

SEISEN UNIVERSITY
聖泉大学 地域連携交流センター

つながり

平成26年度活動報告書 vol.1



目次

3 学長挨拶

【地域連携交流センター】

4 地域連携交流センター長挨拶

5 地域課題に取り組む 「彦根ユネスコ協会の活動への青年層の参画促進について」

6 公開講座 「心と身体を育む毎日ごはん」

7 公開講座 「ダイエット成功の秘訣 糖尿病の食事療法のコツ」

【人間学部】

8 こころの支援について 「見えない物を創造する力」

11 地域高齢者を対象にした健康運動教室

12 地域の課題と自分自身の学びを結び付ける 「地域住民と学生防災士が創る防災マップ」

13 大学の学びを地域で実践する 「地域のために働くという社会福祉士の仕事」

【看護学部】

14 地域の高齢者の自主活動を支援する 「介護予防運動」

16 かけがえのないいのちを守る 「災害に強い地域づくり」

17 地域を支える人材の育成 「NPOと連携した心肺蘇生トレーニング」

18 地域の子どもたちと遊んで学ぶ

19 赤ちゃんは地域の小さな宝です

20 地域で暮らす高齢者への支援

在宅療養者のための支援

21 聖泉大学看護学部附属看護キャリアアップセンター

患者様が地域へ安心して戻るための病棟看護師の退院支援に関する研究

22 箱庭を使って学ぶ

学園祭で地域の方に健康チェック

聖泉大学大学院看護学研究科 別科助産専攻 開設

【学生活動】

23 学生の地域活動(この1年)



学長挨拶

地域連携交流センター・活動報告書の発刊に寄せて



聖泉大学 学長

筒井 裕子

近年、地域と大学が連携し、当該地域をより文化的・伝統的・経済的に発展するための活動を展開するため、1昨年から地域連携交流センターを開設いたしました。

この活動では、大学の人材を生かし何ができるか、地域の特性は何か、お互いが活用できる接点は何かを互いに理解し、検討・実践へとつないでいく事が地域の発展と連携に繋いでいけることに意義があると考えております。

従って我々教員の研究・実践活動を公開し、地域に生かし発展させることができる研究・実践内容を考え、活用していくことが重要です。

地域と共に大学も発展できることが望ましいと考えております。

滋賀県、特に湖東・湖北においては歴史と伝統があり、落ち着いた知己に富んだ人々の住む地域です。

互いの知恵を発展させ、より豊かな地域へと活動が展開されることを願い、活動報告書発刊の意義を広く伝えたいと考えております。



地域連携交流センター長 挨拶



聖泉大学
地域連携交流センター長
富川 拓

聖泉大学地域連携交流センターは、本学の建学の精神である「社会奉仕と地域貢献」を実現するため、地域連携および産学官連携の総合窓口として平成25(2013)年10月に設置されました。

本センターは「地域連携・産学官連携・調査研究」「学生の社会活動の推進」「公開講座」を主な事業とし、地域、NPO、行政、医療機関、企業等の皆様との連携を深め、本学が有する人的資源および教育研究の成果を広く社会に還元し、地域社会の発展のために取り組んでいます。平成26年度は、看護学部と人間学部の教員・学生の取り組みに加え、センターのプログラムとして、地域の皆様を対象とした公開講座を3回開催いたしました。

活動はまだ緒についたばかりですが、本学の人的資源や各種活動への理解を深めていただくことを目的に、このたび教員・学生による各種活動をまとめた冊子『つながり』を新たに発刊することになりました。

今後も地域の皆様との連携・交流を促進し、全学一丸となり地域社会の発展に努めてまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。

聖泉大学

公開講座

彦根ユネスコ協会の活動への 青年層の参画促進について

環びわ湖大学・地域コンソーシアム
大学地域連携課題解決支援事業2014

彦根ユネスコ協会は、彦根の価値ある歴史遺産の保護をはじめ教育・科学・文化などのあらゆる活動を通して、戦争のない世界平和と人類の福祉の促進を図るために2012年2月11日に設立されました。

会員数(団体含む)は約150ですが、青年層の参加は一部にとどまっています。そこで、彦根ユネスコ協会、彦根市と人間学部富川准教授、学生が連携協働し、協会活動への青年層の参画を促進するための各種活動を企画・運営しました。



○活動の概要

2014年7月からスタートした活動では、大学生が、協会会員・事務局、彦根市内3大学の学生・教員への聞き取り調査を実施し、協会の例会やESD先進地事例研修会にも参加しました。9月には、大学生による協会会員を対象とした本格的なインタビュー調査も実施し、啓発のための研修講座について検討を始めました。

12月には啓発のための研修講座を開催しました。参加者から青年層の参画促進に向けた様々なご意見を頂戴することができました。



○研修講座「ユネスコ協会における若者の活動について」 (地域連携交流センター 第3回公開講座)

2014年12月13日(土)に研修講座を開催しました。本講座は地域連携交流センターの公開講座でもありました。基調講演「彦根ユネスコ協会の活動と若者への期待」では、彦根市教育長、彦根ユネスコ協会会長の前川恒廣先生をお招きし、ユネスコの理念やこれまでの活動、若者へ期待などをお話いただきました。

その後のグループディスカッションでは、参加者21名が3グループに分かれ、「若者の参画促進のための具体的方策」等について議論しました。

○今後の取り組み

各種調査や研修講座で頂戴したご意見をもとに平成27年度の活動案の策定し、若者の活動参画の促進に向けた活動を継続する予定です。



公開講座

心と身体を育む毎日ごはん

共催：聖泉大学 スポーツ・身体運動支援センター、地域連携交流センター

日時：平成26年7月26日(土) 12:30～16:00

場所：455教室

主な対象：子育て世代の親

講師：神藤 多喜子 氏(ウェルネスライフ研究所 代表)



