



InBody測定

もち粉スイーツプロジェクト

なよろ子ども支援プロジェクト



なよろ子ども支援プロジェクト

# ケア研タイムス

**第2号**  
 2023年12月1日発行  
 発行者  
 名寄市立大学  
 コミュニティケア教育研究センター  
 電話 01654-8-7661

QRコード

◀ケア研  
 ホームページ  
 はこちら

# ケア研タイムス発刊

地域と大学との橋渡し拠点として、名寄市立大学コミュニティケア教育研究センターの活動をお伝えします。

回覧形式の『ケア研通信』をリニューアルし発行より詳しく、より分かりやすい紙面を目指して

名寄市立大学コミュニティケア教育研究センター(以下ケア研)は、ケア研の活動を伝えるため、これまで町内会での回覧形式で発行していた『ケア研通信』をリニューアルし、より詳しく、より分かりやすく活動を紹介する『ケア研タイムス』を創刊しました。  
 令和4年度にプロトタイプとして学内のみで発行した創刊号を経て、今回は第2号として広く市民の皆様にご覧いただけるよう発行しました。

## 大学と地域の橋渡し拠点

2021年9月1日付けで当センター長に就任しました荻野大助と申します。教養教育部教授との兼任となります。

今年度は、5月より新型コロナウイルス感染症の分類が変更となり、ボランティア活動を再開できるようなるようになってきました。地域貢献に資する教育・研究の充実・発展のため、今後もより一層尽力してまいります。

「研究」においては、地域住民や地域自治体・企業、医療機関・福祉施設等とともに、地域社会、特に道北地域の課題解決に資する研究活動を行う拠点、「地域貢献」においては、教職員および学生による地域交流や地域活性化の活動を支援し、その成果について積極的な情報発信を行う拠点となっております。

ケア研は、地域との連携協働により、保健医療福祉、保育、教育産業振興ならびに地域活性化等に関する課題発見および解決に取り組んでまいりました。

ケア研では、業務を効率よく運営するために、専任の事務職員を二名配置しています。また、本学教職員により構成される企画運営会議、評議員会に加え、地域の保健医療福祉・保育・教育・産業等関係者による連携推進協議会を設置し、連携基盤の整

コミュニティケア教育研究センター(ケア研)は、本学の理念の一つである社会連携・社会貢献の基盤を整備するとともに、教育・実践・研究の橋渡しにより、本学の教育活動のさらなる充実を支える組織です。「教育」においては、地域社会の教育的活用を行う拠点教育・研究資源を地域社会に開放し、地域住民の生涯教育・専門職の継続教育と教育・実



▲荻野大助センター長

備・充実に向けた協議を行っております。

これまで情報発信は、センター年報(課題研究報告や事業報告)、ホームページ(イベント告知など)、教員シーズ集、北都新聞「名大の時間」(学生のコラム)、エアーツシ「info名大」(新任教員インタビュー)、SNSの活用など各種メディアを使って発信しております。この度ニュースレター「ケア研通信」をリニューアルし、紙媒体の「ケア研タイムス」を発行するに至りました。より多くの方にケア研の活動を知っていただくとともに、皆様方のご理解とご協力を賜れると幸甚です。

コミュニティケア教育研究センター長  
 荻野 大助

# 特集 コミュニティケア教育研究センター 「課題研究」

定住自立圏を研究対象とした「地域研究」に取り組んでいます

コミュニティケア教育研究センターの「課題研究」とは、ケア研究の予算で実施している学内公募型の研究支援です。主な特徴として地域を限定していることが挙げられます。ここでいう地域とは概ね北・北海道中央圏定住自立圏を想定しており、「道北」の地域課題に対する研究を奨励・支援しています。採択基準は、地域課題を発見、明確化し、解決に向けた具体的提案につながる研究課題であるかです。「課題研究」として採択されたものには研究費を交付しています。

令和5年度は、「健康科学を活用した市民の健康づくり事業」「産学連携による商品開発事業（SAIJO×名寄市立大学商品開発プロジェクト）」「援農有償ボランティア事業」など、地域の課題解決や大学の地域貢献に資する研究や事業11件を採択しました。

