

風のひろば

JULY
2018

vol.12

創立20周年を迎えて
大学の今
トピックス
新任教職員の紹介
看護学実習を終えて
卒業生インタビュー
研究紹介





創立20周年を迎えて

理事長・学長 村嶋幸代

平成10年4月に開学した本学は、今年、創立20周年を迎えることができました。

この間、1,393人の学部卒業生に加えて、172人の修士、18人の博士課程修了生が本学を巣立ち、大分県を始め、全国で活躍しています。本学を創設し、導き、支えてくださった多くの方々に、心から感謝申し上げます。

建学の精神は、「看護学の考究」、「心豊かな人材の育成」、「地域社会への貢献」です。大分県の風土の中で、本学は、世界を見据えて看護の科学を追求し、人材を育んできました。

開学後、順調に修士課程、博士課程を設置し、平成18年に公立大学法人となり、様々な取り組みを行ってきました。

大学院修士課程入学生に対する助産師教育（平成18年）、ナースプラクティショナー（NP）診療看護師教育（20年）、保健師教育（23年）、そして、学部4年間の看護師教育（23年）です。このような課程は、看護職の専門性を明確にし、その資質を高めようとする中で実現していったもので、「日本初」でもあります。

進取の気性をもって果敢に取り組みという伝統は継承され、平成25年には、文部科学省の「地（知）の拠点整備事業（COC）」に採択された「予防的家庭訪問実習」に取り組みしました。これは、学生が学部4年間を通して地元協力者のご家庭を継続的に訪問し、地域に住む高齢の方々への心身の機能低下を予防する活

動を展開するといふもので、事業終了後の現在も継続しています。

また、平成27年には、学部で養護教諭（二種免許）養成課程を開設しました。今年、初めての卒業生が出ます。この年には、更に、NPコースが、「特定行為にかかる看護師の研修制度」の研修機関として指定を受けました。この研修制度は、本学のNP教育が契機となつて創設されたものです。近年は看護学の立場から「ものづくり」にも挑戦し、本学教員が県内の企業等と共同研究で開発した椅子が、2017年度グッドデザイン賞を受賞しました。また、県内に中小規模病院が多いことも考慮し、平成29年に厚生労働省の委託を受けたことを契機に、看護管理者支援を始めました。

県立大学の役割は、「保健・医療・福祉の人材育成」「地域社会の課題解決に向けた対策立案（研究・社会貢献）」「看護学・人間科学の知見を、県内の企業・起業に生かす（研究・産学連携）」ことだと考えます。

大分県の看護水準が向上することにより、広く県民の皆様が、良質な医療を受けることができ、健康を保つことができるように、各地の機関と協働しながら進んでまいりたいと思います。

本学は、これからも、看護を基盤に様々なチャレンジし、社会に貢献してまいります。なお一層の、ご指導・ご鞭撻をいただけますよう、どうぞよろしくお願い申し上げます。



5月18・19日（金・土）に第21回若葉祭（平成30年度学園祭）を「結（ゆい）」をテーマに開催しました。この「結（ゆい）」というテーマには、開学20周年を迎えた本学の「時間の輪」（これまでの若葉祭・大学の歩みを振り返り、これからの発展につなげる）と「人の輪」（学生間、大学内や地域の人たちとのつながり）を大事にした若葉祭にしたいという思いが込められています。

当日は、若葉祭実行委員会によるTAKIOソラン、富士見が丘長寿会によるステージ発表、ミスナースコンテスト、学年対抗ムカデ競走、お笑いライブ、健康チェック、お茶会などが催されました。

また、開学20周年を迎えた今年の若葉祭では、「予防的家庭訪問実習」の活動内容をまとめたポスター展示も行いました。「予防的家庭訪問実習」は、野津原地区と富士見が丘団地の協力者のお宅に、本学学生が訪問して予防活動を行うというものです。

例年同様、多くの地域の方々のご参加のもと盛況裏に終えることができました。



創立20周年記念スローガン

3月に、創立20周年記念スローガンを策定しました。このスローガンは、教職員及び学生等から募集し決定しました。

未来のキミたちへ
「播いた種が花咲くときに」



創立20周年記念植樹

6月19日（火）に、本学「香りの広場」にて創立20周年記念植樹を行いました。当日は、村嶋学長はじめ教職員の参加のもと、大分県の県花である「豊後梅」の植樹を行いました。



