St. Luke's International University Repository

Significance and characteristics of "Lunch time open lecture on health and music concert for the public" provided by a nursing college.

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2021-03-12 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 高橋, 恵子, 菱沼, 典子, 石川, 道子, 山岡, 栄里, 大久保, 菜穂子, 松本, 直子, 内田, 千佳子, 山田, 雅子, 金澤, 淳子, 鈴木, 久美, Takahashi, Keiko, Hishinuma, Noriko, Ishikawa, Michiko, Yamaoka, Eri, Okubo, Naoko, Matsumoto, Naoko, Uchida, Chikako, Yamada, Masako, Kanasawa, Junko, Suzuki, Kumi メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.34414/00015039

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 International License.

―― 報　告 ――

看護大学が市民に提供する『ランチタイムミニ講座＆ミニコンサート』の意義と特徴

高　橋　恵　子[1)], 菱　沼　典　子[2)], 石　川　道　子[3)], 山　岡　栄　里[3)]
大久保　菜穂子[4)], 松　本　直　子[2)], 内　田　千佳子[5)]
山　田　雅　子[2)], 金　澤　淳　子[2)], 鈴　木　久　美[6)]

抄　録

【目的】聖路加看護大学では, 市民への直接サービスのひとつとして「健康情報サービススポット」を開設した。そこでの活動のひとつとして, お昼休みを利用した月１回, １回 40 分間（健康講座とコンサートの２部構成）で行われる市民対象の『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』を実施している。本論文の目的は,『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の活動経過と，参加者からのプログラム評価から，プログラムの意義と特徴を明らかにすることである。
【方法】2004 年 11 月～2007 年 10 月の過去３年間のプログラムの活動資料と記録の収集，および１年間の参加者によるアンケート調査から分析した。
【結果】本プログラムは，開催総数は 27 回，参加者数は延べ 817 名，１回の平均参加人数は 30 名であった。参加者によるアンケート評価では, 221 名（回収率 71.3%）から回答が得られた。また, 女性が 179 名（81.0%）と多く，50 歳代以上が７割を占め，２回以上の利用者が約６割を占めた。参加の理由は，半数以上が健康講座とコンサートが同時に開催されることを挙げていた。回答者の７割以上が, 講座の内容について「わかった」「役に立った」，コンサートについて「楽しめた」と答えていた。また，利用者は本プログラムを【健康に役に立つ，わかりやすい情報が得られ，有意義で楽しい時間を過ごせる】【音楽の楽しみと安らぎが得られる】として評価していた。
【考察】参加者の評価から，本プログラムの意義としては，①市民が昼休みの時間を利用して，気軽に健康情報を耳に入れることができる場所を提供したこと，②みんなで健康について考えることを有意義な時間，楽しい時間として市民がとらえることができたこと，③健康情報サービススポットの広報として機能したことであった。また，特徴としては，①市民が気軽に利用することができる点，②単なる健康講座ではなく音楽の感動の体験や安らぎと楽しみの空間を兼ね備えた場という点が明らかになった。

キーワード：健康情報，市民健康講座，看護大学，people-centered care

Ⅰ．はじめに

私たち一人ひとりが，主体的に自分の健康生活をつくり，自分の健康を自分で守ること，そして，自分にとっての最善の医療を納得して選択できるためには，的確な健康情報を誰でも手に入れられる環境と支援が必要である。そこで，聖路加看護大学では，市民が主体的に，専門家をパートナーとして，健康を増進していく考えを基盤にした people-centered care：市民主導型の健康生成をめざす看護形成拠点（Komatsu，2004；山田，2004）という新しいかたちの健康創生活動に取り組んできた。この活動の一環として，市民へ健康情報を提供する目的で, 2004 年５月に看護実践開発研究センター１階に,『健康情報サービススポット（通称:聖路加ナビスポット「る

受付日 2008 年２月 29 日　受理日 2008 年７月４日
1）聖路加看護大学大学院博士後期課程，2）聖路加看護大学，3）聖路加健康ナビスポット , コーディネーター，
4）日本伝統医療科学大学大学院，5）元聖路加看護大学 21 世紀 COE プログラム研究員，6）兵庫医療大学

かなび」)』を開設した（菱沼他，2005）。

健康情報サービススポットでは，ボランティアの協力を得て健康チェックコーナー，医療専門職による健康相談コーナー，闘病記・医学書など書籍，資料，インターネットによる健康情報検索・閲覧コーナーを開設し，無料でサービスを提供している（菱沼他，2006；高橋他，2007；石川他，2007）。開設当初は，利用者数も少なく，市民に関心を持ってもらい，足を運んでもらうことを主な狙いとして，各種の広報活動を展開してきた（菱沼他，2007）。そのひとつとして，2004年11月から，『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』を企画開催してきた。『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』は，健康情報サービススポットの広報としての機能とともに，市民が昼休みの時間を利用して，気軽に健康情報を耳に入れて自分の健康を振り返るきっかけになる場を提供することが目的であった。

現在では，健康情報サービススポットの利用者が増え（Takahashi, et al., 2007），『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の活動も３年以上が経過し，健康情報サービススポットの広報という目的よりは，市民の健康創生活動における意義付けを検討すべき時期になった。

そこで，本論文では2004年11月～2007年10月までの『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の活動経過と，参加者のプログラム評価から，『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の意義と特徴を明らかにすることとした。

