

# 同窓会会報

高知県立大学看護学部

第20号

令和2年3月31日発行

〒781-8515 高知市池2751-1



## ごあいさつ

### 同窓会副会長 藤田佐和



池キャンパスの周りは桜が開花し、鶯が春を告げています。会報20号をお届けする時期となりました。看護学部同窓会は、令和2年3月に82名の卒業生、17名の修了生を迎え、会員数2264名となりましたことをご報告します。また、平成23年に創設された本同窓会は、今年で10年を迎え、梶原和歌会長を中心に座談会を開催し、“同窓会の今、これから”について熱く語り合いました。これまでの軌跡を基に、これから10年の発展・進化を模索していきたいと考えております。

さて、同窓生の皆様におかれましては新型コロナウイルス感染症による様々な影響や対応に苦慮されているのではないかと察しております。不安定な情勢から皆様の日常がはやく取り戻せるようにと願っております。高知県立大学は過去に例のない年度末を迎えました。学びの集大成としての看護研究発表会、学位論文発表会が中止となり、16グループの卒業研究、11名の修士論文、6名の博士論文の発表の機会や研究協力施設の方々、ご支援いただいた同窓生に直接ご報告する機会を持たず残念でした。卒業式・修了式は中止となりましたが、看護学部、看護学研究科は池キャンパスで野嶋佐由美学長に式辞を賜り、学位記授与式を執り行うことができ、卒業生・修了生は皆、それぞれの目標や希望を胸に羽ばたいていきました。インドネシアからの初めての留学生で、5年一貫の博士課程共同災害看護学専攻のハストロさん(DNGL2期生)に、博士(看護学)災害看護グローバルリーダーの“学位記”と国際交流推進賞が授与され、今後の世界レベルでの活躍とインドネシアとの国際交流のさらなる推進力となることが期待されました。ハストロさんの最後の言葉は、“さよならではなく、また会いましょう”で、同窓生のネットワークが世界に広がる響きを感じました。国際交流への多くのご支援を頂いている看護学部同窓会に心より感謝申し上げます。

入学式は中止となりましたが、看護学部には83名、看護学研究科前期課程に17名、後期課程に5名の新入生をお迎えします。全国の様々な場で活動されている同窓生の皆様と情報交換・共有し、新型コロナウイルス感染症による教育研究への影響を最小限にしていきたいと思っております。よろしくお願い致します。最後に、同窓生の皆様、7月18日(土)の高知女子大学看護学会、夕方からの新永国寺キャンパス生協食堂での看護学部同窓会総会と懇親会で、是非お会いしましょう。

### 主な内容

- ① 同窓会副会長ごあいさつ
- ② 同窓会の今、これから
- ③ 先輩の職場は今
- ④ 幅広い領域で活躍する修了生
- ⑤ フレッシュに活躍する卒業生
- ⑥ 同窓会による学生・卒業生活動支援
- ⑦ 看護学部は今
- ⑧ 温故知新



# 同窓会の今、これから

平成23年の校名変更を機に創設された高知県立大学看護学部同窓会も、今年で10年という節目の年を迎えることになりました。

本会報、20号では卒業・修了生である、梶原和歌同窓会会長(10期生)、森下利子先生(19期生)、中野綾美副会長(27期生)、同窓会役員角谷広子さん(25期生・修士5期)、池添志乃先生(34期生・修士2期生・博士1期生)、岩田明日香さん(59期生・修士21期生)、原ちなみさん(59期生・修士21期生)に、本同窓会の一員としてお集まりいただき、看護学部について、同窓会への期待やあるべき姿について語っていただきました。

