

令和元年度看護研究交流センター

活動報告書

令和2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

本学看護研究交流センターは、大学の使命・役割のひとつである地域貢献、すなわち、県民や県内看護職の皆様の生涯学習支援の一端として、主に本学が有する知的財産を提供するとともに地域の方々との交流の場として機能することを目標に、開学時（平成14年）に設置され、19年目を迎えます。この間、その在り方は、参加者の皆様から終了後アンケートの形でご意見を頂き、企画・運営に反映させてきました。そして、2018（平成30）年から、①先駆的学習支援部門（看護大・上教大連携講座、市民講座）、②地域社会貢献部門（いきいきサロン）、③看護職学習支援部門（公開講座、バーチャルカレッジ）、④地域課題研究開発部門（上越地域看護研究発表会、地域課題研究発表会）、⑤特別研究部門の5部門で構成し、加えて、地域へ出向いて行う「出前講座」、卒業者や修了者との交流や相談対応などを実施してきています。

令和元年（平成31年）度の目標は、前看護研究交流センター長（水口陽子教授）下で各部門が企画したものを確実に実施することと、その評価を通じて、各部門における課題を検討・整理し、次年度に繋げることにしました。その結果、②地域社会貢献部門（いきいきサロン）の第1回目において、講師不適格のご指摘を受け、中止せざるを得ない事態が生じたものの、他①～③は企画通り実施され、いずれも定員以上の参加者が得られ、満足度の平均が88.8%と高率でした。また、③の看護職学習支援事業では、昨年度の共同研究「県下の特別養護老人ホーム看護職の学習支援のニーズ調査」の結果を踏まえ、「特別養護老人ホームにおけるより良い看取りの実現に向けて」の公開講座と意見交換会を追加して実施し、好評を得ました。④の上越看護研究発表会と地域課題研究発表会はいずれも6題でした。昨年同様、いずれの発表会もポスターセッションとしましたが、参加者と質疑応答や意見交換などが活発に行われました。しかし、地域課題研究（1題につき10万円までの学長裁量の助成金を活用して地域の保健・医療・福祉に携わる看護職者と大学教員と共同して課題に取り組む発表会を行う）は、平成2年度のエントリーが7題で、ここ数年、目標値の10題に達することができず、課題として残りました。⑤の特別研究は、本学第1期の業務実績評価から看護職学習支援事業のあり方（内容・方法など）が検討課題になっていることを踏まえ、県下の看護職を対象にニーズ調査を実施しました。

令和2年度以降のセンターの活動に向けての方針は、まず、本学は学士課程から博士後期課程の教育を担う看護系大学であり、看護学の各専門領域は専門的知識を有する教員で構成されていることから、公開講座の講師は、基本的には本学教員が担う方向で企画すること、③の看護職学習支援事業は、これまで演習のみ有料（実費）でしたが、看護の専門職者を対象とし、キャリアアップの一端を支援する事業であり、かつ県の運営交付金の減額が見込まれることなどから、全て有料化すること、また、学習支援事業の内容・方法については、県下の看護職対象のニーズ調査を実施したことから、この結果の分析、及び学内教員対象に看護実践現場の課題と取り組み状況の調査を実施して、これらを踏まえて令和3年度以降の企画に反映すること、さらに④の地域課題研究は、目標値の10題を達成するために、これまでの広報活動に加えて、令和元年度から実施している③の看護職学習支援事業の公開講座の開催毎の広報活動の強化を継続すること、また、看護職がエントリーしやすくするために、エントリー時は、これまでのように研究計画案は課さず、仮の研究課題名と研究の動機や必要性和方法などを簡潔に記載したものとし、計画書作成は、共同研究者である教員とともに行う（支援する）ことなどです。

令和元年12月末から中国で発覚し、世界的危機的状況を招来している新型コロナウイルス感染症の影響を受け、既に企画した令和2年4月25日の公開講座は延期にしましたが、一日にも早く終息し、企画が実現できることを願っています。

また、今後も皆様のご意見を賜りつつ、より求めに応じた活動に繋がりたいと考えております。今後ともご支援のほど宜しくお願い申し上げます。

令和2年3月

看護研究交流センター長 小野 幸子

令和元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	9
地域社会貢献部門	13
看護職学習支援部門	19
地域課題研究開発部門	26
特別研究部門	32

III. 市民フォーラム5年間の活動のまとめ

医療・健康福祉市民フォーラム	35
----------------	----

IV. 事務局報告

出前講座	39
会合に対する助成等	45

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

一般市民の健康の保持・増進や看護職の質的向上の推進の一助として貢献することを目的に、県内の保健医療看護上の課題に対応した研究課題を設定して取り組んでいる。

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】

卒業生支援事業として、相談窓口の開設、小規模会合に対する助成を行っている。

IV 令和元年度 看護研究交流センター構成員

区 分	氏 名	職 名
	センター長 小 野 幸 子	老年看護学教授
先駆的学習支援部門	部門長 平 澤 則 子	地域看護学教授
	原 等 子	老年看護学准教授
	田 口 玲 子	精神看護学准教授
	山 岸 美 奈 子	基礎看護学助教
	大 倉 由 貴	老年看護学助教
	前 川 絵 里 子	地域看護学助教
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
	安 達 寛 人	精神看護学助教
	久 保 野 裕 子	地域看護学助教
	室 亜 衣	小児看護学助手
	相 澤 達 也	成人看護学助教
	上 田 恵	母性看護学助手
	小 林 宏 至	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
	中 島 通 子	母性看護学教授
	小 林 綾 子	成人看護学講師
	野 澤 祥 子	小児看護学助教
	大 倉 由 貴	老年看護学助教
	相 澤 達 也	成人看護学助教
	上 田 恵	母性看護学助手
	小 林 宏 至	小児看護学助手

区 分	氏 名	職 名
地域課題研究開発部門	部門長 西 田 絵 美	母性看護学准教授
	山 田 正 実	成人看護学准教授
	河 原 畑 尚 美	老年看護学准教授
	井 上 智 代	地域看護学准教授
	安 達 寛 人	精神看護学助教
	室 亜 衣	小児看護学助手
特別研究部門	部門長 小 野 幸 子	老年看護学教授
	平 澤 則 子	地域看護学教授
	高 林 知 佳 子	地域看護学准教授
	岡 村 典 子	基礎看護学准教授
	西 田 絵 美	母性看護学准教授
	市 川 克 巳	事務局長
	丸 山 紀 子	専門職員

事 業 費

令和元年度予算配分額 4,824 千円

I 各部門配分額 (単位：千円)

先駆的学習支援部門	211
地域社会貢献部門	174
看護職学習支援部門	963
地域課題研究開発部門	116
特別研究部門	145

II 地域課題研究 (1. ～ 6. 研究代表者)

1. 霜垣 美由紀 (魚沼基幹病院)	96
2. 塩谷 幸祐 (さいがた医療センター)	100
3. 長井 卓也 (魚沼基幹病院)	100
4. 西山 まゆみ (長岡赤十字病院)	74
5. 渡辺 沙織 (さいがた医療センター)	93
6. 小林 恵子 (長岡赤十字病院)	100

III その他

事務局管理費	2,652
合計	4,824

令和元年度 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16日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	実践！腰痛に対してのセルフケア～姿勢を正して自分で治す～	中止
2	5月18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①「看護研究のテーマを見つけよう」	40
3	6月8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②「文献検索の基本」	34
4	6月13日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	心と体の健康のための食事～美味しく食べて健康を～	124
5	7月7日(日) 13:30～15:30	看護大・上教大 連携公開講座	長寿の秘訣！健康で豊かに生きる	142
6	7月18日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	歯周病を知ろう	97
7	7月20日(土) 13:30～15:00	どこでもカレッジ	高度急性期医療の場での抑制しない看護へのチャレンジ	157
8	7月27日(土) 13:30～15:30	どこでもカレッジ	さあはじめよう看護研究③「看護研究方法の理解」	45
9	7月28日(日) 13:00～16:30	どこでもカレッジ (老年と合同研修会)	特別養護老人ホームにおけるより良い看取りの実現に向けて	67
10	9月14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④「研究計画書の書き方まで」	42
11	9月17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
12	9月19日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	がんと「緩和ケア」—からだところの痛みを和らげるケア—	129
13	9月28日(土) 13:30～15:00	どこでもカレッジ	A B C D (意識・呼吸・循環) のアセスメント	40
14	10月5日(土) 10:00～12:00	研究発表会	令和元年度 第10回 上越地域看護研究発表会 (上越地域振興局健康福祉環境部共催)	109
15	10月5日(土) 14:10～16:00		令和元年度 地域課題研究発表会 (平成30年度研究)	68
16	10月17日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	高齢者のうつ予防と家族の対応	92
17	10月19日(土) 13:30～15:30	どこでもカレッジ	専門性発揮のための社会人基礎力 ～高めたい人も、育てたい人も～	43
18	10月26日(土) 13:30～15:30	どこでもカレッジ	高齢者の脆弱な肌の悩みを考える ～A氏のオムツやスキンケア等の皮膚トラブルを解決してみよう～	44
19	10月29日(火) 13:00～16:00	どこでもカレッジ	看護研究のための統計処理 (Excelを用いて)	13
20	11月1日(金) 18:00～19:30	市民公開講座	心を元気にする4つのステップ	276
21	11月9日(土) 13:30～15:30	どこでもカレッジ	脳卒中患者の暮らしを支えるリハビリテーション看護	21
22	11月14日(木) 18:30～19:30	いきいきサロン	流行性感染症にかかりたくない	95
いきいきサロン (5回)				537
どこでもカレッジ公開講座 (12回)				553
市民公開講座 (1回)				276
看護大・上教大連携公開講座 (1回)				142
研究発表会 (2回)				177
合計 (21回)				1,685

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 30 年度看護研究交流センター活動報告書 : 平成 31 年 4 月発行
2. 2019 年度看護研究交流センターガイドブック : 3,200 部
3. 2019 年度看護研究交流センター出前講座(パンフレット) : 1,400 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(23 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！ 健康で豊かに生きる	有線放送、広報上越(6/15)、新潟日報(6/16)(6/27)、 上越タイムス(6/18)、上越 ASA ニュース(6/20)、 広報いといがわおしらせばん(6/25)、がんぎネット、 ラ・ラ・ネット
『市民公開講座』 心を元気にする 4 つのステップ	有線放送、新潟県立看護大学後援会だより(8 月)、 新潟日報(9/29)、joetsu assh (10/24)、上越 ASA ニュース(10/9)、上越よみうり(10/21)(10/28)、上 越タイムス(10/22)(10/31)、上越 NIC おはよう通 信(10/24)、広報いといがわおしらせばん(10/25)、 広報上越(6/15)、がんぎネット、ラ・ラ・ネット

2. 地域社会貢献部門『いきいきサロン』(55 回)

講座名	記事掲載・放送
【第 1 回】※中止 実践！腰痛に対してのセルフケア ～姿勢を正して自分で治す～	上越タイムス(4/9)、市報みょうこう(5/1)、がんぎ ネット、ラ・ラ・ネット
【第 2 回】 心と体の健康のための食事 ～美味しく食べて健康を～	上越よみうり(5/13)(5/27)(5/29)(6/6)(6/12)、広報 いといがわおしらせばん(5/25)、広報上越(6/1)、 上越タイムス(6/11)(6/12)、上越 NIC おはよう通 信(6/11)、上越 ASA ニュース(6/11)、がんぎネット、 ラ・ラ・ネット、有線放送
【第 3 回】 歯周病を知ろう	上越タイムス(6/25)、広報上越(7/1)、がんぎネット、 ラ・ラ・ネット、有線放送
【第 4 回】 がんと「緩和ケア」 ーからだどこころの痛みを和らげるケアー	新潟県立看護大学ニュースポルティコの広場 vol.35(7 月)、新潟県立看護大学後援会だより(8 月)、広報いといがわおしらせばん(8/25)、広報上 越(9/1)、上越タイムス(9/10)、上越よみうり(9/15)