創立20周年 記念式典等

期 日

平成30年
9月15日(土)

場 所

別府B-Con Plaza
(別府市山の手町12-1)

◆記念式典◆

1階 フィルハーモニアホール 10:00～11:10

◆祝賀会◆

2階 レセプションホール 11:30～13:00

◆ホームカミングデイ◆

3階 31会議室 12:00～13:00

※記念式典、祝賀会、ホームカミングデイは、一般の方のご入場はご遠慮ください。

◆第20回看護国際フォーラム◆

3階 国際会議室 13:30～16:30

テーマ「看護におけるリーダーシップ」

基 調 講 演：社会に新風を吹きこむ看護のリーダーシップ

－大分県立看護科学大学の活動から－

講師：大分県立看護科学大学 理事長・学長 村嶋 幸代

特別講演①：看護におけるリーダーシップ

－保健医療のイノベーションにみる看護科学の将来－

講師：韓国 ソウル国立大学校看護大学 成人看護学専攻

学部長・教授 スミ・チョイ・クォン

特別講演②：看護におけるリーダーシップの進路

－効果的なメンタリング関係を通じた臨床学の発展－

講師：米国 ニューヨーク大学校看護大学

臨床教授(NP) ジェイムセッタ・A・ニューランド

看護国際フォーラム 参 加 費

一般2,000円、学生500円

同時通訳用レシーバー使用の場合、別途1,000円必要。
講演会当日、受付にてお支払いいただきます。

看護国際フォーラム 応 募 方 法

下記参加登録フォームからお申込みください。

<https://goo.gl/forms/UuwENHRau81aCn0J2>

本学ホームページのイベント情報からもアクセス可。

8月17日(金)応募締切り。

ただし、定員(350名)に達し次第締切

問い合わせ先：大分県立看護科学大学 事務局 097-586-4300(代表)

■ NP養成10周年 記念講義・祝賀会

平成20年に日本で初めて大学院修士課程にナースプラクティショナー(NP)コースを創設して10年が経過したことを記念し、5月29日(火)に本学にて記念講義・祝賀会を開きました。

講義には、草間朋子前学長(現、日本NP教育大学院協議会会長、日本看護連盟会長、東京医療保健大学副学長)を招聘し、大学院生、修了生等がNPの動向を聴講しました。修了生主催の祝賀会では、村嶋学長の挨拶、参加者の近況報告等で交流が深まりました。

この10年の間に、保健師助産師看護師法の一部が改正され、「特定行為に係る看護師の研修制度」ができ、本学は厚生労働大臣が指定する指定研修機関となりました。

超高齢社会において、NPの必要性はますます大きく、本学NPコースの修了生は県内外で活躍しています。



■ 動物慰霊祭

5月30日(水)に、動物慰霊祭を執り行いました。例年、テニスコート付近の動物慰霊碑前で行いますが、今年度は、雨天のため講堂に献花台を設けて行いました。

村嶋学長が、教育・研究のため貢献してくれた動物に対し慰霊の辞を述べ、その後、参列した教職員と学生全員で慰霊碑への献花を行い、尊い命を捧げてくれた諸動物の御霊の前に感謝の心を持って頭を垂れ、冥福を祈りました。



■ 予防的家庭訪問実習 全学オリエンテーション

4月12日(木)に予防的家庭訪問実習全学オリエンテーションを行いました。

午前中は、2チームの学生から学びが発表されたのち、それぞれのチームの協力者にご登壇いただき、実習を通じた学生とのかかわりについてお話しいただきました。協力者からは、「訪問の度に学生さんの成長が見れてうれしい。」「この実習に参加できることが自分の生きがいになっている。」というお言葉をいただきました。

午後は各チームに分かれ、今年度の実習に向けたグループワークを行いました。

今年度も地域の皆様のご協力のもと予防的家庭訪問実習を順調に実施しています。



■ 全学スポーツ交流会

4月20日(金)に学生交流を目的とした全学スポーツ交流会を、本学体育館で開催しました。学生のコンタクトグループ(1年次から4年次までの縦割りグループ。このグループが予防的家庭訪問実習のグループとなる。)と教員からなるチームと、職員のチームがドッジビーを楽しみました。絶好のスポーツ日和の中、白熱した競技が繰り広げられ、ファインプレーに歓声も上がりました。学内の交流が深まった有意義な1日となりました。



