

平成 29 年度看護研究交流センター

活動報告書

平成 30 年 4 月



公立大学法人新潟県立看護大学

看護研究交流センター

巻頭言

新潟県立看護大学では、大学と地域の交流の場として看護研究交流センターを併設しています。大学が果たす社会貢献については、教育や研究それ自体が長期的観点からの大学の社会貢献と考えますが、近年では、より直接的な貢献も求められるようになっており、こうした社会貢献の役割を、いわば大学の「第三の使命」としてとらえていくべき時代になっているものと考えます。看護研究交流センターは、新潟県の大学として、この第三の使命を実現するための拠点となる施設です。本学の教育・研究の成果を地域へ還元することを目的とし、地域と大学が共に成長していくための橋渡しを担っています。

看護研究交流センターでは、平成 29 年度も先駆的学習支援部門、地域社会貢献部門、看護職学習支援部門、地域課題研究開発部門、特別研究部門の 5 つの部門を置き、本学の建学の精神である「ゆうゆう・くらしづくり」に基づき、それぞれの部門の活動を展開してきました。先駆的学習支援部門では「健康長寿社会の実現を目指して」をテーマとした市民公開講座を開催しました。また、上越教育大学と連携した「長寿の秘訣！これならできる運動のススメ」についての公開講座を開催しました。地域社会貢献部門は、地域の医療者・大学と地域住民の交流会である「いきいきサロン」を今年度は 6 回開催しました。看護職学習支援部門は、県内の看護職・介護職者の学びの機会として、どこでもカレッジ公開講座を中心に活動してきました。地域課題研究開発部門は地域の保健・医療・福祉に携わる看護職者と大学教員との共同研究である地域課題研究発表会を開催しました。また、上越地域の看護研究の発表の場である上越地域看護研究発表会を同日に実施しました。特別研究部門は、地域における課題解決に向けた活動に協力する取り組みを行ってきました。これらの活動内容については各部門の報告内容をお読みいただければと思います。さらに、平成 26 年度から始まり、大学から地域へ出向く「出前講座」は、本学教員の専門的知見や研究成果等を地域へ還元する地域貢献活動の一環として行う事業です。地域の皆様の生涯学習の機会としてお役立ていただけるよう、医療・福祉・健康等に関する様々なテーマを用意し、平成 29 年度も多くの依頼があり実施できました。

このように、センターとして様々な活動ができましたことで、地域における絆がより深まってきたと思われまます。皆様のご支援に深く感謝しております。

これからも地域の皆様からの要望をもとに、5 つの部門を柱として活動していきたいと思ひます。今後ともご支援のほど、どうぞよろしくお願ひいたします。

平成 30 年 3 月
新潟県立看護大学
看護研究交流センター長
水口 陽子

平成 29 年度看護研究交流センター 活動報告書

目 次

I. 事業実施報告

事業概要	1
事業費	4
公開講座及び参加者数一覧	5
事業広報活動	6

II. 部門報告

先駆的学習支援部門	11
地域社会貢献部門	15
看護職学習支援部門	21
地域課題研究開発部門	29
特別研究部門	33

III. 事務局報告

出前講座	35
茶話会	43
会合に対する助成等	45

IV. 平成 29 年度地域課題研究助成の報告	46
-------------------------	----

I . 事業実施報告

事業概要

新潟県立看護大学では、大学と地域の交流の場として「看護研究交流センター」を平成14年4月に開設しました。

大学の建学の精神である「ゆうゆう・くらしづくり」に基づき、大学の教育・研究の成果を地域へ提供し、活動を通じて地域と大学が共に成長していくための橋渡しを担っています。

地域の皆様からの要望をもとに、5つの部門の活動を柱にして、大学の教職員が情報を発信しています。

I 目的

看護研究交流センターは、看護科学における教育と研究の成果を地域に還元し、県民及び保健医療福祉関係者に対する学術支援ならびに生涯学習・研修支援活動を通して、県内の保健・医療・福祉の向上に貢献することを目的としています。

II 各部門の主な活動内容

1. 先駆的学習支援部門【市民公開講座】【看護大・上教大連携公開講座】

医療分野の著名な知識人や、先駆的な取り組みを行っている実践者を招いた市民公開講座を開催している。また、上越教育大学との連携事業を担っている。

2. 地域社会貢献部門【いきいきサロン】

地域の医療者・大学と地域住民の交流会であるいきいきサロンを開催し、地域住民への学習の機会を提供している。

3. 看護職学習支援部門【どこでもカレッジ公開講座】【バーチャルカレッジ】

現職の看護師や潜在看護師のリカレント教育を推進する事業「どこでもカレッジプロジェクト」を主体に、県内の看護職及び介護職者への学び直しの機会を提供している。

4. 地域課題研究開発部門

【地域課題研究公募】【地域課題研究発表会】【上越地域看護研究発表会】

県内の保健・医療・福祉に携わる看護職を対象に本学教員と共同で行う研究を公募し、その成果報告会となる地域課題研究発表会や、上越地域の看護研究の発表の場である上越地域看護研究発表会の開催(上越地域振興局健康福祉環境部と共催)を担っている。

5. 特別研究部門

地域の課題を関係者と協働して政策的にまとめ、新潟県内の各地域が「健康・福祉のまち」として充実していくための事業を展開する。

行政や地域の関係諸機関と連携して、新潟県内における地域課題に対応した研究のテーマを検討している。

III 事務局

【出前講座】

本学教員の研究成果を地域へ還元する地域貢献活動の一環として実施している。

【卒業生支援】

卒後1、2年の卒業生を対象に茶話会(交流会)を開催している。また、本学教員および卒業生同士での情報交換や懇親を深めることを目的とした会合に対して支援を行っている。

IV 平成 29 年度 看護研究交流センター構成員

区 分	氏 名	職 名
	センター長 水 口 陽 子	基礎看護学教授
先駆的学習支援部門	部門長 平 澤 則 子	地域看護学教授
	野 村 憲 一	自然科学教授
	原 等 子	老年看護学准教授
	田 口 玲 子	精神看護学准教授
	大 口 洋 子	老年看護学助教
	大 崎 麻 美	成人看護学助手
	大 倉 由 貴	老年看護学助手
地域社会貢献部門	部門長 高 林 知 佳 子	地域看護学准教授
	川 野 英 子	地域看護学准教授
	川 島 良 子	基礎看護学助教
	天 谷 ま り 子	母性看護学助教
	伊 藤 ひ か る	精神看護学助手
	久 保 野 裕 子	地域看護学助手
	安 達 寛 人	精神看護学助手
	坂 田 智 佳 子	成人看護学助手
	室 亜 衣	小児看護学助手
看護職学習支援部門	部門長 岡 村 典 子	基礎看護学准教授
	小 林 綾 子	成人看護学講師
	高 塚 麻 由	助産学助教
	谷 内 田 潤 子	基礎看護学助教
	野 澤 祥 子	小児看護学助手
	大 倉 由 貴	老年看護学助手
	相 澤 達 也	成人看護学助手
	大 崎 麻 美	成人看護学助手
	東 條 紀 子	老年看護学助手

区 分	氏 名	職 名
地域課題研究開発部門	部門長 飯 吉 令 枝	地域看護学准教授
	石 田 和 子	成人看護学教授
	河 原 畑 尚 美	老年看護学准教授
	西 田 絵 美	母性看護学准教授
	北 村 千 章	小児看護学講師
	安 達 寛 人	精神看護学助手
特別研究部門	部門長 水 口 陽 子	基礎看護学教授
	高 柳 智 子	成人看護学教授
	野 村 憲 一	自然科学教授
	飯 吉 令 枝	地域看護学准教授
	井 上 智 代	地域看護学講師
	水 沢 泰 正	事務局長

事 業 費

平成 29 年度予算配分額 4,555 千円

I 各部門配分額

先駆的学習支援部門	375
地域社会貢献部門	172
看護職学習支援部門	1,300
地域課題研究開発部門	162
特別研究部門	114

II 地域課題研究

研究代表者	配分額
庄司 なおみ (魚沼基幹病院)	95
水澤 香澄 (長岡赤十字病院)	100
羽深 朱美 (新潟県立中央病院)	100
瀧澤 由佳 (上越地域医療センター病院)	52
竹原 則子 (新潟県立中央病院)	99
山井 由香里 (長岡赤十字病院)	100

III その他

事務局管理費	1,886
合計	4,555

平成29年度 看護研究交流センター公開講座参加者数

	日時	講座名	テーマ	参加者数
1	5月18日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	温泉の楽しみ方と入浴法	132
2	5月20日(土) 13:00～16:00	どこでもカレッジ	看護研究のテーマをみつけよう	26
3	5月27日(土) 13:00～16:00	どこでもカレッジ	呼吸のフィジカルアセスメント	27
4	6月10日(土) 13:00～16:00	どこでもカレッジ	文献検索の基本～看護研究の論文を探す・入手する～	11
5	6月15日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	幸せに生きる医学	161
6	6月24日(土) 13:00～16:00	どこでもカレッジ	さあはじめよう看護研究～研究計画書の書き方まで～	19
7	7月2日(日) 13:30～15:30	看護大・上教大 連携公開講座	長寿の秘訣！これならできる運動のススメ	184
8	7月15日(土) 10:00～16:00	どこでもカレッジ	患者の安全を高めるTeamSTEPPS(充実編)	45
9	7月20日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	せん妄をご存知ですか	132
10	7月29日(土) 13:30～15:00	どこでもカレッジ	認知症の理解とケア	55
11	9月21日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	ケアマネジャーって何する人？どうつきあう？	111
12	9月23日(土) 13:00～15:00	どこでもカレッジ	はじめよう！フットケア	22
13	9月26日(火) 10:00～15:45	どこでもカレッジ	わかりやすいプレゼンテーションのやりかた	7
14	9月30日(土) 9:30～12:10	研究発表会	平成29年度 第8回 上越地域看護研究発表会(上越保健所共催)	123
15	9月30日(土) 14:10～16:00		平成28年度 地域課題研究発表会	85
16	10月19日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	笑ってすこやかいきいき人生—4つの健康を目指しましょう—	98
17	10月21日(土) 13:30～15:00	どこでもカレッジ	高齢者の皮膚をまもる—スキンケア(皮膚裂傷)の予防と管理—	89
18	10月27日(金) 18:00～19:30	市民公開講座	健康長寿社会の実現を目指して	171
19	10月28日(土) 13:00～16:00	どこでもカレッジ	自分を活かし後輩を活かすプリセプターシップ/ パートナーシップのあり方	22
20	11月11日(土) 13:30～15:30	どこでもカレッジ	エンゼルケア・エンゼルメイク(被災地での活動も含めて)	53
21	11月16日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	最期まで自分らしく生きるために	110
いきいきサロン (6回)				744
どこでもカレッジ公開講座 (11回)				376
市民公開講座 (1回)				171
看護大・上教大連携公開講座 (1回)				184
研究発表会 (2回)				208
合計 (21回)				1,683

事業広報活動

I 情報公開

情報公開についての活動は以下のとおりである。

1. 平成 28 年度看護研究交流センター活動報告書 : 平成 29 年 4 月発行
2. 平成 29 年度看護研究交流センターご案内(リーフレット) : 3,200 部
3. 平成 29 年度看護研究交流センター出前講座(パンフレット): 1,500 部
4. 看護研究交流センター ホームページ
5. いきいき県民カレッジ: 平成 26 年度より看護研究交流センターの公開講座を登録
(※どこでもカレッジ公開講座を除く)

II 広報活動

広報誌、新聞、ラジオ等における広報目的の掲載は以下のとおりである。

1. 先駆的学習支援部門(24 回)

講座名	記事掲載・放送
『看護大・上教大連携公開講座』 長寿の秘訣！これならできる運動のススメ	広報いといがわおしらせばん(5/25)、上越 ASA ニュース(5/30)、上越よみうり(6/1・6/2・6/3・6/4・6/30)、上越タイムス(6/6・6/9)、上越かわらばん(6/6・6/30)、広報上越(6/15)、朝日新聞(6/16)、有線放送
『市民公開講座』 健康長寿社会の実現を目指して	新潟県立看護大学後援会だより vol.27(8月)、広報上越(9/15)、広報いといがわおしらせばん(9/25)、上越 ASA ニュース(9/28)、上越タイムス(10/1)、上越かわらばん(10/19)、上越よみうり(10/13、10/20)、がんぎネット、有線放送

2. 地域社会貢献部門『いきいきサロン』(69 回)

講座名	記事掲載・放送
【第 1 回】 温泉の楽しみ方と入浴法	上越かわらばん(4/27)、広報上越(5/1)、FM-J エフエム上越(5/2)、FM みょうこう(5/4)、上越タイムス(5/9・5/17)、上越 ASA ニュース(5/10)、朝日新聞(5/12)、上越よみうり(5/12・5/16・5/17)、上越妙高タウン情報(5/15)、有線放送
【第 2 回】 幸せに生きる医学	上越タイムス(5/23・5/31・6/14)、上越かわらばん(5/27)、広報上越(6/1)、上越 ASA ニュース(6/1)、朝日新聞(6/9)、上越よみうり(6/9・6/13・6/14)、有線放送
【第 3 回】 せん妄をご存知ですか	上越タイムス(6/21・7/19)、上越よみうり(6/27・6/28・6/29・6/30・7/14)、広報上越(7/1)、上越 ASA ニュース(7/4)、上越かわらばん(7/7)、有線放送

講座名	記事掲載・放送
【第4回】 ケアマネジャーって何する人？ どう付き合う？	新潟県立看護大学ニュースポルティコの広場 vol.31(7月)、新潟県立看護大学後援会だより vol.27(8月)、上越タイムス(8/11、8/22、9/20)、広報いといがわおしらせばん(8/25)、上越かわらばん(8/28)、広報上越(9/1)、がんぎネット、上越 ASA ニュース(9/12)、朝日新聞(9/15)、有線放送
【第5回】 笑ってすこやか いきいき人生 -4つの健康を目指しましょう-	新潟県立看護大学ニュースポルティコの広場 vol.31(7月)、新潟県立看護大学後援会だより vol.27(8月)、広報上越(10/1)、上越かわらばん(10/6)、上越タイムス(10/8)、上越 ASA ニュース(10/11)、上越よみうり(10/13、10/15、10/16、10/17)、有線放送
【第6回】 最期まで自分らしく生きるために	新潟県立看護大学ニュースポルティコの広場 vol.31(7月)、新潟県立看護大学後援会だより vol.27(8月)、上越かわらばん(10/27)、上越タイムス(10/31)、広報上越(11/1)、上越 ASA ニュース(11/8)、朝日新聞(11/10)、広報いといがわおしらせばん(11/10)、上越よみうり(11/14)、がんぎネット、有線放送

3. 看護職学習支援部門『どこでもカレッジ公開講座』(12回)

講座名	記事掲載・放送
看護研究のテーマをみつけよう	新潟日報(4/16)
呼吸のフィジカルアセスメント	上越タイムス(5/9)
文献検索の基本 ～看護研究の論文を探す・入手する～	上越タイムス(5/16)
患者の安全を高める TeamSTEPPS(充実編)	上越タイムス(6/13・7/14)
認知症の理解とケア	上越タイムス(6/20)
はじめよう!フットケア	がんぎネット
高齢者の皮膚をまもる -スキンケア(皮膚裂傷)の予防と管理-	がんぎネット
エンゼルケア・エンゼルメイク (被災地での活動も含めて)	がんぎネット
看護職員再就職支援セミナー	広報上越(7/1)、新潟日報(7/9)、広報いといがわおしらせばん(7/10)

