



## 「第14回桜蓮祭を終えて」

今年(平成27年)10月31日(土)に第14回桜蓮祭を開催しました。本年度のスローガンは「Harmony～地域と大学の調和～」とし、地域の方々と当大学の学生が交流できる企画を様々な学生団体が準備・実行してくれました。その背景では、スポンサーとなってくださった37社の企業の方々や、後援会の皆様からの協力などがあり、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。お陰様で事前の天気予報では、日中は雨という予報だったのですが、開催している時間は太陽も見えるくらい晴れ、650名を超える来場者がお越しくださいました。



当大学ならではの企画として、災害が起きた時の対処法を劇にした災害看護サークルの発表や4年生による自分の骨密度などを知ることができるハカレンジャー、教員による乳がん子宮がん自己検診教室、ふれあい実習、病院実習などのポスターなどが行われました。少しでも当大学で学生が学んでいることを知っていただけたら嬉しく思います。さらに、今年は広告研究サークルが主体となり、多くの方々の協力のもと、ミスNCNコンテストというものが催されました。各学年から2名選出し、学年対抗という珍しいスタンスで行われ、来

場者の方々の投票でグランプリが決定していました。開票中の空いている時間に毎年行われているビンゴ大会を行うことで微妙な待ち時間を無くすこともできたため、来場者の方々も終始楽しまれていたように思います。また、「建築トークイン上越」参加大学連合チームによる、上越市の街中の空き家をシェアハウスに改修し、地元大学生の住んでもらうためのプランの発表なども行われ、興味をひかれた方々が多く参加してくださいました。その他にもバンド、エアロビ、ダンス、よさこい、合唱サークルなどによるライブが行われ、多くの方々が観賞されていました。ほかのサークルや外部の企業の方は様々な食べ物や飲み物を販売しており、今年は事務局の方も企画側に参加され、長蛇の列ができていました。

特に大きな問題もなく、予定通りにすべての企画が行われ、無事成功という実感が得られて本当に安心しています。ですが、反省することも多々あるため、来場者の皆様に書いていただいたアンケートなどを活用し、来年度はさらに素晴らしい桜蓮祭になるように引き継ぎたいと思います。来場してくださった方々、協力していただいた方々、本当にありがとうございました。是非来年度の桜蓮祭もよろしくお願いいたします。

### もくじ

- |             |               |                         |
|-------------|---------------|-------------------------|
| 1 桜蓮祭を終えて   | ふれあい実習を終えて    | 7 フットサルサークル紹介           |
| 2 妙高市長沢区祭り  | 5 基礎看護学実習を終えて | 上越祭り                    |
| 3 新教員紹介     | 総合実習を終えて      | リレー・フォー・ライフジャパンにいがた2015 |
| 彫刻の寄贈について   | 6 茶道サークル      | 8 いきいきサロン               |
| オープンキャンパス報告 | ソフトテニスサークル    | 編集後記                    |
| 4 継燈式       | ダンスサークル       |                         |

## 地域の人たちとの 交流から学んだこと

私たち新潟県立看護大学野村ゼミのメンバーは9月12日、妙高市長沢地区の祭り、『よみや』に参加しました。



長沢の『よみや』という祭りは明治の初期から始まったといわれている祭りで、『明笛』<sup>みんてき</sup>という珍しい笛を使います。『明笛』とは中国の明楽で用いられる竹製の横笛です。日本国内では佐賀県の浜崎祇園山笠、福岡県の日田祇園祭、大阪府泉南市西信達地区の秋祭り、東京都福生市の天王囃子<sup>てんのうばやし</sup>で使われています。この珍しい笛が妙高市長沢地区の『よみや』で使われていると聞き、私たちは長沢地区での明笛の歴史並びに楽曲を調査することにしました。

私たちはこの明笛を借りて練習し、当日は明笛を吹くことで参加しました。また、祭りの前には飾りである花灯籠づくりにも参加しました。教員を含めて4つのグループに分かれ、それぞれ上平地区、中平地区、下平地区、馬場平地区で花灯籠づくりと祭