専門的な研究も多く、すべての研究が分かりやすくかつすぐに市民・地域に成果として還元されるものばかりではありませんが、こ

## 2023 (R5) 年度課題研究一覧

研究・事業課題	研究代表者	所属
健康科学を活用した市民の健康づくり事業	清水 幸子	教養教育部
産学民連携による多世代の地域住民を対象としたヘルスプロモーション環境の構築	上原 主義	看護学科
地域住民高齢者のフレイル予防教室	澤田 知里	看護学科
生産者と協同し地域特産物のもち粉を活用したレシピ開発事業	福士 一恵	栄養学科
産学官民連携によるレシピ開発事業	下坂 彩	栄養学科
産学連携による商品開発事業 (SAIJO×名寄市立大学商品開発プロジェクト)	外川 晴香	栄養学科
エリート選手を含む小学生男女ソフトテニス選手への栄養サポート及び保護者への栄養教育アプローチ	泉 史郎	栄養学科
北海道の高齢者福祉施設における栄養・食事管理の現状と課題 —道北地域の特別養護老人ホームにおける栄養ケアと給食管理の課題—	久保田 のぞみ	栄養学科
名寄市民の生活習慣病や摂食嚥下機能低下による食の問題を改善し、美味しく食べられる食の工夫	中村 育子	栄養学科
援農有償ボランティア事業	今野 聖士	教養教育部
名寄市と連携した保育・子育て支援事業	傳馬 淳一郎	社会保育学科

のような地道な地域研究の積み重ねが、道北地域を維持・発展させていくと考え、継続的に進めていく予定です。

今回、近年実施された4件の「課題研究」についてその概況を紹介いたします。

## 課題研究の紹介①

# イオンdeポッチャ

看護学科 助教 上原 主義

みなさんは、「ポッチャ」というスポーツを聞いたことがありますか？東京パラリンピックの金メダリスト、杉村選手の「スギムライジング」によって一躍、日本でも有名になったのではないかと思います。

では、「ポッチャ」について、どのようなイメージをお持ちですか？きっと、障がい者のためのパラスポーツを思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか。ポッチャは、ヨーロッパで生まれた重度脳性麻痺者、もしくは同程度の四肢重度機能障がい者のために考案されたスポーツです。その歴史は長く、古代ギリシャで行われた玉投げがもととなり、6世紀のイタリアで原型が生まれたとされています。また、1984年からはパラリンピックの正式種目となり、障がい者を対象としたスポーツのイメージが強くなりました。

しかし、近年では、障がいの有無はもろろんのこと、若者男女関係なく、すべての人が一緒に楽しく、競い合えるスポーツの一つとなつています。

今回、コミュニティケア教育研究センターの課題研究として、筆者である教員、名寄市社会福祉協議会、イオン名寄店という産学民が連携して、「ポッチャ」を活用した健康環境を構築していく研究に着手することとなりました。それと合わせて、学生と市民との交流の場、および学びの場にもするたために、本学の連携教育科目である「地域との協働Ⅲ」の時間を活用し、学生が主体となつてポッチャ体験会を運営していくという演習も試みました。

学生は、ポッチャ体験会「イオンdeポッチャ」を開催する前に、まずは体験会の運営方法などを学ぶために、名寄市社会福祉協議会主催の「ふれあい広場」に

加させていただきました。そこでは、名寄市内のポッチャ愛好会「名遊会」の方々からサポートを受けながら、体験者への競技説明や審判などに取り組みました。学生は、名遊会の方や体験に来られた市民の方と楽しく交流を深めながら、体験会の運営方法を学ぶことができました。

ふれあい広場で身につけた体験会の運営に関する知識・技術をもとに、「イオンdeポッチャ」の開催準備から当日の運営を学生主体で行いました。準備では当日の会場配置や使用物品の役割分担などの計画をグループワークで練り上げていきました。当日は競技説明、審判、対戦相手、宣伝など、多くの役割をローテーション制で学生は経験しました。7月22日の



▲ふれあい広場

大学ホームページ、名寄市広報、イオン名寄店の広告で開催予定について掲載させていただきますので、ご興味のある方はお気軽に足を運んでいただくと幸いです。



▲イオンdeポッチャ▲

体験会には市内外から合わせて65名の方が参加されました。今後定期的にも実施していきたい、名寄市民の方々の健康のため、そして学生が専門職種として必要な「多職種」・「地域」との連携力を養うためにも、この試みを定着させていきたいと思っております。

課題研究の紹介②

# オホーツクにおける農福連携の展開 —J Aきたみらい管内の事例を中心に—

社会福祉学科 講師 小泉 隆文

### 1. はじめに

近年、わが国では、農福連携の取り組みが広がっている。現在、名寄市においても農福連携の実践例がみられているが、行政、J A、社会福祉協議会等の機関が連携して進められている状況ではない。

