

話しにきーまい、ふれあいプロジェクト

代表者 塩淵 美輝（医学部看護学科4年）

1. 目的と概要

本プロジェクトは、地域に暮らす高齢者と学生・高校生との世代間交流の機会を創出し、高齢者の健康意識の向上と社会的孤立の予防を目的として実施したものである。

香川県は高齢化が進行しており、地域で健康に生活し続けるためにはセルフケアの促進や人とのつながりが重要である。しかし、高齢者が健康について相談したり、他世代と交流したりする機会は限られている現状がある。

そこで本活動では、「話しにきーまい、ふれあいプロジェクト」として、三木町のさんさん館みきにおいて、バイタルサイン測定や体操、交流会を通して健康づくりと対話の場を提供した。



△初回ミーティング



△高校生との実技演習



△ふれあい交流会実施



2. 実施期間（実施日）

実施期間

令和7年5月1日から 令和8年3月31日まで

実施日

令和7年8月2日(第1回)

8月23日(第2回)

11月8日(第3回)

11月15日(第4回)

令和8年3月29日(第5回)

3. 成果の内容及びその分析・評価等

本活動には計50名が参加し、そのうち65歳以上の高齢者が54%を占め、地域高齢者を中心とした活動となった。

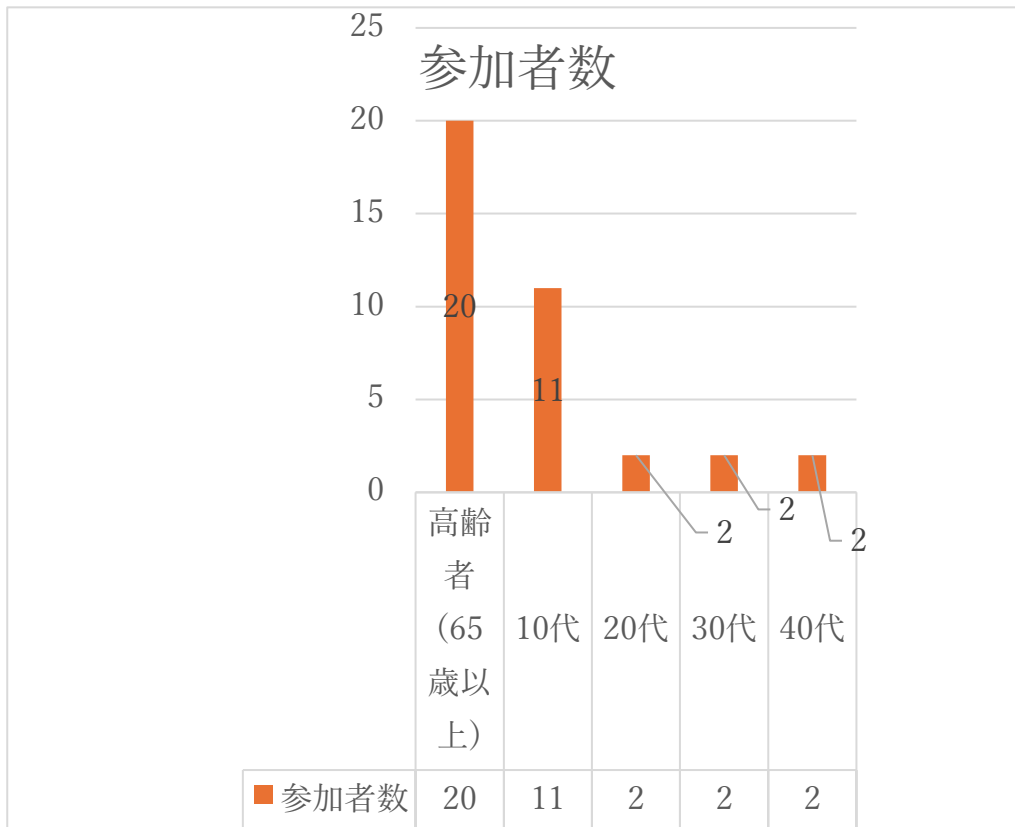
活動終了後に実施したアンケートでは、「またこのような会があれば参加したいと思いませんか」という問いに対し、40名(80%)が「ぜひ参加したい」、10名(20%)が「できれば参加したい」と回答し、「どちらでもない」「あまり参加したくない」と回答した者はいなかった。この結果から、本活動は参加者全員にとって前向きに受け止められ、高い満足度が得られたと考えられる。自由記述においても、「参加してよかった」「楽しかったし、元気をもらえた」といった意見が多くみられ、身体面のみならず心理面にも良い影響を与えたことが示唆された。

