

### Ⅲ. 出前講座報告

## 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新事業である。

## 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 26 年度 出前講座テーマ一覧

| No | テーマ                                    | 分野/職名/講師名          |
|----|--|--------------------|
| 1  | 人間関係をより良くするには                          | 母性看護学<br>教授 加城貴美子  |
| 2  | より良い姿勢を保つには<br>(足の裏から健康をみる)            |                    |
| 3  | 足から健康をつくる                              |                    |
| 4  | 男女の思考・行動の相違、<br>より良い男女関係をつくるには!        |                    |
| 5  | 思春期の性を楽しく理解する                          |                    |
| 6  | より良い子育てをするには                           |                    |
| 7  | 人材育成・定着                                | 看護学管理<br>教授 坪倉繁美   |
| 8  | WORD によるマニュアル作成法入門                     | 情報科学<br>教授 橋本明浩    |
| 9  | 看護研究のための統計解析                           |                    |
| 10 | 介護は突然やってくる<br>－仕事と介護を両立していくために－        | 地域看護学<br>准教授 高林知佳子 |
| 11 | スローエイジングな生き方<br>－健やかな人生を送るための大切な習慣－    |                    |
| 12 | ぐっすり眠る、すっきり起きる習慣術<br>－朝に強くなる、とっておきの方法－ |                    |
| 13 | 看護職・介護職のための緩和ケア講座                      | 成人看護学<br>准教授 酒井禎子  |
| 14 | BLS(一次救命処置)を学ぼう<br>－“いのち”を救うために－       | 成人看護学<br>助教 竹原則子   |

| No | テーマ                | 分野/職名/講師名        |
|----|--------------------|------------------|
| 15 | 認知症の人と家族を支える       | 老年看護学<br>准教授 原等子 |
| 16 | 子どもには生きる力がある       | 小児看護学<br>助教 北村千章 |
| 17 | 大切にしてほしいあなたの性(いのち) |                  |

※ その他のテーマについても対応可能。

### Ⅲ 平成 26 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  | 6/13<br>(金)  | いざというときに動ける!<br>応急処置と AED の使い方              | 竹原則子<br>鬼形充智 | 上越市立大手町小学校 PTA<br>教養委員会        | 23 名  |
| 2  | 6/18<br>(水)  | ぐっすり眠る、すっきり起きる習慣術<br>一朝に強くなる、とっておきの方法       | 高林知佳子        | 上越地域振興局健康福祉環境<br>部             | 40 名  |
| 3  | 6/26<br>(木)  | 子どもには生きる力がある                                | 北村千章         | 上越カトリック天使幼稚園                   | 22 名  |
| 4  | 8/9<br>(土)   | ぐっすり眠る、すっきり起きる習慣術<br>一健やかな人生を送るための<br>大切な習慣 | 北村千章         | 春日中学校区絆プロジェクト                  | 100 名 |
| 5  | 8/19<br>(火)  | 看護職・介護職のための緩和ケア講座                           | 酒井禎子         | 厚生連糸魚川総合病院看護部                  | 89 名  |
| 6  | 8/23<br>(土)  | スローエイジングな生き方一健やか<br>な人生を送るための大切な習慣          | 高林知佳子        | 上越市社会福祉協議会浦川原<br>支所、大島支所、安塚支所  | 244 名 |
| 7  | 8/27<br>(水)  | 看護職・介護職のための緩和ケア講座                           | 酒井禎子         | 厚生連けいなん総合病院看護<br>部             | 49 名  |
| 8  | 9/8<br>(月)   | 足から健康をつくる                                   | 加城貴美子        | 上越市立公民館春日分館春日<br>謙信交流館         | 36 名  |
| 9  | 9/13<br>(土)  | 子育て応援「おやこの食育教室」<br>子どもには生きる力がある             | 北村千章         | 上越市教育委員会生涯学習推<br>進課・公民館        | 8 名   |
| 10 | 9/18<br>(木)  | より良い姿勢を保つには<br>(足の裏から健康を考える)                | 加城貴美子        | 糸魚川市健康増進課健康づく<br>り係            | 93 名  |
| 11 | 9/24<br>(水)  | 子どもには生きる力がある                                | 北村千章         | 真行寺幼稚園                         | 30 名  |
| 12 | 10/5<br>(日)  | 認知症の人と家族を支える                                | 原等子          | かなやの里更生園保護者会                   | 38 名  |
| 13 | 10/8<br>(水)  | 「セカンドライフを輝かせるために」<br>スローエイジングな生き方           | 高林知佳子        | 上越市教育委員会生涯学習推<br>進課・公民館        | 20 名  |
| 14 | 10/8<br>(水)  | 足から健康をつくる                                   | 加城貴美子        | 新潟県砂利砕石協会上越支部                  | 22 名  |
| 15 | 10/13<br>(月) | 足から健康をつくる                                   | 加城貴美子        | 上越市鴨島 3 丁目町内会                  | 40 名  |
| 16 | 10/14<br>(火) | 認知症の人と家族を支える                                | 原等子          | 柿崎区総合事務所教育・文化<br>グループ(柿崎地区公民館) | 39 名  |

