Kio 畿央大学

看護実践研究センター News Letter

Vol.5

CONTENTS

- 看護実践研究センター長　ご挨拶・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1
- 各部門の事業計画や来年度の抱負・トピックス
  - 地域連携ケア部門・・・・・2　　母子包括ケア部門・・・・5
  - 臨床看護研究部門・・・・・7　　認知症ケア部門・・・・・・8

看護実践研究センター長　ご挨拶

看護実践研究センター長
山本　裕子

2023年4月に看護実践研究センター長を拝命しました山本です。よろしくお願いいたします。

当センターは2019年4月1日に開設された畿央大学の４つ目の付置研究機関ですが、2023年度、開設5年目を機に活動実績の評価に基づく組織の再編を行い、助産学部門は母子包括ケア部門へと改称し、臨床看護研究部門が新規に開設されました。一方、卒後教育部門と国際交流部門はその事業をそれぞれの部門の活動に組み込むこととし発展的解消し、地域包括ケア部門、母子包括ケア部門、臨床看護研究部門、認知症ケア部門の４部門で新たなスタートを切りました。

当センターは、「建学の精神」である「徳をのばす」「知をみがく」「美をつくる」を基本理念とし、看護および関連分野の実践家、および研究者に対する最新の看護実践に関する情報提供や、看護実践研究の推進とともに、センターの活動を通して得られた成果を地域の皆様の健康維持・増進に役立てていただけるよう、様々な取り組みを展開していきます。

今回のニュースレターは発刊第5号として、各部門の2023年度の事業報告、および2024年度の事業計画や抱負を掲載します。2023年5月の新型コロナウィルス感染症の5類感染症への移行を受けて、人と人の交流が再開されるようになりました。当センターの活動でもコロナ禍に定着したオンラインを活用したスタイルを一部継続しながら、集合型の研修が以前よりさらにパワーアップして戻って参りました。詳細は各部門の報告をお読みください。それぞれの部門の特徴を生かした活動をご理解いただけるのではないかと思います。すでに2024年度の事業展開に向けてセンターは始動しております。当センターの活動へのご理解とご支援の程、引き続きよろしくお願い申し上げます。

各部門の事業報告や来年度の抱負・トピックス

地域包括ケア部門

部門長：看護医療学科 教授　松本泉美

部門研究員：准教授　田中陽子・准教授　前田則子

地域包括ケア部門では、乳幼児から高齢者までの保健医療福祉分野における連携および他職種との連携と協働に関する活動を行っています。

Ⅰ．2023年度事業報告

■『親子のつどいサロン秋祭り』

2023年10月9日（月/祝）10：00～14：00

今年度は、母子分野の事業活動として、障がい児ボランティアの育成および親子のつどいサロンで「安心感の輪 子育てプログラム」8回シリーズ短縮版で普及啓発を実施するなど「安心感の輪 子育てプロジェクト」として展開しました。そのプロジェクトの一環として、10月9日(月/祝)に畿央大学アリーナで、親子のつどいサロン秋祭りを開催しました。重症児放課後ディサービス・訪問看護ステーション・障がい児ボランティアサークルの学生による運営スタッフ38名で、お子様74名（医療的ケア児、重症児等含む）、保護者71名、計145名の参加がありました。

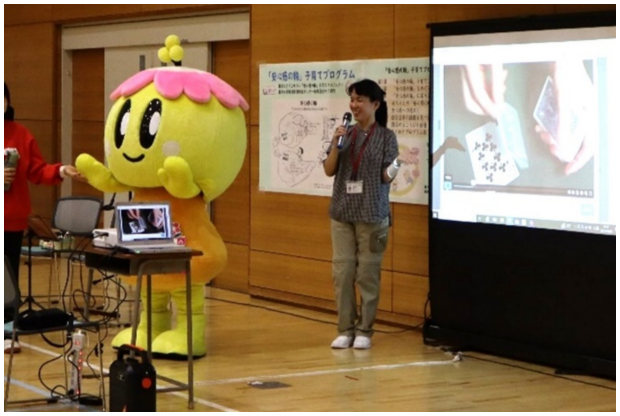
運営スタッフであるアイデルリハビリ訪問看護ステーションの皆様には、企画の段階より専門的サポートをご協力いただき、学生ボランティアも運営スタッフとして大活躍でした。今回の秋祭りでは、安心感の輪 子育てプログラムの紹介、二胡・ピアノ・ギター演奏、ゆるキャラダンス、綿あめやヨーヨー釣り等を楽しんでいただきました。

