

女性シニアの暮らしにおけるネイルの効果 ー酒田市千石町におけるアクションリサーチー

大場 里瀬奈

今日の日本では、人々の生きがいづくりや地域との繋がりが課題になっている。世代を超えて繋がり、住民一人ひとりが生きがいを持ち、地域を共に創っていく社会の実現が不可欠だと私は考える。しかし、人の生きがい、特に高齢者の生きがいを生み出し、繋がりを作ることは、長年の習慣もあり、簡単なことではない。

そこで筆者は、自分の趣味でもある「ネイル」の特性に着目した。ネイルと聞くと、「若者のもの」とイメージする方もいるかもしれない。しかしネイルというおしゅれは、誰もががしていいものであり、それをシニアの方々に体験して感じてもらいたい。それがやがて趣味や友人同士のつながりを生むかもしれない。そう考え、本研究では、高齢社会・地域共生社会に対応する一つ的手段として、ネイルをテーマとすることにした。

ネイルを地域イベントとして実施することにし、協力が得られた自治会館を会場として実際にシニアの皆さんを集め実施した。こうして地域というオープンな機会で行うことで、イベント実施までの流れや、ネイルをしたことでシニアにどのような変化が起きたのかについて検討することを、本論文の主題とした。4回のネイルイベントを通じ得られた発見事項は以下のとおりである。

- (1) 楽しみや生きがい、自信の創出に繋がる
- (2) 他者と関わる1つの媒体手段になる
- (3) 新たな相互作用や居場所の構築が可能になる
- (4) 多くの変化が伴う
- (5) 他者にやってもらうという受援力が高い

最後に、次の3つの提言を行い、論文のまとめとした。

提言1. 地域の中で他者と関われる機会をつくる

提言2. 毎日頑張っている「ご褒美」を与える

提言3. ネイルが介護予防、地域共生社会の1つの媒体手段になる

本研究が、調査にご協力いただいた千石町の皆様をはじめ、シニアが住み慣れた地域の中で自分らしく生き生きと暮らすために何ができるのか模索している方にとって少しでも参考になることを願う。