

風のひろば

December

2024

vol.25

国際交流の取り組み

村嶋前学長に名誉学長の称号授与

大学の今

- ・法人評価委員会にて「S評価」を獲得
- ・卒業生の就職・進路動向と支援

看護学実習を終えて

トピックス

卒業生・修了生インタビュー

研究紹介



国際交流の 取り組み

本学は韓国、アメリカ、インドネシアの大学計6校と姉妹校あるいはMemorandum of Understanding (MOU、覚書)を締結しており、開学以来、本学と韓国の学部生を相互に派遣する国際交流プログラムを継続しています。また、韓国やインドネシアの看護学生とのオンライン国際交流の機会も設けています。オンライン交流を機にインドネシアに興味を持ち、現地でのサマースクールに参加した学生もいます。昨年度から新たな試みとして未来応援基金を活用した「個人短期海外研修プログラム」をスタートし、今夏4年次生がケニアで研修を行いました。嬉しいニュースとして、今年度は本学初のトビタテ！留学JAPAN日本代表プログラムの派遣学生を輩出し、現在イギリスで学んでいます。こうした交流は、日本と他国の文化、看護、医療・福祉制度の相違等について理解を深め、視野を広げる貴重な機会となっています。

インドネシア MOU 締結校主催のサマースクールに参加した学生の様子（地域活動）



海外渡航の際には、安全確保が重要となります。学生や教職員個々人がリスク管理し、大学としても安全配慮義務を全うできるよう努めています。具体的には、特定非営利活動法人海外留学生安全対策協議会(JCSOS)に加入、海外危機管理マニュアルを策定し、本学が実施するプログラムによる海外派遣前には安全管理研修を実施しています。



インドネシア MOU 締結校とのオンライン国際交流の様子

トビタテ！留学JAPAN 現地レポート

「官民協働海外留学支援制度～トビタテ！留学JAPAN 新・日本代表プログラム」(大学生対象)ダイバーシティコース2024年度の派遣留学生として、本学の4年次生杉坂理智花さんが選ばれました。

学年 4年 氏名 杉坂 理智花
留学先 イギリス ロンドン
留学期間 2024年8月～2025年1月



留学先・内容について

イギリスのロンドンに8月から半年間の予定で留学中です。「生きづらさを抱えた方が自らの力で社会参加を目指して行ける社会を作る」という目標を掲げ、医療福祉先進国であるイギリスのNational Health Service (NHS) が運営するリカバリーカレッジ等で、ボランティアを始めとした様々な活動を行なっています。さらに現在は、「英国国教会が世代を問わず、人々の生活に根付き、well-beingの向上に関連しているのではないかと考え、多くの教会を巡り、それぞれが独自に展開する取り組みに参加しながら学びを深めています。

留学しようと思ったキッカケは？

きっかけは大きく2つです。1つ目は「海外生活で異文化に触れ、グローバルな視点を身につける」という私自身の長年の夢です。2つ目は、学部3年の領域別実習で抱いた問題意識です。特に就労支援施設の実習時に、一般就労に結びつかない多くの方々に会い、先進国の中でも日本の精神保健分野が遅れているという現実を痛感しました。この経験が、海外で新たな知見を得るための留学を決意するきっかけとなりました。

留学中の1番思い出深い出来事や驚いたことはなんですか？

職場の福利厚生にアクセスの良いカウンセリングサービスが含まれていること、特にNHSの病院施設では、定期的に

仕事やプライベートで感じていることを共有する場が設けられているという点に驚きました。自分の状況をチーム内で共有することで、お互いの理解に繋がり、チームの結束力も高まるそうです。自己開示を前提とするこの場では、心理的安全性を確保するため、経験豊富なファシリテーターも同席するとのことでした。

留学で学んだこと、成長したと感じること、今後の意気込み

成長した点は、積極的に行動する力です。チャレンジ精神を大切にし、失敗を恐れず何事にもトライしています。日本ではメールを送るだけでも精一杯でしたが、こちらに来てからは気になる場所・団体には直接足を運ぶようになりました。アルバイト探しでも1店舗ずつ履歴書を手渡しで配り歩きました！しかし、友人作りにはまだ苦戦しています。「現地でできた友人と楽しい年越しをする☆」ということを目標に積極的に声をかけていこうと思います！



トビタテ！留学 JAPAN の壮行会にて



ロンドンで1番お気に入りの近代美術館 [Victoria & Albert Museum]



