

# 看護大から こんにちは

Vol.2

2007  
Spring

宮崎県立看護大学 広報誌 MIYAZAKI PREFECTURAL NURSING UNIVERSITY PUBLIC MAGAZINE

## CONTENTS

- 2 10周年記念事業
- 3 がん予防活動
- 4 子育て支援
- 5 短期海外派遣  
大学祭のご案内
- 6 海外出張報告  
オンライン交流
- 7 卒業生のしごとファイル
- 8 サークル紹介  
行事予定

MIYAZAKI PREFECTURAL NURSING UNIVERSITY  
宮崎県立看護大学



7期生を送る会の様子

## 《「まなび野」を健康モデル地区にいたしましょう!》

学 長 薄 井 坦 子

皆さん、こんにちは。

開学10年を経て、今年もまた看護専門職者をめざして巣立つ96名、および看護は社会にどう貢献できるのかを自己の実践から追究していった看護学修士6名を送り出すことができました。

創設時の「まなび野」の風景も一変しました。原野を切り開いたばかりという寂しい環境も、家がたくさん建って子供たちの声がひびき、朝タウォーキングに励む方たちにもたくさん出会います。なかなか定着しなかったお店も、幾つかそれなりに賑わっているようで、嬉しいこ

とです。

聞くとところによると、「まなび野」が属している地区は、幼稚園から大学院までのすべての学校が存在している県内唯一の地区だそうです。ということは、人間の一生のすべての時期の人々が暮らしている地域だということですね。

WHOの「すべての人に健康を」のスローガンは、どんな状態にあっても健康の法則に沿った生活の創造によって、持てる力を活用しながら生きていく状態をつくりだせるという考え方を示したものです。

本学では、病気になって治療を受けるというあり方から、病気にならない暮らし方を大元から学び、そのような暮らし方は病気の回復を促進する、つまり病人には治療と看護の両方が不可欠という考え方で教育・研究を進めています。

そして今、県立看護大学のある「まなび野」が、健康長寿県の実現をめざす県のモデル地区として発展していくという夢を追っています。地域の方々との交流をもっともっと深めて、ともに夢の実現をめざしたいと願っています。



# 開学10周年の記念事業について

精神看護学 教授 赤星 誠

本学は平成9年に開学され、10周年を迎えることになりました。

学部の卒業生が593名を数えるようになり、各地で活躍し始めています。そのような卒業生にとって、看護実践のよりどころとなるようなものを確認する場が必要となってきました。また、大学院の修了生も各地で教育研究活動を活発に展開するようになってきました。それらの修了生にとっても研究の学的な基盤を確認する場の必要性がでてまいりました。このような観点をふまえ、10周年を記念しての事業を行うため学内で様々な動きがみられています。まず、去年の9月9日に本学の高木講堂で「宮崎県立看護大学開学10周年に向けた集い」を行いました。これは今年の9月に予定されています10周年記念事業のプレ事業ということで、テーマは「看護実践と看護学研究のつながり」としました。当日は、全国各地から、学部の卒業

生、大学院の修了生、定年で退職された先生方、それに本学の設立に関係された方々、在学生が参加しました。午前の部では、「映像で振り返る宮崎県立看護大学10年の歩み」ということでストックしていた映像が流されました。まだ校舎が建築される前の映像があり、県内の看護大学に寄せる期待の様子がよくわかりました。1期生の入学当時の様子がとても懐かしく、映像に出た先生方の10年前の様子に会場のあちこちで笑いの声があがっていました。映像に出た教員の一人として赤面してしまう場面もあり、10年の時の流れを感じてしまいました。その後、薄井学長により「卒業生に期待するもの」という講演がありました。午後からは卒業生である2期生の山下ゆかりさん、3期生の蒲生由佳さん、同じく森俊之さん、そして4期生の高橋枝里さんをシンポジストに迎え、本学の山岸・小野両教授のファシリテーター

によりシンポジウムを行いました。テーマは「看護の専門性を考える—よりよい看護実践に向けて—」でした。会場からも活発な意見がでて、予定された時間を超えてしまいました。卒業生のみならずの職業人としての活躍ぶりや卒業後の発展に大変な喜びを感じました。この日は、その後懇親会もあり、会場のあちこちで卒業年度を超えた方たちの対話がありました。毎年、このようなコミュニケーションの場を設ける必要性を感じたひと時でした。

