に管理栄養士職に就いた時に必要なスキルとして問われるコミュニケーション能力は、企業との意見交換を重ねることで培われた。さらに農業体験を行ったことで食物を扱うことの大切さに気づき、「食と栄養と健康の専門家」としての自信の創出に繋がった。

5.3 大学と企業とのネットワーク

ドレッシングの商品化までには大学と製造会社、販売会社の三者を軸にして、その他、野菜を栽培する農家、野菜の一次加工をする企業とネットワークを組んだ。開発の面では、調味料の割合、試作、アンケート調査等を本学が、サンプルの作製等を企業がに行った(図2)。販売の面では、製造数の決定、販路の確保、販路の拡大等を本学が、商品の品質管理や販売促進を企業がに行った(図3)。

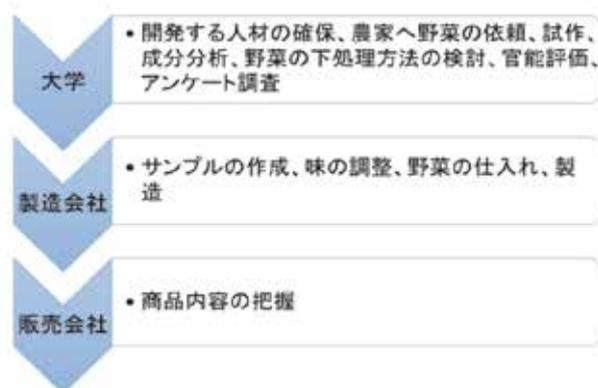


図2 開発の流れと担当項目



図3 販売に関する担当項目

大学側で行った研究は、知的資源として地域企業に還元し、開発のノウハウとして取り入れた。ブロッコリーのように下処理方法の違いによってドレッシングの色に大きな差がでるような商品は、本学で官能評価を行って嗜好調査をし、その結果から下処理の方法を決定した。大学側では、マーケティングに関しての知識が浅く、商品化から販売までを見通すことは困難であり、企業側から指導を受けた。このように大学の知的資源と企業のノウハウを合わせ、協働で取り組める体制を整えることが望ましいと思われた。

5.4 産官学連携

産として地域の製造会社、販売会社、官として新座市役所、学として大学が、各々「製造・販売」、「広報」、「開発・販路の確保・販路の拡大」を担当した。結果として、大学のみでは販路の確保が難しく、販売の規模は広がらなかった。このような小規模での展開を企業側から見解すると、経済効果の低さが取り組みに対する意欲の減退を招く恐れがあると思われた。地域の活性化にまで発展させるには、製造数や販路を増やし、企業や農家にとって経済効果のあるものにすることも重要である。今後このような産官学連携事業を地域において発展させるには、各々が事業内容を十分に理解し、「地域活性化」という目的の方向性を揃え、役割を認識しながら協働することが鍵となることを強調したい。地場野菜を活用する地産地消商品の開発は、食の安全と安心、農家の安定収入、さらには食料自給率の向上に繋がる今後の発展が見込める取り組みである。食のあり方が多様になった現在の食生活において、地域の食材を見直す意味でもスローフード運動として更なる展開をし、地域の活性化に繋げていきたい。

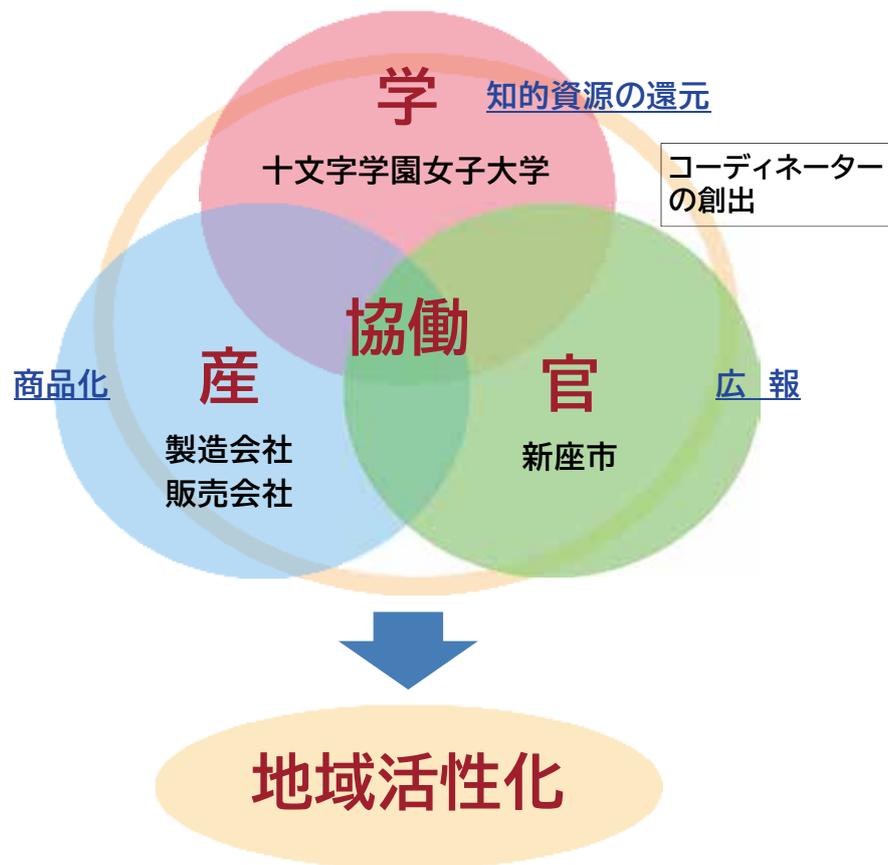


図4 産官学連携の取り組み

謝辞：野菜畑ドレッシングシリーズの完成には、須田健治客員教授ならびに地域連携推進センターの名塚清地域連携コーディネーターに大きなお力添えを頂きました。ここに心より御礼申し上げます。

注

- 1) 農林水産省, 2018, 『食料・農業・農村白書』, 日経印刷 p 101.
- 2) 農林水産省, 2018, 『食料・農業・農村白書』, 日経印刷 p 17.
- 3) 野菜指定産地告示, 平成 30 年 4 月 27 日農林水産省告示第 967 号.
- 4) 農林水産省, 2018, 『食料・農業・農村白書』, 日経印刷 p 103-104.

<参考文献>

- ・湖中齊・前田啓一・桑野博行編, 2005, 『多様化する中小企業ネットワーク 事業連携と地域産業へ再生』ナカニシヤ出版.
- ・山下慶洋, 2009, 地産地消の取り組みをめぐって, 立法と調査, 12, 299, pp67-75.
- ・関智宏, 2011, 『現代中小企業の発展プロセス サプライヤー関係・下請制・企業連携』ミネルヴァ書房.
- ・高垣行男, 2014, 経営学を通じた大学における地域連携の現状と課題, 駿河台大学経済研究所所報, 18, pp27-42.
- ・池田幸代, 小早川睦貴, 中尾宏, 2016, 大学の地域連携による学生教育の取り組みー地域資源を活用した商品開発プロジェクトー, 東京情報大学研究論集, 20, 1, pp1-13.
- ・山本俊一郎, 2017, 産官学連携事業における中小企業が抱える問題ー大阪市東淀川区を事例としてー, 大阪経大論集, 67, 6, pp95-108.
- ・飯塚重善, 2018, 大学教育における地域連携活動のあり方に関する一考察, 国際経営論集, 55, pp97-111.
- ・曾矢麻理子, 小林三智子, 2017, 地場野菜を活用した加工食品の開発ー新座産にんじんを用いたドレッシングの商品化ー, 十文字学園女子大学紀要, 48, 1, pp269-276.
- ・曾矢麻理子, 小林三智子, 2018, 産官学連携による地産地消商品の開発, New Food Industry, 60, 9, pp25-28.
- ・小林三智子, 2019, 地域との連携を通じた地場野菜の食品開発, アグリバイオ, 13, 1, pp32-35.
- ・農林水産省, 2018, 『食料・農業・農村白書』, 日経印刷.

<参考 URL>

- ・新座市ホームページ, 2014, にいざ農産物直売所発見マップ
<http://www.city.niiza.lg.jp/life/7/21/77/>

本学マスコットキャラクター「プラスちゃん」と共に成長する学生の軌跡 —活動を通して伸ばしたコンピテンシーに注目して—

What students have learned to do with “Plus-chan,” Jumonji’s mascot
—Focus on the growth of competencies through their 2019 activities—

星野 祐子¹⁾
Yuko HOSHINO

安達 一寿²⁾
Kazuhisa ADACHI

名塚 清³⁾
Kiyoshi NAZUKA

- 1) 十文字学園女子大学・文芸文化学科 2) 十文字学園女子大学・メディアコミュニケーション学科
3) 十文字学園女子大学・地域連携推進センター

キーワード：大学キャラクター マスコット 地域連携 コンピテンシー

要旨：「プラスちゃんくらぶ」は本学マスコットキャラクター「プラスちゃん」と共に地域活動に取り組む学内組織である。本稿では2020年3月に卒業した「プラスちゃんくらぶ」の卒業生と、在学生を対象にアンケートを行いコンピテンシーの伸長を分析した。分析の結果、在学生と4年間の活動を経て社会人となった卒業生では、活動を通して獲得したと考えるコンピテンシーに異なりがあることがわかった。具体的にみてみると、活動を経て伸ばした資質・能力として、在学生は「協働する力」、「情報を共有する力」、「実践する力」を挙げ、卒業生は「協働する力」、「他者を思う力」、「主体的に行動する力」を挙げた。この結果より、在学生は、活動を実践するうえで求められる具体的なスキルに成長を感じ、卒業生は、他者を慮りながら主体的に行動する点に成長を感じていることがわかった。さらに、活動を継続する理由に、在学生は「楽しさ」を挙げ、卒業生は「自分の好き（得意）を活かし、人の役に立つ」ことを挙げる。この結果からも、異なる立場の人と協働する「プラスちゃんくらぶ」の活動は、自己有用感を高め、他者との関係で自分の存在を考える契機を与えると結論づけられる。

1 はじめに

本学マスコットキャラクター「プラスちゃん」は2014年秋に誕生した。前年の2013年は「新語・流行語大賞」において「ご当地キャラ」トップテン入りを果たし、「ゆるキャラブーム」が最も盛り上がりを見せた頃だった。

2014年末にはプラスちゃんの活動を支える「プラスちゃんくらぶ」が発足し、2015年の2月には待望の着ぐるみが大学に届いた。「きよかわいくたくましく」がコンセプトの“しろくまの女の子”プラスちゃんをどのように活用したらよいただろうか——。まずは「プラスちゃんくらぶ」としての組織を作り始めるところから活動は始まった。

本稿では発足して5年を迎える「プラスちゃんくらぶ」の学生が、様々な活動の中で身に付いたと考える資質・能力を、アンケートにより明らかにする。

2 プラスちゃんくらぶ

「プラスちゃんくらぶ」とは、本学マスコットキャラクタープラスちゃんを支える学内組織である。「プラスちゃんくらぶ」の特徴は、その実施主体が授業でもサークルでも部活動でもない点にある。そのため、教職員と活動を共にする場面も多い。大学の広報に携わったり、大学に出演依頼があったイベントに参加・出展したりする。学生が企画・運営するイベントも多く「プラスちゃん」の元気で快活なイメージを大切に、地域に愛されることをモットーにしながら活動を行う。

続いて、「プラスちゃんくらぶ」の組織運営について述べる。「プラスちゃんくらぶ」には、「部長」「副部長」「学年代表」といった役職が置かれ、幹部メンバーの呼びかけによりミーティングが開か

れる。ミーティングは学園祭前やイベント前などに不定期に開催され、参加イベントの告知やプロジェクトの進捗状況報告の場となる。

基本的な活動は土日であり、活動のフィールドは新座・志木などの近隣市が多い。これまでの「プラスちゃんくらぶ」の活動については、星野（2019）に詳しい。

3 2019 年度の活動

2019 年度の活動は以下の通りである。大学に出演依頼があったイベントの他、学生発案の企画、メンバー同士の交流を目的としたイベントなど多岐にわたる。大学に出演依頼があったイベントは、着ぐるみのプラスちゃんが誕生した頃から継続して参加しているものも多く、恒例イベントとなっている。着ぐるみを出動させるほか、子ども向けの遊び場（「プラスちゃんランド」）を作ったり、イベントの司会を担当したりすることもある。

表 1 2019 年度の活動

実施日	イベント名	場所
2019/04/04	プラスちゃんシールを使ってオリジナルの鳥獣戯画を描いてみよう@SO-ZEMi	SO-ZEMi アフタースクール 所沢校
2019/04/06	さくらまつり黒目川ウォーキング	朝霞台駅～黒目川周辺
2019/04/09	「さいたま観光大使」村田綾さん来校	十文字学園女子大学
2019/04/10	十文字元気プロジェクト成果報告	十文字学園女子大学
2019/04/19・25 ・05/10	ボランティアセンター合同説明会	十文字学園女子大学
2019/05/29	新入生歓迎会	十文字学園女子大学
2019/06/02	むさとくフェスティバル	武蔵野徳洲会病院
2019/22・23	男女共生フォーラム 2019 プラザまつり	にいざほっとぶらざ
2019/07/11	ローソン十文字学園女子大学前店 開店記念	ローソン十文字学園女子大学前
2019/07/20	大江戸新座まつり	ふるさと新座館周辺
2019/08/03	子ども大学しき 入学式・はてな学	十文字学園女子大学
2019/08/05	子ども大学しき ふるさと学	志木市役所
2019/08/06	子ども大学しき 生き方学・修了式	いろは遊学館
2019/08/19～22	菅沢 ICT くらぶ	十文字学園女子大学
2019/09/14	新座市民総合大学 みんなで踊ろうダンスチャレンジ 2020（ダンスステージに参加）	立教大学
2019/09/22	認知症啓発イベント RUN 伴	志木市役所～朝霞の森
2019/09/28	プラスちゃんのプロモーションビデオ撮影	十文字学園女子大学
2019/10/10	プラスちゃん誕生日	十文字学園女子大学
2019/10/19	いろは遊学館まつり	いろは遊学館
2019/10/26・27	桐華祭	十文字学園女子大学
2019/11/03	チャリティー屋台村	三軒屋公園
2019/11/24	世界キャラクターさみっと in 羽生 2019	羽生水郷公園
2019/12/01	野火止用水せせらぎ祭	新座市役所
2019/12/21	志木瑞穂の森でのクリスマスイベント （FC 十文字 VENTUS の高齢者施設訪問に同行）	特別養護老人ホーム 志木瑞穂の森
2020/01/09	学生表彰式	十文字学園女子大学
2020/01/16	プラスちゃんくらぶメンバープチ交流会	十文字学園女子大学
2020/01/19	志木市庁舎さよならイベント	志木市役所
2020/02/01	ふるさと新座商店会チャリティーもちつき大会	ふるさと新座館

「プラスちゃんくらぶ」の活動は「できるひとが できるときに できることを できる範囲で」行う。そのため、一人ひとりの活動量や内容には幅がある。例えば、民間学童保育でのイベント（4月4日）は、学生の持ち込み企画であり、学生が先方と打ち合わせを重ね実現に至った。また、プラスちゃんのプロモーションビデオ撮影（9月28日）は、動画撮影に関心を持つ学生が企画、出演者・撮影補助者を募り、学内で実施した。



SO-ZEMI アフタースクール所沢校でのイベント



ダンスチャレンジ 2020 のステージに参加



プラスちゃんのPV撮影



野火止用水せせらぎ祭

このように、プラスちゃんを活用し、メンバーがチャレンジしてみたいことを自由に実施できるのが、「プラスちゃんくらぶ」の魅力である。その一方で、イベント参加のタイミングをつかめず、結局、辞めてしまう学生も中にはいる。組織が大きくなったから今だからこそ、コアメンバーとして積極的に活動する学生を支援しつつ、なかなか参加に至らない学生をサポートする仕組みを今後は考える必要がある。

4 学生の成長

2020年（2019年度）3月、「プラスちゃんくらぶ」の活動の幅を広げたメンバーが卒業を迎えた。2016年度に入学した彼女たちは、入学前からプラスちゃん存在を知っている初めての学年だった。入部の際「パンフレットでプラスちゃんを目にした」「オープンキャンパスで着ぐるみのプラスちゃんを見かけた」——そういうことを話してくれたメンバーもいた。

そんな彼女たちの頑張りともあって、「プラスちゃんくらぶ」は年々大きな組織となり、様々な学科・学年の学生が所属するようになった。毎年度、先輩に憧れて入部を決める学生もいる。思い起こせば、「プラスちゃんくらぶ」が発足した当初は、入部の動機に「プラスちゃんかわいい」「キャラクターが好き」というプラスちゃんの魅力を挙げる学生が多かった。今は「先輩たちの雰囲気がいい」「先輩が優しそう」など、メンバーの魅力を入部のきっかけに挙げる学生が多い。

「キャラクター」の魅力でつながる組織から「人」の魅力でつながる組織へ——。それでは、人としての魅力を備えた学生たちは、「プラスちゃんくらぶ」の活動で何を学んだのだろうか。

以下より、2019年度のふり返りを兼ねて実施した在学生アンケートと卒業生アンケートを手がかりに、「プラスちゃんくらぶ」での学生の成長を記述する。

4. 1 アンケートの概要

本学には学生が身に付けるべき資質・能力をはかる指標として「Jモデル」がある。「Jモデルベーシック」は全学共通の評価規準で、学問領域の異なりによらず、社会人として求められるコンピテンシーを示したものである。本学における「Jモデル」の活用については安達・星野（2017）を参照されたい。

「Jモデルベーシック」は「知的コンピテンシー」と「社会的コンピテンシー」に分かれ、今回のアンケートでは「社会的コンピテンシー」の項目を用いて、その伸長を尋ねた。

表2 Jモデルベーシック（社会的コンピテンシー）

領域	資質・能力	説明
対人領域	他者を思う力	自分と異なる立場や意見でも、共感し、受け入れることができる。
	話し合う力	話し合いの場や相手、目的を考慮しながら、自分の意見を述べ、話し合いを遂行することができる。
	協働する力	自分や周囲の役割を理解し、互いに力を貸して、連携・協力して物事を行うことができる。
	情報を共有する力	一緒に物事を進める人達と情報を共有する。
対自己領域	前を向く力	自分の気持ちを認識し、客観的に自分の言動をコントロールすることができる。
	自己を理解する力	他者と自己の違いを認め、自己の強みを認識するとともに、自分はやればできるという予測や確信を持つ。
	将来を設計する力	現状を把握し、選択基準としての就業観・勤労観を確立しつつ、将来を設計することができる。
	主体的に行動する力	自己の意志や判断において自ら進んで行動する。
対課題領域	目標を決める力	ゴールイメージを明確にし、目標を立てることができる。
	計画を立てる力	様々な角度から原因や要因を分析し、目標の実現や課題解決に向けての見通しを立てることができる。
	実践する力	自ら物事にとりかかり、実行に移すことができる。
	修正・改善する力	目標の実現や課題解決に向けての見通しを立て、状況をみながら、計画や行動を柔軟に変更することができる。

加えて、「プラスちゃんくらぶ」の活動を通して実感したことを尋ねた。具体的な項目は4. 3で述べる。これらの項目は活動継続の動機や活動のやりがいを探るために設定した。

回答者数は在学生24人、卒業生8人であった。アンケートの回答は学生の自主性に任せたため、本アンケートの結果が、「プラスちゃんくらぶ」に所属している学生の全体傾向であるとは言えない。活動に積極的に参加し、活動の魅力を感じている学生の傾向ということになる。

4. 2 社会的コンピテンシーの伸長について

「Jモデルベーシック」で挙げられている12の「資質・能力」について4件法でその伸長を尋ねた。4つの指標は、「すごく伸びた」(◎)「まあまあ伸びた」(○)「あまり伸びた実感がない」(△)「まったく伸びた実感がない」(×)である。表3では、「すごく伸びた」として選択された資質・能力から、上位3項目を強調して示す。

表3 社会的コンピテンシーの伸長について

資質・能力	在学生				卒業生			
	◎	○	△	×	◎	○	△	×
他者を思う力	5	17	2	0	5	3	0	0
話し合う力	5	17	2	0	3	4	1	0
協働する力	13	11	0	0	6	2	0	0
情報を共有する力	10	14	0	0	4	4	0	0
前を向く力	4	16	4	0	4	4	0	0
自己を理解する力	6	12	6	0	4	4	0	0
将来を設計する力	5	12	7	0	3	5	0	0
主体的に行動する力	6	15	3	0	6	2	0	0
目標を決める力	4	15	5	0	3	5	0	0
計画を立てる力	7	12	5	0	3	4	1	0
実践する力	11	11	2	0	3	5	0	0
修正・改善する力	5	13	6	0	2	6	0	0

在学生アンケートでは「協働する力」「情報を共有する力」「実践する力」の3つが、活動を通して「すごく伸びた」資質・能力として上位に選択された。卒業生アンケートでは「協働する力」「主体的に行動する力」「他者を思う力」の3つが上位に選択された。

在学生・卒業生共に、最も多くの回答者が伸長を感じているのが「協働する力」であった。「プラスちゃんくらぶ」の活動は、立場の異なる人や学内外の人と協働して活動を行うことが多い。イベントの企画・実施は一人では行えない。学生たちは様々なイベントを通して「協働する力」の伸長を感じていることがわかった。

それ以外に選択された資質・能力は、在学生と卒業生で違いが生じた。

在学生は「実践する力」「情報を共有する力」について力の伸長を感じているようだった。自由記述を参照すると「プラスちゃんくらぶ」のメンバー全員で参加した学園祭での経験を挙げている学生が多かった。今回の学園祭では、学科や学年が異なる学生がそれぞれ関心のあるプロジェクトに参加し、2か月ほどで展示や企画を準備した。その準備の過程で、プロジェクトメンバーで「情報を共有する」ことの必要性や、目標に向かって企画を遂行する、すなわち「実践する」ことの大切さを実感したのだと考えられる。

対して卒業生は「他者を思う力」と「主体的に行動する力」を上位に挙げた。今回アンケートに答えたメンバーは幹部メンバーとして活躍し、「プラスちゃんくらぶ」の運営にも力を注いだメンバーである。活動を共にする仲間に配慮したり、活動の場を提供してくださった地域や企業の方に感謝したり、期待に応えたりすることが、自然と身に付いたのだと推察される。「主体的に行動する力」は、「プラスちゃんくらぶ」を組織として成長させ、新しい試みに積極的に取り組んだメンバーだからこその回答であろう。

続いて、12の資質・能力の中で、特に伸長を感じた資質・能力を1つから3つの間で選択してもらった。結果は、以下の通りである。まず、在学生の結果を挙げる。



図1 12の資質・能力で伸長が感じられるもの（在学生）

それぞれの資質・能力について、4件法で尋ねた結果と同様に、「協働する力」「実践する力」が上位に挙げられた。続いて「他者を思う力」、「話し合う力」、「情報を共有する力」が続く。

ここでは、学生の自由記述を手がかりに、最も多く選ばれた「協働する力」に注目する。先にも述べたが、「プラスちゃんくらぶ」では、学生同士さらには立場の異なる人々と共に、イベントを企画・運営することが多い。学園祭では学生同士で企画を考え、地域イベントではイベント主催者と共にイベントを盛り上げる。こうした活動を通して、学生は「自分の良さを活かすこと」、「一緒に活動するメンバーの良さを活かすこと」、「困ったときは人に頼ること」を意識するようになる。ある学生は、1年間の活動を次のように振り返る。

「プラスちゃんくらぶ」に入るまでの自分は、自分一人で責任を負わなくてはならないと追い詰めてしまう部分があった。しかしこの「プラスちゃんくらぶ」には、学科を問わず先輩や同じ学年の学生が一体となって頑張ろうという気持ちが強くある。実際に、1年間の活動をまとめる「プラスレター」を作成する時も先輩方が「なにか困ったことがあったらいつでも言ってね」と声かけをして下さった。そのため、自分一人で抱え込まなくていいんだという安心感と、皆で目標に向かって支えあっていこうという思いが芽生えた。

「弱みがあってもいい」ということを肯定できるのは、困ったときに支え合える仲間がいてこそ、協働できる環境があってこそその気づきだろう。

また、ある学生はイベント参加の経験を次のように振り返る。

イベント参加時は、プラスちゃんくらぶのメンバーみんなが、イベントを盛り上げるために一丸となり活動しています。例えば、プラスちゃんが安全に通れるように周りに声をかけながらアテンドをする、来場者とプラスちゃんの写真を撮る、プラスちゃんの名刺を渡す、活動全体の写真を撮る、など、自分が、今、何ができるかを探し自ら行動するようになりました。また、周りの状況を確認しながら、メンバーで声をかけたりすることが、自然にできるようになりました。

そういった活動のなかで、自分の得意なこと何なのか、どんなことを楽しく感じるのか、自分のやりがいはどこにあるのか、といった自己分析もできました。

また、先生やプラスちゃんくらぶのメンバーは、ほめることがとても上手です。字がうまい、絵が上手、勉強していてえらい……など、なんでもほめてくれます!! それは、みんなが人をよく観察し、人のいいところを探すことが得意な人たちだからだと思います。多分、その力はプラスちゃんくらぶの活動のなかで培われたものだと思います。私は以前よりも自己肯定感が

上がり、ポジティブ思考になりました。プラスちゃんくらぶは、なんでも相談できる優しい先生や先輩方、同級生がいて心の拠り所となっています。

この学生の記述からは、協働を重ねることで、互いの良さを認め合い、自分の強みに気づき、自己肯定感が高まったことがわかる。さらに、自己と対話し、自身が心地よいと感じる環境の分析を「ほめ」という観点から分析している。教職員や先輩・同級生とつながりを持った彼女の生活は「プラスちゃんくらぶ」の活動以外にも、「プラス」の雰囲気満ちているのだろう。

次に卒業生の結果をみてみよう。

卒業生の回答者は8人と母数が少ないため、各資質・能力間の得点差が有意であるとは言い難いが、上位には「他者を思う力」、「協働する力」、「自己を理解する力」、「主体的に行動する力」が挙げられた。

ここでは、在学生アンケートでは上位に選択されなかった「自己を理解する力」と「主体的に行動する力」に注目してみよう。



図2 12の資質・能力で伸長が感じられるもの（卒業生）

「自己を理解する力」が上位に選ばれたのは、卒業時のアンケートであることが要因として考えられる。就職活動の前には誰もが自己分析に励む。「プラスちゃんくらぶ」の卒業生も、活動で培った資質・能力を、就職活動中に改めて意識するに至ったのだろう。ここで、「自己を理解する力」に関して、卒業生3人の所感を記述する。

自分が苦手なこと、得意なことを知ることができたから。何でも自分で解決しようとせず、他者に協力してもらうようになった。

メンバーそれぞれの個性や強みを活かし、協力して一つひとつのイベントに臨むことで、自己や他者を理解し、受け入れ、協働する力が自然と伸びた。

自分の得意なことを周りから評価してもらえたことで自信をもてるようになったから。私の場合は、子どもたちの活動を支えることが自分の思っていたよりできることを教えてもらった。また、自分が得意でないことも、得意な仲間にアドバイスをもらったり、頼ったりすることができたため。

活動を通して自己と他者を理解し、自身の内面的な成長に触れることができている。単に活動に取り組むだけでなく、活動から得た気づきを、自身の成長につなげて解釈する点に、彼女たちの内面的な成長、洞察力の高まりを捉えることができる。

続いて「主体的に行動する力」について取り上げる。「自己を理解する力」と同様、こちらも在学生アンケートでは、上位に選ばれた資質・能力ではなかった。アンケートに回答した卒業生は、「プラスちゃんくらぶ」の活動に積極的に取り組んだ学生たちであるので、このような結果になったのだと考えられる。ある学生の気づきを取り上げる。