■ 看護師国家試験壮行会

看護師国家試験を翌日に控えた2月17日(土)に、受験する4年生の壮行会を実施しました。受験生に向けて村嶋学長から激励メッセージが送られ、藤内教授の掛け声のあと、合格を願う激励品が手渡されました。

4年生代表の決意表明のあと、受験生を乗せたバスは、教職員や後輩たちの見守る中、受験会場の福岡市へ向けて出発しました。



■ 看護師、保健師、助産師 国家試験 3種類とも100%合格

看護師、保健師、助産師それぞれの国家試験が、平成30年2月に実施されました。

本学学生もそれぞれの試験を受験し、見事全員が合格しました。

■ 卒業証書・学位記授与式

3月16日(金)に、本学講堂において卒業証書・学位記授与式を執り行いました。学部卒業生84名に学士号、大学院修士課程修了生32名に修士号が授与されました。



■ 入学式

4月6日(金)に平成30年度入学式を執り行いました。1年次生83名、大学院博士前期(修士)課程31名と後期(博士)課程4名が入学しました。

新入生の名前が1人ずつ読み上げられ、村嶋学長より入学が許可されました。次いで学部入学生代表と大学院入学生代表による入学生宣誓が行われ、学長による式辞、その後、広瀬大分県知事の告辞(二日市大分県副知事代読)に続き、ご来賓の方々よりご祝辞をいただきました。最後に全員で大学歌を斉唱し、記念撮影を行いました。



新任教職員のご紹介



母性看護学
助教
永松 いずみ

3年ぶりに看護基礎教育の現場に復帰いたしました。この間は特別支援学校での医療的ケアや、

大分県看護協会の専任教員養成講習会で看護学校教員の養成に携わりました。4月から母性看護学研究室に着任し、早速、講義・演習・実習、研究と忙しくしていますが、個性豊かな学生さんたちに刺激されて充実した日々です。看護に可能性や楽しみを抱いて理想を描けるように支援し、ともに学び研究をしてきたいと思っています。どうぞよろしく願いいたします。



地域看護学研究室
助教
小野 治子

この度、5年ぶりに大分に帰り、4月より地域看護学研究室に着任しました。研究棟の窓から風の広場を眺め、20年前の入学当初、うさぎが飛び跳ねていたことを思い出し、母校に戻ってきたことを嬉しく思っております。

着任後すぐに、学部実習や大学院実習の準備など次々と新しいことがやってきましたが、持ち前の笑顔で乗り切っています!!

20周年という節目の年に母校に戻ることができ、心新たに頑張らなければという気持ちになりました。これからもどうぞよろしく願いいたします。



保健管理学研究室
助教
稗田 朋子

この度ご縁があり保健管理学研究室に着任いたしました。

臨床では看護師として主にホスピスケアに携わってきました。その経験から現在は、生と死、人間の苦しみについて、人間の存在そのものを支える“スピリチュアリティ”の視点から学び研究をしています。

大分の自然に触れながら、学生の皆さんと共に学び、成長していきたいと思っております。どうぞよろしく願いいたします。



事務局
理事兼事務局長
清末 敬一郎

4月から事務局長に着任しました。前任は大分県高齢者福祉課で地域包括ケアや認知症施策等の業務を行ってました。

大学の業務は、学生生活の支援から庁舎管理まで前職以上に幅広く、また新しいことばかりで、なかなか慣れません。これは新入生さんと同じ感覚かもしれません。

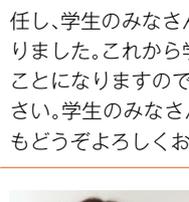
学生の皆さんが、この大学で大きな収穫が得られるよう支援していきたいと思っています。

どうぞよろしく願いいたします。



事務局 教務学生グループリーダー
坂本 晴生

4月から事務局教務学生グループに着任しました。前任は、県日田土木事務所で総務事務(主に工事経理)の業務を行い、昨年の九州北部豪雨や一昨年の熊本大分地震による災害復旧工事などの工事発注や契約を行っていました。今回看護科学大学に着任し、学生のみなさんの大学での勉学や生活に対する支援を行うことになりました。これから学生のみなさんにいろいろとお知らせやお願いをすることになりますので、メールや掲示板などを見て確認するようにしてください。学生のみなさんとともに頑張っていきたいと思っております。今後ともどうぞよろしく願いいたします。