4. 地域課題研究開発部門(4回)

発表会名	記事掲載・放送
平成 29 年度上越地域看護研究発表会 及び 平成 28 年度地域課題研究発表会	新潟日報(8/27)、上越タイムス(8/29)、上越かわらばん(8/30)、ASA ニュース(9/21)

Ⅲ 記事掲載・放送

新聞、放送等における取材は以下のとおりである。

1. 先駆的学習支援部門(2回)

講座名	記事掲載・放送
『看護大・上教大連携公開講座』 長寿の秘訣！これならできる運動のススメ	上越タイムス(7/4)
『市民公開講座』 健康長寿社会の実現を目指して	上越タイムス(11/3)

2. 地域社会貢献部門『いきいきサロン』(11回)

講座名	記事掲載・放送
【第1～6回】	新潟県立看護大学ニュースポルティコの広場 vol.32(1月)
【第1回】 温泉の楽しみ方と入浴法	新潟県立看護大学ニュースポルティコの広場 vol.31(7月)
【第2回】 幸せに生きる医学	上越タイムス(6/18)
【第3回】 せん妄をご存知ですか	上越タイムス(7/24)
【第4回】 ケアマネジャーって何する人？ どう付き合う？	上越タイムス(10/9)
【第6回】 最期まで自分らしく生きるために	上越タイムス(11/24)

II. 部門報告

先駆的学習支援部門

平澤則子、野村憲一、原等子、田口玲子、大口洋子、大倉由貴、大崎麻美

先駆的学習支援部門は、看護・医療・福祉分野の研究や実践に関する新しい知見やトピックスについて著名な学識者を招く公開講座と、上越教育大学との連携講座を開催し、地域住民の方々に学習の機会を提供している。

I 市民公開講座

テーマ 健康長寿社会の実現を目指して

日時 平成 29 年 10 月 27 日(金) 18:00~19:30

講師 鍋島陽一先生(医学博士)

公益財団法人 先端医療振興財団先端医療センター センター長

京都大学名誉教授 科学技術振興機構研究開発戦略センター特任フェロー

講師紹介

ヒトの老化によく似た症状を示すマウスの原因遺伝子としてクロトー(α -クロトー)を発見、多彩な老化類似症状が 1 つの遺伝子の異常によって起こることを示した。研究は国際的な総合科学ジャーナル【nature】に掲載され、一躍世界の注目の人となった。

講義内容

人類は「若返りたい」という願望を太古から持ち続けていた。もっとも「若返りたい」というのは、荒唐無稽な話ではあるが、現代の医学の進歩からするとあながち笑い話ではなくなっている。

さて、日本の人口統計を見ると、65 歳以上の人口が増え、一方で 64 歳までの働く人はどんどん減っていることがわかる。このような状況の中で、今、**productive aging**(生産的高齢者)の概念が重要となっている。この概念は、「国民、とりわけ高齢者が、

精神的にも肉体的にも健康を保持し、個人の生活においても社会に対する貢献においても、生産的な生活を送る」というものである。日本国民は、**productive aging** に向けた国民であるといえる。なぜならば、日本人は「就労の継続を希望する人」が多いからで、もし、75 歳定年になれば、労働人口の確保という意味でも好ましい。

この **productive aging** を実現するためには、まず、「老化」とは何かがわからなければならない。この老化研究が、最近になって盛んに行われるようになり、さまざまなことがわかってきた。たとえば、カロリー制限、これは確実に老化を遅らせることができる。カロリー制限とは、今、たべているカロリーを 70%程度まで減らすことであり、そうすると必ず、種を越えて、寿命が延びる。サルでは、加齢による疾患が起りにくいこと、また、寿命が実際に長くなることが確認できている。これは健康寿命が延ばせることを示している。他にも、インスリンや成長シグナルが減少すると、「寿命を延ばす遺伝子」の発現が増加することもわかってきた。遺伝子レベルでは、老化をコントロールしているサーチュイン遺伝子は、NAD(ニコチンアミノアデニンジヌクレオチド)という分子が増えれば、強く発現することがわかってきた。マウスでは、このサーチュイン遺伝子の発現を増加させるだけで、寿命が延びる。さらに興味深いことに、遺伝子改変まで行わなくても、NAD を上昇させれば、サーチュインは上昇するのだから、血中の NAD の前駆体(ニコチンアミノモ



ノヌクレオチド：NMN)の濃度を上昇させれば、長生きできるのではないかというアイデアのもと、すでに、マウスに NMN を飲ませるという実験が行われ、その結果、良好な結果が得られたとされる。

上記のような、老化を遅らすといった観点とは別に、若返るために、老化した細胞を除去するという発想もある。老化細胞というのは分裂しないので、癌化を回避している合目的な存在と考えられてきたが、実は、そうではないことがわかってきた。老化した細胞から様々な悪化因子が分泌されていたのである。高齢マウスから、老化した細胞を取り除いたところ、寿命が伸びたという研究があり、最近では、このような責任遺伝子が多数、判明している。

以上、老化研究は **productive aging** に直接つながると考えられる。日本政府も、今になって重大性に気が付き、研究の環境を整えるなど、本腰を入れだしたようである。大変有意義なことであろうと思われる。

参加者の状況

(1)参加者 171人(うち学生 94名)

(2)アンケート結果による評価

①アンケートの回収 58人 (75.3%)

②講師の話の全体的な感想

非常に良かった	35人 (60.3%)	良かった	18人 (31.0%)
普通	1人 (1.7%)	少し難しかった	1人 (1.7%)
難しかった	0人 (0.0%)	無回答	3人 (5.2%)

③感想の一部

- ・格調高い講義でした。大変興味深いお話でした。細胞レベルの話から、どう生活してゆくのか、生きていくのかを考えさせられました。何より素敵な先生でした。
- ・今までは長生きするには食べ物、生活の仕方等々と言われてきたと思うが、今日の講演で、生まれながらにしてとか、長寿の薬があるとか、初めてのことを聞きました。
- ・明日からの生活で、健康長寿のいくつかのヒントをいただきました。今後のうれしいニュース(サプリメントなど)も聞けました。ありがとうございました。
- ・まず腹9分目からスタート。8分目、7分目と目指そうと思います。それがお金をかけず(かえって節約)若返りできる道すじかと…。

II 平成29年度 看護大・上教大連携公開講座

テーマ 長寿の秘訣！これならできる運動のススメ

日時 平成29年7月2日(日) 13:30～15:30

場所 上越教育大学講301教室

講師 新潟県立看護大学 高柳智子教授 高林知佳子准教授
上越教育大学 直原幹副学長 池川茂樹准教授

講座の概要

両大学の研究者が、「健康長寿を実現するための運動」について解説し、トークセッションが行われた。聴衆は、40歳以上の忙しくて運動する時間がとれない人の最良の運動(効果的な時間や種類)について、実践可能なヒントを持ち帰ることができた。

話題提供

○高林准教授(新潟県立看護大学)：「健康寿命を延ばそう、運動を続けよう」

日本の平均寿命は、この70年で約30年伸び、男性81歳、女性87歳になった。健康寿命は「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」をいい、WHOも

健康寿命の延伸を提唱している。要介護状態になる要因は、全国では男性は脳血管疾患、女性は認知症が一番多い。上越市では脳血管疾患が多いと報告されている。脳血管疾患予防には、生活習慣病にならない、あるいは生活習慣病を重症化しない、脳血管疾患の既往のある人は再発しないことが重要である。

ブレスロー博士が示した7つの健康習慣の一つが、「定期的な運動をしている」である。運動を継続している人を対象に原動力は何かを調査したところ、「自分の健康のため」「体重を減少もしくは維持のため」「運動後の清々しい気分を味わいたいから」「おいしく食事やお酒をとりたいたいから」等、様々な回答があった。結局、その人のやる気につながるのであれば理由は何でもよく、自分なりの楽しみや喜びを探ることが運動を続けるコツになる。1日の生活時間をみると、何もしていない「すきま時間」が誰にもあるはずで、「隙間時間」に運動を試みる、それも運動を続けるコツといえる。

○高柳教授(新潟県立看護大学)：「転ばぬ先の知恵とからだづくり」

健康寿命に関連して、フレイルやサルコペニアという言葉が最近聞かれるようになってきている。フレイルは体重減少など身体的な問題だけでなく、「何もしたくない」や「じっとしていることが多い」など、心理・社会的な側面も影響しており、そこでとどめること、できたらその状態にならないことが大切である。また、日本の高齢者の約2割はサルコペニアの状態にあると言われており、そのため「動く」という機能が支障をきたし転倒につながっている。

様々な研究成果から、全身の動きを伴うため、単一な運動よりも色々な身体部分を動かせる複合的な運動が有効であり、6か月以上継続する必要性が示されている。

転ばないための対策として、つまずかない、すべらないということが大事になる。隙間時間を使って行える踵・つま先の上げ下げの運動や、普段の生活の中から歩くときにしっかり踏み出し、しっかり蹴るということが大事である。また、転んでも骨折しないために丈夫な骨を維持することも大切である。特に女性の場合は、閉経後は急激に骨が脆くなってしまう。カルシウム、ビタミンD・Kを含む適切な食品、サルコペニア予防には良質なたんぱく質の摂取が勧められているが、個々の栄養だけでなく栄養バランスを考えてとることが大切である。

○直原副学長(上越教育大学)：「忙しい人のための最良の運動」

運動はその意味や効果がわからないままやっけていても動機づけが低い場合が多く、運動するためには場所、時間、道具、指導者など環境が必要である。有酸素運動は10分以上続けると心肺機能を高める効果がある。運動する時間は1日10分から30分程度でよい。例えば、ふだん体を動かさない人が週5日30分の早歩きで早死にする確率が20%減少すると報告されている。しかし、3倍の90分の運動をしても早死にする確率は60%には下らない。長い時間の運動よりも時間が短くても1つの運動を続けることが大切であり、1日あたりは短時間でも、長く継続できるものが運動の最良の条件である。

運動には心肺機能を高める運動と筋力を高める運動がある。どんな運動でもどちらの要素も含んでいるがその比率は運動ごとに違う。ウォーキングは主に心肺機能を高める働きが高く、スクワットは筋力を高める働きが高い。忙しい人のための最良の運動には「10分から30分でできること」「心肺機能を高める運動と筋力を高める運動の両方を兼ね備えていること」「日常生活にある動作でできること」、これらの3つの条件を満たすことが必要である。それを満たすものが「階段昇り運動」である。階段昇り運動は筋力が鍛えられ、ゆっくり続ければ有酸素運動になる。階段登りは40歳以上の運動時間の確保が難しい人にとって最良の運動であり、お勧めである。

○池川准教授(上越教育大学)：「歩き方を変えると、10歳若返る！！」

雪深い県は冬期間に運動ができないため、冬期間の医療費が上がる傾向にあることがわかっている。運動不足は体力低下につながり、糖尿病、動脈硬化、認知症、がんなど、さ

まざまな生活習慣病の原因となる。体力は 20 歳代をピークに、1 歳年をとるごとに 1 パーセント減少し、30 パーセント減少すると要介護になると言われている。体力の低下と医療費の増加は反比例し、体力を高めれば健康寿命も延びる。

体力を高い状態で維持するためには、どのように運動すればよいのだろうか？

①息が上がるような、強度の高い運動を行う。

通常歩行と息が上がる強度の早歩きを交互に 3 分ずつ繰り返す「インターバル速歩」が手軽だが、スクワットやジョギング、階段のぼり等でも良い。

②息が上がる強度の運動を、通算して 1 週間に 60 分程度行う。

体力維持を図るなら最低でも 30 分以上行う。1 日の隙間時間や通勤時間、休日を利用すると良い。

③運動直後に牛乳やチーズ・ヨーグルト等の乳製品を摂取すると運動効果がアップする。

このようなやり方により、体力は 10 パーセントアップし(10 歳若返り)、生活習慣病の予防・改善につながる。

参加者の状況

(1)参加者 184 人

(2)アンケート結果による評価

①アンケートの回収 151 人 (82.1%)

②講師の話の全体的な感想

非常に良かった	84 人 (55.6%)	良かった	54 人 (35.8%)
普通	6 人 (4.0%)	少し難しかった	0 人 (0.0%)
難しかった	0 人 (0.0%)	無回答	7 人 (4.6%)

③感想の一部

- ・どの教員の話もわかりやすく興味深い内容だった。体力がない人はまずかかと上げから、通勤者は速歩きなど、各自のレベルに合わせた運動が示され、参加者は取り入れやすいのではないかと。
- ・健康づくりや運動に関して様々な情報があり、どれが正しいかわかりにくい中、このような講座は大変参考になると思う。
- ・4 人の講師の先生が異なる視点からお話しいただいた。両大学の連携企画によるものと思った。
- ・興味関心があるテーマでためになりました。身近にできる運動を教えていただいでやってみようと思いますが、続かなくて困っています。すき間をあける工夫を考え、生活の中に歩きを入れる、駐車場は遠くに車を止める等、頑張っって意識を変えて過ごしていこうと思ひます。

Ⅲ その他

平成 29 年度も、看護大・上教大連携公開講座の動画を看護研究交流センターのホームページに公開中である。



地域社会貢献部門

高林知佳子、川野英子、川島良子、天谷まり子、
伊藤ひかる、久保野裕子、安達寛人、坂田智佳子、室亜衣

地域社会貢献部門では、地域住民の方々が気軽に大学に足を運び、健康について関心を寄せ、学び合う場を目指す「看護大いきいきサロン」を平成21年度から開催している。

I 開催状況

平成29年度は、5月から11月にかけて計6回、いずれも平日の夕方に開催した。講師は、上越地域で開業している医師、上越地域の病院のソーシャルワーカー、上越地域の温泉ソムリエ家元、笑いヨガ講師、大学の教員とし、それぞれの専門とするテーマでの講演の後、地域住民の方々からの質問に答えてもらう時間を設けた。

平成29年度の参加者は744人であり、平成21年度から開始して、いきいきサロンの参加者は通算5,587人となった。

表1 開催日時およびテーマ・講師と参加人数

回	日時	テーマ	講師	参加人数
第1回	5/18(木) 18:30~19:30	温泉の楽しみ方と入浴法	温泉ソムリエ家元 遠間和広先生	132 人
第2回	6/15(木) 18:30~19:30	幸せに生きる医学	渡辺内科医院 院長 渡辺卓先生	161 人
第3回	7/20(木) 18:30~19:30	せん妄をご存知ですか	新潟県立看護大学 老年看護学 准教授 河原畑尚美	132 人
第4回	9/21(木) 18:30~19:30	ケアマネジャーって何する人？ どう付き合う？	上越地域医療センター病院 ソーシャルワーカー 宮川玲先生	111 人
第5回	10/19(木) 18:30~19:30	笑ってすこやか いきいき人生 —4つの健康を目指しましょう—	笑いヨガ講師 渡辺恭子先生	98 人
第6回	11/16(木) 18:30~19:30	最期まで自分らしく生きるために	新潟県立看護大学 小児看護学 准教授 大久保明子	110 人