プラスちゃんくらぶで活動をしていく上で最も大切なことは、主体性だと思っています。自分から行動に移さなければ、力を発揮するチャンスはなかなか来ません。私もプラスちゃんくらぶに入りたての頃は自分に何ができるのかわからず、活動は控えめでした。しかし、積極的に参加を続けているうちに、自分にできることが分かるようになりました。そのため、主体的に行動する力は特に伸びたと感じます。

「自分にできることがわかるからこそ、主体的に取り組める」という主張には納得感がある。自分が得意なことを認識しているからこそ、活躍の場を求めて、主体的に活動に取り組むことができるというのである。4年間の活動を通しての彼女の気づきは、在学生のさらなる成長を支援するうえで、非常に示唆的である。

以上、本学が学生に身に付けてほしいと考える12のコンピテンスから、特徴的なコンピテンスに言及した。

4.3 プラスちゃんくらぶの活動で実感したことについて

続いて、学生が「プラスちゃんくらぶ」の活動で実感したことについて述べる。ここで挙げた項目は、活動継続のモチベーションにつながると思われる内容である。選択数の上限はない。表4では、在学生・卒業生ともに最も多く選択された資質・能力を強調して示す。

表4 「プラスちゃんくらぶ」の活動で実感したこと

「プラスちゃんくらぶ」の活動で実感したこと	在学生	卒業生
人の役に立てた	15 (62.5%)	8 (100%)
好き(得意)なことを活かすことができた	8 (33.3%)	8 (100%)
新しいことに挑戦できた	15 (62.5%)	7 (87.5%)
新しい仲間や知り合いができた	15 (62.5%)	7 (87.5%)
楽しく活動することができた	19 (79.2%)	6 (75.0%)
就職活動で話せる(書ける)内容ができた	4 (16.7%)	6 (75.0%)
社会について知る機会になった	5 (20.8%)	7 (87.5%)
自信がつき、自己肯定感が高まった	7 (29.2%)	5 (62.5%)
自分の成長を感じることができた	10 (41.7%)	7 (87.5%)

在学生の8割弱が、「プラスちゃんくらぶ」の活動で実感したこととして「楽しく活動することができた」を挙げた。この結果から、活動を継続させる要因の一つに「楽しい」があることがわかる。4.2の結果と合わせて考えると、他者とゴールに向かって協働する過程に「楽しい」が加わるのが、活動の充実感・満足感につながっていくのだろう。

一方、卒業生全員が挙げたのは、「好き(得意)なことを活かすことができた」と「人の役に立てた」である。また、8名中7名の学生が「自分の成長を感じた」と回答した。在学生アンケートでは「好き(得意)なことを活かすことができた」と回答した学生が33.3%であるため、卒業生アンケートの結果とはかなりの差がある。この結果から考えられることは、「好き(得意)なこと」を単に趣味に終わらせず、地域や誰かのために活かせることが、活動の充実につながるということである。卒業生全員が「人の役に立てた」という実感が持てたのも、活動を通して自分の強みに気づき、その強みを様々な場で活かすことができたからにほかならない。

「プラスちゃんくらぶ」で多くのデザインを手がけた卒業生は、在学時のことを次のようにふり返る。

プラスちゃんくらぶに入っていなければ、自分の好きなこと(絵を描くこと)を知る人は少なかっただろうし、活かす場所も機会もなかったと思います。プラスちゃんくらぶのおかげで、

誰かのために絵を描き続けることができました。

「楽しい」活動から「自分の好き（得意）」を活かす活動へ——。「誰かのために絵を描き続ける」ことができた彼女のように、誰かのために自分を活かせる場を、一人ひとりの個性や得意なことを理解しながら、提供できたらと考える。

最後に、在学中に「プラスちゃんくらぶ」の部長を務めた卒業生のことばを載せる。

上級生は1人でも多くの後輩に声をかけ、その子の特技や魅力を引き出してほしいと思います。そして、「自分でも役に立てるんだ」と気付くことで、ひとりひとりが自覚を持って活動できるようになればいいなと思います。

学生同士でそれぞれの魅力を引き出すこと、先輩がロールモデルとなること、それが自然とできているのが「プラスちゃんくらぶ」である。そうした学生が集う場の魅力が、組織としての成長を支えているといえる。

5 まとめ

アンケートを通して明らかになったことは、在學生は「プラスちゃんくらぶ」の活動を「楽しい」と実感し、その活動を通じて得たものとして、社会人として求められるスキルである「協働する力」「情報を共有する力」「話し合う力」を挙げているという点である。対して卒業生は、自分の強みを活かし、誰かの役に立てたことに、活動の価値を見いだしている。社会や他者とのつながりの中で、「プラスちゃんくらぶ」における自分の存在を捉えているといってもよいだろう。

「プラスちゃんくらぶ」を巣立っていった卒業生は、それぞれの夢を叶え、今、社会で活躍している。学生時代に、多くの人と関わり、自己有用感を持てたということは、今、彼女たちの大きな支えになっているに違いない。

最後に、今後の課題を述べる。くり返しになるが、今回アンケートに答えた学生は「プラスちゃんくらぶ」の活動に前向きに取り組んだ学生であった。未回答者は「プラスちゃんくらぶ」に所属はしているものの、積極的な活動に至っていない学生が多い。また、入学当初、期待を胸に「プラスちゃんくらぶ」に所属したが、結局活動をせずに辞めていく学生も存在する。それは何が要因なのだろうか。「プラスちゃんくらぶ」をより開かれた組織としていくためにも、声をあげない消極的な学生の声に耳を傾けていくことが必要になる。

また、今回は、学生の活動状況や活動頻度を捨象し分析を行ったため、活動の参加度とコンピテンシーの伸長にある相関は明らかにできなかった。今後、アンケート数を増やすことで検証を試みたい。

さらに、ある特定学生の活動を通時的に追うことで、コンピテンシーの伸長に影響を与えた活動やタイミングにはどのようなものがあるか、学生本人の自他の捉え方、社会の見方がどのように変わったか、個に注目することでよりよいロールモデルを示したいと考える。

付記

本活動は、十文字学園女子大学地域連携共同研究所の研究費により実施した。「プラスちゃんくらぶ」の学生に活動の場を提供していただき、その成長を支援して下さった全ての方に感謝申し上げます。

<参考文献>

- ・安達一寿・星野祐子 (2018) 「自主社会活動における評価方法の検討と学生のコンピテンシー伸長の分析」『十文字学園女子大学紀要』48 十文字学園女子大学 pp. 203-212
- ・星野祐子 (2019) 「大学マスコットキャラクターを活用した地域連携活動」『地域志向教育研究プロジェクト 研究成果論文集 2014～2018』十文字学園女子大学 pp. 145-156

地域間連携に基づいた大学生による地域活動の展開

Development of local activities by university students based on regional cooperation

星野 敦子¹⁾
Atsuko HOSHINO

1) 十文字学園女子大学・児童教育学科

キーワード： 大学間連携 地域課題 地域間連携 被災地支援 地域貢献 学生参加

要旨：生活環境研究所は東日本大震災を契機として発足し、学生の積極的な参画により、8年間にわたり広域連携に基づいて意欲的な活動を展開している。COC事業採択以降は、「被災地支援」「環境・エネルギー問題」から、「地域課題解決」へと活動の軸が変化してきた。認知症支援活動である「RUN伴」などのように、社会的弱者に目を向けた取り組みも始まり、子どもたちを対象とした活動も強化されている。園田学園女子大学との中山間地における大学間連携活動は、体験や交流を通して地域貢献を行うことで、地域課題を共有できる手法としての有効性を示唆するものである。

1 はじめに

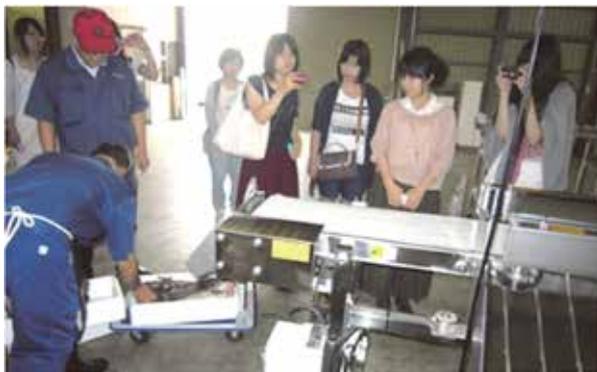
生活環境研究所は東日本大震災の被災地支援活動を契機に2012年に設立された。学生の参加を促進するために、地域連携ボランティアサークル「ゾウキリンくらぶ」を立ち上げたのもこの頃である。「ゾウキリンくらぶ」の学生を中心として活動の輪は多くの学生に広がっていった。

活動地域も、福島での支援活動から始まり、埼玉県内の中山間地、宮城、ネパールへと広がりを見せ、近年では兵庫県の中山間地での活動を展開している。また2014年に十文字学園女子大学が文部科学省「地（知）の拠点整備事業」（COC事業）に採択されたことを契機として、新座市を中心とする近隣地域での活動も活性化した。

本論文においては、生活環境研究所のこれまでの活動の経緯を概観するとともに、2019年度の活動実績を示し、活動における広域大学間交流の成果について検証する。

2 これまでの活動の経緯

図1は生活環境研究所のこれまでの活動経緯を示したものである。「被災地支援活動」としては、福島での観光復興支援活動を2年間、その後2014年から2017年の4年間は石巻での活動を継続して実施した。石巻では、石巻専修大学の学生と連携し、市場見学、勉強会、ワークショップなどを実施し、成果資料に基づいてイベントなどでの情報発信を行った。現在では「栄四丁目商店会さんま祭り」の支援を通して、活動を継続している。



石巻市場での見学とワークショップの様子（2015）

年	2012 H24	2013 H25	2014 H26	2015 H27	2016 H28	2017 H29	2018 H30	2019 R1	
被災地 支援 活動			石巻支援（海産物の安全性と産業復興）						
	福島支援 （観光・産業復興 双葉町）								
		朝日新聞社「緑のバトン」運動（被災地緑化活動）							
		ネパール コーヒー農家・学校支援活動							
		新座市栄4丁目商店会 さんま祭り支援（石巻支援）							
地域 連携 活動	埼玉県彩の国ロードサポート（近隣清掃活動）								
				さくらまつり 黒目川ウォーキング					
				男女共同参画まつり プラスカフェ					
			エネルギーに関する現地研修事業 幌延、六ヶ所村、浜松、福井、女川など					森の幼稚園ちろば（佐久穂町）	
			駅前クリーンキャンペーン （「新座市環境保全協力員の会」との連携活動） 新座駅前、志木駅前、東久留米駅前					兵庫県香美町での活動 （園田学園女子大学との連携）	
							Run伴（認知症支援）		
							炭火でおいしいクリスマス（子ども自然体験とプレーパーク）		
						沖縄県伊江島 西小学校との連携活動			
			ふるさと新座商店会・栄4丁目商店会 餅つきイベント支援活動						
		埼玉県ふるさと支援隊（中山間部支援活動）神川町・本庄市・小川町・皆野町							

図1 生活環境研究所の主な活動経緯（2012-2019）

東日本大震災の支援活動は、その後学生の環境やエネルギーの学びにつながり、地域の方たちとともに研修会を開催したり、北海道幌延、青森県六ヶ所村など全国各地での研修事業に展開した。

これらの活動と並行して、2013年から4年間、朝日新聞社主催の「緑のバトン運動」（被災地における緑化運動）に参加し、被災地の苗を育成するだけでなく、学生たちが現地で被災者の現状を学ぶとともに、植樹を行った。

増える緑 被災地支援を実感

苗木を育てる側も、思いを託す。
 十文字学園女子大学（埼玉県新座市）の学生37人が6月19日、仙台空港近くの宮城県岩沼市相野釜地区に到着した。津波で家屋も田畑も流され、いまは公園の「千年希望の丘」として整備が進む。同大では、学校で苗木を育て、被災地を訪ねて直接、自分たちの手で、植樹してきた。生活情報学科3年の南雲ひとみさん（20）は今回で3年連続の参加だ。「初めて来た時は緑がなくて、一面茶色という印象しかなかったけれど、年ごとに緑が増えている。被災地を支援できて

いることを実感できます」
 今年、植えたのはドウダンツツジやヤマボウシなど96本。児童教育学科2年の柳沢夏波さん（19）は「将来、震災を知らない子どもたちに、ここで震災の爪痕を見て感じたことや、緑のバトン運動のことを伝えたい」と話す。
 東海学園高校（名古屋市天白区）は3年続けて苗木を育ててきた。最初の年は30%ほど枯れてしまったが、今では1%にとどまるほど腕を上げたという。
 その苗木が植樹されたのも「千年希望の丘」。被災地を「目で見て、感じてほ



植樹をする十文字学園女子大の学生たち。宮城県岩沼市、朝日教之撮影

しい」との思いから、生徒代表を派遣してきた。7月の植樹会に参加した生徒会副会長で3年の佐藤和花さん（17）は「自分たちが育てた苗木が、東北の一部になると思うとすてき」と目を輝かせた。「これからは被災地のことを自分のこととして考えていきたい」

4年間にわたる「緑のバトン」運動を紹介する記事

朝日新聞（2016年7月25日 夕刊）

2013年には十文字学園女子大学において、学生や附属幼稚園の園児なども加わり、埼玉県加須市で避難生活を送っていた双葉町の方たちをお招きして「クリスマスロールフェス」が開催され、被災時の状況を直接お聞きするとともに、学生たちがロールケーキに応援メッセージを書き、双葉町の皆さんと心を合わせた。吹奏楽部やコーラス部の演奏や、児童教育学科の学生による「さつまいもプロジェクト」とのコラボレーションもあり、学生と被災者が一体となった活動となった。

ネパールにおいては、はじめは福島における有機農家さんとのコラボレーションとの関連で、学校支援とともに有機コーヒーを栽培する農村の支援を行い、スタディツアーなども開催した。その後2015年4月のネパール地震を機に、山間部にあり、支援の手がとどきにくい学校を対象とした支援を実施した。ネパールを支援する任意団体「ネクサスアライブ」と連携し、学校側の希望に沿う形で、制服の寄付や校庭における柵の設置などを行った。



双葉町支援 クリスマスロールフェス（2013）



ネパールの小学校での支援活動（2016）

「彩の国ロードサポート」は、「県管理道路（歩道部分）において、ボランティアで清掃美化活動を行う住民団体等を募集し、住民と行政が協力して、快適で美しい道路環境づくりを推進するとともに、道路愛護意識の向上を図る取組み」（埼玉県のホームページより引用）である。生活環境研究所の設立当初、学生から近隣住民とのコミュニケーションを図るきっかけとして、近隣清掃をしたらどうかという発案があり、これに賛同する学生が集まって「ゾウキリンくらぶ」が誕生した。「彩の国ロードサポート」には、2012年3月「十文字学園女子大学 ゾウキリンくらぶ」として正式に登録を行った。以来、現在に至るまで活動は継続されており、近年では地域志向科目の受講生も参加している。

『彩の国ロードサポートニュース 2012年秋冬号』（埼玉県、2012）では、「十文字学園女子大学 ゾウキリンくらぶ」が紹介されており、活動の成果として、「近隣の道路の清掃を通して、いつもお世話になっている町や近隣の方たちにすこしでも恩返しができればという思いで活動していますが、この思いが他の学生たちにもつながっていくことを期待しています。」という学生のコメントが紹介されている。

ロードサポートの活動は、近隣における清掃活動に展開し、「新座市環境保全協力員の会」との連携による「駅前クリーンキャンペーン」を2014年から2017年まで4年間継続して実施した。志木駅前（2014, 2017）、新座駅前（2015）、東久留米駅前（2016）において、数チームに分かれて、近隣のごみ拾いのほか、路上喫煙防止キャンペーンを行った。地域活動に初めて参加する学生も多く、地域とのつながりをつくる良いきっかけとなった。



志木駅前クリーンキャンペーン（2017）の様子



彩の国ロードサポートの御礼状

新座市内の商店会との連携活動も「生活環境研究所」の特徴の一つとなっている。新座駅前の店舗を中心として地域活動を展開している「ふるさと新座商店会」では、餅つきイベントを中心として、「秋の夕べ」「駅前イルミネーション事業」などで学生が積極的に参加している。毎年2月に開催される餅つきイベントには多数の学生が参加するほか、「ふるさと支援隊」活動との成果を発信する場にもなっている。

また、石巻支援を契機に連携がうまれた「栄四丁目商店会」では、「さんま祭り」「餅つきイベント」の支援を行っているだけでなく、「さくらまつり」の支援の一環として、新しいイベントである「さくらまつり 黒目川ウォーキング」の立ち上げを行った。これは「さくらまつり」の日に、朝霞台駅前から「さくらまつり」の会場である新座市「栄緑道」までの約6kmの川沿いの桜並木を歩くもので、第1回は学生が卒業研究として取り組んだものである。その後、新座市や朝霞市のご協力をいただき、2019年度までに5回連続で開催され、近年では毎年約200名の参加者がある。立ち上げ当初から埼玉県内の大学ボランティアサークルのつながりで、日本薬科大学のボランティアサークルの学生が協力するなど、学生間での連携も広がっている。



第4回さくらまつり
黒目川ウォーキング (2018) の様子



第5回 (2019) チラシ

3 2019年度の活動実績

生活環境研究所の2019年度の活動実績は以下の通りである。なお、「ふるさと支援隊」については、埼玉県のホームページに報告書(概要版)が掲載されるのでここでは割愛する。

- ①男女共同参画まつりにおける「プラスカフェ」の開催・運営 女性支援団体の支援活動等
男女共同社会を推進するために、新座市の依頼により「プラスカフェ」を開催し、女性支援団体「ほっとみんぐる」の活動支援を行った。地域関連授業を受講している学生や、本学マスコットを地域活動に活かす「プラスちゃんくらぶ」の学生が参加し地域の方との接点を持ち活動を支援した。
- ②「第5回さくらまつりウォーキング事業」の実施(黒目川流域の環境保全に関する情報発信活動)
黒目川沿いのウォーキングには約200名が参加した。また、スタートの朝霞台駅前やチェックポイントの畑中ホテル公園などで学生が地域の方と連携して運営を行った。ゴールではチームキャロットの方たちと学生が子どもたちの灯明のお絵かき活動を行った。
- ③石巻支援活動(さんままつり支援)
栄四丁目商店会主催の「さんま祭り」支援活動を通して、石巻支援を行った。学生約20名がさんまの提供、石巻の特産物の販売、募金活動などを行った。
- ④ふるさと新座商店会との連携による餅つきイベントの実施
地域関連授業を受講している学生が約30名参加して地域の方たちに向けてお餅、豚汁等の提供を行った。日頃利用している新座駅前の商店会であるが、学生はなじみがなく、商店会と共にふるさと新座館を知るよい機会となった。また、埼玉県中山間地域「ふるさと支援隊」の成果発表の場として、狩野浩二先生を中心に情報発信を行った。
- ⑤兵庫県香美町における小学生を対象とした体験学習
園田学園女子大学(兵庫県尼崎市)との連携により、中山間部である香美町において、小学生を対象とした絞り染め体験を星野ゼミの学生が実施した。参加者は約15名で、準備のために学生は絞り染めの講義を受けて小学生向けの教材を作成した。

⑥「RUN伴 2019 in 埼玉」の運営支援・参加

ユニバーサル社会に実現に向けた活動として、認知症の方たちと共にたすきをつなぐ企画で「SWAN地区（志木・和光・朝霞・新座）」のメンバーとしてゾウキリンくらぶの学生たち5人が参加した。認知症の方や立教大学の学生との交流も進み、認知症に対する理解を深めることができた。

【学生の感想】

- ・年が離れている方とのコミュニケーションのとり方が分からず初めは無言だった。運営メンバーが話を繋いでくれて、仕事歴の話ができて楽しかった。
- ・歩きながら色々と話せて楽しかった。後から、その方が認知症の当事者さんだったと聞いて、全くそんな感じがしなかったのが驚いた。
- ・認知症になると、すぐに忘れてしまったり、自分の意思を伝えられないというイメージがあったが、会話をしているうちにテニスをしていたという趣味の話ができたり、当事者さんたちとたくさん話げできた。認知症に対するイメージが変わり、考えが深まった。



十文字学園女子大学での中継



新座駅南口公園で十文字から立教大へ襷をつなぐ

⑦「炭火でおいしいクリスマス」の開催

子どもたちの体験活動を促進する目的で、雑木林での火おこし体験、炭火によるバウムクーヘンづくりを行った。各チームに学生が数名ずつ参加し、材料の計量から生地づくり、竹をつかって焼き上げる作業を協力し合いながら行うことでチームワークやコミュニケーション能力の向上が図られた。小学生、保護者など約50名が参加した。

⑧「森の食堂」の立ち上げ

子どもや高齢者など多世代の方たちの居場所づくり、フードロスの解消、子どもたちの遊び・体験を広げる場づくりなどをねらいとして、子ども食堂とプレーパークを併設した施設の立ち上げ準備を行った（コロナウイルスの影響でイベントは延期）。地域の子育て支援団体や、市民総合大学の修了生などと連携し、来年度以降の活動にむけての施設設備の充実、組織作りなどを行った。

⑨「森の幼稚園ちいろば」における調査

長野県佐久穂町にある「森の幼稚園ちいろば」で2日間の現場調査を行った。子どもたちと活動を共にする中で、言動を記録、分析を行った。

⑩沖縄県伊江島「西小学校」における出前授業の実施

2017年度より沖縄県伊江村立西小学校との交流が始まり、2018年度と2019年度には学生が出前授業を実施した。2019年度には8人の学生が「ピクトグラム」をテーマに5、6年生の児童約50名を対象として「総合的な学習の時間」における授業を実施した。の授業の様子は「琉球新報」にも掲載された。



琉球新報（2020年2月27日 朝刊）



伊江村立西小学校での授業の様子

4 広域大学間交流の成果

4.1 園田学園女子大学との連携協定

生活環境研究所においては、学生による「地域間交流」をひとつのテーマとして活動を展開してきた。これまでの活動における学生間の連携としては、「石巻支援活動」における石巻専修大学との連携、「さくらまつり黒目川ウォーキング」における日本薬科大学との連携、RUN伴における立教大学との連携などがあるが、いずれも「活動を共有する」レベルでの連携にとどまっている。

2018年8月1日、十文字学園女子大学（以下、十文字）は、園田学園女子大学・園田学園女子大学短期大学部（兵庫県尼崎市、川島明子学長）（以下、園田）と大学間連携に関する協定を締結した。園田学園女子大学とは、文部科学省「地（知）の拠点整備事業（COC事業）」に採択された女子大学として、2016年度以降、情報交換などを通して交流があった。十文字学園女子大学のホームページに示されている通り、連携分野としては、(1)教育研究の連携に関すること、(2)学生間の研修・交流に関すること、(3)教職員の研修（FD・SD等）の交流に関すること、(4)単位互換及び遠隔講義等に関すること、(5)大学間の交流、学術交流及び共同の教育研究活動の推進に関すること、(6)地域社会への貢献の推進に関すること、(7)その他大学間の交流等の連携に関することの7分野が挙げられている。

4.2 兵庫県における地域貢献活動

園田と十文字は、それぞれ2013年度と2014年度COC事業に採択された唯一の女子大学であることから、両大学の強味が地域貢献にあることは明らかである。そこで園田の大江先生のゼミと十文字の星野ゼミの交流を通して地域連携の推進を目的として連携活動を始めることとなった。

2018年度と2019年度の2年間、「兵庫県地域創生拠点形成支援事業（地域創生拠点を活用する他大学等の活動支援）」による補助金の交付を受け、「大学間連携による「+（プラス）キャンパス」街づくり」をテーマとして活動を行った。表1、表2は活動内容を示している。2018年度には、埼玉ふるさと支援隊の活動においても園田との連携を行い、本庄市児玉地区での活動や、神川でのルバーブ収穫、地方創生のためのワークなど、兵庫と埼玉の中山間地での活動のコラボレーションが実現した。

表 1 兵庫県地域創生拠点形成支援事業による活動（2018）

月 日	場 所	参加人数	実施内容
7月12日	園田学園女子大学	6人	埼玉県中山間地域における支援活動について
7月20日	十文字学園女子大学	9人	但馬地域の現状とこれまでの活動について
8月6日	園田学園女子大学大岡山グリーンキャンパス	14人	但馬地域の歴史に関する学習の振り返り、翌日の活動に関する打ち合わせ
8月7日	園田学園女子大学香美町サテライトスタジオ	20人	地域資源に関する勉強会、意見交換等
8月7日	香美町小代公民館	32人	ふるさとおもしろ塾（小学生を対象とした妖怪うちわと風鈴づくり）
2月11日	尼崎市丸橋公園	4人	雪まつり（香美町の雪）への参加
2月11日	園田学園女子大学	4人	香美町長、園田学園女子大学との意見交換会

表 2 兵庫県地域創生拠点形成支援事業による活動（2019）

月 日	場 所	参加人数	実施内容
7月24日	十文字学園女子大学	10人	但馬地域の現状とこれまでの活動についての事前学習会
8月8日	豊岡市日高町・大岡山グリーンキャンパス	17人	十文字学園女子大学と園田学園女子大学による地域資源に関する共同調査
8月9日	香美町小代 豊岡市日高町	17人	「ふるさとおもしろ塾」（絞り染めと船造り、川遊び等）実施、香美町サテライトスタジオで小代地区に関する勉強会、棚田、滝などの見学・調査、新谷地区交流センターでの情報交換、民泊
8月10日	香美町小代 豊岡市日高町	17人	新谷地区交流センターにおいて、地域活性化のためのワークショップ、発表会
8月19日	新座市	17人	十文字学園女子大学と園田学園女子大学による情報交換会、香美町での活動の振り返りと新座における活動計画の検討
8月20日	新座市	17人	「子ども大学にいざ」における十文字学園女子大学と園田学園女子大学による共同調査・活動



香美町小代公民館（2018）



神川町／ふるさと支援隊（2018）



本庄市（ふるさと支援隊）（2018）



香美町小代（2019）



香美町小代（2019）



香美町新谷地区交流センター（2019）



新座市十文字学園女子大学（子ども大学にいざ）（2019）

4. 3 活動の成果

兵庫県における活動について、1年目の活動に関する香美町による評価は以下の通りである。

「埼玉での中山間地域での支援活動で得たノウハウを用いて、園田学園女子大学との共同事業を実施することで実際に集落の住民との関係性を築くことが出来た事は大きく評価できる点であると考え。今後、取り組みをさらに深化し香美町の地域課題の解決について協働いただけることを期待する。」

2年目は、但馬北部地区における地域調査に基づき、民泊先での交流を通して地域活性化に向けてのワークショップに活かすことができた。「ふるさとおもしろ塾」では川沿いの施設という立地を活用し、船造りと絞り染めという水を生かした活動を行った。十文字学園女子大学の学生による「絞り染め」は我が国の伝統文化の伝承の意義もあり、子どもたちと共にふるさとの自然の中で活動することで、故郷を思う気持ちを育成することを狙いとしたものである。2年目は、学生たちが小代

地区において民泊を経験し、宿泊先の方たちとの交流により、地域に関する意識がより向上した。これらの活動を生かしてワークショップを行い、地域活性化に向けたアイデアの創出、地域の方たちとの情報の共有等を行うことができた。公民館を軸とした小学校との連携は、「ネットワーク型行政」（文部科学省生涯学習政策局社会教育課、2017）を実現するものであり、その意味でも有意義な活動であった。埼玉県における活動についても、体験や交流を通して地域課題を共有することで、その後のグループワークでの成果につながったことが明らかとなった。

