

WILL ちいき通信 Vol. 5

地域連携委員会 2019 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 5 号 発行にあたって

地域連携委員長 千葉 昌樹

今年度は、台風 21 号が 9 月 5 日の朝にかけて通過し、翌日 6 日の午前 3 時には北海道胆振東部地震が発生しました。立て続けの災害に驚いてばかりもいられず、震度 6 弱を記録した札幌市東区にある本学も対応に追われました。そうした中で、地域の皆様に保健医療分野における「知」の拠点として、微力ながら健康づくりに貢献してまいりました。今年度は特に、看護学科 1 年生から 4 年生の学生と栄養学科 1 年生から 2 年生の両学科の学生が主体的に参画し、地域貢献に寄与すると共に地域の皆様からのご指導、ご助言をいただき、フィールドにおける持続可能な連携の可能性を感じた一年でした。次年度は、さらに栄養学科が 3 年生まで揃いますので、益々両学科を越える新たな連携強化により、地域に根差した活動を推進して参ります。

平成 30 年度地域連携活動報告

◆「第 7 回公開講座」を開催しました

6 月 23 日（土）に第 7 回公開講座を札幌紀伊国屋書店インナーガーデンにて開催しました。今回のテーマは、「レバンガ北海道における栄養サポートフォーラム」と題し、総司会を本学栄養学科千葉昌樹教授が務め、パネリストとしてレバンガ北海道の川邊亮平選手と関野剛平選手が出席されました。千葉教授から、本学と栄養サポートパートナーシップ協定を締結しているレバンガ北海道の選手への栄養指導や栄養サポートの目的、お弁当デリバリーなどの取り組みについての説明が行われた後、栄養サポートチーム栄養学科久保ちづる教授と栄養サポートを受けている川邊選手、関野選手から栄養指導の成果やアスリートにとっての栄養指導の重要性について軽妙なトークを交えながら解説をしていただきました。

約 150 名の方の参加があり、参加者からは「スポーツに関する栄養のことで参考になりました」「選手の方のお話を楽しく聞くことができました」等の多く感想が寄せられました。



◆ 「第 8 回公開講座」を開催しました

平成 30 年度 2 回目となる、第 8 回公開講座を 9 月 1 日（土）に札幌紀伊国屋書店インナーガーデンにて開催しました。今回は、「緩和ケアについて知って、自分らしく生活しよう」をテーマに、講師を本学保健医療学部看護学科小島悦子教授、司会を千葉昌樹地域連携委員長が務め、約 80 名の方の参加がありました。冒頭、本学稲葉佳江学長から挨拶があり、その後、小島教授から日本人の 2 人に 1 人が「がん」に罹ると言われている中、これからがん治療を受けるご本人やその家族の方の身体やこころなどのつらさを和らげながら、より豊かな人生を送ることができるようにサポートする「緩和ケア」についての講演が行われました。



参加者からは、「緩和ケアについて、詳しく知ることができました」「アドバンス・ケア・プランニングに関して、とても勉強になりました」「インターネットが、身近でない世代にとって貴重な情報をいただきました」などの多くの感想が寄せられました。

◆ モエレ町内会「中沼西夏祭り」に参加しました

7 月 21 日（土）に開催されたモエレ町内会 中沼西夏祭りに本学地域連携委員会の教職員と大学サークル「看護技術向上研究会」「食育ボランティアサークル」のメンバー 19 名が参加しました。この日は、天候にも恵まれ気温 30℃の暑い中、「看護技術向上研究会」の学生が「ロコモ&健康相談」「後出しじゃんけんの脳トレ」「365 歩のマーチの曲に合せての健康体操」を行い、「食育ボランティアサークル」の学生が漢字で書かれている魚のなまえを読んでその魚を釣る「食育漢字さかなつり」を行いました。