1. 趣旨

現代社会にはモノがあふれ、私たちは物質的には豊かな生活を送っています。

しかし、食生活に関してはかつてよりも貧困になっており、その影響により子どもたちの身体環境は大きく変化したと言えます。いま私たちに必要なことは、日本人の身体的特徴を理解し、古くから伝わる日本人に合った食生活を再認識することです。本公開講座は、子どもの身体環境を守る重要な役割を担っている子育て世代が「食に関する常識」を見つめなおし、現在の食事の問題点(食べ物、食べ方等)を認識することを目的として開催しました。



2. 講演内容

第1部では、日本人に合った食べ物と食べ方について神藤多喜子先生にご講演いただきました。ここ数十年で急速に欧米化した食生活によって腸が疲弊している現状を踏まえ、本来の元気を取り戻すための身体にやさしい食事についてお話いただきました。特に「味噌汁」や「発酵食品」、「漬物」が日本人にとって重要な食べ物であるということです。

第2部の実践編では、神藤先生が事前に漬けておいた漬物や合わせ味噌を試食しました。その後、参加者も実際に野菜を切って、漬物の漬け方について学びました。

全体を通して、参加者からは「日本人に合う食事がわかりました」、「味噌汁は大切だと思いました」、「普段の食生活を見直したいと思った」などの感想が聞かれました。多くの参加者にとって、普段の食生活を見直すきっかけや、漬物を始めとする伝統的な食文化の大切さに気づく機会となったようです。



公開講座

ダイエット成功の秘訣 糖尿病の食事療法のコツ



日時:2014年10月3日 10:40~12:20

場所:第1第2会議室

医療法人親友会島原病院 肥満・糖尿病センター長
京都府立医科大学客員教授

吉田俊秀先生の講演概要

講演内容から

ダイエットをするには本気にならないといけません。ダイエットは自分のために行うという認識が必要です。肥満はBMIが25以上を言います。日本では25以上の人が2600万人います。日本人は肥満に糖尿病や高血圧、膝痛などの合併症が加わると肥満症と呼び、保険医療の適用になる病気です。



肥満症では3~5%の減量で、糖尿病や高血圧などの合併症も改善される場合があります。

減量は動機づけが重要です。肥満治療は明確な目的を持つ必要があります。糖尿病を治すため、腰・膝関節症を改善するため、痩せて健康な子どもを産むため、痩せて結婚するため、などです。股関節の手術をするために痩せなければならない人もいます。本人がやる気になったら簡単に痩せられるし、元のように太ったりしません。「やる気」が大事なのです。

過食の原因は、日常生活にストレスがあることが多いです。大きなストレスがあると痩せ細る。小さいストレスは甘いものを食べたり、アルコールを飲んだりして対処します。それが肥満につながります。イライラの原因は何か、どうしたらそう思わずに済むのかを考えなければなりません。ストレスが消えると肥満も解消する場合があります。

おなかいっぱい食べるダイエットを実践している人がいます。前もって炊いた野菜を準備しておく。またはおでん風味で、こんにゃく大根ニンジンなど炊いて作っておき、冷蔵庫に保存しておく。これならいつでも食べられてよい。時間の余裕がある場合は、ごはんやおかずをテーブルに置く前に野菜を食べる時間を10分間作ります。野菜は生野菜を切ってそれをよく噛む。それだけで10分使います。こうするとおなかがいっぱいになり、ビタミンCが入っているので、つやつやに痩せられます。キャベツのぶつ切りを10分間よく噛んで食べ、食べた後30分間歩く。食後にたった5分間でも運動すると良いです。

肥満女性のための 1200キロカロリーに合わせた減量例

1. 食事療法のコツ

- ①砂糖をやめる、油類は極力減らす
- ②タンパク質70gとは
(牛乳1本、卵1個、肉80g(8×4×0.8cm)、魚80g(サシミ5切)豆腐2分の1丁)
- ③食前に生野菜(キャベツなど)を10分噛むとよい

2. 運動療法のコツ

- ①1日3回食後30分後~30分歩く
- ②1日1万歩(350キロカロリー)を目標とする。
その場で5分間足踏みでも、イスに座っての上半身の体操でも、やらないよりは良い

3. 行動療法のコツ

- ①ドカ食いはよくない(1日3回に分けて食べる)
- ②早食いはよくない
(食事時間は20分から30分かけて食べる)
- ③夜8時以降は食べない(生野菜と水は良い)

質疑応答例

- Q1** 運動は室内でもよいのか?
A1 室内でもよい。座っての手足の体操でもよい。
- Q2** ストレス解消で1日1個のケーキはダメか?
A2 自分を甘やかしてはダメ。太っている人はすでに一生分のものを食べている場合が多い。
- Q3** 散歩のタイミングと効き目は?
A3 ご飯を食べた後は血糖値が上がるために食後に歩くとよい。





「昨年度、河童研究会を 立ち上げてみたところ…」

—先生がこれまで行われてきた地域活動にはどのようなもの
がありますか？

新美 これまでの個人的な地域活動としては、高校や精神科クリニックなどでカウンセリングや心理検査をしてきました。また、養護の先生や県の相談員を対象とした研修会講師も何度かさせていただいています。

しかしここでは個人的活動ではなく学生とともにした活動をご紹介します。2013年秋のことですが、近隣の幼稚園で「想像遊び」を学生と一緒に行いました。僕がこの想像遊びに興味を持つことになったきっかけは、NPO芹川の川崎敦子さん達の活動です。川崎さんたちは、受託している学童保育の場で「目に見えないもの」に関わる想像遊びができないかと思案され、2010年ごろから河童などの妖怪をテーマにした想像遊びを実践しておられます。