5 まとめと今後の課題

東日本大震災を契機として設立された「生活環境研究所」は広域にわたる地域間交流を軸として、学生による多様な地域活動を展開してきた。2014年以降、COC事業採択後は活動の中心は「被災地支援」「環境・エネルギー問題」から、「地域課題解決」へと変化してきている。「RUN伴」活動や「子ども食堂」に対する取り組みに見られるように、社会的弱者に目を向けた取り組みも始まり、子どもたちを対象とした活動も強化されている。地域課題解決は限られた地域内だけではなく、地域間連携に基づいてノウハウはシーズを出し合いながら取り組むことが不可欠である。このような観点からも、大学間連携による取り組みの今後の展開に期待したい。

本活動は十文字学園女子大学地域連携共同研究所の研究費により実施した。

<参考文献>

- ・埼玉県、2012、『彩の国ロードサポートニュース 2012年秋冬号』
- ・文部科学省生涯学習政策局社会教育課、2017、公民館の現状と課題（過疎問題懇談会（平成29年10月2日）説明資料）
- ・星野敦子、2019、地域環境を生かした子どものための自然体験活動の実践と評価、十文字学園女子大学地域志向教育研究プロジェクト研究成果論文集、pp135-144
- ・星野敦子、2019、自然体験活動が子どもの表現力に与える影響について ―エピソード記述による分析を中心として―、児童教育実践研究 第12巻第1号、pp35-43
- ・星野敦子、2017、生活者視点からの環境教育と地域連携活動の融合、一般社団法人埼玉県環境検査研究協議会、環境ニュース Vol.154、pp2-5

地域人材育成と地域環境保全を目指したネットワークの構築

Construction of local network for human resource development
and the environmental conservation

星野 敦子¹⁾
Atsuko HOSHINO

星野 祐子²⁾
Yuko HOSHINO

名塚 清³⁾
Kiyoshi NAZUKA

佐藤 弘信⁴⁾
Hironobu SATO

1) 十文字学園女子大学・児童教育学科 2) 十文字学園女子大学・文芸文化学科
3) 十文字学園女子大学・地域連携推進センター 4) ふるさとの緑と野火止用水を育む会 会長

キーワード：野火止用水 雑木林 地域人材育成 環境保全 生涯学習 新座市民総合大学

要旨：「地域環境保全と地域の人材育成」目的として設立された人的ネットワーク「ふるさとの緑と野火止用水を育む会」(HUG ネット)は設立から5年が経過し現在も12団体と十文字学園女子大学、新座市が連携し、精力的に活動を継続している。「自然環境保全」「子どもの自然体験」「研修」「ホタル再生」の4つのプロジェクト方式をとることで、活動の継続性が保たれ、よりスムーズな活動運営が実現している。またメンバーの活動に対する主体性が高まり、当事者意識が強化されている点もあきらかになった。新たな人材の育成は大きな課題であるが、これについてもプロジェクト方式により活動に中心にかかわるメンバーを増やすことが可能となっている。一方で十分な情報発信ができず、メンバー以外の市民を巻き込んだ活動がほとんどできていない点が課題である。2019年度の研修事業では市民の参加があり、今後さらに展開していきたいと考えている。

1 はじめに

2015年3月に設立された「ふるさとの緑と野火止用水を育む会」(通称：HUG ネット)は、十文字学園女子大学が文部科学省「地(知)の拠点整備事業」(COC事業)に採択されたことを契機としてスタートした地域人材ネットワークである。十文字学園女子大学がプラットフォームとなり、「川爺」「新座市グリーンサポーター」「雑木の会」などの地域団体とそれらを支援する新座市の関係6課が、それまでは実現できなかった団体同士の横のつながりを作り、連携して地域課題解決に臨むという画期的な取り組みである。

「HUG ネット」では現在12の団体が活動を行っている。はじめは大学がリーダーシップをとっていたが、次第に市民メンバーの主体的な活動が進み、2016年度からは、プロジェクト方式によりさらに活動を活性化している。また一方では、大学における地域連携科目の受講生など、学生の活動への参画が促進されている。

本論文においては、2019年度におけるプロジェクト活動について報告するとともに、地域人材育成の観点からみた活動の成果を検証する。

2 プロジェクト活動の特徴

「HUG ネット」の設立経緯と組織としての特徴については、星野(2019, 2018, 2016, 2015)に詳しく述べられている。プロジェクトとしての活動がスタートしたのは設立から2年後の2016年である。プロジェクト方式を採用したねらいは以下の4点である。

- ①毎年継続的に実施する活動の成果を向上させる。
- ②プロジェクトリーダーや主担当となることで、メンバーの活動に対する主体性を高める。
- ③リーダーやサブリーダーが責任をもって人選を行い、活動に中心にかかわるメンバーを増やすことで、組織や活動に対する責任感を高める。
- ④HUG ネットの活動をプロジェクトで表すことにより、活動内容や組織の特徴に関する情報発信を活性化させる。

表 1 から表 4 は各プロジェクトの活動経緯を示している。

表 1 自然環境保全（A）プロジェクトの活動経緯

年	月	活動テーマ	内 容
2015	11	リーフレット作成	『ふるさとの緑と野火止用水を育む会（HUG ネット）』リーフレット作成
	11	樹木プレートの設置	野火止用水沿いの樹木の植生調査に基づいて 22 種類（うち 6 種類はオリジナル説明文）、計 32 枚の樹木プレートを「憩いの森」から「本多の森」の区間に設置 野火止小学校環境委員会の児童も参加
2016	2	環境資料作成	『森の四季だより』（雑木の会による）を冊子としてまとめ、市内の小学校等に配布
	8	野火止用水沿い環境整備	野火止用水沿いアジサイ剪定
	10	樹木マップ作成	植生調査の結果をまとめた『野火止用水樹木マップ』を作成
	11	樹木プレートの設置	野火止用水沿いの樹木の植生調査に基づき 25 枚のプレートを追加設置 野火止小学校の児童も参加
	12	市への樹木マップ寄贈	樹木マップを新座市に寄贈 <2017. 1. 16 朝日新聞に掲載>
2017	2	野火止用水ガイド	樹木マップ作成関係者が十文字学園女子大学学長に野火止用水を案内 → この成果が朗読詩「野火止用水の水と緑と」となる
	8	野火止用水沿い環境整備	アジサイその他常緑樹の剪定
	11	樹木プレートの設置	野火止用水沿いの樹木の植生調査に基づき 10 枚のプレートを追加設置
	11	児童の絵画展示への協力	市の事業である「未来に残したい野火止用水の風景」をテーマに児童が描いた絵画の野火止用水沿いでの展示、並びに各団体の賞の受賞作品の選定
2018	8	野火止用水沿い環境整備	アジサイその他常緑樹の剪定
	10	樹木マップ（改訂版）作成	現状調査に基づき『野火止用水樹木マップ』改訂版を作成
	11	樹木プレートの設置	野火止用水沿いの樹木の植生調査に基づき 10 枚のプレートを追加設置
	11	児童の絵画展示への協力	市の事業である「未来に残したい野火止用水の風景」をテーマに児童が描いた絵画の野火止用水沿いでの展示、並びに各団体の賞の受賞作品の選定
	12	野火止用水クリーンデー	東京都との連携に基づき「野火止用水クリーンデー」に参加
2019	1	雑木林整備	十文字学園女子大学に接続する新座市の雑木林（通称 プラスの森）の樹木伐採、整備
	8	野火止用水沿い環境整備	アジサイその他常緑樹の剪定
	11	児童の絵画展示への協力	市の事業である「未来に残したい野火止用水の風景」をテーマに児童が描いた絵画の野火止用水沿いでの展示、並びに各団体の賞の受賞作品の選定
2020	1	雑木林整備	十文字学園女子大学に接続する新座市の雑木林（通称 プラスの森）の樹木伐採、整備

表2 子どもの自然体験（B）プロジェクトの活動経緯

年	月	活動テーマ	内 容
2015	12	イベント参加	「野火止用水ご当地グルメゆるキャラ®フェスティバル」におけるミニクリスマスツリーづくりと魚の展示
2016	7	子ども自然体験学習	竹ざいくと森のぼうけん
	12	子ども自然体験学習	ミニ正月かざりと落ち葉さがし
2017	8	黒目川体験学習	川ガキの黒目川体験
	11	子ども自然体験学習	雑木林で炭焼き体験
2018	8	黒目川体験学習	川ガキの黒目川体験
	11	子ども自然体験学習	木の名札と竹パンづくり
2019	8	黒目川体験学習	川ガキの黒目川体験
	11	子ども自然体験学習	木の名札づくりと飯ごうごはんカレー

表3 研修（C）プロジェクトの活動経緯

年	月	活動テーマ	内 容
2015	11	バス研修	三島源兵衛川視察 三島大社
2016	11	バス研修	「富士山が創った大自然に学ぶ」 西湖コウモリ穴、クニマス展示館、樹海散歩、生物多様性センター
2017	10	研修会	「野火止用水の運用に係る歴史的、経済的産業活動について」 宮瀧 交二 大東文化大学教授 於：東北コミュニティセンター 「志木市東北部に展開された、野火止用水の痕跡を訪ねて」 NPO法人 エコシティ志木 代表理事 天田 眞 実際に野火止用水の跡を散策しながら、歴史的な展開や現状を詳細に学ぶ
2018	9	研修事業	「荒川治水の関する研修会」 荒川治水資料館と船による荒川下流域見学
2019	12	研修会	「埼玉県の河川について」「野火止用水の在り方」 金澤光先生（HUG ネット顧問、埼玉県魚類研究会主宰） 「野火止用水の水と緑と 一緒に歌おう！」 指導・演奏 久保田 葉子（児童教育学科専任講師） リード 児童教育学科学生 2名

表4 ホタル再生（D）プロジェクトの活動経緯

年	月	活動テーマ	内 容
2016	3	黒目川ウォーキング	「第2回さくらまつり 黒目川ウォーキング」チェックポイントの畑中ホテル公園でホタル育成状況やせせらぎの見学、説明
2017	4	黒目川ウォーキング	「第3回さくらまつり 黒目川ウォーキング」チェックポイントの畑中ホテル公園でホタル育成状況やせせらぎの見学、説明
2018	4	ホタル放流事業	西分、本多の森におけるホタル放流事業（ヘイケボタル1500匹）
	4	黒目川ウォーキング	「第4回さくらまつり 黒目川ウォーキング」チェックポイントの畑中ホテル公園でホタル育成状況やせせらぎの見学、説明
2019	4	ホタル放流事業	野火止用水公園、本多の森におけるホタル放流事業（ヘイケボタル1500匹） 野火止用水公園での開会式 並木新座市長による放流
	4	黒目川ウォーキング	「第5回さくらまつり 黒目川ウォーキング」チェックポイントの畑中ホテル公園でホタル育成状況やせせらぎの見学、説明

表1から4に示すとおり、各プロジェクトともに毎年継続的に事業を実施しており、メンバーの希望や状況に対応して内容や運営方法を工夫している。このような形で5年間にわたって、充実した内容で活動を継続していることは特筆すべきことである。

3 プロジェクト活動を支える組織

5年間にわたるHUGネットの活動は、ネットワークを構成する12団体、ならびにこれらを支援する新座市と十文字学園女子大学により運営されている。すべての活動にかかわり、HUGネットの中枢をなしているのが「川爺」と「新座市グリーンサポーター」である。

「川爺」はHUGネット設立の契機となった団体であり、「川爺」からの「多くの団体が活動しているが、横のつながりが全くない。なんとか団体同士のつながりを持ちたい」という思いにこたえる形でHUGネットが設立された。また「新座市グリーンサポーター」は、長年子どもの木工教室などを開催してきたが、「子どもたちにふるさとの自然と伝統を継承したい」という強い希望があり、積極的にHUGネット設立に協力してくれた団体である。各プロジェクトにおける12団体の関わりについては図1に示したとおりである。

①自然環境保護（A）プロジェクト

Aプロジェクト（自然環境保護）は、樹木プレートの設置や、そのための植生調査、また調査結果を生かすための樹木マップ作成など、HUGネット設立直後から行ってきた活動を引き継ぐ形で成立している。また、「アジサイ選定」などの野火止用水の環境整備については、「野火止用水美化・ピカ隊」が継続的に行ってきた活動であるが、これを支援する形で、市内の雑木林の保全活動を継続的に行っていた「雑木の会」「サンア〜ル'10」「新堀一丁目町内会」などが加わりHUGネットとしての活動がスタートした。また市内の児童が夏休みを利用して描いた絵画「未来に残したい野火止用水の風景」については、HUGネットの全団体が団体名を冠した賞をつくり、受賞作の選定ならびに展示の支援を行っている。このような経緯から多くの団体がAプロジェクトの運営に中心的に関わることとなった。

②子どもの自然体験（B）プロジェクト

Bプロジェクト（子どもの自然体験）は前述したとおり、「新座市グリーンサポーター」を中心に、子どもに向けた活動を活性化したいというメンバーによりスタートした。自然体験活動を企画する際には、「我が国の伝統文化や子どもにとってもふるさとを体感できること」が原則とされている。地域の雑木林を生かした活動に加え、地域の食材を生かした食事の提供の重要な要素となっている。調理等については「チームキャロット」の女性メンバー（栄養士含む）が主体となって活動している。毎回スタッフだけで約50名が参加し、多数のメンバーが支援する活動として定着している。参加する学生にとっても学びが多く、楽しい活動である。

また2017年からは「川爺」の念願であった「黒目川における魚とり体験」が始まった。この活動は、埼玉県環境科学国際センター（当時）の金澤光先生のご指導のもと、黒目川で子どもたちが魚とり体験をするとともに、水質検査や採取した魚の種類や特徴などを学ぶもので、「川爺」を中心とする多くの団体メンバーが参加している。また児童教育学科の1年生が毎年数名参加しているが、将来教員となる学生にとっては貴重な経験である。

③研修（C）プロジェクト

設立当初は組織としての一体感を醸成する目的もあり、バスを利用した他県での研修が中心であった。「新座市ボランティアガイド協会」、「川爺」などのメンバーが中心となって研修計画を立て、多くのメンバーが参加する中で、HUGネットとしての人的交流が促進されていった。2017年度には本来のテーマである「野火止用水」を対象として、普段あまり知ることのない暗渠となった部分にも目を向け、歴史的な経緯について学ぶ機会を得た。このころから、HUGネットとして研修を行うことの意義が明確になってきたように思う。この経験が2019年度の研修につながっている。

④ホテル再生（D）プロジェクト

4つのプロジェクトの中で、最も新しく設立されたものである。朝霞台の駅前からさくらまつり会場である「栄緑道」までの道のりを、桜を眺めながら歩くイベント「さくらまつり黒目川ウォーキング」（十文字学園女子大学生活環境研究所主催）において、チェックポイントをお願いしていた

「畑中ホタル愛好会」が2017年度よりHUGネットにあらたに加入し、2018年4月より野火止用水におけるホタル放流事業をHUGネットとして開始した。HUGネット設立当初からホタルの再生は主要な目標となっていたが、これを実現できたのは「畑中ホタル愛好会」の力である。現在では同団体と「川爺」が中心となって放流事業（放流、その後の観察、えさとなるカワニナの採取など）を行っている。

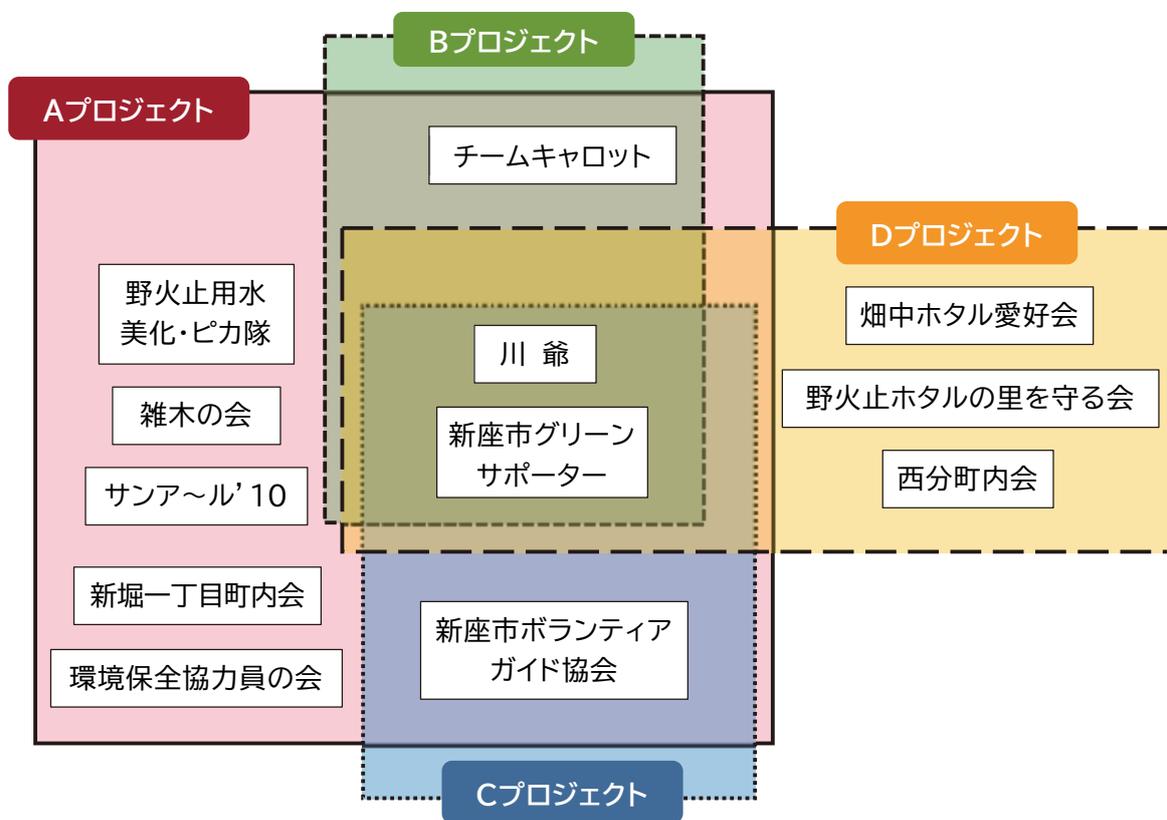


図1 HUGネットの所属団体とプロジェクトの関係

4 2019年度の各プロジェクトの活動

①自然環境保護（A）プロジェクト

例年行っている野火止用水周辺のアジサイの強剪定と植生の回復（外来種除去、常緑樹の除伐）では、新座市のシティプロモーション課の協力を受けて実施することができた。学生3名も参加した。また「プラスの森整備作業」においては大型の樹木を除いてほぼ伐採が終わり、当初の目的であった見通しのよさを得ることができた。「野火止用水沿い絵画展示」については、児童の作品の中から各団体が優秀賞、ならびに最優秀賞を選び、新座市生涯学習課により野火止用水沿いでの展示が実現した。

②子どもの自然体験（B）プロジェクト

8月には黒目川における「川がきの黒目川たんけん」を開催し、3年生から6年生の小学生26名、学生8名が参加した。実際に黒目川に入って網や投網による魚とり体験をした後、取った魚の種類や性質を学び、水質検査なども行った。活動（投網体験、魚さがしなど）には、小学生20人、学生8人が参加した。小学校教員など、子どもとかかわる仕事を目指す学生にとって、将来に向けてよい体験の機会となった。



11月には、本多児童センターにおいて「木の名札づくりと飯ごうごはんカレー」を開催した。どんぐりや松ぼっくりなど自然素材を利用して樹木プレートを作成し、近くの本多の森の木に設置する活動だが、天候の悪化で本多の森に行くことはできなかった。お昼には地域食材を生かしたカレーと飯盒で炊いたご飯を食べた。学生は子どもたちの支援をしたり、地域の方たちとカレーを作ったりと大活躍であった。小学生40人、学生25人、地域ボランティア30人が参加した。子どもたちは樹木プレートの製作だけでなく、本多の森にある樹木の特徴や名称を熱心に学んでいた。

参加した学生からは、以下のような感想があった。

- ・久しぶりに子どもとかかわることができてとても楽しかった。子どもたちとコミュニケーションがとれて、遊びに誘われてうれしかった。
- ・今回のボランティアでとても多くのことを学んだ。地域の自然を生かしたイベントであるのがとてもいいと思った。子どもとも大人の人とも交流ができ、たくさんの経験ができた。
- ・子どもたち一人ひとりの個性が木の名札に表れているのがすごいと思った。子どもをまとめるのが難しかった。
- ・担当した班には1年生から5年生までいて、道具の使い方や進度に差があったので対応が大変だった。小さい子どもに必要なことを伝えるのが難しかった。

秋のこどもわくわくデー
木の名札づくりと飯ごうごはんカレー
みんなで新座の秋を味わおう!

日時：令和元年11月24日(日) 9:30~14:45 **11/24(日) 9時半**
 対象：市内の小学生(40名) **児童センターへ集合**
 参加費：200円(保険料他)
 集合場所：新座市児童センター(本多)
 解散場所：新座市総合体育館 1F会議室

【プログラム】
 午前：自分だけの木の名札を作り、飯ごうでご飯をたこう!
 お昼：みんなで炊いたご飯でカレーをたべよう!
 午後：作った名札を持って、本多の森で木につけよう

募集開始：10月24日(木) 8時 募集締切：10月31日(木)
(8時前にメールやFAXを頂いても無効となります)

★申し込みはFAXまたはメールをお願いします。
 ★メールの場合申込書に記載の内容をメールに記入するか、申込書の画像を添付してください。
 ★参加が決まった場合は「参加のしおり」を送ります。定員になり次第締め切ります。

FAX: 048-477-0784 Email: chiiki@jmsjii-u.ac.jp お問い合わせ: 048-263-7573(星野)

ふりがな	性別	小学校	学年
参加児童氏名	男・女	小学校	年
ふりがな	二番に参加する児童の氏名(名前・学年・性別)		
保護者氏名			
連絡先	電話番号(当日連絡がとれるもの)	住所	
	〒	新座市	

主催：新座市児童センター・新座市総合体育館(社会福祉協議会) 協賛：新座市立図書館・新座市立図書館(社会福祉協議会) 協賛：新座市立図書館・新座市立図書館(社会福祉協議会) 協賛：新座市立図書館・新座市立図書館(社会福祉協議会)

- ・野火止用水について会の人が話をしているときに、子どもたちがすらすら答えたり、「知ってる」という反応をすることが多く驚いた。地元のことをよく知っているのはすごいと思った。
- ・今回初めてのボランティアで不安があったが、すぐに緊張がとけて子どもたちと話すのが楽しかった。子どもたちの話をしっかり聞くことができてよかった。
- ・子どもたちと鬼ごっこをしたとき、体力不足であまり走れなかったのが残念だった。これからも積極的にボランティアに参加していきたい。



③研修（C）プロジェクト

2019年度の研修会は、12月にHUGネットメンバーと地域の方たちを含めて約40名が参加して十文字学園女子大学において開催された。前半は「埼玉県の河川について」「野火止用水の在り方」の2つのテーマでHUGネットの顧問であり、埼玉県の魚研究の第一人者、金澤光先生（前埼玉県環境科学国際センター）による勉強会を行った。県内の河川全体の状況とその中における野火止用水の位置づけが明確になった。

後半は、「野火止の水と緑と一緒に歌おう！」と題して、十文字学園女子大学 横須賀薫前学長が作詩、児童教育学科の久保田葉子講師が作曲した、野火止用水をテーマとした合唱曲を共に歌うという研修を行った。これは多くのHUGネットのメンバーから熱望されていた企画であり、作曲を担当された久保田葉子先生から直接指導を受けることとなった。児童教育学科の学生2名がアシストに入り、難しく、長い楽曲の一部ではあるが、最後にはステージで自分の担当のセリフを入れながら全員で合唱することができた。参加者は「とても楽しかった」「こんな難しい曲を歌えるとは思わなかった」「野火止用水が美しく描かれていて詩に感動した」といった感想がきかれた。



④ホタル再生（D）プロジェクト

野火止用水でのホタルの放流 日時 4月27日(土) 10:00~11:00

野火止用水公園において並木新座市長を招いて開会式を行い、その後野火止用水公園と本多緑道(用水に入って放流)でホタルの幼虫(ヘイケボタル1,500匹)と餌となるカワニナを放流した。その後、5月から6月にかけて上陸・成虫羽化の点検を行った。野火止用水公園付近は水がかれてしまうこともあり、子どもが中に入って遊んでいることから上陸は見られなかった。本多緑道付近ならびに2018年に放流した西分集会所付近ではかなりの数の上陸が確認された。

2019年度は最も条件の良い西分での放流が、平林寺の環境調査への影響を配慮して中止されたため、野火止用水公園と本多緑道のみでの放流となった。



5 まとめと今後の課題

HUGネットにおけるプロジェクト活動の成果を検証すると以下の3点が明らかとなった。

- ①毎年継続的に実施する活動については、プロジェクト方式をとることで活動の継続性が保たれ、メンバーの入れ替えなどがあってもほとんど影響を受けずに実施できている。また前年の反省に基づき、課題を改善する方向で実施できている。
- ②プロジェクトリーダーや主担当となることで、メンバーの活動に対する主体性が高まり、当事者意識が強化されている。
- ③リーダーやサブリーダーが責任をもって人選を行い、活動に中心にかかわるメンバーを増やすことで、組織や活動に対する責任感を高めることができた。

一方、活動内容や組織の特徴に関する情報発信を活性化させることについては、いまだ十分とは言えない。2019年度の研修については、HUGネット以外の市民の参加もあり、市民を巻き込んだ活動を展開することができたが、今後はSNSなどを活用した情報発信についても取り組み、広く活動や組織に関する情報を発信していきたい。

本活動は十文字学園女子大学地域連携共同研究所の研究費により実施した。

<参考文献>

- ・星野敦子、2019、地域環境を生かした子どものための自然体験活動の実践と評価、十文字学園女子大学地域志向教育研究プロジェクト研究成果論文集、pp135-144
- ・星野敦子、2018、新座市における地域人材育成のための生涯学習制度と地域ボランティアの展開、十文字学園女子大学紀要 48-1、pp255-268
- ・星野敦子、2016、新座市における大学との協働による人材育成—地域に貢献する人材を育てる—、産学官連携ジャーナル Vol.12No. 2、pp20-22
- ・星野敦子、2015、大学と行政の連携による地域人材育成制度の評価、地域活性学会第7回研究大会年会論文集、pp219-222
- ・内閣府経済社会総合研究所(2016)「大学等の知と人材を活用した持続可能な地方の創生に関する研究会報告書」、研究会報告書等 No. 74
- ・生涯学習審議会(1999)「学習の成果を幅広く生かす—生涯学習の成果を生かすための方策について—(答申)」

音楽による地域文化の活性化 —表現力と企画力を兼ね備えた学生を地域で育てる十文字学園女子大学の実践から—

A Teaching and Practice Report on Regional Music-Activities of Jumonji University
Regional Cooperations enrich the Culture and educate Students
with Expression and Planning Ability

久保田 葉子¹⁾
Yoko KUBOTA

狩野 浩二¹⁾
Koji KARINO

棚谷 祐一²⁾
Yuichi TANAYA

久保 裕子³⁾
Yuko KUBO

1) 十文字学園女子大学・児童教育学科 2) 十文字学園女子大学・メディアコミュニケーション学科

3) 十文字学園女子大学・学生支援課

キーワード：地域 音楽 教育 表現 教師

要旨：十文字学園女子大学児童教育学科の学生は、埼玉県新座市と和光市において地域連携による音楽活動を経験することによって将来、教師として児童の前に立つ時に必要となる声や身体による表現力を磨くだけでなく、教材としての作品を解釈し、来場者と協働的に表現するための環境づくりや企画制作の方法を学んだ。大学生が児童の反応や考えを予測しながら演目や構成を考え、地域の様々な職種の専門家に企画の提案をしながら実践的に学ぶことは、「児童」「教師」「音楽家」「コーディネーター」それぞれの願いや目標を理解し、地域社会との連携及び協働、学校間の連携や交流を図ることのできる教員を養成することにつながる。

