

～ 日本看護系学会協議会連携事業 ～  
公益社団法人日本看護科学学会 平成25年度 災害看護支援事業

## 事業完了報告書

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

所属機関： 宮城大学

代表者名： 佐々木久美子

## ■ 事業内容

事業の内容、手法、場所、対象者とその人数などを具体的に記載すること。

### 1. 活動の経緯および目的

本学は宮城県南三陸町における災害支援の一環として、学生、教職員による高齢者を対象とした健康支援のボランティア活動を継続実施している。昨年度は、南三陸町の健康課題の一つである生活不活発病予防をテーマに保健師、地区組織の人々と共に活動を展開しシステム化を図ってきた。今年度は、昨年度作ったシステムの充実を図り、被災地の大学として中長期にわたり支援活動を展開できるための方策を検討することとした。

### 2. 活動内容

#### 1) 健康支援活動に向けての事前打ち合わせ

##### ○ 役場保健師・地区長との打合せ

- 平成 25 年 4 月、南三陸町地域包括支援センター保健師と 1 年間の高齢者支援の活動内容について打ち合わせを行った。今年度も住民の方々が「生活不活発病予防」の必要性を理解し、日ごろの生活の中で無理なく体を動かすことができるような活動を展開することとした。
  - 活動はこれまで実施してきた「スマイル健康塾」(目的：町内外の高齢者同士の交流を図る)、さらに昨年度は雨天のため具体化できなかった「畑づくり(野菜と花を育てる：スマイル農園)」(目的：仮設住宅から外に出て体を動かす)を行うこととした。
  - 南三陸町地域包括支援センター、歌津上沢地区地区長、畑作業指導者、大学教員により進め方について打ち合わせを実施した。また、作業終了後の 1 月には住民の代表の方も含め畑作業にかかわった人たちが集まり反省会と次年度の計画を行った。
  - 畑は、平成 23 年度から宮城大学が被災地支援として介入している南三陸町歌津上沢地区の地区長から 150 坪の畑を無料で借用し耕作した(「スマイル農園」とした)。また、作業中の休憩・トイレ等も区長宅を提供していただくこととなった。
  - 野菜作り等の畑作業は学生だけではなく教職員も初めてのことであったため、同じ上沢地区に在住の方にご指導をいただき、また、1 週間に 1 度は野菜の様子を確認して頂くこととした。
  - 仮設住宅在住の住民の方々の生活不活発病予防に役立つことが目的であるため、南三陸町地域包括支援センター保健師の協力のもと、役場が要請しているサポーターの協力を得て活動を展開することとした。
- ##### ○ 借用した畑の整地は全て人の手で行う必要があり、学生・教職員では時間がかかりすぎるため、ボランティア活動を希望していた岩手県立一関第一高等学校・付属中学校の協力を得た。収穫祭までを入れ 4 回の参加となった。
- ##### ○ 活動に参加する高齢者、学生は役場、大学が保険に加入した。

#### 2) 畑作業

##### ① 畑の整地作業

- 休耕地の畑だったため、畑の土をすべて掘り起し、石、雑草の根をすべて取り除く作業から始まった。とても大変な作業で、学生と教職員だけでは苗を植えるまでに整地を完了することが難しいと思われたので、待機していただいていた現地の高齢者、岩手県立一関第一高等学校、付属中学校の生徒の協力も得て実施した。
- 整地は 4 月から 5 月に計 4 回実施した。整地を行う度に区長が毎回トラクターで土を掘り起こし作業しやすくなるように手伝ってくれた。

##### ② 畑に野菜の苗、花の苗および種を植える

- 歌津上沢地区の民生委員の指導のもと、5 月 25 日、6 月 29 日に野菜、花を植えた。野菜コーナーには、なす・ピーマン・かぼちゃ・枝豆・さつま芋を植え、花コーナーにブルーサルビア・マリーゴールド・向日葵などを植えた。
- 参加者は、現地の高齢者・サポーター、学生、教職員、岩手県立一関第一高等学校、附属中学校の生徒・教員、役場保健師の参加を得て実施した。

##### ③ 野菜の収穫と畑の草取り

- 6 月から 10 月末まで、現地の高齢者の方々は 1 週間に 1 回、大学の学生・教職員は 2 週間に 1 回の割合で野菜の収穫、草取りを実施した。高齢者の方々は、草取りをしながら、なす、ピーマ

ンなどを収穫や、新しくねぎ、白菜を植えた。

- ・高齢者の活動には熱射病等の心配もあり、役場の保健師または看護師の資格のあるサポーターが付き添い実施した。
  - ・高齢者の送迎は、宮城大学が所有するバスを使用したほか、都合がつかないときは役場の保健師、サポーター等の車に同乗し現地に集合した。
- 参加した高齢者は、草取りなど野菜の世話をしながら話したり、作業が終わった後、地区長宅で休憩を取り様々な話をし気分転換を図り毎回の参加が楽しみになっていた（参加者の感想から）。

