

平成19～21年度

# 独居高齢者(シルバーシングル)と共に生きるスペシャリストの育成 ～「おいしく」「たのしく」「いきいきと」～

山形県立山辺高等学校

## 研究の概要



高齢社会が進行する中、町の独居高齢者(シルバーシングル)がいきいきと暮らし続けることができるよう「おいしく」「たのしく」「いきいきと」をキーワードに研究を進める。

①「ふれあうこと」・・・コミュニケーション力②「おいしい食事を食べられること」・・・調理技術力、食品開発力③「元気な体づくりができること」・・・健康に関する知識・学力、支援力。以上の5つを生徒へつきたい力とし、以下の目的を達成する。

①高度で専門的な知識・技術を習得し独居高齢者向けの食品開発②食物科・福祉科・看護科の連携した取り組み③地域連携システムの構築

## 研究事項

〆二年次

- 食物科 独居高齢者の食事調査、地元食材の調査研究、高齢者の健康と食事について学習。
- 福祉科 独居高齢者の生活について調査、「社会福祉実習」の指導内容を吟味。
- 看護科 独居高齢者の健康調査、「老人看護学」の指導内容を吟味。
- 全体 「お茶のみ会」の関わり方について検討。3学科連携について研究開発。

〆三年次

- 食物科 高齢者のためのレトルト食品の開発、地元食材を利用した研究開発。
- 福祉科 高齢者の個々に合わせたレクリエーションの開発、いきいき体操の研究開発。
- 看護科 高齢者の「血圧測定」や「肩もみ」、「ハンドマッサージ」の実践をとおして研究開発。
- 全体 町の保健福祉課、福祉協議会との連携により「お茶のみ会」の実施、研究。

〆四年次

- 食物科 レトルト食品の研究開発、プレゼンテーションの研究、学校設定科目の内容研究。
- 福祉科 「いきいき体操」について、個々の状態にあわせて研究開発とまとめ。
- 看護科 「ハンドマッサージ」と健康について研究・まとめ。「健康チェック」の実践。
- 全体 本校主催「ミニお茶のみ会」の実施。研究発表会の実施、研究のまとめ。

## コミュニケーション力をつける

**○内容**・食物科では、2・3年の縦割りによる実施と高齢者との料理教室の開催、専門講師による「おもてなし」についての学習、「お茶のみ会」で他学科から声がけ方法を学ぶ。福祉科では専門教科でコミュニケーション方法の学習、ボランティア活動、実習において課題設定、昭和史について専門講師から学ぶ。看護科では学校設定科目「コミュニケーション」の内容検討、「お茶のみ会」での高齢者との会話方法の研究、専門講師からコミュニケーション方法について学習。

**○成果**・食物科では、2・3年生縦割りによる学習で実施前は、約75%の生徒が「不安」と答えていたが実施後は65%が「よかった」と答えており縦割りのコミュニケーションをとることができた。高齢者との料理教室も数回実施することができ高齢者との会話がはずみ食物科に欠けていたコミュニケーション力をつけることができた。福祉科ではレクリエーションの内容が豊富になり個々に応じたコミュニケーションをとることができた。看護科では「お茶のみ会」の実施でコミュニケーション力の不足を感じ、21入学生より、カリキュラムの変更にあわせ、コミュニケーションをひとつの科目として独立させた。少しずつ声がけをすることができ、「健康チェック」の活動でさらに会話をするのがうまくなった。



## 調理技術力をつける

**○内容**・食の甲子園やまがた大会プレ南東北大会へ参加し、食文化や調理技術の向上をはかる。専門講師により技術の向上を図る。成果発表会で各自の技術を披露し、技術検定1級合格を目指す。

**○成果**・食の甲子園やまがた大会プレ南東北大会では平成20・21年度ともに最優秀賞をとることができた。参加した生徒も100%「調理技術が向上した」と答えている。また、専門講師による実技講習会では「とてもためになった」と大部分の生徒は答えている。

## 食品開発力をつける

**○内容**・高温高圧調理機を取り入れた高齢者用食品の開発とレシピづくり、高齢者対象の試食会を開催し、モニタリングの実施、各種イベントで試食会を実施し意見を聞く。

**○成果**・高齢者の試食会ではほとんどの高齢者が「おいしい」と答えてくださり、回数をかさねるごと様々な意見を聞くことができた。また、専門講師により食品を商品にするためのマーケティングについても学習することができた。企業連携の道も開け、今後の商品拡大へ進めたいと思う。



## 健康に関する知識・学力

**○内容**・食物科では、栄養について専門的な知識を習得し、福祉科では高齢者の健康を学習し、「いきいき体操」の考案、看護科では手のつぼを考慮した「ハンドマッサージ」の研究開発。

**○成果**・様々な大会のプレゼンテーションをすることで学んだ知識を発表することができた。「いきいき体操」はとても好評で、全生徒へ浸透した。アンケートの結果、事業前は高齢者の健康や生活について知っていたと答える生徒は約30%程度だったのが約70%まで向上することができた。ハンドマッサージをとおして自分の健康に対しての知識を伝えることができた。

## 支援力

**○内容**・3学科連携して「お茶のみ会」の参加、本校主催の「ふれあいお茶のみ会」の実施、ウェルフェアの参加。

**○成果**・それぞれの科でつけた力を「お茶のみ会」で実施し、高齢者から高い評価を頂くことができた。また、町の理解度が増し、来年度以降も継続できるようになった。