

### Ⅲ. 事務局報告

## 出 前 講 座

出前講座は、平成 26 年度より地域貢献活動の一環として始めた事業である。

## I 目的

- ・本学教員が地域に出向くことで大学を身近に感じてもらう
- ・本学教員の研究成果等を地域へ還元する
- ・地域住民への生涯学習の機会を提供する

## II 平成 27 年度 出前講座テーマ一覧

No	テーマ	分野/ 職名/講師名
1	助産師が伝えるお産の知識 ー緊急時、いざという時のためにー [概要] お産のしくみや経過についての基礎知識と、助産師の視点からの対処方法についてお伝えします。万が一、医療機関で分娩できない緊急事態に備えるための講義です。	母性看護学 助教 天谷まり子
2	助産師が伝える妊娠糖尿病の知識 ーみんなで問題に取り組むためにー [概要] 近年、増加している妊娠糖尿病についての看護学の視点からの基礎知識をお伝えします。少しでも多くの人がこの問題に目を向け、身近なところから取り組んでいくための講義です。	成人看護学 助教 石岡幸恵
3	乳がんについて ～自己チェックの方法～ [概要] 若い世代からリスクがあると言われている乳がんですが、定期的に自己チェックを行うことで、早くに発見ができるがんでもあります。乳がんについて正しく理解していただき、乳がん自己チェック方法の演習を通し、広く知っていただければと思います。	小児看護学 准教授 大久保明子
4	いざというときに役立つ“子どものホームケア” [概要] 乳幼児に起こりやすい発熱、けいれん、嘔吐、下痢、咳などの家庭での対処方法や病院の上手なかかり方についてお話しします。	小児看護学 助教 北村千章
5	自分のからだ・健康・いのちについて考えてみよう！ [概要] 聴診器を使った看護体験、喫煙や飲酒の害について、小児がんの子どもの体験などから、いのちについて考える授業です。	成人看護学 講師 小林綾子
6	自分らしく生きるために [概要] 病気を告げられたとき、家族が“がん”になったとき、人生の終焉を迎える準備などについてお話しします。	
7	子どもには生きる力がある [概要] 子どもたちには、生まれながらに備わった「生きる力」があります。たとえ、障がいがあってもそれは同じです。乳児期・幼児期・学童期・思春期の各期において、子どもたちの持てる力をどのように育めばよいのかを一緒に考えたいと思います。	
8	働き盛りの方々へ少し生活を見直してみませんか？(食事編) [概要] 働き盛りの世代(30～50 代くらい)からの食生活の積み重ねが、脳血管疾患や糖尿病を引き起こします。減塩、適正カロリーに控える工夫など、実践可能な方法についてお伝えします。	

