日本赤十字豊田看護大学紀要 11 巻 1 号，87−95，2016

実践報告

豊田市ヘルスサポートリーダー支援研修の試み
−研修内容と参加者の評価−

清水美代子[1]　岩吹　美紀[1]　半田　幸[1]　長谷川喜代美[1]

要旨

本研究の目的は、豊田市ヘルスサポートリーダー支援研修を評価し、住民による健康づくり活動への支援方法を検討することである。A 地区のヘルスサポートリーダー 8 名が研修に参加し、本研究への同意が得られた 8 名全員を対象とした。支援研修では、ヘルスサポートリーダーが活動意義を理解し、活動意欲を高めることを目的として、研修の内容や構成に工夫を凝らした。その結果、受講アンケートでは、研修の構成とグループワーク、全体会は、それぞれ「大変満足」、「満足した」を合わせると 100％で、講義においても、全員が理解できたとしていた。今回の研修が、今後の活動に活かせると 6 割が回答しており、活動意欲を少なからず高めることができたものと考える。支援方法として、「参加者のやりがいを高める支援」、「地域に活動を浸透させる支援」が必要であることが示唆された。

キーワード　ヘルスプロモーション　地区組織活動　ヘルスサポートリーダー支援研修　評価　支援

Ⅰ．はじめに

急速な少子高齢化に伴い、生活習慣病による疾病割合の増加や要介護者の増加が深刻な社会問題になっている。このような状況のもと、厚生労働省（2013）は、健康寿命の延伸および健康格差の縮小を目標に掲げ、生活習慣及び社会環境の改善を通じて、全ての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現を目指した「21 世紀における第 2 次国民健康づくり運動（健康日本 21（第 2 次））」を平成 25 年度より進めている。

健康の実現は、本来個人が主体的に取り組むことを期待されるものであるが、健康には社会的要因も影響しており、個人の対応では限界がある。そのため、個人への働きかけに加え、社会環境の整備も必要である。個人への働きかけと同時に個人を取り巻く環境への働きかけを行うというヘルスプロモーションの考え方が 1986 年に WHO の国際会議で提唱された。ヘルスプロモーションの活動には、①個人技術の開発、②健康的な公共政策づくり、③健康を支援する環境づくり、④地域活動の強化、⑤保健サービスの刷新があり、個人の取り組み、地域住民による組織活動等の取り組み、公共の取り組みによって健康を実現することが期待されている（宮崎，2015）。

また、平成 24 年 7 月に改正された「地域保健対策の推進に関する基本的な指針（厚生労働省告示第 185 号）」においても、高度化・多様化するニーズに対して行政主体の取り組みだけでは対応が困難となっており、ソーシャルキャピタルを活用した住民との協働により、地域保健対策を総合的に推進することが必要であるとされている（厚生労働省，2015）。

以上のように、健康づくりにおいては住民との協働が必要不可欠であり、協働活動の核となることが期待される、住民による組織活動は重要な役割を担っている。

多くの市町村では、地域の健康づくりを推進するために、自治会等の既存の地区組織と連携した活動の活性化や、住民の健康増進の役割を担う地区組織活動の育成が行われている。住民の主体的活動による地域の

[1] 日本赤十字豊田看護大学

健康づくりへの期待が高まる一方で、活動メンバーの固定化やリーダーの交代がうまくいかず活動が停滞することもある。住民の主体的な活動を活性化する支援を行い、住民との協働を推進することは地域看護における重要な課題の一つである。

豊田市においては、地域の健康づくりを推進するために、健康づくりボランティアであるヘルスサポートリーダー（通称ヘルサポ）を平成 13 年から養成している。ヘルスサポートリーダーは、中学校区を単位として養成され、現在は 322 名が地域に根ざした活動を行っている。主な活動は、栄養・食育、運動、休養などに関する講座の企画・実施で、イベントでのブースの出展などもある。具体的には、子どもクッキングや男性の料理教室、体操・筋トレやストレッチ、リラクセーションに関することなど幅広い。ヘルスサポートリーダーは、「地域に広げよう　健康づくりの輪」をスローガンに地域住民と共に楽しみながら健康づくりを実践している（豊田市，2015）。

