

みんなの食堂 in CHUTAN 2019

－専攻科福祉専攻学生の「フィールドワーク」の効果と展望－

Everyone's Cafeteria in CHUTAN 2019 －Effects and Prospects of "Fieldwork" for Department of Welfare Society Students－

齋藤 雅美 池田 友子
Masami SAITO¹ Tomoko IKEDA²

1 青森中央短期大学幼児保育学科 2 青森中央短期大学食物栄養学科

1 Department of Infant Education, Aomori Chuo Junior College

2 Department of Food Dietetics, Aomori Chuo Junior College

Key words ; エンパワメント、介護予防、地域包括ケアシステム、地域共生社会、コミュニケーション

I. はじめに

「地域包括ケアシステム」とは2025年（平成37年）を目途に、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供体のこととされている。¹⁾ また、厚生労働省において平成29年2月「地域共生社会」の実現を求め、世代全ての人がつながり支え合う取り組みの必要性が述べられている。²⁾

上述の方策をふまえて、本学幼児保育学科専攻科福祉専攻のカリキュラムにおいて2019年専門科目「介護の基本Ⅴ」のディプロマ・ポリシーの一つとして「地域連携のあり方をフィールドワークすることで、地域包括ケアシステムについて説明できる」を目標として位置付けている。

履修学生7名（以下学生）が、本学の所在地青森県青森市A地区で地域の方を対象として、「介護の基本Ⅴ」「介護過程Ⅱ」各60時間の授業の一部で本学のある地域において、「みんなの食堂」をフィールドワークした。この活動は青森県農林水産部、食の安全・安心推進課から本学への委託モデル事業である。県の主な目的は、世代間交流と郷土料理の伝承である。

「介護の基本Ⅴ」の授業は通年であり、前期学内演習により「高齢者が現在行っているボランティアは何があるか」について調べた後、「高齢者の地域活動として今後どのような活動があればいいの

か」自由に回答を得た。その意見の中から「地域の方と学生が調理する」という意見が挙げられた。その意見をもとに、後期でフィールドワーク「みんなの食堂」を実践した。「介護過程Ⅱ」においては介護予防の視点をフィールドワークで学ぶ目的も併せて実施した。

この学習方法のフィールドワークとは、精選版日本国語大辞典によると「(fieldwork)学問の性質上研究室の外で行なう採集、調査、研究など。また、教育上の目的で行なう現場学習。」と記されている。そのため学内演習でなくフィールドワークにおいて、学生の授業に対するモチベーションの変化がみられ、社会福祉を学ぶ学生にとって様々な学習効果が期待できる。そこで、学生の学習効果について実施後記述してもらったものから分析し、今後の授業のあり方を検討していきたい。また地域の参加者の方からのインタビュー内容からも、学生との関わりが、参加者により影響となったことが結果に反映されていることが確認できた。さらに、調理指導においてみんなの食堂に特化された献立の提案と調理補助について報告する。

本稿では、本学共同研究対象としたみんなの食堂プログラムの一部であり、そのうち全5回についての報告をする。

Ⅱ. 方法

1. 対象と方法

1) 2019年(平成31年)介護福祉士養成課程の専門科目である「介護過程Ⅱ」「介護の基本Ⅴ」を履修する学生7名に、後期授業始めにガイダンスを行い、前期「介護の基本Ⅴ」の授業内で学生からの意見を取り入れたこと、また青森県農林水産部、食の安全・安心推進課からの委託事業「みんなの食堂」を、本学の地域にある公共施設を利用し、青森県の県産品を使ったレシピで、地域の住民の方と調理体験し、楽しく会話しながら一緒に会食することを説明した。学生への実施後アンケートの項目は①「エンパワメントを引き出すための工夫」②「介護予防の理解」③「共食から感じたこと」④「自身が身に着いたと感じたこと」⑤「学びが深まったこと」⑥「地域への愛着の変化」について最終回後に、アンケートし結果をカテゴリーに分類し検証した。