No	テーマ	分野/ 職名/講師名
9	看護職・介護職のための緩和ケア講座	成人看護学 准教授 酒井禎子
	[概要] 「緩和ケア」の基本的な考え方と、がんによる痛みなどの身体的苦痛やこころの辛さを和らげるためのケアについてお話しします。	
10	健康長寿は高血圧予防から —今こそ見直そう！生活習慣—	地域看護学 准教授 高林知佳子
	[概要] 高血圧予防のための生活習慣についての講義です。	
11	介護は突然やってくる —仕事と介護を両立していくために—	地域看護学 准教授 高林知佳子
	[概要] 突然やってくる介護に備え、仕事と介護を両立していくために事前に知っておきたいポイントについての講義です。	
12	スローエイジングな生き方 —健やかな人生を送るための大切な習慣—	地域看護学 准教授 高林知佳子
	[概要] スローエイジングの意味とスローエイジングのための生活習慣についての講義です。	
13	認知症の人と家族を地域で支える	老年看護学 准教授 原等子
	[概要] 公益社団法人認知症の人と家族の会の活動から、本人、家族の思い、地域支援の方向性に対する要望、専門職として活動を支援すること、などについて議論します。	
14	高齢者の生活支援に関すること	老年看護学 准教授 原等子
	[概要] 高齢者の身体的特徴、食支援、口腔ケア、排泄に関すること、認知症ケアに関することなど	
15	人生を主体的に生きる難病療養者とご家族が選んだこと	地域看護学 教授 平澤則子
	[概要] 長距離走の勝負が後半で決まるように、私たちの人生の幸せは、後半の生き方で決まるとも言われています。病を持ちながらも自分らしく生きておられる難病療養者さんとご家族の経験をとおして、私たちができることを考えてみます。	
16	子育ては慌てずゆっくり	社会科学 准教授 藤田尚
	[概要] 人間は1回の出産で1人の子供を産みます。そして、動物としては成人まで非常に長い期間を要します。我々が進化の過程の中で、どうしてこのような出産や育児の形態を採るようになったのかを解説し、子育てはどうあるべきかについて一緒に考えてみましょう。	
17	死亡原因から現代社会を考える	社会科学 准教授 藤田尚
	[概要] 日本は世界一の長寿国です。一方、発展途上国の人々は短命です。前者と後者では疾病構造が大きく異なります。疾病構造の相違から、今後の日本の医療のあるべき姿や長寿に対する価値観を考えてみましょう。	
18	日本人の形成に関与した古代の結核	社会科学 准教授 藤田尚
	[概要] 結核は戦前の日本人の死亡原因の第1位でした。しかし、そもそも結核はいつから日本に存在したのでしょうか。免疫のない処女地における新興感染症は、時として社会や国家の命運を左右します。結核の日本への移入が、現代日本人形成に深くかかわったであろうことを解説します。	

## Ⅲ 平成 27 年度 出前講座実績 (開催順)

	開催日	テーマ	講師名	依頼主	参加人数
1	5/21 (木)	認知症の人と家族を地域で支える	原等子	上越市第四地区民生委員・児童委員協議会	40名
2	6/12 (金)	いざというときに役立つ “子どものホームケア”	大久保明子	(社福)いくみ保育園	90名
3	7/1 (水)	いざというときに役立つ “子どものホームケア”	大久保明子	聖公会紅葉幼稚園	13名
4	7/6 (月)	自分らしく生きるために	大久保明子	上越市立公民館春日分館(春日謙信交流館)	31名
5	7/16 (木)	スローエイジングな生き方ー健やかな人生を送るための大切な習慣ー	高林知佳子	糸魚川地区公民館	21名
6	7/28 (火)	健康長寿は高血圧予防からー今こそ見直そう！生活習慣ー	高林知佳子	中郷区老人クラブ連合会	42名
7	8/10 (月)	認知症の人と家族を地域で支える	原等子	上越市社会福祉協議会 介護サービス課	43名
8	8/18 (火)	看護職・介護職のための緩和ケア講座	酒井禎子	上越老人福祉協会包括・ 居宅連絡会	31名
9	8/26 (水)	スローエイジングな生き方ー健やかな人生を送るための大切な習慣ー	高林知佳子	西ヶ窪浜喜楽会	39名
10	8/28 (金)	働き盛りの方々へ少し生活を見直してみませんか？(食事編)	小林綾子	医療法人 麓会 介護療養型老人保健施設 えが おと虹の森ふもと	40名
11	9/10 (木)	認知症の人と家族を地域で支える	原等子	(株)リポーン	25名
12	9/30 (水)	子育ては慌てずゆっくり	藤田尚	真行寺幼稚園	35名
13	9/30 (水)	認知症の人の思いを知るためのコミュニケーション 心に寄り添いひろがる認知症ケア	原等子	けいなん総合病院 看護部	75名
14	10/3 (土)	子どもには生きる力がある	北村千章	家'S ハセガワ(株)	25名
15	10/7 (水)	働き盛りの方々へ少し生活を見直してみませんか？(食事編)	小林綾子	糸魚川市健康増進課	24名
16	10/9 (金)	働き盛りの方々へ少し生活を見直してみませんか？(食事編)	小林綾子	新潟県砂利砕石協会 上越支部	23名
17	10/20 (火)	看護職・介護職のための緩和ケア講座	酒井禎子	(株)リポーン	30名
18	10/21 (水)	自分らしく生きるために	大久保明子	ふきのとう	14名