A 地区のヘルスサポートリーダーの活動の一つである、地域ふれあい祭（通称交流館祭）の健康コーナーに関して、本学も例年協同して、健康相談等を実施している。

本学が A 地区のヘルスサポートリーダーとこのような関わりをもってきたなかで、市の地区担当保健師から「ヘルスサポートリーダーの活動をより活性化するために、ヘルスサポートリーダーが自分たちの活動意義を再認識し、活動意欲が高まるよう、研修を行って欲しい」という要請を受けた。そこで、本学のヘルスプロモーション事業の一環として、A 地区のヘルスサポートリーダー支援研修を実施した。本研修を豊田市との包括連携強化のひとつとして、地域の健康づくり活動を発展させることは大学の社会貢献として重要である。

以上より、本研究は、ヘルスサポートリーダー支援研修を評価し、住民による健康づくり活動への支援方法を検討することを目的とする。

【用語の定義】

「ヘルスサポートリーダー（通称ヘルサポ）」は、豊田市から委嘱された健康推進員と定義する。

Ⅱ．研究方法

1．ヘルスサポートリーダー支援研修の概要

研修の概要は表 1 に示すとおりである。

1）開催日時

平成 27 年 7 月（1 時間 30 分）

月 1 回開催される定例会の前半部分の時間で行った。

2）研修の内容

(1) アイスブレイク

アイスブレイクは、「氷を打ち砕く」という言葉

表 1　ヘルスサポートリーダー支援研修の概要

対象	A地区ヘルスサポートリーダー8名			
テーマ	「ヘルスサポートリーダーって何？」			
目的	ヘルスサポートリーダーが活動意義を認識し、活動意欲を高めることができる。			
目標	①ヘルスプロモーションの意義が理解できる。 ②ヘルスサポートリーダーの行う健康づくり活動がヘルスプロモーションの一端を担っていることがわかる。 ③活動を活性化するためにメンバー間のコミュニケーションを図ることができる。			
内容		項目/ねらい	実施内容	場の設定・方法
	導入 5分	◆オープニング ◆アイスブレイク	◆挨拶 スケジュール説明 ◆メンバー内で自己紹介	4～5人編成　2グループ (研修指導者も入る)
	展開 70分	◆グループワーク ＊活動に対するメンバーの思いを知る ＊ヘルスサポートリーダーとして活動することの思いを共有する ◆講義 ＊健康づくり活動の意義がわかる ＊ヘルスサポートリーダーとしての役割を認識できる ＊ヘルスサポートリーダーとしての存在意義を確認できる	◆今までの活動を振り返り、これからの活動を考える ・健康づくりに対する思い、ヘルサポとしての思いを話す ①ヘルスサポートリーダーになったきっかけ ・自由に話す、初心に返る ②活動上の悩み・課題 ・これは困る、これが悩みだと思うものをどんどんあげる ・活動をして悲しいなと思うことなど ③活動上の課題への対応策 ・課題に対して変化を起こすためには何が必要か ・理想の未来にするために、今日どんな種をまくか ※メンバーの思いを大切にする。相手の話を否定しない ◆ヘルスプロモーションについての講義 ①ヘルスプロモーションとは ②健康づくりリーダー(ヘルスサポートリーダー)の役割とその効果 ・活動が住民の幸せにつながっている ・他の地域での活動事例や、その成果	研修指導者；ファシリテーター、書記の役割を担う バズセッション ブレーンストーミング 改善点列挙法 希望点列挙法 パワーポイント
		◆全体会 ＊メンバーの思いを知る ＊メンバーがやる気になる	◆各グループからの発表 ◆みんなの疑問にみんなで答える ・今日の振り返り ・講義や発表を聞いた意見、感想を述べる	発表は研修指導者かヘルサポで行う シェアリング

＊印は、ねらい(目標)

の通り、初対面やあまり打ち解けていない人同士の、堅い雰囲気と緊張感を解き、楽しい雰囲気づくりや人間関係づくりを行うことである（石川, 2006）。ヘルスサポートリーダー同士は、すでに関係づくりができているが、研修指導者とはあまり打ち解けていないことも考慮し、参加者のリラックスだけでなく、研修指導者のリラックスも目的として、グループメンバー間で握手し、自己紹介するという方法を取りいれた。これは、次のグループワークにつなげていくためにも必要な手法であった。

