

看護大から

しんいちよ

CONTENTS

オープンキャンパス	1~2
出張！ひむかアカデミア	3
公開講座「からだもこころも生き生き健康生活」	4
保健師の力育成事業	4
国際交流事業	5
就職支援	6
サークル紹介(すくすく倶楽部)	7
令和6年度大学祭の開催について	7

オープンキャンパスの様子
(交流サロン)



オープンキャンパスの様子
(体験授業)



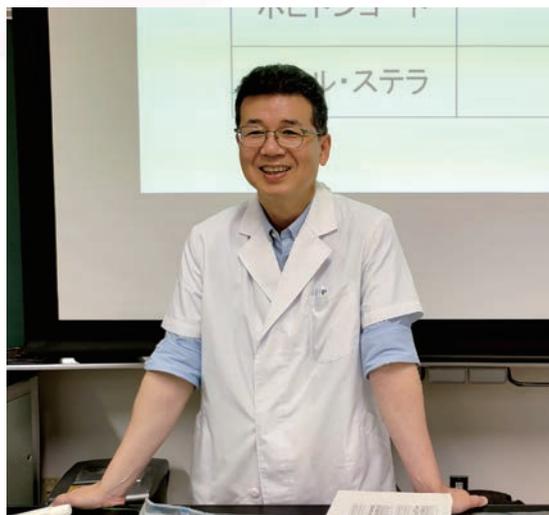
Open Campus on Sunday, July 23, 2023

オープンキャンパス2023 を開催 しました

今年は午後の半日開催で高校生296人、保護者230人の合計526人にご参加いただきました。

第1部は高木講堂において長鶴美佐子学長から本学概要等についての説明の後、入試委員会から入学試験の概要の説明がありました。その後の在學生による大学生活紹介・質問コーナーでは、在學生と高校生の間で活発な質疑応答が行われ、次第に高校生はリラックスしていきました。

第2部では、7つの体験事業、教員との個別相談会、施設内の自由見学、在學生との交流サロンなど、どのブースも多くの生徒や保護者の方で賑わいました。看護の力・看護の魅力についての講義や、シミュレータを使った心肺蘇生の体験授業、新生児モデルの入った保育器の見学、妊婦体験コーナー等、本学ならではの特色のある企画によって、本学の魅力、雰囲気を感じ、具体的な将来像を思い浮かべることに繋がったと思います。参加後のアンケートでは、“県立看護大学の魅力を知ることができた”、“大学生活を具体的にイメージすることができ、受験勉強への意欲が高まった”などの感想が寄せられました。



広報委員長 川越 靖之

個別相談会

ブース式個別相談会を開きました。昨年度まで参加者と教職員の間を隔てていた感染予防対策のためのアクリルパーテーションがなくなり、お話しやすくなりました。たくさんの高校生、保護者の方々にご参加いただき、就職、実践者養成コース（保健師養成分野）を含む大学院進学、別科助産専攻への進学、費用、奨学金、学生の雰囲気、生活環境など、様々な質問・相談を受けました。

また、8月には、オープンキャンパスに参加できなかった方やさらに質問・相談をしたい方のために、オンライン個別相談会も実施しました。



施設見学



講義室、実習室、体育館、学生会館など、12施設を自由に見学してもらいました。各施設には、教員や学生ボランティアを配置したり、ポスターを掲示したりして高校生への説明を行いました。高校生は、実際に実習等で使用する機材や模型に触れるなど、興味深そうに見学していました。

交流サロン

3年ぶりに交流サロンを再開しました。高校生・保護者から、大学生活やサークル活動、アルバイトなど様々な質問があり、約30名の学生ボランティアがそれに答えました。各テーブルには飲み物やお菓子も置き、リラックスした雰囲気、高校生や保護者にも笑顔が見られ、非常に盛り上がりのある交流サロンとなりました。



