

医療系学生による地域住民への健康講座プロジェクト

—家庭医療べんきょう会—

	代表者	野崎 己都美 (医学B4年)		
構成員	巴 悠記 (医学B6年)	久松 健人 (医学B6年)	大崎 崇正 (医学B5年)	
	松尾 美結 (医学B5年)	川端 友紀子 (医学B4年)	山本 麻紀子 (医学B4年)	
	福原 茜 (医学B3年)	深堀 洋佑 (医学B3年)	桂 寧々 (医学B3年)	
	重本 航輝 (医学B2年)	伊藤 沙妃 (医学B3年)	岡村 海志 (医学B3年)	
	酒井 ありさ (医学B3年)	小山 恭奈 (医学B3年)	今村 一騎 (医学B2年)	
	森永 敏文 (医学B2年)	白坂 菜津子 (医学B2年)	糸永 有伽 (医学B2年)	
	今村 広ルカス (医学B1年)	石井 貴大 (医学B1年)	祐徳 美稀子 (医学B1年)	
	四十住 優 (医学B1年)			他7名

1. 活動概要

学生が「健康教室」を行うことで地域住民の一次予防意識を高める、を主な目的とし1年間活動を行った。本活動の主な対象は高齢者であり、宇部市小野地区、山口市阿知須地区、周南市の中山間地域の集会所などで「健康教室」を開催した。「健康教室」を行う際、宇部市小野地区に関しては各回でアンケートを実施し、満足度などを調べた。その結果、住民の健康意識向上、学生が行う「健康教室」活動の啓発、学生のプレゼン能力、社交性向上を得た。今後も「健康教室」活動を続けるとともに地域住民との交流活動も行っていきたい。

2. 発案背景と目的

医学部生は将来、患者に対し正確かつ分かりやすい説明を施すことを心掛けなければならないが、その能力を限られたカリキュラムの時間内で習得することは困難である。一方、地域住民、特に医療環境が万全ではない中山間地域の住民は医療に関する不安が大きく、少しでも医療に関する情報を得たいと感じている。そこで「健康教室」という活動を通じ、互いの需要を満たすことが可能か、他に何をすることができているかを調査した。