ご参加くださった方からは「障がい児が参加できるイベントは少ないですが、いろいろ工夫してくださっていたので親子で楽しめました」「将来障がい児に関わる可能性がある学生さんに一緒に遊んでもらえて良かった」とのお声をいただきました。また、お子様の様子を通して「肢体不自由の子どもが参加できるよう各ブースで工夫してくれたので子どもも楽しんでいた」「周囲の目を気にせず、広いアリーナで喜んで遊べました」との感想をいただき、障がい児のきょうだいを含めた親子で和やかに楽しく過ごせる機会となったと思います。

学生ボランティアからは「多くの子ども達と関わり楽しくボランティアをすることができました。また参加したいと思いました」という感想の声がありました。

なお、「安心感の輪 子育てプログラム」全8回について近隣市町の子育て支援担当者に普及啓発を行っています。

（文責：田中陽子）



▲安心感の輪子育てプログラム」短縮版普及啓発

▲親子のつどいサロン秋祭り

■がんカフェ特別講演会・がんカフェ「きらめき」

2023年10月21日(土)10:00～16:00

今年度は、開学20周年記念拡大版として、テーマを「未来の家族と生活のために今、知っておきたいAYA世代の子宮頸がん予防と治療」に設定し、第一部は産婦人科専門医による特別講演と経験者スピーチ、第二部は学生によるア

ロマハンドマッサージや展示・フリートークコーナーでの交流をしました。

第一部の特別講演講師は、子宮頸がんワクチン研究の第一人者である大阪大学大学院医学系研究科 産科学婦人科学教室の上田 豊先生をお招きしました。

先生からは、子宮頸がん罹患の要因であるヒトパピローマウィルス（HPV）感染予防としての、性交渉が始まる前の世代である中学生から高校生を対象としたHPVワクチン接種の経緯で、副反応等の健康被害の発生から接種勧奨が行われなかったことによる接種控えが2000年から2005年まで続いたことが説明されました。その未接種世代がAYA世代（39歳まで）となった今、子宮頸がんに罹患し、妊娠出産が困難になっている女性が増加していることが多くの統計データを基に説明され、ワクチン接種の積極的勧奨再開とがん検診の併用による感染予防と早期発見が将来の妊娠や出産を含む生涯の子宮頸がん罹患と死亡減少を図る上でも重要であることが強調されました。

次に子宮頚がん経験者であり広陵町がん予防推進員として活躍されている植村 亜里沙さんからは、子育てと仕事に奮闘していた時期に軽い気持ちで子宮頸がん検診を受けたところ精密検査通知があり、検査を受けるまでの不安や葛藤そして手術を受けた後の家族に対する思いなどを切々と語っていただきました。現在は自分と同じような思いをしてほしくないとの思いから、自分のため、家族のためにがん検診を受けてほしいと強く訴えられました。

第一部の参加者は、土曜日の朝ということもあり16名でしたが、参加者からは、上田先生のご講演が大変わかりやすく役に立ったとの感想が寄せられ、また植村さんのお話について、心にスーッと入っていく内容で、改めて他人事ではなく、家族のためにもがん検診を受ける必要性があることを教えてもらい、家族や周囲にも伝えていこうと思ったとの感想が寄せられました。