|    | 開催日          | テーマ                                      | 講師名   | 依頼主                           | 参加人数 |
|----|--------------|--|-------|-------------------------------|------|
| 17 | 10/20<br>(月) | こころとからだの成長を考える<br>－家庭での支援について－           | 北村千章  | 県立高田特別支援学校                    | 33名  |
| 18 | 10/21<br>(火) | 足から健康をつくる                                | 加城貴美子 | 上越市社会福祉協議会安塚支所                | 20名  |
| 19 | 10/31<br>(金) | 足から健康をつくる                                | 加城貴美子 | 上越市教育委員会公民館                   | 48名  |
| 20 | 11/7<br>(金)  | 感染症対策                                    | 野村憲一  | 上越総合福祉センター                    | 30名  |
| 21 | 11/13<br>(木) | スローエイジングな生き方－健やかな人生を送るための大切な習慣－          | 高林知佳子 | 中郷区老人クラブ連合会                   | 80名  |
| 22 | 11/20<br>(木) | 介護は突然やってくる<br>－仕事と介護を両立していくために－          | 高林知佳子 | 糸魚川地域振興局健康福祉部<br>在宅医療連携協議会    | 55名  |
| 23 | 12/1<br>(月)  | より良い姿勢を保つには<br>(足の裏から健康をみる)              | 加城貴美子 | 妙高市立にしき特別支援学校                 | 18名  |
| 24 | 12/4<br>(木)  | 足から健康をつくる                                | 加城貴美子 | 上越市頸城区老人クラブ連合会                | 43名  |
| 25 | 12/11<br>(木) | より良い姿勢を保つには<br>(足の裏から健康をみる)              | 加城貴美子 | 陸上貨物運送事業労働災害防止協会              | 43名  |
| 26 | 12/19<br>(金) | ぐっすり眠る、すっきり起きる習慣術<br>－朝に強くなる、とっておきの方法－   | 高林知佳子 | 上越市社会福祉協議会浦川原・大島・安塚地域包括支援センター | 22名  |
| 27 | 1/8<br>(木)   | 人材育成・定着                                  | 坪倉繁美  | 厚生連糸魚川総合病院                    | 20名  |
| 28 | 1/24<br>(土)  | 子どもには生きる力がある<br>－乳幼児編－                   | 北村千章  | 上南地区公民館                       | 15名  |
| 29 | 1/30<br>(金)  | より良い姿勢を保つには<br>(足の裏から健康をみる)              | 加城貴美子 | いきいき春日野                       | 44名  |
| 30 | 2/9<br>(月)   | ぐっすり眠る、すっきり起きる習慣術<br>－健やかな人生を送るための大切な習慣－ | 北村千章  | 春日中学校区絆プロジェクト                 | 90名  |
| 31 | 3/1<br>(日)   | 足から健康をつくる                                | 加城貴美子 | 糸魚川市磯部地区公民館                   | 50名  |
| 32 | 3/5<br>(木)   | 子どもには生きる力がある                             | 北村千章  | 上越市立大島小学校                     | 22名  |
| 33 | 3/9<br>(月)   | スローエイジングな生き方－健やかな人生を送るための大切な習慣－          | 高林知佳子 | 板倉区老人クラブ連合会                   | 140名 |
| 34 | 3/17<br>(火)  | 足から健康をつくる                                | 加城貴美子 | 能生地区社会福祉協議会                   | 71名  |
| 35 | 3/23<br>(月)  | 介護は突然やってくる                               | 高林知佳子 | 糸魚川地域在宅医療連携協議会(糸魚川市健康増進課)     | 37名  |
| 36 | 3/24<br>(火)  | 介護は突然やってくる                               | 高林知佳子 | 糸魚川市福祉事務所                     | 26名  |