3. 調査方法と2018年度の主な活動内容

3.1 調査方法

対象：宇部市小野地区、山口市阿知須地区、周南市の中山間地域に在住の高齢者

場所：各集会所、公民館、NPO法人山口ヘルスプロモーションネットワーク集会所、など

方法：①学生がスライド発表形式（30分程度）でミニ講座を実施

②その後、健康相談会および茶話会（30分～1時間程度）を実施

（体操やレクリエーションを行う回もあった）

③内容に関する評価はアンケートで実施（小野地区のみで実施）

3.2 主な活動内容

6月 21日 主な活動である「健康教室」と、8月に開催する地域医療セミナーの説明会を行った。

6月 30日 宇部市小野地区大山集会所にて「健康教室」を開催した。

7月 14日 宇部市小野地区平原集会所にて「健康教室」を開催した。

7月 21日 宇部市小野地区藤河内集会所にて「健康教室」を開催した。

8月 1日 周南市夜市地区と戸田地区で地域診断を行った。

8月 6日 山口市陶地区ふれあいセンターで小学校の児童向けに熱中症予防講座を行った。

8月 20～22日 「やまぐち地域医療セミナー2018 in 周南」に「健康教室」活動を取り入れてもらった。

9月 15日 山口市阿知須地区にて認知症カフェの活動に参加した。

9月 22日 宇部市小野地区花香集会所にて「健康教室」を開催した。

10月 8日 萩市光楽寺にて「健康教室」を共催した。

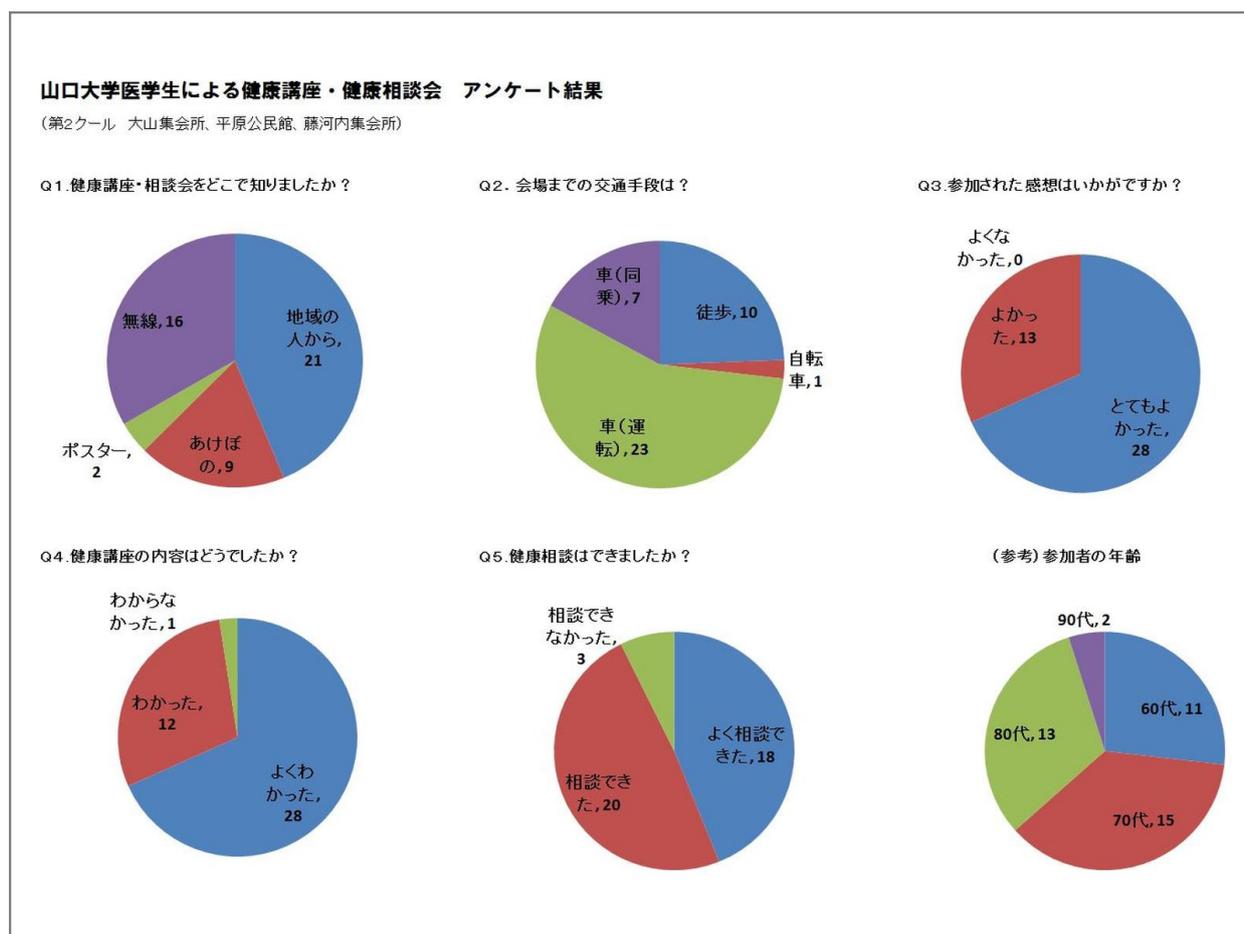
10月 20日 宇部市小野地区にて「健康教室」を開催した。

- 10月 27日 山口市阿知須地区にて認知症カフェの活動に参加した。
- 12月 8日 山口市阿知須地区にて「健康教室」を開催した。
- 1月 26日 山口市阿知須地区にて認知症カフェの活動に参加した。
- 2月 2日 宇部市小野市民センターにて「健康教室」を開催した。

4. 結果

アンケート調査の結果は図のとおりである。またその他として、下記のような言葉も参加者から頂戴した。

- ・最近閉じこもりがちの生活をしてきたが学生が「健康教室」に来てくれるようになり生きる意欲が湧いた。今は親戚の野菜販売を手伝っている。（「健康教室」に3か月ぶりに参加して下さった人の話）
- ・夏の熱中症講座のおかげで今年は夏場に具合が悪くなりませんでした。ありがとうございました。
- ・健康のことを相談できること、何よりも若い人と話せることで元気になります。これからも来てください。