川崎さんたちの活動のユニークな点は妖怪の痕跡しか示さない点です。河童などの妖怪は子どもたちの目の前には決して現れないため、妖怪たちは実在すると断言はできないものというポジションが維持されます。しかし、来訪したという痕跡だけは繰り返し提示される。その結果、子どもたちの想像力のアンテ

ナはたえず敏感に働くことになります。ときには指導員が準備したものではないもの（たとえば散歩中に池で見かけたマヨネーズの瓶のゴミ）でさえも「河童の痕跡」として認識されていきます（「河童がきゅうりをここで食べてた跡ちゃう?!」）。

以前から「目に見えないもの」への感受性を重視していた僕はこの活動に非常に感銘を受けました。そして同じような活動を大学における教育の一環として試みてみたいと思いました。近隣の稲枝東幼稚園に相談を持ちかけましたところ、幸いにも実施の許可と、それから実施上のご助言をたくさんいただくことができました。僕らは約2ヶ月間にわたって週に1度お時間をいただき、宇曽川にいる河童について研究しているグループ（河童研究会）として活動をさせていただきました。実際、宇曽川には河童がいるという伝承があるようです。私たちは、まずは河童の出る絵本を読み、河童についての共通認識を園児たちと作り上げていきました。それから河童の足跡が大学近くで見つかったと報告したり、その場所に河童宛ての手紙を置くため園児たちに絵手紙を描いてもらったり、さいごには園児宛に河童からのお返事が届いたりするなどの仕掛けをしてみました。最初は半信半疑だった幼稚園児たちも、しだいに「河童は近くにいるみたいだ!」とノってきてくれました。休日に親子で河童を探しに宇曽川沿いを歩いた子も出てきました。河原に河童の大好物のキュウリをお供えた子も出てきました。

「人間の尊厳の根拠は何か？」

—「目に見えない何か」を感じる経験にはいったいどのような意味があるのでしょうか？

新美 感性が育れます。それも、そういったものに対して単にリアリティを感じるだけではなく、ほんの少し怖い感覚をとまなうような、そんな感性です。たとえば神さまや霊的存在に対する感性のような。じつは死んだ人やその霊に畏敬の念を感じるのは人間だけだ、それこそが類人猿と人類の違いだという猿の研究者の見解があります。たとえばゴリラは情愛が深いことで知られていますが、母親ゴリラは死んだ赤ん坊ゴリラをあたかも生きているように扱います。が、ある程度時間がたつと、干からびた我が子の亡骸をゴミのように捨ててしまうそうです。人間は違います。我が子が死ぬとお墓を立てる。人間だけが「目に見えない何か」を生々しく感じ、畏れ敬うような感受性を有しているのです。

近年ずいぶんこうした感性は軽視され続けてきましたが、さいわいなことにこの感性は日陰でなんとか生き残っています。トロロやもののけ姫、妖怪ウオッチがあればだけヒットするのは、「目にみえないもの」への感受性の重要性を僕らの無意識がよく知っているからだと思います。

ひょっとしたらどう重要なのか、ピンと来ないかもしれませんね。たとえばごく日常的な人間関係を思い浮かべて下さい。人

間と人間との関係、人間らしい関係を結ぶ上でもっとも大切なことは何だと思いますか。僕はそれは互いに相手の尊厳を感じることではないかと思います。そして尊厳の根拠となるのは、目に見えない「たましい」でしょうね。もし相手に「たましい」があるのを感じられなければ、相手を目的達成のために道具的に用いるのをためらわないはずで。僕らが他者にたいし倫理的に振る舞えるかどうかは、「目に見えないもの」への感受性にかかっていると僕は思うのです。

河童研究会の活動では、うちのゼミ生もたちも園児たちも、そういった感受性が大いに刺激されたのではないかと考えています。

「不登校の子どものための
居場所を作りたい」

—今後も河童研究会の活動を続けて行かれるのでしょうか？

新美 いや、基本的には続きません。もし熱いご要望があれば別ですが(笑)。

確かに幼稚園での想像遊びは、僕にとってとても価値のある体験でした。大学の中だけで学んでいるとどうしても緊張感に欠けるところがあるのですが、学外で活動すると僕にも学生にもよい緊張感が得られました。学びの強度が自ずと変わってきました。だから今後も学生と一緒に、なんらかの地域活動をしたいと考えています。でも、妖怪でなくてもよい。むしろ、もっと





心理臨床学にわかりやすく密着した取り組みの方がよいのではないか。今はそう思っています。

じつはいまこっそりと進めている計画があります。それは不登校の児童・生徒のための居場所づくりです。どのような形がよいのか、またどうすれば持続可能なものとなるかを検討するために、大阪のフリースクール「みなも」さんを見学させていただいたり、フリースクール全国ネットワークの研修会に参加させていただいたりしました。あまり知られていませんが、滋賀県は適応指導教室（公営）こそそれなりに充実しているのですが、フリースクール（民営）はほとんどありません。京都や大阪は違います。適応指導教室よりもフリースクールの方がずっとたくさんあります。地域格差がかなりあるのです。滋賀県の不登校の子どもは、地元の適応指導教室が合わなければ、居場所や行き場所が相当限られてしまう。そうになってしまうと他者の尊厳を感じられるチャンスは限定的になってしまいますし、自己の尊厳を誰かに感じてもらうチャンスも少なくなってしまう。それでいいのでしょうか。