1800名

資料\_1 平成 26 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：36 件(依頼件数：43 件) 参加者数：1800 人

| テーマ                                       | 講師名          | 1. 講座の内容について、どのようにお感じになりましたか？   | 2. 今後も出前講座を利用したいと思われますか？   |
|---|--------------|---|--|
| いざというときに動ける！<br>応急処置と AED の使い方            | 竹原助教<br>鬼形助手 | ・初めて AED の操作を体験した。参加者からも質問が多く出て、丁寧に指導してもらっていた。<br>・最新の知見を分かり易くお教え頂いた。<br>・ケアマネジャー対象の研修会だったが、自身の健康管理や利用者の支援にも役立つ内容であった。  | ・PTA 役員が毎年交代するため、その時の委員の意見により、開催内容が異なるためわからない。<br>・非常に素晴らしい内容、講師のため。   |
| ぐっすり眠る、すっきり起きる習慣<br>— 朝に強くなる、とっておきの方法 —   | 高林<br>准教授    | ・地域の実情をご理解頂き、今後の生活に役立つお話であった。<br>・スローエイジングの意味・生き方を説明して頂き、セカンドライフを輝かせるために自分が健康面で何が出来るかを考える機会となった。  | ・地域の方の関心が高い講座内容が多いため。  |
| スローエイジングな生き方<br>— 健やかな人生を送るための大切な習慣 —     | 高林<br>准教授    | ・わかりやすい内容で、参加者の 98%が大変良かったと回答。理解の促進ができた。  | ・社会のニーズであり、市民啓発が必要のため。   |
| 介護は突然やってくる<br>— 仕事と介護を両立していくために —         | 高林<br>准教授    | ・自らの子育て経験もふまえて、具体例をふんだんに盛り込んだお話は、子育て中の保護者に多くの示唆を与えた。<br>・子育ての悩み、相談を受けて頂き、受講者の子育てに役立った。<br>・とても身近な題材で、今の子育てにヒントとなるお話を聞かせていただいた。<br>・絵本の紹介も良かった。遊びが子どもの成長にとって大切だということがよくわかった。 | ・子育て中の若い保護者の助けとなるテーマや、保護者自身のメンタルケアの機会が必要である。<br>・参加した方が、とても満足していた。“父親にも聞かせたかった”などの感想も出ていた。<br>・なかなか専門家の話を聞くチャンスがない地域なので、ありがたい。 |
| 子どもには生きる力がある                              | 北村助教         | ・最新の健康情報や医学的知識を取り入れながら、分かりやすくお話頂いた。   | ・科学的な知識や情報、根拠を専門家から聴ける機会は貴重であり、子どもたちに有効である。<br>・地域の身近な大学の先生に来ていただいたことが、とてもよいと思う。   |
| ぐっすり眠る、すっきり起きる習慣<br>— 健やかな人生を送るための大切な習慣 — | 北村助教         | ・性への認識を保護者は改めて確認することができた。   | ・今回初めて利用させていただき、県立看護大学との連携をとらせていただき良かった。   |
| ここからからの成長を考える<br>— 家庭での支援について —           | 北村助教         | ・がん患者は増加しており、抗がん剤や麻薬を常時使用して生活して居る方も多数おられる。心に寄り添う看護の大切さを実感した。<br>・緩和ケアについても少し聞きたいといった意見もあった。   | ・受講者の興味、関心と一致した企画を計画することが難しいが、今回の講座は大変好評評価を得た。<br>・大学の先生からお話を聞く機会はとてもありがたい。  |