第二部は、28名の来場があり、学生のアロマハンドマッサージが大盛況で待ち時間が発生するほどでした。アロマハンドマッサージを行った学生からは「地域の方とマッサージをしながらお話をすることが初めての体験で緊張していたが『気持ち良かった』と言ってもらえたことがとても嬉しくて、この経験を今後の学習や実習にも活かしていきたい」との感想が寄せられました。乳がん自己がん検診用モデルの体験をされた参加者からは「自分で発見できるがんの感触がわかってためになった」との感想が寄せられました。

ご協力および参加頂きました皆様に感謝申し上げます。（文責：松本泉美）

■看護実践研究センター地域包括ケア部門研修会

「地域共生社会の実現に向けて～様々な在留資格による外国人介護職受け入れの現状と課題～」

2023年11月25日(土) 13:30～15:00

世界に類をみない超高齢・超少子社会を迎えた日本では、要介護者の急増によるケアの担い手不足から、外国籍介護士の本格的な参入が進められ、ケアに必要な資格を取得するため技能修習生として現場で学びながらケア実践能力を獲得する方が増えています。

そこで、本研修会では、外国人介護職のケア実践に向けた受け入れ施設の現状と課題を理解し、外国人介護職を理解し受け入れる地域共生社会の実現に向けて必要な要素を考える機会とし、以下の4名のパネリストの方にご登壇いただきパネルディスカッションを開催しました。

【受け入れ施設として】

社会福祉法人兵庫県社会福祉事業団　あわじ荘　所長　米田知弘様

社会福祉法人六心会　地域密着型特別養護老人ホームきいと　施設長　高口誠様

社会福祉法人六心会　介護老人保健施設ここちの郷　生活課課長　小菅知子様

【生活支援団体として】

NPO法人ガルーダ・ジャパンコミュニティ　代表理事　西口和寿様

実際に技能修習生を受け入れている施設で行われている支援としては、まず受け入れる目的を全スタッフで共有し、ケアマニュアルを見直し、修習生に説明ができる内容に更新することや、生活支援としては、日本での住まいの確保、行政や銀行の手続き、コミュニケーションとして必要な日本語の学習として、日本語特有の曖昧な表現が理解できるような具体的な説明が必要であること、そしてケア技能の学習を技能性の特性に合わせて工夫してできることを増やし、困ったときに「助けてほしい」と言える自立を目指されていました。

受け入れたメリット（実感）としては、アジア諸国から来日した修習生は、真面目で礼儀正しく、視線の合わせ方やケアの丁寧さから、施設入所者や利用者の方々からは、日本人スタッフよりも好評だとのことで、日本人スタッフにも見習ってほしいとのことでした。

課題としては、住まいの確保等地域で外国籍の方を受け入れる意識の土壌創りが必要だとのことです。その対応策として地域の祭りや行事に積極的に参加し、お互いに理解しあえる機会を増やすように工夫しているとのことでした。

インドネシア人の方々の生活支援をしている西口様からは、宗教や文化・風習の違いを理解することが必要であること、その機会をバザーやお祭り・食事会などのイベントを通して創り、他NPO法人との情報交換や連携を図っているとのことでした。

そういった意味から「つながる」ことについての意見交換が行われ、技能修習生の来日の目的や目指すことを理解したうえで、人材育成として成長を促す支援と私たちができることとして、宗教や宗教による食べ物の違い・文化を尊重し理解しようとすること、そして今後の課題として、日本で長く定住できるような行政の関わりや支援も必要であることが明確になりました。

対面とオンラインのハイブリッド開催でしたが、オンラインでは、北海道や鹿児島からの参加やベトナムなど外国籍の方、また院内研修としてスタッフで参加された医療機関があり、外国籍の方からは家族と共に定住可能となる行政支援の要望、参加者は、文化や宗教の理解によるつながることの重要性を感じた等多数の感想が寄せられました。