Ⅱ．方法

１．『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の活動経過

活動経過については，2004年11月～2007年10月までの３年間の過去の記録，資料および開設準備から現在にかけて関わってきた大学教職員３名からの聞き取り調査から，プログラム計画，プログラムの実施経過（開催回数，参加状況，プログラムの内容），プログラムからの発展について整理しまとめた。

２．参加者による評価

2006年11月～2007年10月に開催した計９回の『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の参加者に，参加理由や健康講座とコンサートについて，無記名のアンケート調査を行った。健康講座が理解できたか，講座は役立つと思うか，コンサートは楽しめたか，の３点を３段階で質問し，健康講座については今後の希望テーマを自由記載できる欄と，健康講座とコンサートの意見，感想について自由記載できる欄をそれぞれ設けた。

アンケートは講座終了後，その場で手渡し，出口に回収箱を用意した。アンケートの結果は単純集計し，自由記載については類似する内容に分類し，利用者の考える意義を抽出した。

アンケートは無記名であり個人特定はできないが，アンケート用紙には目的およびプライバシーはおかさないことを記載し，回収は自由意志とした。また，健康情報サービススポットの活動は，大学施設として研究・教育に活用する旨を，利用者が見えるところに掲示している。

Ⅲ．結果

１．『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の活動経過

１）プログラムの計画

⑴目的

『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の当初のねらいは，①健康情報サービススポットの広報として機能すること，②市民が昼休みの時間を利用して，気軽に健康情報を耳に入れて自分の健康を振り返るきっかけになる場を提供すること，であった。

⑵日時と場所，内容

対象は，通りがかった人でも，気軽に参加できるように，申し込みなどは不要とし，住まいや年齢も限らず，無料で市民が誰でも参加することを可能にした。

開催場所は，通りに面した聖路加看護大学２号館看護実践開発研究センター１階の約40名程度収容できる講義室であり，道路側の壁面がガラス張りになっており，路上から活動風景を見ることができる場を選んだ。

開催時間帯については，開催場所がオフィス街にあることから，仕事を持っている会社員でも立ち寄れるお昼休みの時間帯（12：30～13：10）を設定した。また，開催回数は，常連の利用者をつくるために最低限必要だと考えられる回数とスタッフの対応可能量を話し合い，月１回（毎月第３木曜日）試みることにした。ただし，年度初めの４月，８月（夏季休暇）と１月を除く年９回の開催とした。

また，プログラムの構成は，お昼休みということもあり，単なる健康講座ではなく，コンサートと抱き合わせに実施することで人が集まりやすく，またＰＲ効果にもなると考え，前半を「健康講座」，後半を「コンサート」とする２部構成を計画した。時間配分は，お昼休み時間内に行うことを前提に，短時間で行うとしても，催し物を実施するうえで最低限必要と考えられる時間数を20分と判断し，両者ともに20分間の計40分間を計画した。その結果，プログラム名を『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』と表現することにした。

前半の『ミニ健康講座』では，看護大学の教員達が自分達の持つ日頃の知識や研究成果を，市民に向けてレベルを落とさずに市民にわかるかたちで健康に関する情報

を伝えていく場にしていきたいと，看護大学の教員を中心に講師を依頼することにした。また後半の『ミニコンサート』では，昼休みをゆったりした気分でくつろぎ，また来たいと思える場にしたいと，市民向けに歌やバイオリン，ハープなどさまざまな楽器の生演奏を提供する内容を計画し，知り合いなどから演奏者を探すことにした。さらに，すべての来訪者には温かいハーブティの無料サービスも行うことも計画に入れた。

⑶講師と演奏者への依頼

健康講座のテーマについては，他のテーマと重なりがないようコーディネーターからテーマの案は提示するが，講師の方に自由に任せることにした。コンサートの選曲も，演奏者にすべてお任せした。ただ，健康講座の講師や演奏者には，プログラムの参加者の特性や会場の雰囲気を知ってもらうために，自分が行う前に，一度プログラムに参加者として参加していただくよう伝えることとした。また，講師や演奏者から依頼があれば，これまでのテーマや内容を提示することにした。

⑷運営スタッフ

プログラムの運営スタッフは，健康情報サービススポットを運営する教員２名，司書１名，コーディネーター２名（看護職，司書各１名）で計画された。毎月の企画は，健康情報サービススポットのコーディネーター２名（看護職，司書各１名）が中心となり，大学教職員，ボランティアの意見を積極的に取り入れ，準備を行うこととした。当日の運営は，コーディネーターと専門職ボランティア（看護職，心理士など），教職員の約３，４名体制で運営することとした。2007年度より市民ボランティアが健康情報サービススポットの活動に参与し，それを機に『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』プログラムの企画運営に関する意見を反映させ，当日の運営にも参与していただくよう協力を求めた。

⑸広報活動

広報活動については，コーディネーターが，毎月，テーマと日時，内容が書かれた案内のポスターやチラシを作成し，学内と施設同区内の商店街・病院・銀行への掲示や設置を１軒，１軒足を運んで依頼し，健康情報サービススポットの健康相談，健康チェックなどの利用者にも，随時配布することとした。

２）プログラムの実施経過

⑴プログラムの開催回数と参加人数（表１）

表１に示したように，2004年11月～2007年10月の３年間の開催回数は，計27回であった。計画通り，年度初めの４月，８月（夏季休暇）と１月を除く年９回，開催した。参加延べ人数は817名，１回の参加者数は，最小14名，最大52名で，平均30.3名であった。年度別の参加平均人数は，図１で示すように，2004年度18.3名から2007年度には35.2名と約２倍に上昇していた。

