

# 大学生による高齢者支援の効果

——ボランティア活動から考える——

小 幡 佐 久 子

## 要 旨

本学人間健康学部学生と共に高齢者施設を訪問し、学生の活動が高齢者にどのような影響を与えるか検討した。参加学生は9名（女子学生2名、男子学生7名）で、ボウリング・輪投げを行い高齢者と触れ合った。結果は、ゲームを通して高齢者の生活に非日常的な刺激を与え、喜びと笑いを提供できた。その要因として 1) 20代の学生は孫のような存在である 2) 自分たち（利用者）のために何かをしてくれたという感謝の気持ちがある 3) 学生は初対面でめずらしく新鮮さを感じる 4) ゲームを通して場の一体感が生まれた 5) ゲームに勝ちたいという競争意識が生活意欲を引き出す 6) 異性への関心 の6点が考えられる。

キーワード：高齢者、健康、大学生

## 1 はじめに

2007年（平成19年）10月1日現在のわが国の総人口は1億2,777万人で、65歳以上の人口はおよそ2,746万人、総人口の21.5%を占めている（介護白書、2008）。まさに5人に1人が高齢者という本格的な高齢社会となっている。厚生労働省（2010）の発表では、特に、要支援1,2の高齢者、すなわち「要介護状態までにはいかないものの、家事や身の回りの支度などの日常生活に支援を必要とする状態」の高齢者が増加している。

高齢者にとっての生活の質の向上とは何かを考えてみると、第一に自立した生活が送れることと言えるだろう。高齢者は加齢に伴い身体の生理機能が衰えてくる。したがって、低下した機能と残存機能のバランスをうまくとりながら、日常生活における身体機能を維持していく

ことが生活の質の向上につながることになる。第二には、日々の生活の中に生きがいや楽しみを見いだすことで引きこもりを予防し、生き生きと生活出来る事と言えるだろう。またこれらの生活を支えるのは家族が中心になると考えられるが、我が国の家族構成の変化や経済状況、少子高齢化率を見ると、家族だけでは十分に行えない現状がある。介護予防事業の一般高齢者施策の中にも「介護予防に資する地域活動組織の育成・支援」「ボランティアなどの人材を育成するための研修」が盛り込まれているように、各市町村や地域全体で取り組まなければならない問題であり、また住民一人一人の意識も重要になってくると考える。

今回、本学人間健康学部の学生と共に高齢者施設を訪問し、学生の活動が高齢者にどのような影響を与えるか考えてみた。

## 2 方 法

某小規模デイサービスを訪問して高齢者と触れ合い、学生の活動が高齢者にどのような影響を与えるか検討する。

## 3 訪問日と活動内容

第1回訪問 2009年5月28日(2年女子3名)……………ボウリングの会

第2回訪問 2009年6月4日(2年女子2名)……………お話の会

第3回訪問 2009年7月16日(2年女子2名, 3年男子7名)……………ボウリングの会

第4回訪問 2009年10月22日(2年女子2名, 3年男子7名)……………輪投げの会

2009年度は4回訪問した。第1回と第2回は女子学生のための訪問であったが、施設の職員から「女子学生の訪問で男性利用者の表情がとても生き生きしている。男子学生の参加があれば女性利用者が喜ぶのではないか?」とのアドバイスを受け、第3回と第4回の訪問では男子学生も加え計9名での訪問となった。

## 4 レクリエーションの準備

レクリエーションの準備に当たっては高齢者の視機能や筋力、指先の微細運動機能を考慮した。図1はボウリングに使用したものである。

同じ大きさのペットボトル10本を準備して中に水を入れた。水の量は、ペットボトルが安定して立ち、且つ、高齢者の力でボールを転がした時倒れやすいように、学内で何度か試行した。ペットボトルのラベル下のラインまで水を入れることで、実際の場面でも条件が満たされていたと思われた。ボールはブラインドサッカー用のボールを使用した。大きさが女性の手にも丁度よく、転がすことで鈴の音が聞こえ、また表面もビニールボールのように滑ることもなく投げやすかった。



図1 (ボウリング)



図2 (輪投げ)

図2は輪投げに使用したものである。投げる輪は新聞紙を丸めビニールテープで巻いてある。万が一利用者にもぶつかっても怪我や打撲の心配はない。

## 5 結果と考察

ゲームは学生と利用者がペアを組み、二人の合計点で順位を競うという方法で行った。学生はペアとなる利用者にゲームの方法を説明し、また歩行に不安のあるような利用者に対しては、手を引いて中央の椅子までエスコートしていた(図3、図4)。