事務局 総務グループ主幹
生野 法子

4月から事務局総務グループに着任いたしました。教職員の給与や出張費関係の業務を主に担当しています。新しいことに戸惑うことも多いですが、早く仕事に慣れ、大学のために力を尽くしていきたいと思っております。学生の皆さんと関わる機会は少ないですが、いつでも気軽に声をかけてもらえると嬉しいです。趣味はドライブで、友人と美味しいものを食べに行くことが好きです。美味しい店があったら、ぜひ教えて下さい。今後ともどうぞよろしく願いいたします。



事務局 総務グループ副主幹
衛藤 美樹子

4月から事務局総務グループに着任いたしました。教育研究審議会に関することや、研究倫理・安全委員会の事務、教職員の健康診断等を担当しています。前の職場は大分県議会事務局総務課で、議員の報酬や旅費を担当していました。大学では、常に同時進行で業務を進める必要があるため、毎日が慌ただしいです。趣味は音楽を聴くことで、子供と一緒にライブに行くこともあります。今後ともどうぞよろしく願いいたします。

大学の業務は、学生生活の支援から庁舎管理まで前職以上に幅広く、また新しいことばかりで、なかなか慣れません。これは新入生さんと同じ感覚かもしれません。

看護学実習を終えて

「在宅看護学実習」

在宅看護論実習では、病棟での看護とは異なり、対象者を医療だけでなく保健・福祉などのあらゆる面からその人のQOLを支えているという事を学んだ。また、在宅看護ではその人の生活の場の現状を知る事ができ、その人が生活する上で大切にしている価値観をも知る事ができる為、一人ひとりの個性を大事にした看護を提供できると学んだ。そして、療養者が地域で生活すると捉えたとき、療養者は様々な社会資源を活用し地域で生活していく事になる。

訪問看護師は、療養者と介護者である家族が共に生活していく為にもどんなサポートが必要であるか考え情報提供を行うなど、多職種間での連携を図りながら支援していくという地域包括ケアシステムのなかの重要な役割を担っているのだと学んだ。

3年生までの実習では病棟での看護を主に学んだ。今回の実習では退院後の患者の生活の様子を知る事が出来た。これにより、病棟での生活が人生の一部であるという視点を持ち、退院後の生活を入院時から捉え看護を実施するということが重要であると学んだ。今回の学びを総合看護学実習や就職後に看護師になった際に生かしていきたいと思う。

4年次生 戸倉 千歌

「地域看護学実習」

地域看護学実習では保健所や市町村で実習を行った。保健所では保健師が行う精神保健相談に同行させていただいたり、執務室で電話の受け答えの様子を見学させていただき、保健師としてより専門的な知識が必要とされていることを知った。市町村では乳幼児全戸訪問事業や1歳6か月健診、3歳4か月健診等に同行させていただき親や子どもの健康状態のアセスメントを行ったり次の支援や専門職に繋いだりする様子を見学した。保健所も市町村も国の法律や県の計画に基づき人々の健康を維持促進し予防活動に努めており、健康な人だけでなく疾患を持つ人も含めすべての人々が地域で暮らしやすいように支援を行っているということを知った。そして、地域住民と関わる際には個人を見るのではなく家族全体と一緒に見てアセスメントを行うことが重要であるということを知った。

この実習を通して住民が地域でどのように暮らしているのか具体的なイメージを持つことができた。看護職として病院で会う患者に対してでも、地域で家族とどのように暮らしていく人なのか、地域で暮らす上でどのような支援を必要としている人なのかという視点を持って関わっていきたいと思う。

4年次生 中村 智子





大分県立看護科学大学
大学院 NPコース1年次生
大谷清太郎（8期生）

私は、平成21年に本学を卒業し、大分大学医学部附属病院で手術室看護師として9年間勤務しました。手術室では頭から足の先までありとあらゆる手術が行われるため、就職1〜2年目は毎日のように解剖や術式の学習に追われる日々でした。3年目には、病院で新たに行うことになった低侵襲心臓手術や植込み型人工補助心臓の立ち上げに関わらせて頂きました。新たな術式であり、心臓血管外科の医師や臨床工学技士と手術手順や使用する器械を打ち合わせることでチームワークを、手術室スタッフに周知・浸透させる活動を通してリイダーシップを学ぶことができました。その後も様々な診療科を担当し、多くの症例を経験させて頂きました。