講座名	記事掲載・放送
	(9/18)、上越 NIC おはよう通信(9/18)、がんぎネット、ラ・ラ・ネット、有線放送
【第5回】 高齢者のうつ予防と家族の対応	新潟県立看護大学ニュースポルティコの広場 vol.35(7月)、新潟県立看護大学後援会だより(8月)、広報上越(9/15)、上越タイムス(9/24)、広報いといがわおしらせばん(9/25)、上越 ASA ニュース(10/10)、上越 NIC おはよう通信(10/16)、がんぎネット、ラ・ラ・ネット、有線放送
【第6回】 流行性感染症にかかりたくない	新潟県立看護大学ニュースポルティコの広場 vol.35(7月)、新潟県立看護大学後援会だより(8月)、上越タイムス(10/29)(11/13)、広報上越(11/1)、上越よみうり(11/3)(11/10)、上越 ASA ニュース(11/13)、上越 NIC おはよう通信(11/14)、ラ・ラ・ネット、有線放送

3. 看護職学習支援部門『看護職学習支援公開講座』(4回)

講座名	記事掲載・放送
年間概要	新潟日報(4/14)
老年看護学領域と看護研究交流センターの合同企画研修会 特別養護老人ホームにおける より良い看取りの実現に向けて	上越よみうり(6/8)、上越 ASA ニュース(6/12)、がんぎネット

4. 地域課題研究開発部門(3回)

発表会名	記事掲載・放送
令和元年度上越地域看護研究発表会 及び 令和元年度地域課題研究発表会 (30年度研究)	新潟日報(8/25)、上越 ASA ニュース(9/27)、がんぎネット

5. 事務局(1回)

講座名	記事掲載・放送
出前講座	上越タイムス(3/5)

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. 看護職学習支援部門『看護職学習支援公開講座』(1回)

講座名	記事掲載・放送
老年看護学領域と看護研究交流センターの合同企画研修会 特別養護老人ホームにおける より良い看取りの実現に向けて	上越タイムス(8/3)

2. 地域課題研究開発部門(1回)

発表会名	記事掲載・放送
令和元年度地域課題研究発表会 (30年度研究)	新潟県立看護大学ニュースポルティコの広場 vol.36(1月)

II. 部門報告

先駆的学習支援部門

平澤則子、原等子、田口玲子、山岸美奈子、大倉由貴、前川絵里子

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 心を元気にする 4つのステップ

日時 令和元年11月1日(金) 18:00~19:30

講師 大野裕先生(医学博士) 一般社団法人認知行動療法研修開発センター理事長
ストレスマネジメントネットワーク株式会社代表

講師紹介

近年、精神医療の現場で注目されている認知療法の日本における第一人者で、国際的な学術団体 Academy of Cognitive Therapy の設立フェローで公認スーパーバイザーである。日本ストレス学会理事長、日本ポジティブサイコロジー医学会理事長など、諸学会の要職を務める。



講師経歴

1978年、慶應義塾大学医学部卒業と同時に同大学の精神神経学教室に入室。その後、コーネル大学医学部、ペンシルバニア大学医学部への留学を経て、慶應義塾大学教授(保健管理センター)を務めた後、2011年6月より、独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センター センター長に就任、現在顧問。現在、一般社団法人認知行動療法研修開発センター理事長、ストレスマネジメントネットワーク株式会社代表。

講義内容

認知行動療法は1960年代に提唱され、日本ではうつ病、不安症などの治療で医療保険の対象でもあり、考えや行動をしなやかにし、ストレス対処法としても注目されている。また、認知とは情報処理であり、人は出来事の最初は情報が限られ防衛本能により、とっさの判断ミスをする。その判断と行動を修正し、解決につながる工夫を思考する方法を知る、それが認知行動療法である。また考えや行動をしなやかにし、問題解決能力を高め、気持ちを軽くするストレス対処法としても注目されている。

本日はここを軽くする4つのステップとして、お伝えする。

- 1) 変化に気づく：落ち込み、不安などの気分の変化や、趣味など行動の変化、食欲など身体面の変化に気づく。「まだ頑張れる」は要注意、勇気をもって立ち止まる。
- 2) ひと息入れる：過去は変えられない、将来のことは分からない。“今”自分に起きていること、感じていることに目を向け、自分を取り戻す。
- 3) 考えを整理する：過去に捕らわれた「いつも」「絶対に」などの決めつけ言葉に注意し、“今”に目を向ける。最良と最悪の両シナリオから、次につながる工夫を考える。
- 4) 期待する現実へ近づく：気分によらず活動し、活動を通してやる気呼び起こす。具体的に可能な計画と実行から“できた感”を育てる。アサーションなど、自分の気持ちや

考えの伝え方のコミュニケーションスキルを取り入れる。

参加者の状況

(1)参加者 276人（うち学生 82名）

(2)アンケート結果による評価

①アンケートの回収 162人（87.6%）

②講師の話の全体的な感想

非常に良かった 109人（67.3%）

良かった 40人（24.7%）

普通 2人（1.2%）

少し難しかった 2人（3.7%）

難しかった 1人（0.6%）

無回答 4人（2.5%）



③感想の一部

- ・臨床心理士のため、日々の仕事の中で認知行動療法を実践することが多いが、改めて認知再構成のコツや行動活性化、アサーションのポイントなど、実践的な内容が満載で、極めて良い会だった。
- ・認知行動療法とは耳にはしていたが、難しいイメージがあって、よく分かっていなかった。先生分かりやすいお話で、寄り添う対話を心がけてみたいと思う。
- ・先生のお話の内容が理解できるようすべてのスライドを用意してもらえたこと。認知行動療法の内容を理解しやすいように説明していただいた。原因究明でなく、手立て探しが重要という考え方を教えて頂いた。
- ・自分が落ち込んだ時、今日の資料を読み返してためしてみようと思いました。くすっと笑えるお話もあり、最後まで分かりやすく聞けました。
- ・まずは心のセンサーに目を向けること、そこから考えること、情報を集めること、現実気づくことが大切だとわかりました。落ち込んでいるので、立ち止まる。扉を閉ざすのではなく、動くことをやっていきたいと思います。

II 令和元年度 看護大・上教大連携公開講座

テーマ 長寿の秘訣！健康で豊かに生きる

日時 令和元年年7月7日(日) 13:30～15:30

場所 上越教育大学 301 講義室

講師 新潟県立看護大学 田口玲子准教授 徐淑子講師
上越教育大学 野口孝則教授 池川茂樹准教授

講座の概要

両大学の研究者が、「健康で豊かに生きる」ための秘訣について解説し、トークセッションが行われた。参加者は、食を通じた心と体の健康法、嗜好と依存、豊かに生きるための健康、長寿のための歩き方について、実践可能なヒントを持ち帰ることができていた。

講師のメッセージ

○野口教授（上越教育大学）：「食からはじめる ころろと体の健康」

食は体とこころの健康の源です。また、現代社会を生きる私たち自身が日頃から地域の食文化に興味を持つことも大切だと思います。

講演のまとめとして、食が私たちの体や心に与える影響は、食品の組成成分（栄養素）に由来するところも大きいのですが、食を受け取る私たち人間側の気持ち次第で食の効果・効能は増減することを念頭におくべきだということをお伝えします。さらに、食事の環境や食に関する情報が届くことによってさらなる生活の質（QOL）の向上につなげることが可能となることでしょう。



「美味しさ（を感じながら食べること）が健康につながる」という考えのもと楽しい食事の場をつくることや、人と人の語らいの中から健全な食環境を提供することによって、こころと体の健康づくりの場を地域の中に広げていきたいですね。

○徐講師（新潟県立看護大学）：「身近な「ハマる」から考える嗜癖と依存」

世界的にみても重要な健康問題とされている物質使用や依存の問題について、健康社会学の立場から「ハマる」をキーワードに取り上げた。「ハマる」とはなにかに夢中になってそれがやめられない、そこから抜け出せない状況を描写することばである。日常生活には、生活に楽しさをもたらす軽度の「ハマる」から、その延長線上に生活破綻など重大な帰結を思い描ける「ハマる」までさまざまな「ハマる」が存在する。趣味や娯楽、タバコ、お酒、ギャンブル、ネットやゲーム、違法薬物などである。違法な行為は別として、「ハマる」をすべて、日常生活から追い出すことはできない。「ハマる」の素だらけの社会環境の中、健康で豊かに生きるためには、「ハマる」をストレス対処とメンタルヘルスに関連づけて理解することが重要である。



ことに、やめたくてもやめられない状態にまで至った場合には、他者の手助けが必要となる。そのために、日本でもさまざまな医療資源やケア資源が用意されている。せっきくの資源や支援を、必要な人が必要なときに使えるようにするには、依存や嗜癖は自業自得という社会の考え方を変えていく必要がある。

○田口准教授（新潟県立看護大学）：「情報社会の中でどう生きる？自分の健康は自分で守る」



「健康」について、ひとりひとりが具体的に望むことは異なっているかも知れないが、「健康」に生きることは万人の願いでもある。いずれにしても幸福感と健康には深い関係がある。健康だから、その結果として幸せ、というにとどまらず、人は幸せを感じるようになると健康になるという研究による知見も、次々に明らかになってきている。家族や友達とよくつながっている人ほど幸せで、身体的にも健康だという。また、そのつながりには、物質が手に入る道具的サポートだけでなく、共感などといった情緒的サポートが関係している。そして「必要な時、いざという時にはこうすればいい」「こうすれば自分の健康は、自分で守れる」という知識・情報を自分のものにしておくこともまた、現代社会では大切になってくる。今、身の回りには健康に関する多くの情報あり、しかも積極的に探さなくても、否応なく飛び込んでくる。それらを受容し入れるのではなく、質の高い情報を探ることが大切である。そのためには、情報の根拠を意識したり、調査の方法に注目したりすることが必要になる。情報を賢く取り入れ、自分の健康を自分で守って行こう。



○池川准教授（上越教育大学）：「1日1万歩も必要？～長寿のための歩き方～」

「1日1万歩」がウォーキングの常識とされているが、我々の研究から、「1日1万歩」という「量」は何の意味も持たないことがわかってきた。体力の向上や健康の維持・増進に重要なのは、最大体力の70%強度の運動（運動の「質」）を、週合計60分以上（運動の「量」）実施することであり、この「質」と「量」を満たした運動をうまく生活に取り入れる方法として、我々は「インターバル速歩」というウォーキング法を提唱してきた。「インターバル速歩」とは、最大体力の70%強度の早歩きとゆっくり歩きを、3分ごと交互に繰り返す歩き方である。早歩きの時間が週合計60分以上となるように実施することで、体力の向上を促し、生活習慣病指標（肥満・高血圧・高血糖・脂質代謝異常）を改善できる。さらに、インターバル速歩終了直後に乳製品を摂取することで、体力向上効果や生活習慣病指標の改善効果を高めることができる。

参加者の状況

(1)参加者 142人

(2)アンケート結果による評価

①アンケートの回収 101人 (71.1%)

②講師の話の全体的な感想

非常に良かった	32人 (31.7%)
良かった	48人 (47.5%)
普通	5人 (5.0%)
少し難しかった	4人 (4.0%)
難しかった	5人 (5.0%)
無回答	7人 (6.9%)