2) 参加者3名のインタビューについては、実施後インタビューし結果を分類し検証した。学生アンケート内容については表2に示す。

2. 倫理的配慮

研究協力者である学生には、本研究の目的、回答に関して任意であることや個人が特定されないことやデータの取り扱い、また教育評価には影響しないことをシート配布時に文書と口頭にて説明を行い承諾を得られた。アンケート用紙を全ての会が終了した時点で、無記名にて学生に記入してもらった。アンケート用紙、インタビュー内容については本学の倫理委員会にて許可を得た。(受付番号第3号)

参加者のインタビューについても評価に影響しないこと以外は、同様に説明を行い書面にて承諾を得た。

Ⅲ. みんなの食堂実施報告

1) プログラム日程については以下表1に示す。

表1 みんなの食堂 in CHUTAN2019プログラム

	月 日	時間	テーマ
1	9月18日 (水)	10:00～12:30	地域の食材のお話と食事会
2	10月5日 (土)	10:00～12:30	フレイル予防の調理実習 ～多品目の食品を食べよう～
3	10月6日 (日)	9:00～12:30	毛豆収穫体験&食事会 ～「農」から触れるあおもりのSDGs
4	10月20日 (日)	10:00～12:30	雲谷高原そば そば打ち体験 ～地元で収穫した新そば～
5	10月29日 (火)	10:00～12:30	認知症予防のお話とみんなで調理実習
6	11月12日 (火)	10:00～12:30	青森県の美味しい食材を使った調理とお話①
7	12月3日 (火)	10:00～12:30	青森県の美味しい食材を使った調理とお話②
8	12月14日 (土)	10:00～12:30	りんごを使った調理とりんごの話
9	1月20日 (日)	10:00～12:30	ホタテ丸ごと探検とホタテ料理
10	2月1日 (土)	10:00～12:30	学生と一緒に作ろう縄文風鍋

2) 参加者の概要

青森県青森市A地区に調理実習室の完備してある公共施設を利用した。青森市内に在住する本学の地域にお住まいの方が多く、総参加数は130人、(高齢者67人、大人27人、学生35人、子ども1人)であり、平均参加者は26人、(高齢者13人、大人5人、学生7人、子ども0人)である。

3) 学生の実践内容

みんなの食堂の運営には、本学の学生7名がスタッフとして参加し、毎回10:00から各グループに学生が1、2人ずつ入って一緒に調理する。会が始まると、学生の役割り分担があり①受付②会場設営③調理実習室補助④司会⑤食席片付けの5種がある。図1に示すように調理実習が始まれば、学生は調理台4台に分かれ、参加者もグループ分けは個人の判断を尊重し、あえて先に決めなかった。調理指導・補助は本学の教員と青森県食育サポーターの方にも協力していただき、教員は、全体の安全進捗状況の確認、また、学生が困難な状態でないか巡視し、困難時にはいつでもサポートが可能だよ

うに配慮した。学生は、参加者の持てる力を引き出すよう意識して関わりを持つことを目的として行った。

今回は学生がコミュニケーションしやすく、参加者の持てる力を引き出しやすい場として調理実習が適していると考えたため公共施設での調理実習から食事までを共に行うこととした。調理実習を行う上での協力を本学の池田先生と青森県食育サポーターの方に依頼した。



図1 調理の様子



図2 食事の様子



図3 根菜と豆腐の炒め煮 左上

図4 配膳例 塩サバのホイル焼き他 左下

図5 秋刀魚の生姜煮 右

4) 献立の提案と調理補助について

みんなの食堂の運営には、本学の学生7名がスタッフとして参加した。地域住民と協力し食事作りに取り組むため、初めの2回については事前に試作した。このことで、調理内容を把握し調理の支援がスムーズに行われたと考える。提案した献立については学生と地域住民の交流のツールと考え、調理内容に興味を持ち、楽しむことができるように、身近な食品の使用・簡単な調理操作を心がけた。図3では、青森県の郷土料理の一つである「煮和えっこ」をアレンジし、大根や人参などいつでも手に入る食材の料理とした。この料理ではすべての食材をせん切りにするが、参加者の調理技術に合わせて太さや長さは自由なことで作業の負担を軽減した。また、図5では、日常、保存食としている缶詰めを利用し簡単に出来る料理も加えた。図4に示すように、出来上がりの料理は、主食・主菜・副菜を意識し、普段の料理に活かせるように配膳を行った。