しかし、手術室では、起きている患者さんとコミュニケーション

をとることは少なく、看護とは？と悩むことも経験年数とともに増えていきました。また、患者さんの術後経過などを通して、治療が終わり地域に戻られた後の生活にも興味が出てきました。その頃に、病院で開かれた卒業生の集いで、大学院でのNP（診療看護師）教育について説明を聞く機会があり、自分の悩みや興味に合致するものだと感じました。手術室というクリティカル領域から地域看護というプライマリ領域への変更であり、なかなか受験への決心がつかせませんでした。麻酔科の医師の「話せない状態の患者さんが求めていることを考えて実践しているのだから、お前ならどんな領域でもやってみようよ。」との言葉で、受験を決心しました。

今年の4月より、本学大学院実践者養成NPコースに入学し新たな気持ちで勉学に励んでいます。また、縁があり地元である九重町の有料老人ホームで看護師として勤務しながら、訪問看護師としての役割の設立に関わらせて頂いています。過疎化の進む町であり、医療資源やマンパワーの不足を感じる日々です。早くNPとなり、生まれ育った町に貢献できるといいたい気持ちです。

が、焦ることなく一つ一つしっかりと大学院で学び自分の知識・技術にして行きたいと思っています。将来、一人でも多くの看護師や後輩達にNPに興味を持ってもらえるような活動ができるように頑張ります。

最後になりましたが、開学20周年、NPコース設立10周年という節目にこのような機会を頂きありがとうございます。

豊後大野市民病院
原田 慶（14期生）

私は平成27年に本学を卒業後、国立大学法人東京医科歯科大学医学部附属病院にて看護師として3年間勤務し、平成30年4月から豊後大野市民病院で勤務しています。

東京医科歯科大学医学部附属病院ではICUに配属され、脳神経外科や心臓血管外科をはじめとする侵襲の大きな手術後や院内急変後の患者様の看護を実施してきました。初めて病棟に勤務した日に、気管切開の患者様をみて衝撃を受けたのを今でも鮮明に覚えています。先輩から「患者さんの声にならない声に気付く看護をする」という言葉をいただき3年間実践してきました。

ICUでは、人工呼吸器等の機械類が使用され、鎮静により自らの訴えが出来ない患者様がほとんどです。そのような状況で患者様がどのような事を思い、どのような援助を望んでいるのかを把握しケアを実施する、或いは医師へ報告し薬剤等の調整を提案する等できるのは24時間患者様へのケアを実施している看護師こそその強みではないかと思えます。

豊後大野市民病院では、整形外科・内科の急性期病棟で勤務していましたが、この6月末日に豊後大野市民病院を退職し、JICAの青年海外協力隊に感染症エイズ対策隊員として、2018年10月より二年間パプアニューギニアに派遣予定となっております。

私たちの入学年度から看護師教育の強化の為に保健師・助産師は大学院での教育となりました。正直な所保健師の資格があればと何度も思いました。一度臨床に出してしまうと大学院に進学することは大きな決断となると思います。在学生の皆さんには就職・進学に悩んだ時には自分の最終目標を頭の中にイメージし、そのためにはどのような資格や知識が必要となるかよく考えた上で今後の進路を決めていただきたいと思います。

大分県版中小規模病院等看護管理支援事業を行って

大分県では中小規模の病院が全体の約9割を占めており、中小規模病院等が質の高い医療を提供することが期待されています。本研究は、地域の多様な施設の看護管理を高め、地域連携の推進と質の高い医療の提供につなげることを目的に、中小規模病院等看護管理者支援事業に取り組みました。

本事業は、厚生労働省の「中小病院看護管理支援ガイドライン」を契機として、大分県立看護科学大学、大分県看護協会、大分県が主体となり、大分県看護管理者連絡協議会や大分大学の協力を得て、大分県中小規模病院等看護管理者支援協議会（以下、協議会とする）を設置し、企画運営を行いつながり進めています。さらに、大分県の保健所が運営する「看護の地域ネットワーク推進事業」を基盤に、多様な施設の看護管理者へ本事業への参加を呼びかけ、協議会から認定看護管理者等の支援を得て、定期的に会合し、看護管理の向上にむけた取り組みを行っています。