II 参加者のアンケート結果

(1) 参加者の年代

60歳代が214人(35%)と最も多く、次いで70歳代が195人(32%)、50歳代が74人(12%)であった。

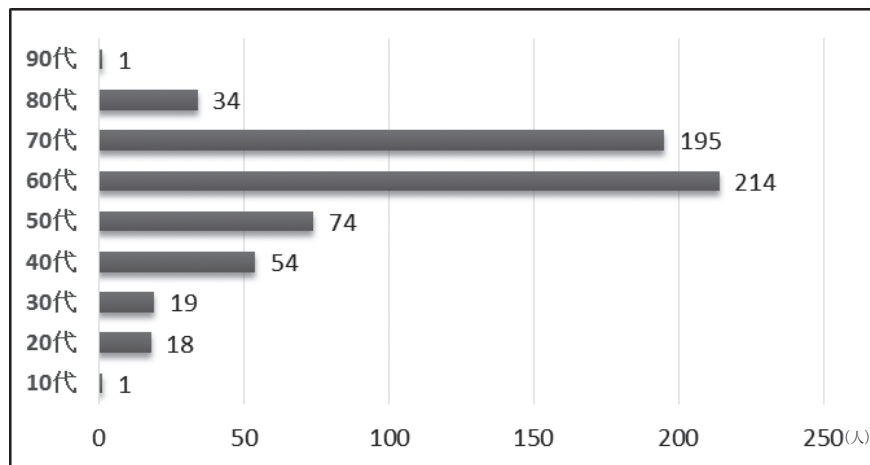


図1 年代

(2) 参加者の性別

性別では、男性が167人(27%)、女性が412人(67%)であった。

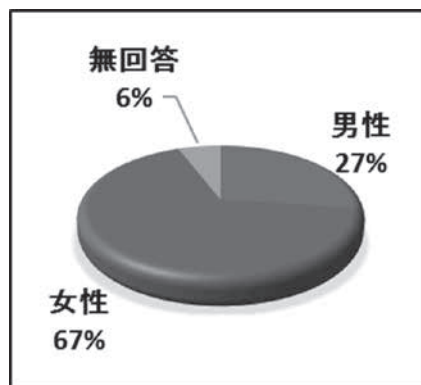


図2 性別

(3) これまで参加した回数

これまでに「1~5回」参加した人が191人(31%)と最も多く、次いで「10回以上」参加した人が152人(25%)、「6~10回」が132人(21%)、「初めて」が128人(21%)であった。

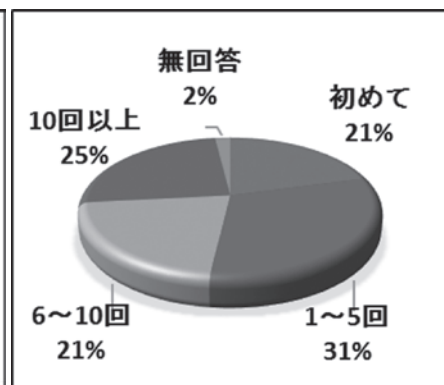


図3 参加回数

(4) 周知方法 (複数回答)

「リーフレット送付」によって参加した人が219人(36%)と最も多く、次いで「チラシ」128人(21%)、「新聞」118人(19%)、「市広報誌」107人(17%)の順であった。

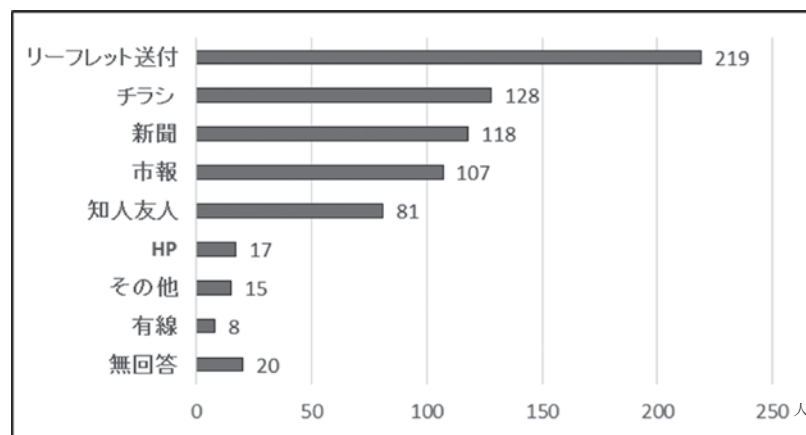


図4 周知方法 (複数回答)

(5) 参加理由 (複数回答)

参加理由では、「テーマに興味・関心があったから」が367人(60%)と最も多く、次いで「健康のため」が162人(26%)、「講師の話が聞きたかったから」が160人(26%)、「毎回参加しているから」が128人(21%)であった。

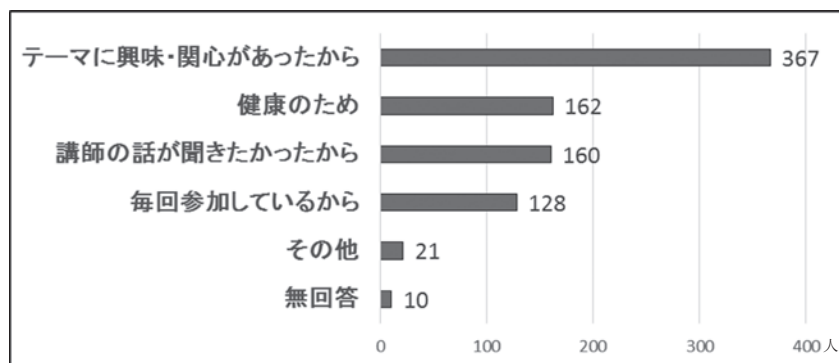


図5 参加理由 (複数回答)

(6) 講師の話についての感想

全体では、「非常に良かった」と回答した人は 265 人(43%)、「良かった」と回答した人は 231 人(38%)であった。

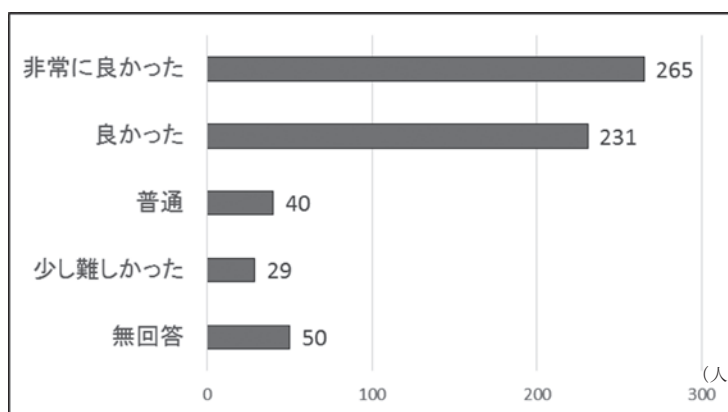


図 6 講師の話についての感想

(7) 今後とりあげてほしいテーマ (複数回答)

多かった項目は「認知症」180 人(29%)が最も多く、次いで「ストレス」175 人(28%)、「生活習慣病」134 人(22%)、「肩こり、腰痛」131 人(21%)、「がんの話」125 人(20%)であった。

その他自由記載は、感染症、アレルギー・喘息、人工透析、発達障害等、多くのテーマがあげられた。

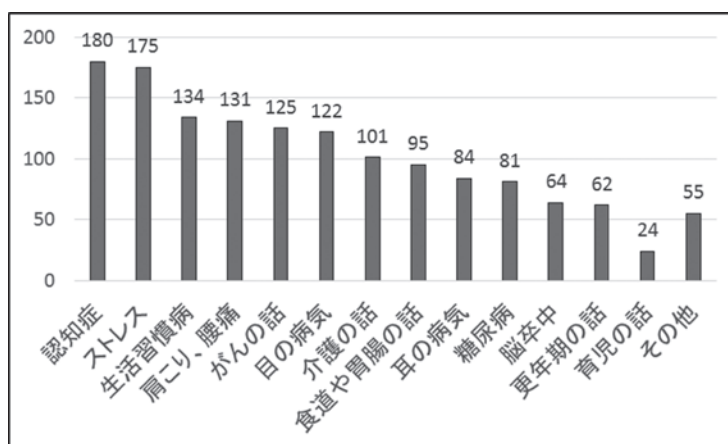


図 7 今後とりあげてほしいテーマ (複数回答)

III いきいきサロンの運営

1) 企画実行メンバー

地域社会貢献部門のメンバー7名(2名は産休)が主に企画と運営を行った。サロン通信の作成、新聞広告への掲載依頼、講師交渉と接待、参加者への景品の準備、当日運営等をそれぞれが役割分担して行った。

ポスター・チラシの作成・発送、講師資料の印刷、当日の受付等については、看護研究交流センター事務局の事務職員から、当日の会場準備は大学の事務職員から手伝ってもらった。

当日の運営では、学生アルバイト4名から、会場準備と受付を行ってもらった。

2) 広報活動

看護研究交流センターの案内、リーフレットの発送、FM-J の出演(1回)、看護大いきいきサロン通信の発行(2回)の他、毎回実施前に、ポスター・チラシの作成と配布、大学ホームページでの情報公開、NIC かわら版、上越タイムス「くびきの創信」、上越よみうり、上越 ASA ニュース、市広報誌への掲載を行った。

3) 講師謝礼

学外からの講師には1回1万円および交通費を支払った。

4) 参加者への接待

昨年と同様、参加者に対してお茶のサービスを行った。初回参加者には講義資料の保管用として看護大いきいきサロンと大学のロゴマークがついたファイルを配布した。また開始前にリラックスできるような音楽を流すことや、机にテーブルクロスをかけることで、サロンの雰囲気を出すための工夫を行った。また、サロンの最後に他のセンター事業等のお知らせと参加の呼びかけを行い、他部門の事業の宣伝も努めた。

IV 平成 29 年度の評価と今後の課題

29年度の参加人数は、昨年度より100人近く下回る744人であった。このうち初めて参加した人は90人減少(218人→128人)し、10回以上参加している人は30人増加(121人→151人)した。地域住民の一部における周知度がかなり高まっていると考えるが、受講する人の固定化が進んでいるとも考えられ、今後は新規の受講者を増やしていくための工夫も必要である。

29年度いきいきサロンに参加した理由をみると、「テーマに興味・関心があったから」が参加者の6割を占めており、「健康のため」や「講師の話が聞きたかったから」の理由と大きく差が生じていたことから、今後は、病院等で実施している健康講座と競合しないよう確認しながら、地域住民のニーズに合う内容としていくためにアンケートで希望の多かったテーマを参考に内容を検討していく必要がある。

また今年度は、いきいきサロン本来の目的である健康に関心のある住民の方達と看護や健康などの専門家との交流の場としていくことを心がけたが、現状では講義に多く時間が割かれてしまったために参加者との交流ができない回もみられた。今後は、講師からの話題提供だけでなく、和やかな雰囲気の中で講師と参加者が交流できる時間が設けられるよう、講師との事前打ち合わせを十分に行っていきたい。



公立大学法人 新潟県立看護大学 看護研究交流センター 地域社会貢献部門

看護大いきいきサロン通信

第9巻 第1号 2017年5月18日

看護大いきいきサロンは、健康に関心のある地域の皆様が気軽に集うことを目的としたサロンです。毎回、地域のホームドクターをはじめ福祉や健康などの専門家、本学の教員が様々なテーマでお話をします。参加費は無料です。皆様方からのお声をもとに、今年度も様々な分野のテーマを企画いたしました。

すべての講座は、木曜日の18時30分スタートです！お申し込みは不要ですので、どうぞお気軽にご参加ください。ご参加いただいた方には、資料を収められるクリアファイルをお配りします。ぜひご活用ください。
スタッフ一同、みなさまにお会いできることを楽しみにしています！



日時	テーマ	講師
6月15日(木) 18:30～19:30	幸せに生きる医学	渡辺内科医院 院長 渡辺 卓先生
7月20日(木) 18:30～19:30	せん妄をご存知ですか	新潟県立看護大学 老年看護学 准教授 河原畑 尚美先生
9月21日(木) 18:30～19:30	ケアマネージャーって何する人？ どう付き合う？	介護支援専門員 宮川 玲先生
10月19日(木) 18:30～19:30	笑ってすこやか いきいき人生 ー4つの健康を目指しましょうー	笑いヨガ講師 渡辺 恭子先生
11月16日(木) 18:30～19:30	最期まで自分らしく生きるために	新潟県立看護大学 小児看護学 准教授 大久保 明子先生



平成28年度に開催した全6回の参加者は延べ841人と過去最高で、年々多くの方にお越しいただいています。
聞きたいテーマや気になっていることがある方はお気軽にアンケートにお書きください！

公立大学法人 新潟県立看護大学

看護研究交流センター 地域社会貢献部門



看護大いきいきサロン通信

第 9 巻第 2 号 2017年9月21日 発行

看護大いきいきサロンは、健康に関心のある地域の皆様が気軽に集うことを目的としたサロンです。

今年度行われました第1回～第3回のサロンの内容をご紹介します。

第1回（5/18）：温泉の楽しみ方と入浴法

講師：遠間和広先生（温泉ソムリエ 家元）

温泉ソムリエ家元の遠間和広先生より「温泉の成分」「温泉の効能」「自宅でも温泉気分が味わえる方法」等、温泉の泉質早見表等を使いながら、わかりやすく解説していただきました。「温泉の楽しみ方、入浴方法がわかりやすくてよかったです。温泉めぐりをしたくなりました。」等の感想をいただきました。すぐにも温泉に行きたくなる内容をお話してくださいました。



第2回（6/15）：幸せに生きる医学

講師：渡辺 卓先生（渡辺内科医院 院長）

健康診断の意義や新しいがん早期発見に向けての技術等、たくさんのスライドを使って丁寧に解説いただきました。参加人数は161名と多くの方にご参加いただき、「画像での説明がとても分かりやすかった」「普段聞けないようながん治療の話聞くことが出来て良かった」「今日話を参考にして、元気に年を重ねていきたい」等の嬉しい感想が寄せられました。

第3回（7/20）：せん妄をご存知ですか

講師：河原畑尚美先生（新潟県立看護大学 老年看護学 准教授）

高齢者に多く見られ、急な病気や中毒など、きっかけがあればどんな人にも起こる可能性がある「せん妄」。「せん妄」は予防もでき、改善も可能です。そんな「せん妄」について、先生の臨床経験を踏まえた具体的な講義やDVDの上映もしていただき、「とてもわかり易かった」というお声をたくさんいただきました。



<今後の予定>

第4回
9月21日(木)
18:30～19:30

ケアマネジャーって何する人？
どう付き合う？

上越地域医療センター病院
ソーシャルワーカー 宮川 玲先生

第5回
10月19日(木)
18:30～19:30

笑ってすこやか いきいき人生
—4つの健康を目指しましょう—

笑いヨガ講師 渡辺 恭子先生

第6回
11月16日(木)
18:30～19:30

最期まで自分らしく生きるために

新潟県立看護大学 小児看護学
准教授 大久保 明子先生

事前のお申し込みは不要です。お気軽にお越しください！

看護職学習支援部門

岡村典子、高塚麻由、小林綾子、谷内田潤子、野澤祥子、
大崎麻美、大倉由貴、相澤達也、東條紀子

I 本部門の事業目的

新潟県内、特に上越地域の看護職の総合的な資質向上を目指し、様々な学習および研修の機会を提供する。このことにより看護職の資質向上をはかり、県民のヘルスケアの充実を目指す。加えて、卒業生の卒後教育も視野に入れた看護職の復職支援を行う。