みんなの食堂では、参加者が自主的に調理に参加・協力していけるようにスタッフの動きも大切なものとする。参加者から調理方法についてこんな方法もあるというアドバイスを受けることもあり、それを実践することで参加者に教える楽しさと作る楽しさの両方を実感してもらうことができた。このように集まった参加者がスタッフとともに調理し、コミュニケーションを取り合いながら進めていくことができるように、時間的余裕も必要となるため、出来るだけ簡単な調理作業でありながら満足度の高い献立の提案が今後も必要となると考える。

IV. 結果と考察

学生アンケート回収率100%、自由記述をカテゴリーに分類した結果を表記し分析する。表2-問1結果では学生の属性として7名中7名地域内の出身ではなく、問2では、7人中6人が地域の公民館に行くことがなく1人は、年に6回と回答している。問3では、活動後「この地域に対する関心に変化がありましたか」の質問に、7名中4人が実施した地区について関心が高まった、3人がどちらともいえないと回答している。これは、地域の参加者とのコミュニケーションがなされ楽しい体験となった結果から場所への関心というよりも、地域に暮らされている人々への関心が高まったのではないかと考える。また、このような地域のひととの活動の継続は青森県の人口減少問題に寄与する。

学生アンケートについては以下（表2）に示す。

表2. 学生へのアンケート

I. 該当するものに○をつけてください。	
【問1】 地元が青森市Y地区出身であるか 1. はい 2. いいえ	【問6】 地域交流「みんなの食堂」を実践してみて学びが深まったことや身についたと思うことを書いて下さい。
【問2】 自分の暮らす地域の公民館にはみんなの食堂以外で年に何回行きますか 1. 0回 2. 6回以内 3. 12回以内 4. 12回以上	【問7】 地域交流「みんなの食堂」を実践してみて「介護予防」の視点で学びになったと思うことを記入して下さい。
【問3】 「みんなの食堂」の活動の前後で比較してY地域に対する関心に変化はありましたか。	【問8】 地域の方と共に共食したことから感じられたことを記入して下さい。
【問4】 調理の際参加者の力を引き出すためにどのような工夫をしましたか。	【問9】 地域連携「みんなの食堂」横内市民センターでの活動実践から、公民館でどのような活動が地域の方が参加しやすいと思いますか。
【問5】 自分の役割りについて振り返ってみてどうだったかを記入して下さい	

表3 問4の結果「エンパワメントを引き出すための工夫」

カテゴリー	実際の一部のデータ
調理をお願いする (3)	<ul style="list-style-type: none"> ・食材を切ることをお願いする ・作業をお願いすることを心掛けた。 ・できることをしてもらおう
会話を引き出す工夫 (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・会話内容も生活歴をはじめとした、その人が話しやすい内容を引き出すよう関わった。
教わる姿勢 (8)	<ul style="list-style-type: none"> ・教えてもらった ・「教えてください」という姿勢でかかわるようにした ・「切り方教えてください」 ・「主婦歴長いとさすがですね」と教えてもらう ・切り方など工夫しているところを詳しく聞いた。
感謝 (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・教えてもらった後に、御礼の言葉
役割への配慮 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・活動的、そうでない方がおられるので、全ての人が役割をもてるように関わられるようにした。 ・調理の輪に入れない人に「〇〇一緒にやりましょう」と一緒に料理した。
賞賛 (5)	<ul style="list-style-type: none"> ・「手際がいいですね」など褒めたりした ・教わった後褒める声掛けをした。 ・料理中の様子を褒めてやる気を出してもらえるよう声掛けする
再会 (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・また会いたい気持ちを伝える

このプログラム開始前に、学生に参加者の現在持っている力を引き出す「エンパワメント」を意識するように関わるよう伝えた結果、表3に示す通り、カテゴリーでは【教わる姿勢】といった関わり方が多く見られた。次に多かったのは【賞賛】で、できていることを賞賛する関わりも見えた。続いて【調理をお願いする】【役割への配慮】【感謝】【再会】が抽出された。参加者のエンパワメントを引き出すためには【学生は教わる姿勢】を特に意識していることがわかった。これは、学生よりも参加者のほうが調理経験が長く、学生が自然と教えてもらうことで、調理の先輩として参加者からもアドバイスしやすかったのではないかと考える。また【役割への配慮】については参加者のできる可能性を観察した上での介入だといえる。一人ひとりに目を配り、役割への介入は臨機応変な対応やコミュにケーション力も必要となり学生にとって貴重な学びとなっていることが言える。