平成29年度は、大分県豊肥地区の看護の地域ネットワークから多様な施設の看護管理者が、「看護管理の向上にむけた検討会（以下、検討会）」のもとに集い話し合いを行いました。検討会は、平成29年9月～平成30年2月に毎月1回、計5回開催され、中小規模病院、老人保健施設、訪問看護ステーションから毎回10～16名の看護管理者の方々が参加されました。

検討会では、人材育成に関するテーマ別に看護管理者がグループに分かれ、組織分析や意見交換を実施、看護管理の視点や考え方等について理解を深めることができました。検討会参加者へのアンケートでは、高い満足度を得られ、多様な施設の看護管理の向上に役立つことが分かりました。本事業は、大分県の看護の地域ネットワークを基盤に看護管理の向上にむけた活動の取り組みとして、多様な施設の看護管理を高める可能性がありそうです。

本事業は協議会の企画運営のもと、各地の保健所を核とした「看護の地域ネットワーク」が成果に繋がる基盤となっています。今後は全国で中小規模病院等看護管理者支援に取り組み際に、看護の地域ネットワークのインフラ整備が行われることが期待されます。平成29年度の成果をもとに平成30年度は大分県の地域医療介護総合確保基金を得て、多様な施設の看護管理を高める取り組みを継続し、地域連携の推進と質の高い医療の提供に繋げることを目指しています。



保健管理学研究室 教授
福田 広美

Research introduction

研究紹介



糖尿病をもつ男性の豊かな生を支えること —セクシュアリティに対するより質の高い看護ケアの探求—

人間にとってセクシュアリティとはどのようなものだと思いますか？
アメリカ性情報・教育協議会の創設者であるL.A. ガーケンダールは、セクシュアリティは、人間の身体の一部としての性器や性行動の他に、他人との人間的なつながりや愛情・友情・融和感・思いやり・包容力など、およそ人間関係における社会的・心理的側面や、その背景にある生育環境などを全て含むべきであると述べ、セクシュアリティの概念を、人間を全人的・包括的にとらえることであるとしていいます。即ち、セクシュアリティに対する看護ケアは、人間の基本的人権を支援することであり、看護師の重要な役割であるといえます。

糖尿病は、その病態や療養生活などから男性のセクシュアリティに様々な影響を及ぼします。しかし現在の医療システム、医療職者の人材教育などの課題が多々存在し、また、日本文化における男性優位性や、性への考え方などから、男性のセクシュアリティに関する問題は表面化し難く、未だその看護ケアは十分とはいえません。したがって、糖尿病をもつ男性はセクシュアリティに関する悩み、特に勃起障害 (Erectile Dysfunction) 以下ED) に対しては、医療職者に相談できずに偽造医薬品の購入から重大な健康被害に至る危険性を有しています。実際に海外では死亡例も報告されていることから、早急に対処すべき課題といえます。

このような背景から、糖尿病をもつ成人期男性のセクシュアリティの看護ケアの質の保証と向上を目指すために、『糖尿病をもつ成人期男性のセクシュアリティの看護ケアの質評価

基準(以下、看護ケアの質評価基準)を開発する研究に取り組みました。研究し始めて解ったことは、日本でも海外でも、男性のセクシュアリティの看護ケアを探索する研究は大変希少であるということです。先行研究が見当たらず、試行錯誤の毎日でした。その時に心強い力となったのは、現在全国に600名以上存在する糖尿病看護認定看護師でした。糖尿病看護認定看護師から豊かな看護実践の聞き取りとデルファイ法調査を実施し、「構造」「過程」「成果」3側面から成る看護ケアの質評価の基準を開発しました。「構造」は、セクシュアリティの看護ケアの医療環境やシステムを整える18評価項目、「過程」はセクシュアリティの看護実践内容を評価する27評価項目、「成果」は「構造」「過程」の看護ケアからもたらされる成果を示す19評価項目です。

紙面の関係上、内容の詳細については、また別の機会にお伝えしたいと思います。今年から科研費をいただき、全国の医療機関数か所で、本看護ケアの質評価基準の検証を行います。検証により看護ケアの質評価基準をより洗練させ、糖尿病をもつ男性の豊かな生を支えることに寄与したいと考えています。



成人・老年看護学研究室 准教授
森 加苗愛

四つ葉会からのお知らせ

1. 四つ葉会臨時総会の開催について(9月15日)