本稿では、名寄市において農福連携を進めるための事例の一つとして、J Aが中間支援組織として機能しているオホーツク管内のJ Aきたみらいを採りあげる。

### 2. J Aきたみらいにおける農福連携の取り組み

J Aきたみらいでは、農業労働力確保対策として農福連携に関する検討が2017(平成29)年から開始された。農作業の実証体験を経て、現在では障害者の受入希望の農業者と作業請負希望の障害福祉サービス事業所をJ Aがマッチングすることによって農福連携が実

践されている。主な作業はタマネギ収穫、大根の出荷、大型コンテナの組立、にんにくの播種である。作業時は障害福祉サービス事業所の支援員が利用者を車で送迎し、作業の様子を見守りつつ助言を行っている。ほかに、農業者や出向も共に作業を行っている。作業時はJ A職員も毎回同行している。

作業を行う利用者は、就労移行支援の利用者が中心となる。受け入れた農業者からは、「想像していたよりも熱心に作業してくれ

る」との声があがっており、農繁期の労働力不足解消に結びついている。また、農業者が作業料金を支払うことから、利用者工賃のアップにもつながっており、さらに一般就労に向けたトレーニングになるため、農業側と障害福祉サービス側双方にメリットが表れている。

### 3. 考察

今回の研究で明らかになった点は、①J Aなどが中間支援組織として機能するには、農業者と障害福祉サービス事業者との綿密な事前打ち合わせが必要など、②中間支援組織で農福連携を担当するJ Aなどの職員に農業と障害福祉双方に明るい人材を配置することの重要性、③中間支援組織を介さずに農福連携を行う場合は、農産物の出口戦略が重要である点である。

中間支援組織が機能するには、J Aがその役割を担うか、もしくは、協議体の設置が考えられる。協議体は役所の農政課や障害福祉

課等に加え、農業改良普及センター、地方振興局等、社会福祉協議会、J A、障害福祉サービス事業所、農業者、自立支援協議会などから構成されるのが一般的であるが、より多くの組織で構成される方が、様々な考え方のもとで農福連携が実践されることになるため、農業者、利用者や支援者にとって、より適切な農福連携が実践されることと思われる。

「想像していたよりも熱心に作業してくれる」との声があがっており、農繁期の労働力不足解消に結びついている。また、農業者が作業料金を支払うことから、利用者工賃のアップにもつながっており、さらに一般就労に向けたトレーニングになるため、農業側と障害福祉サービス側双方にメリットが表れている。



▲写真はイメージです▶



課題研究の紹介③

# 地域高齢者の栄養改善に向けた 媒体作成について

栄養学科 准教授 中村 育子

### 1. はじめに

新型コロナウイルスの感染拡大により、高齢者は罹患すると重症化しやすいため、高齢者の外出の自粛を促して1年以上が経過している。高齢者は感染拡大の前と比べて生活環境の悪化により、食環境の悪化も想定されている。高齢者の活動自粛が長引くほど、身体的な活動のみならず社会的な交流も激減させ、身体機能や認知機能の低下、栄養状態の悪化を引き起こし、サルコペニアやフレイルの進行が危惧されている。

東京都の高齢者294人を対象にしたコロナ禍のフレイル対策に関する調査では、「外出頻度の低下」、「会話量の減少」、「買い物に行けず食材が手に入らない」、「食生活の崩れ」、「献立を考えるのが面倒になった」、「食事もおろそかになり簡単に済ませる」等、食生活の乱れという悪影響が認め

られている。名寄市は2020年12月に地域高齢者を対象とした介護予防・日常生活圏域ニーズ調査を行っている。その中で、「外出を控えている」が38.1%であり、「昨年と比べて外出の回数が減っているか」の回答は、「とても減っている」が6.0%、「減っている」が31.2%であった。「外出を控えている」の理由は「コロナの影響」と回答した者が47.8%であった。名寄市の高齢者の健康を維持するためには、低栄養予防や介護予防に向けた、家の中で手軽に利用できる栄養改善の媒体が必要であると考えられた。