さて、今年の9月8日には、いよいよ10周年記念事業が開催されます。このときは、記念式典、学術集会を行い、記念誌の発刊も予定されています。記念式典では本学の学部の卒業生、大学院の修了生等の本学の関係者ばかりでなく、県の行政担当者の参加も計画されています。また学術集会では、学術研鑽の場として研究会を立ち上げる準備を行っています。この会は、来年以降も学術集会として継続されていく予定になっています。さらに、記念誌発刊にむけても準備が着々と進んでおります。

10年ということをも人の年齢で考えますと、もう一人の自分が見えてくる大事な年齢であります。自己評価ができる年齢です。本学も、この10年目を区切り、様々な評価を行うこととなります。どうぞ、今年の9月8日に、たくさんの人にお集まりいただき、10年の区切りに楽しいひと時を過ごされますよう期待いたします。



シンポジウムの様子

# 【がんを予防する生活について考えよう】 CHN宮崎&県立看護大学ジョイントプロジェクト活動

家族看護学 講師 邊木園 幸

がんは生活習慣病であるために、日常生活の改善により、予防や進行をくいとめることができますということがわかっています。私たちの活動は、宮崎県看護学術振興財団の助成を得て、県民のがん予防促進を目指してがん体験者ならびにサポーターからなるCancer Help Net in 宮崎 (CHN宮崎 代表:大塚尚子)と看護大学の教員有志(代表:阿部恵子)の協働で進めています。相互に情報交換しながら、知識と知恵を得て、がんを予防する生活を広く県民に発信していこうという意図のもとに、月1回の学習会を重ねてきました。そして第1回のイベントとして、平成17年5月大学祭で「がんを語ろう」を開催しました。この会は、がん患者や家族、あるいはがんから生還された方々に、それぞれ自分の体験を語っていただき、会場の方々と意見交換

をするというものでした。

参加者は120名を越え、3時間弱の会は瞬く間に過ぎました。患者

さん自身の体験を直接聞いたことで、参加者から「勇気や希望を得た」「自分もあきらめない」などの意見が多く聞かれました。70代の男性は自分のがん体験を語って下さり、「氣力がまずは大事」と発言されました。また、生活の整え方や健康的な食事に関する質問がでるなど盛況でした。

7月と12月には林田繁先生(内藤病院副院長)を招いて、がん予防に関する講演会を開催しました。いずれも100名ほどの参加者があり、がんの成り立ちやストレスのある生活とがんとのつながりを学習しました。参加者からは、具体



的な食事の方法やストレスをためない生活などについての質問など活発に意見が出されました。「がんになるメカニズムがわかった」「生き方を考えたい」「ストレスについて考えさせられた」「自分の生活と気持ちを見直そう」など参加者一人ひとりが自分の生活を振り返り、今後の生活改善のポイントをつかんでいました。

これまでの活動を通して多くの方々が、がんに関する情報を求めていること、治療法だけでなく自分自身でできる生活改善の方法を模索していることなどがよくわかりました。

今後は、毎月の学習会をより充実させて、計画的にがん予防(再発予防)の生活を習慣化するプログラムを企画・運営していく予定です。多くの方々のご参加をお待ちしております。

【問い合わせ先】  
TEL0985-59-7740(阿部)





## 親子で楽しく 「輪ッハッハ！」教室

地域看護学 講師 松本 憲子

こんにちは。今回は、私たちの行なっている「輪ッハッハ！」教室の紹介をさせていただきます。この教室は、本学の近くにお住まいで、未就学児のお子さんを持つ家族で申し込みのあった15組の方を対象として実施している教室です。この教室は、子どもや保護者の方々の健康はもちろん、子育て期にある家族が健康に生活できるよう、また、その家族の住む地域社会の連携を図り、子育て支援の基盤づくりを行なうことを目的としています。