③感想の一部

- ・食、依存、こころ（豊かさ）、運動。健康であるための各々の内容がリレー形式で話されたのでよくわかった。
- ・体を作っている栄養素（食事）をどのように食べるかを考えて食べるということがとても大切であると気づかされました。
- ・薬物依存症の科学的な解析、嗜癖や依存が病であることを社会で共有する必要がある。幸福感、達成感、満足感と社会的な関わり方の導入部分のお話であり、よくわかった。
- ・こころ豊かに生きるには「情報のトリセツ」が大切だと考えた。こころと体の健康のバランスが大切であると実感しています。
- ・1日1万歩は必要か？運動の仕方（インターバル速歩）が重要であると実感しました。
- ・去年・今年と2回目の参加です。長寿・健康など興味のあるテーマで面白く聴講できました。来年も楽しみにしています。
- ・1人20分の講演時間が短いのではないかと。講師数を減らしてじっくりと聞きたい。

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、安達寛人、
久保野裕子、室亜衣、相澤達也、上田恵、小林宏至

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

当初 5 月から 11 月にかけて計 6 回の開催予定であったが、新潟県臨床整形外科医会より第 1 回のいきいきサロン（5 月開催予定）に対する意見が寄せられたことを受け、開催中止となった。このため、令和元年度は、6 月から 11 月の計 5 回として、いずれも平日の夕方に開催した。講師は、上越地域の病院長や歯科診療所院長、食育を専門とする連携大学の教員、また本学の精神看護および成人看護の教員とし、それぞれの専門テーマで講演の後、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。

令和元年度の参加者は 599 人であり、平成 21 年度から開始して以降、いきいきサロンの参加者は通算 6,983 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	5/16 (木) 18:30~19:30	中止		
第 2 回	6/13 (木) 18:30~19:30	心と体の健康のための食事 ～美味しく食べて健康を～	上越教育大学大学院 学校教育研究科 教授 野口 孝則 先生	133 人
第 3 回	7/18 (木) 18:30~19:30	歯周病を知ろう	あおの歯科診療所 院長 塚本 康巳先生	112 人
第 4 回	9/19 (木) 18:30~19:30	がんと「緩和ケア」 ーからだところの痛みを 和らげるケアー	新潟県立看護大学 成人看護学 准教授 酒井 禎子	140 人
第 5 回	10/17 (木) 18:30~19:30	高齢者のうつ予防と家族の対応	新潟県立看護大学副学長 精神看護学教授 長谷川雅美	106 人
第 6 回	11/14 (木) 18:30~19:30	流行性感染症にかかりたくない	新潟県立柿崎病院 院長 太田 求磨 先生	108 人

II 参加者のアンケート結果

(1) 参加者の年代

70歳代が206人(41%)と最も多く、次いで60歳代が119人(24%)、50歳代が82人(16%)であった。

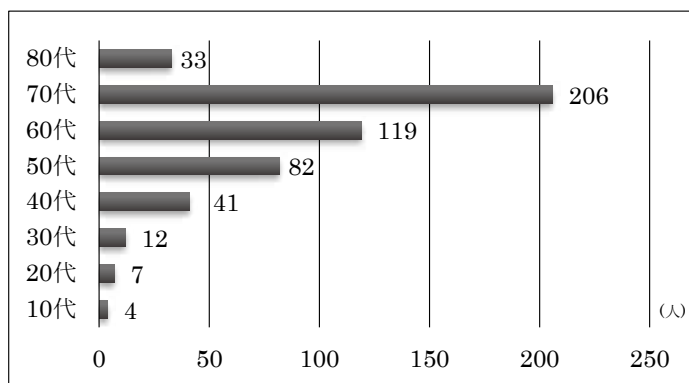


図1 年代

(2) これまで参加した回数

これまでに「10回以上」参加した人が194人(38%)と最も多く、次いで「4～9回」参加した人が142人(28%)、「初めて」が88人(17%)の順であった。

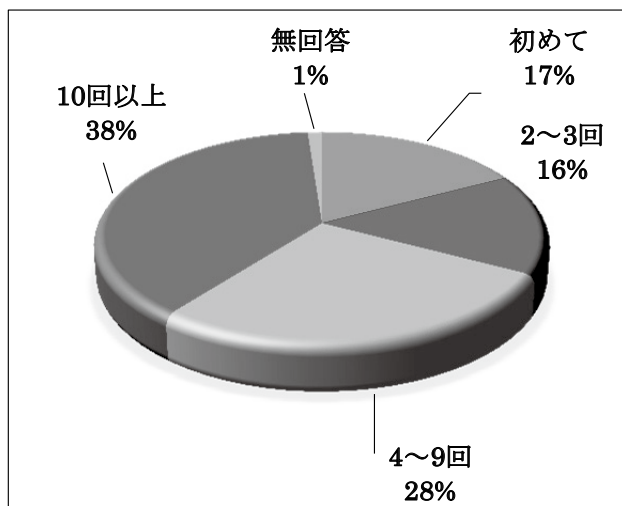


図2 参加回数

(3) 周知方法 (複数回答)

「前回の案内」によって参加した人が150人(23%)と最も多く、次いで「ガイドブック送付」によって参加した人が135人(21%)、「新聞」100人(16%)、「チラシ」89人(14%)、の順であった。

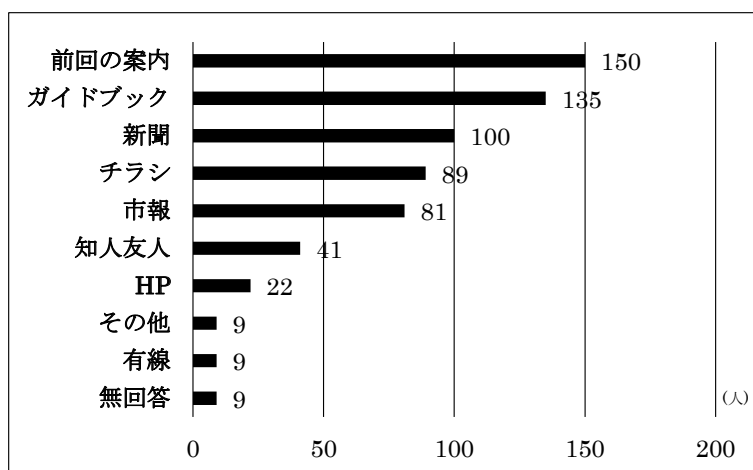


図3 周知方法 (複数回答)

(4) 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 329 人 (46%) と最も多く、次いで「健康のため」が 145 人 (20%)、「毎回参加しているから」が 113 人 (16%)、「講師の話が聞きたかったから」が 108 人 (15%) であった。

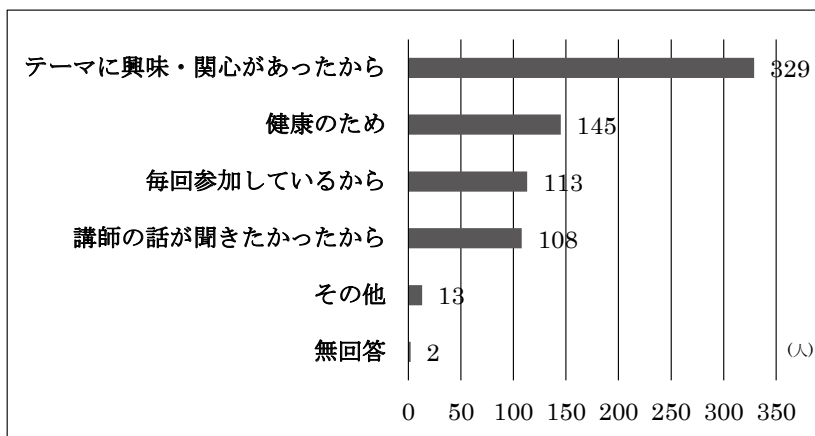


図 4 参加理由 (複数回答)

(5) 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 287 人 (57%)、「良かった」と回答した人は 161 人 (32%) であった。

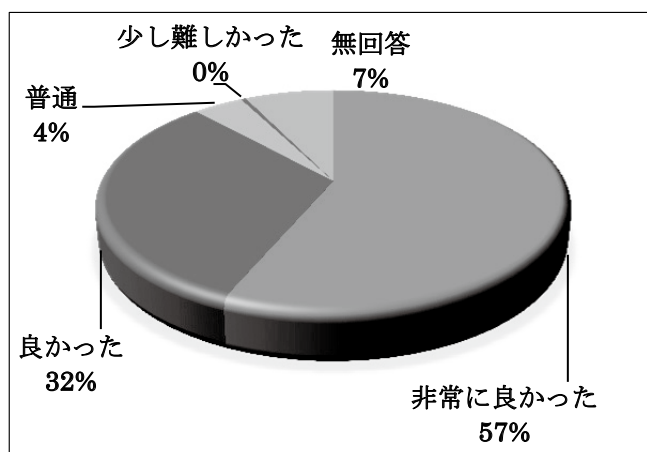


図 5 講師の話についての感想

(6) 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」が 132 人 (11%) と最も多く、次いで「ストレス」130 人 (11%)、「肩こり、腰痛」113 人 (9%)、「目の病気」108 人 (9%)、「生活習慣病」105 人 (9%) の順に多かった。

その他の自由記載には、心臓の病気、膝の痛み、足の痛み、若年性認知症等、多くのテーマがあげられていた。

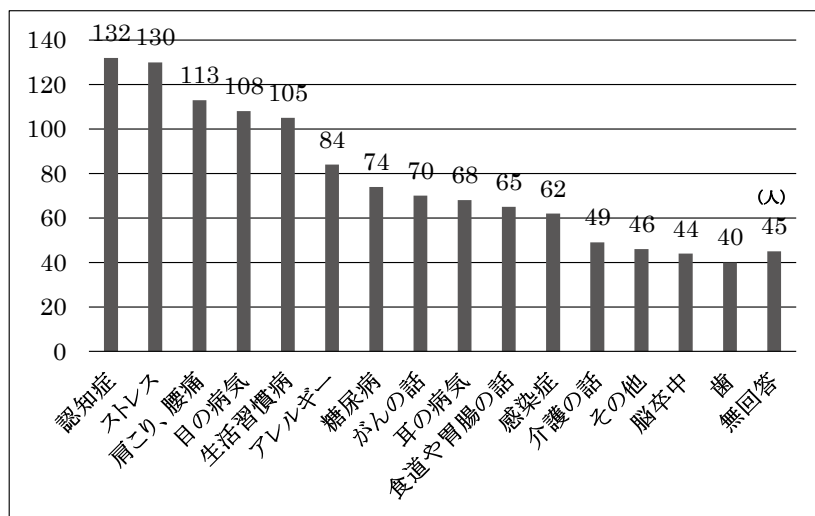


図 6 今後とりあげてほしいテーマ (複数回答)

2. 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10名（うち1名は育休）が企画から運営、講師の仲介を行った。ポスター・チラシの作成・発送、新聞広告への掲載依頼、講師資料の印刷等は、看護研究交流センター事務局が行った。また、当日の運営では学生アルバイト4名が、会場準備や受付、参加者の誘導、お茶のサービスを行った。

2) 広報活動

看護研究交流センターガイドブックの発送、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（県立病院は除く）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。しかし、開始当初の目的（集客）については達成できたと思われたことから、これまで第1回目の受講者に配布していたグッズ（ファイルと袋）は次年度からは中止していくこととなった。