(2) グループワーク

当初、4 人～5 人編成の 3 グループを予定していたが、当日の参加者が少なくなったことから、2 グループとした。研修指導者は各グループに 1 名ずつ入り、ファシリテーター、書記の役割を担った。グループワークでは、活動に対するメンバーの思いを知る、ヘルスサポートリーダーとして活動することの思いを共有することをねらいとした。したがって、今までの活動を振り返り、これからの活動を考える。健康づくりに対する思いやヘルスサポートリーダーとしての思いを話してもらうように企画した。

話し合う内容は、①ヘルスサポートリーダーになったきっかけ、②活動上の悩み・課題、③活動上の課題への対応策の 3 点である。まずはバズ・セッションで自由に話してもらい、解決のアイデアを出す時はブレーンストーミングの手法を用いた。また、「これが困る」「これが悩みだ」といった不満や問題点を挙げていく改善点列挙法と「こうありたい」「こうだったらいい」といった希望や理想を挙げ、新しいアイデアを出していく希望点列挙法を取り入れた（堀・加藤, 2014）。1 点のみ、ブレーンストーミング実施の際のルールにもなっている、相手の話を否定したり、批判しないことを守るよう依頼した。

(3) 講義

ヘルスプロモーションの講義のねらいは、健康づくり活動の意義がわかる、ヘルスサポートリーダーとしての役割を認識できる、ヘルスサポートリーダーとしての存在意義を確認できるである。したがって、ヘルスプロモーションの意味や意義、健康づくりリーダーであるヘルスサポートリーダーの役割とその効果を理解し、納得できる内容にしていく必要がある。難解な専門用語をわかりやすく伝え、具体的にイメージできるように、健康づくりの具体例を示した。

(4) 全体会（まとめ）

全体会（まとめ）は、グループワークで話しあって模造紙にまとめた内容を発表し、その内容や講義の感想、疑問に感じたことなど、自由に意見を出し合い、学びをシェアリングする時間であり、場である。これはグループを超えて全体で行うことや研修のまとめも含めていることから全体会とした。ここでのねらいは、メンバーの思いを知る、メンバーがやる気になることである。

2. 調査方法

1）対象

A 地区のヘルスサポートリーダーは 14 名である。そのうち、8 名が研修に参加し、本研究への参加協力の同意が得られた 8 名全員を対象とした。

2）データ収集方法

①アンケート調査

ヘルスサポートリーダー支援研修終了後に、自記式質問紙法（アンケート調査）を行った。質問項目は、年齢、ヘルスサポートリーダーの経験年数と、研修の構成、グループワーク、講義、全体会、今後の活動に活かせそうか、印象に残った（または関心のある）ものの 6 項目、研修の内容や構成で工夫するとよいところ、全体の感想、今後希望する研修のテーマや内容の計 11 項目で、10 分程度で回答できるものとした。

②グループワーク等での発言内容の記録作成

各グループに入った研修指導者が、グループワークのファシリテートをしながら参加者の発言内容の要約を模造紙に記録した。

3）データ分析方法

受講アンケートのデータは、Microsoft Excel を使用し単純集計した。模造紙にまとめた発言内容は、グループワークで話し合った 3 つの項目別に同じ意味内容をもつもの同士を集め、回答人数を記載した。

3. 倫理的配慮

豊田市へは、研修開催の 1 か月前に研究協力の依頼文書と研究計画書を持参し、研究の目的、方法、参加者への倫理的配慮、紀要等の公表について説明し、了

解を得た。

参加者に対しては、研修開始前に研究の目的、方法、研究への協力は自由意思であること、協力の有無によって活動に影響する等の不利益を被ることは一切ないこと、個人を特定できないようにアンケート用紙は無記名とし、グループワークや全体会で出された意見や感想は個人名を記載しないことなどを口頭および書面にて説明した。また、アンケートの記載は、研究者が退室した研修終了後とし、記載の有無にかかわらず、アンケート回収 BOX へ全員投函してもらい、記載されたアンケート用紙の回収をもって研究の同意とすることを強調した。本研究は、日本赤十字豊田看護大学倫理委員会の承認を得て行った（倫理審査承認番号；2701 号）。

Ⅲ．研究結果

1．受講アンケート

1）研修参加者の属性

参加者は、全員女性で、平均年齢は 68.1 ± 6.4 歳であった。ヘルスサポートリーダーとしての経験年数は、11.1 ± 5.4 年であった。

2）研修受講の満足度

研修の構成、グループワークは、「大変満足した」が 25％、「満足した」が 75％であった。全体会においては、「大変満足した」が 12.5％、「満足した」が 87.5％であった。いずれも「満足しなかった」、「まったく満足していない」が 0％であった（図 1）。講義の内容は、「よく理解できた」が 25％、「理解できた」が 75％で、「あまり理解できなかった」、「まったく理解できなかった」が 0％であった（図 2）。