僕は心理臨床家です。僕にとって大切なのはそういう子どもが学校に行けるようになることそのものではありません。そうではなく、自分の生きている意味を実感をもって感じられることです。それができるような場を作りたい。そこに通った結果として学校に復帰できるなら、それはそれで素晴らしいと思います。学校で学べることや学校でしか学べないこともたくさんある。でももっと大きな目標は、その子どもが将来ちゃんと社会の中に入っていけること、そして誰かと人間らしい関係を結んでいき、

充実感を感じながら生きていけることです。そのための場所、メインストリームではないけれどもオルタナティブではある場を、学生と協力しながら作っていきたいのです。

すでにボランティア学生は募っています。ぜひ手伝いたいと申し出てきている学生は、思っていた以上にたくさんいました。誰かの手助けができる場を、聖泉の学生たちは求めているんですね。そこで昨年末、能登川駅近くで場所をお借りし、不登校の子どものためのスペースを開室しました。まだぜんぜん反響はありませんけれどもね。ひょっとしたらニーズがないからなのかもしれません。それとも宣伝が下手なのでしょうか。ともかく、当面は学生たちとがんばってみたいと思います。

Profile

新美 秀和（にいみ・ひでかず）

聖泉大学人間学部人間心理学科 准教授
1974年生まれ。奈良県出身。
京都大学教育学部卒業、甲南大学大学院
人文学研究科博士後期課程単位取得退学。
臨床心理士。専門は心理臨床学。



地域高齢者を対象にした 健康運動教室



人間学部人間心理学科
健康運動心理専攻 講師

多胡 陽介

日本は2007年から超高齢者社会に入り、今後も日本の高齢化率は上昇傾向が続くとみられ、世界的に注目されています。本学の周りを見わたすとご高齢の方をみかける機会は、年々増えている気がします。このような地域のなかで私たちは何ができるのでしょうか。

私は、もともと競技スポーツの動作について研究していましたが、レクリエーション・インストラクターの資格取得をきっかけに、レクリエーションの様々な団体と関わるようになりました。そのなかで“楽しみ”や“遊び”は、人間にとってなくてはならないものであり、人生を豊かにするキーワードであるように感じるようになりました。レクリエーションといっても様々あります。多くの人々のコミュニケーションのきっかけとなる“アイスブ



レーキング・ゲーム”、いつでもどこでも誰とでも行える“ニュースポーツ”、自然を利用した“ネイチャー・ゲーム”、音楽を活用した“健康体操”などです。その後、健康運動指導士の資格を取り、健康づくりの専門家として「いかに楽しんでもらいながら、継続して健康増進が図れるか?」というテーマを設定するようになりました。

現在は、地域の高齢者の方を対象に「体力測定」や「ノルディック・ウォーキングの普及」を中心に活動を行っています。体力測定では、高齢者の方にとって重要であり、かつ安全に実施できるものを選んでいきます。例えば、片手を伸ばしてバランス機能を測定する「ファンクショナル・リーチ」です。高齢者の方にとってバランス機能を維持することは転倒予防の面から非常に重要となります。またノルディック・ウォーキングは北欧生まれの健康運動であり、普通に歩くのと比べてエネルギー消費量が増えたり、姿勢よく歩くことができます。さらに、地域の方と接する中で意外とニュースポーツを知らない方が多いと感じています。ニュースポーツはコミュニケーションを図りながら手軽に運動できるので、各人にあったニュースポーツを提案できるのではないかと考えています。

楽しみや遊びの要素は、今後ますます重要視されてくると感じています。学生達と一緒に、地域の健康寿命の延伸に貢献したいと考えています。





地域の課題と自分自身の学びを結びつける 地域住民と学生防災士が創る防災マップ



人間学部人間心理学科
キャリア創造専攻 3年生

横山 辰弥さん

(富川研究室)

○地域における防災活動について

現在、彦根市社会福祉協議会の方と一緒に、地域の防災活動を行っています。地域の防災訓練の計画や、地域での避難経路、備蓄などの確認など多方面からの支援が考えられますが、現在は大学の近くの彦根市海瀬町の方と一緒に海瀬町の防災マップを作っています。

防災マップは、地震が起きた際にどのような経路で避難するか等を事前に把握するために作ります。大地震といった最悪の事態が起きてしまった場合でも、冷静に行動できるようにするためのマップです。



○活動を始めたきっかけ、やりがい

活動を始めたきっかけは2014年2月に大学(富川研究室)と彦根市社会福祉協議会の方が地域の防災について考えようというプロジェクトが始まったことと、自分が「防災士」という資格を持っていたことがきっかけになりました。防災士を取るきっかけとなったのは、東日本大震災のテレビの映像を見て、せめて自分の身は自分で守れるようになろうと思って防災の勉強を始めたことと、ボランティアサークルの先輩からの紹介です。

防災士とは、地域の防災リーダーを育成することを目的に作られた資格で、2日間の研修で比較的誰でもやる気があれば取得することができる資格です。防災士を取得している方は、地域の自治会や会社の防災担当の方々が多く取っているという印象です。



問題点として、まだまだ世間に認知されていないことや、防災士の資格を使ったモデルとなる活動プランや資格が活かせる仕事等が整理されていないことが挙げられます。

地域に出ることによって自分よりも年上の方と一緒に仕事をするという貴重な経験とさせていただいていることと、防災士という資格を存分に活かせる活動ができていることに大変やりがいを感じています。

○聖泉大学での学びと防災活動

防災活動は、自分自身の研究活動にもなっています。1年生のころから授業やボランティアサークルにおけるボランティア活動、学友会などでの地域活動に参加する機会があり、地域社会の中で活動することにとっても興味を持つようになりました。聖泉大学の活動の中で学んできたことが、そのまま研究活動に活かされる形になっています。