利用者の反応について事例を通して紹介する。

### 1) Aさんの場合

自宅に引きこもりがちだったが、デイサービスに通い始めてから明るくなり、家族との関係も良くなった。第1回目の訪問をととても喜び、第2回訪問時には学生に何かお礼をしたいと施設職員に申し出て、自ら菓子店に足を運び学生のためにクッキーを準備してくれた。またゲームが終わり学生が退出する際は、得意のハーモニカを演奏し、名残惜しそうに学生を送ってくれた。



図3

### 2) Bさんの場合

施設職員からの情報では、消化管の疾患を持つBさんは食欲が落ちてきていたが、第1回目の訪問をととても楽しんでくれ、訪問後の数日間は食欲が出て食べられるようになったということであった。



図4

### 3) Cさんの場合

第1回目の訪問時は職員が誘ってもゲームに参加せず、参加賞として準備したお菓子も、私は参加していないので受け取れませんと拒否していた。第2回目の訪問は利用者と触れ合うことを目的に「お話の会」としたが、普段通り明るく会話に参加していた。第3回目の訪問では、男子学生とペアを組みボウリングを行った。Cさんの順番になったとき、膝関節の拘縮と疼痛のためうまく歩けないことを気にして渋っていたが、学生が手を引いて椅子まで誘導すると、こんなイケメンさんに手をつないでもらって嬉しいと、周囲の人を笑わせる場面もあった。第4回の訪問では楽しそうにゲームに参加していた。

4回の訪問に共通して言えることは利用者がとても喜んでくれたということである。その要因について考えてみると、第一に、利用者にとって学生は孫のような年代であり愛しく思えると言うことができる。学生はレクリエーションインストラクターのような資格を持っているわけではなく、ゲーム進行についてぎこちない部分

もあったが、人生経験豊富な利用者たちは、さりげなく質問するなど温かい眼差しで学生を見守ってくれていた。

第二は、自分たちのためにわざわざ来て何かをしてくれたという感謝の気持ちを持つことである。それは、例えばAさんのクッキーのお礼やハーモニカ演奏の中に見る事が出来る。また帰宅後、家族に学生の訪問の様子を話して聞かせる利用者もいて、利用者家族からも「いまだき年寄りの相手をしてくれる若い人がいるなんて有難いね」と声が寄せられている。

第三として、いつも見慣れている施設職員ではなく、初対面の、めずらしい人と話をして新鮮さを感じたと言えるだろう。利用者は学生の氏名や出身地、将来何になりたいのか等につい



て、一人ひとりの学生に質問し熱心に聞いていた。また、次の訪問の時に、この学生さんは〇〇になりたい人だったよねと、覚えている利用者もいた。

第四として、ゲームが新しい刺激だったと言える。また、利用者自身もゲームに参加できたという喜びや、全員が一緒に楽しむことで場の一体感を感じる事が出来たと考えられる。学生も職員も、利用者や他の学生が一投する毎に拍手し歓声を上げて喜んでおり、それに対して利用者もまた笑顔で答えるという様であった。ある認知症の利用者が——訪問時に受けた印象では、表情が乏しく外に対して感情を表現することがあまりないように見受けられた——それまでは職員の働きかけにも動こうとしなかったが、自分で椅子から立ち上がり輪投げをし、口元がほほ笑むということもあった。もちろん全員が参加できるようにという職員の配慮があったことは言うまでもないが、その場の一体感も利用者に行動を起こさせた一因ではないかと考えられる。図5はペアを組む利用者に輪投げの説明をしているところであるが、第3回、第4回訪問時の学生数は9名でほぼ利用者と同数であり、一人ひとりの利用者に対しゲームの説明や歩行介助等の細かい気配りができたことも、場を盛り上げることに繋がったと考えられる。

第五として、ゲームに勝とうという競争意識が生活意欲を引き出すと思われる。図6は輪投げの様子を写したものである。利用者は、椅子から身を乗り出し出来るだけ近くでパーフェクトを狙おうとしており、またその様子を見て周囲が大笑いしているところである。ゲームにより体を動かすことで全身の血液循环が良くなり、またどうしたら高得点が取れるかと一生懸命考えながら行うことで脳および自律神経の働きを活性化させ、結果的に食欲増加・生活意欲の向上につながっていくと考える。

