

H  
o  
-  
o  
o  
1  
a  
p  
o

# 東海大学 トコナボ 研究実践報告集

2015  
年度



## 東海大学健康クラブ・市民健康スポーツ大学のプログラム

### ▶研究代表者

看護学科◆杏澤智子教授・東海大学健康科学部長

### ▶分担研究者

看護学科◆松木秀明教授

社会福祉学科◆谷口幸一特任教授

社会福祉学科◆東奈美准教授

看護学科◆石井美里准教授

看護学科◆池内眞弓講師

体育学部生涯スポーツ学科◆吉川政夫教授

## 2015年度 To-Collabo プログラムの計画とその経過

「To-Collabo (Tokai university Community linking laboratory) プログラム」とは、文部科学省の平成25年度「地(知)の拠点整備事業」に採択されたプロジェクト。

全国にキャンパスを有する本学ならではの「全国連動型地域連携活動」を柱に、地域特有の問題や共通課題を各校舎の各部、学生、研究者が共有し協力して解決策を見いだす取り組みです。

健康科学部では、「東海大学市民健康スポーツ大学」を中心とした市民の健康づくりの支援活動（市民会員の身体活動量と心身の健康度の関連性の分析及び学生と市民との世代間交流活動）という研究テーマで、東海大学の2015年度の地域志向教育研究経費に採択されました。

本書は、その活動報告集です。

### ▶医学部付属病院



### ▶健康科学部校舎



# 第1回 市民と学生とのワークショップ 人生を語る会

2015年6月2日・火曜日・4限目「地域保健福祉活動論」の授業時に、履修学生(N=56名)と地域住民(N=10名)で、「人生と仕事」をテーマに、合同のワークショップを実施した。後日、参加学生全員からワークショップに関する参加レポートを回収した。どの分野で働くかの迷いを語り、就職の方向性への参考になったとの感想が多かった。



## 第2回 市民と学生とのワークショップ 人生の目標——ビジョンと夢

2015年6月30日・火曜日・4限目「地域保健福祉活動論」の授業時に、学生（N=56名）と地域住民（N=10名）で、「人生の目標——ビジョンと夢」をテーマに、合同のワークショップを実施した。後日、参加学生全員からワークショップに関する参加レポートを回収した。将来のビジョンを持っていないか、人生の夢について考える機会がなかったが、改めて現在の専門を学ぶ中で、それを生かした人生目標を考える機会としたいとの感想が多かった。



## 第3回 市民と学生との野外交流会 ハイキング&昼食会

2015年8月7日、9時～16時に「地域保健福祉活動論」の授業の一環として県立・七沢森林公園にて実施した。受講生10名（女子学生7名、男子学生3名）ならびに体育学部学生・院生3名と地域住民5名（男性）と講義担当教員1名の合同ハイキングと食事会（バーベキューパーティー）を行った。身体的レクリエーションと言葉ゲームを挟みながら、小グループ別に生活上の話題を語り合いながら、相互の理解を図った。

学生は高校時代や学生生活の悩みや生活の現状を語り、それに対して市民会員の方が、自分の体験を織り交ぜながらコメントを行っていた。ウォーキングや食事を挟みながらの会話は、大いに打ち解けた世代間交流の体験となった。後日、参加学生から参加レポートを回収した。祖父母との同居の体験のない学生もいて、地域の住民（健康クラブOB会組織・楽遊会）の方々と、学生の生活上の悩み（食事、友人関係など）を話題とした打ち解けた談話が楽しかったという感想や野外での世代間交流のプログラムが定期的に行きたいという感想も見られた。



10:00 ◆七沢森林公園バーベキュー場集合  
10:00～11:00 ◆  
自己紹介 & インタビュー形式での交流  
11:00～13:30 ◆バーベキュー  
13:30～14:30 ◆ハイキング  
14:30～15:00 ◆レクリエーション  
(お題に対する答えを言いながらタオルをパスするゲーム)  
15:00 ◆解散

### MEMBER

- ◆学生……12名
- ◆レクリエーション指導……3名（体育学部）
- ◆地域住民……5名（健康クラブOB会男性）
- ◆健康科学部教員……1名（谷口）

「地域保健福祉活動論」（前期・火曜日・4限目）の受講生（N=56名）、ならびに「生涯健康活動論」（後期・火曜日・4限目）の受講生（N=43名）に対して、「健康クラブ・市民健康スポーツ大学の年間プログラム」を紹介し、そのプログラムの趣旨を説明して、希望する日時（主に土曜日の午前中の開講）に参与観察を促し、その参加レポートを提出するように勧めた。受講生の中で、計20名が彼らが希望するプログラムに随時参加し、参与観察レポートを提出した。





# 4 第 1 回 市民と学生とのワークショップ

2015年11月2日、建学祭時(13:00~16:00)に、「生涯健康活動論」の受講生(N=12名)と地域住民(11名)との合同のワークショップを実施した。テーマは、「市民による学生のためのワークショップ——ライフイベントを通して人生を考える」であった。市民の方々に、長い人生の中で生き方の転機となった生活出来事を取り上げて、その概要を語ってもらい、それに対して聴衆である学生達とグループディスカッションを行い、人生の来し方や行き方について考える機会とするという趣旨であった。今回は、東海大学AS研究会の会員10名と東海大学健康クラブ同窓会・楽遊会会員3名の方々に人生の先輩として参加してもらい、学生12名の参加を得て、市民会員2名の人生談(海外赴任体験、海外語学留学体験)を語ってもらい、その体験談をもとに市民と学生の意見交換を実施した。参加学生には、事後に参加レポートを提出してもらった。