○今後の活動について

ぼんやり考えている程度なのですが、現在取り組んでいる活動を社会に出ても続けていくことができればいいなと思っています。現在の防災マップは主に災害弱者の中でも高齢者を対象に作っていますが、他の災害弱者、例えば外国人の方を対象にしたり、ほかの市町でも作成したりしたいです。



その他にも、現在留学生と一緒に日本語の勉強をしているのですが、よりよい外国人支援を考えたり、学生ボランティアのネットワークづくりなどにも取り組んだりしたいと思っています。



大学の学びを地域で実践する 地域のために働くという社会福祉士の仕事



彦根市社会福祉協議会 在宅介護課
彦根市地域包括支援センターハビネス

谷澤 健一氏

(人間学部人間心理学科2007年卒)

○地域包括支援センターの仕事について

私は今、彦根市社会福祉協議会で地域包括支援センターという部署で地域の高齢者の方の介護や認知症の方への相談などを主な業務に行っています。高齢者の相談と一口にいっても様々あり、必要に応じて自宅を訪問して実態を把握し、その上で必要なサービスに繋ぐ仕事をしています。また、高齢者への権利擁護支援や虐待問題にも取り組み、文字通り包括的な仕事です。

その人が住み慣れた地域で、その人らしく過ごせるよう、様々な職種の方や地域の民生委員、介護事業者など多様な社会資源を活用する地域の重要なポジションを担っています。

急速に進む高齢化社会の中で、今後も一層福祉分野の課題は大きくなると思います。その中で、地域包括支援センターや福祉に携わる人の役割も必然的に大きくなります。

現在の仕事は直接成果が目に見えて現れることは少ないように感じます。同じ高齢者であっても人それぞれ、生い立ちや環境が違い一括りにまとめることはできません。人と人との繋がりが薄く揺らいできたと言われますが、人生の先輩である多くの人と関わる中で教えられること、生き方の手本になることが多々あります。

○仕事を始めたきっかけ、やりがい

聖泉大学で幅広く心理学を学び、人の心や心理に興味を持ち人と関わる仕事がしたいと思ったことが一つのきっかけになっています。いろんな人と接し、その中で自分がどれだけ成長できるのかにも大きな興味がありました。

一度は消費者心理学を活かそうとその道へ進みましたが、家庭では祖母が認知症になり自分自身も介護に携わる中で、身近で福祉や介護の実態を目の当たりにしたことが仕事を始めるきっかけになりました。毎日、多くの人と関わる中で一人の人を様々な角度や立場から支援し、人の生き方に寄り添えることが大変な苦労や苦悩を感じながらもやりがいに繋がっています。

○聖泉大学での学びと仕事

聖泉大学で4年間心理学を学び、心とは何か、人間の心理の真髄について深く学びました。現在は特に高齢者を対象にした



仕事を中心であり、人生の終盤を迎えている高齢者特有の死や集大成という、心理の奥深さを痛感しています。聖泉大学では人の「こころ」を知るためにはまず自分の「こころ」を知ることが大切と教えられました。

○今後について

これから高齢化社会はますます進み、それに伴い認知症や介護に関する相談や課題も増えることが予想されます。同時に独居高齢者や孤独死、社会や制度の狭間で生きる人への支援が必要になってきます。一人ひとりに目を向け、ひいては一人ひとりの「こころ」に目を向けることが一層大事になってくると思います。自分一人ができることは本当に限られていると思いますが、誰もが年を取ってもその場所で住み続けられるよう、人と人が繋がる橋渡し役のような存在として、地域福祉に携わりたいと思っています。

仕事は楽しさややりがいを多く感じる事ができる半面、辛さやしんどさも同じように感じます。どちらかというと、後者の方が多いのかもしれません。毎日、不安や葛藤を持ちながらも日々頑張れるのは周りの人の多くの支えや励ましがあってこそだと痛感しています。

私の原点は聖泉大学での4年間の学びで得たことです。今でも聖泉での日々を思い出し、仕事をする毎日です。

地域の高齢者の 自主活動を支援する

介護予防運動



ひとりでは継続できない運動もお互いに
声をかけあい誘いあうと続けられます。



住みなれた地域で取り組む 高齢者の介護予防活動

高齢者の介護予防を目的とする自主グループ活動は、健康寿命の延伸に欠かせない活動のひとつです。市町村では、介護保険法地域支援事業のなかで、介護予防事業を実施されていますが、高齢者が介護予防の取り組みを継続するためには、住みなれた地域で行う活動が必須となります。

愛荘町の中宿では、介護予防を目的に、3年前から自主グループ活動が毎週水曜日に地域の公民館で行われています。活動するメンバーは、中宿に住んでおられる地域住民の皆さんで、年齢は60歳前後の壮年期の方から、70歳を越える高齢者の方と様々です。活動時間は午後1時からの1時間で、活動内容はストレッチやバランス運動、全身運動となっています。参加者の皆さん全員で輪になって、運動を紹介するDVDを見ながら、運動に取り組まれ、心地よい汗を流されています。

中宿の自主グループ活動に参加されている皆さんも、運動することが介護予防に欠かせない活動であると感じておられますが、ひとりでは継続できないと感じておられます。しかし、顔なじみの多い地域では、お互いに声をかけ合い、誘いあったりして運動を継続しておられます。介護予防推進にはこのような自主グループ活動が重要です。

また、自主グループ活動は、高齢者の介護予防を推進するだけでなく、それぞれの住みなれた地域で行うことで、高齢者が地域住民と交流し、人と人とがつながり、地域をつなぐネットワークづくりの拡大も期待されています。今後も、中宿の自主グループ活動への関わりを通じて、地域におられる高齢者の皆さんの健康づくりに協力していきたいと考えます。



