

# 実施報告書

1/2 取組みに関する基本情報

## ◆ 基礎情報

計画名	共立リーダーシップ力で脳疾患を患う高齢者に癒やしを提供する ～音楽とデザートの提供による自律神経改善と食欲増進～
実施責任者	家政学部 食物栄養学科 深津 佳世子
対象者	家政学部 食物栄養学科 4年 9名
実施期間	2025年4月～2026年1月

## ◆ 取組み概要（この取組みを始めた背景や目的を簡潔に記述）

脳疾患等を抱える高齢者が利用するデイ・サービスセンターである「機能回復リハセンター松島」では、主に手足のリハビリテーションを行っているが、利用者の食欲不振・食事量の低下が問題となっていた。自律神経系は、交感神経系と副交感神経系から成るが、手の震えや手足のこわばりに悩む利用者は交感神経系が優位になっていることが多い。消化器系は副交感神経系に支配されていることから、交感神経系が優位になっている利用者は食事量低下に陥りやすいのではないかと考え、癒やしの提供による副交感神経系の上昇（ストレス低下）を目指した。同時に「癒やし」の科学的根拠を明らかにすることを目指し、これらの取り組みを学生主体で行うことで、共立リーダーシップの育成を目的とした。つまり「高齢者支援」と「科学的評価」を通して、学生の「共立リーダーシップ育成」を行うことを目的とした。具体的には、ルールを設定した上で、デイ・サービスセンターにおいて学生たちが音楽演奏と手作りデザートの提供による癒やしのイベントを7月と12月に実施し、イベント中の利用者のストレス値・心拍変動値・脳血流・脳波等を測定し「癒やし」を科学的に評価するとともに、食事摂取量や事後アンケートで食欲増進も確認した。科学的成果や達成経験から、学生のリーダーシップ成長が加速した。

## ◆ 取組み全体の流れ

**4月**：共立リーダーシップ実践ガイド・ループリックとともにリーダーシップ学修、チームの方針・ルールの設定、自律神経系測定のFy-Ringを各自装着、毎回の議事録作成

**5月**：利用者様への説明と倫理審査同意書の収集、第1回イベント準備（演奏プログラム準備、対象者様へのリクエスト伺いアンケート実施）、毎回の議事録作成

**6月**：デイ・サービスセンター「機能回復リハセンター松島」見学、学生たちと利用者様との出会い、参加学生出席による中間相談会、参加学生全員によるエゴグラム実施と発表、第1回イベント準備（演奏練習、デザート試作）、測定機器の準備、毎回の議事録作成

**7月**：イベントプログラム作成・配布、第1回イベント実施、アンケート実施・集計、チームの振り返りシートの作成、毎回の議事録作成

**8-9月**：第1回イベントの反省・改善のまとめ、第2回イベントの準備（演奏プログラム準備）、毎回の議事録作成

**10-11月**：第2回イベント準備（演奏練習、デザート試作）、毎回の議事録作成

**12月**：イベントプログラム作成・配布、第2回イベント実施、アンケート実施・集計、チームの振り返りシートの作成、毎回の議事録作成、リーダーシップ行動自己評価

**1月**：卒業演習発表、まとめ、実施報告書・報告動画作成

はじめのルール設定で「全員の意見を最後まで聞く」「全員が納得した形で最終的な意見をまとめる」と決め、包容性を高めた。自主的に毎週2回程度集まり、集まるたびに学生たちが議事録を作成・共有していた。議事録担当は学生メンバー内で順番を決めて率先して行っていた。

## ◆ 取組みの成果



デイ・サービスセンターにおいて、学生たちが中心となって音楽とデザートによる癒やしのイベントを夏と冬の2回開催し、利用者の自律神経、脳血流、脳波の測定結果から、癒やしを提供できたことが科学的に確認できた。食欲の低下していた利用者が昼食とデザートを完食でき、食欲増進にも寄与できた。学生自身も喜びと達成感を得て、リーダーシップの成長が加速した。