## 長沢よみやに参加して

今回、基礎ゼミナール(野村ゼミ:「伝統芸能を学ぶ」)の一環として、妙高市長沢の「よみや」祭りに参加してきました。この祭りは、明治から続く伝統のあるもので、笛に特徴があります。これは中国の「明」の時代に日本に入ってきた「明笛」と呼ばれるものです。

この祭りに参加するにあたり、学生には地域への敬意として、この笛を学んで、かつ旋律を覚えてもらいました。ここまで準備して、現地入りしたところ、大変歓迎され、また、新聞、ラジオなどにも好意的に取り上げられました。祭りの参加者も新聞報道によれば倍以上になったとのことでした。

今回のゼミの目的は、学生に「助け合いの精神」を学んでもらうことでした。長沢は少子化が進んでおり、神輿を担ぐ若者さえいなくなっている状況です。しかし、祭りを絶やさぬようにと、住民の方々は、まず、ご自身で笛の練習をなさったり、お互いに教え合ったりしておられました。また、人が足りないことに対しては、近



り当日の笛の演奏を行いました。

長沢地区の方々は、新潟県立看護大学の学生が祭りに参加するというので、明笛を貸し出してくださったり、明笛の演奏方法をDVDにして送ってくださったりと、ころよく私たちに協力してくださいました。また、祭りで行われたカラス踊りも、私たちが祭りに参加するというので、途絶えていた踊りを地区の方々と協力し合い歌のCDを作り、踊りの練習をしてくださっていたそうです。そうした祭りへの長沢の方々の熱意、協力、努力を見聞きして、私たちも真摯な思いで祭りに臨むことができました。そして自助や共助といった、人々が助け合っていくということを体験し学ぶことができました。この『よみや』で学んだ助け合いの精神を、私たちが看護師を目指していく中で生かしていきたいと思えます。妙高市長沢地区のみなさん、『よみや』へ参加された新潟県立看護大学の先生方、貴重な体験をありがとうございました。



隣の集落の若者に来てくれるように、あるいは、市役所に応援を頼むということをしていました。自助、互助、共助、公助という「助け合いの仕組み」がまさにここに現れていました。人が助け合う姿をみて、きっと、学生諸君は何かしら思うことがあったことでしょう。この経験は将来、看護師になるうえできっと役にたつと思います。それに学生諸君は、みな、地域の芸能を一つマスターしてから地域へ行きました。だからこそ歓迎されました。「地域への敬意」がどれだけ大切かを、今回、身をもって理解したことでしょう。私は大変よい教育ができたと思っております。

最後になりますが、参加してくださったエルダトン先生、永吉先生、森橋事務次長のみなさまにも感謝いたします。ありがとうございました。(なお、このゼミナールの成果は「看護実践の科学」11月号に原著論文として掲載されました。ぜひ、読んでください。)



老年看護学 助手 大倉 由貴

初めまして、9月より老年看護学の助手として勤務させていただいております大倉由貴です。本大学を卒業後、今年の3月まで新潟県立病院で看護師として働いていました。出身は新潟市ですが、大学4年間を過ごしてたくさん思い出がある上越には、久しぶりに帰ってきたという感覚です。4月からは、本大学大学院の老年看護学研究コースで学ばせていただいている大学院生でもあります。

私は学部学生時代より、高齢者への看護に興味を持ち始め、臨床経験を経てさらにその思いは強くなりました。たくさんの慢性疾患を抱えながらも、十人十色の豊かな人生経験から繰り出される、さまざまな知恵や教訓を教えてくださいとされる高齢者に対する看護の大変さややりがいを感じるようになりました。特に認知症高齢者に対しては、疾患の進行に伴い様々なものを失っていく中で、その人らしく生活を送っていただけるようにするためには、何ができ