### 3) 収穫祭

#### ① 第1回収穫祭（7月20日）

- ・じゃがいもを収穫。
- ・参加者（27名）：  
現地の高齢者（10名）・サポーター（3名）、大学教職員（10名）、愛知医科大学看護学研究科の教員（2名）、院生（2名）

#### ② 第2回収穫祭（10月20日）

- ・さつまいも、里芋、カボチャを収穫。
- ・今まで使っていなかった土地での野菜作りであるため収穫は期待していなかったが、さつまいも、里芋は30名の参加者に配っても、収穫箱2個分余るほどであった。作業終了間際に雨が降ってきたが、昼食は畑提供者の区長宅で収穫した野菜を使って郷土料理（さんまのつみれ汁等）を作って食べた。
- ・参加者（23名）：  
現地の高齢者（10名）、役場保健師（2名）、宮城大学学生、教職員（11名）。

#### ③ 第3階収穫祭（11月24日）

- ・今年の野菜作りに参加した人たち131名が一堂に集まり、全ての野菜を収穫し、また、来年に向けて畑の整地を実施した。畑の所有者である現地の区長がトラクターで掘り起こし冬の準備が完了した。また、近くの集会所で収穫した野菜を使って昼食を食べながら交流を深めた。

参加者（131名）：

現地の高齢者（32名）・サポーター（3名）、グループホーム入居者（4名）、岩手県立一関第一高等学校・付属中学校の生徒・教員（50名）、役場保健師（2名）、宮城大学学生、教職員（40名）。

- ・参加者の感想：

住民の方々：

畑に来て仲間と作業をしながらいろいろな話をし、野菜が育つようにと作業することに喜びを感じている。

自分の孫の年代の人たちと話ができて楽しい時間が過ごせた。

学生：

夏季休暇前の定期試験前後なかなか時間が取れず、都合のつく学生の参加のみとなったが、高齢者と作業をともにしながら南三陸町の歴史・文化を教えていただく等学ぶことがたくさんあった。

自分たちがやっていることが本当に高齢者の役に立っているのか疑問に思うこともあった。

高校生・中学生：

何かをしなくてはと気負って参加したが、自分たちの方が高齢者の方に話を聴いていただいて、逆に勇気づけられた。

じっくり話を聴いていただいて、いつのまにかそれが人生相談に発展した。

### 4) 震災時を想定した炊き出し訓練（5月25日）

- ・上沢地区地区長の指導のもと震災時を想定し、100食分のカレーライス・豚汁を作った。
- ・電気、ガスが使えないという想定のもとで、まきストーブを使用して作った。

### 5) スマイル健康塾の実施

- ・スマイル健康塾は平成23年から年2回継続して行っている。通算すると今年度で6回目の開催となった。

### ① 第5回スマイル健康塾

- ・開催日時：平成25年9月20日（金）9時30分～14時30分
- ・参加者：146名  
南三陸町内外の仮設住宅在住高齢者・山間地域の高齢者（98名）、  
サポーター・役場保健師（10名）  
宮城大学学生（23名）・教職員（5名）、兵庫県立大学学生（9名）・教職員（1名）
- ・内容：  
学生によるすすめ踊りとゲーム、役場保健師による軽運動、  
全体交流会（住民による歌・踊り）
- ・参加者の反応：  
宮城大学のサークルの1つである「娘すすめ」の踊りは、住民の方々に喜んでいただけ、踊り方の手ほどきを行い一緒に踊り楽しんでた。また、町外の仮設の方の参加もあり、久しぶりに会ったと話に夢中であった。  
昨年度末から住民の方々が踊りや歌を披露するようになり、今回もグループで踊りの準備をして披露していた。  
家族、親せき、友人等をなくされた方々もいるが、今回で5回目であるが少しずつ笑顔が見えるようになってきたと思われる。

### ② 第6回スマイル健康塾

- ・開催日時：平成26年2月22日（土）10時～14時30分
  - ・参加者：177名  
南三陸町内外の仮設住宅在住高齢者・山間地域の高齢者（124名）、  
サポーター・役場保健師（6名）  
宮城大学学生（31名）・教職員（6名）、兵庫県立大学学生（9名）・教職員（1名）
  - ・内容：  
学生によるすすめ踊りとレクリエーション、役場保健師による講話、  
全体交流会（住民による歌・踊り）
  - ・参加者の反応：  
平成23年度から始まった「スマイル健康塾」に毎回参加している。参加することが楽しみになっているので来年も来てほしい。  
学生さんからたくさんの元気をもらえる。毎回楽しみで、次も来たい。  
仮設の中にいることが多く、体がなまってきているように思う。すすめ踊りを教えてもらえて楽しかった。  
いろいろなところから集まるから、何十年ぶりにあった人がいた。
- このスマイル健康塾を立ち上げた4年生の最後の活動となるということから、「何かお祝いをしたいね」という話が持ち上がり、踊りや歌の披露、プレゼントの贈呈があった。学生も参加者もこの3年間を振り返るひと時となった。震災は4年生がちょうど2年生になる春のことであり、仲良しの同級生を失い、「自分たちにできることは・・・」と、本来であれば、学業とボランティア活動と