## 学生の感想

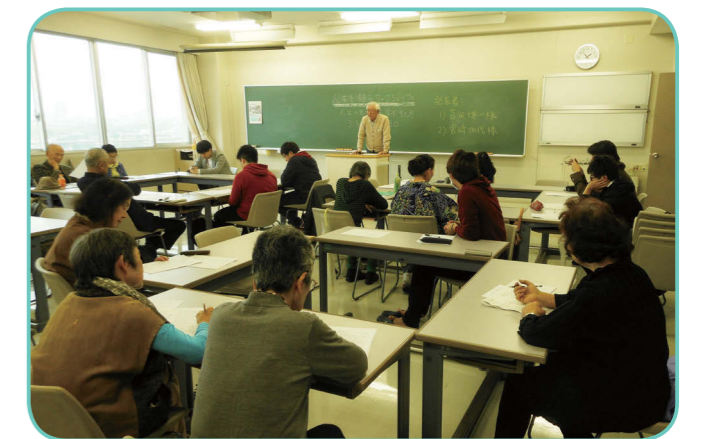
### ◆◆T・H [男性・4年生]◆◆

地域の高齢者の方と世代間交流をおこなった。Yさん(男性)のライフイベントについてのお話を聞かせていただき、数年にわたるニューヨーク駐在体験とその時の言葉の壁に苦労した話から、慣れない環境に身を置いたときに、何かしらの壁に直面することは必然であり、その壁についてどのようにアプローチしていけば良いかということYさんの話の中から学んだ。つまり、怖じけずに何事にもチャレンジしていくことで、徐々に目的に近づけることを学んだ。またMさん(女性)のライフイベン

トについての話から、教師の仕事を一区切り終えた50歳代以降に、様々な国をひとり旅をされており、その国・地域での人と関わりを通じて、人間的な優しさは万国共通なものであることをお話いただいた。自分も海外に行ったことはあるが、その国の人と深く関わったことはなく、大変によい話を聞くことができた。様々な国を旅しているMさんが羨ましく思え、自分もいつか、いろいろな国に行き、そこで現地の人と関わってみたいと考えた。また、海外に赴くことによって、その所々の福祉政策を知りたいと考えた。

以上のお二人の人生体験談を聞くことによって、働いていくことで重要なことは、仕事だけでなく他のことにも興味を持ち、趣味や好きなことを行っていくことにより、生きがいが生まれるといった、今後の糧になる話を聞かせていただいた。今回の世代間交流セミナーに参加することにより、自分が生きている時代の体験談や今後も体験することのできないような経験をしてきた人のお話を聞くことになり、実際に自分がそのような経験をしたならば、どのように感じ、どのように行動するであろうかという自分の今後の人生を考える良い機会になると思った。そして、今後もより多くの世代の方と交流を行い、お話を聞いてみたいと考えた。

その他8名の学生から、感想文が寄せられたが、70代、60代のお二人の国際交流の体験談から、生き方の積極性と冒険心の大切を学んだという感想が多かった。



## 東海大学市民健康スポーツ大学(年間行事)のプログラムに参加した学生の感想

### ◆◆A◆◆

楽しくエクササイズしていた。地域との交流は、楽しくやっていくことが大切だ。地域とのコミュニケーションが取れる大切な場であると感じた。地域の大人の人達と話をすることが出来て良かった。健康講座として骨の働き、とくに50歳台を過ぎた女性の骨粗鬆症の話、筋肉を付けるためには、運動前にチーズなどのタンパク質を摂ることの重要性などを知った。市民の人達と二人一組になって行ったエクササイズも楽しかった。

### ◆◆B◆◆

予想した以上に市民会員の参加が多かった。参加者の方が今までの健康データをファイルして持参されていることに驚いた。自分の健康についてのこだわりの強さを感じて驚かされた。健康講義では、骨の知識や精神面の健康の大切さを知った。体力づくりトレーニングでは、ゴムチューブを使ったエクササイズで、普段使わない筋肉を刺激して筋肉量の増加を目指す運動を一緒に行ったが、自分の筋力の無さに気付かされた。市民の健康をサポートする活動に参加して知識のみならず、色々と視野を広げる契機になった。

### ◆◆C◆◆

平成27年度の第1回体力健康測定に参加した。体力測定に参加して、自分の体力の現状を知り、体力のなさを実感した。市民会員のおじいちゃんの測定結果が私より良かったので、自分の運動不足を感じた。東海大学健康クラブは、総合型地域スポーツクラブとして、大学とその所在地の自治体が連携して運営している。教育と研究の場である大学で、市民の健康データを集めて分析して、会員の方に結果をフィードバックしていくことで、地域の人との交流を深める活動は、超高齢社会の日本では、ますます広げていく必要があると思った。

以上、学生たちの感想から、高齢者世代に対する思い込み(体力が自分たちより低い。参加者は限定的で少ない、健康への無関心など)が必ずしも正しくないこと、社会活動や健康維持への意欲が高いことに改めて気づきを深めている様子うかがえる。活動意欲のある地域の高齢者が大学の場合、学生と共に交流することの意義を学生達も実感しつつある。とくに身体活動を介した老若世代間の活動は、自然と親しくなれる有効な手立てと思われる。

## 公開実践講座 笑いヨガ

11月2日の11:00～12:00に、外部の専門家を呼んで、学生と一般参加者向けに「笑いヨガ」の講座を開講した。この催しを通して、健康法としての笑いの意義とヨガの効用を体験してもらう機会とした。笑いヨガ HahahaHappyLab. 主宰者・高橋カレン氏を講師に招き、建学祭に來られた一般市民12名と学生5名が参加した。笑いの中での身体活動と感情の活性化を体験した。