II 平成 29 年度の事業の概要

今年度は、看護職向け公開講座(専門公開講座＝どこでもカレッジ公開講座)を 11 回開講、どこカレ通信の発行(4 回)、バーチャルカレッジの開講を継続して行った。本部門では、公開講座、およびバーチャルカレッジの 2 つの活動を「どこでもカレッジプロジェクト」と通称し、広報活動を行っている。以下に、事業の詳細を記す。

1. 専門公開講座(どこでもカレッジ公開講座)

専門公開講座は 11 回開講した(表 1 専門公開講座開催実績参照)。看護職向けとしているが、ほとんどの講座を、介護職を中心に多職種にも公開している。例年に準じ、昨年度の参加者の方々から寄せられた希望する公開講座のテーマに関するご意見をもとに公開講座のテーマ選定を行った。最新トピックスには、要望の高い高齢者に関するケアを取り上げ、金沢医科大学教授の紺家千津子先生に「高齢者の皮膚をまもるスキンケア(皮膚裂傷)の予防と管理」をテーマに講演をしていただいた。具体的な事例、そして動画も交えながらの説明に、参加者からは「褥瘡とスキンケアの区別をつけるのが難しく悩んでいたが、写真と共に事例もあったりしてとても分かりやすかった」「テープ剥離方法、保湿ケア時の保湿剤の塗り方について、具体的に説明してもらえた」といった実践につながる感想が寄せられた。

その他、看護研究支援(4 題)、看護実践スキルアップ(6 題)の講座を開催した。看護研究支援では、本学の石田和子先生に「看護研究のテーマをみつけよう」、「さあはじめよう看護研究」の 2 講座をご担当いただいた。「看護研究のテーマをみつけよう」では、「基礎知識に具体例が備わっていてストーンと落ちるものばかりだった」、「研究テーマはどこにでもあると思えて興味が出た」などの感想をいただき、続いての「さあはじめよう看護研究」では、「他施設の取り組みも聞けてよかった」など、参加者間での情報共有が学びにつながっていることが伺えた。

また、「わかりやすいプレゼンテーションのやりかた」では、本学の永吉雅人先生にわかりやすいプレゼンをするための基礎的な知識、わかりやすさにつながるエッセンスを講義いただくとともに、パソコンでの演習を通して参加者一人ひとりのプレゼンテーションが行われた。参加者からは、「とても分かりやすく、ポイントをつかむことができた」といった意見が寄せられた。

看護実践スキルアップでは、昨年引き続き近畿大学医学部附属病院の辰巳陽一先生をお招きして「TeamSTEPPS」の充実編を開催した。躍動感あふれる講義や様々なグループ演習を通して、リーダーシップやコミュニケーションといった TeamSTEPPS のノウハウをご教

授いただいた。参加者からは、「医療安全、チームワークのために、自分が実践できることに取り組みたいと思った」「非常に楽しく、充実した時間を過ごしました」などの感想をいただいた。次年度は、開催の度に多くの要望が寄せられた二日間での研修を企画しており、さらなるレベルアップを図る講座を辰巳先生と計画中である。

他には、例年要望の多い看取りについて、東日本大震災での活動でメディアでも取り上げられた復元納棺師である笹原留似子先生に来ていただき、「エンゼルケア・エンゼルメイク(被災地での活動も含めて)」をテーマに、参加型納棺への取り組みの実際、対象者の地域や宗教の特性を踏まえた関わりのエピソードなど、家族を含めたグリーフケアの重要性といったお話をしていただいた。参加者からは、「昔からの風習も大切にしながらケアすることが大事」「改めて看取りということは、すごいことをさせてもらっている」などの感想が寄せられた。

また、昨年同様に新潟県看護協会と連携し、「就職していない看護職(保健師、助産師、看護師、准看護師)の再就職を支援」するための再就職に向けた知識や技術を身につける講習会を実施した。講師陣は、臨床現場で活躍されている看護部長の他、セーフティマネージャー、感染管理認定看護師、皮膚・排泄ケア認定看護師といった方々に来ていただき、大変有意義な講習会を開催することが出来た。

今後の課題として、公開講座の講師依頼時の対応と、演習の場合の時間設定・内容についての二点があげられる。一点目の講師依頼時の対応であるが、公開講座は介護職を中心に多職種にも公開していることから、講師にはそうした参加者の背景をお伝えしている。介護職者の参加人数に合わせて、講師には講義内容の調整をしていただいております、ご負担をお掛けしている状況にある。このことから、講師には、依頼時に従来通り参加者の条件をお伝えするとともに、参加者の申し込み状況をどの時点でお伝えするか等、密なやり取りをしていくことが必要である。また、二点目の演習の時間と内容についてであるが、今年度の一部の講座にて演習時における講義と実践の時間配分が、参加者のニーズと違っていたことが推測された。このことから、講師との打ち合わせの際には演習の時間設定と内容についても調整し、場合によっては参加者のニーズに合わせて対応していただけるよう打ち合わせていくことが検討された。

表1 専門公開講座開催実績

区分	講座名	開催日	受講者数	参加費	講師
最新トピックス	高齢者の皮膚をまもる —スキンケア(皮膚裂傷)の予防と管理—	10月21日(土) 13:30～15:00	89	無料	金沢医科大学 教授 紺家千津子先生
看護研究支援	看護研究のテーマをみつけよう	5月20日(土) 13:00～16:00	26	無料	石田和子(本学)
	文献検索の基本 ～看護研究の論文を探す・入手する～	6月10日(土) 13:00～16:00	11	1,000円	高林知佳子(本学) 吉原貴子(本学)
	さあはじめよう看護研究 ～研究計画書の書き方まで～	6月24日(土) 13:00～16:00	19	無料	石田和子(本学)

	わかりやすいプレゼンテーションのやりかた	9月26日(火) 10:00~15:45	7	2,000円	永吉雅人(本学)
看護実践スキルアップ	呼吸のフィジカルアセスメント	5月27日(土) 13:00~16:00	27	1,000円	北里大学 基礎看護学 講師 飯田智恵先生
	患者の安全を高める TeamSTEPPS(充実編)	7月15日(土) 10:00~16:00	45	2,000円	近畿大学医学部附属病院 教授 辰巳陽一先生
	認知症の理解とケア	7月29日(土) 13:30~15:00	55	無料	長岡赤十字病院 認知症看護認定看護師 宮本良子先生
	はじめよう！フットケア	9月23日(土) 13:00~15:00	22	1,000円	長野市民病院 糖尿病看護認定看護師 清水敬子先生
	自分を活かし後輩を活かす プリセプターシップ/パートナーシップのあり方	10月28日(土) 13:00~16:00	22	無料	高島葉子(本学) 岡村典子(本学)
	エンゼルケア・エンゼルメイク(被災地での活動も含めて)	11月11日(土) 13:30~15:30	53	無料	株式会社「桜」代表 笹原留似子先生

2. どこカレ通信

メイト*に対する公開講座やバーチャルカレッジの周知を目的に、どこカレ通信をメイト向けに発行している。内容は、終了した公開講座の紹介、開催される公開講座の案内を中心とし、さらにメイト登録の案内等を掲載した。今後の課題として、紙面によるメイトへの発送とメールによる発行のお知らせについて検討している。メールの場合には、交流センターや公開講座の URL を一緒に掲載することで、利用者のアクセス機会が増えること、ひいてはメイト登録の機会ともなることを期待している。しかし、メールの受信制限をしている場合には届かないこと、また紙面による広報の利点もあることから引き続き検討していく。実績については、別表(表2 どこカレ通信発行実績一覧参照)にて詳細を示した。

なお、本学のリポジトリ等に収録して広く公開している。

*メイト

潜在看護職や看護職・介護職のリカレント教育を推進する事業「どこでもカレッジプロジェクト」では、ともに学習する看護職者をメイトと呼び、別途申請書による登録を行い、どこカレ通信をはじめ、公開講座、市民公開講座、大学院等の案内を送付した。

本年度新規加入は15名、退会3名、3月末現在メイト登録数は174名である。

表2 どこカレ通信発行実績一覧

	号名	発行日	送付部数	主な内容
1	37号	6月14日	166	近況報告と公開講座の案内、大学院入試説明会等
2	38号	8月15日	169	近況報告と公開講座の案内、上越地域看護研究及び地域課題研究の発表会案内、H30 地域課題研究公募

3	39号	11月27日	172	近況報告、バーチャルカレッジのご案内
4	40号	1月17日	173	近況報告、メイト会員の特典紹介等

3. バーチャルカレッジ

今年度は、渡邊隆前学長の退任講演会の模様を収録した「渡邊隆学長退任記念講演会」、公開講座より「呼吸のフィジカルアセスメント」、そして前年度のアンケート結果を受け新たに作成した「ケーススタディのまとめ方」の3本を動画教材として公開した。また、公開講座への誘いとして「看護研究交流センター長よりご挨拶」、担当講師による公開講座の「予告編」の2本の動画を作成し公開した。なお、設定したアンケートへの回答は得られておらず、バーチャルカレッジ利用者からのフィードバックについては今後の課題である。

平成29年度公開講座参加者のアンケート結果によると、交流センターホームページ閲覧者190名のうち、バーチャルカレッジの利用について「よく利用している」「たまに利用している」に回答したものは30名であった。

4. その他

1)メイト獲得に向けた取り組み

公開講座開催毎、メイト募集について案内し周知を図った。バーチャルカレッジでは、「看護研究交流センター長よりご挨拶」、公開講座の「予告編：呼吸のフィジカルアセスメント」の講師挨拶の2つについて、メイト登録がなくても閲覧できる状態とした。これにより多くの方から閲覧してもらい、その後のメイト登録につながるよう工夫した。また、「ケーススタディのまとめ方」は、講師として新潟県立中央病院看護師より協力を得たことにより、今後、院内教育での活用の際にメイト登録の増加が見込まれる。

次年度は、引き続き利用者のニーズに応じた動画教材を作成し、バーチャルカレッジのコンテンツの充足を図り、リカレント教育の機会提供とともにメイト登録者数の増加に貢献することを課題とする。利用者からのフィードバックを得ながら、より効果的な教材を配信できるように工夫していきたい。

2)広報活動

看護研究交流センターご案内(リーフレット)の発送、ホームページやくびきの創信(上越タイムス)への公開講座情報等の掲載、公開講座の対象に合わせた病院や施設へのチラシの送付、公開講座時にも今後の公開講座のチラシを配るなどして、積極的に情報を公開した。また、公開講座の終了後アンケートにはホームページに関わる設問を設け、ホームページの存在を周知するなどし、教員が実習などで訪れる際には各病院へチラシを持参し、直接参加を促す等の活動を行った。

資料1—どこカレ通信 37号

第37号 2017.6.14
どこカレ通信

新潟県立看護大学看護研究交流センター
「どこでもカレッジプロジェクト」は
看護職の学び直しを支援します。

蒸し暑さと肌寒さが続いておりますが、皆様お元気で
お過ごしでしょうか。
季節の変わり目のこの時期は、朝晩の気温差に十分留
意し、適度にエアコンを活用するなど、暑い
時期を迎えられるよう元気に過ごしましょう。

終了した公開講座の紹介

「看護研究のテーマをみつけよう」

5月20日(土)開催

本学の石田和子教授より講演いただきました。参加者は26名でした。「臨床での経験を踏まえた内容で分かりやすかった」「研究のテーマはどこにでもあることが分かった」などの意見が寄せられました。



「呼吸のフィジカルアセスメント」

5月27日(土)開催

北里大学の飯田智恵講師より講演いただきました。参加者は27名でした。「実際の呼吸音を聴く事で違いを気にしながらできた」「臨床ですぐに活かしていきたい」などの意見をいただきました。



「文献検索の基本

～看護研究の論文を探す・入手する～

6月10日(土)開催

本学の髙林知佳子准教授と吉原貴子主任司書より講演いただきました。参加者は11名でした。検索の仕方や医中誌では何が見られるかが分かったなど、分かり易かったと好評でした。



ご参加くださった皆様、ありがとうございました！

今後の公開講座

患者の安全を高める Team STEPPS (英文版)

7月15日(土) 10:00~16:00

講師：近畿大学医学部附属病院
安全管理部教授 辰巳陽一先生

参加費：2000円



認知症の理解とケア

7月29日(土) 13:30~15:00

講師：長岡赤十字病院 認知症看護認定看護師
宮本良子先生

参加費：無料

臨床研究のための統計処理

(統計ソフトSPSS・エクセルの紹介)

9月16日(土) 10:00~16:00

講師：本学 橋本明浩 教授

参加費：2000円



はじめよう！フットケア

9月23日(土) 13:00~15:00

講師：長野市民病院 糖尿病看護認定看護師
清水敬子先生

参加費：1000円

わかりやすいプレゼンテーションのやりかた

9月26日(火) 10:00~15:45

講師：本学 永吉雅人 准教授

参加費：2000円

**大学院看護学研究科 (修士課程)
入試説明会のご案内**

日時 6/24(土)11:00~12:00 *事前申込み不要

場所 新潟県立看護大学 大会議室

大学院の各コースや入試に関する全体説明のほか、入試や就学に関する相談に教員がお応えします。大学院へ進学するがまでは明確ではないが、聞いてみたいという方もお気軽にお立ち寄りください。




連絡先：新潟県立看護大学 看護研究交流センター (受付時間：平日 9:30~16:00)
住所：〒943-0147 上越市新潟町 240 電話：025-526-2822 (直通・FAX兼)
Eメール：nirin@nhsata-cn.ac.jp ホームページ：http://www.nirin.jp/



資料 2—どこカレ通信 38 号



暑い日が続いておりますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。
梅雨明け直後は気温が上昇し、熱中症が起こりやすい季節です。屋内・屋外を問わず、のどが渇く前に水分補給をしたり、こまめに休憩をとるなど、対策をしっかりとって元気に夏を過ごしましょう！

終了した公開講座の紹介	今後の公開講座
<p>「さあはじめよう看護研究 ～研究計画書の書き方まで～」 6月24日 開催</p> <p> 本学の石田和子教授より講演いただきました。参加者は19名でした。「アドバイスがわかりやすい」、「様々な研究方法を具体例と共に聞いて大変参考になった」などの意見が寄せられました。</p> <p>「患者の安全を高める Team STEPPS (充実編)」 7月15日 開催</p> <p>近畿大学医学部附属病院の辰巳陽一教授よりご講演いただきました。参加者は45名でした。 「わかりやすい講義で楽しく受講できた」、「復習して臨床で活かしたい」などのご意見をいただきました。</p> <p>「認知症の理解とケア」 7月29日 開催</p> <p>長岡赤十字病院 認知症看護認定看護師の宮本良子先生よりご講演いただきました。参加者は55名でした。県内各地のほか、県外からもご参加いただきました。講義は具体的な内容で分かりやすかったと好評でした。</p>	<p>はじめよう！フットケア 9月23日(土) 13:00~15:00 講 師：長野市民病院 糖尿病看護認定看護師 清水敬子 先生 定 員：40名 参加費：1000円</p> <p>わかりやすいプレゼンテーションのやりかた 9月26日(火) 10:00~15:45 講 師：新潟県立看護大学 永吉雅人 准教授 定 員：8名 参加費：2000円</p> <p>高齢者の皮膚をまもる 一スキンテア(皮膚裂傷)の予防と管理一 10月21日(土) 13:30~15:00 講 師：金沢医科大学教授 紺家干津子 先生 定 員：80名 参加費：無料</p> <p>自分を活かし後輩を活かす プリセプターシップ/パートナーシップのあり方 10月28日(土) 13:00~16:00 コーディネーター：新潟県立看護大学 高島葉子 教授 岡村典子 准教授 定 員：30名 ※卒後2~7年目 参加費：無料</p> <p>メイト特典「先行申込み」を是非ご利用ください!</p>
<p>上越地域看護研究発表会・地域課題研究発表会</p> <p>上越地域の看護職が取り組んだ実践・研究、県内看護職と本学教員が共同して取り組んだ看護実践における課題解決に向けた研究の発表会を開催いたします！</p> <p>日 時：平成29年9月30日(土) 9:30~12:30 (上越地域看護研究発表会) 14:10~16:00 (地域課題研究発表会)</p> <p>場 所：新潟県立看護大学 第1・2ホール たくさんの方々のご参加をお待ちしております！</p>	<p>平成30年度地域課題研究 公募</p> <p>看護現場で抱えている疑問や関心ごとなどを、本学の教員と一緒に研究してみませんか？</p> <p>【公募期間】 平成29年10月2日(月) 11月30日(木) ※午後3時必着</p> <p>※看護研究交流センターHPより公募要領・必要書類を入手できます</p>

