

高齢ボランティアによる運動サークルの活動継続・普及に関連する要因

潤野 雄介 (2012|1974、健康増進学)

指導教員：大藏 倫博、田中 喜代次

キーワード：高齢ボランティア、運動サークル、継続、普及

【目的】

近年、複数の自治体では、地域在住高齢者を対象に介護予防を目的とした運動指導をおこなう高齢ボランティアを養成する取り組みがおこなわれている(三ツ石ら, 2013)。介護予防マニュアル(厚労省, 2012)において、住民ボランティアによる運動サークルは、地域在住高齢者が継続的に介護予防を図る場として期待されている。しかし、長期的に活動するボランティアに焦点を当て、運動サークルを継続的に開催するために必要な支援や活動の開催に伴う問題点を明らかにしている研究は見当たらない。そこで本研究では、運動サークルの活動を継続・普及するうえで、ボランティアが抱える問題点およびその解決策を明らかにすることを目的とした。

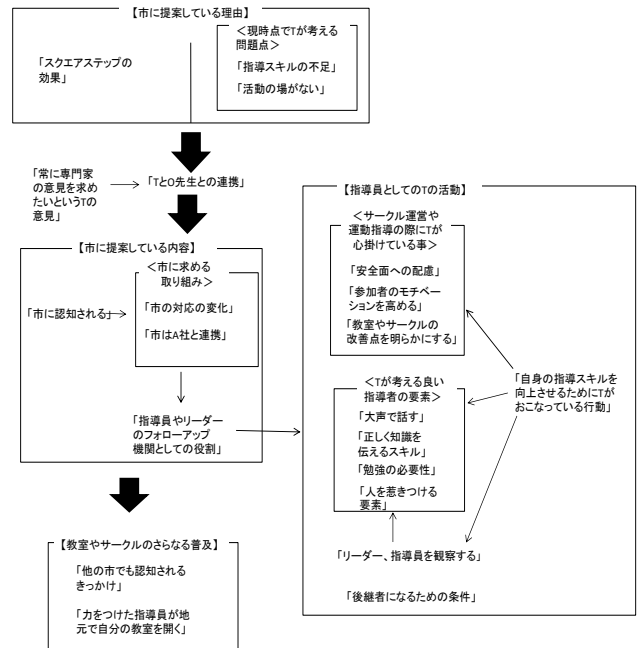
【方法】

本研究では、茨城県つくば市でスクエアステップエクササイズを主運動とした運動サークルを約5年間開催しているTに対し、半構造化によるインタビュー調査を実施した。Tは、運動サークルをおこなう高齢ボランティアにとってリーダー的存在であり、相談役としても活躍している。インタビューの内容は、ICレコーダーに録音し、そこから正確な逐語録を作成した。分析方法は、質的分析法の一つである修正版グラウンテッド・セオリー・アプローチ(M-GTA)を用いた。分析の結果、21の概念、4のカテゴリー、4のサブカテゴリーが得られた。

【結果と考察】

分析の結果、Tの考える運動サークルを継続・普及するためには、三つの重要な要素があることが明らかとなった。一つ目は、行政からの認定を得ることである。今現在Tは市に対して、自身が運営しているサークルを認定してもらえるように訴えている最中であることも明らかとなった。小宇佐ら(2012)は、住民グループを支援する際には、行政からの「支援体制」、「情報提供」、「技術提供」、「機会の提供」をおこなう必要があると報告していることから、今回の結果は先行研究を支持するものであった。二つ目は、市がボランティアを養成する際には、主運動の専門機関と連携しておこなうことである。T自身も主運動の開発者や

他の専門家にアドバイスを求め、指導の際の参考にしているが分かった。福嶋ら(2014)らは、自主グループの設立・運営には、専門家や先駆者による支援が必要になると報告しており、本研究においてもこれを支持する結果となった。三つ目は、養成終了後もフォローアップを定期的実施することである。ボランティアが抱える問題点として、養成終了直後のボランティアは活動場所が少なく、指導スキルも低いことが明らかとなった。このことから、養成終了後も定期的なフォローアップを実施し支援することにより、養成されて間もないボランティアによる運動サークルの開催、ひいては運動サークルの普及に繋がると推察される。



(結果図)

【結論】

運動サークルを継続・普及するうえでボランティアが抱える問題点は、養成終了直後のボランティアは活動場所がなく、必要なスキルも備わっていないことである。行政、専門家、ボランティアが連携し、継続や普及に向けた支援体制を構築することで、ボランティアが抱える問題点を解決できる可能性がある。