WHO 本部にて



多くの国際機関の本部があるスイス ジュネーブで研修しました

「未来応援基金」ご寄附のお願い

「未来応援基金」は、大分県立看護科学大学創立20周年を契機に、学生の学業の継続や地域との連携、国際化・グローバル化への対応等、学生・大学院生の活動を支援するために設置された基金です。

確かな看護の力で地域の保健医療を牽引し、より良い社会を創造する看護職を育成するために、皆さまの温かいご支援を心からお願い申し上げます。

使 途

皆さまからいただいたご寄附は、学生・大学院生の支援のため、下記事業に活用させていただきます。

- (1) 学業の継続(奨学金の給付、授業料等の減免等)
- (2) 地域連携(地域貢献活動への支援、地域の保健医療機関での研修支援、自治体・地域・企業と連携した研究教育等)
- (3) 国際化・グローバル化への対応(短期留学、国内外での活動、研修派遣等)
- (4) その他、基金の目的達成に必要な学生・大学院生の活動支援

寄 附 金 額

金額は特に定めておりませんが、1口1,000円として何口でも可能です。基金の趣旨にご賛同くださる方ならどなたでもご寄附いただけます。

ご寄附の方法

大学ホームページ(<http://www.oita-nhs.ac.jp>)掲載のフォームからお申し込みいただくか、本学事務局まで電話にてご連絡をお願いします。

■お問い合わせ先■

大分県立看護科学大学未来応援基金事務局 (大学事務局総務グループ内)

TEL: 097-586-4300(代表) FAX: 097-586-4370 E-mail: somu@oita-nhs.ac.jp

個人短期海外研修プログラム 体験記

学年 4年

氏名 梅木 佳純

研修先 ケニア共和国

研修期間 2024年8月2日～8月11日



訪問先・内容について

個人短期海外研修支援奨学金プログラムの派遣学生として約10日間、ケニアの首都ナイロビと、周辺都市のエンブを訪れました。今回の研修は一般社団法人共生の会様にも全面的にご協力いただくことで実現しました。研修の内容は、ケニヤッタ国立病院などの医療施設や児童養護施設への訪問、訪問診療への同行、エンブの一般家庭での1日ホームステイ、現地の方との交流などです。英語でのコミュニケーションも頑張りました。

参加しようと思ったきっかけは？

大学を卒業して就職すると、お金はあっても海外に行けるタイミングは少ないと考え、今だから行ける場所に行こうと3年次生のときから漠然と考えていました。そして、国際看護学の講義の中でアフリカの現状を知る機会があり、そのときにアフリカに対するイメージと現実ギャップがあることに驚きました。このことがきっかけとなり、自分で実際にアフリカの国、ケニアに行くことを決心しました。



▶都市部のビルと日本の車

都市部は大分では見ないような大きなビルがたくさんありました。また自動車は左側通行ということもあり、中古の日本車がケニアに多く輸入されています



ホームステイ先のホストファミリーとその親戚

研修中の1番思い出深い出来事は？驚いたことは？

ホームステイです。ケニアでも数少ない土でできた伝統的住居に滞在しました。日本の暮らしと違う点が多く興味深かったです。特に、トイレや日々の料理等、寝ること以外すべて家の外で行う点が印象に残っています。違いを知ることで自分の普通がいかに限定的な考えかというのを理解しました。自分の普通を変えるのは難しいですが、それがみんなの普通ではないということを理解し、他者の普通を知ろうとする姿勢が大切だと思いました。

研修で学んだこと、成長したと感じること、今後の意気込み

一番に学んだことは、実際に会うことの大切さです。ケニアに行く前は恐ろしい記事を多く目にし、正直怖かったです。しかし、ケニアに行き現地の方と話せば、記事だけが真実ではないということにすぐに気づきます。この経験から、これからも周囲の情報だけで判断せず、自分が対象者に会いに行く姿勢を大切にしたいと思います。また、人生一度きりなので、いろんなひとやものに興味を持ち触れる姿勢を大切にしていきたいです。