3）今後の活動への活用

今後の活動に活かせそうかでは、「活かせる」が 62.5％、「まあまあ活かせる」が 37.5％であった。「あまり活かせない」、「まったく活かせない」が 0％であった（図 3）。

今後の活動に活かせそうかと研修の構成、グループワーク、講義の内容、全体会の満足度のクロス表を表 2 に示す。研修の構成、グループワークでは、「大変満足した」と答えた 2 名のうち、今後の活動に「活か

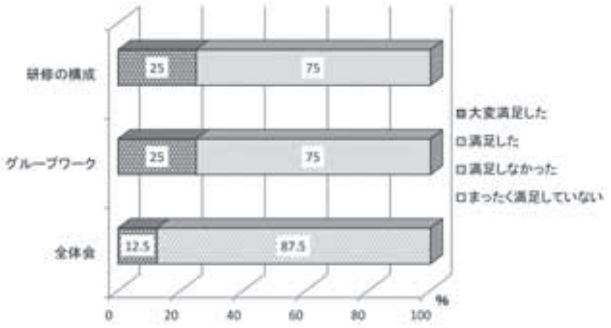

図 1　受講アンケート（研修の構成、グループワーク、全体会）

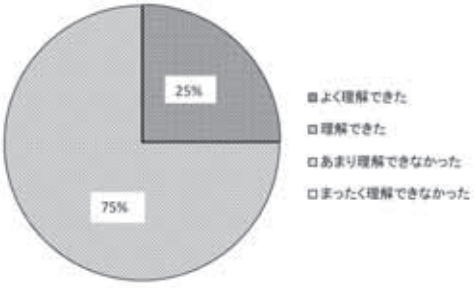

図 2　受講アンケート（講義の内容）

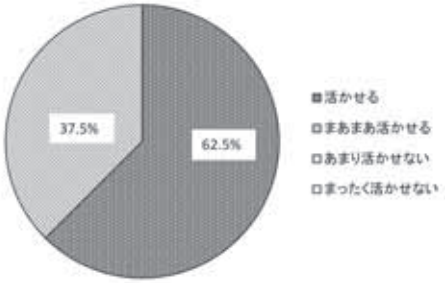

図 3　受講アンケート（今後の活動に活かせそうか）

表 2　今後の活動に活かせそうかと研修の構成、グループワーク、講義内容、全体会のクロス表

N=8

		今後の活動に活せそうか		
		活かせる	まあまあ活かせる	合計
研修の構成	大変満足した	1	1	2
	満足した	4	2	6
グループワーク	大変満足した	1	1	2
	満足した	4	2	6
講義の内容	よく理解できた	1	1	2
	理解できた	4	2	6
全体会	大変満足した	1	0	1
	満足した	4	3	7

せる」が１名、「まあまあ活かせる」が１名であった。また、「満足した」と答えた６名では、今後の活動に「活かせる」が４名、「まあまあ活かせる」が２名であった。

講義の内容では、「よく理解できた」と答えた２名のうち、今後の活動に「活かせる」が１名、「まあまあ活かせる」が１名であった。また、「理解できた」と答えた６名では、今後の活動に「活かせる」が４名、「まあまあ活かせる」が２名であった。

全体会では、「大変満足した」と答えた１名が、今後の活動に「活かせる」と答えていた。また、「満足した」と答えた７名では、今後の活動に「活かせる」が４名、「まあまあ活かせる」が３名であった。

4）印象に残った内容と研修の工夫

研修の内容で印象に残った（または関心のある）ものは、「ある」が 37.5％、「ない」が０％、無記入が 62.5％であった（図４）。研修の内容や構成で工夫するとよいところは、「ある」が 25％、「ない」が 25％、無記入が 50％であった（図４）。また、自由回答として印象に残った（または関心のある）ものでは、「いかに地域に溶け込むか」と「地域との関わりの大切さ」があげられた（表３）。研修の内容や構成で工夫するとよいところでは、「健康づくりでなぜ地域が大切か」と「自覚と協力に努める」があげられた（表４）。