教室のスタッフは、大学教員（保健師、助産師、看護師）、在宅保育士、看護大学生です。内容は、身体測定、育児相談、遊びの広場（保育士によるリズム、親子のスキンシップ、絵本の読み聞かせ等）、ママの広場（リラクゼーション、子育てに関する講演会、健康教育）です。このうち、子育て講演会は、参加者の方々の要望を取り入れて企画し、健康教育は、参加者の方々の家族皆が元気に暮らしていけるようにと、本学の3年生が健康教育のテーマを考え実施しています。その他にも季節に応じた、「夏祭り」や「クリスマス会」を行っています。また、「輪ッハッハ！」教室では、参加されている方を対象として24時間365日、携帯電話からのメール育児相談を受け付けています。

教室は月に2回のペースで、月曜か金曜日の午前もしくは午後2時間程度開催しています。

教室にいられている方の声を紹介させていただきます。



\*毎回、子どもと一緒に楽しく参加させていただいています。リズム遊びなど、毎回決まった遊びを繰り返すことで、子どもの成長を実感することができうれしく思います。子どもも同年代の子達と接触するよい機会になっており、私も、他のお母さん方と色々なお話をすることができ、よい気分転換になっています。悩み事があっても、スタッフの先生方が親身になって相談にのって下さるので、とっても心強いです。また、学生さんが免疫や食事、歯のことなど色々なお話をしてくれるので、色々なことを考え直すきっかけになっています。（K.H）

\*3人の子育てに追われる毎日を過ごしています。「輪ッハッハ！」教室には、一番下の子と参加させて頂いています。3人目になると何でも手抜きになりがちですが、「輪ッハッハ！」教室に参加していることも忘れていた何かにハッと気づく思いです。親子で触れ合う時間は、とても気持ちのいい時間になります。子供と離れる時間を頂く時は、リラックスできストレス解消になります。他のお子さんの成長もとても楽しみなのも「輪ッハッハ！」教室の魅力ですね。先生方の熱心さもいつも感謝です。（チーママ）

### 平成19年度の開催案内

地区の回覧板を通じて「親子で楽しく「輪ッハッハ！」教室」参加者の募集を行ないます。参加を希望される方は、申し込みをしてください。

【問い合わせ先】 松本憲子 matumoto@mpu.ac.jp

## 短期海外派遣プログラム 「イギリス出合いの旅」

第3回宮崎県立看護大学短期海外派遣奨学金プログラム派遣生として、昨年の夏期休暇にイギリス（London, Cheltenham）に17日間いかせていただきました。大学では、ナイチンゲールの看護論のもと看護について学んでおり、彼女を少しずつ知るにつれ、元々イギリスに興味があったこともあり、イギリスでの現在の看護について触れてみたい、実際にイギリスの文化や生活を体験し、現地の人々と話したいと思うようになりました。

そのため、老人ホーム訪問・ホームステイ体験をメインに行きました。老人ホームでは、デイサービスを利用している痴呆のお年寄り達と接しました。利用者さんは思い思いに話したり、中庭で散歩したり、歌を歌ったり、ティータイムには紅茶とお菓子で休んだり時間がゆったり流れていました。看護者が行動を強制したり、単にケアを行うのではなく、一緒になってゲームや会話をした

りながら利用者さんと同じ目線で接しており、スタッフがギターを弾きだすと、利用者さん皆が集まってきて大合唱が始まるなど自然なまじりを感じました。そして、その輪の中に招き入れてくれる利用者さんの気遣いに温かい気持ちになりました。

ホームステイでは、マザーから伝統や古いものを大切にする、人との関係は進んで築いていくこと、さらには食生活や家族のあり方などを感じさせていただきました。またロンドンを訪れて様々な文化や生活を体験できました。美術館や博物館ではそのスケールの大きさに驚き、世界規模の内容の作品や歴史に触れこの国が歩んだ過程の一端を感じるところでした。この旅行を通して、多くの人と出会い、いろいろと助けもらい、常に人の優しさに触れていました。だから私自身、ボランティア先でも滞在先でもできることはやりたいと思い、人に優しくされたからこそ私も少し優しく