「健康教室」のアンケート結果 (7月21日までデータをもとに)

5. 活動状況の紹介

5.1 「健康教室」(宇部市小野地区での活動を中心に)

宇部市小野地区では2018年1月から継続的に「健康教室」の活動を行っている。宇部市小野地区では5回活動を行い、延べ54人に参加いただいた。また、8月6日には小学校の児童に対しても「健康教室」を行うなど、活動の幅を広げていった。

5.2 「健康教室」を行う団体の見学および活動参加

9月15日に、NPO法人山口ヘルスプロモーションネットワークの代表である長谷亮佑氏の紹介で阿知須の認知症カフェを実施している「あじすオレンジカフェ」を見学した。認知症カフェは認知症に対して不安を抱える高齢者から現在認知症を抱える患者およびその家族まで誰でも参加できるサロンである。活動内容は、認知症講座(但し医師が行う)、レクリエーション、健康体操、茶話会である。私達が行う「健康教室」の内容と似ていると感じたが、小野地区では出ないような話や、「認知症」と内容を限るからこそ聞ける不安や疑問、実際に認知症と診断された方にも心安らぐ環境の提供を行っているというような面から、疾患に特化した集いとなっているこ

とが分かった。この活動をきっかけに「家庭医療べんきょう会」のメンバーがレクリエーションを担当する回も設けていただくことになったので、今後は実際に活動を行うことで発見するものもあると考えられる。



宇部市小野地区での「健康教室」の様子



小学校の児童に対する「健康教室」



認知症カフェでレクリエーションをする様子

5.3 リーダーシップを執れる医療系学生養成のための勉強会

「健康教室」を行う上では、日々の学内での勉強以外にもコミュニケーション能力の向上、実際のサロンや医療現場の実情を知ることが必要であると私達は考えている。そこで上半期にはメンバーが自主的に勉強会の活動に参加することでそれらの能力向上に努めた。8月20～22日にかけて、山口大学、山口県立大学、自治医科大学、徳山看護専門学校、高知大学の医療系学生が集い研修を行う「やまぐち地域医療セミナー2018 in 周南」に参加した。当セミナーは、従来はへき地診療所や介護施設などの見学が主であったが、私達がサークルで「健康教室」を行っていることを主催者の方がご存じだったこともあり、今回は周南市にある様々なサロンで「健康教室」をする運びとなった。10グループに分かれてセミナーは行われた。普段別の大学や専門学校に所属する者同士がミーティングを重ね、サロン当日までにプレゼン資料やレクリエーション案の作成を行った。メンバーからは「自分が学んだことを高齢者に分かりやすく伝えることはとても難しいが、やりがいがあった、自分達もこのような活動をやってみたい」という声が挙がった。参加して下さった高齢者からは「若者は来てくれるだけで嬉しい、これをきっかけに何度でも来てください」という声をいただいた。他にも医療系学生としての知識向上のために、メンバーが様々な学習会に参加した。9月8日に開催された「四肢外傷セミナー」では高齢者にも多い整形外科系の疾患に関する講義および実習を受けた。9月23日に開催された「小児T&Aコース(T&A: Triage&Action, 救急初療)」では小児科領域に興味がある学生が参加した。



「やまぐち地域医療セミナー2018 in 周南」での活動の様子



「小児 T&A コース」参加者との記念撮影

6. 課題と考察

「健康教室」の活動を受け入れてもらえること、他の地域でもニーズがあると知った。一方で課題としては継続的な活動にする為に担い手を増やす必要性があった。そこで1～3年生への呼びかけを行ったり、実習などを通じて活動を行ってもらったりすることで活動に興味を持つ学生を探した。具体的には8月20～22日に行われた「やまぐち地域医療セミナー2018 in 周南」で参加者の課題に「健康教室」活動実施を課す、山口大学医学部医学科3年生履修の社会実習で「健康教室」活動実施を課すことで学生を発掘した。

7. 今後の展望

1年間活動を行い、この活動が広く受け入れられることを実感した。今後も同様の活動を続けるとともに地域住民との関わりを増やしたい。