⑵健康講座とコンサートのプログラム内容

会場の様子は，図２に示した通りである。健康講座のテーマは，表１に示したように１回（2006年11月）のみ２テーマで開催していたため総数28であった。通常，コーディネーターのほうから教員に講師を依頼していたが，このときは，教員のほうから市民に話をしたいとコーディネーターに申し出があったことで特別講義として２テーマ開催することになった。テーマの内訳は，睡眠や食事，過ごし方といった日頃の健康維持・予防に関することが12題（42.9％），乳がんや心臓病，認知症，歯槽膿漏，腰痛などの病気や症状，看護に関することが９題（32.1％），赤ちゃんの誕生や女性の一生といった人生のライフイベントが４題（14.3％），セカンドオピニオンの上手な受け方や受診の心得や受診の仕方３題（10.7％）であった。講師の選定は，2004年11月～2006年３月まで，計画通り看護大学の教員に依頼をしていたが，参加者から看護以外にもハーブ，栄養などの健康維持に関連する希望テーマが聞かれたことから，日頃，健康情報サービススポットに関わっていただいている専門職ボランティアや，学外の医療福祉職の方にも，講師をお願いしてもよいのではないかと当初の計画を変更した。その結果，全体の７割以上が看護大学の教員21名（75.0％）であったが，健康情報サービススポットに関わっている専門職ボランティア４名（14.3％），学外医療福祉職３名（10.7％）が講師に加わった。看護大学の教員にとって，市民を対象に，健康に関わる話をすることは，普段の学生に対する講義とは全く様相が異なり，教員にとっても刺激的な時間であったとの感想が数件寄せられていた。

コンサートでの演奏楽器は，ハープ，ピアノ，マリンバ，チター，ハンドベル，バイオリンなどさまざまであった。選曲は演奏者に任せているが，演奏者が事前にプログラムに参加し，参加者の特性や会場の雰囲気を把握して演奏するため，参加者と一緒に歌うことができる曲をプログラムする演奏者が多かった。演奏者については，音楽に関する関連機関や個人的な知り合い，学生など，プロ，セミプロ，素人を問わずに交渉し，依頼しているが，演奏者探しに毎月苦労をしているのが現状であった。

２．プログラムからの発展

プログラムからの発展として，健康情報サービススポット開設後２年目（2005年）に，大学が所在する自治体より，地域住民対象の120分間の健康講座（２件）の開催依頼があった。さらに３年目（2006年）には３件の依頼があり，このとき，『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の28テーマのうち，「赤ちゃんの誕生について」と「ドメスティック・バイオレンスと女性の健康」の２つのテーマと，「いっしょに考えてみましょう！自分の食生活」「セカンドオピニオンの上手な聞き方」「ことわざと健康」の２つのテーマが，自治体主催の健康講座の土台としてつながっていった。

表１　『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の一覧表　（参加人数 計８１７名）

	開催年月	ミニ健康講座のテーマ	講師	ミニコンサートの演奏	参加人数	備考
1	2004年11月	腰痛について	看護大学の教員	グランドハープ・コーラス	17	
2	2004年12月	赤ちゃんの誕生について	看護大学の教員	アイリッシュハープ	16	＊
3	2005年２月	心臓病はあなたの運命？	看護大学の教員	フルート・ピアノ	18	
4	2005年３月	女性の一生のうつ	看護大学の教員	アイリッシュハープ	22	
5	2005年５月	セカンドオピニオンの上手な聞き方	看護大学の教員	フォークハープ	29	＊
6	2005年６月	乳がんの自己検診について	看護大学の教員	アイリッシュハープ・キーボード	29	
7	2005年７月	生きる力を育む健康教育	看護大学の教員	マリンバ	43	
8	2005年９月	輝きを増す更年期：身体とこころのケア	看護大学の教員	フルート・ピアノ	30	
9	2005年10月	認知症と在宅看護	看護大学の教員	チター	27	
10	2005年11月	ドメスティック・バイオレンスと女性の健康	看護大学の教員	アイリッシュハープ	29	＊
11	2005年12月	あなたや家族の身体状態のバロメーター	看護大学の教員	ハンドベル・エンジェル	28	
12	2006年２月	よい眠りを導くために・睡眠に関する基礎知識	看護大学の教員	キーボード・ヴァイオリン	24	
13	2006年３月	不妊治療－わたしらしい選択のために	看護大学の教員	フルート・ピアノ	42	
14	2006年５月	ハーブで癒す心と身体	アロマテラピスト	ヴァイオリン	35	
15	2006年６月	子どもの夏の健康のために	看護大学の教員	シャンソン・ピアノ・ベース	35	
16	2006年７月	友だちの輪＆和でいきいき増進	看護大学の教員	アイリッシュハープ	33	
17	2006年９月	いっしょに考えてみましょう！自分の食生活	専門職ボランティア	ソプラノ独唱	20	＊
18	2006年10月	10月はピンクリボン月間！	看護大学の教員	メゾソプラノ独唱	30	
19	2006年11月	人間の強さとストレス対処能力 受診の心得	看護大学の教員	フルート	42	
20	2006年12月	気持ちのいい看護って？	看護大学の教員	チター	28	
21	2007年２月	ことわざと健康	専門職ボランティア	ソプラノ独唱・リコーダー	34	＊
22	2007年３月	歯槽膿漏とからだ	歯科医師	オカリナ	30	
23	2007年５月	生活習慣病予防のためにからだをうごかしましょう	看護大学の教員	ヴァイオリン	31	
24	2007年６月	これから本番！脱水を防止して夏をのりきる	看護大学の教員	リコーダー・ピアノ	38	
25	2007年７月	バランス・量を考えた食事をとる為に	専門職ボランティア	トロンボーン・マリンバ	41	
26	2007年９月	出生今昔物語	専門職ボランティア	ソプラノ独唱	14	
27	2007年10月	保健所の上手な使い方	保健師	ピアノ	52	