体験授業「育むお母さんと育まれる赤ちゃん」

母性看護学の体験授業では、妊婦体験ジャケットを着て、妊娠に伴う身体の変化や胎児の重みを体感したり、妊婦の腹部触診モデルを使って子宮内で過ごす胎児の様子を感じたりしてもらいました。また、新生児人形の抱っこやバイタルサイン測定等、母性看護学で学ぶ内容を体験してもらいました。高校生たちは、“こんな風にお腹の中で過ごすんだ！”、“赤ちゃんってすごい！”など様々な反応を見せ、母親の児を育む力と胎児・新生児の生命力を感じてくれた様子でした。



出張！ ひむかアカデミア

看護研究・研修センターでは、本学教員が地域に出向く出前講座「出張！ひむかアカデミア」を行っています。今回は、その一部をご紹介します。



「ケアマネジメントの基本」

特任教授 佐藤 信人

東諸県ケアマネジャー連絡会の居宅介護支援事業所、地域包括支援センターの主任介護支援専門員の方々へお話をさせていただきました。ケアマネジメント（ケアマネジャー）は、介護保険で定着し、高齢者やそのご家族のお役に立ってきましたが、開始以来20数年が経ちました。加えて人口減少・少子高齢化・人手不足の進展は介護保険の持続を危うくしています。そうした背景から様々な見直しが進められているケアマネジメントですが、対人援助として方向性が揺るがないように原点を確認していきました。意見交換もあり、参加者の皆様の「町の高齢者の楽しみのある幸せな暮らし」を実現しようとする熱意があふれました。加えて、今後も勉強会を積み重ねることにもつながりました。不安定な時代ですが、参加者の皆様を中心に皆が力を合わせれば、東諸県の高齢者ケアがますます発展し、町の皆様が安心して暮らし続けることができる、そうした期待を感じる研修となりました。

「学童期・青年期の肥満と生活習慣病予防」

講師 高橋 秀治

日南市小・中学校養護教諭研究会からのご依頼で、学童期や青年期を中心に小児期の生活習慣や生活習慣病予防の特徴、小児生活習慣病の治療や保健指導内容について実践例を示しながらお話ししました。参加者から、“肥満指導の重要性や保健指導の進め方、目標設定の仕方など具体的に知ることができた”などの声をいただき、生活習慣病予防保健指導について学んでいただく機会となりました。

生涯を通した生活習慣病予防が重要であり、生活習慣の基礎がつけられる小児期の健康づくりは予防的な意義が大きいと考えます。本県は子どもや大人の肥満が多い地域であり、成人期の生活習慣病予防を進めていくためにも、養護教諭の先生方を中心に、行政や医療機関と連携しながら学校での生活習慣病予防が推進されていくことを期待しております。



「睡眠マネジメントで生活リズムを整える」

教授 田中 美智子

都城市立五十市小学校にて、教職員及び保護者の皆様を対象に、生活習慣の一つであり健康に重要な役割を持つ「睡眠」のお話をさせていただきました。内容は、参加者の睡眠状態はどうか、からだのリズムと睡眠、また、良い睡眠をとるためのヒントという点で睡眠日誌や生活リズムのチェックシートの紹介、リラクゼーション法などでした。参加者からは“寝る前のスマホの光が睡眠の質を下げているということだったので、子どもと話し合って夜のスマホ利用を考えたい”、“十分な睡眠がとれていないとどうなるか…”という話は、子どもや保護者に聞いてほしいと思った”など多くの感想をいただきました。睡眠はからだところの健康に大切な営みです。これを機に、睡眠習慣を見直していただければと思います。