## 看護学部の今

中野 変わってないところは看護学を、看護というものを、自分の考えを持つことができる学生さん、そういう力を付けていってほしいなあということです。自分の考えをつくっていく力、こういう看護をしたいというのを思い描いて卒業に至るような感じで、力を入れているというのは前と変わらないと思います。新たな知を自分たちで生み出していくところに力を入れているところも、原さんとか岩田さんが学生の頃も、池添先生が学生の頃も、私のときもそうだったように思うんです。もちろん方法は違うんだけど、やっぱり変わらず続いているのかなと思って。グローバル化ということで、外国のほうに学部の学生さんも同窓会のほうからご支援もいただいているんですけど、チャンスがあったら行く、海外から来られた学生さんたちをお受けしたり、最近特に力を入れているところかなというふうに思います。大学院のほうは、修士博士というふうにプログラムを立てることができて、本学の卒業生、学部の卒業生だけじゃなくて、全国からいろんなところから来ていただいている中で教育をしているというところなんです。



左前から角谷さん、梶原会長、森下利子先生  
2列目左から池添先生、中野先生、原さん、岩田さん

## それぞれの看護学部

原 学部の頃から覚えるだけではなくて、自分の意見を持つことや、どういう看護を大事にしていきたいかを考える姿勢を持たせていただいたと思っています。臨床の現場に入ったときに、覚えることもたくさんあって、現象にのまれているというか、見えなくなっていくような感覚があって、大事にしたい看護はどういうことなのかを、もう一度理論や研究を通して、実践の振り返りをさせていただいたんです。進学した大学院でもやっぱり同じ姿勢で先生方は関わってくださっていて。

岩田 入学した頃は、まだ高知女子大学で、高知女子大学の2年と高知県立大学を2年経験して、最後の45人クラスだったんです。先生たちからなぜあなたはそう思って、なぜそれをするのかという根拠を求められたというところがすごく印象があって。患者さんやご家族に対してなぜ自分はこうするのかという根拠が分かると、その先がどんどん見えてくる感覚があって。やはりそこを大事にしていかなきゃいけないというのを4年間でしっかり教えていただいたんだというのをすごく感じました。

修士では、海外研修に行って、多様性、尊重して認めるというところを学んで、先生方が私たちの個性を見て伸ばしていただいているというのがすごく実感しました。自分もこれから一人一人の背景だったり多様性を認めて、関わっていくというのがすごく大事なんだというふうに感じています。

梶原 卒業生の中には混沌としている現状に対して、これでいいんだろうか、看護って・・・と。大学で考えたことと、妥協しないといけない現実との乖離に対して、自分に何かできるか悩んでいる方もおられます。悩んでもう一度大学へ返って勉強し直すチャンスが得られたというあなたたちは、本当にラッキーな勇気ある選択をされたと思います。尊い今の2年間の勉強が、卒業生に伝わったら、現場の人が明るい光を見つけて、実践と結びついた課題・研究のテーマも見えてきたりして大学と同窓会の連続性につながっていくなど、お話を聞きながらすごく思いました。

一方で、私は10期生の卒業なんで、まだ20名のクラスでした。数年前から毎年高知・出身県・高知と交互にクラス会もっていますが、亡くなった方、ご本人やご家族が病気の方も増えて、元気な方も年齢がいき、大学が遠い存在に思っている人もいます。それでも生き残りの絆は強く、自然身についた看護の領域でパイオニアとして生きる魂は未だに消えていません。アカデミックに発展していく母校の事をうれしく思う反面、自分たち高齢者のこれから、迫りくる格差社会、さまざまな社会事象に不安をいだきつつ、母校の看護学部と繋がって安心を得たいと思っています。





**角谷** 私は、20人の時代の学生でした。自分は高知出身の高知の地方の一田舎の娘として大学に入ってきて、全国で数少ない大学卒業の看護師ということも、ものすごく意識をする教育を受けたなど。まだ、大学院がない時代に、大学院ができたら行ったほうがいいとか、アメリカへ行って勉強をしたらいいとか、先生が言われていて、大学卒業する一人の学生として役に立たないといけないうえに、高知県の少ない税金で卒業させてもらおう一学生として、使命感はすごく強かったと思います。

今は留学した友達、大学院を卒業した友達もいて、いろんなことを模索しながら、ずっと人生を歩んできたんじゃないかなと思うんですけど。共通しているのは、看護とは何か、患者さんにとっていいケアをするとはどういうことか、ということ、みんなの中でどういう領域にいた人も共通しているのかなと思っています。