第六として、異性への関心があげられる。堀内ら（2005）は、高齢者が異性を好きになる感



図5

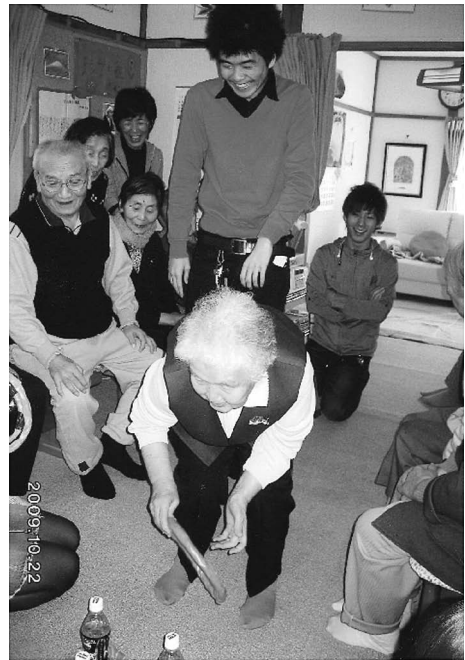


図6

情について、男性で75%、女性で40%近くが「感情あり」と答えており、老年期であっても異性への関心が著しく減少することはないと述べている。ほのぼのとした感情を持ちながら学生とゲームを楽しみ、お互いの触れ合いを通して喜びあえる時間は、安らげるひと時であったと思われる。

一方学生からは、1) 同じ施設に行けたので

利用者の顔と名前を覚えられたし、利用者もまた自分のことを覚えてくれて話しやすかった 2) 利用者が楽しそうにゲームをしてくれて嬉しかったし、ペアを組むことで学生も一緒に楽しむことが出来た 3) 初めて高齢者と接し良い経験になった。高齢者に対してマイナスイメージが大きかったが、会ってみると前向きで、元気で、今を楽しんでいることが伝わってきて衝撃的だった。高齢者から元気をもらえた 4) 初めて高齢者施設を見て、介護の大変さや働いている人のすごさを感じた、などの感想が得られた。学生にとっても高齢者から得るものが大きかったと思われた。

## 6 おわりに

今回のボランティア活動を通して、学生による高齢者支援は、高齢者の生活に非日常的刺激を与え、喜びと笑いを提供できることがわかった。また学生にとっては、人間の力強さやたくましさを学び、高齢者施設での仕事の一端を学ぶ機会になった。

今回はボウリング・輪投げを中心とした活動であったが、手作りの作品は暖かさがあり、また初めて施設訪問する学生にとっては、利用者とのコミュニケーションツールとしての効果もあった。支援する側の基本的姿勢として、共に

楽しむこと、相手を思いやることを忘れずに活動していきたいと思う。また、今後もこの活動を継続する上では、学生のスケジュール調整、男女学生の確保、学生の興味・関心の惹起等、クリアしなければならない課題も見つかった。

尚、本稿で掲載した図は利用者及び施設職員の許可を受けて使用したことを申し添える。

## 付 記

本稿は、八戸大学人間健康学部共同研究プロジェクトへの助成によっている。また、2010年（平成22年）3月6日の人間健康学部公開講座において発表したものに加筆修正したものである。

## 参 考 文 献

- 堀内ふき・大淵律子・金子昌子編（2005）. ナーシング・グラフィカ 26 老年看護学—高齢者の健康と障害. 株式会社メディカ出版
- 厚生労働省（2010.7.20）. 介護・高齢者福祉, 介護予防. <http://mhlw.go.jp/topics/kaigo/yobou/dl/yoboupdf> より検索
- 社団法人全国老人保健施設協会編（2008）. 平成20年版介護白書—介護老人保健施設経営の現状と課題—. TAC 出版

## **An effect of the senior citizen support by University students through the volunteer activity**

**Sakuko OBATA**

### **Abstract**

This paper makes clear how students' activities influence on old people in the home for aged. Nine students including two female and seven male join this project. They played quoits and bowling with the old people. The old people experienced unordinary activities and they were given the pleasure through playing those games with the students. There are six possible factors of the result. First, old people felt students who are twenty years old as grandchildren. Second, they thanked the students for something good to them. Third, they met the students for the first time and it was a rare experience. Fourth, they felt the sense of unity with the students and themselves. Fifth, their competitive desire to win the games made them to be positive to live actively. Sixth, they are conscious of the opposite sex.

Key words : old people, health, University student