

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 28 年 6 月 19 日現在

機関番号：12102

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2014～2015

課題番号：26590107

研究課題名(和文) 五感を活用した地域ブランド共創による多世代交流型エンパワメントプログラム開発評価

研究課題名(英文) Development of an intergenerational tangible program as a community brand to empower citizens

研究代表者

安梅 勅江 (ANME, Tokie)

筑波大学・医学医療系・教授

研究者番号：20201907

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,800,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、健康増進に向けた多世代交流を活発にするためのプログラムを「地域ブランド」として住民と共に創作し、コミュニティ・エンパワメントを実現するとともに、その効果を検証した。1,000名以上の住民が参加した。歌詞や体操を住民自らが提案することで、多くの住民の健康への動機づけにつながった。自己ブランディング、相互ブランディングにより「ともにある」感覚を紡ぐことができる。立位および座位バージョンの調和のとれたプログラムを開発したことで、年齢や障がいの有無にかかわらず、誰もがともに楽しむ、新たな地域エンパワメントモデルを構築した。

研究成果の概要(英文)：We developed a song and dance routine program with citizens as a “community brand” for intergenerational activities in health promotion. All the citizens living in the city were asked to supply one phrase of the lyrics for the song or dance movement. More than 1,000 people participated the developing process of the dance. By developing these procedures, the citizens have become very motivated, because they feel that this song and dance is their own. It is important to nurture the feeling of “self-branding” or “mutual-branding” to promote affiliation. We developed Adult, and Sitting versions of the synchronized dance so that all citizens, regardless of age or ability could be included, and empowerment model for everybody to enjoy together as one unified group.

研究分野：保健福祉学

キーワード：社会福祉関係

1. 研究開始当初の背景

- (1) 地域ブランドは、地域の魅力をアピールする命名や場所を指すことが多く、経済領域などで注目されている。
- (2) 著者らは保健福祉領域のコミュニティ・エンパワメントに関し、地域コホート研究を用いた実証研究を25年間継続している。
- (3) 地域ブランドのコミュニティにおける効果に関する科学的な根拠を得る研究は、国内外でほとんど存在しない。

2. 研究の目的

地域ブランドを活用した多世代交流の効果測定により、科学的な根拠に基づく実用性の高いコミュニティ・エンパワメント・プログラムの開発を目的とした。

3. 研究の方法

(1) 地域ブランドを活用した多世代交流エンパワメント・プログラムのモデル開発

国内外の地域ブランドプログラムの開発過程、内容、評価の系統的レビュー、20年間追跡データの分析結果、住民と専門職のフォーカス・グループ・インタビューにより得られた情報、プログラム実施によるプロセス評価、プログラム実施のアウトカム評価、を総合的に分析し、統計的妥当性及び臨床的重要性を加味しながら、プログラムのモデルを開発した。

(2) 地域ブランドを活用した多世代交流プログラム効果に関する科学的な根拠の提示と普及化

体操プログラムの実施及び普及化に向け、フォーカス・グループ・インタビューを用い、住民と推進ボランティアの生の声を把握した。インタビュー対象者は75名(住民38名、老人クラブ役員7名、食生活改善推進員10名、スポーツ推進員6名、中学生6名、来賓等8名)であった。

体育祭でキラリとびしまのびのび体操を実施後、参加者の中からインタビュー対象者を募り、グループインタビューを実施した。

インタビュー内容は、体操の感想、今後キラリとびしまのびのび体操を普及し発展させるアイデア、である。

さらに、社会とのかかわりの経年効果を20年間追跡調査データにより把握した。

4. 研究成果

(1) 地域ブランドを活用した多世代交流エンパワメント・プログラムのモデル開発

地域ブランドを活用した多世代交流エンパワメント・プログラムの名称を、住民公募により決定し、「キラリとびしまのびのび体操」と命名した。

郷土への思い、積極的な姿勢や健康長寿をイメージするわかりやすい名称の付与により、多くの住民に親しまれるプログラムとして、幅広い認知と普及が可能となった。

(2) 地域ブランドを活用した多世代交流プログラム効果に関する科学的な根拠の提示と普及化

体操実施の感想では、住民から体操の楽しさや、やりやすさ、健康長寿への効果の期待など、多数の声があげられた。

以下に具体的な生の声をあげる。なお()内は発言者、住民(住)、老人クラブ(老)、食生活改善推進員(食改)、スポーツ推進員(スポ推)、中学生(中)、来賓、幹部(来賓)の表示である。