# 実施報告書

## ◆ リーダーシップ教育に関する実践

共立リーダーシップの意識づけ、目標設定の活動	イベント準備前に、メンバー全員で「共立リーダーシップ実践ガイド」「ループリック」の読み合わせを行い、共立リーダーシップの要素である目標設定と共有、率先垂範、相互支援、包容性をもとに「チームの方針・ルール作成」の設定を行った。「全員の意見を最後まで聞いたうえで、全員が納得する形で最終的な意見をまとめる」「意見を言いやすい雰囲気づくりのために、聞き手の態度を大切に和やかな環境にする」「共有フレンダーを作りスケジュールを把握し、予定を立てやすいようにする」「集まりごとに日替わりで議事録を作成する」などのルールを学生が自主的に設定した。
協働活動	【チームが取組んだ課題】(1)機能回復に励む高齢者へイベントを通して癒やしを提供し、食欲を増進させる。(2)癒やしの提供について科学的に明らかにする。(3)取組みを通して、共立リーダーシップを身につける。 【活動内容についての具体的な内容、用意した環境や支援など】学生が主体となって「機能回復リハセンター松島」で7月と12月に2回イベントを行い、高齢者に音楽とデザートを提供した。良い音楽の提供のために学内外で日々練習を行い研鑽を積んだ。デザートの試作や調理を、各人の自宅や調理室等で行い全員で試食し検討した。自律神経測定スマートリング、脳血流測定fNIRS、脳波計を用いて科学的に癒やしを検討した。
共立リーダーシップの観点での振り返り	学生たちが自主的に、共立リーダーシップの「目標設定・共有」の観点から、話し合いの内容を毎回議事録に記録し共有した。「相互支援」の観点から週に一度以上集まって話し合いや練習を行い、全員が納得する形で最終的な意見をまとめる「包容性」を意識して活動を進めた。イベント開催後には振り返りを行い、チームとしての成果や今後の課題を共有した。活動前と活動後のリーダーシップ行動について、自己評価を行い比較検討した。その結果、「目標の設定と共有」「率先垂範」「相互支援」「包容性」の全てにおいて、統計学的有意にポイントが上昇し、成長を確認することができた。

## ◆ 学生の成長に関する総括

イベントの準備を始める前に共立リーダーシップ実践ガイドとループリックの読み合わせを行ったことで、共立リーダーシップの要素を学生全員が改めて確認することができ、一人一人がリーダーシップを発揮するためには話し合いの環境作りや多くのコミュニケーションが必要であると考えた。ルールとして「全員の意見を聞く」「和やかな雰囲気を作る」「週に一度以上は集まる」を設定した。中間相談会でのアドバイスを通してエゴグラムの実施と全員の相互理解に至り、ターニングポイントとなった。メンバー間の仲も深まり、全員が自分の意見を言いやすくなり、デザート作りや音楽練習の時に改善点や良い点を発言できた。イベント中の測定結果から、利用者の方々のストレス値が下がり癒やされていたこと、脳前頭前野の血流が増加・改善していたことなどが科学的に明らかとなつたことで、学生たちの喜びへとつながり、達成感・自己効力感の上昇がリーダーシップの成長をさらに正のスパイラルへと導いた。

## ◆ 取組みを通した全体の所感

今回の取組み全体を通して、学生たちのリーダーシップ成長のメカニズムを感じることができた。はじめにルールの設定を行うことで、(1)包容性 (2)心理的安全性を高め、学生たちと参加した中間相談会を通して互いの個性を認め合いながらメンバー全員での(3)目標の共有を実現することができた。そこからはイベント準備を通して(4)率先垂範 (5)相互支援が育ち、イベントによって利用者の方々が癒やされた(6)科学的根拠から(7)達成経験を得ることができ(8)自己効力感の上昇へとつながった。このメカニズムを繰り返したことで(9)リーダーシップの成長へと加速したのだと感じた。本取組みは、学生たちによる「高齢者支援・サービスラーニング」と「科学的評価」が、「リーダーシップ育成」を強力に促した実践例であると考えられる。共立女子大学の建学の精神である「自立」と校訓のひとつである「友愛」に基づいて共立リーダーシップ育成を行うことができたと考えている。

## ◆ 今後の展開

今年度は研究室における「卒業演習」の授業の一環として共立リーダーシップGPに参加させていただいたが、次年度は「卒業論文」の授業の一環として、リーダーシップ育成の活動が論文にも残せる形でさらに学生たちと深掘りできればと考えている。また、音楽が友愛の輪を広げ、高齢者の方々に非常に喜ばれ、アンケート結果からも残飯量からも食欲増進が認められたことから、この実践例をさらに地域貢献の形に応用し、学生のリーダーシップ成長と連動させることができると考えている。