9月15日(土)に開催される大学創立20周年記念式典の後、12時45分から四つ葉会の臨時総会を開催します。臨時総会には当日参加も可能ですので、会員のみならず皆さまのご参加をお待ちしております。当日のタイムスケジュールなどの詳細は本誌の3ページをご覧ください。また、大学創立20周年記念式典に関する封書が届いていない方、住所変更のある方は四つ葉会事務局(yotsuba@gm.oita-nhs.ac.jp)までご連絡ください。

2. 住所変更がある場合は必ずお届けください

住所変更のご連絡の際、①お名前(旧姓も)、②新住所、③卒業年度(もしくは何期生か)、④職場をお伝えいただけると幸いです。会員数が1,400名近くなり、同姓同名の方も増えていきます。以上4つは、四つ葉会や大学からのお知らせが、会員ご本人様のもとへ間違いなく届くために必要な情報ですので、ご協力をお願いいたします。



看科大[12号]クイズ・プレゼント

問題 本学は、創立〇〇周年を迎えました。

〇の中に正しい数字を入れ、下記のとおりハガキでご応募いただくか、クイズの答えなど1~5までを記載してメール(somu@oita-nhs.ac.jp)でご応募ください。正解者の中から抽選で3名様に**図書カード(2,000円分)**をプレゼントします。

<p>郵便はがき</p> <p>8 7 0 1 2 0 1</p> <p>大分県立看護科学大学 事務局 行</p>	<p>大分市大字廻樫野2944-9</p> <p>1. クイズの答え 2. 郵便番号 3. 住所 4. 氏名(年齢) 5. 記事のご感想や 本学へのご意見</p>
---	---

【締め切り】8月31日 当日消印有効

当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

看護ひとくち
メモ



熱中症にご注意!

梅雨が明けると、直射日光の強い晴れた日が続き、炎天下での作業や高温の室内にすることで、熱中症が発生しやすくなります。また、熱中症のピークは7~8月といわれています。気温や湿度の高い日には過度の我慢をせず、適度な扇風機・エアコン使用等により暑さを避け、熱中症を予防しましょう。

熱中症の予防

- ・**体調を整える:**
睡眠不足や風邪気味など、体調の悪いときは炎天下の外出や運動は控えましょう。
- ・**服装に注意:**
通気性・吸湿性の良い涼しい服装をして、外出時には日傘や帽子で直射日光を避けましょう。
- ・**こまめに水分補給:**
「のどが渇いた」と感じた時には、すでにかかなりの水分不足になっていることが多いので、のどが渇いたと感じる前に水分補給をしましょう。特に運動をするときには時間を決めて定期的に飲み物を飲むことが大切です。
- ・**しっかり食事:**
暑くてもしっかり食事をとり、水分やビタミン、ミネラルを補給しましょう。
- ・**年齢も考慮に入れて:**
発育途中の子どもや、体力が衰え始めた高齢者は熱中症になりやすいので年齢を意識して、特に予防を心がけましょう。
- ・**暑さ指数(WBGT)を参考に:**
暑さ指数(WBGT)とは熱中症を予防することを目的として提案された指標です。外出する際などは事前に確認し、参考にしましょう。※環境省HPで確認できます。

熱中症の応急処置

熱中症には特徴的な症状がなく、「暑い環境下での体調不良」はすべて熱中症の可能性があります! 日陰やクーラーが効いた涼しい環境へ移動し、水分・塩分を取りましょう。服をゆるめて風通しをよくしたり、水をかけたり、あおいだりして体を冷やしましょう。脇の下、両側の首筋、足の付け根を冷やすと効果的です。意識がない場合、自力で水が飲めない場合、応急処置を行っても症状がよくなる場合は、すぐに病院で手当てを受けるようにしてください。

Schedule [スケジュール]

8月	25日(土)	大学院入学試験
	29日(水)・31日(金)	大学院研究計画報告会
9月	5日(木)	夏期休業終了
	6日(木)~11月30日(金)	成人看護学実習Ⅰ、Ⅱ 小児・母性・精神看護学実習 創立20周年記念式典 看護国際フォーラム(創立20周年記念講演会) ホームカミングデー
	15日(土)	
10月	1日(月)	後期授業開始
11月	10日(日)	大学入試センター試行調査(プレテスト)
	23日(金)	特別選抜試験(推薦・社会人)
12月	5日(水)~6日(木)	卒業研究発表会
	7日(金)~21日(金)	看護アセスメント学実習
	24日(月)	冬期休業開始

注)スケジュールは、変更になる場合があります。