るのかいつも試行錯誤しながら、臨床現場で働いていました。現在は、臨床現場で得た様々な気づきや疑問を大学院で学びを深めているところです。

学生の皆様とは、主に3年次の老年看護学演習や実習で関わらせていただくことになると思います。この9月から一緒に病院実習をさせていただく中で、皆様のフレッシュな感性から見出されるたくさんの気づきに刺激を受ける毎日です。

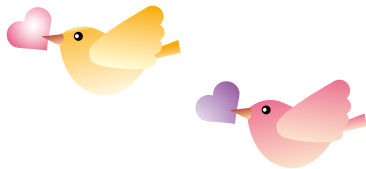
教員としては初心者なので、不慣れな点が多いですが、大学院での学びを十分に活かしながら、また老年看護学領域の先生方をはじめ、教職員の皆様のご指導を賜りながら、学生の皆様が演習や実習の中からもたくさんの学びを得られるよう、少しでも力になりたいと思っています。自然豊かな上越の地で、自分の感性も磨きながら、皆様と一緒に学んでいきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



上越教育大学名誉教授で彫刻家の峯田敏郎氏から、本学に木彫作品を寄贈していただきました。

作品は木彫「記念撮影ー北の街ー」と題されており、雪国の少女をモチーフに一本のクスノキを彫って製作されています。少女の手には、季節折々の花を飾ることができるようになっています。

これからは、この優しく凛とした少女が、大学内を一層明るくしてくれるのではないのでしょうか。学生と教職員全員で、この彫刻を大切にしていきたいと思っています。



2015年8月7日(金)、8月20日(木)の2日間、本学オープンキャンパスが開催されました。

体験講義・演習や学長・在学生との懇談などの多彩なプログラムで、皆様をお迎えしました。新潟県内だけでなく、県外からも多くの高校生や保護者の方、社会人入学希望の方にご参加いただきました。本学での学びや生活に触れていただき、入学後の様子を体感していただきました。



今年も、看護大のカレーは大好評でした！



“老年看護学体験演習”高校生が、特殊なゴーグルをつけて老年期の視力の衰えを体験しています。



学長から参加者の皆様へ、ご挨拶をしている様子です。

## 継燈式について

平成27年7月1日(水)に本学の第二ホールで第13回継燈式が行われました。この継燈式に取り組み始めたのは、昨年の11月頃からでした。学年全体の、継燈式を行いたいという意思と先生方や事務の方々の協力のもと、実行委員会を立ち上げ取り組んできました。継燈式実行委員10名でそれぞれ役割を決め、段取りを組んで進めていきました。始めの3ヶ月は実行委員で動くことが多く、学年全体で活動しているという感覚があまなかったため、まとまりがなかったように感じました。実習に対する意識が低いこと、そして継燈式がどのようなものなのかわからないことが原因だと思い、全員で昨年のDVDを何度も見ました。5月になるとスライドショーの作成が始まりました。写真撮影にも様々な人から協力してもらい、少しずつではありましたが全員の継燈式に対する気持ちが高まってきたと感じました。



授業や試験で忙しい中、合間をぬってリハーサルをし、当日に向けて準備をしていきました。全員の協力があってこそ、大きな問題なく当日まで準備をすることが出来たと思います。

実行委員をはじめ、13期生全員が積極的に取り組み、継燈式を進めることが出来ました。初心を忘れず、一人一人が理想とする看護者になるため、これからの実習や学習に臨むことを誓いました。また、多くの方々からのサポートがあったからこそ、このような素晴らしい式を作り上げることができたと感じています。この継燈式を作り上げることが出来たのは、先輩・後輩・教職員の方々のご指導・ご助言のおかげです。私たちを温かく見守り、背中を押してくれた家族にも感謝の気持ちでいっぱいです。先輩から受け継いだ看護の灯のもと、気持ちを引き締め、より一層精進していきたいと思いました。



継燈式

## ふれあい実習を終えて



私たちは、10月5日から7日の3日間、新潟県妙高市のA地区・B地区・C地区を訪問し、ふれあい実習を行いました。私たちのグループはA地区に訪問させていただきました。私たちのグループは、山間部における高齢者の生活に着目し、そこからどのような医療・看護が必要なのかと考えることを目標に家庭訪問・地域散策を実施しました。