＊自治体主催の健康講座の土台としてつながったテーマ

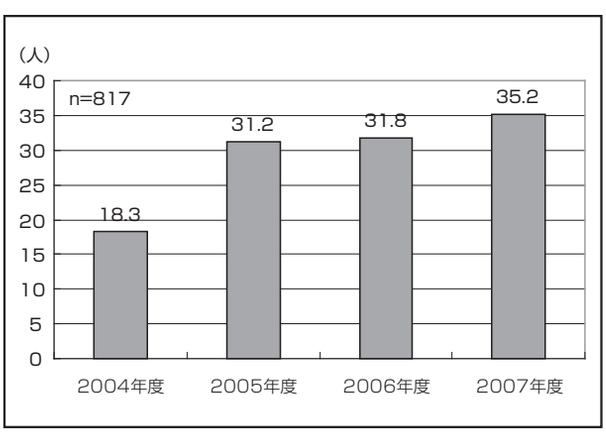

図１　年度別の平均参加人数

図２　『ランチタイム ミニ健康講座＆ミニコンサート』開催風景

Ⅳ．参加者アンケートによる評価

１．回答者の背景

2006 年 11 月～ 2007 年 10 月までの 9 回にわたり，参加者 310 名に対しアンケート調査を行った。回答者数は 221 名（回収率 71.3%）であた。男性 42 名（19.0%），女性 179 名（81.0%）であり，年齢は 20 歳代～ 80 歳代に分布し，60 歳代が 60 名と最も多く，50 歳代以上が 70.0%と 7 割を占めた。開催場所と同じ自治体在住者が 108 名（48.9%）であった。昼食後に，近所のお友達と待ち合わせをする場所として活用している人達もいた。

参加理由（複数回答）は，健康講座が目的との回答 163 名，コンサートが目的との回答が 142 名，友人などの誘いが 35 名であった。このうち，健康講座とコンサートの２つを目的にしたものが 124 名（56%）と半数以上を占めていた。参加回数は，1 回目が 90 名（40.7%），２回目以上が 129 名（59.4%）と複数回の参加者が約 6 割であった。

２．健康講座の評価

講座を理解できたかとの設問に対し，171 名（77.4%）が「わかった」と回答していた。講座が役立つかどうかについては，176 名（79.6%）が役に立ったと回答していた。また，講座のテーマについて，122 名（55.2%）が同じテーマで聞きたいと回答していた（図３，４）。

自由記載欄には 61 件の記入があった（表 2）。プログラムに関する「健康情報への満足」「過ごした時間への満足」「ネガティブコメント」と「要望」に大別できた。

講座の内容について，「知らないことが勉強できました」「初めて保健所の役割，目標，活動を知りました」「水分の不足が大病を招きかねないことが，わかり大切な時間でした」「本日の講義の話は，本当にとてもよかった。専門的なこと以上にこういうものを聞きたかった」といった《新しい知識を得られた》，「ためになる講義をありがとうございました」「大変役に立つお話だった」といった《役立つ情報が得られた》，「専門的なテーマを身近にわかりやすく説明いただきためになりました」「内容はとてもよくわかりました」「いつも，わかりやすく満足しています」といった《わかりやすい情報が得られた》などの『健康情報への満足』が分類された。

また，「短い時間ですが，有意義な時間が過ごせました」「お昼休みを利用して，とても充実した時間が過ごせました」といった《有意義な時間》，「とても楽しかったです。また参加させていただきたいと思います」「私たち高齢者にとって親切で楽しいためになる講義でした」といった《楽しい時間》，「気分転換にもなり，明日からがんばります」「元気付けられた」といった《元気付けられた》，さらに，「スタッフに感謝します」「欠かさず出席しています，スタッフの皆様ありがとう」「気軽に参加できて大変よい」「場所と空間とお茶をありがとう」「20 分という時間でまとめてくださるのが嬉しい」「すばらしい！」といった《プログラムへの感謝》など『過ごした時間への満足』が述べられていた。

また，要望としては，「こうした試みが地方にも広がってほしい」「時間的に短いのでもう少し長くしてほしい」「体を動かすような内容を入れてほしい」「資料がほしかった」「参加者の年齢を考慮すると資料の文字の大きさが，小さすぎるかもしれません」「月に２，３回でもやっていただけると嬉しい」「開始時間を 12 時 15 分からにしていただくことはできませんか。いつも，会社の昼休み時間外で，途中で抜け出さなければいけないので」など，講義の時間延長，開始時間の変更，開催回数など方法の改善要望などが 12 件述べられていた。「テーマが暗すぎて，ランチタイムにはふさわしくないと思う」という意見が１件あった。今後の希望テーマの自由記載欄には，表３に示したように，49 テーマが挙げられた。『健康維持に向けた生活』に関するものが最も多く，『病気とその対処法』『からだのしくみ』に関すること，『気になる症状』『発達段階に応じた健康問題』『人生・生き方』『薬』『介護』の８つに分類された。また，参加者の中でお話したい方の話を聞きたいとう意見もあった。