公開講座 「からだもこころも生き生き健康生活」

事業代表者 講師 山岡 深雪

本学の地域貢献等研究推進事業として、宮崎県内にお住まいの方を対象に、毎年、健康に関する講座を開催しています。

第1回は、串間敦郎教授が「健康寿命延伸のために」をテーマに、参加者全員の骨密度や体組成、握力等の身体測定の後、生活の中で運動を取り入れる意義や方法等の講義を行いました。第2回は、「体験！いきいき健幸体操」をテーマに、原村幸代助教が健やかに過ごせる体づくりを目指した「健幸体操」を紹介し、参加者全員で体操を行いました。皆様、熱心に参加され、“身体状況を知る機会となった”、“ストレッチの要領がわかった”等の感想がありました。第3回は、「ストレスと上手につきあう」をテーマに、葛島慎吾講師より、チョコレートや歌を使ったマインドフルネスの体験も取り入れながら、ストレスと上手につきあう方法について講義があり、“実行できそうです”等の感想がありました。

これからも皆様の健康生活の一助となるような講座を開催していきたいと思っております。参加していただいた皆様、本当にありがとうございました。

第1回



第2回



第3回



受託事業 「保健師の力育成事業」

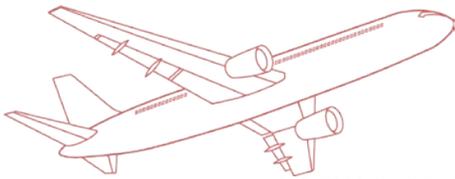
看護研究・研修センター 専門主幹 木添 茂子

2011年度から「保健師の力育成事業」を実施しています。この事業の特徴は、①県・大学・看護協会保健師職能が協働した現任教育、②保健所を中心とした研修体制、③自己の担当業務を明確化し課題解決のためのアクションプランを立案しP D C Aサイクルを回す段階別の実践型研修、④コンサルタントによる支援です。本学は、県から段階別保健師研修運営委員会の開催、コンサルタントの登録及び研修の派遣、キャリアアップ研修を受託実施しています。



本学の公衆衛生看護学領域の教員がコンサルタントとして携わり、アクションプランの相談・支援を行っています。この事業に関わることで、卒業生の成長を見る機会となり、また、県内の保健師の状況や健康課題等の把握にもつながり保健師教育の一助になっています。全国から宮崎県の取組は評価され、各種研修会などにおいて紹介されています。今後も県内の保健師とともに保健師の人材育成に取り組んでいきたいと思っております。





国際交流事業

～短期海外研修プログラム派遣を再開しました～

短期海外研修プログラムは、様々な生活文化を体験し、異なる文化的背景を持つ学生・医療従事者・住民の方々と交流することで国際的な視野を養い、多様な価値観を尊重できる将来の看護職者として成長することを目的としています。新型コロナウイルス感染症の拡大により3年間派遣を中止していましたが、今年度は夏期休業期間にチェンマイ（タイ）研修プログラムに6名、韓国研修プログラムに8名、インドネシア研修プログラムに4名の学生を派遣しました。

「チェンマイでの学びと研修を終えて感じたこと」 2年 甲斐 優月

研修では、チェンマイ大学の看護学生が使用している模型やシミュレータ、チェンマイ大学病院や地域リハビリ施設、地域健康増進センターの見学、タイの伝統的な治療の体験等、タイの医療について学びました。タイは、日本のように医療が進んでいるわけではありませんが、妊婦健診や出産後の健診に夫婦



で参加したり、患者さんが入院する施設に家族と一緒に寝泊まりしたりと、家族を大切にしていると実感しました。また、退院後も安心して育児ができるように、妊娠から出産、産後のケアが病院でなされていると感じました。



この研修に参加して、多くの学びや発見ができ、視野が広がりました。海外への興味も深まり、また参加したいと思いました。

「韓国研修プログラムでの体験」 3年 宮永 美央

光州で訪問した朝鮮看護大学には、シミュレーション機器が多く、どのような看護が必要かを考えながら演習できる設備が揃っていました。また、看護している様子をカメラで録画し、自分の動きを振り返ることができるようになっていました。学生交流では初めて文化の違いに触れました。最初は緊張もありましたが、会話を通してお互いの違いに気づき、その気づきが会話を生み、初日からたくさん話することができました。