表4 問5の結果「自分自身の役割について」

役割分担	代表的なデータ
受付 (2)	受付けも丁寧に対応できた
	受付けでみなさんに挨拶できた
会場設営 (1)	会場設営では皆さんのコミュニケーションが円滑になるよう机を設置した
調理準備・運営 (10)	料理中一人見ている人に声をかけた
	準備も積極的に行えた
	行っている人のアシスタント、必要なものを片付けるなど
司会 (2)	司会では皆さんに聞こえるよう意識して声を出した

学生の役割りの中での感想で最も多かった順の分担は【調理準備・運営】【受付】【司会】【会場設営】と抽出された。調理準備や運営において調理に参加できていない人はいないか、参加者のアシスタントとして必要なものを片付ける等、留意しながら努力したことから得られた結果ではないかと考える。

東奥日報令和元年10月1日朝刊18面掲載記事での、学生インタビューでは「手伝うつもりできたのに逆に教えてもらった。」ということから運営の時の意識として、手伝おうと努力していたことが伺える。

表5 問6の結果「学びが深まったこと」

カテゴリー	サブカテゴリー
地域高齢者の理解	地域高齢者とのコミュニケーション力 (1)
	不参加の高齢者の存在 (1)
	認知症予防について (2)
料理の方法	青森県産品食材の知識 (5)

最も意見が多かったサブカテゴリーをカテゴリーに分類すると、多い順に【料理の方法】【地域高齢者の理解】が抽出された。カテゴリー【料理の方法】では青森県産品食材の知識が得られ、より料理への関心や青森県の地域生活での関心も高まるのではないかと考える。

カテゴリー【地域高齢者の理解】で地域高齢者とのコミュニケーションが抽出され、学生にとって、地域で暮らしている高齢者とコミュニケーションをとることは、この機会以外ではなかなか得られない貴重な体験が得られたと言える。

表6 問6の結果「身についたと感じたこと」

カテゴリー	サブカテゴリー
コミュニケーション力	コミュニケーション力 (2)
	人見知りの克服 (1)
調理の知識	調理の方法 (3)

意見の多い順に【調理の方法】【コミュニケーション力】【人見知り】の順となっている。どの項目においても今後活躍していくであろう介護福祉士としては必要な能力であるといえる。

表7 問7の結果「介護予防の理解」

カテゴリー	サブカテゴリー
認知症予防食材を意識すること	認知症予防の自分でもできそうな簡単なメニュー (3)
人と関わりができること	顔なじみに会える楽しみ (2)
	外出の機会が得られる (1)
	他者とコミュニケーションできる (6)
調理が脳の活性につながる	調理で手先を使うこと (2)
自己実現できること	達成感 (2)

最も意見が多かったサブカテゴリーをカテゴリーに分類すると、多い順に【人とのかかわりができること】【介護予防食材を意識すること】【調理が脳の活性につながる】【自己実現できる】が抽出された。【人とのかかわりができること】ではサブカテゴリー〈顔なじみに会える楽しみ〉〈外出の機会が得られる〉〈他者とコミュニケーションできる〉が抽出され、いくつかの介護予防への理解は得られていると言える。

実践のなかで、参加者とのかかわりや参加者同士のかかわりを実際見ることで、全てのカテゴリーが体験として理解できたといえる。

表8 問8の結果「地域の方と共食したことから感じたこと」

カテゴリー	サブカテゴリー
楽しい時間を共有できる	楽しく会話できた (6)
	楽しい時間となった (4)
	おいしさの共有ができた (2)
信頼関係の構築につながる	打ち明けてもらえた嬉しさ (1)
相手の役に立てる	相手の支えになれた (2)

最も意見が多かったサブカテゴリーをカテゴリーに分類すると、多い順に【楽しい時間を共有できる】【相手の役に立てる】【信頼関係の構築】が抽出された。食事時間は30分程度であったにも関わ