3年次生 森山 加奈子  
なれた気がします。多くの出会いに感謝し、この貴重な体験をさせていただき、ご協力いただいたすべての方に感謝しています。



筆者は左から3番目



## 第10回大学祭のご案内

皆さんこんにちは。早いもので今年もう3ヶ月が過ぎようとしています。さて、毎年5月に催される大学祭（公孫樹祭）いよいよ今年でなんと10回目。記念すべき10周年を迎えるのです！

決定しました今年の大学祭のテーマは、「笑10（しょうてん）〜はっちゃけようぜ10周年〜」です。大学祭というからには学生全員が楽しめることが大前提であり、加えて大学祭にご来場された皆さんが楽しんでくださることを我々大学祭実行委員会は考えています。テーマを決めるアンケートをとったところ、明るいテーマ案が多かったので、学生の多くがそう考えてくれていることを確信しています。

3年生が中心となって大学祭を運営しますが、1年生から4年生までみんなでアイデアを出し合って、それぞれの力を発揮できる大学祭にします。

今年の大学祭は5月の第3土曜と日曜、19日と20日に開催

第10回大学祭実行委員長 3年次生 黒岩 玲貴

予定です。ぜひご来場ください。10周年記念祭、必ず皆様を楽しめることを約束します。

なお、大学周辺にお住まいの方々には、大学祭の準備や当日の騒音などでご迷惑をおかけすることがないように十分に配慮したいと思っています。至らないところがあるかと思いますが、ご協力お願いいたします。





## アメリカ禁煙支援事情を知る旅

### ～煙のない美しい国をめざして～

家族看護学 助教 高木 真理

私たち(高木真理、遠藤恵美子、寺島久美)は、宮崎県看護学術振興財団の助成を受けている「禁煙普及活動」研究の一環として、アメリカの禁煙支援事情を知る旅にでました。はじめに訪問した州は、北米最大の水系ミシシッピ川が南北に流れるミネソタ州でした。道路端に残る雪の下から新芽が顔をのぞかせている風景に目を奪われながら車で約2時間もすると、世界的に名高いメイヨークリニックが目の前に現れました。ここには、1988年に開設した「ニコチン依存者支援センター」があり、8日間の宿泊禁煙支援プログラムがあります。個室の他に談話室やスポーツジムなどが整った施設は、日頃のストレスから解放されるゆとりある空間でした。同じ願いを持つ仲間と、ここで健康的な生活を送りながら禁煙をめざせることが、成功の秘訣のように感じました。

次に訪問したカリフォルニア州は、西海岸に位置する人口の多い州ですが、アメリカの低喫煙率を誇っています。法の力もありますが、カリフォルニア大学「たばこコントロール研究・教育センター」を拠点とする、禁煙支援チームの力も大きいようです。たとえば、すべての米国製映画を調べ、映画会社の実名と喫煙シーンが出る映画の本数をあげ、これらの映画が子供たちの健康にいかに関与を与えているかを訴えるチラシを作成するなど、積

極的に社会的な活動をしていました。

また私たちは、どこでもあたたかい歓迎を受け、心あたたまる体験をしました。道に迷っている私たちを見ると、どんな人も笑顔で足を止め、自分の行く道とは逆方向であっても、一緒に歩いて方向を示してくれたのです。煙のない美しい国への第一歩は、このような心をもって喫煙者とまず一緒に歩くことなのかもしれないという思いにさせてくれたこの旅に、心から感謝しています。



国際調査を共にしたジョンソン博士との写真

## 英語オンライン交流

### ～「ここ」とは違う世界に触れる～

普遍科目 講師 荒木 瑞夫

今はテレビや新聞の世界でしかなかった様々な情報に、インターネットを通してパソコン上で自分の目と手を使って触れられる時代です。私はエリック・ラーソン助教授と白坂佳代LL助手とともに、学生たちが、パソコンを使って書き込みを行いながら、世界各地の看護学生との交流をするという英語の授業を行っています。この交流は今年度、本学の特色GP補助事業の1つとして採択され、事前に梨花女子大学(韓国)、チェンマイ大学(タイ)西安交通大学(中国)をまわり、準備する機会を得ました。これら3大学は本学の協定校でもあります。その後スペイン領カナリア諸島とイスラエルの看護大学生たちが加わり、6か国の看護大学生233人を参加者とする国際色豊かなプログラムになりました。