- ・ 楽しくできた(住)
- ・ 体中が温かくなった(住)
- ・ 長寿の秘訣になりそう(住)
- ・ ノリ易くてよかった(住)
- ・ 全身使ってやれてよかった(住)
- ・ 初めてやったけど、覚えやすかった(住)
- ・ みんなに合う体操になっていた(住)
- ・ 小さい子からお年寄りまでやれる(住)
- ・ ダンスのストレッチに似た動きが入っている。覚えやすい(住)
- ・ これまで体が悪くやれなかったが、座位があるのが嬉しい。気に入っている(住)
- ・ 軽くて良い。リズムが楽しい(老)
- ・ みんな一生懸命で楽しそうだった(食改)
- ・ 目の前の人と、アイコンタクトとりながらできた(食改)
- ・ 横のつながりができた。みんなでできたのがよかった(食改)
- ・ すごく楽しくできた。いいものができたと思う(食改)
- ・ 長く続けていきたい(食改)
- ・ 関係の希薄化と言われている中、絆を感じた(スポ推)
- ・ 30年ぶりにこういうのを見た。いい。楽しかった(来賓)
- ・ 自分でやってみて、ラジオ体操よりも体を使う。エネルギーを使う(来賓)
- ・ ローカルな体操がわが街にもできた(来賓)
- ・ 他のものにはない体操でよい(来賓)

さらに、キラリとびしまのびのび体操について、今後さらに普及し、展開していくための意見、アイデアを求めた。「現状の課題と要望」および「普及に向けたアイデア」の2領域に分け整理する。

現状の課題と要望

現状の課題として、1)オリジナル体操の健康効果の提示、2)中年層への普及、の必要性があげられた。

健康効果(体操効果、動きで使用する筋肉など)を明示することで、効果的な普及につながる。また、生活習慣病予防の観点から、中年層へ体操を普及する方策が課題である。

以下に具体的な内容を列挙する。

<健康効果の提示>

- ・ 簡単すぎるようだが健康にいい点を具体的に教えてほしい(住)
- ・ どこに効いているのか明示してほしい(中)

<中年層への普及>

- ・ 私たちの年代(小中学生の母親世代)では、集まりやイベントがなく、体操をイベントで実施する機会がない(住)

<実施に際する工夫へのニーズ>

- ・ 動きに入る前の解説がほしい(住)
- ・ 座位についての説明がほしい(住)
- ・ 椅子を用意してほしい(住)

普及に向けたアイデア

キラリとびしまのびのび体操の今後の普及に向けたアイデアとして、1)地域資源の活用、2)編曲バージョンの作成、3)媒体の活用、4)イベントの企画、5)インセンティブの活用、に関するアイデアが寄せられた。

既存資源の活用と新たな活動の展開により、住民主体の多世代交流、健康づくりの一環として住民への普及が期待される。

以下に具体的な内容を列挙する。

<地域の機関での活用>

- ・ 役場全体にまず広める(食改)
- ・ 会合のたびに広めたらいい(住&来賓)
- ・ 一気に広めるのは難しい。それぞれの機関で毎朝やるなどが大事(老)

<教育機関での活用>

- ・ プールや部活の整備体操にする(中)
- ・ 朝礼などで行い地域のラジオ体操とする(住)
- ・ 体育祭の整理体操とする(住&来賓)
- ・ 子どもの体育祭や文化祭ですると、子どもから大人へ広がる(住)
- ・ 夏休みのラジオ体操をこれに変える(住)
- ・ 夏のドッチボール大会や運動会の準備体操として使う(住)
- ・ 幼稚園、学園で歌を覚えるのはどうか(来賓)
- ・ 授業の創作体操でアレンジ(スポ推)

<役場・地域の施設での音楽の活用>

- ・ 小学校のお昼の時間に流す(食改)
- ・ 小さい音でも流せばいいのかな(食改)
- ・ 音楽は大きい。音楽で動きを覚える(来賓)
- ・ 17時のサイレンのかわりに(食改)
- ・ スポーツセンターで流す(来賓)
- ・ 保健センター、お風呂、プールの休憩時間に流す(住)

<さまざまな場所でのイベント展開>

- ・ おじいちゃんおばあちゃんと保育園のイベントで一緒にやる(住)
- ・ 保育園や敬老センター、老人会で実施する(住)
- ・ 老人会で教えに来てほしい(住)
- ・ 公民館で毎月ダンスの教室をやっているからその代わりにするとか(住)
- ・ 芸能祭りは?コーラスと一緒に(食改)

<編曲バージョン>

- ・ それぞれの年代にあった体操を(老)
- ・ 方言バージョン(老)
- ・ お年寄りバージョン欲しい。演歌調とか(老)
- ・ リズムテンポをのれるようにもっとヒップホップ、リズムカルにする(中)
- ・ ジャンプなど激しい運動がほしい(中)
- ・ 若い人用にアップテンポなものもどうか(来賓)

<HPの活用>

- ・ HPに踊りをアップし、わかるようにする(住)

