

## 元気フェスタ

播摩優子<sup>1)</sup>、古川照美<sup>1)</sup>、谷川涼子<sup>1)</sup>、増田貴人<sup>2)</sup>、生島美和<sup>3)</sup>、看護学科2年生<sup>1)</sup>

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。

### 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         |
| 第3～4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5回     | 障害のある子どもと家族看護                 |
| 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6年1月20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8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、8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(ストレッチ体操など)、
- ⑤高齢者体験(認知機能の確認など)、⑥ハンドマッサージ、
- ⑦ベジチェック(カゴメ様より借用)、⑧歯科口腔(歯の磨き方などを体験)

#### 【元気フェスタの様子】



#### IV. まとめ

元気フェスタ当日は144名の来場者があった。それぞれのブースで、参加者から「自分や家族の健康を考えるきっかけになった」、「覚えたことを家族と一緒に自宅でも行いたい」などの声が聞かれ、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ことにより、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。

#### 【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@auhw.ac.jp