**池添** 私は学部から大学院修士、博士のほうでずっと本学でお世話になってきました。先生方にもお世話になっていて、そんな先生方と一緒に働かせていただいて、学んできたこと、今仕事としてここで働いていることの意味を日々感じているところです。私も同窓会にずっと関わらせていただいて、いかに先輩たちがこの基盤をつくり上げてくださっているかということを実感して、この同窓会の役員として仕事をさせていただいているところです。

**森下** 本当に歴史を感じます。20人の時代を経てきた者と、今45名と80名の人がここにいたら、また違うと思うんです。だから、つながりもある中で、学部、そして大学院のというのは、これからまた違った人たちがたくさん出てくる時代だし、だからやっぱり同窓会の在り方も状況によって変わっていくだろうと。変わらないといけないというふうには外から見ても思いません。

同窓会の会則にもあるように、卒業生、修了生が親睦を図るというだけではなくて、社会に貢献していくとか、その辺りも目指していると思うんです。ずっとこの大学を語る時に、歴史と伝統ということが常に言葉にあるように、われわれはすぐに手に入らない長い長い歴史の、というところで学んできた卒業生の一人というところは、大変ありがたいところもあります。

**同窓会に求めること**

**森下** 今、求められている同窓生は、もっと社会に向けてとか看護の発展とかを目指して活動している、それが私は同窓会が大事にしているところだろうと思います。私は外から見ている、ちょっと辛口なだけで、教員もずっと、私もどんどん活性化していかないと、同窓会を担う人たちも。その時代とか社会の状況に合わせて充実していく、発展をしていくという方向としては向いていると思うので、たくさん歴史を積んできて、たくさんの方が人材もいる、いろんな臨床、行政だとか教育の場だとか組織を同窓会として発展していくときに、もっと完成化をしていく必要があるんじゃないかなと思います。



**梶原** 私は「高知女子大学看護学会」の活動を意義深く感じています。この機会を在学生会と会員の学びの場にするのももちろん大事で、同時にオープンな連携で一般県民に対しても分かりやすい身近なテーマで、講演会やセミナーを行うとか、同窓生も意見を言いやすい、参加できる企画もあっていいなと思います。

**角谷** 森下先生のほうから、もう一つは役員を固定しないでというお話もありました。この同窓会も、年齢層に幅があるので、70近くなられた方々のニーズと今20代の方々のニーズは、違うと思うんです。ジェネレーションギャップをまとめ過ぎるのも無理があると思ったりするんです。でも、どこかでつなげていくことも大事なので、それぞれの世代が集まれるような同窓会になったほうがいいとも思うんです。来にくいと思っている人たちが来やすくなるような同窓会が作れるかなと。卒業して1年目に、みんなが集まるんだとしたら、その人たちが同窓会がバックアップするとか1年目の人と2年目の人たちが交流する機会を毎年、また1年目の人が2年になったりとかして、1年2年の人の交流会とかいうのを強化するとか。

**岩田** 私たちは、卒業後3、4年目くらいのときに、同窓会からご支援をいただいて、大学の1教室を借りて同窓会をさせてもらったことがあって。みんなで近況報告をしたりとか、同窓会の活動、大学院のことを、先生から聞く機会がありました。世代が広がってしまうと足が遠のいてしまうというのもあるので、対象を絞って、話す機会やミニレクチャーがあるとなると、大学にわざわざ運んでみようという機会になるのかなと思ったというところがあります。



**梶原** 新人ナースとして、今年卒業した人が、去年卒業した人と同じ会を持つ、新しい人たちをグループにして、予算を付けると、もっと若いアイデアが入るように思う。

**角谷** 卒業して1年目の人が、1回生のときに、4回生ぐらいまでは一緒にの学舎の中で勉強しているわけで、その年代層を集めるとかというようなかたちもいいかもしれないですね。

### 同窓会のこれからの姿について

**梶原** 社会や市民の多様性に看護が柔軟に対応していくためには、大学の先生方、学生、卒業生、一般市民の生活をしている生の感受性と問題を大学の研究や教育に結び付けていくことが大事だと思います。その提起はさまざまな活動循環を通して自分たちに返ってくることでしょう。国民一人一人が、この時代、賢くなるのが大事で其処をしっかりと押さえて多くの有名・無名の卒業生も活用してください。