実習初日の地域散策を通して、A地区がどのような地区かを理解するとともに山間部による生活や若者がいないなどのマイナスなイメージや考えを持ってしまいました。しかし、初日で考えたことも踏まえて2日目の家庭訪問で訪問先の方やその友人の方々にお話を伺ったところA地区の方々は悲観的な考えを持っていませんでした。A地区の方々は、山間部ならではの食材を食べ、農作業や日々の坂道がある道を散歩するなど自然と健康的な生活を過ごしており、住民同士助け合い1人1人明るく元気でした。そして、山間部での医療・看護

について貴重な意見も聞くことができました。実際にA地区には近くに診療所がなく、訪問看護師など医療従事者が不足しているなどの医療面についての不安を持たれていました。私たちは、3日間の実習を通して地域の方々の生活や価値観、どのような医療・看護が必要かを考え、10月15日にA地区の方々にふれあい実習の成果発表をさせていただきました。

ふれあい実習では、普段体験できないような貴重な体験をさせていただき、多くのことを学ぶことができました。今回のふれあい実習で学んだことは、これから学年を重ねるごとに本格的になる看護学実習や将来、看護職に就くうえで大変役に立つものだと思います。ふれあい実習で学んだことを将来に活かし、そして、初対面にも関わらず私たちを温かく受け入れてくださった住民の方々への感謝を忘れずにこれからも日々学んでいこうと思います。



ふれあい実習を終えて

## 基礎看護学実習で学んだこと



私は今回の基礎看護学実習Ⅱで初めて受け持ち患者を持たせていただきました。実習が始まる前は、実習に対する不安や、患者さん、患者さんの家族、担当の看護師さんとうまく接することができるだろうかという緊張でいっぱいでした。しかし、私に関わっていただくすべての方々が温かく迎えてくださり

本当に安心しました。

実習が始まってからは、患者さんの病気や既往歴、入院前の生活などの情報収集をはじめました。はじめは、どの情報があればケアをしやすいかという視点でしか見ていませんでしたが、看護師さんから、「看護の行為をすることがケアすることではなくて、患者さんの近くに行くだけでもケアになる」という言葉をかけていただきました。小児看護学の保育園実習でも感じた、人と関わるうえでのコミュニケーションの大切さを忘れていました。そして初めて患者さんに対して、バイタルサインの測定や全身清拭などを行わせていただくことができました。学内演習で

行っていたことは、健常者に対しての実施でしたのでそれほど難しいと思ったことはありませんでした。しかし、実際に日常生活動作が自立していない患者さんに対して実施するのはとても大変だったのを覚えています。看護師さんに教えて

いただきながら何回も実施することで、5日間だけでも自分自身がレベルアップできたのではないかと思います。

この実習を通して感じたことは、命の大切さと看護師の仕事の重さです。私が実習させていただいた病棟では、5日間の間に入院してくれ方もいれば、退院していく方ももちろんいました。体調が良くなっていくことはとてもうれしいことだと思います。ですが、体調が悪化してしまう方もいるのでそのような方々を継続的に見ていかなければいけない看護師はとても辛くもあり、またやりがいを感じる仕事だと感じました。3年生になれば実習が多くあるので命についてよく考えながら実習に臨みたいと思います。



## 総合実習を終えて



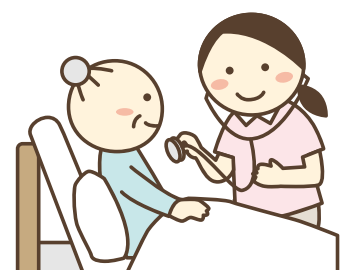
私は、総合実習で成人看護学の周手術期コースを選択しました。成人看護学領域別実習では術後から退院直前まで患者さんに関わらせていただいたので、総合実習の成人看護学周手術期コースでは術前から患者さんと関わり、周手術期の看護についてより学びを深めたいと考え

