

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）久松健一（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）	
	深掘洋佑（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（保健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（保健B2年）今村ルカス（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）	

1. 活動概要

本プロジェクトでの活動は3項目に大別される。①県内の地域住民に健康教室を行うことで住民の一次予防意識を高めることを目的とする。地域住民に対し、認知症や高血圧といった疾患に関する講座および健康体操などを交えた健康に関するレクリエーション、地域住民が抱えている健康に対する不安をヒアリングし回答する健康相談等を学生が行う。②一次予防教育に何が必要か、実際に健康教室を行っている団体の活動見学を通じて知る。③リーダーシップを執れる医療系学生を養成するための勉強会に参加、開催する。

尚、申請時には「健康講座」という表現を用いていたが、活動内容が講座以外にレクリエーションや相談会等多岐に渡る事から、「健康教室」という表現に変更した。

2. 2018年度上半期の主な活動内容

- 6月21日 今年度の主な活動である健康講座と、8月に開催する地域医療セミナーの説明会
- 6月30日 宇部市小野地区大山集会所で健康教室
- 7月14日 宇部市小野地区平原集会所で健康教室
- 7月21日 宇部市小野地区藤河内集会所で健康教室
- 8月1日 周南市夜市地区・戸田地区で地域診断
- 8月6日 山口市陶地区ふれあいセンターで小学生向けに熱中症予防講座
- 8月20日 やまぐち地域医療セミナー
- 9月8日 四肢外傷セミナー（山口大学医学部総合診療部主催）
- 9月15日 山口市阿知須地区、認知症カフェ
- 9月22日 宇部市小野地区花香集会所で健康教室
- 9月23日 小児T&Aセミナー
- 10月8日 萩市光楽寺健康教室を共催
- 10月20日 宇部市小野地区で健康教室

3. 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月から継続的に小野地区で健康教室の活動を行っている。上半期は5回活動を行い、延べ54人に参加いただいた。6月からは参加者にアンケートを取り、活動の評価および改善に役立てている。

また、8月6日には小学生に対しても健康教室を行い、活動の幅を広げつつある。



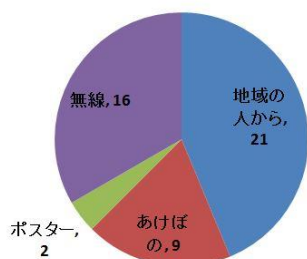
宇部市小野地区での健康教室の様子

表 健康教室のアンケート結果（藤河内集会所まで）

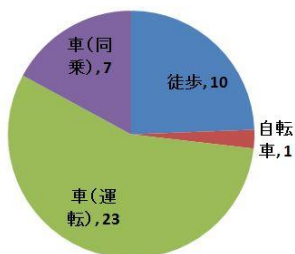
山口大学医学生による健康講座・健康相談会 アンケート結果

（第2クール 大山集会所、平原公民館、藤河内集会所）

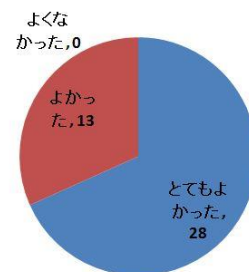
Q1. 健康講座・相談会をどこで知りましたか？



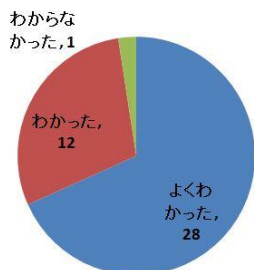
Q2. 会場までの交通手段は？



Q3. 参加された感想はいかがですか？



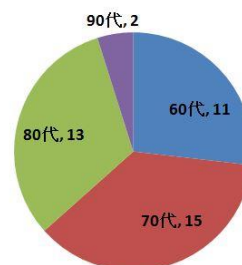
Q4. 健康講座の内容はどうでしたか？



Q5. 健康相談はできましたか？



(参考) 参加者の年齢



小学生に対する健康教室

4. 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（あじすオレンジカフェ）の活動を見学した。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。



認知症カフェでレクリエーションをする様子

5. 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日から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「地域医療セミナー」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等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・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。」という声を頂いた。

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コースでは小児科領域に興味がある学生が参加した。



地域医療セミナーでの活動の様子



小児 T&A 参加者との記念撮影

6. 今後の活動について

6-1 活動概要の①に関して：

引き続き小野地区での健康教室活動を行うとともに、別地区に出向き開催できるよう体制を整えたい。

6-2 活動概要の②に関して：

阿知須地区の認知症カフェ以外にも 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の下、様々なサロン・健康教室の活動に出向く体制は構築された。下半期も多くの活動に参加予定である。

6-3 活動概要の③に関して：

宇部興産中央病院総合診療医齋藤裕之先生、および山口大学医学部附属病院総合診療部と共同し下半期も多くの勉強会を開催予定である。活動範囲を家庭医療べんきょう会のメンバーだけでなく山口大学医学部の学生、山口県立大学の医療系学生にも共有することで多くの学生の勉学およびキャリア形成に役立つよう広報活動にも力を入れていく予定である。