本活動の目的は、第一に高齢者の健康意識の向上、第二に世代間交流の促進であった。健康意識の向上に関しては、「自分の体の状態を知ることができた」との意見があり、健康チェックや運動を通じてセルフケアへの意識が高まった可能性が示された。これは、疾病予防や生活の質の向上につながる重要な契機であると考えられる。

また、世代間交流の促進に関しては、「元気をもらえた」「また参加したい」といった意見から、学生との交流が心理的充足感や社会的つながりの形成に寄与したことが示唆された。特に、孤立しやすい高齢者にとって、対話の機会を持つことの意義は大きいと考えられる。

さらに、本活動は参加した高齢者のみならず、運営に関わった高校生および大学生にとっても有意義な学びの機会となった。高校生からは、「参加してよかった」「看護系の大学に進学することを決めた」といった意見があり、本活動が看護職への関心を高め、進路選択に影響を与えた可能性が示された。大学生からは、「高校生に教えることで知識の定着や再確認につながった」「地域住民と話すことで患者さんの退院後の生活を具体的にイメージできた」といった意見があり、教育的側面および地域理解の深化が確認された。

以上より、本活動は高齢者の健康意識向上や孤立予防に寄与しただけでなく、若い世代のキャリア形成や専門職としての学びの深化にも効果をもたらしたと考えられる。すなわち、本プロジェクトは地域住民と若い世代双方にとって意義のある、双方向的な学びの場となったと評価できる。



△今回の活動に参加された人数と年齢

4. この事業が本学や地域社会等に与えた影響

本事業は、地域住民と学生をつなぐ実践的な学習機会となり、地域包括ケアシステムの一端を担う活動として意義のある取り組みとなった。

地域においては、高齢者が気軽に健康相談や他世代との交流を行うことができる場を提供したことで、健康意識の向上や社会的孤立の予防に寄与したと考えられる。特に、日常的に医療機関を受診するほどではない軽度の健康不安や生活上の悩みについても相談できる機会となり、地域で安心して生活し続けるための支援の一助となった。また、多世代が関わる場を創出したことで、地域内のつながりの再構築や、支え合いの意識の醸成にもつながったと考えられる。さらに、本事業は一過性のイベントにとどまらず、継続的な交流の必要性を地域に示す契機ともなり、今後の地域活動や健康づくりの取り組みへと発展する可能性を有している。

本学においては、看護学生および医学部生が地域に出て主体的に活動することで、講義や実習だけでは得られない実践的な学びの機会となった。地域住民との直接的な関わりを通して、対象者の生活背景や価値観を踏まえた支援の重要性を理解することにつながり、地域志向型教育の推進に寄与したといえる。

また、高校生ボランティアとの協働により、教育的な波及効果もみられ、将来の医療人材育成という観点からも意義のある取り組みとなった。加えて、本活動は学外からの評価（例：キャタピラーSTEM 賞受賞）にも結びつき、本学の地域貢献活動の可視化および社会的評

価の向上にも寄与したと考えられる。

以上より、本事業は地域社会における健康支援と交流促進に貢献するとともに、本学における実践的教育および社会的評価の向上の両面において、意義のある影響をもたらしたといえる。

5. 自分たちの学生生活に与えた影響や効果等

本活動を通して、地域で生活する高齢者の実際の姿に触れ、病院内では見えにくい生活背景や価値観への理解が深まった。実際に地域住民と関わることで、疾患だけでなく、その人の生活や人生に目を向ける重要性を実感する機会となった。