3. 令和元年度の評価と今後の課題

令和元年度の参加人数は、昨年度よりも207人下回る599人（平均120人/回）であった。その理由として、第1回のいきいきサロン（5月開催予定）の中止が挙げられる。また、昨年度の開催講座の中に、参加人数が極端に多かった回（183人）があったことも関係していると考えられる。しかし、講師の話に対する満足度では、「非常に良かった」「良かった」の合計の平均が87.6%（82～93%）であり、昨年度の81.5%（70～89%）と比べると6%高くなっていた。この理由としては、過去の参加者アンケートの結果に記載された希望テーマをもとに、部門会議において、テーマと講師について十分検討したことが挙げられる。また、昨年度のアンケート結果に示された「字が小さく（もしくは薄く）見えなかった」「もっと具体的な話を聞きたい」等の意見をふまえ、講師に構成内容を依頼したことも理由の一つと考えられる。

今後は、過去のアンケート結果で要望の多かったテーマを参考にするだけでなく、健康に関する世の中の動き等も考慮しながら、テーマや講師を検討していく必要がある。そして、看護大学の専門性を活かし、サロンの講師はできる限り本学教員が務める方向で検討していくことが必要と考える。ただし、本学教員の専門分野以外のテーマに関しては、外部講師に依頼する方向でいくことも必要になると思う。今年度第1回のいきいきサロンが中止になった経緯をふまえ、講師とテーマを決定するにあたっては、慎重に検討する必要がある。



第11巻 第1号 2019年6月13日

「いきいきサロン」は、健康に関心のある地域の皆様と看護や健康等の専門家との交流の場として、平成21年度から開催しています。今年度も、皆様からのご要望や健康に関する世の中の動き等を参考にしながら、いきいきと生活していくことを応援するテーマを準備し、皆様をお待ちしております。

日時	テーマ	講師
7/18 (木) 18:30~19:30	歯周病を知ろう	あおの歯科診療所 院長 塚本康巳 先生
9/19 (木) 18:30~19:30	がんと「緩和ケア」 -からだどこころの痛みを和らげるケア-	新潟県立看護大学 成人看護学 准教授 酒井禎子 先生
10/17 (木) 18:30~19:30	高齢者のうつ予防と家族の対応	新潟県立看護大学 副学長・精神看護学 教授 長谷川雅美 先生
11/14 (木) 18:30~19:30	流行性感染症にかかりたくない	新潟県立柿崎病院 院長 太田求磨 先生

開催日時は、木曜日の18:30~19:30となっております。
お申し込み不要！参加費無料！で、どなたでも参加できます！



昨年度の第2回「急がば回れの健康体操」の様子です！平成30年度開催全6回の参加者は延べ806人でした。平成21年度の初回からの通算参加者は6,393人と6,000人を超えました。今後も皆様のニーズに沿ったテーマでサロンを開催できればと思いますので、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。

〜お詫び〜

この度、5/16(木)に予定しておりました第1回「実践！腰痛に対してのセルフケア～姿勢を正して自分で治す～」ですが、都合により誠に勝手ながら開催を中止させていただきました。楽しみにされていた皆様には、大変ご迷惑をおかけしましたこと、また中止のご連絡が不十分であったこと、深くお詫び申し上げます。



看護大いきいきサロン通信

第11巻 第2号 2019年10月17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と、看護や健康等の専門家が気軽に交流することを目的としたサロンです。今年度行われました、第2回～第4回のサロンの内容をご紹介します。

第2回（6月13日）：心と体の健康のための食事～美味しく食べて健康を～

講師：野口孝則先生（上越教育大学大学院 学校教育研究科教授）

これからの食と健康は、食を受け取る人間側の気持ち次第で、食の効果や効能が変わるという研究結果を交えながら紹介していただきました。参加人数は、30から80歳代の133名と幅広い年代の方にご参加いただきました。「美味しさを感じることの大切さがわかりました」「初めての視点の“栄養学”、“食”で、興味深かった」などの感想が寄せられました。



第3回（7月18日）：歯周病を知ろう

講師：塚本康巳先生（あおの歯科診療所 院長）



歯周病がどのような病気か、原因は何か、どう対処したらよいかについてご講演をいただきました。参加人数は112名と両にも関わらず多くの方にご参加いただきました。「とてもわかりやすく、大変良かった。もっと若い時期に知っていたら良かったなあとと思った。今日聞いた事をセルフケアとメンテナンスの両輪で励み、健康に過ごしたいと思いました」「きれいな資料、丁寧な説明があって、よく理解できました」「歯周病は自分自身のメンテナンスからと気づかされました」等の感想が寄せられました。

第4回（9月19日）：がんと「緩和ケア」-からだところの痛みを和らげるケア-

講師：酒井禎子先生（新潟県立看護大学 成人看護学准教授）

緩和ケアとはどのようなケアなのか、そして患者様とご家族が緩和ケアを受けるときに医療者へ伝えていただきたいことなどを具体的にお話いただきました。また“人生会議”についても紹介いただきました。参加していただいた皆様からは、「非常に良かった」というご意見を多数いただき、「重症者だけを対象にしたものでないことを知り良かった」「人生会議を開いてみようと思います」といった感想をいただきました。



今後の予定

	日時	テーマ	講師
第6回	11月14（木） 18:30～19:30	流行性感染症に かかりたくない	新潟県立柿崎病院院長 太田求磨先生

事前申し込みは不要です。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

看護職学習支援部門

岡村典子、中島通子、小林綾子、大倉由貴、
相澤達也、上田恵、小林宏至、野澤祥子

I 本部門の事業目的

新潟県内の現職及び潜在看護職の資質向上を目指し、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。

II 2019年度の事業の概要

今年度は、看護職向け公開講座を12回開催するとともに、どこカレ通信の発行（3回）、バーチャルカレッジの運営を継続して行った。本部門では、公開講座、およびバーチャルカレッジの2つの活動を通して、現職及び潜在看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」を行っている。以下に、事業の詳細を記す。

1. 専門職公開講座（どこでもカレッジ公開講座）

専門職公開講座は12回開講した。（表1 専門職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にも公開してきた。今年度は、最新トピックスとして、金沢大学附属病院・前看護部長の小藤幹恵氏に「高度急性期医療の場での抑制しない看護へのチャレンジ」をテーマに講演をしていただいた。参加者数は、予定していた80名の定員を大幅に超える157名であり、アンケート結果から「非常に良かった」という声が多かった。

その他、看護研究支援（6コース）、看護現場に活かす（4コース）の講座を開催した。看護研究支援コースは、本学の石田和子先生に“看護研究のテーマをみつけよう”、“研究計画書の書き方まで”の2講座を担当いただいた。“看護研究のテーマをみつけよう”は、「参加者から例題がたくさん出され、わかりやすかった。資料も詳細で、他のスタッフに伝えやすい」との感想が聞かれた。また、“研究計画書の書き方まで”は、研究テーマを持つ受講者は「具体的なアドバイスをもらい良かった」、研究テーマを持たない受講者も「他の人のやり取りを聞くことができ学習になった」との声が聞かれた。

看護現場に活かすコースは、新潟県立中央病院の救急看護認定看護師・涌井幸恵氏、集中ケア認定看護師・松井ルミ子氏から「ABCD（意識・呼吸・循環）のアセスメント」について演習をしていただいた。参加された看護職は、上越近隣以外の方が7割以上、また、老人介護施設や訪問看護ステーションに勤務する看護職の参加が多かった。参加者からは、「血圧計を使わない血圧触知方法を、今後現場でも活用したい」、「明日からどんな患者さんにもABCDを確認していこう」といった感想が聞かれ、実践に即した内容であったことが窺えた。

他には、看護職の継続教育のテーマとして多い「社会人基礎力」を本講座でも取り上げ、社会人基礎力の書籍も出版されている聖マリアンナ医科大学統括看護部長・高橋恵氏を講師に依頼した。テーマは、“専門性発揮のための社会人基礎力～高めたい人も、育てたい人も～”とし、氏からは、「前に踏み出す力」「考え抜く力」「チームで働く力」の3つの能力について、看護現場の行動例を挙げながらわかりやすく説明していただいた。アンケートには、「中堅職員の研修内容に悩んでいたが、今回の研修によりヒントを得た。社会人基礎力を活用した内容で企画したい」との記載があった。

今年度の講座運営の振り返りとして、定員以上の参加希望があった講座は、担当者一人では対応が難しかった。講座の内容・担当者の状況を踏まえ、担当者数や学生アルバイトを検討することを確認した。また、定員が少ない講座に一施設から4人の参加希望があり、開催日間近にキャンセルされたが開催間近だったため、他の希望者がいたにもかかわらず欠員のまま実施した。このことを受け、定員が少ない講座に一施設から参加希望が多い場合は、人数を制限する等の対応を検討していくこととなった。

今後、参加者のニーズを把握する方法として、公開講座のアンケートの活用に加え看護研究交流センター・特別研究部門が実施したアンケート調査も参考にしていく。公開講座の広報活動として、今年度から交流センターガイドブックにQRコードを添付しているが、次年度は講座の案内チラシにもQRコードを添付することとした。

表1 専門職公開講座開催実績

区分	講座名	開催日	受講者数	金額	講師
最新トピックス	高度急性期医療の場での抑制しない看護へのチャレンジ	7月20日(土) 13:30~15:00	157	無料	金沢大学附属病院 前看護部長 小藤幹恵
看護研究支援 6コース	さあはじめよう看護研究① 「看護研究のテーマをみつけよう」	5月18日(土) 13:00~16:00	40	無料	新潟県立看護大学 教授 石田和子
	さあはじめよう看護研究② 「文献検索の基本」	6月8日(土) 13:00~16:00	34	1,000	新潟県立看護大学 講師 小林綾子 図書館職員 飯田孝枝 石野愛美
	さあはじめよう看護研究③ 「看護研究方法の理解」	7月27日(土) 13:30~15:30	45	無料	新潟県立看護大学 准教授 井上智代
	さあはじめよう看護研究④ 「研究計画書の書き方まで」	9月14日(土) 13:00~16:00	42	無料	新潟県立看護大学 教授 石田和子
	さあはじめよう看護研究⑤ 「わかりやすいプレゼンテーションのやりかた」	9月17日(日) 10:00~15:45	7	2,000	新潟県立看護大学 准教授 永吉雅人
	さあはじめよう看護研究⑥ 「看護研究のための統計処理(Excelを用いて)」	10月29日(火) 13:00~16:00	13	1,000	新潟県立看護大学 准教授 永吉雅人

看護現場に活かす 4コース	ABCD（意識・呼吸・循環） のアセスメント	9月28日（土） 13:30～15:30	40	1,000	新潟県立中央病院 救急看護認定看護師 涌井幸恵 集中ケア認定看護師 松井ルミ子
	専門性発揮のための社会人基 礎力 ～高めたい人も、育てたい人 も～	10月19日（土） 13:30～15:30	43	無料	聖マリアンナ医科大 学 統括看護部長 高橋恵
	高齢者の脆弱な肌の悩みを考 える ～A氏のオムツやスキン・ケア 等の皮膚トラブルを解決して みよう～	10月26日（土） 13:30～15:30	44	1,000	新潟県立中央病院 皮膚・排泄ケア認定 看護師 林智子
	脳卒中患者の暮らしを支える リハビリテーション看護	11月9日（土） 13:30～15:30	21	1,000	上越地域医療センタ ー病院 脳卒中リハビリテー ション看護認定看護 師 平山ゆずり
合同企画研修会	老年看護学領域との合同企画研修会 特別養護老人ホームにおける より良い見取りの実現に向けて	7月28日（日） 13:00～16:30	67	500	新潟県立看護大学 教授 小野幸子 介護老人福祉施設 和久楽 看護師 國元陽子