▶子どもたちと折り紙
明かりはないのでスマホのライトで照らしています



ある貧困地域で巡回診療へ同行したときの様子

蔚山大学 国際交流プログラム 体験記

学年 2年 氏名 大東 梨夏

訪問先 韓国 蔚山広域市

訪問期間 2024年8月19日～8月23日



訪問先・内容について

他のメンバーと共に韓国の蔚山や釜山を1週間訪問し、このプログラムに参加する韓国の学生と積極的に交流を深めました。蔚山大学では現地の学生と交流し、蔚山大学病院や保健所、福祉施設の設備も見学しました。これにより、韓国の医療保険制度や看護の実情について多くの知見を得ることができました。また、蔚山や釜山での観光を通じて、韓国の食文化や生活様式についても新たな発見をする貴重な経験となりました。

参加しようと思ったきっかけは？

大学1年生の夏休みに、同プログラムの企画に茶道サークルの一員として参加し、韓国の学生と交流する機会がありました。英語力に自信がなかった私でも、言葉の壁を越えてコミュニケーションが取れたことは大きな衝撃であり、貴重な経験でした。この体験を通じて、プログラムへの参加意欲が一層高まりました。また、国内にとどまらず、海外の方々と交流を通じて視野を広げ、知見を深めることができると考え、参加を決意しました。

訪問中の1番思い出深い出来事は？驚いたことは？

韓国では家族による介護文化が残っていましたが、近年では看護・看病統合サービスの導入により家族の負担が軽減されつつあること、また、蔚山大学病院では、バーコードをスキャンするだけで点滴や薬が自動で提供されるシステムが導入されており、非常に驚かされました。最も印象深い出来



蔚山広域市南区保健所にて

事は、韓国の学生との交流です。多くの貴重な経験をした中でも、互いの考えを共有する時間は忘れられない思い出となりました。

訪問で学んだこと、成長したと感じること、今後の意気込み

今回、積極的にコミュニケーションを図ることの重要性を学びました。自信が持てない場面や不安を感じる状況であっても、思い切って話してみることが多いと感じるようになりました。また、自己成長を感じる点として、挑戦力が高まったことが挙げられます。これからも、少しでも興味を抱いたことには積極的に挑戦し、この姿勢を一層発展させていきたいです。



海東龍宮寺にて

村嶋幸代 前学長に名誉学長の称号授与

10月18日金曜日に大分県庁にて名誉学長称号授与式が執り行われ、村嶋幸代 前学長に佐藤樹一郎 大分県知事より名誉学長の称号が授与されました。

村嶋幸代名誉学長は平成24年4月から令和6年3月まで12年間にわたり本学の学長を務められ、予防的家庭訪問実習や養護教諭一種養成課程の開始、看護学実習室のICT・DX化、大学院教育の充実、大学の組織改革等、本学の発展に多大な尽力をされました。

● 村嶋幸代 名誉学長メッセージ



10月18日に佐藤樹一郎大分県知事から名誉学長記をいただきました。私は、2012年4月の着任から4期12年にわたり、理事長・学長として大学の運営に取り組んできました。いくつか新しい試みもでき、それらは今も続いています。「予防的家庭訪問実習」、「大学院修士課程の保

健師教育」、「大学院NP養成と特定行為指定研修制度の導入」、「看護学教育DX化への取り組み」「大分県中小規模病院等看護管理者支援事業」等です。これらは、実習や事業を引き受けてくださった大分県の皆様のご理解と多大なるご支援、教職員・学生達の頑張りの賜物です。私にとっても大変幸せな時間でした。心から御礼申し上げます。

皆様のご健勝と一層のご活躍、ご多幸、そして、大分県立看護科学大学のますますのご発展をお祈り申し上げます。



大学の今

法人評価委員会にて「S評価」を獲得

令和6年度大分県地方独立行政法人評価委員会が、7月11日(木)に大分県庁で開催されました。昨年度は6年間の中期目標期間の最終年度に当たるため、令和5年度の業務実績の評価に加え、中期目標期間(平成30年～令和5事業年度)の業務実績の評価が行われました。

評価委員会当日は、はじめに、麻原理事長より令和5年度及び中期目標期間の実施状況等を報告、その後、県内外の学識経験者5名からなる外部評価委員より質問を受けました。58の中期計画に基づく実施状況から評価された結果、特に、看護教育のDX/ICT教材等の充実、海外危機管理体制の整備、理事長のリーダーシップによるDX・イノベーションの推進、6,000万円を超える外部資金の獲得、大学機関別認証評価の指摘事項の改善、看護師基礎教育および養護教諭養成課程の評価・改善等について高く評価され、令和5年度及び中期目標期間ともに5つの大項目のうち「教育研究等の質の向上」「業務運営の改善及び効率化」「財務内容の改善」の3つでS評価(特筆すべき進捗状況・非常に優れている)を頂きました。また、その他2つの大項目(「自己点検・評価及び情報提供」、「その他」)でもA評価(計画どおり・良好)を頂き、前年度及び第2期以上の高い評価となりました。今後も、学生や地域にとって魅力ある大学づくりに向けて、積極的に工夫や改革を進めて参ります。