**中野** 学会の企画では、新卒の方を対象にしたセッションを組んでいるけど、2、3年目の人たちが来たいと思うような企画を考えたらいいのかなとかと思ったり。若い人向け同窓会として、交流で1年目と2～3年目の人たちが楽しくなるような企画をしたら、交流が深まるかもということですかね。バリエーションを付けて企画をしたら、新しい人たちが参加いただけるかなという。

**角谷** 市民が何を期待しているかということもありますよね。今、災害が関心の一つですね。知識を市民の人と一緒に共有して、準備をしていく足がかりみたいなものを、看護学科が提供できるとか。イメージがつきにくい中で、もう少し市民教育も含めた何かができるかもしれない。

**森下** 私は、県民に見える、県立大学が医療看護職のボトムアップとか、ずっと重点を置いてきてひいては、県民に還元していくことになる。そういう活動をもっとメディアの人たちにアピールしていくとか、上手にしていけないと。ずっと今までも看護職に対して、いろいろやっているんだけど、そこが県民から見えない。県民大学といったときに、そこがどう見せていくか、示していくかだと私は思うのね。取り組みの成果を県立大学で高めたものがどう還元しているかを追跡、メディアの人たちにアピールして知らせてもらうだとか、独自の。

同窓会の在り方も、というのは私はずっとここは、アカデミックなところのつながりとか活動を大事にしている同窓会だなとずっと見てきたので。そこをやっぱり常に意識をして、アピールをすべきところにはしていったらいいのではないかなと。

**角谷** 今、先生の話をしていて、活動をもう少しPRの仕方を会報誌の中で広げて、中山間とか地域災害支援ナースとか、実際にいろんな活動をPRを会報誌を通じてしたほうがいいというふうに思いました。

**岩田** 自分たちが先輩方に支えられて、またそれが後輩につながっていくというのが実感できたので、今度は自分が、違った立場でいろんなふうに同窓会を見ていけたらいいなと思いました。ありがとうございます。

**原** 私も、この大学で学ばせていただいている意味や、高知県で発展していく、貢献していくことができるのか、同窓会という切り口や、こういうテーマを通して、あらためて考える機会にもなりました。先輩方の支えあつてのこれまでだったので、これから自分がどういうふうに関与していけるのかということを考えていきたいと思っています。



旧永国寺キャンパス正門



池キャンパス校舎



永国寺キャンパスモニュメント



# 先輩の職場は今

## 駒木野病院

皆様、こんにちは。私(則村)は東京都八王子市にある医療法人財団青溪会駒木野病院でCNSとして働いています。駒木野病院は民間の精神科病院で、精神科救急や児童精神科、アルコール依存症治療など、精神科医療に幅広く取り組んでいます。また、近年は同法人内で訪問看護ステーションや訪問診療所、グループホームなども開設し、アウトリーチ事業や福祉分野での活動も始め、患者さんの地域移行、在宅生活を積極的に支援しています。大学院を修了し、CNSとして入社してから11年が経過し、少しずつですが、看護の質の向上や組織のプロセスゲインを実感してきている毎日です。また、この11年の間に県立大の卒業生も数名が卒後すぐに当院に入職し、精神科臨床で活躍してくれていることを嬉しく感じております。以下、卒業生の声を紹介させていただきます。



(左から、則村良・清水頌平・柳本麻理子・谷綾乃)

入社して3年間は精神科救急で、4年目から児童病棟に配属され、今までとまた違った視点で看護について考える毎日を送っています。子どもたちと一緒に私も成長していけるように頑張ります(谷綾乃)。

僕は今老人認知症病棟で働いています。身体加療が必要な患者様も多く、大変なこともあります。専門性の高い環境で看護ができ、とても勉強になり充実しています(清水頌平)。