	開催日	テーマ	講師名	依頼主	参加人数
19	10/25 (日)	自分のからだ・健康・いのちについて考えてみよう！	大久保明子	上越市立南本町小学校 4年生 PTA 役員	12名
20	10/30 (金)	スローエイジングな生き方ー健やかな人生を送るための大切な習慣ー	高林知佳子	上越市老人クラブ連合会	110名
21	11/7 (土)	乳幼児期・学童期にできる性教育	北村千章	糸魚川市上南地区公民館	6名
22	11/13 (金)	高齢者の生活支援に関すること	原等子	(株)リボーン	18名
23	11/17 (火)	呼吸のフィジカアセスメント	飯田智恵	糸魚川総合病院	27名
24	11/19 (木)	元気の源は睡眠	北村千章	上越市立柿崎小学校	37名
25	11/21 (土)	スローエイジングな生き方ー健やかな人生を送るための大切な習慣ー	高林知佳子	社会福祉法人 きよさと福祉会	16名
26	11/30 (月)	看護職・介護職のための緩和ケア講座	酒井禎子	吉川居宅介護支援事業所	17名
27	12/1 (火)	働き盛りの方々へ少し生活を見直してみませんか？(食事編)	小林綾子	妙高市立にしき特別支援学校	20名
28	12/16 (水)	健康長寿は高血圧予防からー今こそ見直そう！生活習慣ー	高林知佳子	上越市立公民館有田分館	26名
29	1/20 (水)	スローエイジングな生き方ー健やかな人生を送るための大切な習慣ー	高林知佳子	上越市社会教育課 公民館八千浦分館	12名
30	1/28 (木)	死亡原因から現代社会を考える	藤田尚	新潟県立新井高等学校	24名
31	2/29 (月)	介護は突然やってくる	高林知佳子	上越地域振興局農林振興部上越東農林事務所	27名
32	3/17 (木)	健康長寿は高血圧予防からー今こそ見直そう！生活習慣ー	高林知佳子	上越南消防署	42名
33	3/24 (木)	介護は突然やってくる	高林知佳子	関東信越税理士会 高田支部	46名
34	3/26 (土)	認知症の人と家族を地域で支える	原等子	消費者協会・上越市消費生活センター	110名

