

笹川保健財団 地域啓発活動助成  
助成番号：2021-002

2022年 3月 3日

公益財団法人 笹川保健財団  
会長 喜多悦子 殿

## 2021年度地域啓発活動助成 活動報告書

標記について、下記の通り活動報告書を添付し提出いたします。

### 記

活動課題

がんサバイバーとその子どものオンラインサポート

活動者（助成申請者）名：南川雅子

## 1. 活動の内容・実施経過

### 1) 活動の内容

コロナ禍で孤立傾向にあるがんサバイバーとその子ども（小学生）を対象とし、親のがん罹患やがん治療によって生じる親子の関係性の変化、感情の変化、日常生活の変化等のストレスに、親と子の双方が各々の方法で主体的に対処できるようになることを目的として、従来対面で活動していた「コアラカフェ®」をオンライン版に再構築して開催した。

オンライン版「コアラカフェ®」は Zoom を媒体とし、親と子、双方の気持ちの表出を容易にするため、親子を別日程、別プログラムで開催した（子どものプログラムは毎月 1 回、保護者のプログラムは 2 か月毎に 1 回開催）。ただし Zoom の操作を必要とするため、子どものプログラム参加時に親がサポートすることは自由である。子どものプログラムは従来の「コアラカフェ®」プログラムに準じて以下のように構成した。親のプログラムは、ファシリテーターが加わったオンライン茶話会とした。

- ① はじまりの輪：同じ体験をしている仲間が集まる特別な時間であるという認識を促す。
- ② ダンス：オンラインでは画面に向かって座っていることが多いため、意図的に体を動かすプログラムを組み込む。「パプリカ」の楽曲に合わせてオリジナルのダンスを参加者全員で踊る。
- ③ おはなしの輪：子どもに質問をしてもらい順番に答える、新規参加者がいる場合は自己紹介カードを使って自己紹介を行う等、子どもが主体的に参加できるようなプログラム。
- ④ 遊び：オンラインの共有画面や、各自が自宅にいることを利用し、全員で楽しめる遊びを企画。
- ⑤ おわりの輪：いつもの生活に戻るため、気持ちの切り替えを行う。

### 2) 実施経過

オンライン版「コアラカフェ®」で使用するダンス動画制作と、参加者をリクルートするために使用する三つ折りチラシとカード制作経過について報告する。

#### 【ダンス動画制作】

##### (1) 7月27日：動画制作に関する打ち合わせ

西森氏（本学学生）を交えて制作するダンス動画について検討し、以下の条件を決定した。

- 対象は小学 1～6 年生とする。
- 動画の所要時間は、運動量や対象の集中力を考慮し、1～2 分程度とする。
- 楽曲は、小学生向けのアニメ等、対象に馴染みがあり、性別にかかわらず楽しめるものとする。
- Zoom を使うため、上半身を動かす内容で、初心者でも実施可能な平易なダンスとする。
- 動画の最後にじゃんけんを行い、ゲーム要素を取り入れる。
- 対象が楽しく取り組めるよう、撮影は複数名で行い、エンドロールに出演者を明示する。
- 当該学生への依頼内容は、動画の制作、撮影、編集とする。
- 撮影場所は当該学生が決定し、撮影機材はこちらで準備、貸し出す。
- 動画の運用は 12 月を目途とする。

(2) 8月21日～8月27日：動画素案の検討

楽曲を「パブリカ」に決定し、西森氏がダンス素案（試し撮り）を制作した。コアラカフェスタッフがダンス素案を確認し、着座または着席した状態で、上半身を使う動画にすることを依頼した。