1 はじめに

十文字学園女子大学は、2014（平成 26）年から 2018（平成 30）年まで文部科学省「地（知）の拠点整備事業」（以下「COC 事業」）に採択され、全学的に地域を志向した教育・研究・社会貢献を進めてきた。久保田・狩野・棚谷・久保は、「ふるさと新座館ホール活性化事業」を企画し、クラシック音楽の演奏と学生による総合表現の発表や、地域の歴史や自然をテーマとした作品づくりを通して、教師を目指す学生の表現力及び指導力の向上と地域文化の創造・活性化を目指して「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」を開催した。本企画「音楽による地域文化の活性化」は、新座市の公共ホールを舞台に行われた教育・地域貢献活動を継続するだけでなく、そこで得た経験をさらに広いエリアに広げて展開するものである。

十文字学園女子大学と公益財団法人和光市文化振興公社（以下「公社」）は、包括的な連携のもと、相互が有する資源や人材を活用し、地域芸術の発展や地域住民の生涯学習ニーズに資する活動を行うことで地域社会の発展に寄与することを目的として、2016（平成 28）年に相互協力協定を締結した。和光市には公共ホールである和光市民文化センター「サンアゼリア」があり、多彩な文化プログラムが展開され、地域の文化と教育の核となっている。公社はサンアゼリアの指定管理者であり、地域の子供から大人まで幅広い年代の人に働きかける魅力的な企画を提供するだけでなく、教育にも力を入れている。そこで、音楽や児童の表現活動に関心を持った学生が集まっている児童教育学科の音楽ゼミ（担当教員：久保田葉子）と公社が協働プログラムを立ち上げるようになった。学生は一年を通して公社の職員である塚田美穂氏をはじめ地域の方の支援を受けながら、児童を対象としたコンサートの実施に必要な企画制作の基礎を学び、地域の子供が主体的に参加できるプログラム構成や環境づくりを学ぶ計画であった。

1. 1 「地（知）の拠点整備事業」（COC 事業）の企画内容と精神を継続する視点

「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」（COC 事業）は、新座市の公共ホール「ふるさと新座館ホール」を会場に、本学と新座市教育委員会の共催で 4 年間継続して開催された。来場者数は、のべ 755

名で、プログラムは、第一部に久保田葉子とプロの演奏家による様々な編成のクラシック音楽の演奏、第二部には学生による朗読・歌唱・身体表現からなる総合表現の発表と、学生と来場者が共に手話ソングを歌って交流する形の2部構成で開催された。学生の総合表現のために、地域をテーマにした台本があれば、より本学の学生と教職員が地域の歴史や人から学び、地域とのつながりを考えながら表現活動に取り組めるのではないかという考えから、2016(平成28)年には新座に伝わる民話「妙音沢」を再構成して、音楽を学生が考えて創作・演奏した(台本:久保裕子)。その翌年には、地域で長年にわたり自然を守るボランティア活動を展開している「ふるさとの緑と野火止用水を育む会(HUG ネット)」の関係者から野火止用水の歴史と活動について話を聞き現地を案内して頂くなどの協力を得て、ピアノ伴奏による朗読と歌唱のための構成詩「野火止の水と緑と」(作詩:横須賀薫、作曲:久保田葉子)が創作され、活動を始めた当初は想像もしなかった形で地域をテーマにした表現活動が実現することになった。一度舞台を経験した学生は翌年には後輩を指導するなど、経験を惜しみなく後輩につないで協力する姿が見られ、そのことが企画を継続する力となっていった。「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」が続いたのは、教職員と学生が地域から学ぶ姿勢を持ち続けたこと、地域で活動する意思を持ち大学の課外活動に自主的に参加する学生たちが存在したこと、そして、新座市教育委員会をはじめ地域の方からの支援を得られたことが理由である。地域連携共同研究所「音楽による地域文化の活性化」の枠組みにおいてこの活動を継続するにあたり、これまでも実践してきたように地域に根差した大学の一員として主体的・創造的に地域文化にかかわること、表現活動を通して学生が持っている美しさや自ら伸びようとする力を発揮できるように、学び合いの過程を大切に教育にあたることをCOC事業の精神として継続することを決めた。

1. 2 児童教育学科音楽ゼミの学生が主体となる教育の場としての視点

本学の児童教育学科では、小学校教諭、特別支援学校教諭、幼稚園教諭、中等学校・高等学校教諭(英語)の免許状を取得することができ、学生は複数の免許種の取得に向けて学修する中で、学校種間の接続期の指導に関心を高めたり、特別な支援を必要とする児童一人ひとりに合った指導法を考えたりしながら学びを深めている。また1年次から学校インターンシップに参加するため、知識と実践の往還によって、自ら高めるべき資質・能力を自覚しながら主体的に学んでいる。3年次から始まるゼミを選択するにあたり、音楽表現を専門とする久保田のゼミには音楽や表現することが好きな学生7名が集まった。家族や友人と「バリアフリー音楽会」を継続的に開催している学生、バレエで舞台に立っている学生、音楽大学に進学するか迷っていたが教職を目指すことにした学生、楽器の演奏だけでなく音楽会のプロデュースにも関心のある学生、ダンスや合唱が好きな学生の強みを生かして、児童と音楽を通して交流する機会を持ち、教材研究や行事の企画立案など、教師となった時に活かされる経験が得られるのではないかと考えた。大学と相互協力協定を結んでいる公社に相談し、事業係の塚田氏をはじめ関係者の皆様に年間を通して学生の教育に協力して頂けることになった。

2 活動内容

2019(令和元)年度には、新座市、和光市と連携したコンサートを開催した。新座市ではふるさと新座館ホールにて主に大人を対象とした公演を、和光市では「和光市中央学童クラブ放課後コンサート」として小学生を対象とした交流プログラムを行った。2020(令和2)年3月31日に予定していた、和光市民文化センター「サンアゼリア」小ホールにおける児童を対象とした参加型コンサート「音楽のたから箱を開けよう」は、新型コロナウイルスの影響により中止となった。新座市、和光市との連携により実現した活動の概要は以下のとおりである。

2. 1 「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」(新座市)

「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」は5回目の開催である。これまでと同様、新座市教育委員会と本学が主催し、新座市、新座市文化協会より後援を頂いた。チラシ作成についても前年度までと同様、本学メディアコミュニケーション学科の川瀬基寛教授のゼミ生がコンペ形式でデザインに取り組み、COC事業からの継続性を表現しながらも、より一層、学生の姿を前面に出すデザイ

ン案で選ばれ、川瀬教授の指導の下、チラシを見る人の立場になって細やかな修正を重ね、最後まで丁寧に仕上げた。共演者として、二期会のメゾ・ソプラノ歌手、北澤幸氏が参加し、歌い継ぎたい名曲をテーマに、教科書に掲載されている曲や世界の民謡などを多彩な表現と温かみのある美しい歌声で披露した。

学生による総合表現の発表では、「利根川」（作詩：斎藤喜博、作曲：近藤幹雄）と、手話ソング「小さな世界」が選ばれた。本学児童教育学科には、「表現活動（基礎）」「表現活動（応用）」という授業があり（担当教員：狩野浩二、久保田葉子）、教員を目指す学生が教壇に立つ際に必要となる表現力を磨き、声や身体を使った表現活動の指導法についても学んでいる。今回のコンサートでは、前期に「表現活動（基礎）」を履修した1年生の中から公演の参加者を公募し、8名が課外活動として練習を重ね、コンサートに出演した。また、舞台には立たなかったが、公演に必要な準備に協力したいと申し出た1年生が著作権に関する確認等を担当し、当日配布のパンフレットに児童教育学科の特色を紹介する文章を執筆した。他にも、昨年度「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」に出演した2年生の中から4名がリハーサルと本番に立ち合い、公演スタッフとしても活躍した。彼女たちは客席から学生の立ち居振る舞いがどう見えているのかを後輩に説明し、一人ひとりが堂々と自分を表現できるように励まし、発声や意識の持ち方について自分の経験を語るなどして、指導者の役割を立派に果たしていた。朗読に関しては共同研究者である狩野浩二と久保裕子が授業や職務以外の時間帯に学生の練習に立ち合い、学生がより一層、自信と向上心を持って取り組めるよう指導した。

コンサート会場では、日頃の練習と同じように発声・表現をするだけでなく、会場の残響や空間を意識して客席の最後列まで声を届け、作品の内容を伝える技術が必要となる。このように、「非日常」の場でも最大限、自己表現できるようになるためには、大きな舞台などで人に見て頂く経験を積むことが有効であり、経験を重ねるうちに自分自身の表現を客観視できるようになり、表現したい内容のイメージを見失うことなく、環境に合わせた臨機応変な対応ができるようになるものであるが、ホールでの音響の捉え方、声の響かせ方については、本学メディアコミュニケーション学科の棚谷祐一、公演のピアノ調律を担当した青木正人氏から助言を得て、大いに助けられた。総合表現「利根川」の発表では、ふるさと新座館ホールの曾山一峰氏（舞台・音響）、土田洋子氏（照明）が、リハーサルの間に作品の流れや場面ごとの内容を把握し、学生の意見を尊重しながら照明による演出を工夫してくださり、見る人が景色や物語を想像するのを舞台技術の側からも支えた。

企画段階からの助言、新座市との連携、HPへの情報掲載、チラシや印刷物の校正、申し込みフォームの設定、公演当日の記録、来場者のご案内などは、共同研究者である棚谷祐一に加えて、本学メディアコミュニケーション学科の石野榮一教授、地域連携推進センターの名塚清氏、広報課の原一彰氏、地域連携推進課をはじめ学内の教職員から協力を得た。学生は、一つの公演を迎えるまでに多くの方が専門知識を生かして惜しみなく協力してくださったことに感謝しつつ練習を重ね、自分自身を互いに見せるようになり、学びをより豊かなものにしていった。

公演の曲目は以下のとおりである。

【世界の歌】

- | | |
|---------|------------------------------------|
| 野薔薇 | ゲーテ 詩／シューベルト 曲 |
| 帰れソレントへ | G.B. デ・クルティス 詩／芙龍明子 訳／E. デ・クルティス 曲 |
| 夢路より | フォスター 詩・曲／津川主一 訳／H. フレイ 編曲 |
| 赤いやねの家 | 織田ゆり子 詩／上柴はじめ 曲 |



公演チラシ

【バルトーク作曲「子供のために 第1巻」より】（ピアノ・ソロ）

- No. 21 酔っぱらいの歌
- No. 26 (いとしい君よ、来ておくれ)
- No. 30 ひやかし歌
- No. 18 兵士の歌
- No. 1 遊んでいる子供たち

【滝廉太郎作曲 組曲「四季」】

- 花 武島又次郎 詩／滝廉太郎 曲
- 納涼 東くめ 詩／滝廉太郎 曲
- 月(秋の月) 滝廉太郎 詩／滝廉太郎 曲／山田耕筰 編曲
- 雪 中村秋香 詩／滝廉太郎 曲