看護職は、地域におられる住民の健康づくりに対して専門的な立場で支援しています。



地域看護学 講師 安孫子尚子

【自主グループ活動への支援】

私は、自主グループ活動の立ち上げに関わったご縁で、活動時に時折訪問し、活動内容の確認や参加者との交流をしています。また自主グループ活動の発展を目指して研究もさせていただいています。

研究でわかったことは、高齢者の自主グループ活動への参加は、高齢者が感じている健康への不安や、運動による体調改善という運動効果の経験がきっかけとなったことです。ひとりでは運動を継続できないという経験が、運動することへのブレーキをかけることもあります。しかし、活動への参加に際し、専門職からの勧めや隣人からの誘いという環境因子や他者との交流や運動することへの期待、そして取り組みが可能な個人の条件、すなわち高齢者自身が持つ個人因子によって、今の自主グループ活動への参加に繋がっていると考えます。

自主グループ活動

参加者の皆さん全員で輪になって、運動を紹介するDVDを見ながら、運動に取り組まれ心地よい汗を流しています。





避難所の場所の確認や
避難所での救援活動に
ついて話し合っています。



かけがえのない いのちを守る

災害に強い地域づくり

災害支援ナースフォローアップ研修とは

日本看護協会は、都道府県看護協会との連携により、大規模自然災害発生時に災害支ナースを派遣し、災害時の看護支援活動を行っています。災害支援ナースとは、看護職能団体の一員として、被災した看護職の心身の負担を軽減し支えるよう努めるとともに、被災者の健康レベルを維持できるように、被災地で適切な医療・看護を提供する役割を担う看護職です。

滋賀県看護協会では、現在災害支援ナース育成研修を修了した看護職が102名登録ナースとなっています。

東日本大震災発生時には、派遣看護師数16名（延べ66名）を福島県、宮城県、岩手県で支援活動を行っています。聖泉大学看護学部成人看護学助教の國松秀美は、毎年行われる災害支援ナースフォローアップ研修の講師をしています。いつ起こるかかわからない派遣に備えて、活動実践能力の向上をめざすことを目標にしています。

研修は、被災地における活動シミュレーションを中心に、災害支援に関する最新の情報や原子力発電所事故を想定した住民避難シミュレーションなどを行っています。災害支援ナース登録者は、日常は医療機関で働いており、災害支援の経験が無いまま初めて現地に派遣される看護職が多数を占めています。実働を見据えた研修内容で、少しでも災害看護実践能力を向上するお手伝いができればと思っています。



災害に備えた
支援プログラムを
おこなっています。



一人でも多くのいのちが
助かるようにトレーニングを
しています。



研修が効果的に学べるように
学生と打合せをしています。

地域を支える 人材の育成



NPOと連携した心肺蘇生トレーニング



滋賀県内の医師・看護師・救急関係者らがつくるNPO法人おうみライフサポート協会は、日本救急医学会認定の蘇生トレーニングコースを年20回以上開催しています。

聖泉大学看護学部成人看護学助教の國松秀美（救急看護認定看護師）は、NPO法人立ち上げ時より、インストラクターとしてコースに参加しています。蘇生トレーニングの目的は、主に緊急性の高い病態のうち、特に「突然の心停止に対する最初の10分間の対応と適切なチーム蘇生」を習得することを目指しています。

今年度より、救急に関する学習を深めたいと希望する看護学部の学生が、コース運営のお手伝いとして、ボランティア参加を始めました。

学生は、コースに必要な機材の配置や茶菓の提供など、受講生やインストラクターが気持ちよくコースが受けられるようにサポーター的役割を担っています。トレーニングコースを見学することもできるので、心肺蘇生に関する知識や技術の向上と就業するまでのモチベーションアップにつながっております。



いのちの大切さが
よくわかります。

3回生 市田晶子



地域医療従事者の方々との
交流が楽しみです。

2回生 中西里奈



研修を教えている人は
とてもかっこいいです。

2回生 村岡史織

地域の子どもたちと 遊んで学ぶ



遊びが子どもを育てる

子どもにとって遊びは、生活そのものであり、遊びを通して生活の基盤の獲得や、社会性を養うことができます。また、遊びは子どもの成長・発達を促すものであり、発達に伴って遊びも変化していきます。

4歳頃には、同じ内容の遊びを他の子どもと一緒にいき、おもちゃの貸し借りなど相互のやり取りが成立する時期です。5歳頃には、仲間と決めたルールに従って遊ぶことができ、リーダーシップをとる子どもが存在する時期です。また幼児期後期は、遊びを通して全身運動や言語の発達もみられます。

学生は4歳、5歳の運動機能の発達からボールを投げる距離や、子どもの身長から高さの工夫をするなど試行錯誤しながら取り組みました。子どもの力を引き出し、すべての子どもたちががんばったことを認める関わりが重要であることを学ぶことができました。また初めて出会う学生に緊張する子どもに対し、子どもの目線になり声をかけ、手をつないで誘導することが自然にでき、子どもたちの笑顔を見ることができました。



夏祭りを楽しむ

看護学部2年時に履修する「小児看護技術論Ⅰ」では、子どもの成長・発達の特徴をふまえ、「健康な子どもの遊び」について3回の演習を通して学びます。近隣の保育園児をお招きして、学生は子ども達と一緒に夏祭りを楽しむ企画運営をする演習です。