(3) 8月28日～9月24日：制作された動画の確認・検討

西森氏から送られてきた動画をコアラカフェスタッフが確認し、以下の内容を依頼した。

- 動画の始めに自己紹介（ニックネーム）を入れる。
- 終了後にエンドロールを入れる。
- グー・チョコ・パーの3パターンの動画を制作する。

(4) 10月3日～10月8日：ダンス動画の最終確認

西森氏から送られてきた修正動画をコアラカフェスタッフが確認し、11月からプログラムに採用することを決定した。

【三つ折りチラシとカード制作】

以下に示す工程で制作した。

1月6日：三つ折りチラシ案の検討

1月7日：三つ折りチラシ修正案の検討

1月17日：三つ折りチラシ印刷業社に発注

1月26日：三つ折りチラシレイアウトの校正

1月27日：三つ折りチラシ出力紙の決定

1月28日：三つ折りチラシレイアウトの再校正

2月15日：カードレイアウト案の検討

2月17日：カードレイアウトの最終決定、印刷業社に発注

2月21日：カードレイアウトの校正、最終決定

3月7日：納品予定

## 2. 活動の成果

### 1) 活動の実際

11月14日から計4回のオンライン版コアラカフェ®でダンス動画を運用した。

参加者の内訳は以下の通りである。

- 11月14日：小学生1名（4年生）、保護者1名、スタッフ3名参加
- 12月19日：小学生2名（4年生、2年生）、保護者2名、スタッフ3名参加
- 1月16日：小学生2名（4年生、2年生）、保護者2名、スタッフ3名参加
- 2月20日：小学生1名（2年生）、保護者1名、スタッフ3名参加

活動内容の詳細は「親のがんを知らされた子どもと保護者のための安全基地コアラカフェ®」ブログを参照（下のURL、またはQRコードから閲覧可）。

ブログ URL：<https://ameblo.jp/koalacafeteikyo/>



ブログ QR コード

## 2) 活動の評価

オンライン版コアラカフェ<sup>®</sup>でダンス動画の運用を経験したスタッフ 7 名で活動の振り返りを行ったところ、以下のような意見が挙げられた。

- ダンスをプログラムの最初に組み込むことにより、体と心をリラックスさせることができ、よい導入になった。
- 子どもたちは、若いお姉さんやお兄さんが踊っていることに興味を持っている様子であった。
- 子どもたちは大人よりも、大きな動作で動くことに慣れており、抵抗なく踊っている様子であった。
- 参加者全員で同じ動きを練習したり踊ったりすることで、一体感が生まれた。
- 踊れなくても、最後のじゃんけんをすると参加した気分になれてよい。
- 「パプリカ」は子どもにも大人にも馴染みがあり、踊りやすかった。
- 練習 1 回と本番 1 回で、プログラム内の時間配分としてはちょうどよい。
- これまでコアラカフェ<sup>®</sup>は、スタッフの条件を医療職の資格を持つこととしていたため、学生はプログラムに参加することができなかった。しかし今回、学生がプログラムで使用するアイテムを制作するという方法で貢献できることが分かったので、今後もこのような方法で学生の参加を促していったらどうか。

以上より、オンライン版コアラカフェ<sup>®</sup>へのダンス動画の導入は、時間的に無理がなく、子どもは興味を持って抵抗なく踊っていること、効果として体と心のリラックスや参加者の一体感をもたらすことが分かったため、今後もプログラム内での運用を継続する。また、プログラムで使用するアイテムを制作することは、学生がコアラカフェ<sup>®</sup>の活動に貢献するための一手段になる可能性が示唆された。

## 3. 今後の課題

ダンス動画の運用について、今回は参加している親子の意見を聴取していないため、今後、参加者の意見を聴取し、動画の内容や運用方法について適宜改善を行う。

コロナ禍に伴いオンライン版コアラカフェ<sup>®</sup>を始めたが、対面では叶わなかった、遠方からの参加が可能というメリットがあるため、コロナ禍が解消されてもオンライン版を隔月で開催する予定である。

現在、参加者登録者は小学生 3 名、保護者 3 名と少なく、知名度も低い。今後はリクルート活動と情報発信を行い、対象者を増やすことが課題である。そのために今回作成した三つ折りチラシとカードを近隣の病院やクリニック、小学校等に配布するとともに、ブログ、Twitter、Instagram、Facebook といった SNS を活用した情報発信を継続的に行う。

## 4. 活動の成果等の公表予定

- 日本家族看護学会第 29 回学術集会（2022 年 9 月 10 日・11 日開催）での公表を予定している。