らず、共に食事をすることを楽しいと感じられることや、信頼関係の構築を感じたり、相手の役に立てると感じたことは、ポジティブな感情であり共食することで多角的な意義を学ぶ機会が得られたと言える。

表9 参加者のインタビューをカテゴリー化

カテゴリー	サブカテゴリー (件数)	代表的なデータ
学生からの安心感	学生との関わりによる 安心感 (9)	なべの始末とか洗い物すれば学生さんが「拭いてくれてありがとう」と言って随分礼儀正しいと思った
		お話ししながら溶け込んで孫にいるような感じがよかった
		笑顔で接してくれるのがよい
		家族が病気で倒れたとき、介護士さんがリハビリをやる気をおこさせてくれるといった仕事の素晴らしさを感じていて、介護士を目指す方と一緒にかがわれてホッとした
調理の楽しみ	世代間での調理は楽しい (1)	若い人たちと料理できるのは楽しい
学生から活力がえられる	学生の食欲から元気もらえる (3)	自分は小食だけど学生さんは食欲があり元気だけだった
		好き嫌いなく全部食べる
新しい知識の獲得	若い人の好みのメニューが学べる (2)	3世代同居でメニューや味付けに困っている
		味付けの工夫が勉強になりました
不安な気持ち	何ができるか不安な気持ち (2)	私は役にたてるかなあ
健康への不安	食事量の減少 (1)	3世代同居で高齢夫婦が食事量が減ってきていることが気になる

最も意見が多かったサブカテゴリーをカテゴリーに分類すると、多い順に【学生からの安心感】【学生から活力がえられる】【新しい知識の獲得】【不安な気持ち】【健康への不安】【調理の楽しみ】が抽出された。カテゴリー【学生からの安心感】の代表的なデータでは〈笑顔で接してくれるのがよい〉〈お話ししながら溶け込んで孫にいるような感じがよかった〉〈家族が病気で倒れたとき、介護士さんがリハビリをやる気をおこさせてくれるといった仕事の素晴らしさを感じていて、介護士を目指す方と一緒にかがわれてホッとした〉といった代表的なデータが抽出された。これは、参加者にとって介護を学ぶ学生であることや、笑顔でのコミュニケーションが安心感につながったと考える。【学生から活力を得られる】では〈普段は少食だけど学生さんは食欲があり元気だけだった〉というデータが抽出された。学生の食欲が参加者の食欲に影響を与えられたことは、その場の雰囲気も食べやすい雰囲気づくりができていたことも考えられる。カテゴリーに【不安な気持ち】とあり〈私

は役にたてるかなあ」というデータが抽出された。

V. まとめと課題

フィールドワークにおいて様々な視点の学びが得られた。中でも地域高齢者とのコミュニケーションにおいては、参加者との2時間程度の関わりと短時間にも関わらず、円滑なコミュニケーションが学べたと言える。この調理実習で円滑にコミュニケーションがとれ、様々な視点での学びが得られたことは、調理での協力を得られた池田先生のレシピを作る際に、調理内容に興味を持ち、楽しむことができるように、身近な食品の使用・簡単な調理操作の心がけがあつての結果だといえる。郷土料理のレシピでは参加者にできるだけ作業の負担軽減のために、せん切りも自由な太さでできるよう考案された。地域包括ケアシステムの高齢になっても住み慣れた地域で尊厳が守られ、自立した生活で暮らし続けるためには、この活動は地域生活での楽しみの一つになるのではないかと考える。

ただ課題として今回の参加者では男性や子どもの参加者が少なく、日程調整や内容、資金も今後検討し継続していきたい。今回の参加者からの意見を反映させ今後も地域住民にとって地域生活継続における社会参加や、学生がさらなる学びを得られる可能性を感じている。さらに、このようなプログラムの活動を通して地域包括ケアシステムの実現に向けた取り組みへの学びをフィールドワークによって、介護福祉士養成教育にとりいれていきたい。

引用・参考文献

- 1) 厚生労働省 <https://www.mhlw.go.jp/stf/seikatuunituite/bunya/hukusi-kaigo-koureisya/chiiki-houkatsu/>
- 2) 公益社団法人 日本介護福祉士養成施設協会平成31年（2019）年3月P19