また、本活動は単なる実践にとどまらず、事前の学習や準備、実技練習、実施、振り返りという一連のプロセスを繰り返す中で進められた。このような「学習—実践—振り返り」の循環を通して、知識を実際の場面で活用する力が養われるとともに、経験を次の行動へとつなげる力の向上につながった。特に、高校生に対してバイタルサイン測定やコミュニケーション方法を指導する経験は、自身の知識の再確認や理解の深化に寄与した。人に教える立場になることで、曖昧であった理解が明確になり、説明力や対人コミュニケーション能力の向上にもつながった。さらに、ナラティブな関わりを通して、対象者の語りに耳を傾けることの重要性を実感した。高齢者との対話の中で、その人のこれまでの人生や価値観に触れることで、単なる情報収集ではなく、「その人らしさ」を理解する看護の在り方について考える契機となった。加えて、活動後の振り返りを通して、自身の関わり方や対応を客観的に見直すことができ、次の実践に向けた課題を明確にすることができた。このような経験の積み重ねにより、実践力のみならず、自己省察力の向上にもつながったと考えられる。

6. 反省点・今後の展望（計画）・感想等

本活動は一定の効果を示した一方で、いくつかの改善点も明らかとなった。第一に、効果の客観的評価が十分ではない点である。今回は参加満足度や自由記述を中心に評価を行ったが、今後は活動前後での血圧や握力、フレイルチェックなどの健康指標を用いることで、数値としての変化を把握し、より客観的に効果を示す必要があると考える。第二に、活動の継続性の確保である。本活動は今年度を通して複数回実施してきたが、単年度で終わらせるのではなく、継続的な取り組みとして発展させていくことが重要である。そのため、後輩への引き継ぎ準備を進めており、今後はペレスを中心とした新たな体制で活動を継続していく予定である。また、高校生ボランティアについても継続的に協働できる体制を整えており、多世代が関わる地域活動としての発展が期待される。第三に、参加者層の拡大である。今回の参加者は自主的に参加した高齢者が中心であり、孤立リスクの高い高齢者へ十分にアプローチできていない可能性がある。今後は地域包括支援センターや民生委員と連携し、支援が必要な対象者へ積極的に情報を届ける仕組みづくりが必要であると考えられる。

今後の展望として、まず今年3月後半に第5回の実施を予定している。さらに、本活動の趣旨に賛同した医師の参加が予定されており、専門的な視点を取り入れることで、より質

の高い健康支援の場へと発展させていきたいと考えている。医師との連携により、健康相談の質の向上や地域医療との連携強化が期待される。また、本活動開始当初より目標としていた他地域への展開についても、具体的な進展がみられている。今回、高松市内の診療所より実施の要望を受けており、医療機関での開催も検討している。医療機関で実施することで、参加者にとって安心感のある環境を提供できるとともに、地域医療とのさらなる連携強化につながると考えられる。さらに、今後は高校生の夏休み期間を活用し、複数回の実施を計画している。開催回数を増やすことで、単発の取り組みではなく、地域に根ざした継続性のある支援へと発展させていきたい。

来年度は、これらの取り組みを基盤として活動の範囲を拡大し、より多くの地域住民に参加してもらえる機会を創出したい。そのためには、安定した運営体制の確立、継続的な人材確保、広報活動の充実が不可欠である。

本活動を一過性の取り組みに終わらせず、地域に根ざした持続可能な活動として継続していくためにも、今後も継続的な支援を得ながら発展させていく必要があると考える。

7. 実施メンバー

代表者 塩淵 美輝（医学部看護学科4年）

構成員 ペレスシェイリン（医学部看護学科3年） 廣畑 颯花（医学部看護学科4年）

小澤 千晴（医学部看護学科4年） 吉田 琉夏（医学部看護学科4年）

西山 詩乃（医学部看護学科3年） 矢野 結月（医学部看護学科3年）

青山 治樹（医学部医学科5年） 伊藤 優那（医学部看護学科1年）

8. 執行経費内訳書

配分予算額		55,527円		
執行経費（品目等）	数量	単価(円)	金額(円)	備考
ナースウォッチ（クリップ型）	4個	3,256	13,024	
往復交通費	2人		1,440	
体組成計	1台	37,565	37,565	
合 計			52,029	