名寄市の高齢者に低栄養予防、疾病の重症化予防に向けた栄養改善を促すことを目的とした在宅で使える媒体(動画、冊子)の作成である。

### 2. 事業の目的

名寄市の高齢者に低栄養予防、疾病の重症化予防に向けた栄養改善を促すことを目的とした在宅で使える媒体(動画、冊子)の作成である。

名寄市の高齢者に低栄養予防、疾病の重症化予防に向けた栄養改善を促すことを目的とした在宅で使える媒体(動画、冊子)の作成である。

名寄市の高齢者に低栄養予防、疾病の重症化予防に向けた栄養改善を促すことを目的とした在宅で使える媒体(動画、冊子)の作成である。

名寄市の高齢者に低栄養予防、疾病の重症化予防に向けた栄養改善を促すことを目的とした在宅で使える媒体(動画、冊子)の作成である。

名寄市の高齢者に低栄養予防、疾病の重症化予防に向けた栄養改善を促すことを目的とした在宅で使える媒体(動画、冊子)の作成である。

### 3. 実施概要

名寄市社会福祉協議会が地域高齢者に提供している「こんにちはレター」で提案したメニューを用いて、簡単な健康レシピの冊子(写真1)を作成し、名寄市立大学保健福祉学部栄養学科の学生に協力してもらい、低栄養予防、高血圧予防、糖尿病予防の動画を撮影し、D V Dを作成する。動画の内容は①栄養の重要性、②疾病の重症化予防、③学生による簡単調理である。これらを組み合わせ、高齢者に分かりやすく、取り組みやすいものとした。動画は学生が調理から食べるまで行う。

この動画を見ながら高齢者も一緒に食事をす

この動画を見ながら高齢者も一緒に食事をす

この動画を見ながら高齢者も一緒に食事をす

この動画を見ながら高齢者も一緒に食事をす



▲写真1 「簡単に作れるレシピと動画」

### 4. おわりに

本事業は名寄市社会福祉協議会と連携してコロナ禍における地域高齢者の低栄養予防や介護予防の栄養改善を目的とした媒体の作成を行った。学生の調理姿に親しみを感じ、大学生にできる調理だから私もできるはずと思

い、気軽に料理を行って栄養改善できる内容に工夫した。

学生を通しての低栄養予防や疾病の重症化予防に向けた栄養改善の動画配信は、新しいスタイルの取組みであり、現在、名寄市社会福祉協議会のYouTubeで動画配信を行っている。

学生を通しての低栄養予防や疾病の重症化予防に向けた栄養改善の動画配信は、新しいスタイルの取組みであり、現在、名寄市社会福祉協議会のYouTubeで動画配信を行っている。

学生を通しての低栄養予防や疾病の重症化予防に向けた栄養改善の動画配信は、新しいスタイルの取組みであり、現在、名寄市社会福祉協議会のYouTubeで動画配信を行っている。



▲写真3 「簡単に作れる料理の材料の説明」



▲写真2 「栄養の重要性と簡単に作れるメニュー提案」

参考文献

(1) 大沢愛子, 前島伸一郎, 荒井秀典, 近藤和泉(2021): コロナ禍における高齢者の健康維持に向けた取り組み, 日本老年医学会雑誌, 58(1): 13-23.  
(2) 飯島勝矢: With コロナ時代のフレイル対策~日本老年医学会からの提言~. [https://www.tyvjyu.or.jp/kankokubusui/pdf/Aging%20Health97\\_light.pdf?utm\\_source=opponent&utm\\_medium=pf&utm\\_campaign=210421\(2022年4月9日閲覧\)](https://www.tyvjyu.or.jp/kankokubusui/pdf/Aging%20Health97_light.pdf?utm_source=opponent&utm_medium=pf&utm_campaign=210421(2022年4月9日閲覧)).  
(3) 名寄市(2020)名寄市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 在宅介護実態調査 保健医療福祉についてのアンケート調査集計報告書, 9-10.

課題研究の紹介④

名寄市と連携した保育・子育て支援事業  
〜模擬保育室を活用した子育て支援及び保育の質向上を目指したサポート〜

社会保育学科 准教授 傳馬 淳一郎

名寄市立大学3号館を楽しように歩く親子が向かうのは、玄関から長い廊下の突き当りにある模擬保育室。普段は社会保育学科の学生が授業で使う演習室が、この日は地域の親子の遊び場になる。

名寄市地域子育て支援センター「ひまわりらんど」が本学の模擬保育室を活用して、2021年5月に始めた「あそびの広場」は、未就園児を対象に、毎月第2・第4土曜日に開催している。ケア課題研究事業「名寄市と連携した保育・子育て支援事業」の一環で、社会保育学科の学生と教員が、子育て支援センターの保育士と協働して開催している。

上の学生が、本事業の中で学生スタッフとして、遊びの広場の準備や支援に携わることになった。学生スタッフたちは授業で模擬保育室を使い慣れているため、保育士の指示を仰ぎながらも、学生同士で話し合い、会場の環境を整えている。

コロナ禍の影響もあつた2021年度は延べ294名、2022年度は349名の親子が模擬保育室を利用した。演習として2年生が参加していたある土曜日、初めて抱く乳児に緊張しながらも「かわいい」と話す声が聞こえてきた。保育所や幼稚園での実習を経験している3年生以上の学生スタッフは静かに親子に近づいて、親御さんの話を傾けている。親御さん方も、学生とのたわいもない会話を新鮮に感じている様子であった。社会保育学科で保育を学ぶ学生たちは、地域の子