参加者合計 1,191名

資料\_1 平成27年度 出前講座アンケート結果（依頼主回答より要約）

実施件数：34件(依頼件数：37件) 参加者数：1,191人

テーマ	講師名	1. 講座の内容について、どのようにお感じになりましたか？	2. 今後も利用したい理由はあるんですか？
認知症の人と家族を地域で支える	原 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実例を元に話されたので、分かりやすくなり入って来た。</li> <li>・認知症の本人・家族の思いに寄り添っての話を聞くことが出来、新しい情報、自分たちがわからなかった認知症の部分についての話が聞けた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・身近に最新の話聞くことが出来る。</li> <li>・外部講師からの研修は、職員の姿勢が違うので、継続していきたい。</li> </ul>
認知症の人の思いを知るためのコミュニケーション 心に寄り添いひろがる認知症ケア	原 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・事例を交えての講義であったため、実際の現場と重ねて考えることができた。できればもっと他の事例も聞き、普段の対応に活かしたいという意見が多かった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・遠くへの研修会は業務を休んで出席するので少人数しか参加できないが、出前講座だと多くの職員が参加できるので良かった。</li> </ul>
スローエイジングな生き方 一健やかな人生を送るための大切な習慣一	高林 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・順序良く、具体的にユーモアを交えて分かりやすく説明され、よく理解することが出来た。</li> <li>・参加者の要望に即した内容や映像を通してお話いただいた。</li> <li>・話が分かりやすく、参加者全ての人が興味深く、真剣に聞き入っていた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康寿命を延長させるためにも、種々の講座をこれからもお願いたい。</li> <li>・高齢者の体と心の健康維持が大きな課題となっており、必要な情報をいただきたいと思えます。</li> </ul>
健康長寿は高血圧予防から 一今こそ見直そう！生活習慣一 いざというときに役立つ “子どものホームケア”	高林 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康に関する講座を初めて行いました。受講者の関心の高さが参加人数につながりました。受講者アンケートを見ても、楽しく学べたという意見が多かったです。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・先生から来館いただくことでたくさんの方たちに学ぶ機会を提供できるからです。</li> </ul>
自分らしく生きるために	大久保 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・具体的に子どもへの対応を説明して下さり、保護者への適切な情報提供だったと思います。</li> <li>・普段の生活で「がん」について考えたり、学んだりすることなどなく、今回学ぶことが出来た。分かりやすい資料と共に、暗くなりがちなる内容を、明るく希望が持てるようにお話いただき、今後に備える心構えができました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保護者への子育て支援として、また利用させていただきます。</li> </ul>
自分からからだ・健康・いのちについて考えてみよう！	大久保 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・対象者が小学4～6年生だったのだが、とても分かりやすく、そして楽しく説明してもらえたので好評でした。時間配分もちょうど良かったです。参加した子供たちも学校の先生も楽しかったと言っていました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・講師の先生に「看護師の仕事に興味を持ってほしい」と私が依頼した理由を話したところ、それを汲み取ってもらった内容で講義してもらえた。</li> </ul>
看護職・介護職のための緩和ケア講座	酒井 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・緩和ケアの倫理観など介護の現場や相談業務に活かせることが多く、たくさんの方の情報を頂きました。</li> <li>・緩和ケアの意味、考え方が改めて理解することができた。自分で苦痛を表現することが困難な方のケアのポイントや、多職種連携の必要性を学ぶことができた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・先生方からご講義頂ける大変貴重な機会です。私たちは、福祉に携わる者ですが、医療との連携も不可欠ですので、今後も機会があればぜひお願いをしたいと思います。</li> </ul>
働き盛りの方々への少し生活を 見直してみませんか？(食事編)	小林 講師	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループワークでの実習もあり、職員が興味を持って取り組み、意見がたくさん出ていた。</li> <li>・塩分の取り過ぎが健康に大きく影響すること、表示を良く見て購入する習慣をつけることは、とても大切なことだと再認識しました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今回で3度目になります。多くのテーマを持ち合わせておられ、こちらもその時に合ったテーマを選ぶことが出来るので今後もお願いをします。</li> </ul>

乳幼児期・学童期にできる性教育	北村 助教	<ul style="list-style-type: none"> <li>・デリケートなテーマに、親はどのように子どもに伝えたら良いのかわからない問題ですが、易しくわかりやすく、即実践できる内容に参加者は安心したようでした。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大学の先生の話を身近に聞けるので、参加者の満足度が違うと思います。</li> </ul>
子育ては慌てずゆっくり	藤田 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・講師の先生の経験や、子育てについてのお話を聞くことができ、とても身近に感じることができました。今も大事ではあるが、子育ては長い目で見ていくことも大切だと感じた。先生のお話にならずきながら聞いている保護者もいました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・なかなか聞けない分野の話をお聞きすることができ、どこかに向くのではなく園内で講座を受けられることが、保護者の方にもよい。</li> </ul>
呼吸のフィジカルアセスメント	飯田 講師	<ul style="list-style-type: none"> <li>・事例を通してフィジカルアセスメントの必要性・方法が分かって良かった。呼吸の正常音・異常音を比較することができて良かった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・院内では、学校の先生より学ぶ機会が少なく、詳しく学べてとてもよかった。</li> </ul>
元気の源は睡眠	北村 助教	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一般的に大事だと認識されている「睡眠」について、様々なデータを活用され、別な切り口で説明をされ、改めて睡眠が大切であると考えられるようになった。講座後も、しばらくは睡眠が職場で話題となりました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康面が学力等に及ぼす影響は大きく、専門的な立場からの話で日々の生活を見つめ直すことができると思うため。</li> </ul>
死亡原因から現代社会を考える	藤田 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・医療や健康について、考古学的な視点からの研究をされており、幅広い生徒の興味、関心にこたえていると感じた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生徒が卒業後の進路を考えるうえで、とても貴重な体験である。</li> </ul>
介護は突然やってくる 一仕事と介護を両立していくために	高林 准教授	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年代に応じて、それぞれの職員が家族の介護について考えており、大変参考になる内容でした。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・職員研修の一環としてお願いしました。内部講師だけでは、業務に直結した内容ばかりとなるため、貴講座を利用して研修に幅を持たせたいと考えています。</li> </ul>