（文責：前田則子）

Ⅱ．2024年度の事業計画と抱負

2024年度は、部門研究員の増加による体制強化を図り、既存事業継続及び新規事業を行い、研修会では、健康経営推進をテーマにして、行政と職域（保険者含む）との連携によるヘルスプロモーションについて考えていきたいと思います。

1. 研修計画：看護実践研究センター地域包括部門研修会

テーマ：行政と関係機関・大学連携による中小企業の健康づくり推進
—広陵町における中小企業健康経営推進の取り組みから—
シンポジウム形式：対面開催
日時：2024年11月末予定
シンポジスト：広陵町けんこう推進課・協会けんぽ奈良支部・広陵町商工会・町内中小企業事業場担当者を予定

2. 継続事業

1）母子交流事業「安心感の輪 子育てプロジェクト」1）～4）：担当 田中 ＊日程調整中
（1）親子のきずなサロンの運営（障がい児とその家族の居場所づくり）
（2）「安心感の輪」子育てプログラム（全8回）の実施＊市町依頼により実施

第１章	「安心の輪」子育てプログラムへようこそ	第５章	安心感への道のり
第２章	「安心の輪」をめぐる子どもの要求を知ろう	第６章	自分自身の課題を見つめる
第３章	「安心の輪」に寄り添うこと	第７章	関係のほころびと修復
第４章	赤ちゃんの「安心の輪」に寄り添うこと	第８章	まとめとプログラム修了のお祝い

2）がんカフェの実施　看護医療学科・看護実践研究センター共催
テーマ：（仮）がんになったときに困らないために—がん治療と必要なお金のはなし—
日時：2024年10月19日（土)13:30～16:00

3. 新規事業

1）母子交流事業「安心感の輪 子育てプロジェクト」として追加事業
（1）障がい児サポーターの育成（畿央大学生・卒業生）
（2）障がい児グリーフケアの会

2024年度もより充実した、また地域や関係する人材に貢献できる活動を推進していきたいと思います。

母子包括ケア部門

部門長：看護医療学科 教授　岡いくよ

部門研究員：特任助教　澤寛子・助教　堀井有紗

Ⅰ．2023事業報告

今年度より新設された母子包括ケア部門では、新たな取り組みとして大学の看護実習室を地域に開放し、マタニティカップルや上の子どもさんたちご家族向けの体験型マタニティクラスを開催しました。健康科学部看護医療学科3回生をはじめ、看護医療学科、助産学専攻科の教員である助産師、卒業生の病院で勤務する助産師たちで、マタニティカップルをお迎えしました。2023年度は、大学と地域連携協定を結ぶ広陵町や、実習施設からもマタニティカップルを紹

介いただき、３回の開催で参加者総数20家族、64人の方にご参加いただきました。

また、畿央大学付属広陵子ども園が開園し、子育て支援室との共催事業としてベビークラスを開始しました。１年間で140組の親子にご参加いただき、母性看護学の実習機会として学生の学びの場にもなっています。

Ⅱ．2024年度の事業計画と抱負

2024年度は、隔月でマタニティクラスを、大学の和室で小さな赤ちゃんのベビークラスを新たに開催予定です。引き続き、産前から産後のプログラムを提供し、地域の母子保健に寄与できるような取り組みを展開していきます。

母子包括ケア部門では、少子化、虐待、産後うつなど、産前/産後の子育てに関わる社会的課題の解決に寄与することを目的に、畿央大学内に子育て世代包括支援に関する一次予防をカバーするためのプロジェクトを立ち上げます。このプロジェクトを通して、大学を核とした産育コミュニティのプラットフォームを創造し、産前/産後の妊産婦および家族の支援と、支援者が地域間、施設間の枠を超え連携し、育児支援者のスキルアップ、サポート体制整備など、システムの構築を目指しています。