## 健康体力測定

11月3日に、恒例となっている健康クラブ主催の「健康体力測定」(10:00～16:00)を実施した(測定責任者は健康科学部教員の沓澤、松木、谷口)。その測定補助者として計11名の学生や看護師が参加した。一般市民の来場者のうち、健康測定に約60名、体力測定に約40名、肺機能測定に約30名が参加された。



## 第5回 ワークショップ 生涯健康活動論

2015年12月15日に開催。市民会員10名、学生37名が参加した。

参加した学生O君は感想をこう述べた。「人生の先を歩いてきた方々の話というものは、非常に興味深いものである。経験談として我々にこれから通る道の過酷さや現実を教えていただける。我々は、それを基に歩いて行き、間違った方向へ進まぬようにしていきたい。そのような“道の基礎”を聞くことができるワークショップだったため、積極的に参加させてもらった。今回のワークショップの試みで、将来への見えない不安が少し見え、自分の進むべき道が開けた気がする」。



Aグループの学生が、市民会員の方に聞いてみたい人生課題は、年金について、就職について、今の若者について、将来の夢、健康について、人生を楽しむために、仕事と趣味の両立、食生活について、ストレス発散法、結婚について、家族について、お金について、大学生生活の送り方、人生で大変だったこと、生活の楽しみ、学生の時にしておいた方がよいこと、好きなスポーツ選手、高齢者にとって福祉とは、健康で長生きする秘訣、世の中に対する不平・不満などのテーマであった。

### 学生の感想

「私たち若い世代は、年金はいくらもらえるのか」「健康維持の秘訣」「仕事と趣味の両立」「結婚の決め手」「将来のための貯蓄額」「就職とは何か」「学生のうちにやっておいた方がよいこと」「高齢者にとっての福祉」「今の若者」について質問をした。それらの質問に対して、家族制度の崩壊、独り身の高齢者の援助の大変さ、日本経済の今後、福祉財源の確保の必要性について考えを伺った。そのことから現在の社会のあり方に疑問をもった。

### 市民会員の感想

#### ◆◆ M・K [女性・67歳] ◆◆

女性1名。他は男性ばかりのA班でしたが、物静かでもう少しパンチが欲しいかと思えました。普段は、きっと活発な皆さんなのでしょうね。出された課題は、就職、結婚、お金、年金、福祉、仕事と趣味等々、現実の大人が直面していると思われることばかりで、若者には、テーマが重すぎるかなあと

思いました。会場で応えきれなかったことを含めて、自分が通過してきた道を述べてみます。

花育が大好きだったことから、大学は植物、生物系のコースへ進学。第一希望の農学部は失敗。就職は植物研究所系を目指したのですが、また叶わず理科の教師の道へ。人育ての仕事も充実した道であり、36年間の仕事は満足でした。「一度就職したら止めない」「一度結婚したら離婚はしない」がモットーでした。在学中に恋に落ち、2年先に就職した彼のいる神奈川だけの就職試験を夢中で受けて無事合格。夢が叶って結婚。働きながら二人だけの子育ては、やはり手薄なことだらけで今も子どもには、心から詫びています。働き続けた報酬として年金も受け取れており、老後に向けて体と心を鍛える日々です。就職—結婚—老後—お金はおのずと紐づながっていくのが人生だと思います。今日は、ありがとうございました。

◆◆H・Y [男性・80歳]◆◆

昨日は、谷口先生が担当されていた学生とのワークショップに出席させていただき大変有難うございました。大学生と意見交換をするような機会は、過去にも皆無でしたので、貴重な体験をさせていただきました。M・Kさんと二人で、Aグループを担当いたしました。感想を以下のとおりにご報告します。

1……学生からの質問は、就職、仕事、結婚、家族、健康、人生の過ごし方、年金、老後の生活等に集中していました。これらの問題はいずれも、彼らの将来に深く関わっている問題です。彼らが我々に質問している背景には、なんとか自分たちの将来に漠然とした不安を強く意識しているのではないかと感じました。

2……少子高齢化が世界最速のスピードで進展する中、彼らの老後は、年金、医療、介護等のどの問題を取り上げても暗澹たるものといわざるを得ない現状です。また、雇用情勢も非正規が4割に迫って

おり、被用者にとっては不安定な状況が続いています。

社会保障の問題のみならず、安保法制の改正は、彼らを戦場に駆り出すリスクまで内包する時代が目前に迫っています。加えて、国家財政の実態は、国民一人当たり1,000万円の莫大な借金を抱え、ギリシャよりも危機的状況にあるのが実態です。

3……まだ、あどけなさが残る孫のような学生に接しますと、OB世代や現役世代が問題解決の糸口を見い出せないまま、過大な負担を次世代に引き継いでいくことに内心忸怩たるものがあり、後ろめたい気持ちを禁じえません。OB世代や現役世代も、年金の減額あるいは支給開始年齢の引き上げや財政改善のために消費税の大幅な引き上げなど、次世代の負担を些かでも軽減するような努力を重ねるべきだと痛感しました。次世代の若者の英知と努力で難問を克服されることを期待しております。