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、どこカレ通信を発行している。今年度より情報管理の安全性保持のため、メイト会員は2年毎の更新手続きを要件とし、更新申請をしないメイトは削除した。新規及び継続を更新したメイトには、どこカレ通信、および開催される公開講座等の案内、を送付している。

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、どこカレ通信は、本学リポジトリ等に収録して広く公開している。

*メイト

学びたい希望を持つ方々へ学習の機会を提供する「どこでもカレッジプロジェクト」では、ともに学習する人々をメイトと呼び、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45名、再更新24名、2020年1月末現在メイト登録数は99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	主な内容のご案内等
1	45	8月7日	233	終了した公開講座の紹介と今後のご案内、大学院説明会、バーチャルカレッジの案内、更新申請案内
2	46	10月8日	243	終了した公開講座の紹介と今後のご案内、地域課題研究・上越地域看護研究発表会案内、地域課題研究公募、更新申請案内
3	47	12月4日	99	終了した公開講座の紹介と今後のご案内、地域課題研究公募、メイト募集とバーチャルカレッジの案内

3. バーチャルカレッジ

今年度は、新センター長を迎え「看護研究交流センター長の挨拶」と、公開講座の講師より協力を得て2本の動画教材を作成した。1本目は9月28日（土）開催の「ABCD（意識・呼吸・循環）のアセスメント」（講師：涌井幸恵、松井ルミ子）、2本目は10月19日（土）開催の「専門性発揮のための社会人基礎力～高めたい人も、育てたい人も～」(講師：高橋恵)である。現在、動画教材としてバーチャルカレッジにアップする準備を進めている。

2019年度公開講座参加者（553人）のアンケート結果によると、今年度の公開講座参加者のうちメイトは延べ66名(11.9%)であった。また、交流センターホームページ閲覧者156名のバーチャルカレッジ利用状況は、「よく利用している」は1名「たまに利用している」37名(24%)、「見たことはない」108名(69%)であった。

4. その他

1) メイト獲得に向けた取り組み

公開講座参加者にメイト募集について案内し周知を図った。メイト新登録は45件である。次年度は、引き続き動画教材の作成を継続するとともに、配信している教材の現状、提供している教材等の情報収集を行い、バーチャルカレッジの在り方を検討していく。

2) 広報活動

看護研究交流センター案内（ガイドブック）の発送、ホームページやくびきの創信（上越タイムス）への開催案内の掲載、病院や施設へのチラシの送付、公開講座参加者へのチラシ配布など積極的に情報を公開した。また、バーチャルカレッジのPRのため公開講座終了後アンケートへの設問設定、教員による病院へのチラシの持参や参加の声かけを行った。

資料1—どこカレ通信 45号

どこカレ通信 第45号

R1.8

Niigata Research Institute of Nursing

〒943-0147 新潟県上越市新南町 240

e-mail nirin@niigata-cn.ac.jp 電話: 025-526-2822

どこカレメイトの皆様

令和元年はじめてのどこカレ通信です。毎日猛暑が続いてありますが、仕事に学習に、リフレッシュにと、上手に体調管理されていますか？今年度の公開講座は、定数を上回る参加状況で順調にすすんでいます。

【終了した公開講座】

“さあはじめよう看護研究”シリーズ

R1.5.18 ①「看護研究のテーマを見つけよう」(参加 40名)

R1.6.8 ②「文献検索の基本」(参加 34名)

R1.7.27 ③「看護研究方法の理解」(参加 45名)



R1.7.20 抑制しない看護へのチャレンジ (参加 157名)

R1.7.28 特養におけるより良い看取りの実現に向けて (参加 67名)



R1.10.5(土) ♥♥地域課題研究発表会です。是非ご参加ください♥♥

8月(August.葉月) 花: 向日葵(ヒマワリ) 花言葉「憧れ」



今後の公開講座

2019年9月14日

さあはじめよう看護研究

④「研究計画書の書き方まで」

(石田和子教授) 受け付中

2019年9月17日

わかりやすいプレゼンテーションのやりかた

(永吉雅人准教授) 受付終了

2019年9月28日

ABCD(意識・呼吸・循環)のアセスメント(救急看護・集中ケア認定Ns)

重要なお知らせ

どこカレメイトの登録が、2年を過ぎている方は、再度申請が必要になります。

ID: 半角英小文字: 8字以内

**パスワード: 半角英数字混合
16字(数字に下線を引く)**

更新を希望される方は、申請用紙の再提出をお願いします。不明な点はセンターまでお問い合わせください。

どこカレ通信第 46 号

R1.10

Niigata Research Institute of Nursing

さあはじめよう看護研究④

9月14日(土)

講師：石田和子教授

定員 30 名を拡大し、42 名の参加がありました。半数以上が中・下越からの参加でした。講師の具体を織り交ぜた講義はわかりやすく、研究テーマ・研究目的が、ある程度明確な方は、疑問に対するアドバイスがもられたという感想でした。

e-mail nirin@niigata-cn.ac.jp
電話 025-526-2822

★石田先生の迫力ある講義★

ABCD (意識・呼吸・循環) のアセスメント 9月28日(土)

講師：救急看護認定 Ns 涌井幸恵

集中ケア認定 Ns 松井ルミ子

シュミレータを使った聴診、血圧計を使わない血圧触知法など、実践に活かせるわかりやすい内容でした。役立つ資料も喜ばれました。

★異常音…わかりますか？★

わかりやすいプレゼンテーションのやりかた

9月17日(火)

講師：永吉雅人准教授

プレゼンを聞く側に立ち、伝わりやすいスライドの作成、発表の仕方について考え、実践の個別指導を受けました。アンケートでは、定員を増やし、講義だけでも聞きたいという声がありました。

★一人ひとりを親身に指導する永吉先生★

ごあいさつ
暑い夏が終わり秋の気配が一気に増してきました。温暖化により凶暴性を増した台風が次々に発生するので、こちらにも公開講座に影響が出るのでは・・・とハラハラしています。それは、佐渡や下越方面から参加して下さる方々が多くいらっしゃるからです。さて公開講座も 2/3 が終わり、終盤に近づいてきました。食欲・スポーツ・学習の秋です。残りの講座に沢山のご参加をお待ちしています。

今後の公開講座

10月19日(土) 受付終了
専門性発揮のための社会人基礎力
～高めたい人も育てたい人も～
聖マリアンナ医科大学 高橋 恵

10月26日(土) 受付終了
高齢者の脆弱な肌の
悩みを考える。
皮膚・排泄ケア認定 Ns 林智子

10月29日(火) 受付終了
看護研究のための統計処理
Excel を用いて
看護大准教授 永吉 雅人

11月9日(土) 受け付中
脳卒中患者の暮らしを支えるリ
ハビリテーション看護
脳卒中リハ認定 Ns 平山ゆずり

— 24 —

資料3—どこカレ通信 47号



2019年度の研修を修了しました。

おかげさまで持ちまして、今年度の予定研修を無事に終えることができました。今年度受講された方々…学んだことは、毎日のお仕事に役立っているでしょうか？研修会は、短時間に広範囲のことを入れ込んでいます。講義を聞くだけになっていませんか？研修会をきっかけに自己学習し、学びを深めていただくとともに、日々の業務や教育の中に活用し、変化させていただきたいと考えています。「実践に活かす」を目標に、現在、次年度の計画を検討しています。次年度も是非ご参加ください。

♥専門性発揮のための社会人基礎力 (10/19)
講師：高橋 恵 (聖マリアナ統括看護部長)



← 専門職は、いつの年代も目標を持ち、キャリアアップすることが重要です。そのために、どのような視点で何を基準に評価していけばよいか？具体的に実践されている内容を話して頂きました。

♥ 高齢者の脆弱な肌の悩みを考える (10/26)
講師：林留子 (皮膚・排泄ケア認定看護師)



→ 昨年に続き、スキンケアの方法やスキンテアを防ぐテープの剥離方法を具体的に指導いただきました。施設、開業クリニックに勤務する看護職も参加され、現場に活かす熱意が感じられました。

★看護研究のための統計処理 (10/29)
講師：永吉雅人 (情報科学准教授)



← 看護研究に用いるデータを、Excelを使って処理する方法について学習しました。研究への活用法を知りたい方とExcel操作を学びたい方により評価が分かれました。次年度の検討課題といたします。

★脳卒中患者の暮らしを支えるリハビリ看護 (11/9)
講師：平山ゆずり (脳卒中リハビリテーション認定看護師)

運動障害に対するリハビリテーション、高次脳機能障害に対するリハビリテーション、生活構築に向けた支援を、演習を交えた実践的な内容でご講義いただきました。参加者から現場での課題について沢山の質問がされました。



雪にも寒さにも負けず、充実した令和2年を迎えましょう!!

地域課題研究開発部門

西田絵美 山田正実 河原畑尚美 井上智代 安達寛人 室亜衣

I 本部門の事業目的

新潟県の保健・医療・福祉分野で働く看護職の実践現場における研究活動を支援することを通して、新潟県の看護の質向上をめざす。

II 活動概要

1. 上越地域看護研究発表会の開催

1) 発表会の企画運営

本発表会は新潟県上越地域振興局健康福祉環境部との共催であり、実行委員会が編成された。実行委員メンバーは、上越地域振興局健康福祉環境部から2名、上越地区の7つの病院から7名、本学からは地域課題研究開発部門員6名と看護研究交流センター専門職員1名の計16名で構成された。実行委員会開催回数は以下の3回である。

1回目：令和元年5月20日（月）16：00～17：15（於：上越地域振興局）

発表会の日程とテーマ、発表形式、演題募集方法、抄録原稿様式等について検討した。日時は例年より1週間遅い10月5日（土）とし、テーマは「つなげよう！つながろう！上越の看護」に決定した。発表形式も昨年度同様のポスターセッションとし、演題募集方法、抄録原稿様式は概ね例年通りの方法を取りながらも、募集の幅を広げるために、院内や学会等で発表された研究も応募可能とし、施設による応募数の制限はなくした。さらに、休憩などが取れる場所の確保、業者出展ブースなどを入れていく案が出され合意した。

2回目：令和元年7月8日（月）16：00～17：15（於：上越地域振興局）

会場設営、当日の進行、役割分担等について検討した。13演題の申し込みがあったことから、4群に分け2群ずつ発表することを決定した。1演題10分（発表7分、質疑応答3分）とし、当日の役割分担について決定した。出展業者は、フランスベッド、モルテン、T&K、ホリカフーズ、東洋羽毛、つくし工房であることを確認し、多目的室に休憩スペースを確保することとした。抄録の査読および指導は本学で担当することを確認した。

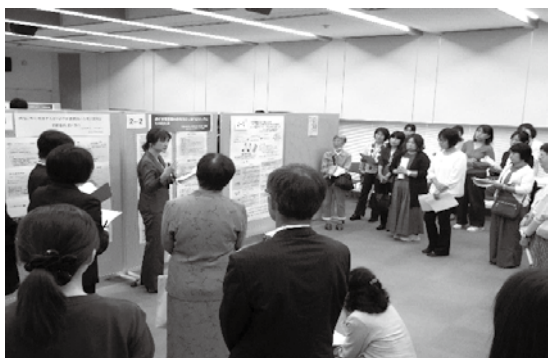
3回目：令和元年10月28日（月）16：00～17：30（於：上越地域振興局）

振り返りと課題を検討した。参加者アンケート結果を共有し概ね好評であったことを確認した。参加者の傾向は、20代が増えリピーターが多い、ポスター発表・上司や同僚の勧め等が参加動機となっていた。次年度に向けては、ポスター発表の特徴やルール等について、事前オリエンテーションを行うこととした。また、地域課題研究発表会と同時開催等の形を検討していく。