３．コンサートの評価

コンサートは「楽しめた」と回答したものが 186 名（84.2%）であった（図５）。コンサートに関する意見は，

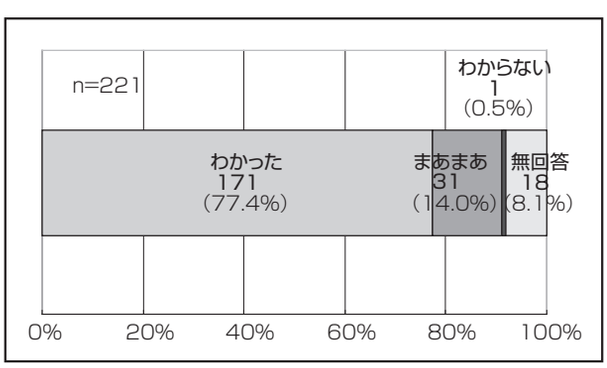

図３　講座の理解

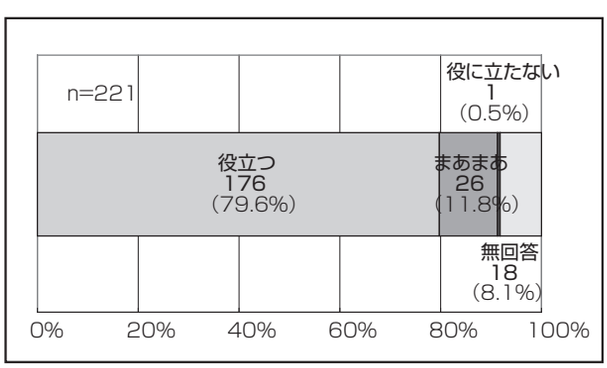

図４　講義の役立ち

表２　参加者による健康講座の評価（自由記載）

１．健康情報への満足 １）＜新しい知識が得られた＞ ・水分の不足が大病を招きかねないことが，わかり大切な時間でした。 ・股関節の運動は，初めて知った動かし方で，本当によかった。 ・どうしても緊張と体調の悪いとき，質問することがおっくうになり，前もってメモにとっていくことなどとても参考になった。 ・受診の心得もとても参考になりました。 ・講座は知らないころが勉強できました。 ・講座は知らなかったのですが，解熱や快便を知り，目からうろこでした。大変勉強になりました。 ・とてもよかった。こういったことが，義務教育の場で，行われたらといつも感じています。改めて，患者さんたちとの接し方を考えさせられた。 ・本当に勉強になったり，癒されたり，贅沢なひと時でした。 ・毎食の用意を２人分するので，これからの参考にしたい。 ・初めて保健所の役割，目標，活動を知りました。 ２）＜役立つ情報が得られた＞ ・いつもためになるお話ありがとうございます。（３） ・大変役に立つお話だった。 ３）＜わかりやすい情報が得られた＞ ・専門的なテーマを身近にわかりやすく説明いただきためになりました。 ・いつも，わかりやすく満足してます。ありがとう。 ・わかりやすく先生の愛のあるお話を心から感謝，ありがとう。 ・ビデオの内容はよくわかりました。
２．過ごした時間への満足 １）＜有意義な時間＞ ・短時間ですが，有意義な時間が過ごせていただいております。 ・非常に有意義な時間できた。 ・お昼休みを利用して，とても充実した時間が持てていると思います。 ２）＜楽しい時間＞ ・楽しい時間をありがとうございます。（２） ・サポートプログラム等で，時々お邪魔しておりました。この催しは，知りませんでした。とても楽しかったので，また参加させていただきたいと思います。 ・楽しい時間を持たせていただきました。少ない時間で本当にすばらしい。 ・はるばる埼玉からの参加。私たち高齢者にとって親切で楽しいためになる講義でした。また，出てきたいと思います。 ・楽しい時間を持て，気分転換にもなりました。 ３）＜元気付けられた＞ ・元気付けられた。本日の出生今昔物語は5月に嫁いだ娘と一緒に聞きたいと思った話でした。ありがとうございました。 ・また明日からがんばります。ありがとうごうございました。 ４）＜プログラムへの感謝＞ ・スタッフの皆様に感謝しています。 ・感謝！半年に1回ぐらい参加したい。 ・大変よかったです。どうもありがとうございました。（８） ・かかさず出席させていただいております。スタッフの皆様ありがとうございました。 ・気軽に参加できて大変よい。 ・場所，空間，お茶をありがとう。 ・20分という時間でまとめてくださるのが，嬉しい。 ・すばらしい。 ・団体でもう一度参加希望しています。 ・本日講座の話は，本当にとてもよかった。専門的なこと以上に，こういうものを聞きたかった。また，同じ先生で，このテーマの話が聞きたい。 ・看護師からのアドバイスは，歩み寄りがあって好感が持てた。
ネガティブコメント ・今回のテーマは暗すぎ，重い。ランチタイムにはふさわしくないと思う。もっとテーマを選んで欲しい。