Bグループの学生が、市民会員の方に聞いてみたい人生課題は、一番大変だったこと、20歳のうちにやっておくべきこと、昔の学生生活について、仕事の選び方、今まで苦労したこと・成功したこと、老後の趣味のつくり方、健康でいるためには、今まで一番悩んだこと、夢が変わった瞬間、人生で大きな決断をした瞬間、スランプに陥ったときどう乗り越えるか、自然体の自分ではどうしたら良いか、人間関係がうまく行かない時の対処法、人生の転機において決断のきっかけになったのは何か、少年犯罪について、自分の子どもがLGBTだと分かったときなど、自分の世代の抱く課題への疑問・質問が多く見られた。

学生の感想

「人生で一番大変だったこと」として、自分や配偶者がガンで目下その治療中とのこと。「健康でいるために」は、規則正しい生活、運動すること、ストレスを溜めないこと、「仕事の選び方」については、会社の規模に関係なく、自分の好きなことのできる会社に入るべきとのこと、また「今のうちにやっておきたいこと」は、本を読み、一般的な教養を持つことなどの回答があった。

市民会員の感想

◆◆H・H [女性・74歳]◆◆

孫と同じ年齢の学生さんとの対話を楽しみに伺いました。私たち相手がおじいさん、おばあさんとの意見交換の場を意識してか、皆さんの質問がずっと先を見据えての内容で驚きました。現在の自分に対



▶市民の方とともに人生上の出来事について語りたいと思うテーマとその理由

|       |  |  |  |
|-------|--|--|--|
| F・K 女 | 年金について<br>いくら位貰っておられるのか。私たち世代は貰えるのか？   | 就職について<br>どんな仕事につけばよいか、迷っている           | 今の若者について<br>若者について、どのように見られているか知りたい                                    |
| N・T 男 | 将来の夢<br>私自身の将来の参考にして行きたいから   | 健康について<br>健康の秘訣を知りたい                   | 人生を楽しむためには<br>人生を楽しむにはどのようなことをすべきか                                     |
| F・Y 男 | 仕事と趣味の両立<br>今後、社会人になってからどう役立てていくか  | 食生活について<br>食からの健康法を聞き、一人暮らしするときの参考にしたい | ストレス発散の方法<br>昔と今は違うのか  |
| T・K 男 | 結婚について<br>結婚している人は、どのようにその人を決めたのか。何が決め手だったか                                  | 仕事について<br>自分が仕事を決めたきっかけ。仕事はどのようなものか？   | 家族について<br>結婚—家族—子どもの誕生—親になることへの感想                                      |
| M・K 男 | 仕事について<br>将来就く仕事についての不安がある。どのような仕事が良いか気になる                                   | お金について<br>将来、どのくらいお金を貯めたら良いのか          | 家族について<br>子どもの育て方や家族内でのルールなど気になる                                       |
| T・R 男 | 就職<br>人生の先輩である市民の方々からの話が聞きたい   | 大学生生活の送り方<br>先のことを考えておき、今できることを見つけたいから | 人生で大変だったこと<br>大変だったことを聞くことで、前準備の姿勢で臨める                                 |
| K・S 男 | 生活の楽しみ<br>何を楽しみに生きているのか？   | 学生の中にした方が良く<br>学生のうちにとっておくと良いことを知りたい   | 好きなスポーツ選手は？<br>気になるから  |
| M・M 男 | 高齢者にとっての福祉とは<br>自分たちは学習を通して高齢者福祉について学んでいるが、実際に高齢者の方が福祉についてどういう考えをお持ちか、聞いてみたい | 健康で長生きするために行っていること<br>長生きしたいので、参考にしたい  | この世界に不平や不満はあるか<br>自分たちより、長生きしている方が、今のこの世界をどう思っているか聞いてみて、今後何ができるか考えてみたい |

しての質問が少ないと感じました。「20代のうちにやっておくべきこと」「就職活動」「仕事の選び方」「どのような仕事に就くべきか」は、人生の先輩としてのアドバイスが出来たかなあ〜とも!!「老後の趣味の作り方」「健康でいるために」「今まで苦労したこと、成功したこと」などは、“へえ〜、こんなことにも興味があるんだあ〜!!”とも。おしなべて人生の先輩として多少は刺激が与えられたかなあ〜の思いがあります。

◆◆Y・Y [男性・70歳]◆◆

今年は、夏のバーベキューも含めて、4回に渡っ

て若い方たちと意見交換をさせていただく機会を得て、大変楽しく過ごさせていただきました。ありがとうございます。

正直申し上げて、参加する前は大学へ入ったばかりの方たちが、人生という大きな課題に対して、どれほど明確な考えを持っているのか、かなり疑問に思っていました。しかし、ソーシャルワーカーという方向に進路を見定めて、社会貢献したいと学業に取り組んでおられる皆さんを、大変頼もしく感じました。日本の未来を考えると、この分野は社会的に非常に重要な役割を担っていると思い、皆さんの活

躍に期待しています。当たり前ですが、人生に正しい解というものはなく、また解も一つだけという訳ではありません。今、思っていることがそのまま生涯ずっと正しいとも限らないし、その時々で迷うこともあると思いますが、その時々で正しいと思った方向へ全力を尽くして、突き進むしかありません。中には、これが自分の思っている道かどうか、まだ迷っている人もいるかもしれません。それはそれで自然なことなのだと思います。

人生で得た仕事すべてが楽しいことばかりではありませんが、しかしその中で一つだけでも、自分なりの意義を見出して、楽しくなるまで全力を尽くして打ち込んでいただきたいと思います。ありがとうございました。

◆◆Y・T [男性・75歳]◆◆

このような会に初めて参加するにあたり、学生からどのような意見が聞けるか楽しみでもある一方、私たち高齢者の意見をどの程度理解してもらえるか、不安でもありました。参加しての感想は以下の通りです。