現在の日本社会は分断と孤立による深刻な状況が人びとの生活に影響を与えています。出産、育児をめぐっては、少子化に歯止めがかからず、育児への不安や産後うつを抱える人の増加、妊産婦の自殺率の増加、虐待相談対応件数の増加など人びとのつながりが希薄な中で生じる課題が浮上しています。こうした事態の背景には、妊娠、出産、育児がプライベート化する中で、個々の自己責任として扱われてきたことも一因といえるのではないでしょうか。また、出産が日本の医療システムに集約され、ケアを求める子育て世代と、社会との回路が医療従事者など専門職に限定的なものとなりやすく、社会に円滑につながることが阻害されやすい状況も視野におく必要があると考えます。情報化社会にありながら妊産婦に必要な情報が適切に届きにくいうえに、支援者の選択肢の幅が狭いことも要因といえます。

現状を踏まえ国は、子育て世代包括支援センターを市町村に設立し、産前、産後を切れ目なく支えるための取り組みなども開始しています。一方で、課題を抱える妊産婦は増加傾向にあり、さらに社会的には要請は増すなか、新型コロナウィルス感染拡大以降、医療施設や保健行政の諸事情により業務は煩雑となるなど現場の疲弊した状況も散見されています。地域で出産前後の妊産婦を支える包括的な仕組みを構築するためには、 医療者のみならず他機関、多職種の連携が重視され、それぞれの専門職の専門性を相互に理解し合いながら、更なる協働を目指した取り組みが求められます。また、家族のケアを阻害せずに支援を進めるためには、ケアを担う専門職が前面に立つことなく後方支援を実施ししながら個々の育児力を育み、地域の成熟を促すこともまた必要となるでしょう。

社会制度などがマクロに捉えられ、調査が重ねられる中で、ケアを専門職が担う傾向が強まり、専門分化した支援だけでは、ケアの狭間に陥る妊産婦の困難な事象は見落とされることにつながる可能性があります。大学内に環境を整備し、学生、教員、卒業生ら大学に集まる人びとがミクロな実践を重ねながら、顕在化していなかったニーズを掘り起こす作業を重ねていきたいと考えています。

臨床看護研究部門

部門長：看護医療学科 教授　林田麗

センター長：教授　山本裕子

Ⅰ．2023年度事業報告

■畿央大学開学20周年記念特別講演会・臨床指導者研修会「看護におけるリフレクション」

2023年12月2日（土）13：00～16：00

2023年度の卒後教育研修は、臨地実習指導者、卒業生、および元教員を対象とした畿央大学開学20周年記念特別講演会・臨床指導者研修会に振替えて開催しました。

第1部は順天堂大学保健看護学部教授の東めぐみ先生を講師として「看護におけるリフレクション」についてご講演いただきました。ナイチンゲールの「看護はScienceでありArtである」という言葉で始まった講演では、「看護実践を言葉にする大切さ」についてお話しがありました。東先生は看護師が自らの実践を語らない理由の一つとして、看護実践の成果がわかりにくいことを挙げられました。そこで、実践の経験から学ぶために「看護実践を語る会」を持ち、看護実践の語り手と聴き手による「実践経験を振り返り吟味する」リフレクションの機会が大切であることをお話しいただきました。そして、常に自らの実践を振り返り、「それで良かったのか」と探求を続ける看護師は「省察的実践家」であり、このような実践家が今の時代には必要であるとも教えていただきました。また、フロアから「聴き手のあり方」について質問がありましたが、先生は「語る人の語りを妨げないことを心がけている」と応答されました。当たり前のようですが、先生の温かささえ伝わってくるその応答に会場が大きく同感する様子が伺えました。

第2部は卒業生には基礎看護学の先生の交流会に参加してもらいました。日頃の悩みや大学時代の懐かしい思い出話に花を咲かせたことと思います。

第3部は食堂での交流会でした。卒業生には、基礎看護学以外の教員との交流も楽しんでいただけたのではないでしょうか。今回は卒業生だけを対象とした企画ではなかったために、却って卒業生が参加しにくい会になったかもしれませんが、次年度以降も卒業生を講師として招き、卒業生対象の現場で役立つ研修を企画していきたいと思います。多くの卒業生の皆様の参加をお願いします。