【バルトーク作曲「子供のために 第2巻」より】（ピアノ・ソロ）

- No. 26 農夫の縦笛
- No. 30 バグパイプⅡ
- No. 36-37 ラブソディ

【サウンドオブミュージックより】

- サウンドオブミュージック ハーマスタイン2世 詩／藤井多恵子 日本語詩／ロジャース 曲
- エーデルワイス ハーマスタイン2世 詩／藤井多恵子 日本語詩／ロジャース 曲
- 私のお気に入り ハーマスタイン2世 詩／藤井多恵子 日本語詩／ロジャース 曲

~~~~休憩~~~~

- 総合表現「利根川」 斎藤喜博 詩／近藤幹雄 曲
- 手話ソング「小さな世界」 R.M. シャーマン 詩／若谷和子 日本語詩／R.B. シャーマン 曲
- 空と海 金子みすゞ 詩／錦織大祐 曲
- Stand Alone 小山薫堂 詩／久石譲 曲



北澤幸氏（右）・久保田葉子



総合表現「利根川」よりワルツの表現



手話ソング「小さな世界」を学生が指導



コンサートのフィナーレ

## 2. 2 公益財団法人和光市文化振興公社との協働プログラム

和光市の公共ホール「和光市民文化センターサンアゼリア小ホール」を会場に、子ども（未就学児～小学校3年生）を対象としたコンサートの開催を計画した。内容は、本学児童教育学科の音楽ゼミ3年生7名の話し合いの結果、児童が参加できる歌、ジャズダンス、絵本と音楽のコラボレーション、曲当てクイズ、児童と一緒に踊り交流する企画を提案した。来場した児童が歌や踊りで参加できるためにはどのように選曲・構成し、話しかけたらよいのかを話し合う中で、視覚的にも分かりやすいようにパネルを作成するなどの案も次々と浮かび、できるだけ臨機応変に対応できるよう児童の反応を予想しながら練習を重ねていった。企画書やチラシは学生が作成し、学外の方に活動の目的や企画内容、段取り等を説明する機会も頂いた。年間を通して公社の塚田氏のアドバイスを得ながら、学生が企画制作の知識をつけ、様々な人と協働したプロデュースを現場で体験する計画であった。公演に先立ち、和光市内の学童クラブへのアウトリーチコンサートと、J:COM「デイリーニュース（練馬・新座・和光）」（2019年11月22日）への出演も実現した。学外の協力者への連絡は学生の代表が担当し、公社やホール舞台技師との打ち合わせにも学生の代表が出向いて自分たちが挑戦したい内容や具体的な希望を言葉で伝え、実現に向けて主体的に動くことができた。

### 【年間活動スケジュール】

- 2019年 4月16日 ゼミ3年生7名の顔合わせ  
5月14日 和光市民文化センター「サンアゼリア」の会場見学、関係者との顔合わせ  
5月～6月 子どもを対象としたコンサートの曲目案を含む企画書の作成と共催・後援依頼  
5月～7月 資料収集、役割分担と練習、パネル作成等  
9月30日 和光市中央学童クラブの会場見学、関係者との打ち合わせ  
10月21日 公社との打ち合わせ  
10月21日 和光市中央学童クラブで放課後コンサートの実施  
10月29日 学童クラブ放課後コンサートの振り返り  
11月19日 J:COMによる取材  
11月22日 「デイリーニュース（練馬・新座・和光）」にて練習風景と公演内容が放映される
- 2020年 1月初旬 公共ホールにおけるコンサート「音楽のたから箱を開けよう」のチラシ完成、宣伝開始、申し込み受付開始  
2月中旬 進行、照明、SAに依頼する仕事内容の検討  
2月26日 舞台技師との打ち合わせ、ホール事務室での手続き  
3月10日 新型コロナウイルスの影響によりコンサートの開催中止決定、HP等での告知  
3月中旬 公演中止に伴う手続き、申し込み者への連絡等  
3月～4月 企画全体の振り返り

### 【「音楽のたから箱を開けよう」で予定されたプログラム】

- ① オープニング「ドレミの歌」R. ロジャース 作曲/ O. ハーマスタインⅡ世 作詞/ペギー葉山 日本語詞
- ② 「Oh Happy Day」（映画「天使にラブ・ソングを2」より）E. ホーキング作曲/架我主門 日本語詞
- ③ 「カントリーロード」J. テンバー 作曲/鈴木麻実子 日本語詞
- ④ ジャズダンスの世界～「A Whole New World」ディズニー「アラジン」より
- ⑤ 絵本と音楽の世界～「みにくいアヒルの子」アンデルセン童話より
- ⑥ 曲当てクイズ&クラリネットによる演奏
- ⑦ みんなで踊ろう「パプリカ」米津玄師 作曲/作詞

## 3 活動の成果

ここでは、新座市と和光市で開催されたコンサート及び学生による準備等を含めた一連の活動を、連携市の活動ごとに振り返る。新座市における「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」は来場者のアンケート結果や学生による公演後の活動をもとに、和光市の「学童クラブ放課後コンサート」は参加した学生の振り返りをもとに活動の成果について述べる。

### 3. 1 「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」(新座市)

2019年10月5日(土)にふるさと新座館ホールにて開催された「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」には184名の来場があった。プロのオペラ歌手である北澤幸氏による教科書に載っている歌い継ぎたい名曲の演奏、久保田葉子のピアノ独奏による民謡からインスピレーションを得たピアノ曲、学生による朗読、歌唱、スピーチ、学生と会場の来場者が一緒に歌う手話ソング、スタッフとして参加した2年生の会場での動きについて、104通のアンケート回答があり、温かい励ましと継続を望む声を頂いた。その中でも学生の発表については以下のような評価を得た。

#### 【来場者によるアンケート結果より】

- ・「利根川」「小さな世界」どちらの曲も情景が表現されており、感動しました。
- ・とても良かったです。日本ではいろいろなことが起きて暗くなっていましたが、希望を持って大丈夫かなと思えました。
- ・総合表現の分野の深さに感動しています。手話ソングは毎年楽しいです。
- ・学生たちが1人1人自分の長所を生かしてのびのびと表現していてとても良かったです。手話も一緒にできて楽しかったです。
- ・一生懸命練習したんでしょうね。みんなで頑張って発表できたこと、とても素晴らしいと思いました。にこやかで、そして真剣で、その歌詩・詩の世界をわかろうと努力したそのひたむきさがにじみでていました。とても素敵でした。手話ソング、上手です。教え方も上手です。楽しく取り組みました。
- ・大学1年の学生の表現力に驚きました。素晴らしかったです。感動しました。手話もゆっくりわかりやすく教えてくれたので、楽しく歌いながらできました。来年も楽しみです。
- ・「利根川」朗読も歌も、情景にあわせた表現を堂々とされていて、詩が眼前に浮かび上がるようでした。「小さな世界」解説も丁寧でニコニコと楽しそうに歌っていて、こちらもとても楽しくなりました。
- ・とても素敵でした！1人1人いろいろな宝石の原石を感じました。
- ・心あたたまりました。「表現して伝える」学生さんたちの取り組みを知る事が出来てとても良かったです。毎年演ってほしいです。
- ・利根川はずっと続いてほしいと感じました。手話は会場の皆と一緒に難しかったけど楽しかったです。
- ・利根川の朗読が声がよく通り感情表現もとてもよかったと思います。
- ・会場全体でひとつになれた感じがします。

出演した学生は、一人ひとりが歌やスピーチを堂々と披露し、スケールの大きい表現で「利根川」と共に生きた人の命や自然の姿を謳い上げた。手話ソングでは来場者との対話を楽しむ余裕を見せていた。来場者の温かい拍手とステージ上での仲間の表現に鼓舞されて、全員が内面からあふれ出る美しさと力強さを発揮した。学内で公演後に行われた振り返りの会では、会場では離れたところでそれぞれの仕事をしていたためその場では共有できなかった気づきや、人に助けられて今後見習いたいと思ったことなどを口頭で発表し、映像を見ながら自分と仲間の成長を喜んだ。また、後に続く後輩のために時間をかけて「運営マニュアル」を作成した。1年生は出演者でもあったため、舞台にいる間に起こったロビーや客席での動きや来場者への配慮については2年生と職員にインタビューを行い、仕上げていった。それは、時系列に沿って備品等の準備、会場の配置図や貼り紙の位置と目的、来場者にやさしい受付・誘導の気配りについて、写真と文章で詳細に記録するものであり、まだ会ったことのない後輩が自分たちと同じように公共ホールにおける表現活動に挑戦する時に見たら参考になるようにとの願いが随所にあふれる、もう一つの作品であった。運営の詳細を文書化するにあたり、助言と緻密な校正で地域連携推進課の職員が協力した。本企画で、学生が将来教職に就いた時に必要となる表現力や、一つの舞台を通して教え教えられながら他者と協働的に作品を仕上げていく力を身に着けたこと、そして様々な専門分野の人の協力があって初めて企画が

実現することを、学生が対話を通して自覚できたことが成果である。地域の方には、学生が言葉と音楽に真剣に向き合い、詩に描かれた情景をイメージして表現する姿と、朗読・歌唱・身体表現・ピアノ伴奏から成る「総合表現」というジャンルを紹介することができた。手話ソングでは学生の指導の下、来場者にも参加してもらい、音楽でつながる瞬間を共有した。

### 3. 2 公益財団法人和光市文化振興公社との協働プログラム

本学児童教育学科の3年生7名が、音楽を通して子どもと関わり、共に表現することを楽しみ、将来教員として必要になる表現力や子どもへの理解を深めるだけでなく、地域の様々な専門家のアドバイスを頂きながらプロデュース力を磨くことを目指して活動した。一年間を通して公社の協力を得て、学童クラブでのアウトリーチコンサートの実施、テレビニュースへの出演、公共ホールでのコンサート企画を経験した。3つの活動の成果について述べる。

#### ○「中央学童クラブ放課後コンサート～十文字のお姉さんと音楽で遊ぼう！！～」2019年10月21日

3月末に予定していたコンサート「音楽のたから箱を開けよう」には、会場で初めて会う子どもたちと対話し、交互に歌う曲や、踊りを指導してから全員で一緒に踊る場面があり、学生は児童との協働的・即興的な表現を成功させることを目指していた。公演は70分ほどの長さがあり、まずはもう少し短いプログラムで「協働的」な表現活動を体験し、自分たちの予想した子どもの姿と実際の子どもの反応どれほど違うのか知り、そこから学んでさらに対話力を磨きたいと考えた。公社の助言を得て社会福祉法人和光市社会福祉協議会に相談し、和光市の学童クラブを紹介して頂けることになり、この企画が実現した。学生の代表と教員が事前に打ち合わせに伺い、学童クラブの児童の学年（年齢）や日頃の様子、日課の中でどのように組み込んで頂けるか、最も動きやすく安全な配置にするための工夫など細部を確認した。学生と児童は瞬間的に打ち解けて、子どもの反応を「見る」こと、児童の言葉をよく聞いて「対話する」ことについては大きな手ごたえを得ることができた。一方で、踊りで子ども同士がぶつからないように前に立つ時は動きを反転させる必要があるのではないかという気づきや、もっと練習して歌唱力をつけるべきという課題が学生からあがった。新座市の「ふるさとにいぎ♣️オータムコンサート」に出演した1年生が細やかな気配りで機材の操作などで活躍し、久保田は合唱曲の伴奏や、ダンス指導の際の音楽を担当した。

#### ○J:COM「デイリーニュース（練馬・新座・和光）」（2019年11月22日放映）

ゼミの授業風景を取材して頂いた。学童クラブアウトリーチコンサートで歌やダンスを経験していたため、この日は、絵本と音楽のコラボレーション「みにくいあひるの子」について、音はどの楽器でどの場面に入れるのか、具体的な意見交換がなされていた。みにくいあひるの子がいじめられるシーンの兄弟たちの言葉や態度、鉄砲の音などをピアノで即興的に入れ、イメージの確認をしていった。既存のピアノ曲も朗読と合わせていった。

映像の使用については、早い段階から学生が出版社に著作権使用について問い合わせを行っており、スクリーンに映し出せるように整理された映像を朗読に合わせてコマ送りしつつ、見る人が集中して物語に入り込めるためにさらに工夫すべき点を挙げていった。学生はインタビューに出演する機会も頂き、「音楽のたから箱を開けよう」の公演の聴きどころを語った。取材には協働主催者である公社より塚田氏が参加し、協働プログラムの目的、相互協力協定の下に行う事業の理念を説明した。一年間を通して塚田氏より大学のゼミ生へ補助や助言を頂くことで事業が前進していき、学生は学内だけでは知る事ができなかった規模と深さで企画に必要な「考え方」を学び、様々な職種の人と連携することで活動の幅が広がることを知った。

#### ○「音楽のたから箱をあけよう」2020年3月31日(火)和光市民文化センター「サンアゼリア」小ホール（新型コロナウイルスの影響により公演中止）

来場する子どもたちが歌や踊りで参加して楽しめるように、学生は児童の姿や反応を予測しながらプログラムを選んだ。子どもとの距離を縮めて「協働的に」表現できるための環境づくり—自分たちの立ち位置、客席の座席の配置、話し方、歌う際に説明的にならずに合図を送る身体の使い方、パネルを用いた視覚的な工夫—について議論し、準備を重ねていった。このことにより、後述の学生の振り返りにもある通り、プログラムの完成度を高めるだけでなく、自分たちが大切に仕上げ

きた曲の内容を児童に伝える方法を工夫するようになり、どうしたら子どもの心に響くのかを真剣に考えることにつながった。学生自身が自身の立ち居振る舞いを客観視すること、児童の反応や考えを予想し、予想通りに展開しなかった場合にどうするかを含めて考えておくこと、児童が音楽の魅力を感じたらそれを表すことができるような双方向の対話が存在すること、教材として力を持つ作品を学生が探して児童への届け方を考えること。これは学生が教職に就いた時に日々直面する、授業の核心部分でもある。

公演の告知に関しては和光市教育委員会にも協力を頂き、和光市内の各小学校に対象学年を絞ってチラシを配布し、約 100 名の申し込みがあった。しかし、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から公演を中止せざるを得なくなり、大学とサンアゼリアのホームページで公演中止の告知を行った。サンアゼリアの舞台技師の方には、パレエ用の床（リノリウム）が敷けるか、プログラムごとに照明の色を変える演出ができるかといった相談に伺い、想像しきれていなかった実際の時間的・空間的な課題を教えて頂いたり、よりスムーズに、きれいに舞台を作るための提案を頂いたりした。ホールの窓口担当の方からも学生に対して手続きの説明をして頂いた。公社の塚田氏からは、多くの人が関わる公演を成功させるために、一目で人の動きや、備品等の準備のタイミングが分かる資料を作るなど、演奏以外の細やかな準備の大切さだけでなく、学生が自ら考えたことを実現させるために、技術的にそれができるかできないかを自己判断で決めてしまうのではなく、まずは勇気をもって提案してみることを大切さを教えて頂いた。学生は、一つの企画を成し遂げるためにはなによりも熱意と緻密さが要ることをコンサートに関わるプロフェッショナルな大人から学ぶだけでなく、世の中の人の優しさを知ったのではないだろうか。

2020年3月31日「音楽のたから箱を開けよう」進行（案）

統括リーダー：山景

| 時間    | 曲目                                              | 照明                      | MC、配置など                                                                                                                                                 | C D 使用       | SAの動き(リーダー:府川)                                        |
|-------|-------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------|
| 13:30 | 開場                                              | 客席明転                    |                                                                                                                                                         |              | 受付 2 名・ロビー 1 名(今村・中谷・柴田)、客席内誘導 2 名(小川・福島)、ビデオ撮影の準備:小川 |
| 13:57 | 開演 3 分前                                         | 客席をやや暗く                 | 開演前のアナウンス:渡邊(陰アナ) 統括リーダー・府川が開演時間の最終確認                                                                                                                   |              | 舞台扉担当(前半全部): ロビー扉担当(前半全部): *途中入場可                     |
| 14:00 | 開演                                              | 舞台全体を明るく                |                                                                                                                                                         |              | ビデオ撮影:小川 (写真撮影:名塚)                                    |
|       | ドレミの歌                                           | 客席も明るく                  | MC:福田(ピンマイク)。パネル使用。福田の指示に合わせて 4 人が客席に移動⇒2 番の前の間奏で舞台へ。                                                                                                   |              | ドレミのパネルの引き取り: ソロマイクスタンドを舞台へ:                          |
| 14:07 | Oh Happy Day                                    | 地明かりサスを中央に。客席を「ドレミ」より暗く | MC:福田(ピンマイク)。ソロの 4 人(福田・山本・渡邊・佐々木 & 福田)はソロの時は前に出る。スタンドマイク 1 本使用。                                                                                        |              | 歌の後、スタンドマイクを下げる                                       |
| 14:14 | カントリーロード                                        |                         | MC:福田(ピンマイク)。歌は佐藤・山景以外の 5 名。この 5 分間で佐藤は着替え。ダンスの導入MC:福田                                                                                                  |              |                                                       |
| 14:19 | ジャズダンスの世界<br>動画を事前に舞台技師に送ること!細かい照明希望は前日リハで時間が必要 |                         | 佐藤(ソロ)「A Whole New World」の CD は久保田が持参。暗転した状態で曲が始まったら徐々に明るく(〜0'07")。0'08"〜0'37"やや暗め。0'38"〜1'00"明るく。1'01"〜2'23"やや暗め。2'24"〜2'40"中心のみ照明。照明を変えるときは徐々に明るさを調整。 | C D 操作は山景が担当 |                                                       |

上記の「舞台進行（案）」(抜粋)には時間、曲目、照明、MC、舞台配置、備品、人の動きが記される。役割を分担するだけでなく、スタッフの全ての動きを把握する SA リーダーと、出演者でもある統括リーダーの連絡が確実に取れるようにする。

公演チラシの作成では何が重要なのか、伝えたいことを明確にする必要がある。字体の種類や文字の大きさの選択で見やすさが大きく変わってくること、パソコンの画面と紙の状態では印象が微妙に違うことなどを実際に作業することで知る。学生は年末年始の休みを活用して作成と校正を進めた。

#### 【学生の振り返り】

- ・一番必要なのは、環境づくりだと思います。子どもたちが主体的参加するにあたって、その条件にあった適切な場所や人材、用具や時間があることがまず大前提として必要だと思います。適した環境があれば、子どもたちは集中を阻害されるなどの支障も少なく参加でき、進んで活動ができるのではないかと思います。
- ・学童クラブ放課後コンサートでは、自分たちなりに考えたシナリオ通りにいかないこともありました。子どもたちの発言や行動は予想することが難しく、その場に応じて臨機応変に対応することが求められていて、教員になってからも活かせることがあり勉強になりました。
- ・子どもたちが受動型ではなく、自ら参加して楽しむことが出来るようなプログラムを作るよう工夫しました。子どもたちに向けて語りかけるように話す練習や、歌の練習をしました。
- ・子どもが飽きないように、参加型と鑑賞型のプログラムの順番を工夫しました。また絵本やダンスの準備中に待たせてしまうことがないように、説明や興味を引ける内容を前に持ってくるようにしました。練習では、物の回収や流れをしっかりと確認し、本番に向けて活動できたと思います。
- ・今回の子どもたちと音楽を作り上げるコンサートを通して、いかに事前の準備が大切なのがわかりました。公演内容から場所の提供までたくさんのアドバイスをいただき、私たちがやりたいコンサートを一緒に考えて下さりとても感謝しています。またコンサートを行う上で、何が大切でどんなことに注意しなければいけないのかということ、身をもって感じることができました。今後はこの経験を活かし、イベントや行事に限ったことではないですが事前準備をしっかり行い、予測不能な事態が起きても焦らず慎重な対応をすることが大切だと思いました。そして実際に公演やイベントを行うにあたってたくさんの人が関わっているということも忘れず感謝しなくてはいけないとこの企画を通して思いました。



公演チラシ

#### 4 考察

「音楽による地域文化の活性化」に参加した学生たちの多くは、本学児童教育学科で教員になることを目指して学んでいる。将来、子どもや保護者、地域の方と協力しながら様々な企画を立案し、信頼する仲間を見つけ出し、それぞれの場で自分の持ち味を生かして仕事をしていこう。学生たちは、授業の空き時間や放課後に、仲間と切磋琢磨して練習する時間を作り出し、互いに教え合い、地域の方に見て頂く舞台に立っている数十分の間に、自分の力を信じることを学び成長していった。「ふるさとにいざ✦オータムコンサート」で堂々と胸を張って人前に立ち、達成感を味わった学生は、将来出会うであろう児童と共に進んで表現活動に取り組み、その児童たちからもその人にしかできない表現を引き出ししていくことができるのではないかと。総合表現の醍醐味は、実際に経験した者がいちばん深く知る。

和光市では、学童クラブへのアウトリーチで小学生との表現活動を経験することができた。「小学校学習指導要領 (平成 29 年告示)」では、家庭や地域社会との連携及び協働、学校間の連携や交流

を図ることが留意事項として示されている。実際に和光市の小学校では、箏など和楽器の指導に地域の演奏家の協力を得る実践があり、公社と小学校が連携して児童にプロによる生演奏を聴くプログラム「おんがくのたね」が実施されている。学校の中に「子ども」「教師」以外の第三者が入ってきた時、そこには児童の関心を高める非日常の関係性が生じ、さらにそれが楽しい演奏で交流する時間であれば、子どもたちは素直に喜びを表してくれる。しかし、学外の人が学校を訪問して演奏や生き方を見せるアウトリーチにも様々な内容、形態がある。外部の音楽家が単発のイベントとしてアウトリーチを行うよりも、受け入れ側である学校の教師と外部から来る音楽家の間に、学校の教育目標、カリキュラムとイベントの関連性、音楽と子どもが出会うための事前準備について共通理解があった方が、児童への教育効果は高いと考えられる。本学児童教育学科の学生は今回、歌や踊りを披露する音楽家の立場を経験するだけでなく、助言者、コーディネーターとして協力してくださった塚田氏や社会福祉協議会、学童クラブの職員の方が人と人をつなぎ、音楽を通して地域文化を共に作ろうと大学生の教育に協力して下さることを体験的に学ぶことができた。「子ども」「教師」「音楽家」の三者のつながりを考えた時、学生たちが児童、教師、音楽家それぞれの持つ能力や願いに敏感になり、「児童と音楽」、「児童と音楽家」をどう出会わせたら児童から表現意欲を引き出すことができるか考え、行動できる教師として活躍してくれるのが最終目標である。地域で学ぶ、地域を学ぶことが大学教育に欠かせないと思える理由は、大学生が多くの人とかかわり実践的に学ぶことで、表現者としても企画者としても目標を明確に持つようになり、他者の表現を大切にすることを学ぶからである。

## 5 まとめ

今回の活動を実施するにあたり、新座市教育委員会、公益財団法人和光市文化振興公社の関係者の皆様には共催、協働主催者として企画制作や広報、学生への助言、施設・付帯設備使用の面で協力して頂いた。それぞれの専門性を生かして未来の社会人を育てて頂いたことに心から感謝している。今後も学生たちは地域で力を発揮し、自分たちが実現したいことを進んで提案し、表現しながら、自らなりたい姿に近づいていくだろう。

本活動は十文字学園女子大学地域連携共同研究所の研究費により実施した。

### <参考文献>

- ・「劇場・音楽堂等子どものためのプログラム企画ハンドブック」公益社団法人全国公立文化施設協会、2019年
- ・「地域志向教育研究プロジェクト研究成果論文集 2014～2018」、十文字学園女子大学、2019年
- ・「地（知）の拠点整備事業 平成 26～30 年度最終報告書 新座市をキャンパスに！+（プラス）となる人づくり、街づくり」、十文字学園女子大学、2019年
- ・「文化・芸術による地域政策に関する調査研究 [報告書]」、一般財団法人地域創造、2010年
- ・「小学校学習指導要領（平成 29 年告示）」文部科学省

## 地域との連携によるオレンジカフェ実践への取り組み(第4報)

Activities for the practice of the dementia café by community corporation

山口 由美<sup>1)</sup>      名塚 清<sup>2)</sup>      富井 友子<sup>1)</sup>      二瓶 さやか<sup>1)</sup>      人見 優子<sup>1)</sup>  
Yumi YAMAGUCHI   Kiyoshi NAZUKA   Tomoko TOMII   Sayaka NIHEI   Yuko HITOMI

1) 十文字学園女子大学・人間福祉学科   2) 十文字学園女子大学・地域連携推進センター

