

安全で快適な冬の過ごし方を知る!

# 高齢者雪かき体験

学年・単元 6年:地域の高齢者や福祉施設との交流を取り扱う内容の単元(疑似体験として)

学習効果  
UP  
ポイント

- 高齢者の方にインタビュー活動を行い、雪かきの話題が出た時にやるとよい。
- 実際にインタビューした人たちの家に向かい、雪かきボランティアができるとうい。
- 家庭科の学習(寒い季節を快適に)と関連させて行くと効果が上がる。  
※札幌市HP「雪学習」に指導案掲載中!



授業風景



重り(1.5~3kg)を付けた除雪スコップ

## 1 背景と取組のねらい

平均6mの降雪のある札幌市では、道路除雪後の間口の雪の処理、また、敷地内の通路確保のための除雪など、冬の生活において雪かきは必要不可欠なものである。雪かきは重労働でもあるため、自力で雪かきすることが困難な高齢者等の自宅では、地域のボランティア、中学生のボランティア、福祉除雪など、地域と連携した取組が大きな支えとなっている。

現在、札幌市の高齢化率(総人口に占める65歳以上の人口割合)は25%(H28.4)で4人に1人が高齢者という状況である。今後もさらに高齢化率が増加することが予測されている中、これからの札幌の冬の暮らし(外出機会の創出)を守っていくためには、地域の支え合いの意識が重要と考えられる。

この支え合いの必要性・重要性を、深く理解するためには、実際の苦労を体験してみないとわからないことも多いと考えられる。

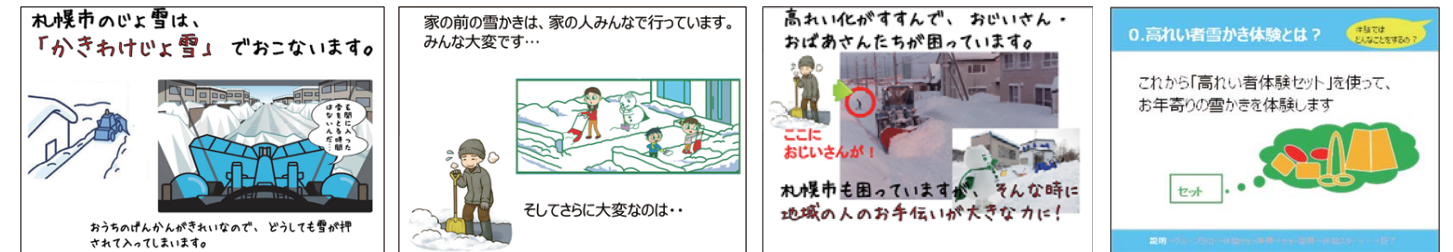
さらに、これからのまちづくりの主役となっていく小学生の皆さんに、冬みちのあり方を考えるきっかけづくりを行うことは、非常に重要であると考えられる。

ねらい

- ① 冬の地域連携(助け合い)が誰もが暮らしやすい冬みちづくりの大きな力になることを知ってもらう
- ② 今後、まちづくりの主役となっていく小学生の皆さんに、これからの冬みちのあり方を考えるためのきっかけをつくる

## 2 実施内容

- 雪かきのお手伝いをしたことが無い、またマンション住まいで雪かき道具が無い児童も含まれることから、体験の意義に加えて、雪かきのコツまたけがをしないための注意点などを説明した上で、体験を開始する。
- 短時間で多くの人数が体験できるようにするために、あらかじめ除雪スコップに雪かき作業相当の重りを取り付けて、10人同時に雪かきの動きを行う。
- 高齢者体験教材を取り付けて、司会の掛け声の基に「底切り・身構え」、「持ち上げ・反動づけ」「投げ出し」(※1)の動きを1分~1.5分間繰り返す。
- 雪の重さは、ショベルリングパワーテスト(※2)で用いられるショベル負荷(砂袋の重さ)参考に、1.5~3kgに設定した。



説明資料

※1 ウィンターライフ推進協議会ホームページ「除雪のコツおしえます」の「雪かきのしかた徹底研究」より。

1. スコップの使い方  
~サイコロ・カットで無理なく、コツコツと~  
<抜粋>



←HPはこちらからアクセス!  
※PC用



【動画】雪はね(雪ペラ)の使い方(36秒)

※2 積雪地住民の生活機能を評価するため森田ら(2002)が開発したテストで、除雪経験や筋力パワーの差が反映され、北海道各地の高齢者の運動教室実施前後の生活機能の評価表として用いられる。

目的

高齢者による雪かきの大変さがわかる、手伝いたい等の感想が出ること。

注意ポイント

- 学年の児童数が多い学校においては、実施方法を工夫する。
- 短時間で多くの児童が実施できる体験を目指し室内でのエアースコップ体験としていることから、リアリティという部分で課題は残る。この体験を通じて、自宅のお手伝いや、近隣のボランティア等の実体験につながるような仕組みづくりができれば良いと考える。