Ⅱ．2024年度事業計画と抱負

2023年度の改組を受けて、卒後教育に特化した取り組みだけではなく、2024年度は臨床看護の実践と研究の発展に貢献できるように新規事業も展開していきます。詳細は未定ですが、内容が決まり次第、随時、看護実践研究センターのインスタグラムや大学ホームページから発信していきます。

1．継続事業

（1）卒後教育研修セミナー「災害医療における看護師の役割について」

日時・場所・講師は未定ですが、卒業生が参加しやすいように畿央祭と同日開催を検討中です。また、講師は災

害医療活動に携わっている卒業生に依頼する予定です。講演とワークショップを組み合わせ、参加者間のディスカッションが深まるように企画します。能登半島地震の記憶も新しい中、災害時に私たちに求められる役割について考える機会にしたいと思います。

2．新規事業

（1）卒業前技術トレーニング

看護師国家試験終了後をめどに卒業前の看護医療学科4年生を対象に臨床現場で求められる看護技術のトレーニングの機会を提供したいと考えています。

（2）太平洋島嶼看護ワークショップ

生活習慣に基づく非感染性疾患（NCDs）が現在の健康課題である太平洋島嶼の住民への看護と島嶼の看護教育について、国際看護の視点からオンラインワークショップの開催を予定しています。

（3）科研費獲得セミナー

学内で開催される科学研究費助成事業（科研費）のセミナー等は例年7月末から8月ですが、看護医療学科では8月下旬には実習が始まるため、看護医療学科教員対象のセミナーを早期に開催し、科研費応募件数および採択件数の増加に貢献したいと考えています。

認知症ケア部門

部門長代行：看護医療学科 教授　山本裕子

部門研究員：特任教授　原田俊子・准教授　室谷牧子・特任助教　島岡昌代・助教　伊藤千春

Ⅰ．2023年度事業報告

■KIO 認知症カフェ「認知症になっても大丈夫！認知症の人が安心して暮らせるまちづくり」

2023年10月22日（日）10：00～12：00

講演「若年性認知症になってかわったこと・かわらなかったこと」
　講師：平井 正明 氏（まほろば倶楽部代表）
ディスカッション「認知症になっても大丈夫なまちってどんなまち？」
カフェタイム「認知症について自由に語ろう！」
コグニサイズ「頭と体を使って！みんなでコグニサイズ！」

認知症ケア部門では、活動の1つに「Orange Project（認知症啓発のための学生ボランティアサークル）の活動支援」を挙げています。今年度はOrange Projectの学生と共に畿央祭で認知症カフェを開催しました。認知症カフェには近隣住民の方や認知症当事者の方とご家族，医療・福祉関係者など53名の方がご参加くださりました。認知症カフェでは最初に「若年認知症サポートセンターきずなや」や奈良県のピアサポーターとして活動されている平井正明氏にご講演をいただきました。平井氏からは体験を通しての認知症の説明や困難に感じていること、認知症になって気付いたことなどを話してくださりました。

その後、グループに分かれて「認知症になっても大丈夫なまちってどんなまち？」をテーマにディスカッションを行いました。参加者それぞれに認知症についての想いや考え、実際の生活の中で感じることなどたくさんの意見を出してくださいました。それぞれの意見は付箋に書いてもらい内容ごとにグルーピングすることで意見を整理し、更に「認知症になっても安心して暮らせるまちにするために自分ができること」を考えていただきました。町の環境づくりや接し方など自分達にもできることを沢山出していただき、少しの気遣いや心がけを意識することが大切なのだと再認識しました。また、自分にできることを意識することで認知症を他人事でなく自分事として捉えていただくきっかけになればと思いました。