連絡先：新潟県立看護大学 看護研究交流センター (受付時間：平日9:30~16:00)
住所：〒943-0147 上越市新南町240 電話：025-526-2822 (直通・FAX 兼)
Eメール：nirin@nigata-cn.ac.jp ホームページ：http://www.nirin.jp/

資料3—どこカレ通信 39号

第39号 2017.11.27
どこカレ通信

新潟県立看護大学看護研究交流センター
「どこでもカレッジプロジェクト」は
看護師の学び直しを支援します。

紅葉の葉も散り始め、冬の気配が感じられる季節となりました。寒い日が続いてまいりましたが、皆様に置かれましては、いかがお過ごしでしょうか。感染症の流行も気をつけながら、外から帰ったら、必ず手洗い・うがい、室内の適度な加湿に心がけるなど、予防をしっかりと行って、寒さに負けず元気に過ごしましょう。

終了した公開講座の紹介

「はじめよう！フットケア」
長野市民病院 糖尿病看護認定看護師 清水敬子先生よりご講義と演習を行っていただきました。参加者は22名でした。アセスメントからケア技法まで実際にお互いの足を見ながら演習を行い、実践的な学びを深めていきました。

「高齢者の皮膚をまもる—スキンケア（皮膚裂傷）の予防と管理—」
金沢医科大学 樹家千津子教授よりご講義いただきました。参加者は89名でした。スキンケアに関する知識と実践で使えるケアテクニックも含めてお話しいただき、「具体的なお話をきけて、実践に活かれます」との声が聞かれました。

「エンゼルケア・エンゼルメイク
(被災地での活動も含めて)」
株式会社「桜」代表 徳元納館師の笹原留似子先生よりご講義いただきました。参加者は53名でした。具体的なエンゼルケア・メイクの技術の話から、日本に古くから伝わる風習や死生観などにもお話しいただきました。参加者からは「看取りに対する心を学びました」「具体的な技術がわかりやすかった」などの声をいただきました。

バーチャルカレッジのご案内

本センターでは、ホームページ上で動画教材等を見ることができる**バーチャルカレッジ**を展開しています。メイトさんは、ログインしていただくことで、閲覧できます。インターネットの環境さえあれば、学びの場や時間を気にせずに、ご自分のペースで、学習していただけます。

- 【H29年度 新着動画】
- ★ 看護研究交流センター長よりご挨拶
 - ★ 呼吸のフィジカルアセスメント講義一部
 - ★ 渡邊隆前学長退任記念講演会

【ただいま準備中】

- ケーススタディのまとめ方

前年度のアンケートより、取り上げてほしいテーマとしてご要望の多かった『ケーススタディのまとめ方』について、ポイントやコツをわかりやすく解説しています。現在、順調に撮影がすすんでおります。

まずは、一度ログインしてみてください！

どこカレプロジェクト-バーチャルカレッジ

今後も皆様のご要望に沿えるよう、更新していきたいと思っております。ぜひ、閲覧していただき、ご意見いただけると幸いです。

★お友達にご紹介ください★
「メイト登録手続き」について HPに掲載しておりますので、ご案内ください！
ゲストログインで、お試し閲覧可能です。

資料4—どこカレ通信 40号

第40号 2018.1.17
どこカレ通信
新潟県立看護大学看護研究交流センター
「どこでもカレッジプロジェクト」は、
看護師の学び直しを支援します。

新しい年を迎え、いかがお過ごしでしょうか。
今年度は皆さまのご協力のもと、無事11の公開
講座を開催することができました。心よりお礼申し
上げます。
さて、バーチャルカレッジには新書教材を準備い
たしましたが、ご覧いただけただでしょうか。春からの
公開講座とともに、バーチャルカレッジもご活用い
ただきながら、次年度も何卒よろしくお願いいたし
ます。

終了した公開講座の紹介

わかりやすいプレゼンテーションのやりかた

9月26日開催



講師：永吉雅人准教授

毎年好評の本講座、今回は7名の方が受講されました。参加者からは、「文字数や改行などが大切だと理解できた」、「作成から発表まで実際に行うことで身に付いた」、といった声が聞かれました。普段あまり行うことのないプレゼンテーションですが、いざ実施するとなるとなかなか難しいもの…。講義を受け、そして実際に演習することをおし作成の方法やコツがわかってくると、プレゼンテーションがすっかり楽しくなりますね。次年度も楽しみな講座のひとつです。

自分を活かし後輩を活かすプリセプターシップ/パートナーシップのあり方

10月28日開催

コーディネーター：高島榮子教授、岡村典子准教授

22名の方よりご参加いただきました。参加者からは、「教えたことよりも新人が学んだことが大事」、「他院での取り組みを聞いてよかった」、また「ディスカッションがあり、現場のさまざまな話が聞けてよかった」といった声が聞かれました。日々、多忙な勤務の中で話し合うことはなかなか難しいことと思います。今回のような機会にご参加いただくことで、さまざまな意見を聞くことができ、さらにヒントを持ちかえることができよかったです。



今年の振り返りと次年度のお誘い

平成29年度は、最新トピックス1講座、看護実践スキルアップ6講座、看護研究支援4講座の合計11講座を開催しました。受講いただきました皆さま、大変ありがとうございました。

次年度も看護職の皆さまの自己研鑽と学びを応援すべく、頂いた声を反映させながら公開講座を準備いたします。春には平成30年度の公開講座のお知らせがお手元に届きますので、ぜひ年間計画に入れていただけますようお願い申し上げます。

メイト会員特典とバーチャルカレッジへのお誘い

メイト会員の皆さま！

会員特典はご利用いただいているでしょうか？

特典その1 先行申込み！

メイト会員の場合、各公開講座の申込み開始日より1週間早くお申込みができます！ぜひ先行申込みをご利用ください！

特典その2 バーチャルカレッジによる学習！

いつでもどこでも学習できるどこカレバーチャルカレッジに新規コンテンツが加わりました！ケーススタディがよくわからない...の声にお応えして『ケーススタディのまとめ方』をアップしました。検索は、[dokokare](http://dokokare.com)でも、[どこカレ](http://dokokare.com)でもヒットします！

～ID・パスワードが不明な方はお問い合わせください！～

スマホからも閲覧できますのでぜひご利用ください！

連絡先：新潟県立看護大学 看護研究交流センター（受付時間：平日9:30～16:00）

住所：〒943-0147 上越市新岡町240 電話：025-526-2822（直通・FAX兼）

Eメール：nirin@nisata-cn.ac.jp ホームページ：<http://www.nirin.jp/>

地域課題研究開発部門

飯吉令枝、石田和子、河原畑尚美、西田絵美、北村千章、安達寛人

I 本部門の事業目的

大学職員と地域の医療機関看護職員の共同研究である地域課題研究公募と発表会や、上越地域の看護研究の発表の場である上越地域看護研究発表会の開催を担う。

II 活動概要

1. 平成 29 年度上越地域看護研究発表会の開催

上越地域の看護職の連携を図る目的で、新潟県立看護大学看護研究交流センターと新潟県上越地域振興局健康福祉環境部の共催で開催した。

1) 看護研究発表会の準備

発表会開催にあたり、新潟県上越地域振興局健康福祉環境部が窓口となり上越地域の病院の看護師 7 名を加えた実行委員会が編成され、発表会前に 2 回(5 月 23 日と 7 月 28 日)の委員会が開催された。実行委員会では、会の企画と今後の進め方および当日の役割分担を検討した。演題の査読を新潟県立看護大学地域課題研究開発部門が担当した。

2) 平成 29 年度上越地域看護研究発表会の開催

テーマは「上げよう！！上越の看護」とし、新潟県立看護大学第 1・2 ホールで、すべて口演形式で実施した。演題は 13 題、参加者は 123 名であった。

また業者の協力を得て、当日は展示ブースを設けた。

当日のプログラムは以下の通りであった。

(平成 29 年 9 月 30 日(土) 9 : 30 ~ 12 : 10)

口演 第 1 群 9 : 40 ~ 10 : 10

座長 上村尚美 (さいがた医療センター)

研究 1-1 医療観察法病棟におけるディエスカレーションスキルトレーニングの効果の検証

○中村幸恵 (さいがた医療センター)

研究 1-2 自殺リスク者パス、自殺危険度評価表、巡回ハイリスク表の導入による効果

○竹田啓太 (三交病院)

実践報告 1-3 ふまねっと運動の効果の検証

○大澤さやか (川室記念病院)

口演 第 2 群 10 : 15 ~ 10 : 45

座長 小出千恵子 (上越地域医療センター病院)

実践報告 2-1 入院患者の認知機能低下に対する取り組み

～統一したケアを目指した勉強会とカンファレンスの効果～

○古江友美 (知命堂病院)

取組紹介 2-2 PD-HD 併用療法を行う高齢者への自宅退院支援について

～セルフケア取得に向けた関わり～

○須藤美幸 (新潟労災病院)

実践報告 2-3 胃瘻から経口摂取に移行した 1 症例

～口腔ケアで食べる意欲を引き出す～

○中尾景子 (介護老人保健施設 国府の里)

口演 第3群 10:55~11:35

座長 川原枝利子 (新潟県立妙高病院)

実践報告 3-1 重症心身障がい児(者)病棟における身体抑制時間短縮の試み
～入院時より身体抑制を続けている一症例への取り組み～

○山口和幸 (さいがた医療センター)

研究 3-2 環境変化に対して著しい不応答があった強度行動障がい者に対するの関わり
～A氏が好む散歩を取り入れて～

○鈴木陽子 (さいがた医療センター)

研究 3-3 血糖自己測定をしている糖尿病患者のセルフケアに関わる感情負担度

○武田織枝 (新潟県立中央病院)

研究 3-4 透析患者の足の状態とセルフケアの現状分析

○稲葉渚 (新潟労災病院)

口演 第4群 11:40~12:10

座長 西田絵美 (新潟県立看護大学)

実践報告 4-1 応援業務マニュアル活用による円滑な応援体制に向けた取り組み

○重野智子 (上越地域医療センター病院)

研究 4-2 小児科病棟における点滴トラブルを未然に防ぐために

～点滴観察シートを活用して～ ○田中喜美江 (上越総合病院)

実践報告 4-3 上越地域における HIV 感染者療養支援体制整備の取組

○佐藤まゆみ (上越地域振興局健康福祉環境部)

3) 上越地域看護研究発表会のアンケート結果および実行委員会での反省・評価

(1) アンケート結果

アンケート回収数は 75 名で回収率 61.0%であった。

初めて参加した人が 30 名(40.0%)で、発表会を何で知ったかでは「職場の回覧」が 33 名(44.0%)と最も多く、次いで「ポスター・チラシ」25 名(33.3%)、「上司に勧められた」21 名(28.0%)であった。参加動機は「開催地・会場が上越だったから」が 26 名(34.7%)と最も多く、次いで「演題・プログラムに興味があったから」が 21 名(28.0%)であった。

発表については「適切だった」が 71 名(94.7%)で、満足度は「満足」「やや満足」が 70 名(93.3%)あった。感想・意見として、「上越地域の取り組みを知ることができてよかった」「看護の質向上に向け様々な取り組みがとても参考になった」などの感想があげられた。その一方「クリニックにも開催の情報が欲しい」「質問しづらい感じがあった」など今後の課題となる意見も出された。

(2) 実行委員会反省会

発表会後に 1 回(11 月 9 日)の委員会が開催された。

「発表内容は年々充実してきている。」との意見が出されたが、その一方、クリニックなどにも案内を出し、発表のない施設に対して積極的に声かけをしていくなどの案が出された。また、次年度に向けて発表の仕方や発表時間終了 1 分前の予告改善策などの意見が出された。

なお平成 30 年度は 9 月 29 日(土)に開催することとなった。

2. 平成 28 年度地域課題研究発表会の開催

昨年同様、上越地域看護研究発表会と同日に開催した。平成 28 年度の地域課題研究発表会の演題は 9 題、参加者は 85 名であった。プログラムは以下の通りであった。

(平成 29 年 9 月 30 日(土) 14:10～16:00)

<第 1 群> 座長 河原畑尚美 (新潟県立看護大学)

1. 社員食堂からの健康情報発信により行動変容を促す
ーカリウムの効果についての情報発信を通じてー
パナソニック(株)エコソリューションズ社新潟工場 小坂智恵子
2. A 病院における、勤務計画表作成の現状把握
ーメンバーシップの視点からー
(独)国立病院機構さいがた医療センター 中村幸恵
3. A 地域における在宅療養支援につなぎ支える多職種連携教育の効果
ライフサポートゆう 飯塚文恵
4. 整形外科入院患者における尿路性敗血症発生率低減に向けた看護への取り組み
新潟県厚生連糸魚川総合病院 廣田光恵

<第 2 群> 座長 北村千章 (新潟県立看護大学)

5. 中堅保健師が行う保健事業の展開における課題
ーPDCA を用いた事例検討をとおしてー 新潟県庁人事課 室岡真樹
6. 慢性心不全患者が再入院に至った生活行動における問題点
ー高齢者世帯の患者の自己管理に関する語りを通してー
長岡赤十字病院 古市麻由子
7. 乳がん患者が放射線治療で受ける放射線性皮膚炎の照射部位別経時的変化
新潟厚生連長岡中央総合病院 三浦一二美
8. B 病棟看護師の糖尿病運動療法指導の課題
長岡赤十字病院 佐藤祐子
9. 結核病棟における外国人患者への看護実践
長岡赤十字病院 鈴木咲子

1) 地域課題研究のアンケート結果および部門内での反省・評価

(1) アンケート結果

アンケート回収数は 39 名で回収率 45.9%であった。

初めて参加した人が 21 名(53.8%)で、参加動機は「演題・プログラムに興味があったから」が 14 名と最も多く、次いで「共同研究者になっているから」が 13 名であった。満足度は「満足」「やや満足」が 35 名(89.7%)あった。感想・意見として、「とても勉強になった」「県内の研究の取り組みがわかり参考になった」「研究を通じて修士・博士課程につながれるといいと思う」などの意見が出された。また課題として、「質問が活発になるような工夫が必要だと思う」が出された。