卒業生の就職・進路動向と支援

下表は、令和5年度の卒業生の進路状況です。就職した人、進学した人、一人ひとりの卒業生はさらに目指したい看護職像に向かって、邁進していると確信しています。

看護職の進路は、看護師、保健師、助産師、養護教諭、また現場経験を一定程度積んで、大学教員、NPコース、専門看護師や認定看護師への道もあり、選択肢は様々です。

学部生が自分の将来のキャリアデザインをしっかり考え、希望す

<令和5年度 学部卒業生進路状況>

① 卒業生の状況 (74名)

出身地別	県内	55名	74.3%
	県外	19名	25.7%
進路希望別	就職	59名	79.7%
	進学	15名	20.3%

② 進路決定状況

就職	決定	58名	98.3%
	未定	1名	1.7%
進学	決定	14名	93.3%
	未定	1名	6.7%

③ 就職先内訳

地域別	大分県内	30名	51.7%
	大分県外	28名	48.3%
	計	58名	100.0%

就職先	独立行政法人等	24名	41.4%
	都道府県	9名	15.5%
	市町村	2名	3.4%
	民間	21名	36.2%
	その他	2名	3.4%
	計	58名	100.0%

大分県内	大分大学医学部附属病院 (13)、大分県立病院 (7)、厚生連鶴見病院 (2)、大分県教育委員会 (2)、西別府病院 (2)、大分赤十字病院、大分岡病院、湯布院病院 他
大分県外	九州大学病院 (3)、福岡大学病院 (2)、虎の門病院 (2)、日本医科大学附属病院、東京慈恵会医科大学附属病院、東邦大学医療センター大橋病院、東京医科大学病院、河北総合病院、関西青少年サナトリウム、山口労災病院、福岡市立こども病院、久留米大学病院、浜の町病院、福岡県済生会二日市病院、福岡赤十字病院、湘南美容外科クリニック、DIOクリニック、長崎医療センター、佐賀大学医学部附属病院、熊本赤十字病院、熊本大学病院、宮崎大学医学部附属病院、京都市教育委員会 他

④ 進学先内訳

大分県立看護科学大学大学院 9名 (広域看護学コース 4名、助産学コース 5名)、宮崎県立看護大学大学院 1名、岡山大学養護教諭特別科 1名、宮崎県立看護大学助産科 1名、熊本保健科学大学助産科 1名、兵庫県立総合衛生学院 1名

る就職先や進路に進めるように支援していく「就職・進路支援委員会」があります。また4年次生は卒論担当研究室が個別支援もしています。

近年の就職活動における変化は、県外・県内施設の就職試験の早期化です。従来のように3年次生後半で本格的に検討するタイミングでは遅すぎます。そのために、1年次生から自分の進路を考え、説明会参加やインターンシップ、現地訪問をするなど、早めの対応が必要です。委員会では、1年次生には、県の医療政策課担当者や県内の地域医療に貢献している施設の看護部長の講話、2年次生及び3年次生には就職・進路ガイダンスを実施し、特に3年次生には年2回実施するとともに、元看護部長である就職相談員が、3年次生全員に丁寧な個別の進路相談・指導を行っています。今年度はさらに、県内施設を知る目的で就活スタートアップ講座を夏季休暇中に行い好評でした。次年度に向けてもさらに対応策を広げ、しっかり支援していきます。

看護学実習を終えて

在宅看護論実習では、病院の外で行う看護を初めて経験しました。私は小児看護に関心があり、地域で生活する様々な医療的ケア児のお宅への訪問に同行させていただきました。

在宅小児看護では、子どもの成長に合わせた支援や、さらに先を見据えた支援、行政や学校と連携した支援、子どもとその家族がいずれ訪問看護の手を離れ生活できるように促す支援など、長期的で多角的な関わりが重要となります。子どもの疾患症状だけでなく家族の意向や生活環境を考えながら看護計画を立て、実践していく点が興味深く感じました。

生活の場に踏み込み、利用者と家族のためにできることを考え、信頼関係を構築しながらの看護実践は、自分が目指す看護観に合っていると感じました。自身の将来の選択肢が増えた充実した実習となりました。