世界各地の看護学生はいま何を思い、どのような学生生活を送っているのでしょうか。「親元を離れて別の島から来て、下宿して大学に通っている。朝から晩まで授業が詰まっているけど、週末はバーに行ったりダンスに行ったりする」とスペインの学生は書いています。韓国のある学生は「ツボ」を紹介し、日本の学生とマッサージの様々なやり方が話題になりました。またちょうどこの時期、宮崎県立看護大学の2年生は初めての注射練習をします。模型を使って練習した後、学生同士で練習する貴重な体験をしますが、「他の看護学生はどんな練習をしているんだろう」と問いかけました。あるイスラエルの学生が返した答えは、「私は兵役で注射を体験した。暗くて悪条件のもと、上官

の命令でほかの兵隊と練習した。いま学校では人形を使っているからすごく簡単」というものでした。

世界では、「ここ」とは全く違う状況の中で、人々が生活しています。同じ看護大学生という共通項からスタートして、自分の英語で世界の形を感じてみる。そこから、改めて自分の住んでいる世界と英語を学ぶことの意味を見出してもらえたらと思っています。



## 卒業生のしごとファイル 005

### 5年間を終えて

順天堂練馬病院

甲斐千恵

2001卒

私は、現在卒業後5年目になりますが、平成17年度まで4年間、順天堂大学医学部附属順天堂医院のICU・CCUに所属し、今年度4月から順天堂が新たに東京都練馬区へ順天堂練馬病院を建設、フルオープンを迎えるに当たり、順天堂練馬病院の脳神経内科・外科、救急・集中治療科、耳鼻咽喉科の入った病棟へ異動し働いています。大きな大学病院の急性期を学べるところで働きたいという思いがあり、順天堂大学へ就職したのですが、大学卒業後すぐにICU・CCUへ配属され、先輩方のテキパキとした動きについていけなかったり、急変時の対応も、「今、体の中で何が起ったのか?」そして、「今、医師から出された指示は何のために?」と頭の中が???とクエスチョンマークの並ぶ毎日を送っていたように思います。しかし、その積み重ねや受け持ち患者さんの既往や今まで発症からの経過、小児の心臓疾患に関しては、奇形の程度がそれぞれだったため、一人一人をしっかり捉えていくうちに、手術を行った臓器の問題だけではなく、全身の循環動態や呼吸管理、メンタル面など観察ポイントが浮かんでくるようになりました。また、急患の場合、状況を詳しく聴取する時間も無いことが多くありますが、1つの情報から様々な観察項目が広がり、また、その中で、さらにここだけは知っておかなければと思う優先順位の選択など、身についていったように思います。ICU・CCUでは胸部心臓血管外科・循環器内科がメインであったので、現在働いている脳神経についての知識はあまり持っていなかったのですが、患者さんを全体として捉えること、そして、術前・術後の影響についての観察ポイントなど、大学時代や4年間ICU・CCUで学んだことが活かされていると思います。日々の積み重ね、そして、そこでいかに興味を持てるかが今後の自分の発展に繋がっていくと思います。気持ちを維持していくことも困難ではありますが、学生時代にこんな看護をしてみたい! やこういう現場をみてみたいなあ! と思っていることがあったら、大切にしたいと思っています。



筆者は前列の左から2番目

## 卒業生のしごとファイル 006

### 看護大を卒業して

宮崎社会保険病院

3階西病棟 太田原由香

2004卒

看護大へ入学し、4年間看護について学び卒業してから2年が経ちます。私は現在、宮崎社会保険病院の3階西(回復期リハビリテーション病棟)で働いています。夢であった看護師になれた嬉しさと、看護師として、また社会人として新たな社会へ出ていくという大きな不安とで就職し、新人1年目で配属された部署が今の病棟であり、配属されてもうすぐ3年目に入ろうとしています。初めの頃は不安だらけで、先輩スタッフの指導を受けながら業務を覚えたり、看護技術を実践したりと毎日精一杯でしたが、今では日々のリーダーやプリセプターなどの役割もあり、看護師としてまた病棟の一員として成長できているのではないかと思います。