**キーワード：**地域 高齢者 認知症 居場所 カフェ

**要旨：**地域連携共同研究所の「地域との連携によるオレンジカフェ実践への取り組み」プロジェクトで開催している「ほっとカフェ@十文字」は、大学と大学近隣の高齢者相談センター・自治会長・民生委員、学生との協働による、介護相談もでき、誰でもが参加できる高齢者と介護者の集える場所である。「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」にも位置付けられている「オレンジカフェ（認知症カフェ）」を目指して始めたものの、これまで、「認知症」という言葉を積極的には使用せずに、誰でもが集えるカフェとして実施してきた。結果、毎回、20～30名の方の参加があり、参加者からはおおむね好評である。昨年度からは、地域の方たちと「オレンジカフェ」としての方向性なども確認しながら、今後の可能性等についても考えた。その結果、地域の方たちは、N市が提示している「オレンジカフェ」に急激に移行することは、望まれていないことがわかってきた。そこで、私たちは、「認知症予防」を主体とした「ほっとカフェ@十文字」の開催を目指すことにした。「ほっとカフェ@十文字」は、地域の専門職や民生委員の方々、人間福祉学科学生、本学教職員が協働して運営に関わる。今年度は、より地域の方たちや学生が主体的に活動でき、「認知症」の理解を深められる「ほっとカフェ@十文字」の運営を進めていくことにした。

### 1 はじめに

我が国において2012（平成24）年の認知症の人の数は約462万人、軽度認知障害（MCI：Mild Cognitive Impairment）の人の数は約400万人と推計され、合わせると65歳以上高齢者の約4人に1人が認知症の人又はその予備軍とも言われていた。2018（平成30）年には認知症の人の数は500万人を超え、65歳以上高齢者の約7人に1人が認知症と見込まれている。

認知症は、現在のところワクチン等の予防はできておらず、また高齢になるほど発症率が高くなる。長寿化の進展する我が国においては、認知症はだれもがなりうるものであり、家族や身近な人が認知症になることなどを含め、多くの人にとって身近なものとなっている。こうした中、認知症の人を単に支えられる側と考えるのではなく、認知症の人が認知症とともによりよく生きていくことができるよう、認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会を実現すべく、2015（平成27）年1月に「認知症施策推進総合戦略～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～」(新オレンジプラン)を策定し取組を進めてきた<sup>(1)</sup>。

また、2018（平成30）年12月には、内閣官房長官を議長、健康・医療戦略担当大臣及び厚生労働大臣を副議長とし、その他13大臣を構成員とする「認知症施策推進関係閣僚会議」が設置され、「認知症施策推進大綱」が取りまとめられた。

基本的な考え方としては、「認知症はだれもがなりうるものであり、家族や身近な人が認知症になることなどを含め、多くの人にとって身近なものとなっている。認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指し、認知症の人や家族の視点を重視しながら、「共生」と「予防」を車の両輪として施策を推進していく。」というものである。

本大綱において、

- 「共生」とは、認知症の人が、尊厳と希望を持って認知症とともに生きる、また、認知症があってもなくても同じ社会でともに生きる、という意味である。引き続き、生活上の困難が生じた場合でも、重症化を予防しつつ、周囲や地域の理解と協力の下、本人が希望を持って前を向き、力を活かしていくことで極力それを減らし、住み慣れた地域の中で尊厳が守られ、自分らしく暮らし続けることができる社会を目指す。
- 「予防」とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」という意味である。

運動不足の改善、糖尿病や高血圧症等の生活習慣病の予防、社会参加による社会的孤立の解消や役割の保持等が、認知症の発症を遅らせることができる可能性が示唆されていることを踏まえ、予防に関するエビデンスの収集・普及とともに、通いの場における活動の推進など、正しい知識と理解に基づいた予防を含めた認知症への「備え」としての取組に重点を置く。結果として、70歳代での発症を10年間で1歳遅らせることを目指す。また、認知症の発症や進行の仕組みの解明、予防法・診断法・治療法等の研究開発を進めるといふものである。

具体的な施策の5つの柱としては、

- ①普及啓発・本人発信支援
  - ・企業・職域での認知症サポーター養成の推進・「認知症とともに生きる希望宣言」の展開等
- ②予防
  - ・高齢者等が身近で通える場「通いの場」の拡充・エビデンスの収集・普及等
- ③医療・ケア・介護サービス・介護者への支援
  - ・早期発見・早期対応の体制の質の向上、連携強化・家族教室や家族同士のピア活動等の推進等
- ④認知症バリアフリーの推進・若年性認知症の人への支援・社会参加支援
  - ・認知症になっても利用しやすい生活環境づくり
  - ・企業認証・表彰の仕組みの検討
  - ・社会参加活動等の推進等
- ⑤研究開発・産業促進・国際展開
  - ・薬剤治験に即応できるコホートの構築等

があげられている<sup>(2)</sup>。

私たちは、平成28年度より「ほっとカフェ@十文字」を地域の方々と協力して、開催している。開始当初は、本学教職員がリードする形で進めてきた。昨年度4年目を迎える中で、カフェ開始当初から状況が変化し、「オレンジカフェ」としてなのか「サロン」としてなのか、どのような位置づけで、地域の方たちとどのような役割分担をしていくなどの方向性がはっきりしないままとなっていた。そこで、地域の方たちから「ほっとカフェ@十文字」に関するニーズを確認したところ、認知症施策としての「オレンジカフェ」ということを表に出しすぎると、参加者が減ることも予測されるので、「認知症予防」に関する内容を入れながら、「認知症カフェ」色を強くは出さない方向で、進めることになった。

令和元年度は、N市西部地域の専門職の方や地域の民生委員の方に新たに加わっていただくことや、学生たちが主体的に「カフェ」に関わるように働きかけることにした。また、今後の「ほっとカフェ@十文字」の継続のあり方及び、運営の方向性をより明確にするため研究に取り組むことにした。

## 2 活動内容

令和元年度においては、平成30年度に開催した運営委員会のメンバー（高齢者相談センター、自治会長、民生委員・児童委員協議会会長）に引き続きプロジェクトメンバーとして運営に携わっていただいた。それに加え、大学所在地のN市西部地区にある、薬局の方や、高齢者福祉施設、2つの自治会長に参加をご依頼し、承諾を得て加わっていただいた。また、学生から有志を募ったところ、3名の学生が運営委員会に参加し、カフェの運営に携わった。

本年度の活動としては、カフェを2回、認知症の理解を深めるため、運営委員や学生が参加できるVR体験を行うことにした。カフェについては実施することができたが、VR体験については、3月に予定したこともあり、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点からやむなく中止することとした。

## 2. 1 「ほっとカフェ@十文字」に係る学内運営会議及び運営委員会の開催

| 日時            | 会議名       | 内容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 令和元年<br>7月11日 | 第1回学内運営会議 | <p>【今年度の計画】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○本年度地域連携共同研究所の研究プロジェクトとして採択され、予算額が決定したことを報告</li> <li>○ほっとカフェ@十文字の進め方（開催回数、日程、役割分担）</li> <li>○運営委員の新加入者確認 <ul style="list-style-type: none"> <li>・薬局（薬剤師）（管理栄養士）、特別養護老人ホーム（生活相談員）</li> <li>・これまで運営に参加していない町内会長に依頼する。</li> <li>・学生にも呼び掛ける。</li> </ul> </li> <li>○VR体験の日程等</li> </ul>                                                                                             |
| 7月31日         | 第1回運営委員会  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○本学地域連携共同研究所研究について</li> <li>○自己紹介（新メンバー紹介）</li> <li>○昨年度までの取り組みについて</li> <li>○今後の方向性について→地域福祉推進協議会との連携</li> <li>○本年度の事業 <ul style="list-style-type: none"> <li>・「ほっとカフェ@十文字」2回/年開催</li> <li>第1回の日程、会場、健康講話の担当・内容（薬剤師Iさん）、レクリエーションの担当（地域のBさん）、体操（学生）</li> <li>・VR体験の開催日程</li> </ul> </li> <li>○メンバー加入の提案 <ul style="list-style-type: none"> <li>・S地域とA地域の町内会長に加入依頼→承諾を得る</li> </ul> </li> </ul> |
| 9月11日         | 第2回運営委員会  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○新メンバー自己紹介（S町内会長、A町内会 副会長）</li> <li>○第1回ほっとカフェ@十文字で気づいた点を全員で確認</li> <li>○次回の日程、内容、チラシ枚数・配布時期の確認</li> <li>○アンケートから協力員を呼びかける。</li> <li>○VRの日程：3月4日で調整</li> <li>○骨密度等の測定を希望される方がいたため、計測器を借用できるか確認</li> </ul>                                                                                                                                                                                      |
| 11月28日        | 第2回学内運営会議 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○第2回ほっとカフェ@十文字について <ul style="list-style-type: none"> <li>・場所・チラシづくり、健康講話内容の確認</li> <li>・学生と体操やレクについて確認</li> <li>・骨密度などの測定→地域の方に打診</li> </ul> </li> <li>○VR体験について <ul style="list-style-type: none"> <li>・3月4日のスケジュール</li> <li>・学生参加を促す（10名程度）</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                          |
| 令和2年<br>1月23日 | 第3回学内運営会議 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○VRについて <ul style="list-style-type: none"> <li>・3月4日のスケジュール</li> <li>・参加数30名（運営委員15名のほかに、15名募る）</li> </ul> </li> <li>○第2回ほっとカフェ@十文字について <ul style="list-style-type: none"> <li>・骨密度などの測定→K薬局より借用</li> <li>・参加する学生の顔合わせを行う。</li> <li>・作成する折り紙のモチーフを事前に作成する。</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                              |
| 1月30日         | 第3回運営委員会  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○第2回ほっとカフェ@十文字で気づいた点を全員で確認</li> <li>○来年度のほっとカフェ@十文字の日程、内容について確認 <ul style="list-style-type: none"> <li>・来年度も地域連携共同研究所に申請する予定</li> <li>・メンバーは全員参加予定、1名委員辞退あり</li> </ul> </li> <li>○VR体験：参加者の確認</li> <li>○来年度の進め方 <ul style="list-style-type: none"> <li>・来年度も今年度のような形で「ほっとカフェ@十文字」を開催していくことを確認</li> <li>・開催時期及び場所→9月及び1月頃開催、1回は大学でもう1回はN町内会等の協力を得て外部で開催</li> </ul> </li> </ul>                  |

## 2. 2 令和元年度の「ほっとカフェ@十文字」の実施

(1) 令和元年度 第1回目ほっとカフェ@十文字／令和元年9月11日（水）10：00～11：30  
内容としては、①健康講話、②レクリエーション、③体操であった。

- ① 健康講話は、運営委員でもある薬剤師のIさんによる健康に過ごし、認知症予防にもなる「脱水予防」に関するお話しであった。経口補水液の話や作り方などをお話ししていただいた。
- ② レクリエーションは、高齢者の免許更新時の認知機能テストをクイズ形式で全員で取り組んだ。
- ③ 体操は、「梅干し体操」を学生が中心となり行った。

### 地域連携共同研究所 レポート 「地域との連携によるオレンジカフェ実践への取り組み」プロジェクト 令和元年度第1回「ほっとカフェ@十文字」を開催

令和元年度第1回目となる「ほっとカフェ@十文字」を、9月11日（水）に9号館1階の介護実習室で開催しました。

このカフェは、地域の方たちとの交流の場、また専門職による介護などの相談の場として、平成28年度から年2回のペースで開催しているもので、地域の専門職や民生委員、町内会の方と本学人間福祉学科の教職員と学生で運営しています。

今回は、プログラム①として、〇〇薬局のIさんより「脱水予防で元気に過ごしましょう」というテーマでお話しいただきました。プログラム②では、地域の様々な場で活躍されている馬場さんから、運転免許更新時の高齢者の認知機能検査に関するクイズを出題していただきました。プログラム③では、人間福祉学科3年生の有志が「あたまとからだを活用する体操」を行いました。参加者の皆さんは楽しく歓談しつつ、プログラムに真剣に取り組んでいました。



お茶を飲みながら歓談



プログラム① Iさんによる講話



プログラム② Bさんがクイズを出題



プログラム③ 人間福祉学科3年生による「あたまとからだを活用する体操」



(2) 令和元年度 第2回目ほっとカフェ@十文字／令和2年1月30日（木）10：00～11：30

内容としては、①健康講話、②レクリエーション、③体操であった。

- ① 健康講話は、運営委員でもある、管理栄養士であり、本学の卒業生でもあるSさんによる「フレイルとサルコペニア予防のための食事」に関するお話しであった。フレイルやサルコペニアとなると、動けなくなってしまう、認知症になってしまうこともあるため、栄養の取り方や、栄養補助食品を利用することなどについてお話いただき、試食をさせていただいた。
- ② レクリエーションは、折り紙をしたいというリクエストにお答えする形で、船と船頭さんを作ることにした。三角のモチーフから船や船頭さんを作って、参加者がいろいろな作品を完成させた。
- ③ 体操は、「梅干し体操」を学生が中心となり行った。

### 地域連携共同研究所 レポート

## 「地域との連携によるオレンジカフェ実践への取り組み」プロジェクト

# 令和元年度第2回「ほっとカフェ@十文字」を開催

令和元年度第2回目となる「ほっとカフェ@十文字」を、1月30日（木）に9号館1階の介護実習室で開催しました。

このカフェは、地域の方たちとの交流の場、また専門職による介護などの相談の場として、平成28年度から年2回のペースで開催しているもので、地域の専門職や民生委員、町内会の方と本学人間福祉学科の教職員と学生で運営しています。

当日は、プログラム①として、〇〇薬局のS管理栄養士に「フレイルとサルコペニア予防のための食事」というテーマでお話いただきました。プログラム②では、学生の有志と一緒に折り紙で船と船頭さんを作りました。プログラム③では、学生の有志の指導で梅干し体操を行いました。今回は、参加した皆さんが折り紙に真剣に取り組まれ、作品が完成した時は満足そうでした。



プログラム① 健康講話



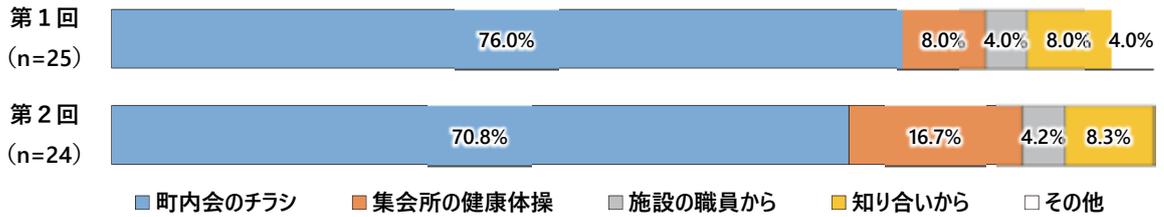
プログラム② 折り紙



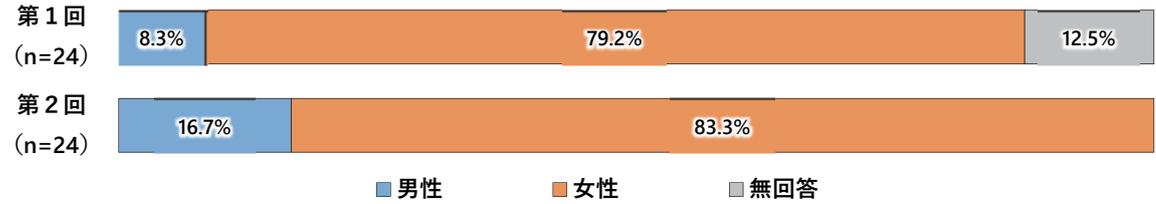
プログラム③ 梅干し体操

## 2. 3 カフェアンケート調査結果

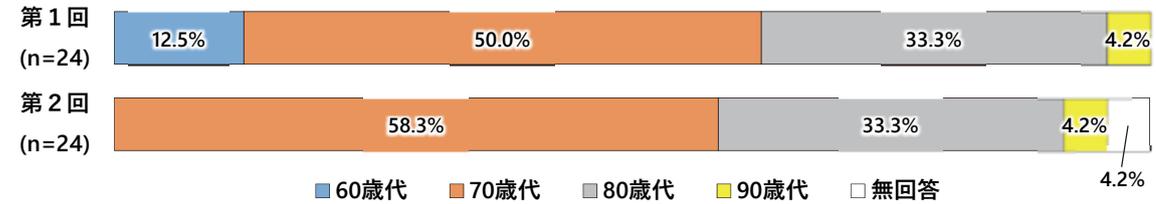
問1 本カフェを何でお知りになりましたか



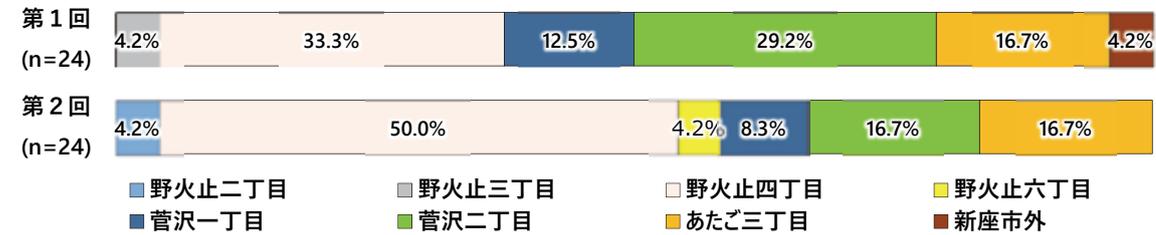
問2 性別



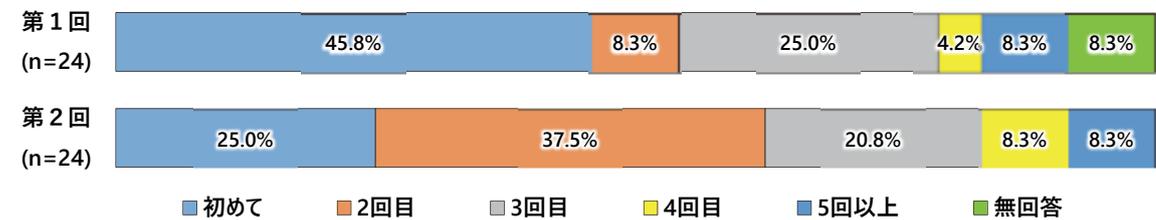
問3 年代



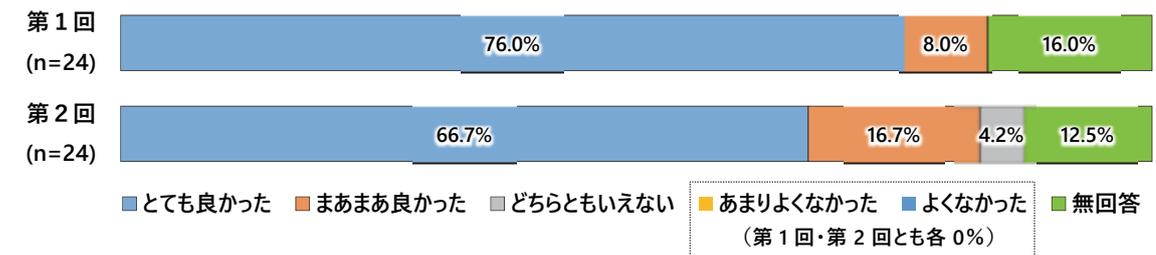
問4 お住まいの地区



問5 カフェの参加回数



問6 本日のカフェについて



自由記述

| 問6 本日のカフェについて具体的にご意見があればお書きください。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第1回                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 第2回                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しかった。</li> <li>・運動は良かった。指の運動はむずかしい。</li> <li>・体操は良かった。</li> <li>・老人と若い女性との指体操が良かったがついていけなかった。</li> <li>・いろいろ体験できて良かったです。</li> <li>・頭の体操 手の体操 勉強になりました。ありがとうございました。</li> <li>・おいしかったです。</li> <li>・おいしい飲み物がありました。</li> <li>・とてもよかったです。</li> <li>・はじめてなので。</li> <li>・このような機会があったら出席したいと思います。主人をなくし友人も少なく、皆と話ができ元気が出てきました。</li> <li>・クイズがおもしろかった。脱水のお話もためになりました。体操もおもしろかったです。楽しかったです。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・講話中、私語が多くてよく説明が聞き取れなかった。</li> <li>・折り紙がとても楽しかったです。</li> <li>・スピーカーのボリュームを少し上げてほしい。</li> <li>・全体的に流れがよかったですと思います。</li> <li>・折り紙も楽しかった。</li> <li>・楽しかったです。</li> <li>・お味がどれも頂きました。</li> <li>・初めての参加で楽しかった。</li> <li>・学生さんが熱心に接してくださりありがとうございました。</li> <li>・少し耳が遠いので少し大きな声でお願いします。</li> <li>・カレー、ヨーグルトの飲み物大変おいしかったです。</li> <li>・折り紙楽しく作ることができました。ありがとうございました。</li> <li>・作業があったのがとても良かった。</li> <li>・昔の体操を復活させてほしい。</li> <li>・折り紙久しぶりにやりました。とても楽しかったです。ありがとうございました。</li> <li>・折り紙教室等、とても良かったと思います。</li> <li>・多くの人と顔を合わせて会話するのが楽しいです。</li> <li>・楽しかったです。</li> <li>・10時半とのことで家を10時に出てきましたが、会場の場所が分からず中に入ったらもう始まっていて、入口が分からなかったです。</li> </ul> |
| 問7 今後のカフェについてご希望する内容等がありましたら、ご記入ください。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 第1回                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 第2回                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・寒くなると血圧が上がるのでその様なお話もできたら。</li> <li>・折り紙みたいな物もつくりたいです。かんたんな物で良いです。</li> <li>・今後も開催に出席していきたい。</li> <li>・軽い体操等もよいと思います。あたごの社協のサロンを毎月開催しておりますのでサロンの時に参加していただけたらと思います。</li> <li>・頭の体操等はまたよろしく願います。</li> <li>・皆様で集って楽しむことに意義があると思います。</li> </ul>                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域のサロンでも参考にしたいです。</li> <li>・楽しかったです。また来年もよろしく。</li> <li>・折り紙の他、やさしい切り絵なども出来ると楽しみが増と思います。</li> <li>・これからもこういう会を続けていてもらいたいと思います。</li> <li>・出来たらまた参加したいです。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

### 【学生の感想】

- ① 今回のほっとカフェは、4回目の参加で学生が主体で、運営を行いました。今回も、健康講話があり、薬局の方が来てくださり、カレーの試食があり、お客さんがおいしそうに召し上がっていました。私は、主にグループでの机にいて、お客さんとお話をしたり、飲み物を運んだりしました。前日から用意をした船のお人形は、カフェに参加しない同級生たちも一緒に作ってくれました。原型を見た時、めちゃ複雑で難しいと思いましたが、先生たちにやり方を教えていただき、なんとか作り上げることができました。わたしも実際席でお客さんが作るお手伝いをしました。みんなが折った三角形の模型があった為、見本をみて自分なりに違う色で作成している方もいらっしや、楽しそうな雰囲気が感じられました。その他にも前回と同様、レクリエーションで、「梅干し体操」を前で行いました。皆さん真似してくださり、達成感が味わえました。次の認知症カフェも是非参加したいです。
- ② 私は今回の参加で、2～3回目の参加であったが、前回に引き続き受付をやらせていただいた。フロアで全員の方と話すのはなかなか難しいが、受付だとほぼ全員の方と話すことができる。今回が初めての参加という方と、毎回参加しているという方がいらっしや、地域の方の中で、十文字学園女子大学の認知症カフェというものが広まっていると感じた。コートをお預かりしている際に、「毎回楽しみにしているの。」という声をかけていただき嬉しかった。受付が終わりフロアに入ったが、最初は話しかけてもあまり会話が進まなかった。その後、健康講話や折り紙等のプログラムを行う中で、会話が增え、表情も最初より明るくなっていた。今回の折り紙は難易度が高く、得意な方は進むのがとても速かったが、苦手な方はゆっくり行っていた。テーブルに見本を置いていたが、土台の船の組み方がわからなかったり、人になる小さい三角のつなぎ方がわからなかったりと、難しくそうにされていた。しかし、時間内に終わらなかった方も家で完成させてみる等を話されていた。認知症カフェは、私たちの学習に繋がると同時に、地域の方が外に出るといいきっかけになると改めて感じた。

### 3 取り組みの成果及びまとめ

今年度の「地域との連携によるオレンジカフェ実践への取り組み」のカフェの開催においては、N市西部地区の専門職や民生委員の方、学生が役割を分担して、主体的にカフェに関わってもらうことができたと考える。プログラム内容については、健康講話を取り入れ、専門職の方から「認知症予防」に関連する、脱水、フレイル、サルコペニアの予防についてお話しいただき、参加者に健康に生活することについて考えていただくように促した。

また、レクリエーションでは、高齢者ドライバーの認知機能検査を楽しみながらおこなった。レクリエーションや体操は、「認知症予防」という点から、楽しく頭や体を使うようなプログラムを取り入れた。参加者が「認知症」という言葉にあまり反応されない程度に、「認知症を予防して健康に過ごす」方法を身につけていただいた。

「ほっとカフェ@十文字」を今後も地域で進めていくにあたっては、運営委員や参加する学生たちの認知症に対する理解を深めることが欠かせない。今年度はVR体験を予定していたが、3月に予定していたこともあり、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点からやむなく中止することとしたが、次年度に、VRなどの「認知症」の理解を深めるプログラムを組みこみ、認知症を深く理解する人を一人でも増やし、「ほっとカフェ@十文字」を地域の人たちと地域の中で継続できるようにしていきたい。

次年度に向けては、①地域の方たちと、「ほっとカフェ@十文字」を継続すること②大学から出て、地域でカフェを開催すること③認知症の理解を深めること④認知症の人たちともかかわりをもてる場を作ること⑤地域の方や学生が主体のカフェにするための方法を考えていきたい。

最後に、今後の「ほっとカフェ@十文字」の方向性についてであるが、昨年からは少しずつ地域の方たちと話し合い、「認知症予防」を中心とした「カフェ」になりつつある。最初に述べた、「認知症施策推進大綱」の具体的な施策の中には、①「認知症」の理解を深める普及・啓発活動や、②予

防の視点から、高齢者等が身近で通える「集いの場」の拡充やエビデンスの収集・普及等、③認知症になっても利用しやすい生活環境づくりなどがあげられている<sup>(3)</sup>。N市が認める「認知症カフェ」に、私たちの「ほっとカフェ@新座」は適合しないが、「認知症施策推進大綱」で推進する認知症予防や、住みやすい地域づくりを目指そうとする点は一致する点がある。今後も地域の方たちと、ともに考えながら、認知症の人だけではなく、障害のある人や、子育てをしている人など様々な人たちにやさしい地域づくりを目指して活動に取り組みたい。

本活動は、十文字学園女子大学 地域連携共同研究所の研究費により実施した。

#### <引用文献>

- 1 厚生労働省 「認知症施策推進大綱」 令和元年6月18日  
<https://www.mhlw.go.jp/content/000522832.pdf> (20200601)
- 2 厚生労働省 「認知症施策の動向」 令和元年9月6日  
[https://kouseikyoku.mhlw.go.jp/shikoku/chiiki\\_houkatsu/000113922.pdf](https://kouseikyoku.mhlw.go.jp/shikoku/chiiki_houkatsu/000113922.pdf) (20200601)

#### <参考文献>

- 1 野島靖子, 名塚清, 太田眞智子, 山口由美, 富井友子, 二瓶さやか (2017) 「地域との連携によるオレンジカフェ実践への取り組み」『地域連携共同研究所年報第2号』51-60
- 2 野島靖子, 名塚清, 太田眞智子, 山口由美, 富井友子, 二瓶さやか (2018) 「地域との連携によるオレンジカフェ実践への取り組み (第2報)」『地域連携共同研究所年報第3号』33-42