お子様を含め多くの方が楽しみながら参加され、参加された方からは、「来年も引き続き行ってほしい」等の感想が多く寄せられました。



◆ 「ひがしく健康・スポーツまつり 2018」に参加しました

10月21日（日）に「ひがしく健康・スポーツまつり 2018」がつどーむで開催され、本学からは、本学地域連携委員会の教職員と学生14名が東区5者地域連携協定の一環事業として参加しました。このイベントは、東区民の健康への意識を高め、健康のための食習慣や運動習慣を身につけるきっかけ作りの場を提供する目的で、毎年つどーむで開催されています。本学のイベントブースでは、今年も昨年に引き続き、学生による「ロコモ&栄養チェック」（骨と筋肉の運動機能チェック）と教員による「健康相談」を行いました。約90名の方の参加があり、参加された方からは「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」「次回もぜひ参加したい」等の感想が多く寄せられました。この他に学生が、ウォーキングイベントのスタッフとして参加する等、地域の方々と交流を深める有意義な1日となりました。



◆ 「第16回ひがしく健康づくりフェスティバル」に参加しました

平成31年2月21日（木）に東区5者地域連携協定の一環事業として、「“元気をつくる” 元気の出し方をみんなで探ろう！ 音楽・運動・健康講和をアラカルトで」を全体テーマとした「第16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ました。本学からは、本学地域連携委員の教職員と大学サークル「看護技術向上研究会」、栄養学科学生12名が参加しました。当日は、223名の地域の方の参加があり、本学は、「元気をつくる！～脳への刺激&美味しい食～」をテーマに、サークル学生が「仲間はずれ探し」「ひらがな並べ変え」といった脳トレゲームを行ったり、栄養学科の学生が「元気をつくる おいしい食」と題し、だしと冬野菜の活用法の講話を行い、参加された地域の方と一体感を味わいながら参加することができました。



モエレ町内会中沼西夏祭りに参加して 栄養学科 2年次 小澤 友里

中沼西夏祭りには、昨年度に引き続き、今年度も参加しました。昨年度は「ロコモ&栄養チェック」の担当として、今年度は食育ボランティアサークルの企画「食育漢字さかなつり」で地域の皆様と交流することができました。魚つりに使う魚は、実物大の魚の写真です。先にくじ引きで、釣る魚を決めてもらうのですが、くじ引きの魚の名前は、「ひらがな」で書いたものと「漢字」で書いたものの2パターン用意しました。子ども向けの企画なので、漢字に興味をもってくれるかが心配でしたが「ひらがなだけでなく、漢字にも挑戦してみたい」と何度も挑戦してくれる子どもたちもいて、とても嬉しく思いました。また、お子さんと一緒に参加していただいた保護者の方から、「魚の形や、魚の漢字が分かって、とても勉強になった」という声を聞き、やりがいを感じることができました。今回参加して学んだことをこれからの実習などに生かしていきたいと思います。



1年間地域連携活動へ参加して 看護学科 2年次 録井 唯香

看護技術向上研究会の活動では、地域の夏祭りや東区のイベントなど様々な場所で、自分たちの考えたイベント内容を行う機会がたくさんありました。準備の段階から「来てくださる方に伝わりやすいような内容にしよう」と考えるので、大変な面は多かったですが、サークルのメンバーや先生方と意見を出し合い、試行錯誤して、それぞれのイベント毎に良い内容の企画にすることが出来たと感じています。来てくれた方が楽しそうにイベントに参加している姿を見た時は、とてもやりがいを感じることが出来ました。人に伝えることの難しさや伝わった時の喜びという、看護師になってから生かしていける経験を身につけられたことが、サークル活動を通しての大きな収穫です。



2019 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
- ◆ 10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 モエレ町内会中沼西夏祭り 健康相談・学生催事 於：中沼西会館
- ◆ 10月 ひがしく健康・スポーツまつり 2019 於：つどーむ
- ◆ 2月 東区健康づくりフェスティバル 於：東区民センター
- ◆ その他

編集後記

今年も公開講座等の継続した活動をととして、地域の方々と多くのふれあいの場を持つことができました。これもひとえに参加された方々と学生ボランティアとして参加してくれた学生の皆さんのおかげであると思っています。来年度は、地域連携委員会のメンバーも代わりますが、引き続き保健医療分野の知の拠点として地域の方々へ情報発信をしていきますので、よろしくお願いいたします。（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