2) 発表会（開催：令和元年10月5日（土）10時～12時）

上越地域8施設、発表演題13題の研究発表を行い参加者は102名であった。参加者アンケートにおいて93.9%の人が満足したと答えており、参加者数も昨年より増加した。ポスター形式が好評であった。当日のプログラムは以下の通りである。

ポスターセッション 第1群		座長 深澤 真一 (さいがた医療センター)	10:15～10:45
1-1	研究	胃切除術後患者の食事面から見た社会復帰の現状と課題	柳澤 麻衣 (上越総合病院)
1-2	研究	重症心身障がい児(者)病棟に勤務する看護師が抱く思い～週末を迎える患者に対して～	長谷川 幸代 (独立行政法人国立病院機構 さいがた医療センター 南1 病棟)
1-3	研究	15歳から20歳代前半学生の歯科口腔外科入院患者がもつ入院に対する不安	大竹 亜美 (新潟労災病院)
ポスターセッション 第3群		座長 南波 初枝 (高田西城病院)	10:15～10:45
3-1	取組 紹介	身体拘束の意識変容に向けた取り組み ～チェックシートを取り入れたカンファレンスを導入して～	池田 弘樹 (医療法人 常心会 川室記念 病院 A病棟)
3-2	実践 報告	アディクション治療の取り組み	鈴木 亮 (独立行政法人国立病院機構 さいがた医療センター 南1 病棟)
3-3	実践 報告	クロザピンの導入から管理について、現状と課題の報告 ～地域連携を目指して～	滝澤 弘規 (独立行政法人国立病院機構 さいがた医療センター 南2 病棟)
休憩			10:45～11:00
ポスターセッション 第2群		座長 竹原 則子 (新潟県立中央病院)	11:00～11:40
2-1	取組 紹介	病院と特別養護老人ホーム看護職員の人事交流事業報告 ～看護連携と質の強化～	板垣 雅美 (新潟県立柿崎病院)
2-2	研究	透析室看護師の患者対応におけるストレスとその対処法	飯田 明美 (新潟労災病院)
2-3	研究	慢性腎臓病(CKD)看護における外来・病棟・透析室の部署間連携の促進要因～CKD看護フローチャート作成過程を振り返って～	高橋 久美子 (新潟労災病院)
ポスターセッション 第4群		座長 高橋 律子 (けいなん総合病院)	11:00～11:40
4-1	実践 報告	食事ケア充実に向けた取組～終末期患者が経口摂取できた1事例を通じて～	小山 斐和 (新潟県立柿崎病院)
4-2	研究	皮膚の状態に対するスタッフの意識の現状 ～皮膚損傷に関するアンケート調査より～	小嶋 貴子 (新潟県厚生連けいなん総合 病院 4階病棟)
4-3	実践 報告	知命堂病院における連携ケアの実践報告 ～在宅で臨終を望む独居高齢者の終末期ケアを振り返る～	瀧本 浩子 (知命堂病院 地域連携セン ター)
4-4	研究	高齢結核患者のADL低下予防の取組に関する検討	半田 唯 (上越地域振興局健康福祉環 境部)
終了			12:00



上越地域看護研究発表会の様子

2. 実践現場における看護研究の取り組み支援

1) 地域課題研究の募集強化活動

4月から地域課題研究の活性化に向けて取り組んだ。主たる活動内容は「広報活動の強化」「公募要領の見直し」「研究助成金執行方法の改善」である。「広報活動の強化」としては、どこでもカレッジ公開講座開催日には部門員が出向き、参加者に公募要領等の配布と説明を行った（全11回実施）。また5月の本学実習委員会主催の看護学実習懇談会の出席者にも同様のアナウンスを行った。「公募要領の見直し」は、本学教員の研究テーマ一覧とこれまで助成を受けた研究を紹介する頁を新たに追加し業者印刷で仕上げることで、公募要領の見やすさと研究意欲の向上に取り組んだ。2021年度公募要領についても早めに内容検討にとりかかりさらなる検討を重ねている。従来は共同研究者となる教員と相談のうえ研究計画書を仕上げたからの申請であったが、2021年度からは、研究計画書の提出は採択されてからとし、その前段階で申請できる方法へ変更した。このことによって研究計画書作成のハードルを下げエントリーしやすくなることが期待される。「研究助成金執行方法の改善」では、研究期間、助成金使用期間を延長し発表会までとすることによって、研究者および学内共同研究者の負担軽減と研究遂行の効率性と質向上をめざした。この検討に伴って、研究開始前にオリエンテーションを開催することにした。今年度は3月9日（月）に新型コロナウイルス感染症対策の関係から、学内教員のみ対象に開催した。

2) 地域課題研究発表会の開催

開催日時は令和元年10月5日（土）14時10分～15時50分であり、発表演題6題（6施設）、参加者68名であった。参加者アンケートにおいて、88.9%の人が満足したと答えており、ホームページや新聞等を見て参加した人が昨年より多かった。また、集客目的として業者展示等を開催したことも今年度初の試みであり、参加者数の増加に有効であった。当日のプログラムは以下の通りである。

<第1群>	座長	山田 正実	
1. 慢性腎臓病保存期療養生活での患者の学び —血液透析導入後の患者の語りを通して—			14:20
	新潟労災病院	松矢 春奈	
2. 心臓リハビリテーション外来に通院困難な急性冠症候群患者の退院後の生活状況			14:30
	長岡赤十字病院	結城 真	
3. 整形外科病棟における術後せん妄対策の変化 —術後せん妄アセスメントツールの活用を通して—			14:40
	新潟医療生活協同組合	木戸病院	高橋 未来
休憩 (5分間)			14:50
<第2群>	座長	井上 智代	
4. ケーススタディ研修における卒後2年目看護師の学びと気づき			14:55
	県立中央病院	小山 洋恵	
5. 産後の母親の精神状態とその背景の実態調査 —エジンバラ産後うつ病質問票を用いて—			15:05
	上越総合病院	松枝 杏奈	
6. N市の短期入所生活介護施設における長期利用者の実態と看護援助の課題			15:15
	一般社団法人新潟市医師会在宅医療推進室 細道奈穂子		



地域課題研究発表会の様子

3) 2020年度地域課題研究の申請と決定

公募期間は2019年10月1日から12月16日であり7件の申請があった。2020年1月から2月にかけて審査し7件を採択した。共同研究者の指名がない申請がほとんどであったが、研究内容から合致する本学教員を紹介しすべての研究者および教員に承諾を得た。採択された研究は以下の通りである。

2020年度地域課題研究一覧

申込順 No.	申請者	テーマ	所属	学内責任者 共同研究者
1	おかざき そのみ 岡崎 園美	視覚を遮断した患者体験および看護師体験における専門学校1年次学生の看護技術に対する認識	新潟県厚生連 佐渡看護専門学校	山岸美奈子
2	きむら めぐみ 木村 恵美	当院救急外来看護師による入院せず帰宅する患者に対する指導の現状と課題	長岡赤十字病院	東條 紀子
3	すずき みわ 鈴木 美和	歯周病対策が労働者の健康行動に及ぼす影響と健康経営上の意義	新潟労働衛生コンサル タント事務所	井上 智代 久保野裕子
4	たまき やすひろ 田巻 康弘	手洗い研修により介護職員の手洗いが習慣化するかの検証 ～A介護老人保健施設における感染予防への取り組み～	介護老人保健施設 ケアホーム三条	永吉 雅人
5	なぐも けいこ 南雲 敬子	長岡地域輪番病院における、ACP認知度に関する実態調査	長岡赤十字病院	井上 智代
6	まついる みこ 松井ルミ子	開心術後の患者に対する早期リハビリテーションの効果	新潟県立中央病院	岡村 典子
7	わくい ゆきえ 浦井 幸恵	3次救急医療施設におけるNEWS 活用の有用性についての検証	新潟県立中央病院	高柳 智子 相澤 達也

4) 2019年度地域課題研究の支援

以下の2019年採択6題の研究は、2020年10月3日（土）に発表予定

2019年度地域課題研究一覧

申込順 No.	申請者	テーマ	所属	学内責任者 共同研究者
1	しもがき みゆき 霜垣美由紀	新人看護職員における夜勤開始前の不安	魚沼基幹病院	酒井 禎子
2	しおたに こうすけ 塩谷 幸祐	アロマ精油の吸入が交感神経・副交感神経に及ぼす影響	さいがた医療センター	境原三津夫
3	ながい たくや 長井 卓也	新人看護師対象「急変対応シミュレーション」研修受講後の成果	魚沼基幹病院	酒井 禎子
4	にしやま まゆみ 西山まゆみ	化学放射線療法を受けた咽頭癌患者の栄養管理への介入 ～入院時から退院後を見据えた関わりを通して～	長岡赤十字病院	石田 和子
5	わたなべ さおり 渡辺 沙織	A病院における、暴力対応知識の現状把握 —「患者からの暴力に対する対応知識チェックリスト」を用いて—	さいがた医療センター	永吉 雅人
6	こばやし けいこ 小林 恵子	出生直後からFamily Centered Careの介入を受けた超早産児の母親が抱く思い	長岡赤十字病院	中島 通子 阿部 正子 西田 絵美

Ⅲ 次年度への方向性

今年度の活動を振り返り、次年度の取り組みとして以下の2点であげる。

1. 上越地域看護研究発表会と地域課題研究発表会が有効連携できるプログラムを、上越地域看護研究発表会実行委員会として取り組む。
2. 地域課題研究の広報活動強化が応募件数の増加にはつながらなかったことから、次年度は多角的なアプローチで地域課題研究の活性化を図っていく。

特別研究部門

小野幸子、平澤則子、高林知佳子、岡村典子、西田絵美、市川克巳、丸山紀子

I 本部門の事業目的

県内の保健医療看護上の課題に対応した研究課題を設定して取組み、一般市民の健康の保持・増進や看護職の質的向上の推進の一助として貢献することである。

II 2019年度の事業の概要

今年度は、看護研究交流センターが行う県内看護職の生涯学習の一端を担う学習支援事業について、県内全域の看護職を対象に要望調査をし、今後の在り方を検討するための基礎資料を得ることとした。

本センターの過去18年間の看護職学習支援事業は、県内全域の保健医療福祉施設、行政機関、看護学教育機関などにパンフレットの郵送、新聞および大学のHPなどを通じて広報し、公開講座開催直後にその都度、参加者による評価と要望を調査して次年度の企画に反映させてきた。その結果、各年とも概ね肯定的評価を受けてきている。しかし、参加者が上越地域とその周辺地域の看護職に限定されている現状にある。

そこで、県立看護大学の看護研究交流センターとして、これまで実践してきた看護職学習支援事業を紹介するとともに、県内全域の看護職のための学習支援事業として機能するよう、その在り方も含めた要望調査をし、それに即した企画・運営にする必要があると考えた。

現在、調査を開始したところであり、2020年度上半期には結果を出す予定である。2020年度は、本学各看護学専門領域の教員を対象に、捉えている県内の保健医療施設・行政機関・看護学教育機関の看護職における看護実践上の課題とその取組みの現状、及び本センターの看護職学習支援事業への要望やあり方などについて調査し、今年度の調査結果と合わせて検討して、より適切な看護学習支援事業を目指す。