### 6) 活動反省会

- ・平成26年1月31日、地区長宅に今年度活動に参加した団体の代表、住民が集まり反省会および次年度の計画を立てた。活発な意見が出された（詳細は別紙のとおり）。
- ・高齢者は他人の畑に来て勝手なことをするのに抵抗があったことが初めてわかり、再度活動の趣旨を説明した。
- ・参加者（16名）：  
現地の高齢者（3名）・サポーター（にこにこ支援隊 3名）、畑提供者・指導者（2名）  
岩手県立一関第一高等学校教員（1名）、役場保健師（2名）、宮城大学教員（5名）。

## ■ 事業成果

できるだけ具体的に記載すること。

### 1. 中長期にわたる健康支援活動を展開するためのシステムづくり

- ・南三陸町の保健活動は徐々にこれまでの機能を取り戻しつつある。しかし、震災関連の業務も多々あり、高齢者の健康課題への対応に苦慮している。
- ・宮城大学は平成23年9月から南三陸町において役場保健師と相談の上健康支援活動を行ってきた。今年度は中長期にわたる健康支援を継続して行うためのシステムを構築していくことを目的に活動を展開してきた。
- ・役場保健師からの提案は、年2回の「スマイル健康塾」を基軸にして活動していただいたが、今年度は加えて「高齢者が日常生活の中で自然に体を動かすことができるように、畑で野菜をつくることは可能だろうか」という提案があった。この件は、昨年度にも提案され試みたが、雨等の為、造成した畑の土が流れるなどしたため実現が不可能であった。そこで、今年度は、宮城大学が平成23年度当初からお世話になっている南三陸町歌津地区の山間部に位置する上沢地区の地区長の協力を得て、畑を無償で借用し活動を展開した。
- ・野菜づくりは、学生も教員も初めてのことであり現地で野菜を作っている方に協力をもとめ、畑の整地の仕方、野菜の選び方、植える時期を教えていただいた。また、野菜は手をかけないと育たないことを教えていただいたがとても片道2時間かけて通うことは難しいため、野菜の管理も依頼した。
- ・畑は長く使われていない土地の為、人力により掘り起し整地しなければならない、その作業は宮城大学と畑づくりをしたいと希望する高齢者だけではとても難しく、新たにボランティア活動を希望している高等学校、附属中学校にも参加していただくこととなった。さらに、保健師が参加しなくても高齢者が参加できるように現地の方をサポーターとして協力を求め「にここ支援隊」を結成した。支援隊のメンバーには看護職もいて参加した住民の健康管理も可能であった。また、野菜作りに興味があるが被災して畑を失った人もおり意欲的に協力していただいた。
- ・宮城大学、南三陸町役場が核となり、高等学校・付属中学校、にここ支援隊、地区組織、畑作業指導者が一体となって活動を展開した。さらに今後活動を継続していくために関係団体が集まり反省会を開催した（詳細は別紙のとおり）。
- ・今年度は地元の高齢者が主体的に活動するまでに至らなかったが、反省会では、各団体の役割が明確となり次年度に結びつけることが可能となった。
- ・次年度は、サポーターが核となり、今後の方向性を参加している高齢者同士で話し合い、活動の方向性を明らかにしたうえで継続できるよう支援が必要と考える。

### 2. 学生ボランティア組織の育成

- ・学生ボランティア組織が結成され3年が経過し立ち上げた学生たちが今年度卒業した。昨年度も学生間の引継ぎが十分ではなく、また、今年度は畑の作業も入りタイムリーな活動展開とはならず、教員が補うことが多々あった。学生たちは活動にたいして意欲がないのではなく、むしろ自分たちが今できることを被災地の大学としてやらなくてはならない、やりたいという思いがある。しかし、学業とアルバイト、サークル活動と多忙な中において、特に天候に左右される畑の活動はとても難しく悩んでいる状況にある。
- ・次年度は、立ち上げた学生も卒業したこともあり、年度当初に改めてボランティア活動の経緯、今後の方向性について説明し、今後の活動の在り方とうについて話し合う必要があると考える。