当日は4歳児と5歳児クラスの子どもたち30名程度の参加がありました。

体育館の暑さの中で準備をしていた学生たちは子どもたちの姿を見て、一気に暑さが吹っ飛び、みな笑顔になっていました。

対象の子供たちが幼児期であるため、成長発達や、認知発達の特徴を意識しながらボールを投げる位置や的の大きさ、一人で遊べる内容か、などを悩みながら事前準備をしました。はじめはお互いに緊張している様子がうかがえましたが、遊びを通して徐々に打ち解けていきました。



赤ちゃんは 地域の小さな宝です

赤ちゃんの誕生までの軌跡

赤ちゃんの誕生は、250兆分の1の確率で受精した受精卵が細胞分裂を繰り返し、3～4日かけて子宮腔に到達し、6～7日目に子宮腔内で着床を開始します。3～8週頃に基本的な人間の体が形成され、一つの命が誕生するのです。8週目頃の胎児の大きさは約2～3cmです。20週頃になると、お母さんは胎動を感じるようになります。28週を過ぎると胎児は両親の声を聴いて反応することもあります。身長は40cm位になり、体重も1,500g位まで成長し、そのためお母さんの胃や腸を圧迫します。お母さんはしんどさも妊娠の喜びに替えて約10ヵ月を過ごします。34週頃には、胎児の肺機能はほぼ完成します。胎児は羊水を飲んだり、排尿したり、指を吸うしぐさがみられ、着々と胎外生活への準備を始めます。38週に入り、生まれるための準備に入ります。少しずつ頭を産道の方に下げ、身体をまるめて、生まれやすい体勢を整えます。そして、お母さんの陣痛をのりこえ、お母さんとお父さんに出逢うのです。



お母さんとお家族に囲まれて
すくすくと元気に育ってください。

お風呂に入って“スッキリ”赤ちゃん



気持ちよさそうな赤ちゃんです。

新しい命が誕生し、 喜びでいっぱいの日々

生後数日の赤ちゃん、お風呂に入って気持ち良さそうです。赤ちゃん、あなたが生まれてきてくれて、お母さんもお父さんもおばあちゃんもおじいちゃんも、みんな幸せに包まれます。お母さんの胎内で誕生した命が、約10か月間大切に守られながら命の営みを確立させ、この世に生まれてきたのです。赤ちゃんがみんなの愛情をうけて、すくすくと元気に育ってくれることを願っています。家族や地域の友だちと赤ちゃんの自慢や育児のことを、たくさんおしゃべりして新しい生活を楽しんでください。

聖泉大学母性看護学領域では、赤ちゃんとお家族が幸せな日々を築いていけるよう支援しています。そして地域社会の一員としてサポートできる医療職者の育成に励んでいます。



地域高齢者への支援活動

地域で暮らす高齢者への支援

老年看護学では高齢者が「楽しく生きる」ための支援を学生は学んでいます。そのため介護老人保健施設で、健康を維持・増進するためのリハビリテーションやコミュニケーションの方法など、心身の活動を支援しています。地域の高齢者の介護福祉施設では、卒業論文のフィールドワークをさせて頂いています。また、介護療養型医療施設で、学生と高齢者が施設利用者一人ひとりの趣味や身体状況を考え、アクティビティケアを実施しています。これらの活動は、加齢に伴って生じる心身の変化（病気や機能障害等）を考え、その方の思いなどを大切にしながら、高齢者の生活機能に応じた支援を実施し、その結果を分析し看護活動を地域で学び、深めさせて頂いています。

学生たちは地域の高齢者や、施設で働く看護師、社会福祉士、介護福祉士、理学療法士の方々と交流を図り、高齢者が楽しみながら生活機能を高める支援をしています。

また、オープンキャンパスでは老年期の身体的問題を体験できる視力障害や片麻痺体験、精神活動増進のゲームや熟語合わせなど、楽しみながらできる心身への働きかけを体験して頂いています。



看護学生が学内で
寝たきりの療養者様が
これまでの生活を取り戻せるよう、
起こしてベッドに座れるように
しています。



看護学生が高齢者施設で
認知症予防の
レクレーションをしています。



在宅療養者のための支援

訪問看護は、病院から帰宅された患者様やご家族の応援団の一つです。「自宅で療養したい」方々の気持ちを大切に、療養者様の症状の観察や生活援助を行います。介護予防やリハビリテーション、認知症のケア、床ずれの予防、ご家族への介護支援や相談にのります。定期的に訪問し、異常の早期発見を行い、療養者様やご家族に安心と信頼を届けます。そのため、在宅看護学では療養される療養者様やご家族の支援として、様々な場面を想定して学内演習を行っています。

それぞれの療養者様が出来るだけ自立して日常生活ができるよう、また介護者様のご負担にならないよう、一人ひとりに合わせた看護方法を考え、練習しています。看護師は様々なお宅を訪問しますが、訪問先ではお風呂の介助や洗髪などを行うこともあります。療養者様の体調を見ながら清潔の援助ができるように、できるだけ実践に近い状況を設定して学内演習を行っています。



プレゼンテーションは多くの人に
研究成果をアピールできる
チャンスです。より印象に残る
効果的なデータを用意しましょう。



聖泉大学看護学部附属 看護キャリアアップセンター

当センターは、地域の医療と教育の発展・向上のために看護研究や研修の場として、また保健・医療・福祉・教育現場の相互交流の場としての役割を担うことを目的に活動を行っています。

活動内容は、看護の質の向上を目指し、研究に取り組む地域の医療関係者や教育機関の方を対象に、看護研究をテーマにした「キャリアアップ講座」の開催や共同研究を行っています。

「キャリアアップ講座」は、看護学部開設時から開催しており、今年で4回目を迎えました。今年は4回コースの講座に加え、参加者の皆様から要望の多かった「統計解析」の講座を開催しました。本キャリアアップ講座は年々応募者数が増え、定員を超えるようになり、ほとんどの方が全コースに参加され、好評を得ています。