1……私の印象では、皆、真面目で素直な印象でした。しかし、その分おとなし過ぎるようには思いました。発言の際に一部の学生を除いては、相手の目を見て語らない。下を向いて話し声は小さい。意見の内容を相手に理解してもらいたいというような生気、意気込みがあまり感じられない等々です。

2……「人生上の出来事について」というテーマですが、学生たちの今日までの歩みの中で、色々な悩み（進路の決定、精神的な健康面、挫折など）を抱

えてきて、気持ちの決着がまだ付かないでいる様子も伺われました。また将来に対する不安感を抱えていることも「仕事や就職」「健康」「人間関係」についての質問等から察知することができました。私たちの学生時代と異なり、価値観が多様化し、溢れる情報化社会の中で見通しが不透明な将来に対して、彼らも色んな選択を迫られ、重たい気分になることも多いと思いました。

3……私が吾身の不完全さも顧みずに今回の対話を通じて学生に話したことは次のようなことです。①福祉という崇高な仕事を目指すのに、もう少し自信をもって欲しい。

②グループや組織等では協調する中にも、自分の考えを積極的に発言して、行動の実践に努めてほしい。

③問題解決には、ネットという便利なツールでの情報は参考になるだろうが、何でもネットだ、スマホだということではなく、先人の著書を読んで見ることが少なく熟考の時間が少ないのではないかと。

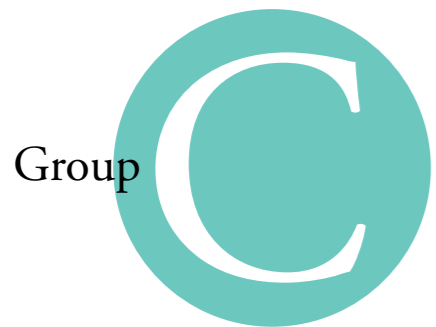
④就職面接試験の時には、小手先の面接技術ではなく、人間としての誠実さや仕事への熱意、情熱が重視されることを心に留めておくことが必要である。

4……冒頭で述べましたように、市民側の私について言えば、不慣れと能力不足のせいで学生の皆さんの希望に添うような対話が出来たかどうか疑問です。その点では、大学、学生の皆さんに対してお気の毒だったと思っています。

▶市民の方とともに人生上の出来事について語りたいと思うテーマとその理由

|       |  |  |  |
|-------|--|--|--|
| A・Y 男 | 一番大変だったこと<br>聞いておきたいから   | 20歳のうちにやっておくべきこと<br>将来のために今、できることは何か<br>知りたいから   |  |
| H・S 男 | 学生生活<br>今とは違って昔の大学生活はどう<br>だったか知りたい  | 就職について<br>これから自分達が就活をするため<br>に必要なことやアドバイスをもら<br>いたい  | 今まで苦労したこと。成功したこと<br>様々な体験をして来ておられる中<br>で、成功や苦労したことがあった<br>と思うので、これからの自分に少<br>しでも生かしたい  |
| T・Y 男 | どのような仕事に就くか<br>将来、仕事をすにあたって、どのよ<br>うなことに注意して仕事を選んだら<br>良いか。また、仕事に就いてから、意<br>識しておいた方が良いこと   | 健康でいるためには<br>どのようにしたら、健康で長く生<br>きられるか  | 老後の趣味の作り方<br>趣味が欲しいので  |
| C・Y 男 | 仕事の選び方<br>将来のため  | 健康でいるためには<br>長く生きるために健康でいたい  | 今まで一番悩んだこと<br>どんなことに悩んだか知りたい   |
| M・M 女 | 一番大変だったことは何か<br>聞いておきたいから  | 20代のうちにやっておくべきこと<br>将来のために今、できることを見<br>つけたいから  |  |
| N・S 男 | 夢が変わった瞬間<br>高校まで続けていたものを、急に<br>やめたため   | 就職活動<br>これから大学卒業したら、就職す<br>る中で、どのようなもので、どの<br>くらい大変かを実際に聞きたい                               | 人生で大きな決断をした瞬間<br>決断する際の決め手を知りたい  |
| H・A 女 | 将来、スランプに陥ったとき、ど<br>う乗り越えるか<br>現在、将来に対して不安に感じて<br>いる部分がある。社会で生きてい<br>くなかで、何かしら障碍に当たる<br>ことが出てくると思うが、そのよ<br>うな場面に遭遇したときにどのよ<br>うに対処すべきか知りたい      | 自然体の自分ではいるにはどうした<br>らいいか<br>人と比べてしまうことが多く、自<br>分の個性が受け入れられず、人前<br>で自分を繕うことがよくある            | 人間関係がうまくいかないときの<br>対処法<br>大人になっても人間関係で、悩む<br>ことはあると思われるから  |
| S・K 女 | 人生の転機において、決断のきっ<br>かけとなったのは何か<br>現社会のようにネットで簡単に情<br>報を得たりできなかった頃は、親<br>や先生、先輩などの意見を聞いて<br>いたと思う。その中で、誰の意見<br>を信じて決断したか、その後、<br>その選択は正しかったか知りたい | 少年犯罪について<br>昔に比べて、事件が残酷になった<br>と聞かすが、その件に関して、本<br>当にそう思うのか。またいじめの<br>問題に関して今と昔とは何が違<br>うのか | LGBTについて<br>LGBT（レズビアン・ゲイ・バイ<br>セクシャル・トランスセクシャル）<br>について。現在、ドラマで「偽装<br>の結婚」という同性愛の恋愛につ<br>いて放映していますが、もし自分<br>の子供、友人、親戚が同性愛者だ<br>と分かったらどう考えるか |