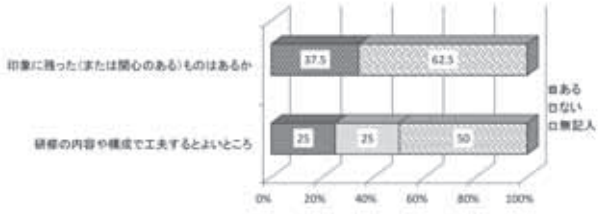

図４　受講アンケート（印象に残ったまたは関心のあるもの、研修の内容や構成の工夫）

表３　受講アンケート（印象に残ったまたは関心のあるもの）：自由回答

・印象に残った（または関心のある）ものはあるか

あるとした内容	（人）
いかに地域に溶け込むか	1
地域との関わりの大切さ	1

表４　受講アンケート（研修の内容や構成の工夫）：自由回答

・研修の内容や構成で工夫するとよいところはあるか

あるとした内容	（人）
健康づくりでなぜ地域が大切か	1
自覚と協力に努める	1

5）研修全体の感想

研修全体をとおしての感想は、「振り返るチャンスをいただいた」、「色々な意見、考えが聞けてよかった」、「ヘルサポの役割を活動に活かしていきたい」、「濃い内容だった」、「講義の内容と自分達の活動が結びつけられるように努力したい」、「活動の意義を深く知ることができた」でそれぞれ１名ずつであった（表５）。

6）今後希望するテーマや内容

研修のテーマや内容で希望するものは、「健康って何ですか」、「組織と参加活用」、「具体的な活動内容」があげられた。（表６）。

2. ヘルスサポートリーダーの活動の現状および活動に対する思い（表７）

①ヘルスサポートリーダーになったきっかけ

表５　受講アンケート（全体の感想）：自由回答

・全体をとおしての感想

内容	（人）
振り返るチャンスをいただいた	1
色々な意見、考えが聞けてよかった	1
ヘルサポの役割を活動に活かしていきたい	1
濃い内容だった	1
講義の内容と自分達の活動が結びつけられるように努力したい	1
活動の意義を深く知ることができた	1

表６　受講アンケート（希望する研修のテーマや内容）：自由回答

・研修のテーマや内容で希望するもの

内容	（人）
健康って何ですか	1
組織と参加活用	1
具体的な活動内容	1

表7　ヘルスサポートリーダーの活動の現状および活動に対する思い

N=8名

①ヘルスサポートリーダーになったきっかけ	・自主グループで1年間活動した。その後ヘルサポができたので応募した。 ・成人病指導員を取得　その後、ヘルサポを広報で知り、応募した。 ・女性連から入った、それが解体し、食生活改善推進員になり、ヘルサポに移行。 ・12年前に、応報で知り、講習を受けて入った。 ・11年前、健康だったが自分が病気になり驚いた。広報を見て友人3人と講習に申し込んだ。 ・7～8年前、地域の高齢者に何かしたいと思った。 ・自分の食生活に興味があった。 ・食生活改善推進員⇒自主グループ⇒ヘルサポ　約20年している。 ・7～8年前、時間ができた。 地域に目を向けて、地域に根ざそうと思った。
②活動上の悩み・課題	・ヘルサポの活動は楽しい。 ・よい勉強をしている。 ・住民は広報や回覧をみない、家庭の主婦がみていない。 ・ヘルサポは何をする人なのか、広まっていない。（3名） ・計画立案、要望のキャッチが難しい。 ・講座を開いても参加人数が集まらない。 ・人を集めるのが大変。（2名） ・年1～2回の講座を考える時に、やりたいことよりも参加してくれることを考えなければならない。 ・対象（集まってくる人）の年齢を考えなければならない。
③活動上の課題への対応策	・PR活動 ・文字だけの募集では人が集まらない、口コミが必要。 ・ヘルサポ（ヘルスサポートリーダー）の名前をもっと広める。 ・交流館にアンケート等の結果報告を貼らせてもらう。 ・地域の行事（組織）にヘルサポも入れてもらう。 ・地産地消の朝市に出向く。 ・交流館祭でPRする。（2名） ・交流館祭に集まって下さる方々から口コミで広めてもらう。 ・市長に期待したい。 ・地域に根ざしている方、顔なじみの方、顔の広い方がヘルサポで活動してくれると活動が活発になる。