看護は常に探求心を持ち、日常の中の疑問を顕在化し、より良いケアの提供に努めることが大切です。受講者は、職場の勧めで参加した方も多いですが、回を重ねるごとに、新たなキャリアアップをめざし受講される方も多いです。当センターは、毎回の受講者からのご意見やご感想を頂きながら講座の充実を図っています。

今後も、地域の保健・医療・福祉・教育の発展と向上のためにご活用いただき、有益な研究成果を各々の実践現場に還元して頂けることを願っています。



患者様が
退院後も地域で
よい看護サービスを
受けられるよう願って
研究をしています。

患者様が地域へ安心して戻るための 病棟看護師の退院支援に関する研究

近年、在院日数の短縮化により在宅での医療や看護ニーズが増加しています。厚生労働省は平成21年から訪問看護推進事業を実施し、そこには患者が医療機関からスムーズに在宅療養へ移行できるよう医療機関の看護師の研修等が含まれています。慢性疾患や終末期にある患者様は早期退院により、医療処置への不安や看護問題を抱えたまま地域に戻ることも少なくありません。そのため、入院中から退院後の生活を考慮して教育支援を行うことは、病院の看護師に求められる重要課題となっています。患者様へよりよい看護がどこにいても継続して行われることを願い、地域で働く訪問看護師や病院の看護師と一緒に「病棟看護師の退院支援についての研究」を行っています。



看護キャリアアップセンター委員
在宅看護学助教 川嶋元子



箱庭を使って学ぶ

精神科治療に用いられる箱庭療法は、72cm×57cm深さ7cmの箱を使います。外側は黒、内側が青色の箱の中に、予め用意しておいた玩具（人・動物・植物・乗り物・建築物・柵・石・怪獣）を使って、自由に作品を作る心理療法です。精神疾患の主な治療法として一般によく使われています。看護に必要な知識のため、精神看護学の演習で活用しています。箱庭療法は現在では、全世界にひろがり、特に我が国においては広く効果的に用いられています。最初は児童の心理療法として用いられていましたが、現在は成人のためにも用いられています。心理療法の一つである箱庭療法を学生へ授業で説明し、人間理解に必要な知識として精神看護学領域では考えています。

学園祭で地域の方に健康チェック

平成26年11月1日（土）2日（日）第30回万聖祭が開催されました。看護学部の学生および教員は、基礎看護学実習室で、脈拍・血圧測定と身長・体重測定を行い肥満の程度を知るBMI（体格指数：Body Math Index）値を算出する等、地域の方々の健康チェックをさせていただきました。2日間で60数名の方が参加され、健康に関心を持っていただきました。学生達は、地域の方々との関わりに緊張感をもって望み、学生にとっても貴重な学習の場になりました。



平成27年4月より
「聖泉大学大学院 看護学研究科」「別科助産専攻」を
開設いたしました。



看護学研究科では、看護における専門性の高い「実践力」「マネジメント力」「教育力」「研究能力」を有する看護実践リーダーとなり得る人材を育成します。

別科助産専攻では、周産期のみならず女性のライフサイクル全般にわたる健康への支援、エビデンスに基づく助産実践能力、助産師としての使命感、倫理的態度を養うとともに地域社会に積極的に貢献できる専門職を育成します。別科助産専攻では、助産師国家資格受験資格、受胎調節実地指導員資格（申請）、新生児蘇生NCPR（Aコース）認定資格が取得できます。

学生の地域活動(この1年)

4月



春の宇曽川

6月



学会メンバーが花しょうぶ通りのアートフェスタにスタッフとして参加

6月



アートフェスタで妖怪迷路を担当し妖怪役に!!

6月



男子ホッケー部員と教員がホッケー教室を開催(稲枝西小学校)

8月



彦根七夕まつりにスタッフとして参加

8月



軽音&吹奏楽部が地域の夏祭りに参加

8月



学生・教職員合同で彦根総踊りに参加

8月



吹奏楽部が地域の夏祭りに参加

9月



女子ホッケー部が地域の運動会に参加(稲枝西地区)

10月



地域住民・県職員・学生・職員と合同で菜の花の種まき(宇曽川の高水敷で菜の花を咲かせよう)

11月



美術部が似顔絵コーナー設置(さわらび祭り)

12月



沖島活性化プロジェクトの成果報告会(環びわ湖大学・地域コンソーシアム)

12月



学生が運営し地域の方に学びの場を提供・大学の全面開放(CLCセミナー)

12月



地域の総合型スポーツクラブの方とともに実習内容を考える(インターンシップ勉強会)

2月



運営スタッフ&選手として男子ホッケー部が参加(雪合戦奥伊吹バトル&かまくら祭2015)

〒521-1123 滋賀県彦根市肥田町720

TEL 0749-43-3600(代表)

FAX 0749-43-5201

<http://www.seisen.ac.jp/>

地域連携交流センター

TEL 0749-43-7510

E-mail renkei@seisen.ac.jp

人間学部

TEL 0749-43-7510

E-mail shinri@seisen.ac.jp

看護学部

TEL 0749-47-8400

E-mail kango@seisen.ac.jp



鉄道路線

主要駅から稲枝駅までの所要時間

- JR 米原駅から約 15 分
- JR 京都駅から約 50 分
- JR 大阪駅から約 72 分
- JR 岐阜駅から約 59 分
- JR 福井駅から約 114 分



大学周辺マップ

駅からのルート

- JR 稲枝駅から徒歩約 13 分
- JR 稲枝駅からシャトルバス約 2 分