Cグループの学生が、市民会員の方に聞いてみたい人生課題は、コミュニケーションの取り方、地域の人との交流、食費の切り詰め方、人生は楽しいか、人生で一番辛かったこと・悩んだこと、人生で一番嬉しかったこと、生きがいや趣味について、スポーツ・運動を定期的に行っているか、今の自分になるきっかけは、小学校から大学までの話、人生で一番楽しかったこと、昔の伊勢原について、人生の壁にぶつかったときどう乗り切ったか、結婚・子どもを持つことの苦労について、人間関係のあり方についてなどの疑問や質問が挙げられた。

### 学生の感想

「伊勢原市のこと」では、昔の考え方の人が多く、新参者には必ずしも協力的でなく交流が少ないこと、これからは近隣の助け合いが必要となってくるので、地域交流の密な必要性を感じた。「就職のこと」に関しては、手に職を持つことが大切であり、また自分の考えをはっきりと言える自己決定の力を持つことが大切であること、「人生で一番楽しかったこと」は、結婚して子育てが楽しかったこと、「若い時にやっておきたいこと」として、多くの仲間をつくり遊ぶこと、読書をする、体力作りが大切だというアドバイスを受けた。

### 市民会員の感想

#### ◆◆I・H [男性・80歳]◆◆

学生さんは素直で真面目、そして語り口も優しく、多少若者らしいひたむきさにやや欠けているかなと感じた。

1……質疑応答の中で、何が人生の中で一番大切なことかと問われたが、社会人となって、仕事となると、まず自分の希望する仕事を命ぜられることはない。従って、どんな仕事であってもおろそかにせず、しっかりと取り組み、時には所要の勉強もしてマスターすることが大切である。いずれ経験を重ねて職位が上がれば、部下を通じて仕事を行うこととなる。それだけに、どんな仕事でもおろそかにせず熟知していれば、どんな配属になっても部下にきちんと指示が出来、必然的に業務がはかどることになる。

2……長い社会人生活の中では、やはり友の助言も欠かすことはできない。昔から最も大切な友は「五指に余る」と言われている。自分が苦境に陥った時、やはり親身になって相談にのり、的確な助言をしてくれるのは、まさに友の中の友である。人生のご意見番を、ぜひ五指は得たい。

3……最後に、人生はやはり一生が努力だ。凡人であればこそ、努力なしには人生の平安はありえない。まさに「継続は力なり」である。12月中旬のある夜、宇宙船に乗って地球を回りながら観測している油井さんがNHKテレビとの対話の中で、「皆さんの将来は、皆さんの日々の努力にかかっています」と話されていました。これにこそ、将来のある学生さんに捧げる言葉です。学生の皆さん頑張って下さい。

#### ◆◆S・K [男性・75歳]◆◆

今回の語る会は、失敗だと思った。その理由は、①学生からの発言（質問）がほとんどなかった。②グループ内に司会者の役割をとる人がいなかった。③われわれ市民参加者も、先生の意向が十分に掴めなかった、④事前の打ち合わせが少なかった。

#### ◆◆H・H [女性・69歳]◆◆

私が参加したCグループは、女子3名、男子5名(1年生4人、2年生3人、4年生1人)でした。1年生は初めて伊勢原に来て、周囲の環境も分からず、ましてや食事も作らなければならない。不安を抱えている生活をしている。人とのコミュニケーションをどう取ったら良いか考えていると思った。

今皆さんは希望に夢を抱き大学生活に入り、とて



### ▶市民の方とともに人生上の出来事について語りたいと思うテーマとその理由

|          |  |   |   |
|----------|--|---|---|
| I・A<br>女 | コミュニケーションについて<br>自分が人とコミュニケーションを取ることがあまり得意ではなくて、実際に困っているから   |   |   |
| H・K<br>男 | 地域の人との交流など<br>人付き合いなど難しいと思うから  | 食費をどう安く済ませているか<br>一人暮らしで食費が高くつくから   |   |
| K・T<br>男 | 人生楽しいか<br>大人になって様々な経験や悩みを乗り越えたら全てを踏まえて、人生は楽しいか   |   |   |
| O・A<br>女 | 人生で一番つらかったこと。悩んだこと<br>私たちはまだ20年しか生活していないが、それでも悩みなどは多いけど、倍くらい人生を生きている人たちにとって、人生最大の悩みや辛かったことは何か。気になるから | 人生で一番嬉しかったこと<br>私たちはまだ20年しか生活していないが、人生で一番嬉しかったことは何か。気になるから                |   |
| T・N<br>男 | 生き甲斐や趣味について<br>仕事を終えて、現在何が楽しみがあって生活しているか   | 食生活について<br>偏ったものばかり食べていると、病気や体調に影響がでる。そのような気遣いを行っているか                     | スポーツまたは運動を習慣的に行っているか<br>筋力や周りとのコミュニケーションに気を使っているか。社会的孤立防止のために   |
| F・Y<br>男 | 今の自分になるきっかけ<br>今、何を志して、なぜそうなったかを聞いてみたいから   | 小学校から大学までの話<br>面白そうだから  | 人生で一番楽しかったこと<br>気になるから  |
| Y・S<br>男 | 昔の伊勢原について<br>伊勢原に来たばかりで、昔の伊勢原を知らないから   | 就職について<br>自分はまだ一年生だが、いつかは就職したいと思っているので、その時の参考にしたいから                       | 人生の壁にぶつかったときどう乗り切ったか<br>いつかは壁にぶつかる時が来ると思うので、その時にどうすれば良いか知りたいから  |
| M・K<br>男 | 夢から現実への変換<br>今の若者は、夢を描いている人はいるが、その数は少ないと思う。夢と現実の違いは違うと思うが、その夢が現実へと変わった瞬間の感情を知りたい                     | 結婚について<br>私たちは、子供の立場だが、自分の結婚がそう遠い未来ではない人いると思う。実際に子どもを持つことによる苦労を具体的に聞いてみたい | 人間関係の在り方<br>人とは、本当にうまく付き合っていかなければいけないのだろうか。今日の社会では、人付き合いの上手な人ほど、うまく生きているといわれる。皆で助けあうことは正しいと思う。しかし、今まで、一人で頑張ってきたのは間違っていることなのか。一人で頑張ってきた人がなぜ悪く言われなければならないのか |