- 3 武地 一 編著 監訳 (2015) 『認知症カフェハンドブック』クリエイツかもがわ  
矢吹知之 (2016) 『カフェ読本 — 知りたいことがわかるQ&Aと実践事例』中央法規



# 5年目を迎えた「シニア健康教室」の取り組み — 健康栄養学科で育む新しい栄養士のかたち —

Efforts of the "Senior Health Class" in the 5th Year  
— New nutritionist type educated in department of health and nutrition —

|                                        |                                          |                                      |                                         |                                      |
|----------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------|
| 相馬 満利 <sup>1)</sup><br>Mari SOMA       | 高橋 京子 <sup>1)</sup><br>Kyoko TAKAHASHI   | 飯田 路佳 <sup>1)</sup><br>Roka IIDA     | 若葉 京良 <sup>1)</sup><br>Kyohsuke WAKABA  | 木村 靖子 <sup>1)</sup><br>Yasuko KIMURA |
| 池川 繁樹 <sup>1)</sup><br>Shigeki IKEGAWA | 長尾 昭彦 <sup>1)</sup><br>Akihiko NAGAO     | 名倉 秀子 <sup>2)</sup><br>Hideko NAGURA | 高橋 正人 <sup>1)</sup><br>Masato TAKAHASHI | 村田 浩子 <sup>1)</sup><br>Hiroko MURATA |
| 徳野 裕子 <sup>1)</sup><br>Yuko TOKUNO     | 小長井 ちづる <sup>1)</sup><br>Chizuru KONAGAI | 佐々木 菜穂 <sup>1)</sup><br>Naho SASAKI  | 林 綾子 <sup>1)</sup><br>Ayako HAYASHI     | 西藤 優美 <sup>1)</sup><br>Yumi SAITO    |

1) 十文字学園女子大学・健康栄養学科 2) 十文字学園女子大学・食物栄養学科

**キーワード：**健康長寿社会の実現 地域貢献 学び 栄養 健康

**要旨：**本研究は、健康栄養学科の特性を生かし、近隣地域に住む高齢者の食と運動への意識を変え、健康寿命の延伸につなげていくことであった。長期にわたって地域の健康づくりに寄与できる事業として、確立していくことを目指す。参加者の一人ひとりが自分の体の状態を把握し、健康的な生活習慣を身につけ、健康を保持・増進するためにセルフケアとセルフコントロールができることを目的とする。個人の健康保持・増進のために行動・ライフスタイルを改善したいという意志がある人に対して、個人が自ら気付いて行動変容を起こせるように、個人の生活に合った方法や考え方の学習を支援する。本研究のもう一つの目的は、「シニア健康教室」の高齢者への支援をとおして、健康栄養学科の学生がコーディネーターからファシリテーション能力向上の深い学びに繋がる教育と組織化の推進を目指している。2015～2019年度の「シニア健康教室」を通して、参加者の身体への健康効果に加え、交流の場における一体感の醸成、コミュニケーションが生まれ、「シニア健康教室」の実践が、地域のふれあいの場の確保や、住民の安否確認に役立っていた。身体への健康効果に加え、「シニア健康教室」の実践は、様々な年代の人々との交流や、地域の交流の場として、社会的効果も生み出す可能性が示唆された。健康づくりに寄与できる事業の確立と学生の主体的な学びの効果検証を今後の課題としながら、健康保持・増進のための行動変容を支援し、健康長寿の延伸のため地域連携活動を行いたい。

## 1 はじめに

現在の日本は、総人口に占める65歳以上の高齢者（以下、高齢者）の割合が28パーセント<sup>1)</sup>を超え、医療技術の進歩、健康増進などにより、平均寿命は世界トップクラスの水準となり、世界のどの国も経験したことのない超高齢社会を迎えている。人口構成の推移では、急速な少子高齢化が進んでおり、2065年に高齢化率は約2.6人に1人が65歳以上、約4人に1人が75歳以上になるといわれている。このような背景から日本では、どのように健康寿命を延伸させ、誰もが元気に活躍できる社会といった観点が重要視されている。

日本は先進国の中で脂肪の摂取量が非常に少ないと言われており、和食には一汁三菜とあるようにバランスの良い食事を取れる環境も長寿の秘訣であるといわれている。現在の日本の平均寿命は男性81.25歳、女性87.32歳（平成30年簡易生命表<sup>2)</sup>）で、男女とも80歳を超え、日本人の平均寿命は今後もゆるやかながら寿命は延びる傾向にあり、22世紀はまさに人生100年時代を迎える可能性がクローズアップされている。世界の平均寿命を見ると男性が69.8歳に対し、女性は74.2歳

と日本がいかに長寿の国かということがわかり、世界的にみても女性の方が平均寿命が長い傾向を示す。

祖父母の世代に比べて格段に長くなった人生を豊かに、生きがいを持って過ごすためには、いかにして超高齢期まで健康と身体の機能を維持するかが、ますます重要な課題となる。高齢者が皆最後まで元気なままで寿命を全うすることは、現時点では困難である。ある程度元気に自立した生活を維持できる健康寿命はいずれも平均寿命より 10 年ほど少ない。つまり平均的な高齢者は、身体に深刻な問題を抱え医療や介護など継続的に依存したまま、QOL の低下した状態で最後の 10 年を過ごさなければならないというのが現状である。このように、健康寿命以降の余命の期間に生じる寝たきり老人の介護などが問題となっており、この間をもっと活動的なものにするのができれば、いきいきとした高齢社会を実現できるともいえる。高齢化にともない単に寿命の長さだけでなく、QOL を考慮した健康寿命をいかに延ばすかが最大の課題である。

1984 年、世界保健機関 (WHO) は、「高齢者の健康とは障害や疾病の有無ではなく、いかに自立しているか自立の度合いで評価すべきである」とし、高齢者の健康指標として疾病の罹患率や死亡率よりも生活機能を重視し、高齢者がいかに身体的、精神的、社会的に自立して生きがいのある生活を送ることができるかを評価するとしている。加齢にともなう体力低下により寝たきりにならないように、身の周りのことは自分でできるだけ体力を保持し、いきいきとした生活を送れることは誰もが望むことである。

このような状況において、これまで高齢者の社会参加活動や生きがいなどに関する社会学的調査は数多く報告されている。しかし、高齢者の社会意識などについて体力レベルから検討を加えた報告は少ない。そこで本研究は、高齢者の体力と健康状態との関連を検討し、今後の高齢者の健康教育の手がかりを得ることを目的とした。

人生 100 年時代突入に、できるだけ多くの方が長く健康に活躍できる社会を作るため、まずは、十文字学園女子大学の近隣地域から協力して予防・健康づくりを拡大し、地域連携・活性化につなげたい。また、健康栄養学科の特性を生かして、近隣地域に住む高齢者の食と運動への意識を変え、健康寿命の延伸につなげていくことを目的として、結果が出るまでには時間がかかるが、長期にわたって地域の健康づくりに寄与できる事業として、確立していくことを目指していきたい。そうした思いから始まった地域の方々への健康づくりに関する新たなアプローチとして「シニア健康教室」での取り組みは「いつまでも若々しく、元気で」をスローガンに健康・栄養・運動などについて一人ひとりの行動変容を支援する環境づくりを推進している。2015 年 (平成 27 年) にスタートし、今年で 5 年目を迎えた。超高齢化社会を迎える日本で特に運動の促進を進めていく必要があり、十文字学園女子大学発の健康づくりを推進する起点として、健康でいきいきと幸せに、長生きできる社会の実現に少しでも貢献していきたいという思いで今日に至る。

現在の日本は、先に述べたとおり高齢化が進んでいる。それに伴い、高齢者自身の健康志向は高まってきている。中でも運動への関心は高く、運動を習慣としている人の割合は、60 歳以上で男女ともに 40% を超えており、他の年代よりも高い数値を示している。このことから、健康栄養学科の特性を生かし、健康・運動・栄養に関する知識の提供および個人、家族が直面している健康問題を解決するにあたって、自ら必要な知識を獲得して、必要な意志決定ができるように、そして直面している問題に自ら積極的に取り組む実行力を身につけることができるようにサポートすることこそが近隣自治体に対して本学の果たすべき社会貢献・地域貢献活動の 1 つであると考えている。そして、共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて健やかで心豊かに生活できる、活力ある地域の実現を目指す。効果的な運動指導の方法や知識の提供、なにをどのようにすればよいか、ひとりひとりが健康について意識を向け、自らが健康を獲得できるように本学科の教員によるミニ講義と、運動の組み合わせで一つのプログラムを進行した。

運動 (身体活動) の促進には、運動習慣者を増やすことが重要な課題の一つであると考えている。運動習慣者の増加と一言で言っても、普段から運動をされていない方に運動していただくことは、簡単なことではない。運動習慣が無い方の原因は、「時間が無い」「仲間がいない」「実施したい運動

(スポーツ)の環境がない」「運動の必要性を感じない」「そもそも運動が苦手(嫌い)」等々、多岐に亘っている。個々人の要望・状況に応じて、如何に対象者の「心を動かす」有効な運動プログラムを提供し、運動指導を行うことが、我々の重要な役割であり課題である。

また、健康栄養学科は、栄養士の資格を基に、健康・運動・教育のそれぞれの分野で活躍できる人材を育成する学科である。栄養士や健康運動指導士、高齢者体力づくり支援士、教員をめざす学生が、コーディネーターからファシリテーション、血圧や体重計測など「シニア健康教室」の運営に携わることを経験することで、現場でしか知り得ない数多くのこと学ぶ貴重な経験を積むことができると考える。また、普段の学校生活や学修に加え、直接参加者とかかわりを持たせることで、コミュニケーションの取り方や、サポートの入り方を学ぶことができる。また、教員の講義や実技指導における高齢者に対するかかわり方は、学生にとって吸収すべき指導法のヒントがたくさん含まれており、受講者の反応を確かめながらそれを学べるのは貴重な機会でもある。学生にとって大学での学修の意味が理解でき、学修への意欲をさらに高めることにも通じる。また、学生が自主的・主体的にこの事業に関わることにより、大学での学びを検証し、これからの学びに目標を持つきっかけになってほしいと考える。健康長寿社会の実現のためには、若年期・中年期からの健康教育や生活指導が大変重要である。若いうちから暴飲暴食をせず、規則正しい生活を送り、適度な運動を行うことは高齢になった時の生活習慣病の発症確率を大幅に下げる。学生の意識を変えるきっかけの場にもしていきたい。

「1回でおしまい」の健康教室ではなく、「継続」していただくことが最大の目標である。そのためには「また参加したい」「学生に会いたい」と思ってもらうこと。つまり健康教室のファンになってもらうことが大切である。「1人では続けられないけれど、みんなで一緒にやると続けられる。学生や先生、教室のみんなと会うのが楽しみだ。」と高い評価をいただいている。心から喜んで、そして元気になってお帰りいただく、そんな健康教室を作っていきたい。

本稿では、具体的に体験教室の内容を紹介し、その意義と今後の課題について述べる。

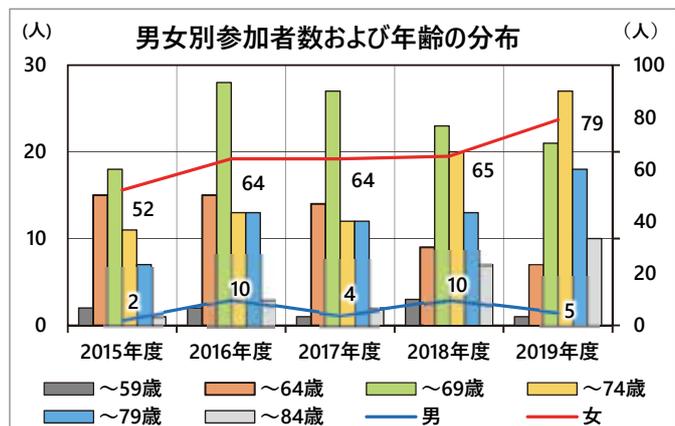
## 2 活動報告

### 2.1 2015年度～2019年度の参加状況

#### 【男女別参加者数および年齢の分布】

右の図は、男女別参加者数および年齢分布を示している。2015年度(平成27年度)から2019年度(令和元年度)までの5年間で、女性延べ約1200名、男性約200名の参加数となった。実参加人数をみると、2019年度は、女性79名、男性5名であった。女性の参加者数は増加傾向がみられ、男性においては、年度によって参加者数のばらつきがみられた。

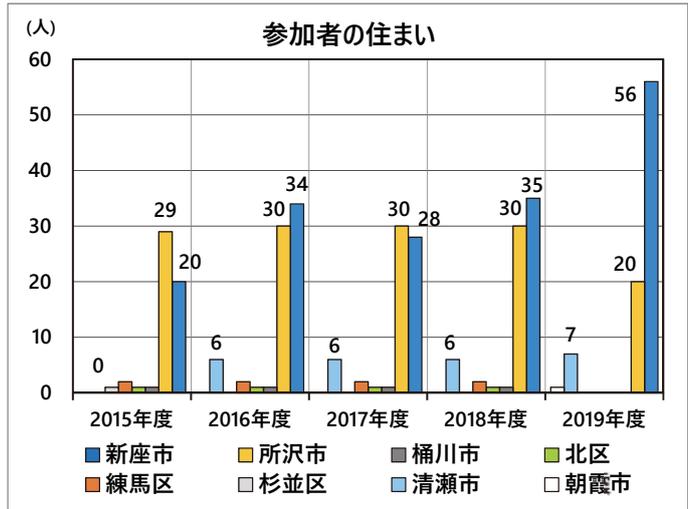
参加者の年齢は、56歳から84歳であり、平均年齢は、女性70.3±5.9歳、男性73.9±5.9歳であった。また、特に60歳後半から70歳前半の参加者が最も多く、70代から80代の増加傾向がみられた。一方、50代から60代は減少傾向がみられた。教室も年々高齢化が進んでおり、さらに安全に配慮した運営を心がけていく必要があると同時に、子育てがひと段落する年齢層の減少傾向がやや気がかりである。6年目を迎える2020年度は、プログラム内容の見直しが課題である。



### 【参加者の住まい】

右の図は、参加者の住まいの地域を示している。参加者は、新座市在住の方が増加してきている。新座市は、市報などでも「シニア健康教室」を紹介していただいております、その影響も大きい。また、2020年3月26日の埼玉新聞、埼玉県私立大学連絡協議会の特集紙面で、「シニア健康教室」の取り組みが紹介されたこともあり、少しずつではあるが、広がりつつある。

毎年作成している「シニア健康教室」のチラシは、和光市、朝霞市、志木市、清瀬市にも配布し、広報の仕方を今後も検討していく必要がある。参加者の中には、ご夫婦で参加されている方や、近所の方を誘って参加される方もおり、今後は、参加いただいている方々にアンケートなどで、様々なご意見を伺いながら、地域の方々に寄り添う一体感のある「シニア健康教室」にしていきたい。

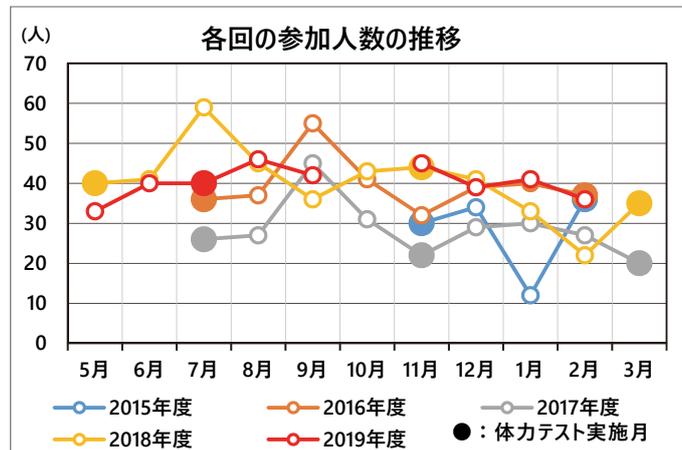


### 【各回の参加者人数の推移】

右の図は、年度ごとの各回の参加人数推移を示している。2019年度の参加人数は、平均30名を超え、多い月には50名近く参加いただいた。しかしながら、体力テスト実施月は、参加者の減少傾向がみられた。

各回の参加者数は、季節よりも天候による影響が大きいように感じられる。

しかしながら夏季休業中である、8月・9月は、参加人数が増加する傾向がみられ、2月は減少傾向がみられた。



### 【リピート参加率の推移】

右の図は、リピート率(%)を示している。リピート率とは、「ある一定期間(本研究は1年)に参加してくれた人」を「今月、再び参加してくれた人」で割ることで算出した。つまり、「今まで参加してくれた人のうち、どのくらいの方がリピートしてシニア健康教室に参加したか」を示すものである。

2019年度でみると、この年に参加してくださった方のうち、1回だけの参加者が14.3%であった。2回目、3回目の参加時は多少の離脱がみられるものの、4回目以降は徐々に、離脱が少なくなりシニア健康教室への定着がみられるようになった。また、すべての回に参加した方が5名いることも明らかになった。このように参加者のリピート率を見ることで、継続して参加する方を増やす努力の有効性を測定することができた。



## 2. 2 2019年度の活動内容

「いつまでも若々しく、元気で」をスローガンに、シニア世代の食と健康を支えるプログラムを提供した。対象は、新座市、和光市、朝霞市、志木市、清瀬市に在住するシニア世代とし、定員を

30～50名程度に設定し実施した。運動や栄養（自己管理運動／自分のからだや心の健康と生活習慣を振り返り、健康な生活をおくるための食生活や生活習慣を考え、実行出来るようにするための運動）の重要性を感じ、健康への関心、インパクトのある動機づけが必要と考え、医療・保健・栄養・運動などの専門知識をもつ教員から授業を受ける形でシニア世代を対象とした体験型の教室方式を実施して、今日に至る。

健康栄養学科の特性を活かした事業として、2019年で5年目を迎えた。2015年度当初は、11月から2月、計4回実施し54名が参加した。2016年度は、7月から2月、計8回実施し74名が参加した。2017年度は、6月から2月の体力テスト（7月、11月、3月）を含む計9回実施68名が参加した。2018年度は、5月から3月の体力テスト（7月、11月、3月）を含む計11回実施75名参加した。健康栄養学科の特性を生かした本事業は好評であり、例年参加者人数も増加傾向である。2019年度も、近隣地域のシニア層の食と運動への意識を変え、健康寿命の延伸につなげていくために、シニア健康教室を実施した。

研究計画では、2019年5月から2020年3月までの各月の土曜日の実施予定であったが、台風19号が関東を直撃し、広範囲で記録的な大雨となったため10月を中止とした。また、新型コロナウイルス感染症が拡大している状況を受け、参加者および関係者の健康・安全面を第一に考慮し、2020年3月をやむを得ず中止とし、体力テスト（7月）1回を含む、計9回実施し84名が参加した。

教室は、10時から12時までの2時間のプログラムを次のような内容で実施した。

- (1) 計測・体調チェック：血圧、体重、体脂肪率の計測、体調の確認。
- (2) ミニ講義：栄養、健康、運動の分野で実生活に役立てられる研究成果を参加者に伝える。
- (3) ストレッチ・チェアエクササイズ：脳トレにつながる内容も入れ、日常化を図る。
- (4) ダンスムーブメント：音楽のリズムを生かしたナチュラルで心地よい動きを楽しむ。

教室の運営次第は以下のとおりである。

- 9：00 打ち合わせ（本日の予定の確認）・フロア清掃
- 9：10 計測機器や運動機器の設営、講義の準備
- 9：20 受付や計測の各持ち場に就く
- 9：30 受付（各回保険料200円徴収）・計測開始（血圧、体重、体脂肪率）・健康チェック
- 10：00 講義開始
- 10：30 休憩・運動説明
- 10：40 運動開始
- 12：00 教室終了（アンケート回収）
- 12：10 片付け・解散

本年度の各教室の担当と内容を表1に示す。

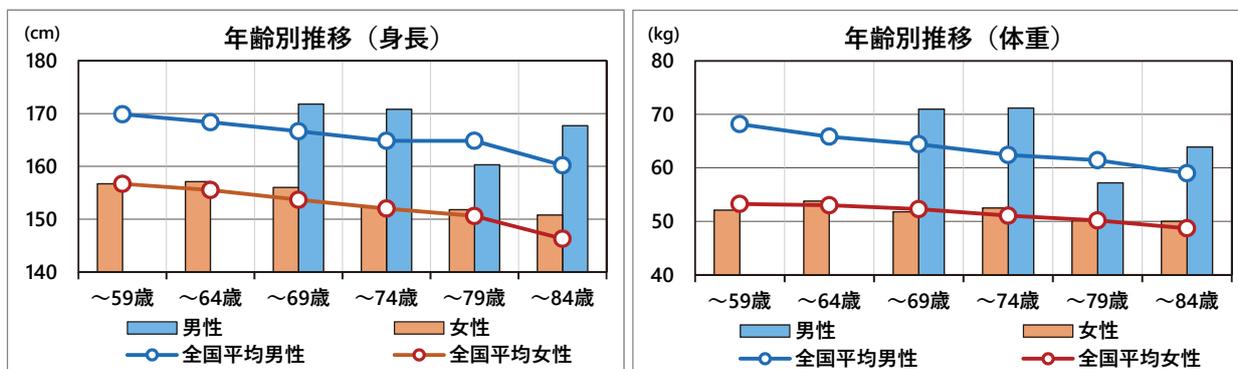
表1 2019年度「シニア健康教室」の内容

| 実施日    | ミニ講義               |                                          | 運動 |
|--------|--------------------|------------------------------------------|----|
|        | 担当                 | 内容                                       | 担当 |
| 5月25日  | 徳野                 | 元気を 継続するために！                             | 若葉 |
| 6月15日  | 名倉                 | 餡は甘味？ 塩味？                                | 眞琴 |
| 7月20日  | ※体力テストのためミニ講義の実施なし |                                          | 飯田 |
| 8月17日  | 相馬                 | 科学の力でも勝てない「努力」の力とは？<br>～4スタンス理論と勝ち色・勝ち味～ | 若葉 |
| 9月21日  | 小長井                | 栄養成分表示と食品広告の見方<br>～青汁を飲んで野菜不足解消?!～       | 眞琴 |
| 10月12日 | ※台風19号上陸のため中止      |                                          |    |
| 11月9日  | 若葉                 | 認知機能アップのための 脳トレ                          | 眞琴 |
| 12月14日 | 佐々木                | 食事の栄養バランスを チェックしよう                       | 飯田 |

| 実施日   | ミニ講義                 |                                     | 運動 |
|-------|----------------------|-------------------------------------|----|
|       | 担当                   | 内容                                  | 担当 |
| 1月25日 | 長尾                   | 健康を支える 食品を知ろう                       | 眞琴 |
| 2月15日 | 村田                   | アクティブシニアライフのすすめ<br>機能性食品摂取（イヌリン）×運動 | 宗村 |
| 3月21日 | ※新型コロナウイルス感染症防止のため中止 |                                     |    |

### 3 参加者の身体的特徴

以下の結果から、加齢に伴い身長は低くなり、体重も減少傾向が示された。一般的に先行研究で報告されている結果と同様であった。また、他にも体内年齢、基礎代謝、体脂肪率を計測している。体内年齢は厚生労働省策定「日本人の食事摂取基準」の「基礎代謝基準値（体重あたりの基礎代謝量）」に基づき、年齢傾向から算出した数値である。基礎代謝とは、特に何もせずぼーっとしている時に、人体が常体をキープするために自動的に行っている活動に必要なエネルギーのことであることから、筋肉量が多くて基礎代謝が高いと、体内年齢は若くなる傾向が示された。参加者の体内年齢は、実年齢よりも平均-8.4歳であった。また、加齢に伴って体脂肪率は増加傾向を示し、筋肉量は減少傾向が示された。女性は男性に比べて体脂肪率が多い反面、筋肉量は少ない傾向が示された。



### 4 体力テストの活動実績

体力とは、「人間の生存と活動の基礎をなす、身体的、および精神的能力である」と定義される。活動的に身体を動かすため「行動体力」と、病気にならない、気持ちが落ち着いているなど健康的に生きるための「防衛体力」の2つに大別される。一般的な体力測定とは行動体力の機能面を測ることをいい、筋力・筋持久力、敏捷性・スピード、平衡性・協応性、持久力、柔軟性で評価される。特に全身持久力、筋力・筋持久力、柔軟性は、体力要素の中でも健康と深く関連することが報告されている。健康の維持増進にはすべての体力がバランスよく高い状態であることが望ましく、体力測定をすることでどの体力が高く、どの体力が低いのかを把握することができる。体力測定をすることで現状の体力の把握と、個人により適した運動内容を選択することが可能となる。高齢者において、低栄養状態が続くと筋肉量やQOL（生活の質）が低下するといわれていることから、生活習慣を改善し、身体機能を維持するための筋力向上や各種運動は低栄養予防のための必須事項といえる。

代表的な体力測定に、文部科学省「新体力テスト」の65~79歳を対象とした測定項目・判定基準がある。<sup>3)</sup> 本研究では、65歳以上の場合、体力測定を実施する前にADL（Activities of Daily Living：日常生活動作）に関するテストを行い、スクリーニングの判定基準により体力測定の実施項目を決定した。ADLテストで一定以上の点数が得られない場合、体力測定は実施不可という旨をしっかりと説明した。特に高齢者の体力測定を行う場合は、転倒や疼痛など障害の発生リスクが高く注意が必要であり、測定の際に補助者1名が傍につき、測定に影響を及ぼさずかつ安全を保障できるような工夫と技術が必要であった。測定項目および測定の目的は以下のとおりである。

(1) 握力：筋力の測定

握る力だけでなく、全身の筋力の状態を反映する指標として用いられる。筋力の低下は認知症のリスクを高めると言われおり、握力が弱くなれば全身筋力も弱くなると考えられ、咬合力も相関関係があるといわれている。

(2) 上体起こし：腹筋力の測定

腹筋はよい姿勢を保ち、力強い動きを支える。

(3) 長座体前屈：からだの柔軟性の測定

体が固くなると、ケガをしやすくなる。

(4) 開眼片足立ち：バランス能力の測定

ふらつき度や体重を支える脚筋力が分かり、転倒予防の目安になる。バランス能力とは、姿勢を保持したり調整したりする能力。バランスが崩れた際に補正する能力が反映され、足の筋力や体のバランスを維持する能力の評価をする目的で使われる。一般的には、開眼片足立ちを 30 秒間でできれば、転倒や骨折のリスクもかなり軽減されるといわれている。また、1 分程度の片足立ちのトレーニングを続けると、骨密度も上がり、転倒予防にも繋がる。

(5) 10m障害物歩行：調整力の測定

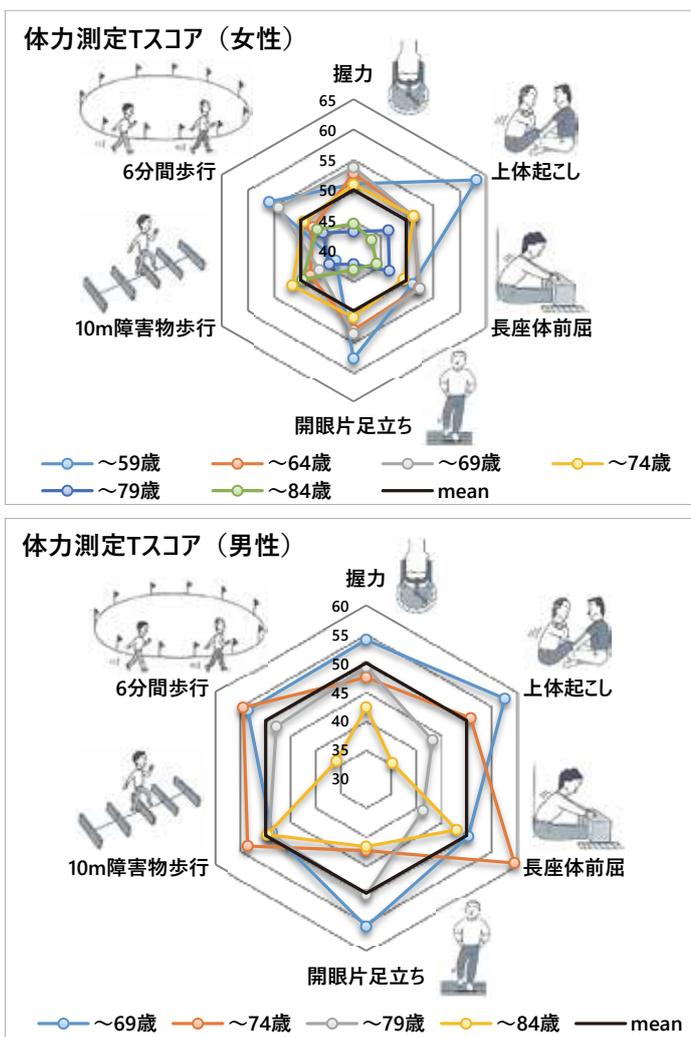
動きをコントロールする能力が分かり、つまずきやすさの目安になる。つまずくのは、つま先が上がらないからであり、つま先を上げる筋肉は下肢筋力の指標になる。

(6) 6分間歩行：全身持久力を測定

6分間歩き続けることで、総合的な体力が分かる。適度なウォーキングには、足腰を鍛えるだけでなく、心肺機能を高め、また毛細血管を増やして血圧を安定させるなどさまざまな効用がある。

結果は以下のとおりである。図は、各体力測定項目（握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行）における女性および男性の平均値を 50 としたときの偏差値を Tスコアとして示した。その結果、加齢に伴って、Tスコアが低くなる傾向がみられた。また、75 歳以上の高齢者はすべての項目で平均値より低い Tスコアを示した。特に、女性で握力、上体起こし、長座体前屈および開眼片足立ちは顕著な差がみられた。75 歳を境にかなりの体力測定値の開きがみられたことから、一人ひとりの健康観察も含め、より一層注意が必要である。

総合評価の段階の割合を見ても、全体でもプラスの変化があり、特に 2 回とも体力テストを受けた人を抽出して比較をしてみても、総合評価 A・B が増えており、「シニア健康教室」の大きな成果がみられた。加齢に伴い、体力の維持は簡単なことではない。「シニア健康教室」に参加される方は、健康への関心も高く、運動の日常化の努力もされている方々が多い。それでも、高齢になると体力は徐々に低下していく。体力テストの参加者が少ないのは、このような現実を見たくないという意識かもし



れない。体力の現状を知ることは、参加者にも、運営側にも重要なことである。体力テストの目的を周知し、参加しやすい体制を整えていく必要がある。

## 5 ミニ講義の活動実績

### 【食事の栄養バランスをチェックしよう】

バランスの良い食事とはどのような食事なのだろうか？健康のために何をどのくらい食べればいいのか、栄養バランスの良い食事とはどのようなものかを知るために、料理の組み合わせを考える体験型講義を行った。

講義では、平成30年度新しく導入したICタグ付きフードモデル食育SATシステム（株式会社岩崎）を使用した。本システムは、1食分のフードモデルを選んでトレイに乗せるだけで、瞬時に栄養価を自動計算し、栄養バランスを星の数で評価できる。本講義では、SATシステムを使用することにより、感覚的に栄養バランスの整え方を学ぶことができた。



## 6 エクササイズの実績



コアエクササイズおよびチェアエクササイズ実施の様子

## 7 身体的効果

高齢者にとっては、過度な負荷を与えることなく筋肉・関節を満遍なく動かし、無理なく体力維持・増進につなげることでできるエクササイズがもたらす身体的効果は多岐にわたるが、例えば、以下のようなものが主な効果として挙げられた。

### (1) 全身へのバランスのよい運動刺激

実行した様々なエクササイズは、身体を構成する骨・関節および筋肉を使い、バランスよく刺激を与えるよう工夫してプログラム作成・考案された全身運動である。また、日常生活で使うことの少ない部位にも適切な運動刺激を与えることを目的としており、以下のような多様な効果を目標として行った。

- 全身の筋肉の収縮と伸展の動きによる、筋肉の働きの活性化