|              |      |  |  |
|--------------|------|--|--|
| 認知症の人と家族を支える | 原准教授 | <ul style="list-style-type: none"> <li>認知症はその人の家族だけでなく、見守る地域、社会、隣近所の関わりが非常に重要であると思った。認知症は突然発生する病気であるが、周囲の人が認知症を正しく理解することにより、支えがあれば、できるだけその人らしく暮らし続けることができるとのこと、とても考えさせられる内容だった。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>先生の話は大変ためになり、受講者を飽きさせない。もつと時間があれば、もつと深く聞くことができたと思う。</li> </ul>    |
| 足から健康をつくる    | 加城教授 | <ul style="list-style-type: none"> <li>「足の裏」が健康に深い関わりがあるということを学んだ。</li> <li>今日から取り組める身近な健康法として、とても役に立った。</li> <li>医療の専門家から、専門的であり、しかも日常的(身近)、実践的で分かりやすく、足揉み運動も楽しく、参加者とのコミュニケーションも深まり、毎日の生活に活かせることなので、非常に良かった。</li> <li>日頃、見過ごしている自分の足について、改めて見る良い機会だった。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>災害時等に命を守る行動に活かされる。</li> <li>専門的な内容も、高齢者に分かりやすく説明して頂いた。</li> </ul> |
| 人材育成・定着      | 坪倉教授 | <ul style="list-style-type: none"> <li>人材育成に関する管理者の視点や、自部署の課題を振り返る機会になった。期待した研修意図に沿ったものであった。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>身近なところで大きな学びにつながる。資源として利用しやすい。</li> </ul>                         |

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

- 大学の機能を県民のために活かせるよいプログラムと思う。
- 旅費のみで講座をしていただけたのはありがたい。
- 講演料なしで奉仕していただき感謝している。
- 大学の専門的なお話を聞く機会はなかなかないので、いろいろな分野で出前講座を利用できればと思う。
- 講師派遣依頼文書は不要で、申込書を出すだけで受けて頂きありがたかった。
- 今後の健康管理にもっと活用したい。
- 出前講座のタイトル、システムなどがはつきりして選べやすかった。
- 講座を選ぶときに宣伝用 DVD や資料があれば、それを見て選べるようになればありがたいと思った。
- 多くの方が関心を持つ「健康」をテーマにした講座がたくさんあるので、他の講座も受講してみたい。
- 参加者はほとんど高齢だったが、若い人にもぜひ聞いてもらいたい内容であった。
- とてもよいシステムだと思う。外部講師をお願いする際の1つの選択肢として、活用させていただいている。
- 「地域にある大学の先生」というところが、子供たちにも、家庭にも、学校にも、とても身近に感じられ、参加者もよい反応を示している。
- 子育ての各方面から考える講座が出来ないか。
- 病气(例、生活習慣病)をシリーズとして講座が出来るか、考えてもらえないか。
- 今後も障害のある子へのご指導を継続的に見ていただいたり、交流させていただくとありがたい。今後も地域の大学との交流ができると良いと思う。
- 参加者からも、「良かった」「もっと聞きたいです」と感想をいただいた。もつと大勢の方に参加して頂けると、PR していきたいと思う。