49 件挙げられた（表４）。「演奏者の考え方とその姿勢がすばらしかった。本当に素敵な音色でした」「リコーダーのすばらしさに驚きました」といった《音楽の感動を体験できた》,「楽しくコンサートを聞かせていただき，懐かしい曲をそして，すばらしい曲を声に出して楽しいひと時でした」「コンサートを楽しみにしています」といった《楽しみの場》，また，「今日の演奏曲もとてもすばらしく癒されました」「静かなコンサートで，心が落ち着いたいい時間を過ごさせていただきました」「とてもリラックスできた」など《安らぎと癒しの場》の３つに分類できた。

また「ピアノとの合唱もほしかった」「みんなで歌うときは,係の人が合図を入れると混乱しなくなる」「もっと広いところで聴きたい」「コンサートはもっと聴きたいです。時間を！」など,合唱の希望,スタッフへの要望,開催時間の延長や会場の広さなど，細かな要望が 11 件挙げられていた。一方「進行が急ぎ足でしたね」「唄が変更になり残念でした」という感想が２件あった。

４．再来の希望

『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の次回への参加希望については，「また参加したい」が 208 名(94.2%)で,「参加したくない」は１名(0.5%)であった。

Ⅴ．考察

１．プログラムの意義と特徴

参加者のアンケート結果から，プログラムの意義としては，市民が昼休みの時間を利用して，気軽に健康情報を耳に入れることができる場所を提供したこと，みんなで健康について考えることを有意義で楽しい時間として市民がとらえることができたことであった。当初のプログラムの目的であった，プログラムで得た健康情報が参加者の健康を振り返ることにつながっているかどうかは,今回の調査からは明らかにならなかった。この点は,今後評価を深める必要があるだろう。

今回，看護大学が市民に開く健康情報サービススポットで開催した『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』の３年間の活動から，参加者は延べ 817 名，参加平均人数も年々増加し，２回目以上の参加者が約６割を占め常連も増え９割がまた参加したいと回答していたことから，この企画が市民から受け入れられ定着したことが確認できた。2005 年度の健康情報サービススポットで提供されている健康相談の利用状況（高橋他，2007）をみると木曜日の利用者数が最も多いことから，当初のプログラム開催の目的であった“健康情報サービススポットの広報として機能”の意義もみられた。

プログラムの特徴としては，気軽に参加できるという点，短時間にまとめている点，仕事を持っている人でも

表３　利用者からの希望のテーマ　　計 49 件

１．＜健康維持に向けた生活　20 件＞ ・食事 ・食生活 ・食生活の改善の仕方（２） ・生活習慣病を予防する食生活 ・食事量と食事の質（内容）の関係 ・食品衛生の管理 ・ダイエット ・栄養（２） ・食べ過ぎないための精神状態を満たす質の高い食事 ・睡眠 ・筋肉のつくり方，簡単にできる運動 ・歯の健康 ・家庭でできる腰痛体操 ・健康に関するもの ・メンタルヘルス ・ストレス対処（２） ・物の考え方，捉え方
2．＜病気とその対処法　10 件＞ ・高血圧の栄養の取り方 ・糖尿病の栄養の取り方 ・高血糖 ・うつ病，こころの病気 ・認知症 ・メタボリックの食事 ・生活習慣病の症状，食事，治療，対処法（２） ・胃腸手術後の食生活 ・眼の病気
3．＜からだのしくみ　７件＞ ・骨（２） ・神経 ・味覚 ・中性脂肪 ・コレステロール ・体脂肪
4．＜気になる症状　４件＞ ・冷え性 ・痛み ・めまい ・五十肩，肩こりの治し方
5．＜発達段階に応じた健康問題　３件＞ ・更年期障害 ・高齢者の精神衛生 ・青少年の心理・行動
6．＜人生・生き方　２件＞ ・ライフスタイル ・楽しく生きる第二の人生，その心のありよう
7．＜薬　２件＞ ・薬の服用法，留意点，薬の種類 ・漢方薬
8．＜介護　１件＞ ・介護

参加できる点を考慮に入れて計画していた。参加者のアンケート調査からも，短時間でまとめているのがよい，昼休みという時間帯がよいという評価があったほか，活動を振り返ってみると，予約不要で無料であり，40分という短い時間であったことは，手軽さをもたらし，市民にとって気軽に利用できるという点がひとつの大きな特徴になっていたと考えられた。

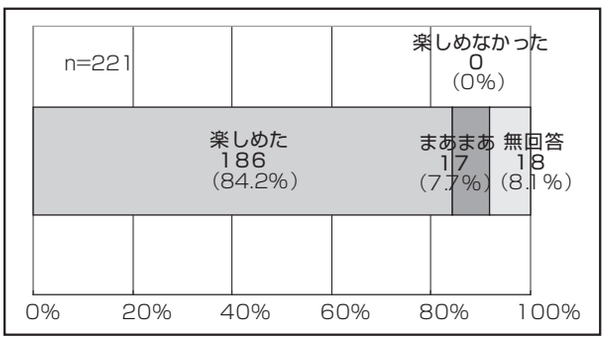

図５　コンサートの感想

自治体や病院，大学などでも，市民向けの公開講座として健康に関する情報を提供している場は多い。しかしこれらは，単発的な啓発活動であったり，また，健康情報のみが提供されているものであった（梅木他，2006；細谷他，2004；木矢村他，2002）。本プログラムは，人集めとPR効果を狙いとしミニ健康講座だけでなく，ミニコンサートと抱き合わせのプログラム構成として計画した。その結果，参加者の半数以上が，健康講座とコンサートの両方を目的に参加し，単なる健康講座ではなく音楽の感動の体験や安らぎと楽しみの空間を兼ね備えた