ていました。

総合実習の成人看護学周手術期コースでも患者を1名受け持たせていただきました。手術前から手術後までのこの方への関わりを通し、患者さんの抱える不安や疑問について、看護者からアプローチすることが、患者さんの抱える本当の気持ち・悩みは引き出すために重要であり、手術という危機に直面して精神的な苦痛がある患者さんであるからこそ、術前の心理的な看護援助は看護師の大切な役割であると感じました。そして看護者からアプローチする際には、直接ベッドサイドへ行って患者さんと会話する時間をつくり、そこで不安・疑問の表出を促すことが必要

であると考えました。また患者の抱える本当の気持ち・悩みは引き出すためには信頼関係の構築が重要であり、日々のケアの中での関わり方や声掛けによって、信頼関係を構築していくことが必要であると考えました。

総合実習は4年間で学んだ医療・看護・保健の知識を統合し、総合的な視点をもって看護援助を計画・実施できる最後の場でした。今までの講義、実習を通して得た学びや経験を生かして看護を実践し、またチームの一員としての意識を持って、看護師さんや他職種の方と協働した看護実践ができるよう努めることが大切であると実感しました。病院の看護師さんをはじめ、多職種の方々、先生方に支えて頂いたからこそ、この場に書ききれないほど多くの学びを得ることができ、自己の課題と向き合うことができたのだと感じています。4年間の集大成になりました。



## サークル紹介

### 茶道 サークル

茶道サークルは1年生13人、2年生7人、3年生10人、4年生14人の計44人で活動しています。週1回の活動で、講師の先生をお呼びし、裏千家のお点前を練習しています。主に1・2年生で活動していますが、3・4年生も時間があるときは、サークルに参加していただけます。お茶の立て方や帛紗の使い方は先輩から後輩へ教えることも多いので、学年を超えて繋がりがあります。お点前を練習しつつ、お菓子を食べたり、自分で点てたお茶を飲んだり、和やかな雰囲気です日々活動しています。

そして茶道サークルは、毎年看護大の文化祭である桜蓮祭で桜蓮茶会を開催しています。今年度は安寿と厨子王というお話をテーマにしました。当日は本格的に着物を着て、来てくださった方々をおもてなしました。今年度のお茶会もたくさんの方々に来ていただき、日本の伝統文化に触れていただくことができ

て、よかったと思っています。来年度も成功できるように、また少しずつ練習に励んでいきたいと思っています。



### ソフトテニス サークル

ソフトテニスサークルでは、毎週1回集まって楽しくテニスをしています。1年生7人、3年生1人、4年生7人の合計15人で活動しています。夏場は外のテニスコートで16時から18時の2時間の練習で、冬場も同じ時間帯で体育館を利用しています。ラケットやボールはサークルで用意しているので、運動できる格好であれば誰でも参加できます。初心者と経験者が混ざって練習しているので、経験者は初心者丁寧に打ち方やルールなどを教え、みんなが平等にプレイできるように心がけています。普段の活動では、軽い打ち合いをした後にミニゲームをしています。時々ですが校内戦なども行っています。今年は市民大会などに参加できていないですが、今後は練習を重ねて、上越市内の市民大会などにも積極的に出場していこうと思っています。



### ダンス サークル

こんにちは、ダンスサークルです。ダンスサークルは、学年問わず、わきあい合いと活動しています。エンターテインメント性を目指し、スキルアップのために練習しています。活動内容は、桜蓮祭でのDANCELIVE、オープンキャンパス、他大学とのイベントの参加や地域のイベントなどが主な活動です。練習では、曲に合わせて鏡の前で、先輩方からたくさんのお話を吸収しながら、いかに自分らしくかっこよく踊れるかを研究しています。桜蓮祭を迎えるころには、メンバー全員が大きく成長し、今年もダンスサークルパワーを皆様にお届けできたと思います。見に来てくださった皆様、関わってくださった桜蓮祭委員会の方、事務の方、先生方、本当にありがとうございました。これからも、最高のパフォーマンスができるよう練習していきたいと思っています。応援よろしくをお願いします。



