



WILL ちいき通信 Vol. 4

地域連携委員会 2018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4号 発行にあたって

地域連携委員長 千葉 昌樹

本学は、今年度従来の看護学科に加え、管理栄養士を養成する栄養学科を新設し、それに伴い学部名を看護学部から保健医療学部へ名称変更した新たな1年となりました。このような中で、看護学科と栄養学科の学生を中心に教職員とともに、保健医療分野の知の拠点として地域の方々に微力ながら寄与する活動をしてまいりました。企画、実施した活動をとおして多くの方とふれあうことができ、この経験が学生の主体性と自信に繋がるとともに、本学と地域の方々との相互信頼の深化の一助に繋がると期待しております。

今後も看護学科と栄養学科の併設による、互いの特徴を生かした地域に根ざす活動を推進していきたいと思っておりますので、よろしくお願い申し上げます。

平成 29 年度地域連携活動報告

◆ 第 5 回公開講座を開催しました

9月23日(土)に、本学主催による通算第5回公開講座を紀伊國屋書店札幌本店1階インナーガーデンで開催しました。「危機管理時(災害時)の保健・栄養・食生活」をメインテーマに、講師を本学の栄養学科 千葉昌樹教授、看護学科 長内さゆり准教授、総合司会を小林清一学部長が務め、60名以上の方に参加していただきました。千葉教授から災害時に不足・必要とする栄養素や災害時の食生活上の注意、備蓄食品と保存方法について、長内准教授から災害時に現場や避難所生活で起こりうる状況やもしもの時の心構えや日ごろからの防災への意識等についての講演が行われました。参加された方から、「災害時の栄養について参考になりました」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22日（土）に、モエレ町内会主催の「中沼西夏祭り」が開催され、本学教員と学生が参加しました。

本学は、看護・栄養学科教員による「健康相談」と、学生による「ロコモ&栄養チェック」を中沼西会館にて実施しました。「健康相談」では、地域のみなさまの健康や栄養状態を聞きながら、教員がアドバイスをし、「ロコモ&栄養チェック」では、学生が運動機能の状態を図る「立ち上がりテスト」などを行いました。中沼公園のステージでは、本学の学生がロコモ予防体操を披露し、地域の方との交流を深めました。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りました。



◆ 第6回公開講座を開催しました

10月7日（土）に、札幌保健医療大学 保健医療学部 栄養学科開設記念として本学主催第6回公開講座を本学3号館で開催しました。今回は、『「こころ」と「からだ」の健やかさを育む「食」のち・か・ら・』をテーマに、講師を本学保健医療学部 栄養学科長 荒川義人教授、司会を千葉昌樹地域連携委員長が務め、約60名の方に参加いただきました。荒川教授から、わが国の食生活と「食」研究の変遷、「からだ」と「こころ」の元気づくりに繋がる「食」の3つの機能性（一次機能：栄養、二次機能：おいしさ、三次機能：生体調節）、特に三次機能の中心となるファイトケミカル、さらに道産野菜の魅力などについての講演が行われ、参加者から「とてもわかりやすいお話でした」、「今後の食生活の参考にします」、「北海道野菜のすごさが良くわかり参考になりました」など、多く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22日(日)に、「ひがしく健康・スポーツまつり2017」がつどーむで開催され、本学教員と学生が参加しました。東区民の健康への意識を高め、食習慣や運動習慣を身につけるきっかけづくりとして、毎年開催されています。本学ブースでは、教員による「健康相談」と学生による「栄養&ロコモ度チェック」(骨と筋肉の運動機能チェック)を行い、約70名の方の参加がありました。参加者からは「大変参考になりました」、「昨年もチェックを受けたので、今回も参加しました」、「次回も参加したい」などの感想が寄せられました。また、つどーむ内のウォーキング、歯の健康や薬に関する相談コーナーのサポートにも参加し、地域のみなさまと健康をキーワードに交流を深めることができました。



◆ 健康づくりフェスティバルに参加しました

2月19日(月)に「第15回東区健康づくりフェスティバル」が、東区民センター2階大ホールで開催され、東区5者連携の一環事業として、本学教員と看護学科の看護技術向上研究会のメンバー11名、栄養学科の食育ボランティアサークル2名の学生が参加しました。

当日は187名の地域の方が参加され、本学の学生が「脳をもっと若々しく！～脳をバランス良く刺激しよう～」をテーマに、後出しじゃんけん、数字抜けゲームの脳トレゲームや咀嚼の回数が増える食べものの紹介など、一緒に楽しみながら、参加することができました。

健康づくりフェスティバルに参加して 栄養学科 1年次 廣谷 梨緒

今回初めて参加させていただきました。地域の皆様がどのような反応をしてくださるのかわからなかったため、発表内容にとっても悩みました。ですが、自分たちの発表をしっかりと聞いてくださり、クイズにも積極的に参加していただき、優しい地域の皆様のおかげで無事に発表を終えることができました。そのあと、地域の皆様から様々なアドバイスをいただき、今後の成長になるものばかりでした。そのほかにも、他大学の発表を聞き学べるのが沢山ありました。この経験を生かし、次年度は後輩に沢山伝えていきたいです。



地域連携活動に参加して 看護技術向上研究会 1年次 明上 将京

札幌保健医療大学に入学して早一年が、経とうとしています。

私は、この大学で看護技術向上研究会に入会しました。この研究会は、最初ただただ、学校にこもり自分たちの看護師としてのスキルを磨いていだけのサークルだと思っていましたが、それは違いました。思っていた以上にものすごく活発なサークルで、主に地域に根差した活動を中心としていました。例えば町内会の夏祭りに参加してスペースを借り、参加してくださった一般の方の血圧や身体の状態をチェックするなどして今後どのように生活していけば良いかのアドバイスをしたり、東区民センターにおいて他大学の学生と合同の健康フェスティバルに参加し、大学の特色にあった発表をして参加していただいた主に高齢者の方の健康増進を深めました。

私は他にも多くの行事に参加しましたが、毎回終わった後に参加して良かったという思いになります。それは参加していただいた人たちが、「健康に気を付け人生を楽しみたい」という表情で帰ってくれるからです。私は、将来看護師になる身として、このような生き生きとした表情に直接出会えたことが、とても新鮮で看護技術向上研究会に入会し、地域連携活動に参加して良かったな、と思っています。

平成 30 年度 地域連携活動予定

- ◆6月 公開講座 於：紀伊國屋書店本店 1F インナーガーデン
- ◆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
- ◆9月 公開講座 於：紀伊國屋書店本店 1F インナーガーデン
- ◆10月 ひがしく健康・スポーツまつり 2018

* 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

雪まだ残る季節から委員会活動を始めて、今、少しづつ雪どけを迎える季節となりました。早いものであっという間に1年が経ちました。今年も地域連携活動をとおして地域の方々との出会いがあり、その出会いが、本学をより身近に感じていただけた良い機会であったと感じています。次年度も保健医療分野の知の拠点としての活動を継続して、地域の皆さまに有用な情報を提供していきます。

編集担当委員：照井

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