表４　参加者によるコンサートの評価（自由記載）

１．音楽の感動を体験できた ・メモリー素敵でした。 ・コンサートも大変素敵でした。 ・演奏者の考え方とその姿勢がすばらしい。本当に素敵な音色でした。 ・リコーダーのすばらしいのに驚きました。 ・マリンバとトロンボーン演奏がすばらしかった。後方から，男性のすばらしい声が聞こえ，気持ちよく一緒に歌うことができました。 ・こんな小さな部屋でもできるすばらしい演奏です。 ・女性の歌手がとてもよかった。 ・兄弟のアンサンブル，よかったです。歌のお姉さんもよかった。 ・毎回のコンサートを楽しみにしていますが，今日はとてもよかったと思います。 ・リコーダーが大変よかったです。 ・フルートの演奏のプレゼントありがとうございました。 ・コンサートはとてもよかったです。 ・ピアノ演奏がとてもよかった。 ・皆様のよき人生において，音楽もまた知性，感性みがかれた。 ・「エリーゼのために」は解説付きの演奏がよかった，楽しかった。 ・種々 の楽器のコンサートを聞かせていただいて，大変嬉しく思っております。 ・思わぬ素晴らしいピアノを聴けて嬉しかったです。 ・コンサートもいつもより時間をもたせて頂いて嬉しく思っています。 ・マリンバの演奏はよかった。マリンバは大好きな楽器で，間近に聴けて嬉しかった。 ・皆さんと一緒に大きな声で歌えて，楽しく嬉しかった。
２．楽しみの場 ・楽しくコンサートを聞かせていただき，懐かしい曲をそして，すばらしい曲を声に出して楽しいひと時でした。 ・コンサートは和気藹々皆さんで歌い非常に楽しめた。 ・ピアノがとても楽しめました。解説がわかりやすく演奏を楽しめました。 ・コンサート楽しみにしています。（２）
３．安らぎと癒しの場 ・とても癒され楽しかったひと時ありがとうございました。 ・フルートは特に好きな楽器。今日の演奏曲もとてもすばらしく癒されました。ありがとうございました。 ・司会者・演奏者とも声のトーンがやわらかく，スピードもゆったりで心地よいものでした。 ・大変ためになるお話や静かなコンサートなどで，心が落ち着いたいい時間を過ごさせていただきました。 ・今日は検査結果を聞くのに病院に来たのですが，待ち時間が長くて心配な気持ちを長くひきずったまま，ゆううつになっていたところにきれいな音楽を聞かせてもらって，少し心が落ち着きました。ありがとうございます。 ・ロマンチックな素敵なフルート・ピアノ，リラックスできありがとう。 ・とてもリラックスできた。 ・ストレス解消の音楽をありがとうございました。 ・こころの安らぎをもってお聞きできました。 ・初めてコンサートより参加しましたが，アットホームなコンサートと穏やかな気持ちになる選曲ですばらしいピアノとフルートの演奏に感激しました。
ネガティブコメント ・アメージンググレイスの唄を楽しみにしていたのですが，変更になり大変残念でした。唄はつまらなかった。 ・コンサートは急ぎ足でしたね。

場として評価され，他の健康講座とは異なる大きな特徴となったと考えられる。

昼休みの 40 分，予約不要，無料という手軽さで，新しい知識，役立つ情報，わかりやすい情報が得られる情報獲得の場であり，さらに，感動の体験や楽しみ，安らぎ，癒しといったエネルギーを得られる場を，看護大学が市民に直接提供していることは，今後の看護大学のあり方への提言ともなりうる成果であり特徴にもなりうるであろう。

時間の延長, 会場の拡大などの要望が数件みられたが, 基本的な企画内容としては，現在の進め方，あり方で参加者から高い評価を得ており，現行の運営で継続していくことの確認と, 活動の特徴と意義が見出せたと考える。

2．本プログラムの今後の課題

本プログラムは, 市民が主体的に, 専門家をパートナーとして，健康を増進していく考えを基盤にした people-centered care：市民主導型の健康生成をめざす看護形成拠点（Komatsu，2004；山田，2004）という新しいかたちの健康創生活動の一環として，取り組んできたものである。現段階は市民が主体的に健康生成できるような健康情報を提供するプログラムを開催したこと，プログラムに参加した市民から意見や感想をアンケートでうかがいプログラムに反映したこと，また 2007 年度から健康情報サービススポットに参与しはじめた市民ボランティアと当日一緒にプログラムを運営し，意見を反映したことの people-centered care へつながる 1 歩を踏み始めた段階のところである。健康講座の講師については，これまで看護大学の教員や医療福祉専門職といった専門職だけを対象に講師を依頼していたが，市民がプログラムの中にもっと加わっていけるよう，2008 年度は市民に講師を依頼し，闘病体験記と育児体験記に関する 2 テーマのプログラムを計画している。

本プログラムの今後の課題は，people-centered care というスローガンにさらに近づけるよう，現在健康情報サービススポットのコーディネーターが行っているプログラムの企画・構成の段階から市民が参与し，プログラムを運営していくことである。