(2) 部門内での反省会

地域課題研究では質問が少なく、活発に意見交換できるような工夫が次年度の課題である。さらに、上越地域看護研究発表会、地域課題研究発表会を土曜日に同日開催するようになって 9 年目であるが、午前・午後共に参加する人は少なく、参加者の確保も今後の課題である。

3. 平成 29 年度地域課題研究の申請状況

7 件の地域課題研究の申請が採択された。そのうち 1 件辞退があり 6 件の研究が進行中である。

申請者	所属	学内教員	研究テーマ
庄司なおみ	新潟大学地域医療教育センター魚沼基幹病院	高島葉子	「NICUにおけるきょうだい面会」が家族形成にもたらす影響に対する母親の認識
水澤香澄	長岡赤十字病院	北村千章	ファミリーセンタードケアによる母親の変化
羽深朱美	新潟県立中央病院	飯吉令枝 北村千章	早産児を育てる母親の NICU 退院後の不安
瀧澤由佳	上越地域医療センター病院	内藤みほ	A病院看護職における手洗いの実態調査
竹原則子	新潟県立中央病院	岩永喜久子 岡村典子	施設に所属する看護職の社会人基礎力に関する研究
山井由香里	長岡赤十字病院	小林綾子	維持透析を行う患者が透析を受け入れた要因

4. 平成 30 年度地域課題研究の応募

作成した公募要領を新潟県内の保健・医療・福祉関係に郵送するとともに、新潟県立看護大学看護研究交流センターホームページに掲載し、地域課題研究公募の広報活動を行った。

公募期間中(平成 29 年 10 月 2 日(月)～11 月 30 日(木))に公募が 1 件で、平成 29 年 12 月 1 日(金)～平成 29 年 12 月 25 日(月)まで再公募を行い、計 7 件の応募となった。

III 平成 29 年度の評価と今後の課題

1) 上越地域看護研究発表会、地域課題研究発表会について

地域課題研究では、他学会への発表や論文投稿を行う際に、二重投稿とにならないようにするため、今年度から年度末に出す報告書の内容の見直しを行った。今後は次年度の課題研究の発表用の抄録作成をどのようにしていくか検討が必要である。

また、上越地域看護研究発表会、地域課題研究発表会共に、できるだけ多くの人から参加してもらえよう広報活動を引き続き行っていく必要がある。そして発表会では、活発な意見交換ができるような工夫が必要である。

今年度は病院だけでなく、介護施設や保健所からの発表もあったが、今後はさらに市の保健師や産業分野の看護職等からの発表も促し、医療、福祉、介護、保健といった様々な場の活動を知る機会として発展していけるとよいと考える。

2) 平成 30 年度地域課題研究の応募について

公募締め切りまでに応募が少なかったため、昨年度同様再公募を行うこととなったが、目標の 10 件の応募がなかった。多くの施設から応募してもらえよう、広報活動を工夫していく必要がある。

特別研究部門

水口陽子、野村憲一、高柳智子、飯吉令枝、井上智代、水沢泰正

I 特別研究部門の経過

特別研究部門は、2010年(平成22年)1月に上越で行われた移動知事室において本学の前学長から「都会で生活している人たちが、上越地域の自然に触れ、人々と交流しながら健康な生活と安心できる福祉を考えるきっかけをつくる事業」としてメディカルグリーンツーリズムが提案され、平成22年度より活動を開始した。平成28年度までの6年間、妙高市の健康推進事業への協力を中心に活動していた「メディカルグリーンツーリズム」の事業を特別研究部門としては終了し、平成29年度は、「地域調査支援」、「センター特別研究」のグループを構成して活動している。

II 各研究グループの活動

平成29年度特別研究部門の活動報告として、「地域調査支援」、「センター特別研究」について、それぞれの主たる担当メンバーが報告する。地域と連携して活動させていただく中で、地域の皆様のご協力に改めて感謝申し上げます。

1. 地域調査支援活動概要

高柳智子、飯吉令枝、井上智代、野村憲一

1) 地域調査支援グループの活動目的

本グループは、新潟県内の地域課題に対応した調査支援を、行政や地域の関連諸機関と連携して行う活動をしている。

2) 平成29年度活動概要

今年度は下記の課題について、県内の公的機関と協働して取り組むことができた。

①長岡市山古志支所との共同調査支援

長岡市山古志地域に暮らす住民が、山古志で暮らし続けるための地域づくりの課題を明らかにすることを目的として同市山古志支所保健師と共同で調査を計画した。平成28年度に実施した高齢者へ調査に引き続き、平成29年度は壮年期の地域住民を対象に調査を実施し、山古志で暮らす高齢者・壮年期の住民の現状と課題を整理した。

2. センター特別研究活動概要

水口陽子、水沢泰正

1) センター特別研究グループの活動目的

本グループは、新潟県内の地域課題の解決につながる研究を行政や地域の関連諸機関と連携して行う企画に取り組む。

2) 平成29年度活動概要

地域における課題(健康福祉の増進および看護職の育成など)の解決につながる研究テーマを選定し、次年度から取り組む準備をしている。新潟県ならびに上越地域の関係諸機関と情報交換しながら、次年度に研究に取り組むテーマを絞り込んだ。

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 29 年度 出前講座テーマ一覧

No	テーマ	分野/ 職名/講師名
1	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 准教授 大久保明子
2	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、乳児人形を使ったおむつ交換、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。	小児看護学 准教授 大久保明子
3	大切な人を亡くした悲しみとケア [概要] 大切な人を亡くして悲しみの中にある方や大切な人を亡くして悲しんでいる人の力になりたいと思っている方へ、悲しみの癒し方についてお話しします。	小児看護学 准教授 大久保明子
4	しあわせって、どこにあるの？ [概要] 子どもたちのそれぞれがもつ個性や特徴は、両親から受け継いだ大切なものです。みんなちがってみんないいという視点から、健康であっても病気であっても、かわらないものがあることを、「本当のしあわせ」について、一緒に考えたいと思います。	小児看護学 講師 北村千章
5	あなたの性(いのち)は、大切な宝物 [概要] 幼少期から自分自身の性(いのち)について触れ、自分を大切にできる人になるための性(いのち)について考え学びましょう。子どもたちだけではなく、お父さんとお母さんも一緒に学びませんか。また、障がいのある子どもたちの性(いのち)についても一緒に考えましょう。	小児看護学 講師 北村千章
6	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。	成人看護学 講師 小林綾子
7	禁煙したい人と禁煙を応援したい人に役立つ情報と知恵 [概要] たばこの正体を知って、禁煙の難しさや禁煙のメリットを改めて確認し合います。参加のみなさんの体験も交えながらいっしょに禁煙と禁煙支援の方法を検討しましょう。	成人看護学 准教授 山田正実
8	長寿のための食卓 [概要] 「医食同源」という言葉があるように、毎日の食生活が、健康長寿に大いに関係することがわかっています。日本人の食生活の変遷を辿るとともに、世界一の長寿国となった現代日本人に必要な食生活を考えます。毎日の食卓を少し見直すことで、長寿社会を楽しく生きるコツを獲得しましょう。	社会科学 准教授 藤田尚

No	テーマ	分野/ 職名/講師名
9	介護予防オール Q&A 【概要】 高齢期になっても自立度の高い生活をしたい、さらに何らかの病気や障害があっても、前向きに生き活きとしていたいものです。毎日の生活習慣をちょっと見直すことで、介護予防に務め、充実したシニアライフをエンジョイしてみませんか。	社会科学 准教授 藤田尚
	家族の健康を考える 【概要】 家族が不健康な状態に陥る要因や、不健康な状態から健康な状態に戻る過程を紹介します。また、家族が健康を取りもどすための看護学の方法にも触れます。	
10	訪問看護師の1日 【概要】 主に、療養生活を自宅で送っている人への看護の内容を紹介します。どのような時に訪問看護サービスを使えるのかがわかる内容です。	地域看護学 准教授 川野英子
	認知症のこと 知りたい【知りたい入門編】 【概要】 認知症の原因、予防、認知症の人と家族の思い、地域づくりに向けた基本的考え方など。認知症への対応を考えるために必要な基礎知識について参加される方の状況によって内容をアレンジします。	
11	認知症のこと 知りたい【もっと知りたい中級編】 【概要】 認知症の症状が出る病気と症状の特徴、対応法の考え方などについて詳しく説明します。参加される方のご希望により内容をアレンジします。	老年看護学 准教授 原等子
	認知症のこと 知りたい【さらに知りたい実践編】 【概要】 認知症の症状の理解と対応の方法、家族の介護負担軽減の方法、地域で支えるヒント(つどい、カフェ、みまもりなど)をご紹介します。参加される方のご希望により内容をアレンジします。	
12	看護職に必要な「ケアリング」の基礎知識 【概要】 看護の本質である「ケアリング」を理解するための講義です。ケアリングの基礎理論について学習した後、看護実践に則したケアリングのあり方について議論します。改めて看護について考える機会になればと思います。	母性看護学 助産学 准教授 西田絵美
	看護研究の少ない標本で使える統計 【概要】 看護研究の量的研究で問題となるのは標本の大きさです。しかし、上手に計画し、処理すれば良い結果も得られることも多いのです。間違ったカイ二乗検定等の説明もします。	
13	看護職・介護職のための緩和ケア講座 【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。	成人看護学 准教授 酒井禎子
	安全なインターネットの使い方 【概要】 インターネットでは、ビックデータ解析という名前で情報を抜きとられ使用されているのが昨今です。そのような環境で、我が身を守る方法を説明します。	
14	古代エジプト人の健康度を探る 【概要】 巨大なピラミッドを作った古代エジプト人たち。彼らの健康状態が私の調査によって明らかにされつつあります。古代エジプト人が何を食べていたのか。そしてどんな病気に罹り命を落としていたのか。最新の人類学、考古学の成果から解説します。	社会科学 准教授 藤田尚
	日本人の形成に関与した古代の結核 【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。	
15	認知症のこと 知りたい【もっと知りたい中級編】 【概要】 認知症の症状が出る病気と症状の特徴、対応法の考え方などについて詳しく説明します。参加される方のご希望により内容をアレンジします。	老年看護学 准教授 原等子
	認知症のこと 知りたい【さらに知りたい実践編】 【概要】 認知症の症状の理解と対応の方法、家族の介護負担軽減の方法、地域で支えるヒント(つどい、カフェ、みまもりなど)をご紹介します。参加される方のご希望により内容をアレンジします。	

Ⅲ 平成 29 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	4/15 (土)	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	上越市教育委員会名立区 分室名立地区公民館	22名
2	4/24 (月)	介護予防オール Q&A	藤田尚	社会福祉法人上越市社会 福祉協議会大潟支所	20名
3	4/29 (土)	家族の健康を考える	川野英子	港南町長生会	27名
4	5/23 (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	妙高市教育委員会 生涯学習課	9名
5	6/8 (木)	長寿のための食卓	藤田尚	春日新田七福会 (老人クラブ)	30名
6	6/20 (火)	認知症のこと知りたい 【もっと知りたい実践編】 “認知症の人と家族の理解と支援”	原等子	有限会社上新ライフサー ビスめぐみ	47名
7	6/27 (火)	認知症のこと知りたい 【もっと知りたい実践編】 “認知症の人と家族の理解と支援”	原等子	有限会社上新ライフサー ビスめぐみ	34名
8	6/29 (木)	禁煙したい人と禁煙を応援したい人に 役立つ情報と知恵	山田正実	株式会社東光クリエート 安全衛生協力会光栄会	92名
9	7/7 (金)	あなたの性(いのち)は、大切な宝物	北村千章	糸魚川市立青海小学校	40名
10	7/11 (火)	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	真行寺幼稚園	22名
11	7/12 (水)	認知症のこと知りたい 【さらに知りたい実践編】	原等子	社会福祉法人上越市社会 福祉協議会柿崎支所ヘル パーステーション柿崎	95名
12	7/20 (木)	認知症のこと知りたい 【もっと知りたい中級編】	原等子	春日新田七福会 (老人クラブ)	44名
13	7/22 (土)	認知症のこと知りたい【初級予防編】	原等子	糸魚川市役所健康増進課	39名
14	7/26 (水)	いざという時あわてない医療～ガンと 告知された時 あなたは? 家族は?～	石田和子	中郷区老人クラブ連合会	50名
15	7/28 (金)	子どもには生きる力がある	北村千章	上越市津有地区公民館	18名
16	8/21 (月)	認知症のこと知りたい 【さらに知りたい実践編】	原等子	特別養護老人ホーム クレイドルやげやま	80名
17	8/24 (木)	認知症のこと知りたい 【さらに知りたい実践編】	原等子	特別養護老人ホーム クレイドルやげやま	
18	8/24 (木)	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	くびき野イキイキカレッ ジ(くびき野イキイキ盛 り上げ隊)	25名

	開催日	テーマ	講師名	依頼主	参加人数
19	8/29 (火)	認知症のこと知りたい 【知りたい入門編】	原等子	上越市教育委員会	30名
20	8/31 (木)	長寿のための食卓	藤田尚	くびき野イキイキカレッジ(くびき野イキイキ盛り上げ隊)	25名
21	9/5 (火)	長寿のための食卓	藤田尚	上越市御殿山町老人会(若葉会)	36名
22	9/6 (水)	長寿のための食卓	藤田尚	西ヶ窪浜喜楽会	29名
23	9/28 (木)	古代エジプト人の健康度を探る	藤田尚	妙高市教育委員会 生涯学習課	10名
24	9/29 (金)	家族の健康を考える	川野英子	新潟県砂利砕石協会上越支部	17名
25	10/11 (水)	介護予防オール Q&A	藤田尚	自主学习グループ ふきのとう	11名
26	10/17 (火)	認知症のこと知りたい 【知りたい入門編】	原等子	鴨島3丁目町内会	40名
27	10/18 (水)	あなたの性(いのち)は、大切な宝物	北村千章	真行寺幼稚園	25名
28	10/18 (水)	家族の健康を考える	川野英子	上越市仲町5丁目6丁目町内会	28名
29	10/20 (金)	家族の健康を考える	川野英子	JA えちご上越助け合い 組織「きずな」	23名
30	10/25 (水)	認知症のこと知りたい 【知りたい入門編】	原等子	三和地区民生委員・児童 委員協議会	21名
31	10/26 (木)	介護予防オール Q&A	藤田尚	社会福祉法人上越市社会 福祉協議会板倉支所	20名
32	11/9 (木)	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	上越市教育委員会	50名
33	11/10 (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	上越市教育委員会 社会教育課	25名
34	11/11 (土)	家族の健康を考える	川野英子	社会福祉法人 きよさと福祉会	12名
35	11/12 (日)	認知症のこと知りたい 【知りたい入門編】	原等子	糸魚川市社会福祉協議会 浦本支部	70名
36	11/15 (水)	認知症のこと知りたい 【知りたい入門編】	原等子	糸魚川市役所健康増進課 保健係	38名
37	11/15 (水)	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	上越市立美守小学校	14名