### 3. 出前講座についてのご意見・ご感想など、ご自由にお書きください。

- ・学内の研究テーマを部内に溜めず、地域に発信している姿に感銘を受けた。「立場の恩人たれ」…もう少し詳しく説明して欲しかった。
- ・昨年に続き、今年もお世話になりました。参加者も大変喜んでおられました。来年もぜひ、利用させていただきたいと思っております。
- ・講座終了後の質疑応答にも丁寧に対応して頂きました。逆に講師から参加者の関心のあることへも質問があり、参加者の興味がある事例を知ることが出来ました。
- ・忙しい中なので、なかなか難しいことかと思われませんが、事前のやりとりがもう少しできればいいなと思います。
- ・事前に、特にお話頂きたいことなど、ポイントの打ち合わせをさせていただければいいなと思いました。
- ・ご講義頂いた先生には、打ち合わせの段階から私たちの業務をご理解いただいていたこともあり、短い時間の中でたくさん情報を得られました。
- ・老人会役員は、講座名やその講師の選定には常に悩む。会員の健康増進への自覚及び生涯学習事業の一環としても、出前講座は身近なところにあるとありがたい。
- ・指定のテーマの中でも、当方の事情に合わせて内容を検討して頂き、大変ありがたいです。
- ・専門分野の先生からの話しが聞けることは近くではないので本当に良かったし、仕事にすぐ活かせると思った。近隣の職員からはまた声をかけて欲しいとの声も聞かれました。
- ・今回は、小学校の文化祭の様なイベントの中の体験教室として講義して頂きました。小学生にあわせた企画を考えて頂き、準備するものも明示してもらったので、役員としても動きやすかったです。当日もスムーズに進行してもらい、見学に来た親御さんを時々巻き込みながら楽しい時間が過ぎました。
- ・こちら側の要望を聞いていただき、一番聞きたいこと、知りたいことをズバリお話して頂き、大変勉強になりました。

## 第 1 回 茶 話 会

平成 27 年度には、卒業生への支援活動の手始めとして、茶話会を開催した。この会は、卒業生同士の近況報告や各職場の情報交換、本学教員と自由に語り合う場とし、体験を共有することで、モチベーションを高め今後の看護活動に生かすことを目指し企画した。

開催日は、新潟県立看護大学の大学祭である桜蓮祭の日、すなわち 10 月 31 日(土)とし、11 時から 1 時間程度で行った。卒業 1・2 年目の卒業生に対して参加を呼びかけ、卒業 1 年目(平成 26 年度卒業)の卒業生のうち、県内に就職した者 4 名のほかに、県外からも 5 名が集った。教職員の参加者は、学長、看護研究交流センター長、前看護研究交流センター長、在学当時の担任(本学教員)、元本学教員、看護研究交流センター職員などであった。

テーブルを囲み、お茶を飲みながら、就職して大変だったこと、学生時代にもっと学んでおいたら良かったと思うこと、卒業後大学に期待していることやしてほしいことなどについて、自由に語り合った。今回の茶話会については、「卒業後はなかなか交流の機会がなかったが、情報交換の場ができてよかった」「気分転換になり、元気になった。」「悩みを話せる会として、この会を続けてほしい。」という意見や感想があった。また、卒業生から在学生へ、「今ある時間を大切に」「自分の夢に向かって頑張る」などの貴重なメッセージを記入してもらい、在学生が閲覧できる場所に掲示した。