ヘルスサポートリーダーになったのは、「自主グループで１年間活動した。その後、ヘルサポができたので応募した」、「成人病指導員を取得後、ヘルサポを広報で知り、応募した」、「女性連から入った。それが解体し、食生活改善推進員になり、ヘルサポに移行した」、「食生活改善推進員から自主グループ、自主グループからヘルサポへ」といったように、自主グループや食生活改善推進員をきっかけにしていた。また、「健康だったが自分が病気になり驚いた」、「自分の食生活に興味があった」というように、自分の病気や食生活をきっかけにしていた。さらに、「地域の高齢者に何かしたいと思った」、「地域に目を向けて、地域に根ざそうと思った」といった地域の高齢者や地域に目をむけた活動がしたいという思いがきっかけになっていた。

②活動上の悩み・課題

「ヘルサポの活動は楽しい」、「よい勉強をしている」との感想があった。一方、「住民は広報や回覧をみない、家庭の主婦がみていない」、「ヘルサポは何をする人なのか、広まっていない」（3 名）、「計画立案、要望のキャッチが難しい」、「講座を開いても参加人数が集まらない」、「人を集めるのが大変」（2 名）、「年１～２回の講座を考える時に、やりたいことよりも参加してくれることを考えなければならない」、「対象（集まってくる人）の年齢を考えなければならない」といった活動をしている中での悩みがあった。

③活動上の課題への対応策

「PR 活動」、「文字だけの募集では人が集まらない、口コミが必要」、「ヘルサポ（ヘルスサポートリーダー）の名前をもっと広める」、「交流館にアンケート等の結果報告を貼らせてもらう」、「地域の行事（組織）にヘルサポも入れてもらう」、「地産地消の朝市に出向く」、「交流館祭で PR する」（2 名）、

「交流館祭に集まって下さる方々から口コミで広めてもらう」、「市長に期待したい」、「地域に根ざしている方、顔なじみの方、顔の広い方がヘルサポで活動してくれると活動が活発になる」といった対応策があがった。

Ⅳ．考察

1．ヘルスサポートリーダー支援研修の評価

今回の研修では、ヘルスサポートリーダーが活動意義を認識し、活動意欲を高めることができることを目的とした。そして、①ヘルスプロモーションの意義が理解できる、②ヘルスサポートリーダーの行う健康づくり活動がヘルスプロモーションの一端を担っていることがわかる、③活動を活性化するためにメンバー間のコミュニケーションを図ることができる、の 3 点を目標に設定した。③には、研修指導者とヘルスサポートリーダーが知り合う機会であることから、双方の交流を図るねらいも含めている。これらの目標を達成できるよう、研修内容とその構成には工夫を凝らした。

まず、グループワークである。グループワークでは、3 つの話し合う内容によって、バズ・セッション、ブレーンストーミング、改善点列挙法、希望点列挙法を使い分けた。それは、話し合いによる学習を多く取り入れることにより、参加者は情報や知識を得るだけでなく、自己の考え方を明確にし、さらに仲間とお互いの考えを共有することで自分の考えを発展させることができる（中村，2014）と考えたからである。

次に、グループワークの後に講義を入れたことである。グループワークでさまざまな意見・感想が出され、場の盛り上がりが絶好調を迎えた後の、いわば締めの部分に相当する。活動の悩みや対応策が出された後で、ヘルスプロモーションの意義やヘルスサポートリーダーの役割を聞くことで、活動が理論に基づいていることや、地域の健康づくりの中核的存在であることの気づきや感動を期待するためであった。

最後に、全体会である。グループワークで出された意見や感想を模造紙にまとめることで話し合いのプロセスや意見・感想が分かり、さらに他のグループの発表を聞くことで、活動に対するメンバーの思いや考えを全体で共有できると考えた。

受講アンケートの研修の構成とグループワーク、全体会は、それぞれ「大変満足」と「満足した」を合わせると 100％であった。これら研修の内容や構成の工夫で、健康づくりに対する思いやヘルスサポートリーダーとして活動することの思いを共有することができたのではないかと考える。また、講義の内容では、講義を聞いての理解度を尋ねているが、「よく理解できた」、「理解できた」を合わせると 100％となり、参加者全員が理解できたとしている。ヘルスプロモーションの定義において難解な言葉は避け、できるだけ平易な言葉で伝えるようにしたことや図を用いたり、具体例を挙げながらの説明が功を奏したものと考える。