	開催日	テーマ	講師名	依頼主	参加人数
38	11/20 (月)	あなたの性(いのち)は、大切な宝物	北村千章	上越市立吉川中学校	130名
39	11/21 (火)	長寿のための食卓	藤田尚	上越市昭和町2丁目 福寿会	42名
40	11/22 (水)	しあわせて、どこにあるの？	北村千章	浦川原区総合事務所 浦川原地区公民館	39名
41	11/24 (金)	認知症のこと知りたい 【知りたい入門編】	原等子	特別養護老人ホーム サンクスレルヒの森	25名
42	12/1 (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	浦川原区総合事務所 浦川原地区公民館	25名
43	12/2 (土)	認知症のこと知りたい 【知りたい入門編】	原等子	柿崎区運動普及推進委員会	41名
44	12/8 (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	社会福祉法人大谷福祉会 高田大谷保育園	31名
45	12/14 (木)	あなたの性(いのち)は、大切な宝物	北村千章	上越市立大瀧小学校	29名
46	12/15 (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	社会福祉法人大谷福祉会 高田大谷保育園	37名
47	2/2 (金)	あなたの性(いのち)は、大切な宝物	北村千章	妙高市立総合支援学校	11名
48	2/4 (日)	他人ごとではない認知症、我がごとまる ごと地域とともに	原等子	糸魚川市役所健康増進課 保健係	80名
49	2/15 (木)	家族の健康を考える	川野英子	能生地区町づくり協議会 安全安心部	30名
50	2/17 (土)	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	上越市教育委員会	17名
51	2/19 (月)	訪問看護師の1日	川野英子	第3地区民生委員協議会	22名
52	2/20 (火)	小1ギャップについて	北村千章	上越市津有地区公民館	13名
53	2/22 (木)	認知症のこと知りたい 【知りたい入門編】	原等子	社会福祉法人上越市社会 福祉協議会板倉支所	19名
54	2/22 (木)	長寿のための食卓	藤田尚	田辺建設株式会社	56名
55	2/23 (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	上越市教育委員会名立区 分室名立地区公民館	10名
56	2/27 (火)	看護職に必要な「ケアリング」の 基礎知識	西田絵美	新潟県立中央病院	28名

	開催日	テーマ	講師名	依頼主	参加人数
57	2/28 (水)	あなたの性(いのち)は、大切な宝物	北村千章	糸魚川市養護教員会	24名
58	2/28 (水)	看護職・介護職のための緩和ケア講座	酒井禎子	ホームケアプラス 居宅介護支援事業所	10名
59	3/9 (金)	認知症のこと知りたい 【さらに知りたい実践編】	原等子	社会福祉法人上越市社会 福祉協議会大島支所	92名
60	3/13 (火)	家族の健康を考える	川野英子	NTT 退職者の会 上越地区協	53名
61	3/22 (木)	認知症のこと知りたい 【さらに知りたい実践編】	原等子	社会福祉法人上越市 社会福祉協議会板倉支所	18名
62	3/23 (金)	家族の健康を考える	川野英子	関東信越税理士会 高田支部	45名

合計 2,145名

2件都合付かずお断り

資料_1 平成 29 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：62 件(依頼件数：64 件) 参加者数：2,145 人

テーマ／講師名	1.講座の内容について
<p>いざというときに役立つ “子どものホームケア” 小児看護学 准教授 大久保明子</p>	<ul style="list-style-type: none"> 発熱、嘔吐、下痢とテーマに分けて詳しく説明していただき、とても分かりやすかったです。ストッキングを用いたクーリング方法や、背中に汗取りタオルを入れる工夫、漂白剤を使った消毒薬の作り方など、実践的な事も教えていただき、ありがとうございました。
<p>自分のからだ・健康・いのちについて 考えてみよう！ 小児看護学 准教授 大久保明子</p>	<ul style="list-style-type: none"> 脈や心臓の音を聴診器で聴いた体験が、自分が生きているという実感になった。命という詩を通して、健康やいのちの大切さについて気付いた子どもたちが多かった。
<p>しあわせて、どこにあるの？ 小児看護学 講師 北村千章</p>	<ul style="list-style-type: none"> 岡本綾さんのお母さんの言葉、「あなたの1本多い染色体に、やさしさと可能性がつまっているんだよ。」涙が出てきます。こんなにも素晴らしい考え方、言葉の選び方、声のかけ方があるのだなと感動しました。心のボーダーをなくす、自立の定義、丁寧に生きるなど、先生に学んだことをこれからの生活、子育てに役立てていきたいと思いました。
<p>あなたの性(いのち)は、大切な宝物 小児看護学 講師 北村千章</p>	<ul style="list-style-type: none"> 全校生徒が対象でしたが、どの学年の生徒にも自分の性(いのち)、命の大切さ、男女平等、思いやり、親への感謝、性についての知識等、学ぶことができました。また、思春期の心身の変化についても肯定的に受け止めていました。保護者からも、教えるににくい点を話していただき良かったという感想が、多数ありました。
<p>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) 成人看護学 講師 小林綾子</p>	<ul style="list-style-type: none"> 「適切なカロリー」について、調理方法の仕方によって変わるので注意する必要性を感じた。 糖尿病についてぼんやりとしかなかったが、予防も含めて明確になった。 参加者をグループ分けして、個人の意見等を述べ、テーマを認識させるのに役立った。
<p>禁煙したい人と禁煙を応援したい人に 役立つ情報と知恵 成人看護学 准教授 山田正実</p>	<ul style="list-style-type: none"> タバコから様々な病気のリスクを高めることや、禁煙しない人や子供たちに影響を及ぼすため、禁煙の必要性を理解することができました。講話を拝聴し、禁煙を志す人が増えるよう期待しています。
<p>長寿のための食卓 社会科学 准教授 藤田尚</p>	<ul style="list-style-type: none"> 日本人の寿命が延びてきたことについての栄養学だけでなく、考古学、史学、民俗学、医学、統計学にわたり、先生の研究成果をユーモアを交えながらお話くださりまして、私たち高齢者にも分かりやすかったと皆さん喜んで帰っていきました。
<p>介護予防オール Q&A 社会科学 准教授 藤田尚</p>	<ul style="list-style-type: none"> 健康寿命について、食生活、適度の運動、認知度の維持(生涯勉強)①明るく生きる②老化は誰にでも起きるもの、1~2つ衰えがあっても気にしない③自分のことをするのは「自分のため、人にやってもらうことをなるべく少なくしよう」という気持ちと実践④上手な介護制度の利用等のお話は、大変参考になりました。
<p>家族の健康を考える 地域看護学 准教授 川野英子</p>	<ul style="list-style-type: none"> ひとり住まいの人は別として、家族と同居生活をしている人にとって、自分のみならず家族の生活並びに健康に気を配りながら生活をしていく。それが、自分自身の健全な健康に結びつく。それを阻害する要因を早めに排除することにより、ストレスがなくなることを改めて認識いたしました。 家族の発達課題も年齢に従い解説いただきました。また、健康に影響を及ぼす出来事ストレスフルの尺度も非常に参考になりました。
<p>訪問看護師の1日 地域看護学 准教授 川野英子</p>	<ul style="list-style-type: none"> とてもわかりやすい話の内容でした。介護者が増えている中、訪問看護師不足などいろいろ問題点があり、私たちにも痛感させられました。 現在、病院から在宅看護へと色々時代の要請が、特に高齢者に関して言われていますが、そのポイントは訪問看護体制の問題だと思っておりました。その辺の知識不足を具体例を挙げての説明で、よく理解できました。
<p>認知症のこと 知りたい 【知りたい入門編】 老年看護学 准教授 原等子</p>	<ul style="list-style-type: none"> 基礎を踏まえた上で、多くの具体例を挙げながら展開いただき分かりやすく、自分の問題(課題)として捉えることができた。認知症患者、家族の実態と地域の見守り(付合い)方を学ぶことができ、実に有意義な研修となった。
<p>認知症のこと 知りたい 【さらに知りたい実践編】 老年看護学 准教授 原等子</p>	<ul style="list-style-type: none"> 臨機応変に対応して頂き、分かりやすくユーモアのある講義でした。・時折、専門用語が出てきて難しいように感じたが、先生が分かりやすい言葉や表現をしてくれたおかげで、感覚的に理解することができました。認知症の方の立場に対する理解を深めることで、対応方法の幅や視野が広がっていきそうです。

テーマ／講師名	1.講座の内容について
他人ごとではない認知症、我がごとまるごと地域でとにも 老年看護学 准教授 原等子	・資料にそった話で、途中笑いもあり、皆さん和やかに聴講されていました。すごく関心をもって聴かれていました。マイナスイメージの認知症ですが、前向きに考える機会になりました。
看護職に必要な「ケアリング」の基礎知識 母性看護学 助産学 准教授 西田絵美	・新人ナースの卒業式にふさわしいはなむけの言葉となった。これからケアすることの意味を考え続けていくことのきっかけになるのではないだろうか。
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	・知らなかった情報や、事前に質問させてもらったことなど、先生より丁寧に教えていただけたので。
古代エジプト人の健康度を探る 社会科学 准教授 藤田尚	・歯から健康度を探る講義は興味深かった。・骨の価値、役割、つくりについて理解できた。・何をもって健康な身体なのかを考えるきっかけになった。・講義内容が難しかったが、「死の定義」「ストレスマーカー」「健康度」について考えさせられた講義であった。有意義でした。
子どもには生きる力がある 小児看護学 講師 北村千章	・プロジェクターを使用し、数字やデータを、見ている参加者全員で共有して講演を受けることができた。保護者の多くが自分の家族のこととして考え、子供への働きかけについて考えることができていた。
小1ギャップについて 小児看護学 講師 北村千章	・保護者の方に感想を聞いてみると、「貴重なお話が聞けてよかった」「日々の忙しさに当たり前のことを忘れていた」「子どもの声に耳を傾けていきたい」など、とても前向きな声が聞かれ、日頃の子育てを見つめ直すきっかけになった方が多かったようです。

2. 出前講座についてのご意見・ご感想など、お気づきの点をご自由にお書きください。

- ・私どもは年間を通じてサロンを開催していますが、この度は参加者に健康に対する意識を持ってもらえるよう、また住み慣れた地域で暮らせるよう、アドバイスを含んだ講演をしていただきありがとうございました。
- ・実際に教具や模型を見せながらの講義、受講生にとっては比べられる対象ができてよかったと思う。
- ・メールでのやりとりでしたが、対応が丁寧で、心配なく打ち合わせを進めることができました。また別の学校に異動してもお願いしたいです。
- ・参加者の健康に高い関心があり、継続して講座を開設していきたい。
- ・旅費は安いと感じました。出前講座は今後もお願いしたいと思います。
- ・今まで病気になったり、健康を害したことについては考えてきましたが、角度を変えて考え研究していることを知りました。やはり豊富な内容を持って研究している機関(看護大学)だと改めて感心いたしました。
- ・連続した講座(シリーズ制)内容ができないもののでしょうか。
- ・毎年、バラエティーにとんだ講座内容で、楽しみにしております。
- ・行政委員、行政職員対象の研修会は平日となるため、平日講義を担当されている先生との日程調整が難しいと感じました。小規模の会議研修でしたが、調整・準備にご配慮いただき、感謝いたします。
- ・本、資料で知ることはなかなか難しい。直接話を聞いた方がより効果が多いと知りました。今後もこのような講座を続けてほしいと思います。
- ・要望にあわせてお話をしていただけたことが大変ありがたいです。
- ・普段聴くことのできない専門家の話を、希望する場所で聴くことができるので、出前講座のシステムはとて素晴らしいと思います。今後もぜひ続けて欲しいです。講座の内容もたくさんあり、様々な年齢層に合わせて選択できるのも魅力的でした。また活用させていただきたいです。
- ・出前講座を今後とも活用させていただきたいと思います。がん教育を推進していきたいと考えています。外部講師をお願いできると良いです。(特にがん体験者の方など)
- ・このような出前講座を私自身活用させていただくのは初めてでしたが、事前の打ち合わせから当日まで、丁寧に対応いただきました。何よりも、専門的な立場からお話を伺うことができて本当によかったです。また機会があれば、活用させていただきたいと思います。
- ・各地域の事情(対象)や要望に合わせてお話をしていただけたら大変ありがたいです。ありがとうございました。遠い所3回に渡りご講義いただき、先生にはご足労おかけしました。広域で啓発でき、みなさんに関心を持っていただけました。
- ・講師の先生には、終始和やかに難しい問題について分かりやすく話して下さり、感謝申し上げます。町内でこのようなお話をお聞きすることができれば、なお良いのにと感じました。
- ・年々高齢者が増えてきて、地域の中でも入院やデイサービス利用となる方がいる。退院したかと思うとショートステイとか留守の状態が見られ、町内の療養・介護認定された方たちの把握が難しいこのごろです。医療現場や国の考え方も分かるので、このような講座は時々開いてもらおうとありがたい。
- ・傾聴の大切さは今までよく確認され、皆心がけてはいるところですが、たとえば末期の方への対応として「逃げずに」聴く、対応することの大切さを教えてもらい、これからも業務に活かしていきたいと思いました。

第 3 回 茶 話 会

卒業生への支援活動として、昨年度に引き続き、平成 29 年度に第 3 回茶話会を開催した。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。桜蓮祭と同日の 11 月 4 日(土)11 時から 1 時間程度で行い、卒後 1 年目の卒業生 12 名の方が集まった。県内に勤務の卒業生だけでなく、県外からの参加もあった。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。参加者から、「最初はとても大変であったが、少しずつ自分のしている看護職としての仕事の大切さが実感できるようになった」など、専門的な立場で実践する困難さや抱負が語られた。また、「皆が悩みながらも頑張っている話を聞くことができ、元気が出ました」などの感想があった。当日に参加された先生方からは「皆が通る道なので、この調子で一生懸命取り組んでいってください」などのエールが送られた。さらに、卒業生から在學生へ「在学中の学習は大変だが、後々自分のためになると思うので頑張ってください」「学生生活を楽しんでください」などのメッセージを書いてもらい、在學生が閲覧できる場所に掲示した。



第3回 茶話会アンケート

H29.11.4(土)開催

参加者 卒業生 12名 (卒後1年 12名、卒後2年 0名)

(事前申し込み 7名、当日欠席 1名、当日参加 6名)

教員 7名

回収数 12枚

◇ 参加して良かった…12名

- ・ みんな悩みながらも頑張っている話を聞いて、元気が出ました！！
- ・ 同級生、先生方とお話できてよかった。
- ・ 他の同期が色々な場所で頑張っていることを知って、とても刺激になりました。久々に先生方とお話できて、覚えてくださっていて、とても嬉しかったです。
- ・ 先生方や同級生と話をすることができ、また頑張ろうと思うことができました。
- ・ 皆が同じような悩みを持っている中でも、頑張っているのが分かったので、自分も頑張ろうと励みになった。
- ・ 皆が同じような悩みを抱えながらも頑張っていることがわかり、また自分も頑張ろうと思えました。

つまらなかった…0名

◇ 開催時期

- ・ 桜蓮祭と同日が良い…12名 ○月頃が良い…0名

◇ 茶話会の方法

- ・ 自由な席で良かった…12名 席は決められていた方が良かった…0名
- ・ テーマがあり話しやすかった…9名 テーマはなくても良い…3名

◇ 茶話会の継続（後輩のため）について

- ・ 是非継続してほしい…12名 できれば継続してほしい…0名
- ・ どちらでも良い…0名

◇ 卒業後、大学に期待することがありましたらご記入ください。

- ・ 再就職情報
- ・ 今後もアットホームな雰囲気を持ち続けてほしいです。
- ・ 臨床に活かせる講座の開催（新人向けのものなど）

会合に対する助成等

卒業生への支援活動の一環として、平成 28 年度に「卒業生の小規模な会合に対する助成等に関するガイドライン」を作成し、平成 29 年度 4 月から実施している。

このことについては、本センターホームページ内に平成 29 年 3 月に開設された「卒業生支援ポータル」において公開している。

I 事業目的

本学の学部を卒業した者(以下、卒業生という)が、自主的に複数人集まり、本学の施設内において、本学教員及び卒業生同士で情報交換や懇親を深めることを目的とした小規模な会合を対象に、その会合の準備及び運営に対して支援を行う。但し、本学の後援会または同窓会による事業は含まない。また、短大卒業生は対象外とする。

