

元気フェスタ

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

1) 青森県立保健大学、2) 弘前大学、3) 帝京大学

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、新型コロナウイルス感染症が5類へ移行後2年目の会場開催であり、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	ふりかえり

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7年2月1日（土）10:00～14:00

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、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(ストレッチ体操、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155名の来場者があった。それぞれのブースで、参加者から「自宅で実践してみたい」などの声が聞かれ、また、骨密度等の結果から参加者自身の健康状態を考えるきっかけにつながり、地域住民のヘルスリテラシー向上につながる内容であったと考える。

学生達は午前と午後に分かれ各ブースを担当した。会場内に学生の人数が少ない分、1人1人が自分の役割を考え行動することにつながった。また、健康教育実施後の評価を行うことは非常に重要であるが、学内演習等で健康教育の実施評価を行うことは、対象者を想定できず難しい面がある。今回、実際に地域住民へ健康教育を行うことで、評価指標について事前に検討し、参加した地域住民の声を拾い上げ、実施評価を行うことができたと考える。

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できればと考えている。

Ⅴ. 採択年度から過去2年間の研究実績

- ・2022年度 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として動画配信し、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。また、これまで作成した動画を再編集した。

- ・2023年度 新型コロナウイルス感染症が5類へと移行したことを受け、4年ぶりに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の向上を支援する活動を試みた。2023年度の参加者数は約140名であった。

【連絡先】青森県立保健大学 播摩優子

所属先住所: 青森市大字浜館字間瀬 58-1 メールアドレス: y_harima@ms.auhw.ac.jp