

【課題番号：HPPA2501】

元気フェスタ

播摩優子¹⁾、谷川涼子¹⁾、石切麻希子¹⁾、小林佳人¹⁾、
生島美和²⁾、増田貴人³⁾、古川照美¹⁾、看護学科2年生¹⁾

1) 青森県立保健大学、2) 帝京大学、3) 弘前大学

Key Words ①健康教育 ②家族支援 ③ヘルスリテラシー

I. はじめに

看護学科2年生必修科目である「家族援助論」では、家族に関する基本的な知識のほか、家族看護、家族支援の具体的方法について理解し、地域における家族支援の実際を、主にヘルスリテラシー向上の視点からシミュレーションし、地域の人々の健康の維持増進と学生のヘルスリテラシー向上を目指す内容となっている。今年度は会場開催で実施し、学生及び地域住民のヘルスリテラシーの向上を支援する活動を試みた。

II. 活動目的

本活動は、教育プログラムの一環で、ヘルスリテラシー向上を意図した、家族支援と地域活動を結びつけた点に特徴を有している。活動の目的としては2点あげられる。青森県としての地域特性、家族支援の具体的方法、健康教育の方法を学んだ上で、家族支援という視点を盛り込み、地域の健康課題解決につながる健康教育を企画・準備し、地域住民に実践することにより、学生自身のヘルスリテラシーと地域活動意識の向上を目指すこと。多様な形態がある家族に対する、学生による様々な教材を用いた健康教育等により、住民のヘルスリテラシー向上につながることである。

III. 活動内容

主な活動内容については以下の通りである。

第1～2回	オリエンテーション 家族支援（援助）、家族の機能・家族の構造 障害のある子どもと家族看護
第3回	担当家族支援プログラムの決定
第4～5回	地域で育児をするということ、社会参加活動について
第6～7回	地域における家族支援プログラムの企画
第8～11回	地域における家族支援プログラムの準備(教材の作成など)
第12～13回	地域における家族支援プログラムの実施(元気フェスタの開催)
第14～15回	振り返り

元気フェスタ当日の実施内容については、以下のとおりである。

実施日：令和8年1月31日（土）10:00～15:00

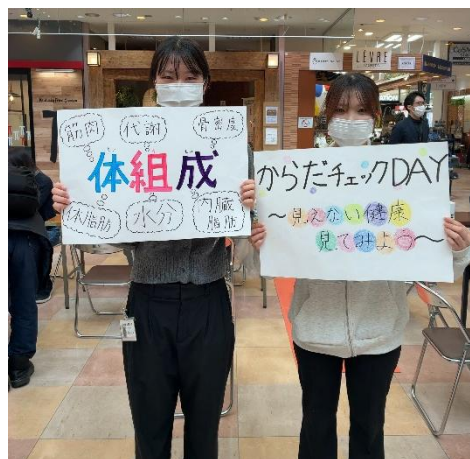
会場：サンロード青森 1階サンホール

今年度はイベント会場にて、青森県の健康課題を踏まえ、以下の7つのブースに分かれて健康教育を実施した。参加者は受付でスタンプラリーの用紙を受け取り、7つのブースをまわり、スタンプをもらいながら体験した。

- ① 血圧測定、② 体組成測定、③ 骨密度測定、④ 運動(体を動かすゲーム等)、
- ⑤ ハンドマッサージ、⑥ ベジチェック(カゴメ様より借用)、
- ⑦ 歯科口腔(歯の磨き方・口腔機能向上体操などを体験)

※統括担当が全体調整、スタンプラリーを企画した。

【元気フェスタの様子】



IV. まとめ

元気フェスタ当日は約130名の来場者があった。例年は高齢者の参加が多いが、大雪による悪天候の影響もあり、当日は親子連れの参加が多い傾向にあった。

元気フェスタ開催に合わせて、本学の別プロジェクトである「絵本を活用した保健医療福祉職の魅力発信事業」と連携し、その周知活動を行った。来場した親子連れはこの事業に対して興味・関心を示し、大学の活動の紹介と併せて、絵本の持つ役割や大切さについて地域住民へ周知する機会となった。

元気フェスタの活動においては、各ブースの参加者から「健康に心がけていきたい」、「(各測定機器の結果より)体の状態を数値として視覚的に把握できた」などの声が聞かれ、自身の健康づくりを考えるきっかけになったものとする。

一方で、企画・運営に携わった学生にとっても、元気フェスタの活動は学びの機会となった。約98%の学生が「自分自身のヘルスリテラシーが向上した」と回答しており、対象者を想像しながら企画・運営を行う過程が、自らの健康を振り返る機会になったものとする。元気フェスタ実施後の学生間の振り返りでは、来場者は比較的健康意識の高い人が多かったことや、地域において健康を意識した環境づくりがどの程度なされているのかを考えるきっかけになったといった意見が見られた。

以上のことから、元気フェスタは来場者にとっても健康づくりへの意識を高める機会となると共に、企画・運営した学生にとってもヘルスリテラシー向上や地域の健康課題を考える貴重な学びの場であったとする。次年度も、引き続き元気フェスタを開催し、さらに学生及び地域住民のヘルスリテラシー向上に貢献していきたい。

V. 採択年度から過去2年間の研究実績

- ・2023年度以降 2022年度まで3年間、新型コロナウイルス感染症の流行を考慮し、地域における家族支援の実際を健康教育動画として配信していたが、新型コロナウイルス感染症の5類移行を受け、イベント会場にて実践し、学生及び地域住民のヘルスリテラシー向上を支援する活動を試みた。来場者数は2023年度140名、2024年度155名であった。
- ・2025年度 これまでの活動について、2024年度に元気フェスタを企画・運営した学生(現看護学科3年生2名)と共に、本学公開講座(令和7年10月4日)にて実践報告を行った。