

滋賀県立大学 学生主体の地域貢献プロジェクト 地域とともに 20年!健康しがと連携 転倒予防体操やハンドマッサージ
4か月間で高齢者の転倒率が10%低下!

未来のナースが地域にいやしと元気を届け、生き生きとした生活を応援



①彦根市平田町 転倒予防体操

②彦根市平田町 学生によるハンドマッサージ

『未来看護塾』は、滋賀県立大学「近江楽座」における学生主体の地域貢献プロジェクトチームのひとつです。2004年に発足当初より、「地域の様々な人々が心も体も生き生きと健康な生活が送れるように支援する」という活動理念に沿って県内外で幅広く活動しています。

なかでも平田町の地域高齢者サロンなどにおいて、大学卒業生の卒業研究を活かした転倒予防体操や看護学部での学びを活用したハンドマッサージをはじめとする健康教室を開催しました。

昨年度、「健康しが」から頂いた補助金を活用し、高齢者の転倒予防体操とハンドマッサージを月2回、約4か月間実施しました。その結果、高齢者の転倒割合はアンケートによって10%低下し、また、歩行速度の上昇もみられました。ハンドマッサージでは緊張や怒り、疲労などのマイナスな感情の低下が見られました。参加者からは、「いつもは集まりに行かないけど、学生さんが来るから行く」といった言葉がみられ、学生との活気のある会話や活動により、社会参加の意欲向上や活力の増進という効果が得られました。

また、事業を行った学生からは「高齢者の方との交流から新しい気づきを得られた」といった反応がみられました。このことから学生においても経験豊かな高齢者と交流することによって、普段関わる同世代や家族との関わりでは得られない知識や経験を得ることができ、相互に効果がありました。

また、未来看護塾の活動として、卒業生や教員も協力して県内商業施設において健康イベント「応援！生き生き健康生活」を行っています。

次回「応援！生き生き健康生活」

in ビバシティ彦根（10/6）

ちびっこ広場、ハンドマッサージ、血圧・身体測定など、生活に役立つ楽しいイベント盛りだくさん！看護師・保健師・助産師による健康相談も♪

<<お問い合わせ先>>

滋賀県立大学未来看護塾 顧問 伊丹君和
〒522-8533 滋賀県彦根市八坂町 2500