4年次生 伊東 春奏



領域別看護実習では、成人、老年、小児、母性、精神の各領域で患者さんを受け持ち、アセスメントから看護計画の立案・実施・評価を行いました。それぞれの患者さんに応じたケアを考える難しさを痛感し、個別性に合わせた対応やコミュニケーションの工夫が求められましたが、やりがいのある実習でした。

特に成人実習で慢性期の患者さんを担当した際には、その方に合わせた予防策の説明や表を作成し、「ありがとう。言っただけからやらなきゃね。大事に見るね。」と実施して貰ったことに、大きな喜びを感じました。この経験を通じ、看護における個性の重要性を再認識し、患者さん一人ひとりに寄り添う姿勢が大切だと感じました。また、自分の看護観が深まり、今後さらに学びを深める必要性も認識しました。

3年次生 佐藤 花綾



■オープンキャンパスを実施しました

7月13日にオープンキャンパス2024を開催し、400名を超える方にご参加いただきました。全体説明、模擬講義、教員による体験企画、在校生のツアーガイド、教員や学生による相談コーナーなどを実施いたしました。



■インドネシア看護協会 会長一行が来学されました

7月29日にインドネシア看護協会 会長 Dr. Harif Fadilah 一行が来学されました。本学の紹介やNPについての説明や意見交換の後、実習室をご案内いたしました。より高度な実践能力を持つ看護職の育成について、活発な意見交換ができました。



■大学院研究中間報告会を開催しました

8月28日に本学カレッジホールにて、大学院研究中間報告会が開催されました。前年度3月に引き続き、今回も対面での開催となりました。大学院生、教員による活発な議論が行われました。



■本学の消防応援隊が「救急の日」及び「救急医療週間」に伴う街頭啓発活動に参加しました

9月9日に 大分駅周辺で開催された「救急の日」及び「救急医療週間」に伴う街頭啓発活動に、消防応援隊の学生5名（4年次生）が参加しました。



■2024年度公開講座を開催しました

9月21日に2024年度公開講座を開催しました。「医療的ケア児とその家族をとりまく社会」をテーマに、大分県教育庁特別支援教育課の首藤武範指導主事と本学小児看護学の草野淳子教授の講演が行われました。当日は、看護職の方に加え、教育職の方、医療的ケア児のご家族、地域のみなさん、高校生などこのテーマに関心をもつ様々な立場の方々にご参加いただき、活発な意見交換が行われました。



■難病患者アーティストによる 作品展に参加しました

10月6日に開催された難病患者アーティストによる作品展に、本学大学院広域看護学コースの1年生が参加しました。難病患者の方、ご家族の方からの実際の声も聞かせていただき私たち自身も勉強になりました。



■第50回富士見が丘団地体育祭に参加しました

10月13日に第50回富士見が丘団地体育祭が横瀬小学校のグラウンドで開催され、学生36名と健康増進プロジェクトの教員2名が参加しました。学生は健康チェックを行い、253名の住民の方々に参加していただきました。また、大会の運営も手伝い、玉入れ、パン食い競争、徒競走等の競技にも参加させていただきました。



■高校1・2年生対象公開講座を開催しました

10月14日に、高校1・2年生対象の「看護師という仕事の魅力」をテーマに公開講座を開催しました。県内高校生42名にご参加いただき、7つの各グループに5～6人の専門分野の異なる教員が10分ごとに入れ替わり、高校生の質問に答える形式で実施しました。このような形式の公開講座は、今回が初めての開催で、看護師という仕事の魅力ややりがい、ここだけの話などについてお伝えすることができました。



■2024年日本母性衛生学会学術論文優秀賞を受賞しました

本学の修了生（大学院：助産学コース）の森楓さんが執筆した修士論文「清拭素材の特性がヘアレスマウスの皮膚バリア機能に与える影響」が、わが国の母性衛生の発展向上に資するところ極めて大きい研究成果であると認められ、2024年学術論文優秀賞を受賞しました。



■本学の教員2名が、看護理工会学 優秀演題賞をW受賞

11月2日～3日に石川県で開催された第12回看護理工会学学術集会において、秦さと子教授（基礎看護学）と樋口幸准教授（助産学）がそれぞれ筆頭者として発表した2つの演題が、独創性と学術的な貢献度の高い研究成果であると認められ、優秀演題賞を受賞しました。