- 身体のゆがみをとることによる、姿勢の改善
- 肩甲骨や体幹を動かす運動による、肩こりや腰痛の改善
- 横曲げ・回旋などを通じた刺激による、内臓の働きの活性化・便秘予防
- 骨や関節への適切な刺激による、骨密度・関節機能の維持
- 筋肉内の代謝を促すことによる、血行の促進

### (2) 運動量の確保

エクササイズを正確に、かつ日常的に実践することで、一定の運動量が確保できる。

### (3) 怪我・事故予防、運動効果の向上、心臓への負担軽減

スタート時から徐々に筋肉や関節をほぐし、血液循環を向上させて、最後には深呼吸で呼吸を整える構成となっている。急激な運動刺激を避け、心臓に過度な負担をかけることのないよう配

慮されており、体にやさしい運動となっている。以上のような考えられたエクササイズプログラムを行うことで怪我や事故を予防し、その後の運動の効果を高める効果が期待できた。また、整理運動として行うことで、筋肉疲労の回復を促し、心臓への負担を減少させる効果も期待できる。

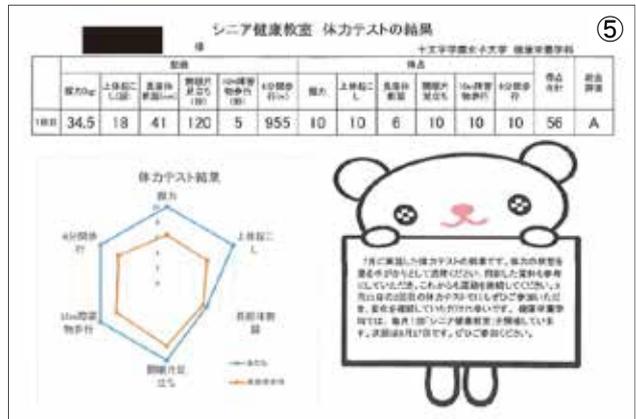
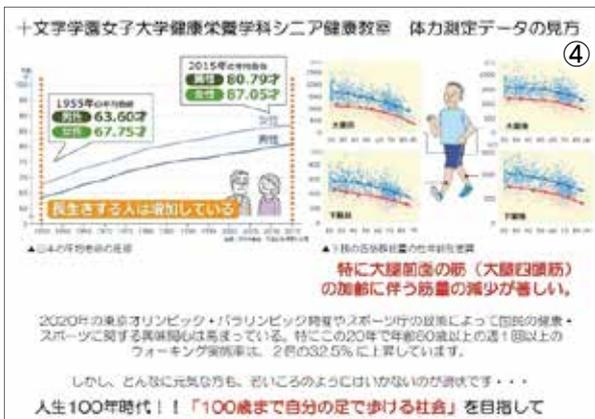
(4) 社会的効果

上述のような身体への健康効果に加え、「シニア健康教室」の実践は、様々な年代の人々との交流や、地域の交流の場として、社会的効果も生み出す。高齢者にとっては、「シニア健康教室」の実践が、運動の習慣づけや規則正しい生活習慣の実践や身体についての知識獲得などのきっかけとなりうる。また、運動習慣と体力の維持のための良きツールになると同時に、定期的に参加することで閉じこもりの防止などに役立つといえる。毎回の「シニア健康教室」で一体感の醸成、コミュニケーションにつなげているケースが見受けられる。また、「シニア健康教室」の実践が、地域のふれあいの場の確保や、住民の安否確認に役立っているケースもある。

8 参加者へのフィードバック

参加者の行動が変わり、それが継続されることによって、参加者のQOLが高まる。それがなにより本事業を実施する目的である。①知識の習得・理解、②態度の変容、③行動の変容、この3つを対象者に起こすことができれば、運動を行う本人自らが自分の健康状態や運動を行うことでのメリットを把握し、自らの将来の健康のためや、現在の生活習慣の改善のために運動を行うことが有効であると感じて、自主的に運動に取り組み継続できるように運動の動機づけができる。そのため、以下の測定データを、参加者一人ひとりに郵送にてフィードバックを行った。

※②～⑤の資料（測定結果のまとめ・参考資料）を①の記念ファイルに入れ、参加者に送付した。



## 9 今後の課題

先述の健康教育の目的で言えば、①知識の習得にはなるが、②態度の変容や、③行動変容まで参加者全員が到達することは、実際は難しくまだまだ課題は山積みである。知識を習得しただけでは、行動の変容は起こらない。なぜならば人の生活行動・ライフスタイルは、個人の価値観や信念をはじめとする様々な要因が複雑に影響し合って構築されているものだからである。このことを前提に、「シニア健康教室」で行動変容をもたらすにはどうしたらいいのだろうか。自らの健康保持・増進のために、生活習慣を望ましいものに改善しようとする少しの努力で実行できそうな目標を初めは設定し、達成できたら次の段階の目標へと目標の段階付けを行う。そうした工夫を行うことで、体力テスト実施の参加者減少を防ぐことができ、モチベーションとなるようにさらに改善が必要であるとする。さらに測定項目の見直しも必要であると感じる。

また、測定内容のデータフィードバックにおいては今後の課題として、

①申し込みはしたが、参加できなかった人たちへの内容伝達の方法が構築されていない。

②教室開催後も健康に対する取り組みが継続してなされているか等のフォローがされていない。

③学生のコーディネートからファシリテーション能力向上のための教育と組織化

などが考えられ、計画性のある継続した教室を構築し、今後も「シニア健康教室」を続けていきたい。

行動やライフスタイルは個人の考え方や価値観、文化、社会的背景や生活環境などの様々な要因に基づいて長年構築されてきているものであり、行動変容を起こす意志があるうえで、その人の生活に合った条件や環境に沿って実施する必要がある。それを踏まえて、健康の保持・増進にむけて対象者が行動変容を起こすことがなによりも重要である。

運動の動機づけとは、運動を行う本人自らが自分の健康状態や運動を行うことでのメリットを把握し、自らの将来の健康のためや、現在の生活習慣の改善のために運動を行うことが有効であると感じて、自主的に運動に取り組み継続できるようにすることである。

運動習慣を含めた生活習慣は、年齢や性別、遺伝、仕事や教育、経験、家族構成、社会的背景などの個人的な背景と置かれている環境に、個人の考え方や価値観、生活態度などが合わさって構築されてきたものであり、簡単に変化をもたらすことは難しい。しかし、動機づけやこうなりたいという欲求があって、自らの健康保持・増進のために、生活習慣を望ましいものに改善しようとする行動変容が起こり、運動習慣を持つことへとつながる。

生活行動変容に直接影響するのは、個人の価値観や念である。「健康のためにするか／しないかは、個人の意志の問題である」と言われる様に、個人の価値観や信念の分析、また価値観等に影響している要因の整理を専門家が行うのではなく、対象者自身が気づくように援助を行っていく。次に、健康のために行動（例えば、食事）を変えようという意志はあっても、やりやすい条件、あるいは、やりにくい環境などがある。やる気になった人に対しては、その人の生活の中で実践できる具体的な内容を提案し、その行動変容を維持するための方法や行動の選択の仕方や考え方等の学習を支援していく。

ヘルスリテラシー、すなわち情報を理解・活用できる力であり、自分の健康に関する情報を自らが得て理解し、必要な情報を整理して自分の考えや意志に基づき、良い方向へと活用していく力を参加者も含めて全員が身に付けられる教室を目指したい。

いずれも重要な課題ばかりであるが、このうち「食生活」、「体力・身体活動」の2つは最も重要な基本項目と考えられる。2020年度で「シニア健康教室」は、6年目を迎える。我々の役割は、運動を継続することは、自分にとっての利益が大きいと明確にするために、参加者自身がこれから運動を継続することができるという自信を高めるために、自分と似た境遇の人が運動を継続できたという成功例を知ることと、同じ目標をもつ友人を見つけること、自分にとっての運動の利益を高めることをサポートすること、機会を作ることが重要である。また、現在の自分の健康状態を把握すること、運動を継続することで具体的にどのような効果を得られるかという情報を得ること、運動習慣を持つことを大変に感じる気持ちを軽減することを同時に行っていくことも重要であり、またさらに進化した新しい「シニア健康教室」を実施できるよう、試行錯誤していきたい。

## 10 まとめ

先に述べたとおり、日本の健康寿命は、平均寿命とともに延伸している。さらに平均寿命と健康寿命の差をみてみても平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加が見られている。このような我が国の健康寿命の延伸に貢献してきた施策の歴史は第一次・第二次国民健康づくり運動にさかのぼり、2000年からは第3次国民健康づくり運動として生習慣病対策などの一次予防を重視する「健康日本21」が始まった。また、スポーツ庁は2015年10月に発足して以来、スポーツ基本法の趣旨を踏まえ、スポーツを通じ「国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活」を営むことができるスポーツ立国の実現を最大の使命としている。多面にわたるスポーツの価値を高め、広く国民に伝えていくため、①スポーツで「人生」が変わる、②スポーツで「社会」を変える、③スポーツで「世界」とつながる、④スポーツで「未来」を創るという4つの観点からスポーツ参画人口を拡大し、「一億総スポーツ社会」の実現に取り組むことを提示している。2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開催が1年延期となったが、新型コロナウイルス感染症が終息に向かえば、国民のスポーツへの関心が高まることが予想される。この機運の高まりに伴い、スポーツ庁は一人でも多くの国民が、「する」「みる」「ささえる」スポーツに親しむ社会の実現を目的とし、生活の中に自然と運動・スポーツが取り込まれている「スポーツ・イン・ライフ（生活の中にスポーツを）」という姿を目指している。5年目を迎えた「シニア健康教室」は、中長期的な施策として、地域における運動・スポーツの環境づくりやエビデンスに基づく健康スポーツ施策の取組の促進を進めていく必要がある。「シニア健康教室」を通じた健康増進施策のさらなる推進のためには、複数年にわたる「運動・スポーツが健康に及ぼす影響等に関する研究」や「運動・スポーツの習慣化のための行動変容等に関する研究」などが重要であると考えられる。

人は誰でも健康でありたい、健康で長生きをしたいと願っている。健康づくりのためには、栄養・運動が大切であって、日々の暮らしの積み重ねが健康に大きく関わる。6年目となる「シニア健康教室」も進化が問われる。日々の健康維持増進への貢献は、運動・スポーツと栄養は健康維持増進に密接な関係にある。健康栄養学科として学生の深い学びになるようにコーディネートからファシリテーション能力向上のための教育と組織化を進めていきたい。そして健康栄養学科だからこそ学べる広い知識と人間力を身に付け、高齢者の心身ともに「健幸な毎日の実現」に貢献し、栄養士として栄養と食の専門家として、運動の専門家として、科学と専門的応用技術に基づく「栄養の指導」や「運動指導」に役立て、様々な方々の健康を守り、向上させることを主な使命として、健康づくりに取り組んでほしいと思う。

本活動は、十文字学園女子大学地域連携共同研究所の研究費により実施した。

### <参考文献>

- 1) 総務省統計局 <https://www.stat.go.jp/data/topics/topi1131.html> (2020年6月13日閲覧)
- 2) 厚生労働省 <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life18/index.html> (2020年6月13日閲覧)
- 3) 文部科学省 [https://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/stamina/03040901.html](https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/stamina/03040901.html) (2020年6月13日閲覧)



# 新座市の健康長寿に向けた取り組みとその評価に関する地域連携研究

The evaluation study of the community activities aiming health and longevity in Niiza City

加藤 則子<sup>1)</sup> 志村 二三夫<sup>2)</sup> 長澤 伸江<sup>3)</sup> 井上 久美子<sup>4)</sup> 布施 晴美<sup>5)</sup>  
Noriko KATO Fumio SHIMURA Nobue NAGASAWA Kumiko INOUE Harumi FUSE  
富井 友子<sup>6)</sup> 名塚 清<sup>7)</sup> 横山 徹爾<sup>8)</sup> 藤田 誠一<sup>9)</sup>  
Tomoko TOMII Kiyoshi NAZUKA Tetsuji YOKOYAMA Seiichi FUJITA

- 1) 十文字学園女子大学・幼児教育学科 2) 同・学長 3) 同・国際栄養食文化健康研究所 4) 同・食物栄養学科  
5) 同・人間発達心理学科 6) 同・人間福祉学科 7) 同・地域連携推進センター  
8) 国立保健医療科学院 生涯健康研究部 9) すこやか食育エコワーク

**キーワード：**健康長寿 健康づくり教室 効果判定

**要旨：**新座市において高齢化が進む中で、生活習慣病やそれによっておこる寝たきりや認知症等の要介護状態の人の増加が社会問題となっている。健康日本 21（第2次）を背景に、新座市では第2次いきいき新座 21 プランが策定され、食育推進をはじめとした各種行動計画に落とし込まれ、様々な取り組みが精力的に展開されている。その一つである「にいざ元気アップ広場」の参加者の特徴や自覚される体調などをとらえ、評価の手掛かりとした。

## 1 背景と目的

地域において高齢化が進む中で、生活習慣病やそれによっておこる寝たきりや認知症等の増加が問題となっている。新座市においては、多様な地域活動との連携によって健康長寿を目指したまちづくりを推進するため、新座市版健康日本 21 が策定され、各種取り組みが精力的に展開されている。

2017年6月新座市健康福祉関連4課の課長・副課長に集まっただき、協働で事業を客観的に評価していく取り組みに関するニーズを吸い上げた。国保のヘルスアップ事業の策定と評価に関する話題も出たが、特に介護保険課から、介護予防・生活習慣病予防・健康増進のための地域の健康づくりを目指した健康のまちにいざ推進事業「にいざ元気アップ広場」の事業評価の要望があった。

介護予防・生活習慣病予防・健康増進のための「にいざ元気アップ広場」は65歳以上で健康増進に関心のある市民を対象とし、内容は新座市民総合大学「健康増進学部健康づくり学科」修了生が「にいざの元気推進員」としてインストラクターを務め、チェアエクササイズを中心に行っている。市内20か所の集会場等の会場で、月1回か2回実施されている。保健師等による健康増進ミニレクチャー（ワンポイントアドバイス）も同時に行う。同事業は平成29年度に開始より4年目を迎え、年間延べ参加者数も8千を超える広がりとなっていることから、文部科学省「地（知）の拠点整備事業」の一環として、事業についての評価研究を開始した。令和元年度からは、地域連携共同研究所のプロジェクトとして、活動を継続している。

## 2 研究計画と方法

### 2.1 調査内容

調査計画に先立ち、新座市介護保険課の厚意で事業への参加状況のリストの情報提供を受けた。平成26～28年度において、それぞれの参加者がどの会場のいつの事業に参加したのかを丸印で示して作成したリストである。これにより参加者の特性をとらえることとした。

質問紙による調査内容の設定に当たっては、医中誌1987年以降で「健康づくり事業×評価」で検索し、290件ヒットしたうち要旨から判断して21件の本文に当たった。その中で3件の文献の内容

を参考に質問紙を作成した。設問内容は、最近の健康状態、事業への参加状況、参加してからの変化、参加のきっかけや事業への希望等である。

## 2. 2 質問紙調査の対象

調査票は、新座市いきいき健康部に協力を依頼し、「にいざ元気アップ広場」参加者に質問紙を手渡していただくこととした。同じ人に二度以上手渡すことが起こる可能性を 50%、回収率 50%とした場合、500 件の回答を得る場合には、2000 人に配布する必要があることが見込まれた。

2018 年 3 月以降 2019 年 6 月まで、のべ 25 か所の会場で実施された「にいざ元気アップ広場」参加者に調査票を手渡していただいた。2018 年 4 月までに 149 名からの回答があり、これに関する集計結果は日本公衆衛生学会総会にて一般演題としてポスター発表したほか、COC 成果論文集にも論文としてまとめた。その後 2018 年 10 月までにさらに 83 名から、次いで 2019 年 7 月までに 27 名からの回収があり、計 259 名からの回答を解析の対象とした。

## 2. 3 調査および集計の方法

提供を受けた平成 26～28 年度の参加者状況リストは、1186 人の全参加者について、20 か所あるどの会場のどの会の事業に参加したのかを丸印で示してあるエクセルファイルである。これをもとに、会場ごとに、3 年間で何回参加した人が何人いたかを集計した。また、すべての会場を合計して、全体での参加回数別の人数の分布を取った。

複数の会場に参加した人もいたため、何か所の会場に参加したかについて人数の分布を取った。また、全体での参加回数別に、参加した会場数の内訳を取った。

質問紙調査においては、新座市の協力を得て会場で質問紙を手渡し、自宅で回答し、返信用封筒を用いて郵送によって返送してもらった。回答に要する時間は 10 分程度である。

参加者の身長と体重の平均は平成 28 年国民健康・栄養調査と比較した。

最近の心身の健康と各項目との関連をみるために、「現在の健康状態は良好だ／今の生活に満足している／睡眠が充分にとれている／ストレスは解消できている／趣味や稽古などの生きがいがある」の 5 項目への答えに対する得点を「そのとおり 1 ややそうだ 2 ややちがう 3 ちがう 4」とし、その合計を 12 以上と 11 以下に分け、検討した。

有意性の検定には $\chi^2$ 二乗検定を用いた。

## 2. 4 倫理的配慮

本調査研究は、十文字学園女子大学研究倫理委員会の承認を得て行った。

# 3 結果の状況

## 3. 1 参加者リストからの集計結果

平成 26～28 年度の参加状況リストからは、以下のことが分かった。会場ごとの参加回数別の人数の分布を図 1、図 2、図 3 に示す。20 か所の会場を、新座市都市計画マスタープラン(2001～2020)による地区に従って分け、北東・北西地区にある 7 会場については図 1 に、東部・中部・西部地区にある 7 会場については図 2 に、南部・南西地区にある 6 会場については図 3 に示す。各折れ線が各会場に対応する、参加回数 1 回のみという人数がいずれの会場においても多かった。2, 3, 4 回参加した人は 1 回参加した人の半分以下、5 回以上参加した人は各会場ほぼ 5 人以下というように参加回数とともに減少していく傾向が一般的にみられた。一方で、図 2 (東部・中部・西部地区)の地区では 2 回以降の減りが他の会場に比べて緩やかで、繰り返し参加する人が比較的多い地区もあることが分かった。

全会場を合計した、全体での参加回数の分布が図 4 である。参加回数を 5 回区切りで示してある。1～4 回が 636 人と半数以上で、回数刻みがひとつ上がると人数が半数に減っていくような傾向が見られた。

複数の会場に参加している人が見られたので、参加している会場の数による人数を調べた(図 5)。大半の 905 人は 1 か所の参加だったが、2 か所参加した人が 203 人、3 か所以上の会場に参加した人も数十名いた。

トータルの参加回数別に参加した会場の数の内訳についてみた(図6,7)。1~4回、5~9回参加の人はほとんど1か所の参加だったが、5~9回参加の場合やや2か所以上の割合が多かった。10回以上と参加回数が増えると1か所のみの割合は参加回数とともに減り、15~19回参加者では1か所が半数、25~29回では全員が2か所以上の参加であった。

※図1~図7：平成26~28年度の参加者集計

※図1~図3：各折れ線が各会場に対応する。

図1 会場ごとの一人当たりの参加回数の分布  
(北東・北西地区7か所)

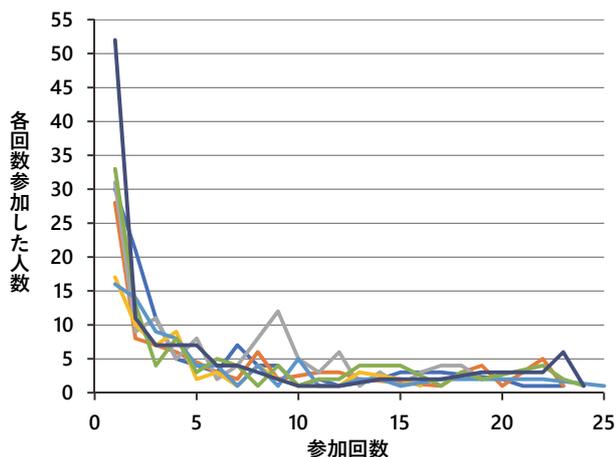


図2 会場ごとの一人当たりの参加回数の分布  
(東部・中央・西部地区7か所)

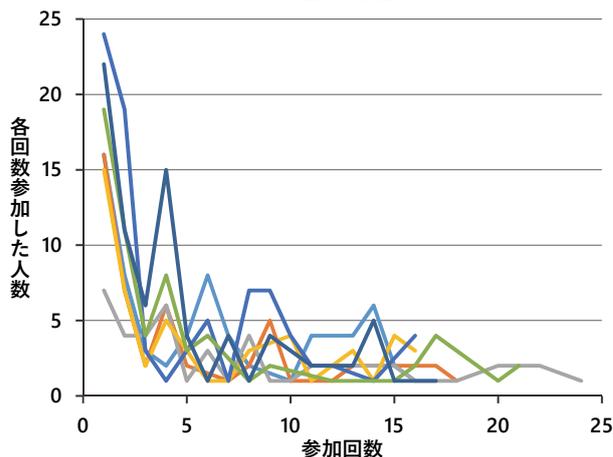


図3 会場ごとの一人当たりの参加回数の分布  
(南部・南西部地区6か所)

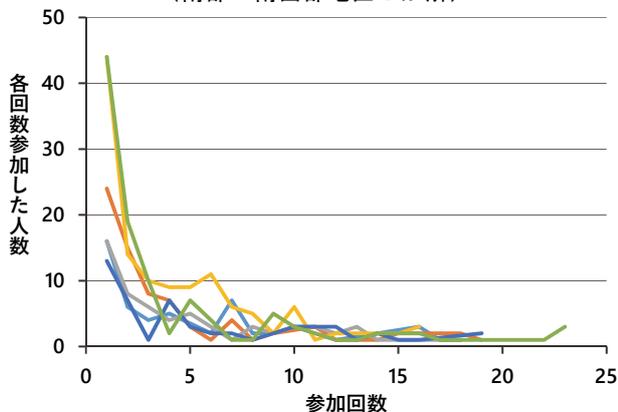


図5 参加した会場の数別人数

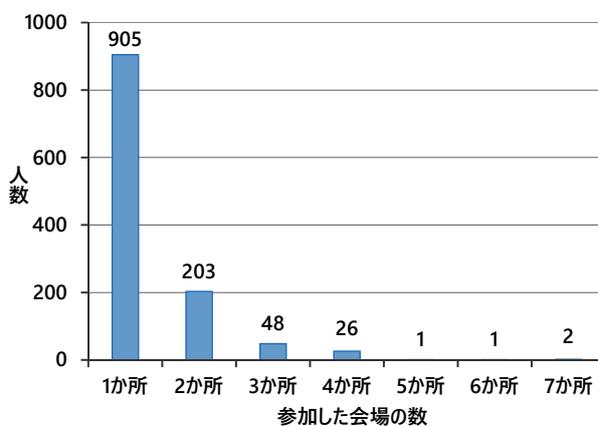


図4 全体での一人当たりの参加回数の分布

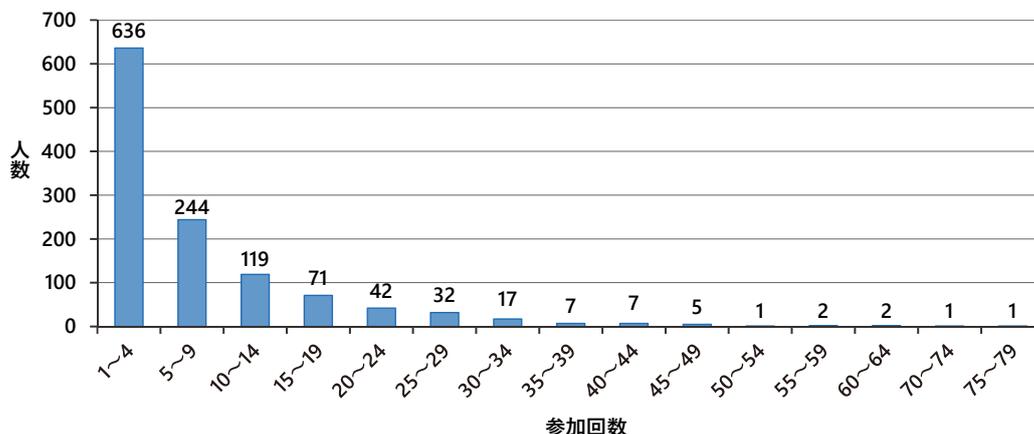


図6 個人の総参加回数別（9回まで）参加した会場数別人数

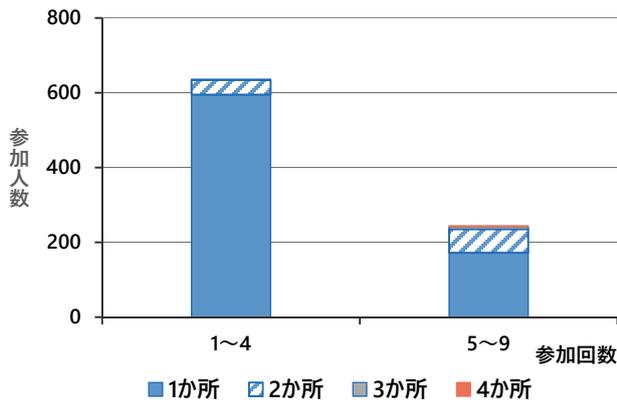
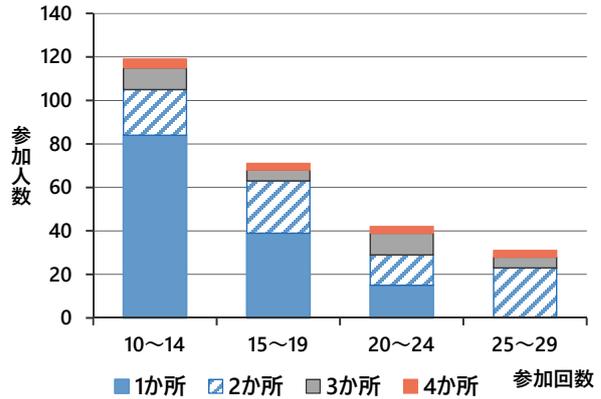


図7 個人の総参加回数別（10回以上）参加した会場数別人数



### 3. 2 質問紙調査の集計結果

2018年3月から実施された事業への参加者259名の回答を分析した結果は、149人についてまとめた一次的な結果とほぼ同様の結果となったが、追加集計によって若干異なった結果の見られた項目もあった。

女性が226名（87.3%）、年齢は75.9±5.3（平均±標準偏差）歳であった。参加を始めた年齢と現在の年齢の分布のピークには数年の差があった（図8）。同居家族は、夫婦二人の場合が多く、続いて子供と同居、一人暮らしの順であった（図9）。回答時の自己申告の身長・体重の平均は、平成28年国民健康栄養調査結果と有意な差はなかった（図10-1, 10-2）。現在の健康状態を良好としたものが78名（30.1%）、やや良好としたものが130名（50.2%）で合わせると8割を超えた（図11）。参加の目的として、83.4%のものが運動不足解消を挙げた。生活習慣病予防や友達・仲間づくり等がそれに続いた（図12）。これまで利用した回数は175名（67.6%）が10回以上だった（図13）。

※図8～図13：平成29年度以降の参加者への質問紙調査結果追加分を含めた集計

図8 参加者の年齢分布

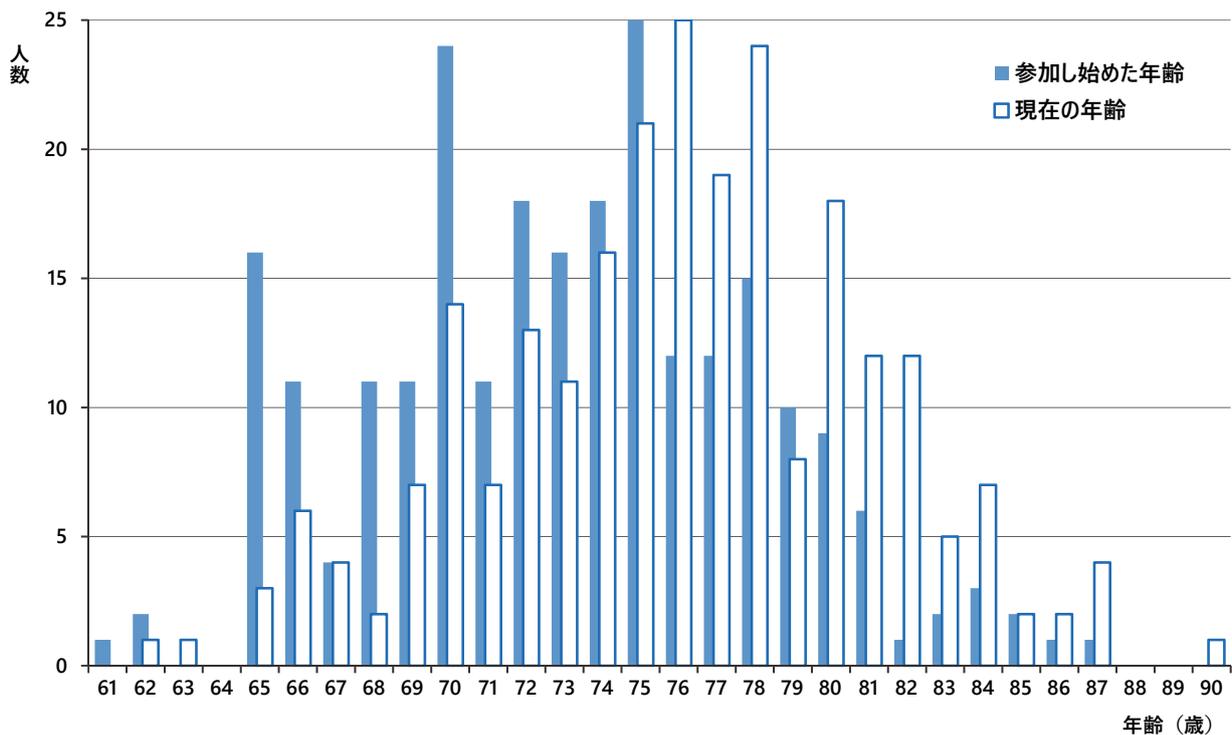


図9 同居家族



図10-1 性年齢階級別の体重平均 (kg)

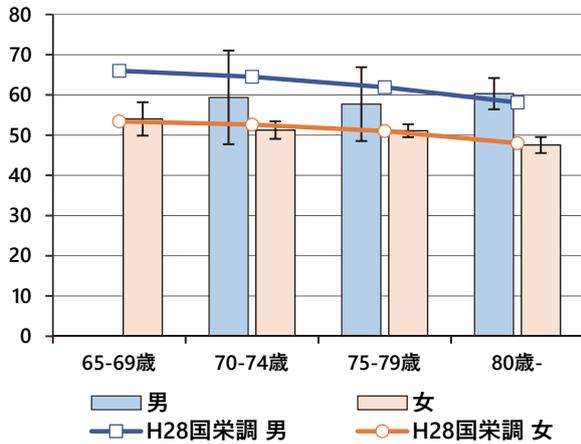


図10-2 性年齢階級別の身長平均 (cm)

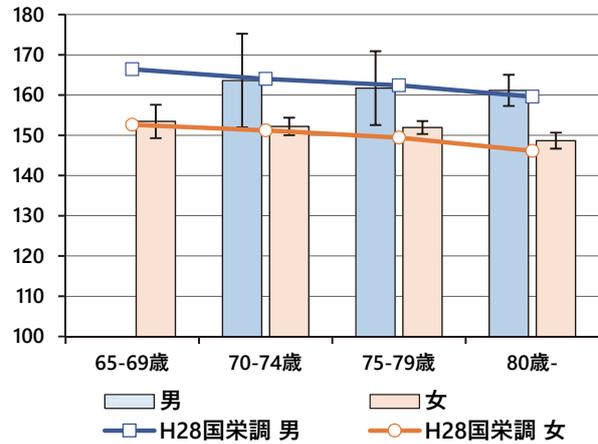


図11 参加者の健康状態



図12 利用目的 (複数回答)

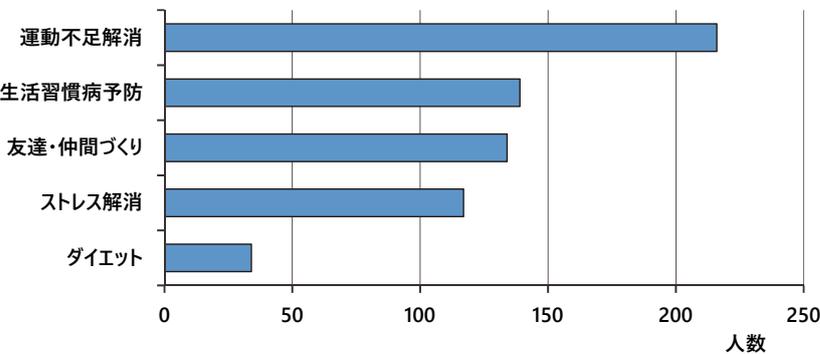


図13 これまで参加した回数



最近の健康状態と調査項目との関連を見たところ、149人からの集計の時点と比較してより良い健康習慣によって健康状態が良くなるという傾向に変わりはなかったが、有意差が出た項目が変わり、外出の頻度と、軽い外出や散歩に関しては有意差がなくなった一方で、一日3回の食事に関しては差が有意となり、合計得点12点以上のより健康でないグループで有意に1日3食しっかりとっている頻度が有意に少なかった。参加前の関節痛がより健康でないグループが多かったことに関しては、149人の集計時に比べて差の有意水準が上がった(表1)。参加によって新たに生活習慣で取り組むようになったものとして、運動面では以前より歩くようになったとしたものが、食事面では栄養バランスに配慮としたものが、健康管理面では血圧を測定するとしたものが最も多かった

(図 14-1, 14-2, 14-3)。食事面では、149 人の集計では油脂(油分)を控えるとした人がわずかな差で一番多かったが、若干の順位が変わったと言える。参加後に検査値が安定したものが 34.4%で最も多く(図 15)、参加することでの日常生活の変化として、気持ちが前向きになったものが 47.1%で最も多かった(図 16)。

参加したワンポイントアドバイスのテーマとしては、脳トレーニング、認知症予防、感染予防が多く、5割以上が参加していた(図 17)。差はわずかであるが、149 人の集計時に比べて、認知症予防が 1 位から 2 位に、インフルエンザ・ノロ感染予防が 2 位から 3 位に、脳生き生きトレーニングが 3 位から 1 位に、変化していた。自由記載による事業への要望では、回数をより多くしてほしいというのが、極めて多かった。

※図 14～図 17：平成 29 年度以降の参加者への質問紙調査結果追加分を含めた集計

表 1. 最近の健康状態と有意な関連が見られた項目

|         | 得点の合計   |      |       |      |      |     |
|---------|---------|------|-------|------|------|-----|
|         | 11点以下   |      | 12点以上 |      |      |     |
|         | 例数      | 割合 % | 例数    | 割合 % |      |     |
| 1日3食の食事 | 毎日      | 184  | 95.3  | 36   | 80.0 | **  |
|         | 週に4～6日  | 6    | 3.1   | 7    | 15.6 |     |
|         | 週に2～3日  | 2    | 1.0   | 1    | 2.2  |     |
|         | ほとんどしない | 1    | 0.5   | 1    | 2.2  |     |
|         | 合計      | 193  | 100   | 45   | 100  |     |
| 参加前の関節痛 | あり      | 81   | 41.5  | 37   | 78.7 | *** |
|         | なし      | 114  | 58.5  | 10   | 21.3 |     |
|         | 合計      | 195  | 100   | 47   | 100  |     |

\*\* p<0.01 \*\*\* p<0.001

図 14-1 運動面で気を付けるようになったこと (複数回答)

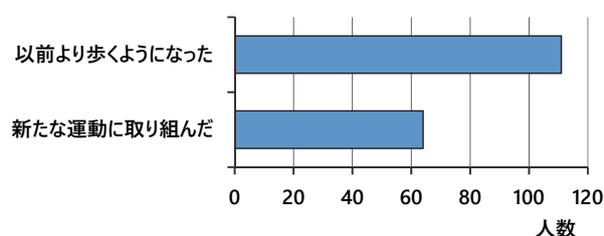


図 14-2 食事面で気を付けるようになったこと (複数回答)

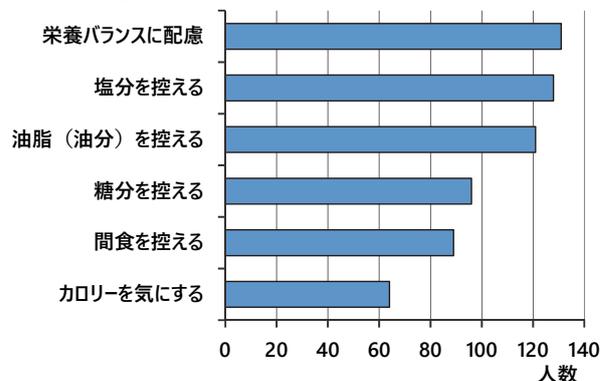


図 14-3 健康管理面で気を付けるようになったこと (複数回答)

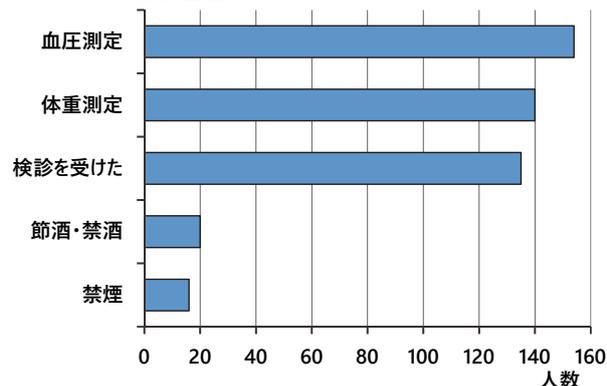


図 15 病気や症状の改善 (複数回答)

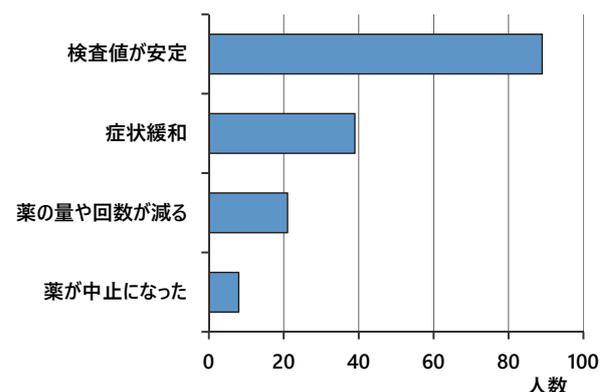


図 16 日常生活の変化（複数回答）

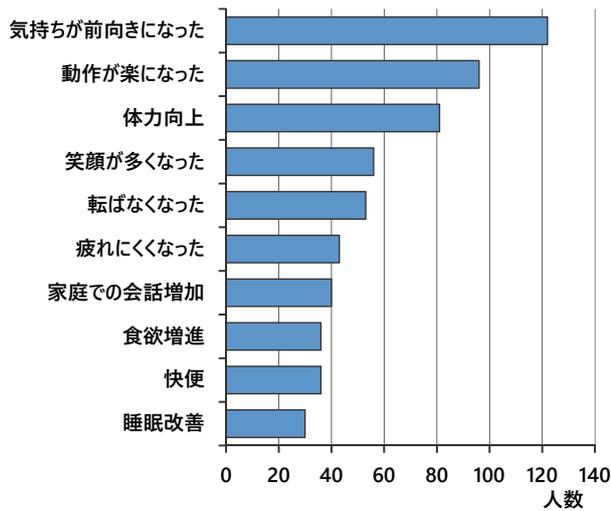
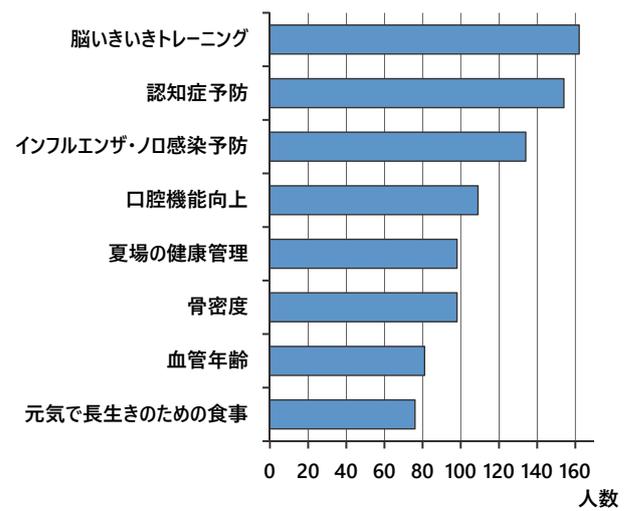


図 17 聴講したワンポイントアドバイス（複数回答）



#### 4 まとめ

平成 26～28 年度の参加者リストの集計では、10 回以上の参加者は 2 割に満たないわずかなものであったが、質問紙調査に回答した人の中では、10 回以上の参加者が半数以上であった。平成 28 年度まで参加回数の少なかった人は平成 29 年度以降あまり参加しなくなっているのか、質問紙に回答した人が参加回数の多い人に偏っていたのか、詳細は不明である。今後の検討の課題である。

参加者のほとんどが女性ですでに繰り返し事業に参加しているという参加者の特性が浮かび上がった。質問紙調査では、参加によって知識や意識がある程度変容していることも分かった。参加者はそれ相応の健康度であることが示唆された。より効果的な事業展開に生かせるよう、分析を更に進める一方で、参加回数の少ない人や、参加しない人の実態について、より詳細に把握する必要があると考えられた。

ご協力くださいました新座市介護保険課の職員の皆様、調査に協力して下さった皆様に感謝いたします。

#### <参考文献>

- ・猫田 泰敏、1998、健康増進事業の評価指標、保健婦雑誌 15(2):102-106
- ・芝田 ゆかり、2010、総合型地域スポーツクラブを活用した運動啓発事業の評価、社会福祉学研究 5号:57-65
- ・園田 真弓、吉元 洋一、島田 裕之、2014、地域在住高齢者を対象とした運動介入の効果検証 鹿児島市における二次予防事業の統計分析、理学療法科学 29(5):739-743
- ・願法 廣典、佐藤 学、小国 晶、大山 雅子、清水川 亜季、2010、横手市が取り組む「健康の駅事業」について 健康の駅よこてトレーニングセンター利用者健康調査の報告、秋田理学療法 18(1): 43-49



十文字学園女子大学  
地域連携共同研究所年報 第5号

発行日 令和2年11月

発行 十文字学園女子大学 地域連携共同研究所  
〒352-8510 埼玉県新座市菅沢2-1-28  
TEL 048-477-0555(代)

印刷・製本 株式会社たじま  
〒357-0045 埼玉県飯能市笠縫353-3