ディスカッションの後にカフェタイムを設けました

が、話の盛り上がりが尽きることはなく、それぞれの認知症への考え方・接し方を共有したり、情報交換や介護の悩み・不安などもお話しされていました。
参加者の感想では、「講師のわかりやすい話が良かった」「たくさんの方と認知症について話せたことが良かった」「学生がこのような取り組みをしている事が勉強になり、感心した」などと良い意見を沢山いただきました。Orange Projectの学生にとっても、とても貴重な学びの場となりました。ご協力いただきました皆さまに心から感謝とお礼を申し上げます。

■看護実践研究センター認知症ケア部門講演会

2024年２月10日（土）14：00～16：30

テーマ：「高齢者看護・ケアに活かすホリスティック・ナーシング」
講師：NYホワイトプレインズ病院米国上級ホリスティックナース　安井豊子氏
実践報告：訪問看護師・臨床アロマセラピストの宮田彩氏
　　西大和リハビリテーション病院　看護師　白井かおり氏、古賀香織氏

講演会は医療・福祉関係者・教育関係者・アロマセラピストの方・一般の方・大学生など職種も年齢も幅広い47名の方（定員50名）にご参加いただきました。

渡米約32年を経て、NYの病院でホリスティック・ナーシングの部署を開拓・確立された安井豊子先生から、ホリスティック・ナーシングについてわかりやすくご講演いただき、対象を全人的にとらえることや、自分自身が環境の一つになって患者さんを取り巻いていることを意識すること、一緒に働く仲間や自分自身をケアする大切さを今一度考えることができました。看護師として誰もが実践していることかもしれないのですが、忙しい日々の中、このような機会に改めて考える時間を持つことができ、理論を用いた意味づけにより、「これからも自信をもって看護に取り組もう」と気持ちを新たにされた方々が多く、心が潤された時間でした。

宮田看護師の報告では、訪問看護の現場で対象に合わせて精油や選択を丁寧に行う作業から大切にされているアロマセラピーを取り入れ、患者さんの痛みの緩和に尽力されている取り組みがあり、白井看護師、古賀看護師の報告では、病院内の看護ではあるものの、患者さんの在宅での日常生活を意識し、希望に寄り添う取り組みがあり、三者とも一人ひとりの想いに寄り添った看護実践が大変素晴らしく、参加者からも「看護の可能性の期待や自身の未来を託したい」という声が聞かれました。

最後にグループに分かれて感想を述べあいましたが、「普段交流する機会が少ない色々な職種の方と話ができた」、「一般の方の意見が聞けて良かった」という声が多く寄せられました。

安井先生は会の始まりと終わりにチベットベルを静かに鳴らされました。終わりのベルでは、「今から3回ベルを鳴らします。1回目は自分のために、2回目はあなたの大切な人のために、3回目は世界で災害や戦争など過酷な状況に置かれている人々のために思いを馳せながら深呼吸しましょう」と声かけがあり、柔らかなベル音とともに、ひと時、静穏な時間を会場参加者で共有しました。

この度の企画では、参加者、講師の先生方、企画スタッフ、学生が一つになってより良い講演会の時間を過ごすことができました。ご協力いただきました皆さまに心から感謝とお礼を申し上げます。

■認知症予防講座「歌って、笑って若返り」

2024年3月29日（金）13：00～14：15

テーマ：「歌って笑って若返りましょう」
講師：皆美久音氏（ミュージックインストラクター/歌唱療法士）
会場：広陵町はしお元気村 小ホール

令和６年３月２９日（金）広陵町はしお元気村小―ホールで〝歌って笑って若返りましょう“ をテーマに認知症予防講座を開催しました。本活動は、本学の地域貢献活動の一旦として実施し、内容は歌唱療法を用いた脳活性体操です。

本学の教員から「認知症予防のための自分自身と周囲の人々への気づき」について意識啓発を行い、その後、歌唱療法士による集団歌唱療法を６０分間実施しました。

本会の対象は、広陵町在住の高齢者の方々です。その中でも、健康意識の高い「かぐや姫会」の方々に協力を得ました。皆さんは、はしお元気村で毎週体操サロンに参加されている高齢者メンバーです。本会は、広陵町地域包括支援センター自治体職員の方、地域で高齢者を支える活動団体、日本認知症予防協会などの組織的連携と協働で実施されました。今回は学生２名の参加がありました。