卒業生・修了生 インタビュー

独立行政法人国立病院機構 別府医療センター
統括診療部 診療看護師(小児)
管谷 愛美



私は2015年より国立病院機構別府医療センターにて診療看護師(NP)として勤務しています。県外の大学病院での臨床経験を経て、本学大学院のNPコース(プライマリ・小児)に進学しました。本コースの小児医療に特化した学びは現在の活動にも大きく役立っています。

別府医療センター小児科は、東部医療圏の二次医療を担う地域小児科センターで、NICUやGCUを備えた24時間体制の小児基幹施設として、一般小児の診療に幅広く対応しています。一方で成人と小児の混合病棟であることや医師の異動が多いことから、小児看護の専門性を維持する難しさを実感しています。このため看護本来の役割を意識したタスクシフトとして、医師が外来診療で行っていた喘息管理指導や自己注射指導のような患者教育や、一部の検査・処置などを担い、診療の円滑化を図っています。また、在宅医療を必要とする「医療的ケア児」の支援として、特定行為やケア管理を通じた在宅移行支援、多職種連携を推進しています。例として、成人科の認定看護師や理学療法士と協働し、退院前に小児のケア経験がない訪問看護師や理学療法士に対し、臨床現場で引き継ぐ機会を調整しました。NPの医学的知識や専門性が間接

的に発揮できる場面でもあり、各職種の専門性が小児医療にも生かされるような支援を心がけています。小児NP配属後に開始された訪問診療では、医療デバイスの定期交換をNP単独で訪問して実施することもあり、二次病院と訪問看護師との連携の場にもなっています。

地域医療支援病院のNPとして、医療管理だけでなく、医師や訪問看護師、福祉関係者と連携した地域の在宅医療支援体制構築に貢献できればと思っています。



Research introduction



研究紹介

骨代謝疾患および難治性骨折に対する 骨格筋電気刺激を用いた新規治療法の開発

厚生労働省による令和4年度国民生活基礎調査では、介護が必要となる主な原因として、運動器に関連する項目が37.3%を占めています(図1)。これらに大きく関与する病態に骨粗鬆症とそれに伴う脆弱性骨折があります。本邦の40歳以上における骨粗鬆症の推定患者数は腰椎で640万人、大腿骨近位部で1070万人とされており、その対策は喫緊の課題となっています。

骨粗鬆症の予防・治療において重要となるのが運動療法です。一般的にウォーキングなどの重力負荷を骨の長軸方向に

対して加える衝撃運動が推奨されています。しかしながら、活動性の低下した患者への導入は困難であることが多く、さらに転倒による骨折リスク増加も懸念されます。

そこで、新たなアプローチとしてベルト電極式骨格筋電気刺激法(Belt electrode-Skeletal muscle Electrical Stimulation: B-SES)に着目しました。B-SESはベルト電極を腰部、大腿部遠位、下腿部遠位に巻き、電気を筒状に通電すること下肢全体の筋収縮が得られます。私たちはB-SESによる骨への電気刺激による直接的作用と、骨格筋収縮とマイオカインを介した間接的作用が、骨粗鬆症をはじめとする骨代謝疾患の予防および治療、さらには骨折治癒の促進に応用

できると仮説を立て、モデル動物を用いた基礎研究を進めています(図2)。将来的な臨床応用を明確に意図したトランスレーショナル・リサーチとして、医学・医療の発展のためにこれからも努力していきます。



生体科学研究室
助教 坪内 優太

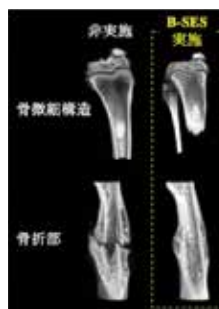


図2 B-SESによる骨・骨折部への効果(μCT画像)

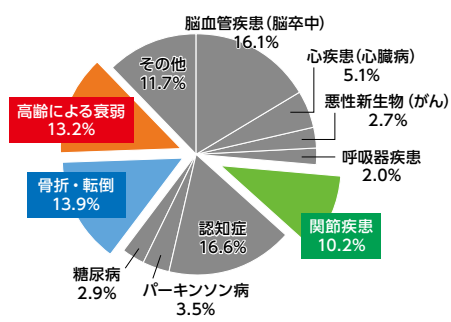


図1 介護が必要となった主な原因
厚生労働省「国民生活基礎調査」(令和4年)
より作成

大分県立看護科学大学後援会からのお知らせ

後援会は、大学の事業の援助、学生の福利厚生増進などを目的とし、学生活動の助成事業などを行っています。

★サークル活動費を支援しました★

バレエサークル、軽音サークルなど各サークル活動に要する経費を支援しました。サークル活動を通じて、先輩や後輩との交流が深まり、より豊かで明るい学生生活になると良いですね。