<CD・DVDの活用>

- ・ DVDとか映像があればわかりやすい。それに歌詞カードとかつければ家でも見てもらえる(住)
- ・ DVDとイラスト両方必要(来賓)
- ・ パンフとDVDを両方作る(来賓)
- ・ 椅子あり、椅子なし両方作り全戸配布してほしい(来賓)
- ・ 各地区でみなさんが出演するバージョンの映像の作成(来賓)

<振付け図の活用>

- ・ 振り付け図を作ってほしい(住)
- ・ ちょっとずつ体操の動きを自治体広報にのせる(住)
- ・ カレンダーに体操の動きを少しずつのせる(住)

<新たなイベント企画>

- ・ 来年の体育祭で地区ごとにアレンジした体操を作り、コンテストをしてはどうか(スポ推&来賓)
- ・ 体操週間をつくる(住)

<体操実施のポイント制>

- ・ 体操をコーヒー券やポイント制にして5回来たら喫茶店に行けるなど(住)
- ・ ポイントとかもらえるようにするといい(住)
- ・ 体操をがんばったらクオカードプレゼント(住)

地域ブランドを活用した多世代交流プログラムの普及化に向けた多角的な取り組みが今後さらに求められる。

子どもから高齢者まで、住民、専門職、近

隣地域などに向けて、実際に活用する際の目的、方法、進め方のコツ、把握する必要のあるポイント、予測される成果などを詳細に解説したホームページを作成し、広く利用可能とする予定である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計3件)

Wu B, Tanaka E, Tokutake K, Watanabe T, Mochizuki Y, Tong L, Shinohara R, Sugisawa Y, Sawada Y, Ito S, Okumura R, Anme T. Continuity of social interaction and functional status: a nine-year population-based prospective study for the elderly, *Public Health Research*,4(3),79-84, 2014. 査読有

Anme T., Tanaka E., Assessing Gender Differences in Sociability Towards Strangers Over Time Using the Interaction Rating Scale Advanced (IRSA), *International Journal of Applied Psychology*, 50-56, 4(2), 2014. 査読有

Anme T., Tokutake K., Validity and Reliability of the Interaction Rating Scale Advanced (IRSA) as an Index of Social Competence Development, *Public Health Research*, 4(1),25-30, 2014. 査読有

〔学会発表〕(計3件)

Yang Yashu, Watanabe Kumi, Tanaka Emiko, Kim Cunyeon, Wu Bailiang, Watanabe Taeko, Ito Sumio, Anme Tokie The association between social interaction and self-related health among elderly, 第75回公衆衛生学会(長崎県長崎市),ポスター発表,2015.11.5

渡邊久実, 田中笑子, 金春燕, 渡辺多恵子, 奥村理加, 伊藤澄雄, 安梅勅江. 高齢者の社会関連性と3年後の機能維持との関連: 全数悉皆コホート調査による検討, 第76回公衆衛生学会(長崎県長崎市),ポスター発表, 2015.11.5

安梅勅江, 奥村理加, 伊藤澄雄, 河西敏幸, 酒寄学, 渡辺多恵子, 田中笑子. 多世代を巻き込む地域ぐるみの健康増進: ブランディングとエンパワメントの活用, 第74回公衆衛生学会(長崎県長崎市), シンポジウム,2015.11.4

〔図書〕(計2件)

Anme T. New Empowerment Models on Practical Strategies for Wellbeing, Nova Science Publications, 2016、110(3-16)

安梅勅江. いのちの輝きに寄り添うエン

パワメント科学, 北王路書房, 2014, 135

〔その他〕

ホームページ等

多世代コミュニティ・エンパワメントに向けたコホート研究

<http://plaza.umin.ac.jp/~empower/cec/>

Community Empowerment and Care

[http://plaza.umin.ac.jp/~empower/cec/](http://plaza.umin.ac.jp/~empower/cec/index-e.html)

index-e.html

6. 研究組織

(1)研究代表者

安梅 勅江 (ANME, Tokie)

筑波大学・医学医療系・教授

研究者番号: 20201907

(2)研究協力者

伊藤 澄雄 (ITO, Sumio)

奥村 理加 (OKUMURA, Rika)

下里 美穂 (SIMOZATO, Miho)

澤田 優子 (SAWADA, Yuko)

田中 笑子 (TANAKA, Emiko)

渡辺 多恵子 (WATANABE, Taeko)

冨崎 悦子 (TOMISAKI, Etsuko)

恩田 陽子 (ONDA, Yoko)

呉 柏良 (WU, Bailiang)

川島 悠里 (KAWASHIMA, Yuri)

難波 麻由美 (NANBA, Mayumi)

金 春燕 (KIM, Syunen)

渡辺 久実 (WATANABE, Kumi)

加藤 慶子 (KATO, Keiko)

伊東 花江 (ITO, Hanae)

鎌田 彩加 (KAMATA, Ayaka)

坂田 美樹 (SAKATA, Miki)

欧陽 玲玲 (OUYANG, Lingling)

楊 亜舒 (YANG, Yashu)