

# WILL ちいき通信 Vol. 3

地域連携委員会 2017年3月発行

札幌保健医療大学から、地元の皆様に地域連携活動をお知らせする広報誌です。

## ■ 『WILL ちいき通信』 第3号 発行にあたって

地域連携委員長 岩月 すみ江

今年度も、地域の皆様に保健医療分野での本学の知を活かし、微力ながら健康づくりに貢献してまいりました。特に今年度は、看護学科1年生から4年生までの学生が主体的に参画し、地域貢献に寄与すると同時に地域の皆様からエンパワーメントされ、相互関係のなかで持続可能な地域連携の可能性を感じた一年でした。

次年度は栄養学科も新設されます。今後は、看護学と栄養学の融合から新たに生まれる地域に根差した活動を推進していきたいと思っております。

## 平成28年度地域連携活動報告

### ◆ 平成28年度 第1回公開講座を開催しました

平成28年5月14日（土）に、本学主催による平成28年度第1回公開講座を札幌市東区区民センターにて開催しました。今年は「アレルギーと上手につきあうには？」をテーマに、講師を本学の小林清一学部長が、座長を岩月すみ江地域連携委員長が務め、地域の方々や学生を含め約50人に参加していただきました。免疫系の異常に起因する病気としてのアレルギー疾患とその発症メカニズム、アレルギー反応の分類、食物アレルギーとアナフィラキシーショック、特殊な食物アレルギーなどの講演が行われました。終了後には小林講師に熱心に質問される方もおられ、参加者の方から「幅広く豊富な内容でとても参考になりました」「2件の事故を忘れていましたが、改めて振り返り、対応を学ぶことができてよかったです」など、多くの感想が寄せられました。



## ◆ モエレ町内会の夏祭りに参加しました

7月23日（土）に、モエレ町内会主催の「中沼西夏祭り」が開催され、本学学生、教職員が参加し、地域の皆様と交流を深めることができました。教員による「健康相談」では、血圧や脈拍、握力や背筋力の測定などを行いながら健康について疑問に感じていること、地域の皆さまが日々の暮らしの中で取り組まれている健康管理方法について伺うことができました。また、学生による「ロコモ度テスト」では、骨や筋肉の運動機能のチェックを行いました。途中、学生によるステージでの説明や呼びかけも行い、10数人の方々にご参加いただきました。日頃地域の皆様と接する機会が少ない学生にとっては良い経験となり、今後の学習の励みになったようです。



## ◆ 平成28年度 第2回公開講座を開催しました

10月8日（土）に、今年度2回目となる公開講座を本学3号館にて開催しました。今回は「サルコペニアを予防・改善するために～栄養とのかかわり～」をテーマに、講師を本学の久保ちづる先生が、司会を岩月すみ江地域連携委員長が務め、約40人の方々にご参加いただきました。栄養とは何か、サルコペニアとは何か、日本での栄養問題とサルコペニア、筋肉を保つための栄養素と食べ物、食べ方の工夫などについての講演が行われました。8割以上の参加者から「これからの食生活に役立つ」との感想が寄せられました。



## ◆ ひがしく健康スポーツまつりに参加しました

10月23日(日)に、札幌市東区つどーむにおいて「ひがしく健康・スポーツまつり2016」が開催され、本学学生、教職員が参加しました。本学の学生は「ロコモ度テスト」を企画・実施し、約100人の方々にご参加いただきました。骨や筋肉の機能チェック、ロコモティブシンドロームの説明、ご質問への回答に大忙しでしたが、地域の皆様と共に健康について考えることができ、今後の学習に役立つよい機会となりました。また、「ウォーキング」、「医療・介護相談」、「歯の健康相談」にもボランティアとして参加しました。



### ロコモ度チェックを企画・実施して 1学年 白戸 三紀

ひがしく健康スポーツまつりに参加し、特に印象に残っていることは、地域の方々と触れ合うことができたことです。ご年配の方から小さなお子さんまで、普段の生活ではあまり関わる機会のない年代の方々と、たくさんお話することができました。私たちが企画した「ロコモ度テスト」に多くの方が参加してくださり、共に健康について考えられたことは、看護職を目指している私たちにとって有意義で、貴重な体験となりました。これからも私たちが地域のイベントに参加することで、少しでも地域の方々にとって健康を考える機会を提供できるよう活動していきたいと思ひます。



### ウォーキングボランティアに参加して 4学年 駒嶺 秀平

これまで、大学と地域の皆様との交流を図る行事へは、なかなか参加することができませんでした。しかし、今回のウォーキングボランティアに参加させていただいたことで、年齢を問わず多くの方が健康に関心を持っているということをあらためて実感しました。特にご高齢の方が多く参加されておりましたが、ウォーキングの方法に熱心に耳を傾け取り組まれ、また、学生の私たちにもお声をかけてくださいました。このような地域で開かれるイベントを通して、身体だけでなく精神面からの健康づくりや社会的なつながりを感じることができました。今後もこのようなイベントに参加していきたいと思ひます。



## ◆ 健康づくりフェスティバルに参加しました

2月22日（水）に、東区民センター2階大ホールにて「第14回健康づくりフェスティバル」が開催され、本学からは、看護技術向上研究会の学生14人が参加しました。「脳活！？～楽しく継続的に脳を活性化」をテーマに脳トレのいろいろな方法を紹介し、「直感ゲーム」や「逆じゃんけん」を行いました。最後に、パンフレットを説明し、「楽しくコミュニケーションを図りながら続けていくことが必要なので、お友達やご家族と一緒にじゃんけんなどしながら行ってみたいはどうか」と呼びかけ、プログラムを締めくくりました。



健康づくりフェスティバルに参加して 2学年 藤原 更紗

緊張している1年生を2年生がサポートしながら、参加されていた地域の皆さまの暖かな反応に支えられ、無事に発表を終えることができました。終了後の反省会で、1年生から地域の皆さまへの感謝のことばや、次回の発表につながる気づき、提案を聞き、2年生もあらためて地域の皆さまとの触れ合いによって得るものの大きさと、この活動を通しての成長を感じることができました。また、他大学や医師会の方々の素晴らしい発表に触れることができ、多くを学ぶことができました。次年度もこのような場を通して、日々の学びを地域の方々へ還元できるよう活動していきたいと思えます。

## 平成29年度 地域連携活動予定

- ◆7月 モエレ町内会夏祭り 健康相談・学生催事 於：中沼西会館
- ◆10月 札幌保健医療大学大学祭 於：札幌保健医療大学キャンパス
- ◆10月 公開講座 於：札幌保健医療大学
- ◆10月 ひがしく健康・スポーツまつり2017

\*その他、東区との地域連携事業に参画していきますので、ぜひご参加ください。

### 編集後記

開学から4年が経過し、この間、「地域に根ざす大学」を目指して活動してまいりました。この度は、活動に参加した学生が感じたことを、学生の言葉で地域の皆さまに報告することができました。新年度から栄養学科が新設されます。本学をより身近に感じていただけるよう企画し、活動を継続していきたいと思えます。

編集担当委員：相馬

発行所



札幌保健医療大学  
Sapporo University of Health Sciences

〒007-0894 札幌市東区中沼西4条2丁目1番15号

Tel. (011) 792-3350 (代) Fax. (011) 792-3358