研修の構成やグループワーク、講義の内容、全体会の満足度と今後の活動に活かせそうかでは、「活かせる」がどの項目も 5 名で、全体の 62.5％を占めていた。グループワークや全体会での意見交換や講義で紹介した健康づくりの具体例が活動の参考になったり、活動のヒントを得ることになり、活かせそうだという思いにつながったものと思われる。しかし、研修の内容や構成について工夫するとよいところとして、「健康づくりでなぜ地域が大切か」、「自覚と協力に努める」があがった。前者の「健康づくりでなぜ地域が大切か」は、地域の健康問題を解決するためには、地域全体に働きかける必要があり、地域の実情に合わせて活動することが大切であると講義で話したところをもっと掘り下げる必要があった。また後者の「自覚と協力に努める」は、ヘルスサポートリーダーの取り組み姿勢であるが、どういった姿勢で地域の健康づくりに取り組めばいいのか、メンバー間の協力の重要性についても含めるとよかった。

研修の内容で印象に残った（または関心のある）ものでは、37.5％が「ある」とした一方で、無回答が 62.5％であった。このことは、研修内容が、今までの活動の振り返りやヘルスサポートリーダーの活動意義を認識するものであったため、目新しい内容ではなかったことが影響しているものと考えられる。

今回の研修は、参加者が 8 名と少なかった。ヘルスサポートリーダーの活動自体がボランティアで、自由意思に基づくものであることや開催日時の問題、研修内容がヘルスサポートリーダーのニーズに即したものではなかったこと等の理由が考えられる。しかし、今回の研修が、今後の活動に活かせると 6 割が回答したことや「講義の内容と自分達の活動が結びつけられる

ように努力したい」、「ヘルサポの役割を活動に活かしていきたい」といった感想が聞かれたことから、日頃の活動を振り返る機会となり、ヘルスサポートリーダーとしての活動の意義を認識し、活動意欲を少なからず高めることができたものと考える。

2. 住民による健康づくり活動への支援

1）参加者のやりがいを高める支援

今回の参加者は、グループワークや全体会で出された意見・感想から、ヘルスサポートリーダーになったのは自分の病気や食生活をきっかけとしていたり、地域のために何かしたいという動機をもっている。また、食生活改善推進員などの地区組織活動の経験を積んでからヘルスサポートリーダーになっている人も多い。このことは、過去の実践や経験を通して、活動の方法や展開の実際をすでに会得していることになり、現在の活動に活かすことができる。また、組織は違っていても地域の健康づくり活動に数年、あるいは数十年と関わっており、そこに何らかのやりがいを感じて継続に至っているのではないかと思われる。

実際に、「ヘルサポの活動は楽しい」、「よい勉強をしている」といった感想が聞かれたことから、活動の楽しさが取り組み姿勢や継続に影響を及ぼすものと考えられる。秋山・海老・村山（2004）も、体験と情緒的効果の相互作用により活動が継続され、積極的な取り組み姿勢や、身をもって得た情報の影響を受けることで人生の再デザインが起こると述べている。また、河野・吉田（2007）も、活動の楽しさが地区組織活動を活性化させ、自身の成長や人間関係が広がることで積極的に活動が行われ、地区組織活動の成果にも影響を及ぼすのではないかと述べている。

支援としては、今回の研修のようにグループワーク等で発表するなど、自分達の活動の振り返りをすることが必要であると考える。

2）地域に活動を浸透させる支援

参加者の現在の活動と悩みでは、「講座を開いても参加人数が集まらない」、「ヘルサポは何をする人なのか、広まっていない」という 2 点に集約される。その解決策として、広報や交流館祭などでの PR や口コミ、人的資源をあげていた。つまり、「地域住民の理解・協力が得にくい」ことがその要因として考えられる。地域住民の理解・協力を得るために、高橋・斉藤・安斎他（2002）は、「地区住民が推進員の役割について理解を深め、相互に協力し合えるような地域づくりについて検討する必要がある」（p100）と述べている。住民参加をどう推し進めていくのか、地域住民を巻き込んでの検討が必要であると思われる。