## フットサル サークル



私たち看護大フットサルサークルは現在男子20人、女子5人の計25人で活動しています。看護大では唯一男子が主体となって活動しているサークルとなっています。毎週金曜の18時～20時まで活動しており、初心者・経験者・男子・女子問わずフットサルの「いつでも、どこでも、だれとでも」の精神を忘れずサークルのみんなで楽しくプレーしています。サークル終わりにもみんなで食事に行ったり、温泉で汗を流したりとフットサル以外にも楽しみがたくさんあるサークルとなっています。

今後フットサルサークルでは病院関係者や他の大学との練習

試合を予定しており、フットサルを通じて積極的に地域・大学間での交流を深めていきたいと考えています。「フットサル」と聞くとならぬのは難しいスポーツのように感じるかと思いますがそんなことはありません。家族・友人・同僚の方と一緒に楽しくスポーツがしたいという方はぜひフットサルをプレーしてみてください!!



2015年7月23日“上越まつり高田民謡流し”に、県立看護大学から100名を超える学生や教職員が参加しました。高田本町通りにて、地域の方の中にまぎって民謡流しを踊りました。学生たちは、浴衣や甚平に着替え、お祭りをとても楽しんでいました。学生や教職員にとって、夏の良い思い出になりました。

## 上越祭り



2015年9月21日、22日に開催された“リレー・フォー・ライフ (命のリレー) ジャパンにいがた2015”に、県内の看護系大学とともに県立看護大学の学生が参加しました。このイベントは、がん患者さんとご家族やご友人を支援する目的で行われるチャリティイベントです。現在、全国でこのイベントが広まっており、新潟県では今回が初めての開催となりました。学生たちは、特設ブースにて血圧測定などを行いました。

## リレー・フォー・ライフ ジャパンにいがた2015



元気にイベントに参加しました。



エンプティテーブル、ここに来られなかった方のための席です。



灯りがともされ、HOPE (希望) の文字が浮き上がりました。



今年度の“いきいきサロン”は無事終了しました。89～147名という多くの方々にご参加いただき、誠にありがとうございました。



**第1回 5月21日**

**「腰痛を予防するには？」**

講師：新潟労災病院中央リハビリテーション部

理学療法士 澤田 小夜子 先生

作業療法士 稲垣 利重子 先生

腰痛予防の講義があり、音楽に合わせた体操なども行いました。



**第2回 6月18日**

**「今日からやってみよう 糖尿病予防-毎日の食事、再点検-」**

講師：新潟県立看護大学 成人看護学助教 小林 綾子

糖尿病について基本的な知識の学びや、実際のフードモデルを参加者が手に取って確認することもできました。



**第3回 7月16日**

**「認知症なんてこわくない『ぼけ』でも安心して暮らせるまちづくり」**

講師：新潟県立看護大学 老年看護学准教授

(社)認知症の人と家族の会本部理事 新潟県支部世話人 原 等子

具体的な事例も交えながら、認知症にやさしいまちづくりについてお話がありました。



**第4回 9月17日**

**「日本人が食べてきた食事～和食の良い所、悪い所を見直す～」**

講師：上越地域医療センター病院栄養士長 管理栄養士 水沢 麻奈美 先生

普段食べている和食の良い所、悪い所をお話いただき、私たちの日ごろの食生活を振り返るきっかけとなりました。



**第5回目 10月29日**

**「最新の眼科医療で高齢者の眼病に立ち向かう」**

講師：医療法人社団喜修会理事長 石田眼科医院 院長 石田 誠夫 先生

手術の動画などを交えながら、病名ごとに症状や治療法についてお話いただきました。



**第6回 11月19日**

**「介護予防は生活習慣病予防から」**

講師：上越市役所 高齢者支援課係長 保健師 細谷 早苗 先生

介護予防には、生活習慣の改善や、若いころからの生活習慣病予防の取り組みが大切であることをお話しされました。

来年度も、引き続き“いきいきサロン”を開催します。皆様のご参加をお待ちしております。