また，看護大学の教員が，専門職をめざす学生や，専門職に講義をするだけでなく，一般市民に直接情報を提供する機会を得た。看護大学の教員が，市民に直接情報を提供し，交流する機会や場はいまだ多くはない。教員が市民の反応やニーズに直接触れ，刺激を受ける機会ができ，これも市民主体の医療へ向けた取り組みのひとつと評価できるだろう。また，市民が主体的に健康生成できる看護の提供は重要であることから，教育の中にも取り入れる必要があり，今後さらに教員のみならず学生や院生の学習の場としての活用についても考えていきたい。

Ⅵ．おわりに

今回のアンケート回答者が参加者全員ではないことから，結果の偏りがある可能性は，本研究の限界である。しかし，市民の貴重な声を大切にし，今後も市民が主体的に，専門家とパートナーを組み，健康を増進していく考えを基盤にした people-centered care をめざして，看護系大学が市民に向けた『ランチタイムミニ健康講座＆ミニコンサート』のあり方を検討し続けていきたい。

本研究は，文部科学省聖路加看護大学 21 世紀 COE プログラム市民主導型の健康生成をめざす看護形成拠点の研究助成を得て行い，第 12 回聖路加看護学会学術集会で一部発表した。

謝辞

日頃，活動をご理解いただき，ご支援いただいている関連機関，町内の皆様，市民の皆様，また，ボランティアの皆様に深く感謝いたします。

引用文献

菱沼典子，石川道子，高橋恵子，他（2007）．*看護大学が市民に開いた健康情報サービススポットの広報活動*，11（1），76-81.

菱沼典子，川越博美，松本直子，他（2005）．看護大学から市民への健康情報の提供―聖路加健康ナビスポット「るかなび」の試み―．*聖路加看護大学紀要*，31，46-50.

菱沼典子，徳間美紀，新幡智子，他（2006）．看護大学が開設している健康相談からみた市民の健康問題と看護職の対応．*聖路加看護学会誌*，10（1），38-44.

細谷純一郎，石田信彦，中野和広，他（2004）．青梅市医師会市民公開講座「痴呆の正しい理解のために」アンケート結果報告．*東京都医師会雑誌*，57（4），426-434.

石川道子，松本直子，菱沼典子，他（2007）．看護大学が開設する市民向け健康情報サービススポットにおける闘病記コーナーの機能．*医療情報学*，27，suppl，1187-1190.

木矢村静香，荒賀直子（2002）．地域住民の虚血性心疾患についての知識と健康習慣に関する調査 市民公開講座参加者を対象として．*順天堂医療短期大学紀要*，13, 108-115.

Komastu,H.（2004）．People-centered initiatives in health care and health promotion. *Japan Journal of Nursing Science*, 1, 65-68.

高橋恵子，菱沼典子，石川道子，他（2007）．看護大学が市民に提供する健康相談サービスの利用状況と課題．*聖路加看護学会誌*，11（1），90-98.

Takahashi, K., Hishinuma, M., Ishikawa, M., et al. (2007). Health Information Service Activities at a Nursing College in Japan; Evaluation from the Perspective of Community-based Activities. *The 6th International Nursing Conference*, 259.

梅木雅彦，粟栖茂，清水久美子，他（2006）．がん終末期の在宅医療に関する啓発活動．*癌と化学療法*，33, 270-272.

山田緑（2004）．People-Centered Care；概念分析．*聖路加看護学会誌*，8（1），22-28.

Significance and Characteristics of "Lunch Time Open Lecture on Health and Music Concert for the Public" Provided by a Nursing College

Keiko Takahashi
(St. Luke's College of Nursing Doctoral Course)
Michiko Hishinuma, Naoko Matsumoto, Masako Yamada, Junko Kanazawa
(St. Luke's College of Nursing)
Michiko Ishikawa, Eri Yamaoka
(Coordinator, St. Luke's Health Information Center)
Naoko Okubo
(The Graduate University of Japan Traditional Medicine and Science)
Chikako Uchida
(Former St. Luke's College of Nursing 21st COE Program, Researcher)
Kumi Suzuki
(Hyogo College of Medicine)

Objective: St. Luke's College of Nursing opened the "Health Information Service Spot" on its campus to provide health-related information directly to the public. One of the services of the Spot is a mini-health-related lecture and a mini-music concert (L&C) at lunch time. The L&C has been held on the third Thursday every month for three years. The length of each session was 40 minutes.
The aim of this paper is to report the activities of this program and clarify the importance of the L&C through the analysis of questionnaires collected from the participating public.
Method: During the third year, the public participants were asked to complete a questionnaire at the end of each L&C. Although the number of respondents was 221 (collection rate: 71.3 percent), some may have answered more than once. The details of the L&C for the three years were also collected from our records.
Results: In three years, the L&C was held 27 times. 817 people attended in total, and the average per session was 30. 81% of the respondents of the questionnaire were females, 60% over 50, and 60% had visited the L&C more than twice. 70% of the respondents thought the lecture was "easy to understand" or "useful". 80% said they enjoyed the concert. The participants appreciated the L&C as they were able to get useful and intelligible health information. They also found the L&C as a kind of oasis where they could enjoy healing music and a time of spiritual comfort.
Conclusions: Based on this analysis, we suggest that the L&C be continued as it is because the public participants support it.

Keywords：health education, community health program, nursing college, people-centered care