育て支援を通じて、保育者になるための貴重な機会を頂いている。



▲模擬保育室で親子に寄り添う学生スタッフ



▲眠る子どもを抱く保育学生

本事業は、名寄市と連携した保育・子育て支援事業であり、第一段階として「大学模擬保育室を活用した子育て支援実践」が中心であった。さらに2022年からは、第二段階として模擬保育室を活用した名寄市保育士としての名寄市保育士の園内研修、保育内容検討のサポート、公開保育の助言等、名寄市の保育の質向上を目指して、社会保育学科教員

活動紹介

北星信用金庫寄附講座

市民の生涯学習の場としての公開講座

ケア研では、公開講座やセミナー等、市民の生涯学習の機会を積極的に提供しています。

10月6日、北星信用金庫寄附講座を本学図書館大講義室で行いました。

名寄市立大学は北星信用金庫と産学連携協定を締結しており、その活動の一つとして本学学生と一般の方を対象とした講演会を開催しています。

講師に札幌市保健福祉局医務・健康衛生担当局長の西條政幸先生をお招きして、「新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の本質に迫る」その特徴と対策」と題した講演をしていただきました。

西條先生は、国立感染症研究所、札幌市で対策に携われた経験から、新型コロナウイルス感染症の病気の性質、ワクチンの感染症対策における果たす役割、札幌市での流行と行政対応、新型コロナウイルス感染症の倫理について解説し、参加した

人たちは熱心に耳を傾けていました。

このプロジェクトは、ケア研の課題研究「産学連携による商品開発事業」(研究代表者・栄養学科外川晴香助手)として、株式会社西條とのコラボ企画により、本学学生が考案した商品販売するもので、今年度は「健康に配慮しつつ満足感のある井ぶりメニュー」をテーマとして取り組みました。

商品は、「食物繊維を補う!お助け5色井」(考案||栄養学科3年相内美咲さん、伊藤瑞姫さん、小笠原千智さん、加藤冬音さん、滝田さりなさん)と、1/2日分の野菜が摂れる!カラフルタコライス(考案||栄養学科3年橘山はるかさん、滝本桜歩さん、日富彩希さん、渡辺花凜さん)の

2品です。「カラフルタコライス」は10月13日から11月5日までの間、「お助け5色井」は11月10日から12月3日までの間、いずれも毎週金・土・日曜日に、西條名寄店、士別店、枝幸店、稚内店で販売されました。

10月15日と11月12日には、考案した学生が売り場に立ち、商品の説明やアンケートへの協力呼びかけを行いました。

GW明けの5月8日から新型コロナウイルス感染症の法的な位置づけが第2類から第5類に変更されたことで、地域活動が徐々に戻り、課題研究や学生のボランティア活動などが再開。また私にとってInBody測定会(名寄市共同事業)とケア研タイムス発行等:初めて尽くしの今年度でしたが「雪が積もる前には」という思いで皆様にご協力いただき、なんとか間に合った?のではと山を見ながらワクワク気分\*滑走準備完了しました!!

(清)

行事予定

【市民公開講座】

日時 令和5年12月16日(土)13時30分~15時

場所 名寄市立大学図書館大講義室(西4北8)

※オンライン配信もあり

講師 小泉 隆文氏

(本学社会福祉学科講師)

演題 農福連携について知ってみよう

対象 一般市民、学生

参加料 無料

申込み 12月11日(月)12時までに次

のコードを読み取り、申込フォーム



ムに入力されるか、電話、ファックスで申し込み。

【なよろ子ども支援プロジェクト】

市内小中学生を対象に、大学生スタッフによる「学習支援」と「子どもの居場所づくり」を行います。

日時 令和5年12月23日(土)、令和6年2月10日(日)10時~12時

場所 名寄市民文化センター(西13南4)

対象 小・中学生

参加料 無料

申込み 不要です。当日直接会場へお越しください。

編集後記

GW明けの5月8日から新型コロナウイルス感染症の法的な位置づけが第2類から第5類に変更されたことで、地域活動が徐々に戻り、課題研究や学生のボランティア活動などが再開。また私にとってInBody測定会(名寄市共同事業)とケア研タイムス発行等:初めて尽くしの今年度でしたが「雪が積もる前には」という思いで皆様にご協力いただき、なんとか間に合った?のではと山を見ながらワクワク気分\*滑走準備完了しました!!

(清)



▲保育士と学科教員による公開保育の振り返り