Ⅲ. 市民フォーラム5年間の活動のまとめ

上越市・新潟県立看護大学連携事業
医療・健康福祉市民フォーラム 5年間の歩み

平成 26 年度に、上越市と新潟県立看護大学は包括連携協定を結びました。

本事業のねらいは、保健・医療・福祉分野の行政機関である上越市と看護学の教育・研究機関である本学が連携し、市民の保健・医療・福祉の質向上に寄与することでした。平成 27 年から令和元年度までの 5 年間にわたり、“市民フォーラム”として、本地域と関りのある方々を招聘したテーマや、時宜的な話題をテーマ 1 回／年開催してまいりましたが、5 年を節目とし一旦終了することとなりました。以下に 5 年間のフォーラムの実施状況と参加者からの評価を掲載し、まとめとさせていただきます。

表 1 5 年間の市民フォーラムのテーマ

年度	講演者など	テーマ	参加数
平成 27 年度 H27.9.22	<p>○基調講演：小柳 仁 (東京女子医科大学名誉教授)</p> <p>○トークセッション 石橋敏光 (上越地域医療センター病院院長) 竹原則子 (新潟県立中央病院看護師) 金子美朗 (新光園 園長) 石野正彦 (上越教育大学実践センター長) 本学学生 3 名 渡邊 隆 (コーディネーター：本学学長)</p>	<p>「私のめざした医学への道—医療人を育てた郷土と時代—」</p> <p>「医療福祉から考える私たちの郷土」</p>	250 名
平成 28 年度 H28.11.23	<p>○基調講演：井部俊子 (聖路加看護大学前学長)</p> <p>○パネルディスカッション 古賀昭夫 (上越地域医療センター院長) 古澤弘美 (上越地域医療センター病院看護部長) 田中靖子 (上越市健康づくり推進課課長) 清水知美 (ふもと地域包括支援センター管理者) 渡邊 隆 (コーディネーター：本学学長)</p>	<p>「看護という仕事—私の履歴書—」</p> <p>「雪国上越における健康な暮らし」</p>	124 名
平成 29 年度 H29.11.26	<p>○基調講演：山口晴保 (認知症介護研究・研修東京センター長)</p> <p>○パネルディスカッション 湯浅 悟 (高田西城病院院長) 宇良千秋 (東京健康長寿医療センター長) 森橋恵子 (高田西城病院 認知症疾患医療センター長) 金子裕美子 (認知症の人と家族の会新潟県支部代表) 川室 優：コーディネーター (高田西城病院・川室記念病院院長)</p>	<p>「認知症になれるまで長生きしても安心して暮らせる地域づくり」</p> <p>「上越市における認知症の現状と今後のケア体制づくり」</p>	197 名

平成 30 年度 H30.10.27	<p>○基調講演：石飛幸三 (世田谷区立特別養護老人ホーム ・ 芦花ホーム常勤医師)</p> <p>○パネルディスカッション 横田麻理子 (上越地域居宅介護支援事業 推進協議会会長)</p> <p>古賀昭夫 (上越地域医療センター病院院長)</p> <p>石田浩二 (特別養護老人ホームよねやまの里施設長)</p> <p>小野幸子 (コーディネーター：本学教授)</p>	<p>「人生の終わりに向け、 自分らしくどう生きるか」</p> <p>「上越市における看取り の現状と今後のケア体制 づくり」</p>	255 名
令和元年度 R1.10.20	<p>基調講演：吉野 智 (厚労省社会・援護局 障害福祉部 障害 福祉課 障害福祉専門官)</p> <p>パネルディスカッション 宮腰一樹 (ナディアの会 会長)</p> <p>新保由美 (保護者)</p> <p>橋本玲子 (高士地区振興協議会 生活支援コーディネーター)</p> <p>小野幸子 (コーディネーター：本学教授)</p>	<p>「誰もがすこやかに暮ら せる共生のまちづくり」</p> <p>「支え合う共生のまちづ くり—できること！ 皆で考えよう！」</p>	117 名

表 2 各年度のフォーラムの参加者の評価

開 催 年 度	性別		年代				【市民フォーラムをどこで知ったか？】 5回を通じ、ポスター・チラシが 47~50%、 知人・友人から 25~30% 広報等 15~20%
	男 性	女 性	30 歳 以 下	40 ~ 50 歳	60 ~ 70 歳	80 歳 以 上	
H 27	47%	49%	14%	36%	38%	9%	自由記載からの抜粋 ・健康な世の中を創るには医学の進歩、福祉の向上に加え国民の健康・医療への理解、知識の啓発が大切。 ・上越地域のために人としてなにをすべきか考える機会となった。 ・「この地域は役に立つ人を育てるまちになるべき」心に残った。 ・トークセッションは、もっと会場との対話ができると良い。
H 28	30%	67%	10%	50%	37%	—	・上越市の介護保険料が高い・セルフケア・予防の必要性を感じる。 ・講師が看護の仕事に真剣に取り組んだ話、身近に理解できた。 ・雪国をテーマにした介護予防は学習になり、看護のバーを感じた ・冬場の健康維持について改めて考える良い機会だった。
H 29	29%	63%	10%	40%	45%	3%	・発想の転換、目からうろこ！認知症の両親に少し優しくしよう。 ・ポジティブな考え方が重要！健康寿命を延ばしたい。 ・地域の認知症の状況、活動を知ることができた。 ・「長寿と認知症はセットである」ことを学んだ。気が楽になった。
	職種						
	医福	以外					
H 30	45%	52%	6%	32%	53%	7%	・本人の希望、意思決定と言いながら医療者側の考えが主だった。 ・老いて死ぬことは「自然の決まり」先生の話に説得力を感じた。 ・胃瘻は？すぐに決断を迫られ、家族は経験がない・辛い決断。 ・人生の終わりについて上手く説明できる医師は少ない。
R 01	48%	52%	17%	57%	26%	—	・講師の話は行政の役人らしくなく、現実的で理解しやすかった。 ・公助、共助に意識が向きがちだが、自助、互助の大切さを感じた。 ・まず今日の話を周囲の人に伝え、それぞれ何ができるか考える。 ・自分の住んでいる町内にもっと目を向けてみる。

IV. 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 令和元年度 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 教授 大久保明子
2	子どもの危険！“事故予防と応急手当” 【概要】 乳幼児に起こりやすい事故やけがの予防対策と、すり傷、やけど、鼻血、頭を打った、誤嚥など、日常生活で起こりやすい事故やけがの応急手当についてお話しします。	小児看護学 教授 大久保明子
3	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の体験、がんの予防、喫煙や飲酒の害、小児がんの子どもの体験などから、健康やいのちについて考える授業です。	小児看護学 教授 大久保明子
4	がんになった親と子どものサポート～子どもに親のがんを伝えること～ 【概要】 がんと診断された時に子育て中の親御さんがたくさんいます。親のがんを子どもに伝えたほうがいいのか、親が子どもに伝えるときの留意点、がんの親をもつ子どものサポートについてお話しします。	小児看護学 教授 大久保明子
5	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
6	災害時のトイレ、大丈夫ですか？ 【概要】 心身の健康を確保する上で、安心できるトイレ環境の確保は不可欠です。災害時の避難所生活を想定したトイレ対応について、講義とワークショップで一緒に学びます。	成人看護学 准教授 山田正実
7	禁煙したい人と禁煙を応援したい人に役立つ情報 【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ます。禁煙のコツ、禁煙を応援する方法についての講義です。	成人看護学 准教授 山田正実
8	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。 ※学校、看護職・介護職では、希望があれば理論を交えます。	地域看護学 准教授 川野英子

No	テーマ	分野/職名 /講師名
9	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
10	認知症のこと知りたい（入門編） 【概要】 認知症について、最近テレビや新聞でも話題だけど、認知症になったら どうなるの？地域で暮らし続けるためにはどうすればいいの？認知症を 予防すること、早期診断、治療についてわかりやすく解説します。	老年看護学 准教授 原 等子
11	認知症への対応を知りたい（初級編） 【概要】 認知症の人が周りにいるけれど、認知症の人が穏やかに、看ている私も 穏やかに生活する知恵が知りたい。近隣のトラブル回避の秘訣、認知症 の症状理解を深め対応するコツなどをわかりやすく解説します。	老年看護学 准教授 原 等子
12	認知症という病気についてもっと知りたい（中級編） 【概要】 認知症という病気はたくさんの種類があります。それぞれの特徴や対応 の仕方などについて、詳しくわかりやすく解説します。 入門編の内容は理解している方向けの内容です。	老年看護学 准教授 原 等子
13	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 准教授 西田絵美
14	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ます。	成人看護学 准教授 酒井禎子
15	危機の分析と看護介入～乳がん再発時の患者の心理～ 【概要】 乳がんを再発した患者さんの体験に基づき、危機の分析と危機看護介入 について解説します。	成人看護学 准教授 樺澤三奈子
16	新たながん看護介入の探索：がん患者に対する運動介入とその効果 【概要】 今日、がん患者にとっての運動効果が様々に検証されています。がん患 者に対する運動介入とその効果のレビュー結果を通して、新たながん看 護介入の可能性を探る講義です。	成人看護学 准教授 樺澤三奈子

Ⅲ 令和元年度 出前講座実績（開催順）

実施件数24件 合計824人

	開催日	テーマ	講師名	依頼主	参加人数
1	R1.5.31 (金)	家族の健康を考える	川野英子	板倉シルバー大学院	70
2	R1.6.6 (水)	家族の健康を考える	川野英子	清里地区公民館	27
3	R1.6.18 (火)	認知症のこと知りたい【入門編】	原 等子	田辺建設株式会社	70
4	R1.7.9 (火)	認知症のこと知りたい【入門編】	原 等子	金葉会 (教員退職者の会)	40
5	R1.7.10 (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	妙高市立総合支援学校	9
6	R1.7.12 (金)	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	30
7	R1.7.18 (木)	子どもの危険!“事故予防と応急手当”	大久保明子	エム・アイ・ティ・イシヤハン ひまわり保育園	12
8	R1.8.2 (金)	認知症への対応を知りたい【初級編】	原 等子	国府二丁目町内会	38
9	R1.8.6 (火)	認知症のこと知りたい【入門編】	原 等子	東城二長寿会	37
10	R1.8.26 (月)	看護職・介護職のための緩和ケア講座—ACPを中心に—	酒井禎子	特別養護老人ホーム ほくら園	40
11	R1.8.28 (水)	認知症への対応を知りたい【初級編】	原 等子	医療法人知命堂病院 看護部	48
12	R1.8.28 (水)	看護職・介護職のための緩和ケア講座	酒井禎子	特別養護老人ホーム さくら聖母の園	40
13	R1.9.9 (月)	認知症のこと知りたい【入門編】	原 等子	五智第二鶴寿会	30
14	R1.9.25 (水)	認知症という病気についてもっと知りたい【中級編】	原 等子	医療法人知命堂病院 看護部	38
15	R1.10.4 (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	21
16	R1.10.7 (月)	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	上越海上保安庁	17
17	R1.10.8 (火)	認知症のこと知りたい【入門編】	原 等子	上越市幸町 幸寿会	23
18	R1.10.8 (火)	家族の健康を考える	川野英子	妙高市はねうまカレッジ「まなびの杜」 ひと・まち講座	20

	開催日	テーマ	講師名	依頼主	参加人数
19	R1.11.27 (水)	訪問看護師の1日	川野英子	妙高市農協婦人部 「ふきのとう」	9
20	R1.12.5 (木)	自分のからだ・いのち・健康について 考えてみよう!	大久保明子	上越市立吉川中学校	54
21	R1.12.18 (金)	家族の健康を考える	川野英子	中郷区老人クラブ連合 会	65
22	R2.1.25 (土)	災害時のトイレ、大丈夫ですか?	山田正実	上越市子安新田町内会	31
23	R2.2.17 (月)	認知症への対応を知りたい【初級編】	原 等子	上越市社会福祉協議会 板倉支所	22
24	R2.3.10 (火)	家族の健康を考える	川野英子	上越市社会福祉協議会 板倉支所	—
25	R2.3.12 (木)	認知症という病気についてもっと知り たい【中級編】	原 等子	社会福祉法人 上越老人福祉協会	—
26	R2.3.25 (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	特別養護老人ホーム さくら聖母の園	33
	合計				824