も良い素晴らしい時です。不安はあっても初めての経験をいろいろし、それを乗り越えて行かねばなりません。

しかし一日一日を大切に生活し努力すれば、必ず結果は見えてきます。今、学生であるということは、若くて何事にも代え難い時です。努力次第ではどんなにも花開くことができるからです。諦めないで真面目にコツコツと直向きに努力する。まずその心が大切です。

これからは老人（65歳以上）が、人口の半分以上を占める時代になり、皆さんの活躍が大切であり、期待される時代です。暖かい心で、人間関係を大切にして、力を合わせればより大きな力になると思います。友人（心を許せる人）は、多い方が良い。大切に良しにつけ悪しきにつけ相談相手になれる。人生はその時々、人それぞれ、どんな問題や難題にいきあっても、前向きにじっくり考え、自暴自棄にならず、自分らしく進みましょう。

失敗しても自分を見失わず、また努力することで、希望がもてる。悔いのない人生を歩んで下さい。



# Group D

Dグループの学生が、市民会員の方に聞いてみたい人生課題は、将来のビジョンは19歳のときにどのくらいはっきりしていたか、現在の自分の立場・こうなった今の自分に納得しているか、人生において最大のミスと後悔は何か、人生において一番大切なこと、これだけはやっておけということはあるか、人生観が変わった出来事、将来の夢が明確に決まっていな、資格の有無について、社会に出たあとの人間関係、憧れたもの、自分の趣味は、恋愛から結婚にいたるきっかけ、健康について、就職を有利に進める工夫、様々なジャンルで働くことの意義、なるようになったことはあるか、地域での活動について、などの課題や疑問が挙げられた。

## 学生の感想

若い年齢の時に思い描いていたビジョンとは、どのようなものだったか」に対して、学業と仕事では責任感が違うこと、たとえば遅刻した場合は学生であれば数回の遅刻のうちに教員に説教されて次回の行動に反省の態度を示せば許されるが、社会では遅刻は一回でも許されない職場もあり、それが原因で給料が減ってしまう場合もあると言われた。

資格はどんなものでも取っておいたほうが良いこと、様々な人間関係では、時には自分の意見をはっきり述べ、時には周りの流れに身を任せてみることも一つの手であること、過去と他人は変えられないが、未来と自分は変えられるというアドバイスに、とても感動した。今からでも未来を変えて行けるように努力していこうと思えるようになった。

## 市民会員の感想

◆◆H・Y [女性・74歳]◆◆

学生たちの今思っている悩み、考え等の質問に基づいての語り合いでしたが、一人一人の通り一遍の質問の応答で、何の反応もなく終わってしまったように思います。自分の思いや現状に対して、お互いの人生話を、キャッチボール形式で語り合えば、もっと深みのあるディスカッションができたのではないかと思います。50数年の差が、時代の変化にともない、何らかの反応があってもよいのでは？ それとも差がありすぎて、今の学生には理解しにくく反応が薄れたのか？ 今の年齢の私たちと学生の間

に余りにもギャップがありすぎるのか、心理的な距離感の差のために盛り上がらないのか、物事に冷静なのか？ もっと活発であって良いのでは？ …… きっと皆さんの性格が優しいからと思いました。中高年パワーの活発さで、学生たちと交えた会話は楽しかった。私も他の市民参加者の方も同様に感じられたことと思います。私たちも今の学生たち同様の道を、経路は違えど辿って来ています。