ソウルでは、学生が企画した班別の異文化体験を通して、短い時間ではありましたが多くの思い出を作ることができました。今回のプログラムで多くの経験をする事ができました。



就職支援関係

主な取組

就職対策委員会では、年間を通じて様々な取組を行い、就職活動を支援しています。

4月

- **就職ガイダンス（4年生）**
就職活動の進め方や就職試験を受ける時の手続きなど、具体的な取り組みについて説明します。
- **履歴書・小論文対策講座**
一斉講義から個別指導まで計画的に行っています。（4～5月）
- **模擬面接（4月～7月ごろまで）**
面接本番さながらの状況で面接練習を行います。

7月

- **就職ガイダンス（3年生）**
実習前に自己のキャリアデザインが描けるように、自己分析などを取り入れたガイダンスを行っています。

8月
9月

- **県内医療機関バスツアー**
1・2年生を対象に県内の医療機関や市町村について理解が深まるようなバスツアーを実施しています。

12月

- **就職ガイダンス（1・2年生）**
- **卒業生の実践を知る会**
- **4年生の就職活動報告会**
- **県内医療機関合同就職説明会**
自己のキャリア形成につながるよう早期から実施しています。

通年

- **国家試験対策**
国家試験対策模試の実施やその後の支援、低学年からの国家試験対策に取り組んでいます。



西米良バスツアー(地域住民との健康教室での交流)西米良の魅力に触れながら。



県内医療機関合同就職説明会の様子

就職相談室



就職相談員が常駐し、就職・進学に関する情報提供や個別相談を行っています。県内外の医療機関の求人情報やパンフレット、大学院等の募集要項、国家試験問題集などがあり、いつでも閲覧することができます。卒業生のリターン支援も行っていますので、ぜひご利用ください！

母子保健研究クラブ（すくすく倶楽部）



母子保健の学びを自分のものに！ 部長 4年 高野 萌衣

私たちすくすく倶楽部は、母子保健の学びを深め宮崎県に貢献できるよう、様々な子育てイベントや学会等に参加しています。今年度は子ども食堂のお手伝いや助産院での託児ボランティア、大学祭での『18トリソミーの子どもたち写真展』の開催、県民公開講座や宮崎県母性衛生学会での発表など20以上の活動を行ってきました。活動を通して、大学の講義で学んだことが実際に地域でどのように行われているのか考えられる貴重な機会にもなっています。2022年夏に設立した新しいサークルですが、1年生から4年生の約60名のメンバーとともに活動しています。支えてくださる方々に感謝し、今後もサークル活動を通して貴重な大学生活を充実させていきたいです。



令和 6(2024)年度 公孫樹祭の開催について



令和 6 年度公孫樹祭実行委員長

乙丸 さくら

こんにちは、令和 6 年度公孫樹祭実行委員長の乙丸さくらです。令和 6 年度のテーマは「彩（いろどり）」に決定しました。「彩」には、みんながそれぞれの個性を出して輝ける大学祭にしたいという思いが込められています。

今回は、コロナ禍で途絶えてしまった学生と皆様との繋がりを復活させたいという想いに賛同した実行委員19名が一から企画・運営に挑戦します！当日は、サークルの発表や美味しいご飯、健康チェックブースなど様々な企画を予定しており、学生同士が協調性を高め合う

こと、そして様々な世代や地域の方々と出会い、新たなご縁を生み出すことを期待しています。学生だけでなく年齢・性別・国籍・障害の有無に関わらず来てくださる全ての方が楽しんでもらえるような大学祭を目指していきます！皆様にお会いできる日を心待ちにしております。ぜひお越しください！

宮崎県立看護大学
応援みやび犬



宮崎県立看護大学 広報誌

看護大から こんにちは Vol.35

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
TEL : 0985-59-7700 / FAX : 0985-59-7771
【URL】<https://www.mpu.ac.jp/> 【E-mail】info@mpu.ac.jp