私の勤務している病棟は、発症後や手術後の最も回復が期待される時期に必要なリハビリを提供し、早期の回復を目指す病棟です。それぞれの患者さんに合わせて生活動作に必要な訓練や自宅での生活を考え、様々な職種のスタッフがチームを組んで、ADL能力の獲得や寝たきり防止、在宅復帰を目指して関わっています。

脳血管疾患、脊椎損傷、頸髄損傷、大腿骨などの骨折、廃用症候群、その他様々な患者さんがおり、24時間患者さんと接している看護師は、その中で患者さんの早期回復、今後の生活を考えた看護の提供や他職種のスタッフと情報共有、病棟での生活や退院に関することでの

患者さんの家族への関わりなど、とても重要な役割があります。そのため、一人ひとりの患者さんの年齢や疾患、家族関係、社会関係、受傷までの生活過程などから患者さんの特性を捉えた上での関わりが必要であり、学生時代に学んだことが十分に活かせる場所です。患者さんと十分に関わる時間もあり、個性のある関わりとは?を考えさせられ、病棟では大学で学んだ全体像・立休像を活用しスタッフ全員で個性のある看護の関わりを目指しているため、学んだことを活かし、実践できるため、とても充実した看護の関わりが行えています。

3年目に入っても、色んな事を学び、看護師として更に成長していきたいと思っています。高齢の患者さんが多く、認知症のある方もいるため、すべての患者さんが在宅復帰できる事は難しく、施設入所される方もいますが、患者さんの元気に退院される姿を見られるので、その姿を楽しみに日々患者さんと関わっていききたいと思います。

\*プリセプターとは?  
新人看護師一人に対して、一定期間マンツーマンで、日常業務など、いろいろなことを教育指導する先輩看護師のことです。





## サークル 紹介

### 茶道部

1年次生 古木里菜 (部長)

私たち茶道部は3年生2名、1年生6名で活動しています。茶道には、煎茶道もありますが、私たちは歴史のある抹茶道を嗜んでいます。毎週金曜日、外部講師として表千家の先生に来ていただき、家庭看護実習室で和の心を身につけています！

入学式・大学祭・卒業式では、お茶をお



配りし練習の成果をお見せしています。

最近の茶道部の悩みは、3年生が実習で忙しく、1年生しか練習に来られないことです。1年生は茶道の経験者が1名しかおらず、ほとんどが初心者なのでわからないことだらけですが、みんなで協力して頑張っています。ですが、もっとたくさんの人に茶道を嗜んで欲しいと切に願っています。

大学祭では一般の方もお茶を飲むことができます。美味しいお菓子も食べることができますよ！ぜひ和の心に触れに来てくださいね。

最後になりますが、私たち茶道部はこれからも一生懸命に練習し、尚且つ楽しく活動が続けていくつもりですのでみなさん、応援宜しくお願いします。また新入部員も永遠に募集しています！



みんなで和の心に触れましょう！



## おもな年間(4月～9月)スケジュール

|                 |       |                  |            |
|-----------------|-------|------------------|------------|
| 4月4日(水)         | 入学式   | 7月後半             | オープンキャンパス  |
| 5月19日(土)・20日(日) | 大学祭   | 8月1日(水)～9月20日(木) | 夏期休業       |
| 6月5日(火)         | 開学記念日 | 9月8日(土)          | 開学10周年記念式典 |

### \*その他

5月中旬  
(大学祭期間中)

#### 短期海外派遣奨学金プログラム報告会・写真展

派遣された看護大学生が、自ら企画した短期留学体験について発表します。

5月19日(土)～27日(日) 『おもちゃ広場』子育て支援事業

コミュニケーションを深めてくれる世界のおもちゃが勢ぞろい。育児に関する相談もできます。

問い合わせ 家族看護学教授 花野典子 TEL 0985-59-7743

Campus

## 広報誌に関するお問い合わせ／ご意見

〒880-0929 宮崎市まなび野3-5-1 宮崎県立看護大学 看護研究・研修センター

TEL:0985-59-7700 / FAX:0985-59-7771 (ホームページ) <http://www.mpu.ac.jp/> (メール) [info@mpu.ac.jp](mailto:info@mpu.ac.jp)