受講アンケートの希望する研修のテーマや内容で、「具体的な活動内容」があげられていた。ヘルスサポートリーダーとしてその役割を十分に果たしてもらうためには、活動内容だけでなく活動方法についても具体的に提示するなどの関わりがさらに必要であると思われた。また、「組織と参加活用」は、さまざまな地区組織との連携であったり、ネットワークづくりに通ずるものと思われる。「健康って何？」という希望テーマも含めて今後の支援研修に活かしていきたいと考える。

守田（2002）は、「関係性から得られるメンバーの共感や安心感によってグループの活力が高まり、メンバーがエンパワーされると同時に、グループの目標や行動が地域の問題や対象に広がるように保健師が関わっていく」と述べている。ヘルスサポートリーダーが地域の健康づくり活動を通して、地域づくりに積極的に関わるように保健師等の支援者は、グループメンバーの意志を尊重しつつ、側面から支援していくことがさらに求められると考える。

ヘルスプロモーションにおける地域活動の強化やソーシャルキャピタルの醸成・活用において、行政との協働による健康な地域づくりを推進するヘルスサポートリーダーの存在は大きい。ヘルスサポートリーダーが地域に活動を浸透させていくためには、健康づくり活動を通して地域住民の信頼を得ていくことが必要である。そのためには、ヘルスサポートリーダー自身が活動の意義を見いだし、活動を継続さらには発展させていくことができるように支援していくことが必要である。

3. 本研究の限界と今後の課題

本研究では対象を A 地区に限定していること、また研修参加者が 8 名であったことから、全地区のヘルスサポートリーダーを対象としているものではない。アンケート項目においても記載時の負担がないように必要最小限に抑えており、研修の評価として十分とは言い難い。また、得られた研修の評価も A 地区のヘ

ルスサポートリーダーの特性が示されている可能性もあり、この点が本研究の限界である。今後の課題として、研修参加者が研修の学びを活動に活かせているのか把握することや大学として活動を見守り、支援していくことが必要である。

V．おわりに

本研究は、ヘルスサポートリーダー支援研修を評価し、住民による健康づくり活動への支援方法を検討することを目的とした。参加者の多くが、今回の研修を「満足した」と答え、6 割が今後の活動に「活かせる」と回答した。支援方法としては、「参加者のやりがいを高める支援」、「地域に活動を浸透させる支援」が必要であることが示唆された。今後は、希望のあったテーマでの研修の開催や今回受講したヘルスサポートリーダーの活動支援、さらに地区の異なるヘルスサポートリーダーを対象にした研修の開催が必要になるものと考える。

謝辞

研修に参加していただいた A 地区のヘルスサポートリーダーの皆様、また研修の開催にあたり、ご指導をいただいた豊田市地域保健課の保健師の方々に心から感謝申し上げます。

引用文献

秋山さちこ，海老真由美，村山正子（2004）．住民自主組織に所属する個人エンパワメント構造．日本地域看護学会誌，7（1），35-40.

堀公俊，加藤彰（2014）．ワークショップ・デザイン知をつむぐ対話の場づくり．日本経済新聞出版社，108-113.

石川善樹（2006）．健康学習のすすめ．東京：日本ヘルスサイエンスセンター.

河野敦子，吉田亨（2007）．地区組織活動における個人の自己変革とその要因．日本健康教育学会誌，15（4），207-219.

厚生労働省（2013）．健康日本 21（第二次）．http://www.kenkounippon21.gr.jp/kenkounippon21/about/　平成 27 年 9 月 23 日.

厚生労働省．地域保健．http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10900000-Kenkoukyoku/0000079549.　pdf.　平成 27 年 10 月 11 日.

宮﨑美砂子（2015）. 公衆衛生看護の活動を支えるヘルスプロモーションの概念．宮崎美砂子，北山三津子，春山早苗他．最新公衆衛生看護学　第 2 版 2015 年版（pp18-19）．東京：日本看護協会出版会.

守田孝恵（2002）．グループを「地域につなぐ」という技術．保健婦雑誌，58（8），686-689.

中村裕美子（2014）．健康教育の技術．中村裕美子，奥山則子，松下拡他．標準保健師講座 2 地域看護技術（pp143-150）．東京：医学書院.

高橋香子，斉藤美華，安斎由美子他（2002）．市町村における健康推進員の役割認識と活動内容に関する検討．宮城大学看護学部紀要，5（1），95-101.

豊田市（2015）．ヘルスサポートリーダー．http://www.city.toyota.aichi.jp/index.html.　平成 27 年 4 月 20 日.