★事務局担当者のひとりごと★

体調を崩さないためには、食と睡眠が大事。一人暮らしだったりすると、食生活が乱れがちですね。当たり前だけど、「食べたもので体はつくられている」のです。ときには旬の野菜や果物も食べるようにしたいですね。学業やアルバイトに忙しい中でも夜更かしはほどほどに。充実した大学生活が過ごせるよう、皆さんの様々なチャレンジを応援しています。

(・v・)がﾝバレ



★お問い合わせ★

大分県立看護科学大学後援会事務局

(大学事務局教務学生グループ内)

TEL : 097-586-4300 (代表) FAX : 097-586-4370

E-mail : info@oita-nhs.ac.jp

看科大 [25号] クイズ・プレゼント

問題

本学は○校とMemorandum of Understanding (MOU、覚書)を締結しています。

○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(koho@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。

郵便はがき 8701201 大分県立看護科学大学事務局 行	大分県立看護科学大学事務局 行 〒870-1201 大分県大分市大字廻栖野2944-9
---	---

1. クイズの答え
2. 郵便番号
3. 住所
4. 氏名 (年齢)
5. 記事へのご感想や
本学へのご意見

【締め切り】令和7年1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

お酒と健康



お酒は宴会やイベントになくはならない存在です。人とのコミュニケーションを円滑にし、会話も弾みます。

しかし、間違った付き合い方をすると予期せぬトラブルを起こし、本人だけでなく家族や友人など周りの人たちを巻き込んで、悲しい思いをさせてしまいます。

お酒を飲むときは、適量を適正な方法で飲みましょう。

～命を守るための飲酒のルール～

- **アルコール・ハラスメントはしない**
「飲酒の強要」、「イッキ飲みをさせる」、「酔いつぶし」、「酔ったうでの迷惑行為」は、アルハラです。
- **急性アルコール中毒に注意**
急に大量のアルコールを飲むことで意識レベルが低下し、呼吸状態が悪化して死に至ることもあります。意識がない場合(昏睡状態、反応がない)は直ぐに救急車を呼びます。
- **飲酒運転はしない(自転車やバイクも)**
少量のアルコールでも、自分が思っている以上に判断力、集中力は低下しています。
自分が転倒やケガをするだけでなく、他人を巻き込んだ死亡事故などを引き起こす恐れがあります。
- **薬と一緒に危険**
薬を飲む前、飲んだ後は思わぬ副作用が出る場合があります。
特に、風邪薬、精神安定剤、睡眠薬、糖尿病の薬などは危険です。
- **飲酒後の運動・入浴は要注意**
心臓に負担がかかり、予期せぬ事故の原因となります。

お酒との付き合い方を正しく理解し、自分にあったお酒の飲み方で美味しく飲み、楽しい時間を過ごしましょう。

Schedule [スケジュール]

1月	18日(土)・19日(日)	大学入学共通テスト
	20日(月)～31日(金)	基礎看護学実習(1年次生)
2月	13日(木)	助産師国家試験
	14日(金)	保健師国家試験
	16日(日)	看護師国家試験
	25日(火)	一般選抜試験(前期)、私費外国人留学生選抜試験
	26日(水)	進級試験(2年次生)
3月	1日(土)	春期休業開始(4月7日まで)
	3日(月)	大学院研究計画報告会(研究・広域・リカレント)
	4日(火)	大学院修士・博士修了判定
	12日(水)	大学院研究成果報告会
	18日(火)	一般選抜試験(後期) 卒業式・修了式
4月	8日(火)	入学式
	9日(水)	学部オリエンテーション
	10日(木)	新入生オリエンテーション
5月	12日(月)	地域看護学実習、在宅看護学実習(4年次生)
	～6月6日(金)	若葉祭
6月	17日(土)・18日(日)	
	5日(木)	大学進学説明会
	16日(月)～27日(金)	総合看護学実習(4年次生)
	19日(木)	開学記念日
	28日(土)	大学院説明会

※スケジュールは、変更になる場合があります。