資料_1 令和元年度 出前講座アンケート結果（依頼主回答より要約）

実施件数：24件（依頼件数：26件）参加人数：824人

テーマ/講師名	1. 講座の内容について
<p>② 子どもの危険！“事故予防と応急手当” 小児看護学 教授 大久保明子</p> <p>非常に良かった：1</p>	<p>・私たち保育士は、保護者の方から大切なお子さんの命を預かり毎日保育をしているので、全職員が同じ認識を持ち、いざという場合にも危険な状況を見極め対応しなければならないので、今回の実際的な園内研修を通し、各職員一人ひとりが様々な気づきをし、全体でシミュレーションをして安心な保育が行えるよう学べました。短時間内に要点をわかりやすくお話していただき、また他園での事例や具体的なアドバイスもあり、役立ちました。ありがとうございました。</p>
<p>③ 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 教授 大久保明子</p> <p>非常に良かった：1</p>	<p>・3年生は今年1年間、自他の「命の大切さ」について学習しています。今回の講座では、聴診器で心音を聴いたり、脈拍を計ったりすることを通して、自他の命を実感的に捉えることができました。また、小児がんの子どもの体験や患者を支える周りの人々の関わり方について映像やお話から改めて命の大切さに気付くとともに、これからの生き方についても考える機会になりました。 生徒の感想から…「僕は今の生活が当たり前だと思っている。考えてもいなかったことが突然襲ってきて病気になったことを考えると、僕はこんなに幸せでいいのかと思ってしまう。病気にかかった人が強く生きようとしていることを考えたら、僕ももっと強く生きなければという思いになる。自分の命を大切にしていきたい。」「どんなに苦しいことがあっても死んではいけないと思いました。」</p>
<p>⑤ 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> <p>非常に良かった：4</p>	<p>・糖尿病について詳しくお聞きすることができました。血糖値の上昇をおやつに関連付けてお話いただいたので、夏休み直前の時期でもあり保護者の方も興味深くお話を聞くことができました。資料等ご準備いただきありがとうございました。 ・糖尿病と合併症のメカニズムを理解でき、その恐ろしさを改めて認識することができました。そのうえで、注意すべき項目や数値を明確に示していただくとともに、生活習慣の中ですぐにでも始められる具体的な予防法を提示いただき大変参考になりました。健康や生活習慣の改善などに関する人々の意識付けが最も困難なことと認識しております。「痛い目にあわないとわからない」ということだと思いますが、それでは時すでに遅し。何とか人々の健康意識の改善につなげられる心に響く言葉なり、事例なり、経験なり、強烈なインパクトを与えられる「何か」がないものかと日々考えております。 ・パワーポイント、料理サンプルを用いて説明してくださり、職員一同食生活を見直す良い機会になりました。 ・引き込む話し方で語り掛け、問いかけなど手を挙げる形で進められ、参加者の反応が良かったです。新潟県は塩分量が多い味付けを好むことがわかり、カリウムを効果的に摂る必要性を学びました。減塩に高い関心が寄せられ、病気にならない健康な身体づくりに大切であることに気が付け、今回の研修を企画して良かったです。</p>
<p>⑥ 災害時のトイレ、大丈夫ですか？ 成人看護学 准教授 山田正実</p> <p>非常に良かった：1</p>	<p>・普段身近になっていなかった災害・非常時のトイレのことがいかに重要かが認識でき、とても身近になった。簡易トイレを自宅で作り管理する（自助努力）方法を6グループに分かれて実技指導を受け、参加者が積極的に熱心に取り組んでいた。種々のトイレに興味を持ち、実技時間の不足を感じたほどであった。購入方法や使用上の問題点などの質問が出され、情報交換と話し合いができ互いに納得しあえた。また普段の介護時の使用や処理の仕方にも話が及び、サロンで介護関連等の情報交換の必要性も感じる機会となった。</p>
<p>⑧ 家族の健康を考える 地域看護学 准教授 川野英子</p> <p>非常に良かった：3 良かった：1</p>	<p>・今迄と異なる視点から家族を健康をみつめ、それぞれが幸せになる方法について提案があり、生きることの励みを与えてもらった充実感をそれぞれが感じ、とても素晴らしい笑顔で帰る姿に接しました。ありがとうございました。（人として成長する姿を見ることができました。） ・改めて家族の定義について考える時間ができて感謝しています。ストレスという言葉の定義・意味について深く勉強することができました。川野先生ご自身の実際の体験談がインパクトがありました。現場の「ナマ」の声がいちばん強みがあります。 ・身近なテーマでわかりやすくお話いただきました。各家庭の家族構成や年代に合わせ、具体的に考えることができ、とても良かったです。 ・専門的な立場から見た家族とは何か、どのような概念か等聞いて良かったです。「健康」について、高齢者でも取り組める具体的なことをもう少しお聞きしたかったです。</p>
<p>⑨ 訪問看護の1日 地域看護学 准教授 川野英子</p> <p>非常に良かった：1</p>	<p>・近い将来、関わらざるを得ない会員にとって、とても具体的なお話、また訪問看護を利用する流れも詳しく説明いただき、とても勉強になりました。</p>

テーマ/講師名	1. 講座の内容について
<p>⑩ 認知症のこと知りたい (入門編) 老年看護学 准教授 原 等子</p> <p>非常に良かった：4 良かった：1</p>	<p>・参加者がいずれ自身または家族に起こるかもしれないという気持ちで聴かせていただきました。単純に認知症とは聞いていましたが、具体的な事実は理解していませんでした。講演のおかげで理解することができました。</p> <p>・弊会初めて「出前講座」を申し込みました。当初の予想を上回る受講者を確保できたことは、町民がこのテーマに関心を抱いている証のように感じています。認知症の予防として日常生活・運動・食事・会話等が同症の発症を遅らせることや、発症した人に対する接し方等を講義していただき、今後各人が実践していくことにより地域全体が明るく楽しく仲良くできる環境を醸成できればと思料いたしております。</p> <p>・認知症の原因と予防法、周囲の理解と支援など最新の研究成果や実例を基に、わかりやすくお話いただきました。認知症にやさしいまちづくりを推進するための示唆をたくさん頂戴しました。</p> <p>・広範囲の資料でお話をいただき、とても参考になりました。盛りだくさんのお話でした。他の地域(町内会)での取り組み状況の情報提供・発信をお願いしたいです。</p> <p>・じっくりと認知症について学ぶことができました。先生の語りがまさに実践者の語りで心に響きました。認知症について専門的なことだけでなく、かかわり方(家族・地域)やサポートの広がりなど、広い立場からの話をしていただき大変有意義でした。</p>
<p>⑪ 認知症への対応を知りたい (初級編) 老年看護学 准教授 原 等子</p> <p>非常に良かった：3</p>	<p>・認知症の原因と予防法、周囲の理解と支援など最新の研究成果や実例を基にわかりやすくお話いただいた。認知症にやさしいまちづくりを推進するための示唆をたくさん頂戴した。</p> <p>・基礎的な認知症に関する知識をわかりやすく講義してもらいました。参加者も多く、認知症に対する関心の深さがうかがわれました。質問も多かったので、さらに理解が深まりました。</p> <p>・認知症の方がおられると近づきたくないとの思いがありましたが、認知症は誰でもなりうること、また予防によって認知症を遅らせることができるとの説明があり納得です。予防、治療、共生を通じてお互いのコミュニケーションの大切さを学びました。</p>
<p>⑫ 認知症という病気について もっと知りたい (中級編) 老年看護学 准教授 原 等子</p> <p>非常に良かった：1</p>	<p>・入門編に続いて、具体的に問題行動の裏にある認知症患者の心理的内面(想像)や対応についての講義でした。原先生の話がリアルで納得できました。時間がなかったため、後半の事例紹介が聞かれなかったことは残念でした。ユマニチュードに関してだけの研修会を開きたいと思いました。</p>
<p>⑬ 看護職に必要な「ケアリング」の 基礎知識 母性看護学 准教授 西田絵美</p> <p>良かった：1</p>	<p>・卒後6～7年目の局研修スキルⅠのフォローアップ研修として講話を拝聴させていただきました。大変わかりやすくケアリングについてお話していただきました。事前にメイヤロフ著書「ケアの本質」を読んで先生の講話を聴いたので内容が理解できました。研修者がこれまでの看護を振り返り、これから専門職業人としてなりたいたい姿を考える機会となりました。</p>
<p>⑭ 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</p> <p>非常に良かった：2</p>	<p>・ACP(人生会議)を中心にわかりやすくお話いただきました。「人生の最終段階に入ったときに、その人が大切にしてきたことを尊重できるように取り組みたい」「本人の意思の尊重、継続的な話し合い、情報共有と共に他職種とも相談しチームで検討・支援すること、専門家の助言、そしてメモを残すことの重要性を考え今後活かしていきたい」「自分自身の“もしものとき”も考えなければいけないと思った」等、参加職員から声が聞かれました。</p> <p>・昨年も講座をお願いし、再度復習でき、また新たに学ぶことができ非常に勉強になりました。グループワークの内容がとても新鮮であり、今後にしっかり生かせる内容でした。事前に打ち合わせた以上のわかりやすく濃い内容でとても良かったです。</p>

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。

- ・興味深い講座がたくさんあるので、今後も機会があれば活用させていただきます。
- ・認知症のこと知りたい(入門編)を受講しました。今回の知識を基にして、「認知症への対応を知りたい(初級編)」の受講を計画し、ご協力を賜りたいと考えております。
- ・理論的、多面的に講話して下さるので、参加者は深い学びができます。
- ・当方の希望を汲み取っていただき、内容をアレンジした形でお話いただき、大変ありがとうございました。参加職員からも研修に参加して素晴らしいお話を聞いて大変良かったという声が多数寄せられました。
- ・講座の数日前に打合せ内容の確認のメールがあり、こちらも再確認できとても助かりました。必要経費が早い段階でわかり大変助かりました。
- ・企画する側としてはありがたい制度だと思っています。今後も継続して行ってほしいものです。
- ・出前講座では、講師料の負担がないことが、小規模校のためとても助かります。また、この講座を健康教育の機会と捉え、生涯にわたり自己の健康管理ができる生徒の育成を目指しています。がん教育を行っていく上で、がん患者の心理、その人を支える周りのかかわり方、がん患者の理解と共生について教えてくださる外部教師が必要です。今回前述の内容も含めていただき本当にありがとうございました。(中学校)
- ・看護大学で地域に向けて「出前講座」を行っていることを、町内役員が初めて知りました。地域に周知する方法をもっと考えていただけたらと思います。例えば町内会長あてに事例も紹介しながら「出前講座」パンフレットを配布すれば、イメージが広がりやすくなるのではないのでしょうか。
- ・高齢者が対象のサロン事業なので、講師の先生からお越しいただいて助かります。講座内容も充実しており、今後も活用させていただきます。

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
2 年次キャリアガイダンスに来学する機会に卒業生間の情報交換などを行う	令和元年 12 月 3 日(火) 16:00～16:45	卒業生 5 名 本学教員 7 名	4,060 円
2015 年度卒業生と旧交を深める	令和 2 年 2 月 27 日(木) 14:00～15:30	卒業生 4 名 本学教員 2 名	2,894 円
	合 計	卒業生 9 名 本学教員 9 名	6,954 円

令和元年度
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

令和2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