II 支援の主な内容

1. 会場等の提供

本学の施設・設備を、大学運営に支障のない範囲で、無償で利用できる。

2. 経費の助成等

- 1) 当日配付する資料等の印刷：本学の複写機を利用して印刷するものに限る。
- 2) 茶菓代：当日提供するものに限り、1 人あたり 750 円または 1 会合あたり 20,000 円までのどちらか少額を上限とする。なお、購入する茶菓は、本センターを通じて業者に発注し、業者から本センターへ直接請求が行われ、本センターが支払うことができる場合に限る。

3. 教員との連絡調整

必要に応じてセンター職員が関係教員との連絡、調整を仲介する。

III 実績

目的・開催概要	開催日時	参加者	助成額
H29.3 に卒業した老年ゼミナール選択学生が集まり、近況を報告し合い、現状の課題を話し合い、さらに親交を深める	8 月 11 日(金) 12 : 00～	卒業生 5 名 本学教員 2 名	5,250 円
新潟県立看護大学 2 期生の近況報告会	10 月 8 日(日) 13 : 00～	卒業生 26 名 本学教員 1 名	11,300 円
ひよこの会 (本学を卒業して行政保健師となった 1～5 年目の卒業生を対象に情報交換を行う)	11 月 4 日(土) 13 : 00～	卒業生 4 名 本学教員 7 名	7,963 円
第 7・12 期生老年ゼミ情報交換会	2 月 18 日(日) 11 : 00～	卒業生 9 名 本学教員 2 名	6,984 円
	合 計	卒業生 44 名 本学教員 12 名	31,497 円

IV. 平成 29 年度地域課題研究助成の報告

平成 29 年度地域課題研究助成の報告

1. 研究課題名

「NICUにおけるきょうだい面会」が家族形成にもたらす影響に対する母親の認識

2. 研究代表者及び所属

庄司なおみ 新潟大学地域医療教育センター 魚沼基幹病院

3. 研究メンバー

庄司なおみ¹⁾ 成田恵¹⁾ 高島葉子²⁾ 和田雅樹¹⁾

1) 新潟大学地域医療教育センター 魚沼基幹病院 2) 新潟県立看護大学

4. 学内責任者

新潟県立看護大学 高島葉子

5. 研究経費執行額

	旅費	報償費	役務費	需用費	合計
執行額(円)	37,138	0	29,607	28,255	95,000

6. 研究の概要

本研究は、NICU入院児に対してきょうだい面会を行った上の子の変化が家族形成にもたらす影響を母親がどのように認識したかを明らかにし、きょうだい面会のあり方や **Family Centered Care** に役立てることを目的とした。本研究は質的記述的方法で行い、同意が得られた母親 3 名を対象に、半構成的面接を行った。面接で得られたデータを逐語録に起こしコードを集積し、サブカテゴリー、カテゴリーとしてまとめ分析した結果、10 のカテゴリーが見いだされた。

母親たちは、きょうだい面会を意識する前から、上の子に対し【生まれる前から下の子の存在の意識づけ】【下の子に面会に行く時の気づかい】を行っていた。【きょうだいの絆を深めたい】ことが面会の動機としてあげられ、面会には【上の子の心と身体の準備が必要】と考えていた。実際に面会すると、【上の子の反応を確認できた】【よろこぶ上の子を見て幸せを感じられた】【成長した上の子に支えられた】【心配していた赤ちゃん返りがなかった】【退院後の下の子の受け入れに繋がった】【上の子の成長が家族をひとつにしてくれた】と母親は認識していた。きょうだい面会が家族形成にもたらす影響について母親からは、上の子の成長を通して認識していることが語られた。母親は、きょうだい面会は上の子の中で下の子の存在を大切なものとし、上の子の成長を促し、その成長が新しい家族を迎え入れ、家族をひとつにしてくれたと認識していることが示唆された。

7. 今後の学会発表の予定

- ・有 (日本母性衛生学会)

平成 29 年度地域課題研究助成の報告

1. 研究課題題名

Family Centered Care による母親の変化

2. 研究代表者及び所属

水澤香澄 長岡赤十字病院 NICU 病棟

3. 研究メンバー

水澤香澄¹⁾ 小林宏至¹⁾ 北村千章²⁾

1) 長岡赤十字病院 NICU 病棟 2) 新潟県立看護大学

4. 学内責任者

新潟県立看護大学 北村千章

5. 研究経費執行額

	旅費	報償費	役務費	需要費	合計
執行額 (円)	34,524	0	55,479	9,680	99,683

6. 研究の概要

Family Centered Care(以下、FCC)は多くの施設で進められ、先行研究においても、母親の育児への自信につながる可能性や、子どもへの愛着形成が促進されることが報告されている。一方で FCC による母親の育児、ケア参加に対する思いを調査した先行研究は見当たらない。本研究では、FCC を通じて母親が主体性をもって育児を行っているのかをインタビューし、その場面や心情の経過を明らかにした。6 名の対象者にインタビューを行いその内容を分析し、57 個のコード、18 個のサブカテゴリー、7 個のカテゴリーに分類した。この結果から早産を経験した母親は、初めて子どもに触れることに抵抗感や恐怖心を抱くことは少なく、むしろ触れたいと望んでいて、何かをしてあげたいと思っているが、自分に何ができるのかわからないという戸惑いを抱いていることが明らかになった。

看護師が母親に情報を提供し、ケア参加を促し支援することで、母親は育児ができる喜びや母親としての自覚をもてるようになり、さらに、子どもとの関りを繰り返すことで、主体性を持って育児を行っていると感じるようになる。また、自責の念をもつ母親や、早産を経験した母親は、早期から子どもと関わりをもつことで、自責感情は喜びに転換することも明らかになった。

以上のことから、母親が育児に自信をもてるようになるためには、看護師の介入が必要であり、FCC を継続していくためのスタッフの理解と教育が重要であることが示唆された。

7. 今後の学会発表予定

- ・有 (H30 年度 新生児看護学会)

平成 29 年度地域課題研究助成の報告

1. 研究課題名

早産児を育てる母親の NICU 退院後の不安

2. 研究代表者及び所属

羽深朱美 新潟県立中央病院 東 7 病棟

3. 研究メンバー

羽深朱美¹⁾ 中村直美¹⁾ 丸山智恵美¹⁾ 上野直美¹⁾ 北村千章²⁾ 飯吉令枝²⁾

1) 新潟県立中央病院 東 7 病棟 2) 新潟県立看護大学

4. 学内責任者

新潟県立看護大学 飯吉令枝

5. 研究経費執行額

	旅費	報償費	役務費	需要費	合計
執行額 (円)	0	18,000	59,397	22,298	99,695

6. 研究の概要

早産児への出生直後からの長期的支援や、退院後早期の介入が重要視されている。A 病院は、NICU のある病院であるため、この課題に対して今まで以上に地域全体で取り組む必要があると考え、本研究に取り組んだ。本研究では、在胎週数 34 週以下で出生し、NICU 退院後半年前後経過した子どもの母親 7 名に対して、成長発達、育児の不安についてのインタビューを行い、母親の不安や困りごとを明らかにした。インタビュー内容の分析から、39 個のコード、18 個のサブカテゴリー、5 個のカテゴリーに分類された。この結果から、子どもの身体の成長、発達についての不安は退院後 6 か月経過しても継続していること、授乳や病気に対する不安、育児不安や、地域の子育て支援の理解方法がわからないということが明らかになった。A 病院の NICU において子どもの母親に対して、退院後の育児がイメージできる指導や、退院後の地域の相談窓口を紹介するなどの改善が必要である。また、子どもの退院後は外来、乳児健診でのフォロー、訪問の際に成長に合わせた支援をしていけるように地域の保健師や助産師、サポートグループへ繋いでいく必要があることが示唆された。

この結果を得て、平成 30 年 2 月に上越地域の保健師、助産師、子育て支援を行っている NPO 法人、当院看護師、助産師が参加し、「NICU 退院児研修会」を実施した。看護研究の経過報告、小児科医の学習会を行い、早産児の支援について情報交換や病院と地域の連携について意見交換した。この研修会は、病院と地域の連携を検討することに有効であった。

7. 今後の学会発表の予定

- ・有 (H30 年度 新生児看護学会)

平成 29 年度地域課題研究助成の報告

1. 研究課題名

A 病院看護職における手洗いの実態調査

2. 研究代表者及び所属

瀧澤由佳 上越地域医療センター病院

3. 研究メンバー

瀧澤由佳¹⁾ 古澤弘美¹⁾ 内藤みほ²⁾

1) 上越地域医療センター病院 2) 新潟県立看護大学

4. 学内責任者

新潟県立看護大学 内藤みほ

5. 研究経費執行額

	旅費	報償費	役務費	需用費	合計
執行額 (円)	792	0	0	27,677	28,469

6. 研究の概要

【目的】A 病院における手指衛生の現状を把握するために、看護職の認識や手技について調査し、現状と課題を明らかにする。

【方法】A 病院に勤務する看護職 116 名に無記名の自記式質問紙による実態調査を行った。

【倫理的配慮】 病院長と看護部長、師長会で承諾を得て調査を開始した。本調査は自由意思による参加であり、個人情報の取り扱い等について書面または口頭にて説明した。回答の提出をもって本研究に同意を得たものとした。

【結果】 手洗いの重要性は認識しているものの、実際の手指衛生にかかる時間やタイミングにばらつきがみられた。手洗い場の環境不足を認識している者が 5 割、時間がないことを理由として、手洗いでできない状況があると認識している者がいることも明確になった。

【考察】 A 病院の看護職は、感染対策において手洗いは重要と考えており、手洗いについての意識は高いが、手を洗う時間や、タイミングの認識不足という実態から、手洗いの環境不足や手を洗う時間がないことも関連していると推察される。

【結論】 A 病院の看護師は感染対策において手洗いの重要性に対する意識は高く強みとなる。しかし、正しい知識や技術を習得しきれていない実態や現状が明確になった。手指衛生の必要性やその選択について実際に示し、研修会で定期的に知識を提供しつつ、看護ケア場面を通し実践を繰り返し、自ら考え実践できるような手指衛生の教育支援を行う必要があると示唆された。

7. 今後の学会発表の予定

- ・有 (新潟県看護協会)

平成 29 年度地域課題研究助成の報告

1. 研究課題名

施設に所属する看護職の社会人基礎力に関する研究

2. 研究代表者及び所属

竹原則子 新潟県立中央病院

3. 研究メンバー

竹原則子¹⁾ 佐藤裕子¹⁾ 丸山美香²⁾ 青木洋子³⁾ 岩永喜久子⁴⁾ 岡村典子⁴⁾

1) 新潟県立中央病院 2) 新潟県立がんセンター新潟病院

3) 新潟県立リウマチセンター(元新潟県病院局) 4) 新潟県立看護大学

4. 学内責任者

新潟県立看護大学 岩永喜久子

5. 研究経費執行額

	旅費	報償費	役務費	需用費	合計
執行額(円)	0	0	16,000	80,370	96,370

6. 研究の概要

経済産業省が 2006 年から提唱している「社会人基礎力」とは、「前に踏み出す力」、「考え抜く力」、「チームで働く力」の 3 つの能力(12 の能力要素)から構成されており、職場や地域社会で多様な人々と仕事をしていくために必要な基礎的な力と定義されている。看護職は、これらの能力を身につけることで専門的な知識・能力を活用しながら、主体的に業務に取り組み、周囲と協調しながら成果を生み出していけるようになることが期待されている。そのため、社会人基礎力を意識的に育成していくことが、今まで以上に重要となってきた。そこで本研究は、施設に所属する看護職の社会人基礎力についての実態を明らかにすることを目的とする。その結果から、A 県立病院が必要とする人材を育成する一助となるものと考えられる。

まず、研究代表者が所属する新潟県立中央病院倫理審査委員会の承認を得た後、調査対象施設の看護部長より研究同意を得た。研究デザインは量的記述的研究で、郵送法による無記名自記式質問紙調査とした。質問紙は社会人基礎力を測る評価表(36 項目、尺度は 5 段階から構成)を経済産業省から許諾を得て使用した。さらに、日本看護協会の看護者の倫理綱領を参考に看護倫理から 10 項目を加えた質問紙を作成し、使用した。

結果は、配布数 1753 人、回収数 1315 人(回収率 75.0%)、有効回答数 920 人(有効回答率 70.0%)であった。全体合計点は 125,054 点、全体平均点は 2.7 であった。

7. 今後の学会発表の予定

- ・有 (日本看護管理学会)

平成 29 年度地域課題研究助成の報告

1. 研究課題名

維持透析を行う患者が透析を受け入れるために影響した要因

2. 研究代表者及び所属

山井由香里 長岡赤十字病院 人工腎センター

3. 研究メンバー

山井由香里¹⁾ 田邊恵子¹⁾ 外山朋子¹⁾ 小林綾子²⁾ 高頭久美子¹⁾ 山崎肇¹⁾

1) 長岡赤十字病院 人工腎センター 2) 新潟県立看護大学

4. 学内責任者

新潟県立看護大学 小林綾子

5. 研究経費執行額

	旅費	報償費	役務費	需用費	合計
執行額(円)	40,216	0	24,672	13,159	78,047

6. 研究の概要

【目的】本研究目的は、維持透析患者が透析を受け入れる為に影響した要因を明らかにすることであった。

【方法】1) 研究デザイン：質的記述的研究 2) 対象・期間：対象は、同意を得た維持透析患者 3 名で期間は H29 年 8 月であった。3) データ収集方法：半構造的面接を実施し、面接内容を IC レコーダーに録音し、逐語録を作成した。4) 分析方法：逐語録から透析を受け入れた要因を抽出し意味を損ねないようカテゴリー化した。5) 倫理的配慮：所属施設の倫理審査委員会の審査を得たうえで行った。

【結果】参加者は、透析年数 2 年の 60～80 歳代の男性 3 名であった。透析を受け入れるために影響した要因は<保存期に、透析の知識を得て心身の準備をした><透析を納得して受け止めようと決心した><透析導入前の症状が無くなり体調が改善した><透析導入後自分なりに食事管理ができていく><透析をする生活に慣れ自分のやりたいことができていく><周囲の人の気遣いを感じ必要とされている><透析仲間と語る場がある><前向きに安心して透析が受けられている>であった。

【考察】保存期の透析の知識や心身の準備状況や、透析導入後の体調の改善が透析を受け入れることに影響していたと考えられた。

【結論】維持透析を行う患者が透析を受け入れる為に、8 つの要因が影響していた。保存期に十分知識が得られるよう支援することや透析導入後に体調の改善が感じられるような看護が重要である。

7. 今後の学会発表の予定

- ・有（新潟透析医学会学術集会・長岡赤十字病院院内看護研究発表会）

平成 29 年度
公立大学法人新潟県立看護大学
看護研究交流センター 活動報告書

平成 30 年 4 月 発刊

発行 公立大学法人 新潟県立看護大学 看護研究交流センター
〒943-0147 新潟県上越市新南町 240 番地
TEL・FAX 025-526-2822