定員３０名のところ、当日参加を含め３９名の参加があり、年齢層は６０～９０歳代の方々でした。

高齢者の皆さんが、友人や知人に声掛けをされ参加された方が多くおられました。

講師は、歌唱療法士の皆美音久先生に協力をいただき、快くお引き受けいただきました。皆美先生は、養成機関の教育を受け歌唱療法士として認定され長年市民講座などで活動を継続されておられます。皆美先生は、「歌って、笑って、楽しく集い合うことを大切に思います」と話され、初めての参加で緊張されている皆さんに声掛けをされ、場を和ませながら笑いを誘い、次第に歌唱と脳トレに集中していく状況に誘われました。時間はあっという間に過ぎ、今回計画した６０分では短いと感じられた参加者も多くおられました。参加者のほとんどが歌うことが好きと言われる方々でしたが、中には歌うことは好きではない、集まることにも消極的な方もおられました。終了後は、参加者全員が参加したことに高評価を示され継続希望をされておられました。この回だけで、その効果を図ることはできませんが、参加者の100%が、歌うこと、歌詞で回想すること、集団で歌うことに高評価であり、疲労感がほとんどなく心身のリラックス効果があり心地よいものであることを高く評価されました。

講師も参加者の皆さんの状況を把握しながらプログラムを進めていかれ、「皆さんが積極的に参加されている状況が明らかに伺えました」と話され、担当されたことに喜びを示されておられました。そして、生活の場においても今回の経験を活かしていただき、皆さん個々に継続していただければさらに認知症予防に繋がることを話されました。

認知機能訓練（注意力、集中力、記憶力、判断力、遂行力、言語機能など）を構成した歌唱療法は、集団で能動的に実施し、参加者に苦痛を与えることなく終了しました。歌唱療法は、能動的に、大きな声を出して歌うこと、集団で歌うこと、回想しながら楽しむことなど、心地良い楽しいという感情、笑うことなど、表情の変化や実施状況から明らかにポジティブ反応を認めました。

今回、非薬物療法の一つである歌唱療法の実施を通して、地域包括支援センターの自治体職員、その他団体、専門職者、大学教員・学生が、広陵町に在住する地域の高齢者を対象に「認知症予防」を目標に活動を行うことができました。

本活動は、小規模ながらも認知症ケアの地域共生社会の取り組みの一旦として、地域の多様な人々や組織同士が連携し協働し合う仕組み作りを実践したものです。

今後、地域の認知症予防と認知症バリアフリーの推進を目指し、地域の方々と継続実践に向け、大学の役割を踏まえながら活動を継続していきたいと思います。

【協力関係者】一般社団法人かぐや姫会代表理事
広陵町地域包括支援センター
日本認知症協会代表理事
歌唱療法士（日本認知症予防協会）
畿央大学看護医療学科教員
畿央大学看護医療学科３回生（ボランティア）

Ⅱ．2024年度の事業計画と抱負

地域連携活動として認知症ケア啓蒙活動の講演会や地域の取り組みの紹介、Orange Project活動と大学生の支援、教育支援活動として高齢者看護シンポジウム（認知症と共に暮らすための家族支援）、看護・介護・福祉職を対象とした認知症理解と対応に関する教育プログラムの企画、その他認知症の人や高齢者が暮らしやすい地域社会を構築するための調査研究を行います。

やさしさを
「チカラ」に変える。

畿央大学 看護実践研究センター
〒635-0832
奈良県北葛城郡広陵町馬見中4-2-2
TEL：0745-54-1602　FAX：0745-54-1600　Email：nprc-core@kio.ac.jp

@NPRC_KIO.UNIV