50年以上も世間の荒波、経験、世渡りしてきた先輩の私たちだから、今の自分達の立場目線で対等に比較して、歯がゆい学生とってしまうのは如何なものか？

私たちの19～20歳はどうだったかな？ きっと

### ▶市民の方とともに人生上の出来事について語りたいと思うテーマとその理由

|       |  |  |  |
|-------|--|--|--|
| O・R 男 | 将来のビジョンは、19歳の時にどのくらいはっきりしていたか<br>現在19歳だが、将来に向けてどのような準備をすることが重要か決まっていないため | 現在の自分の置かれている立場、過去からこうなった今の自分に納得しているか<br>今の世の中では、自分の思い通りにならないことが多いはず。そんな時、その状態になった自分の将来を想像したとき、不安に思ったため | 人生における最大のミスまたは後悔は何か<br>人生において、何をやっていかねば失敗するか知りたい                             |
| H・M 女 | 人生において一番大切なこと<br>何が大切か聞きたい   | これだけはやっておけ！ってことはあるか<br>ぜひ、それを聞きたい  | 人生観が変わった出来事<br>人生観が変わってことはめったにないので、興味がある                                     |
| S・T 男 | 将来の夢が明確に決まっていな<br>とき<br>現在、自分が何をしたいか、よくわかっていない。そのような時に市民の方がどうしたのか。聞いてみたい | 資格の有無について<br>どのような就職に響くのか知りたいと思うから   | 社会に出た後の人間関係について<br>単純に新しい環境が不安であること、人間関係の在り方の違いによって、どう影響を受けるのか知りたい           |
| I・T 男 | 憧れたもの<br>誰にでも憧れたものはあるはずで、それについて語ってみたいから                                  | 自らの趣味<br>人は何からしらの趣味がなければ、人生を楽しく生きることができないと思う。そのための趣味のことを話し、同じ趣味を持つ人と語りたいと思う                            |  |
| M・A 男 | 結婚について<br>どのような理由、きっかけで、どういうことを考えて、時期など。恋愛から結婚にいたるきっかけ                   | 仕事について<br>就職はどのように選び、仕事をしたことで、今までの生活に変化はあったか。それはどのようなものか   | 健康について<br>年齢を重ねるごとに、体に変化があったと感じるのは、どのような時か。また、その変化を抑えるために、運動などを積極的に行うようになったか |
| S・Y 女 | 就職について<br>どんな工夫があれば、就職を有利に進めることができるか知りたい                                 | 結婚相手について<br>既婚の市民の方は、どのように相手と出会い、何がきっかけで結婚したか知りたい  | 健康について<br>健康を維持するために、どのようなことをすればよいのか気になった。また、市民の方は、健康維持のためにどんな活動をしているか知りたい   |
| Y・R 女 | さまざまなジャンルで働くこと<br>前回、ワークショップに参加したとき、仕事の話をして楽しかったから                       | なるようになったこと<br>今は、不安に思っている、経験者として「なるようになったことはあるのだろうか」   | 地域での活動について<br>その地域ごとに、力を入れることは違うだろうから、それを聞いてみたら楽しそう                          |

学生たちと同じだったと思います。おとなしい学生たちも土壇場に来たときには、それなりのパワーを出すことと思います。学生のみなさんの未来を期待しています。意義のあった語る会でした。ありがとうございました。

#### ◆◆M・S [男性・79歳]◆◆

私が割り当てられたDグループは、配られた名簿では7名でしたが、そのうち、H・Mさんと、Y・Rさんが欠席し、代わりに飛び込みで、F・Yさん（4年）、T・Yさん（4年）、O・Fさん（3年）が参加しました。3・4年生は、卒業、就職が近いために考え方もしっかり現実を見ていると感じました。T・Yさんは就職先も決まっています余裕があり、一方、F・Yさん（Dグループのリーダー的存在）は、公立の相談所に補欠で決まっているようで、これからの頑張りで正職員になれるように期待します。O・Fさんは、社会福祉の勉強の他に、ゲーム・クリエイターの道に進みたいので、湘南校舎で授業を受けていると言っており、どちらの道に進むべきか悩んでいて、アドバイスを求められました。私は、3年生ということもあり、今まで学んできたものが無駄になるの

も惜しいので、大変だろうが二足のわらじを履いて、社会福祉関係の資格を取ることも忘れずに、ゲーム関係の勉強も続けることを提案しました。将来に何が起るか判らない時代に、一つだけの道を突き進んでは、リスクが大きいと考えたからです。同じグループの市民会員H・Yさんはアパレル関係で長年キャリアウーマンとして活躍してきた方で、O・Fさんの問いに、若い時は夢を持って自分のやりたいことに挑戦するのが良いと言っていました、私とは少しニュアンスが違っていました。H・Yさんは若いころに色々あって、今は一人で暮らしているようで、強い女性なのかなと感じました。人生相談には正解がなく、その人の性格や能力、周辺環境、社会情勢、運不運によって大きく変わりますので、結局は自分で考えて、決断しなければいけないということをして学生の皆さんにも周知すべきと思いました。

若い学生を見ていると気持ちが明るくなり、このような機会是有難いと思います。最後に、学生に言ったことは、「他人と過去は変えられないが、自分と未来は変えられる」という言葉です。

#### 全体の講評

地域を知る、人を知る、世代を知ることが大切である。各世代が孤立している、若者も高齢世代もお互いを知らないが、知りたがっていることを実感しました。世代間の密な交流・触れ合いを求めていることを、本研究の実践を通じて強く感じた次第です。地域の地理や歴史や物的資源を知ることが、もちろん大事ですが、その前に自分の周りにはいる人を知りたがっていることを切に感じました。同世代の人間関係の疎遠が指摘されますが、さらに異世代間の疎遠は深刻です。今回の世代間交流活動は、大学の地域貢献活動の一環として本研究班のメンバーが関わっている地域住民（東海大学健康クラブ・市民健康スポーツ大学のOB会・楽遊会ならびに東海大学AS研究会に所属されている退職世代）の方々に授業講師として参加していただきました。学生たちにとっては、おじいさん・おばあさんと同じ年代の方々から、人生の来し方の語りや人生経験から得た知恵を、言葉と触れ合いを通じて伝えていただきました。その効果は、学生たちの感想文、授業講師の方々の感想文を通読すれば明らかです。このような世代間の交流が、大学という場で、講義や演習や実技を通じて活発に行われることを切に願うものです。

記◆谷口幸一





2015年度  
東海大学トコラボ研究実践報告集  
地域志向教育研究

2016年2月20日発行

◆編集・発行◆

東海大学健康科学部  
〒259-1193 神奈川県伊勢原市下糟屋143  
<http://www.ihs.u-tokai.ac.jp/>

◆design◆

株式会社harunosora