患者さんとかかわりでは大変なこともあります。周りのスタッフの方々に支えられて楽しく仕事できています(柳本麻理子)。

現在、4人は東京の端っこにて頑張っています。高尾山にお越しの際は、当院にぜひお寄りください。そして、一緒に働いてみたいという方がいらっしゃいましたら、ご連絡ください。

## 土佐市

土佐市は、北西は不入山脈、虚空蔵山といった高い山々に囲まれ、南は太平洋に仁淀川からの豊かな水が流れ込む河口に開けた、製紙業やハウス園芸が盛んな地域です。県都である高知市の西に隣接していることもあり、最近では、アパートの建設ラッシュですが、多分にもれず少子高齢化、人口減が急速に進行しており、介護保険制度が始まった平成12年に約30,000人だった人口は、20年後の今年、約1割減、既に27,000人を割り込みました。一方で当時24.5%だった高齢化率は36%とうなぎ上りです。

土佐市役所に勤務している保健師は14名、助産師が1名、その内、卒業生は6名です。保健師は4つの部署に配置されており、卒業生は健康づくり課と長寿政策課に3名ずつ在籍しています。健康づくり課には、2名の保健師に加え、昨年度から待望の助産師が仲間に加わりました。

健康づくり課在籍の2名は健康増進係で勤務しており、小児生活習慣病予防事業(とさっ子健診)、特定健診・保健指導、重症化予防対策事業を含む生活習慣病予防対策や、精神保健事業等の多岐にわたる業務に携わっています。事業を通じて、健康状態や生活習慣に関心をもってもらえるようなきっかけづくりや、個々の生活や状態に合わせた関わりを行っています。また、助産師1名は子どもの健康係で勤務しています。赤ちゃん訪問や、乳幼児健診などに加え、産前産後ケア事業、個別対応を通じて妊娠から産後まで切れ目ない支援を目指して、日々関わっています。

長寿政策課在籍の3名のうち2名は、地域包括支援センター班の班長、係長として勤務しており、高齢者にかかる総合相談事業や介護予防事業、認知症施策、地域ケア会議の開催・充実などを通じ、事例が抱える多くの複合的な課題と直面しながら奮闘政策課題にも向き合っています。また1名は介護認定調査員として仕事をしており、高齢者の生活課題に日々触れながら、適切な状態把握と情報収集に努めています。

私達は、分散配置こそされていますが、月に1回は全ての保健師・助産師が一同に会し、事例検討や情報交換・情報共有の機会を持っています。それは人材育成や他部署の保健活動の具体を知る機会としてだけでなく、来るべき南海トラフ地震に備えて災害時保健活動等についての共通認識を図る為にも重要な機会となっています。

県立大学と土佐市は平成23年7月に包括連携協定を締結し、現在、健康福祉分野においては、『とさっ子健診』『地域ケア会議』について、大学からの多大なるバックアップをいただいています。卒業生の中で一番古参の私は、早いもので卒業から30年以上が経過しますが、卒業した大学との強い絆を今も感じています。



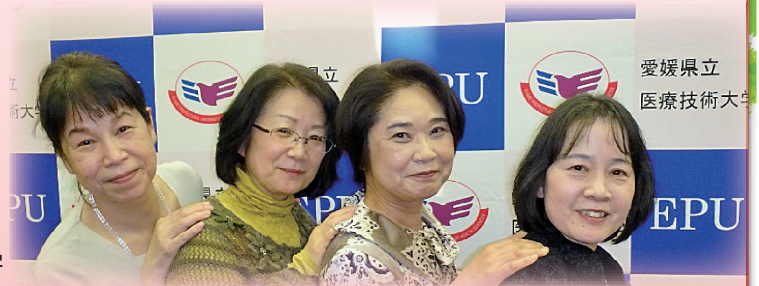
写真の後列左から：森本(高島)典子・北村(楠瀬)千香・池田(嶋田)文  
前列：市田(片岡)亜沙美・高橋(上岡)洋子・坂口結映( )内旧姓



# 幅広い領域で活躍する修了生

## 愛媛県立医療技術大学

やまもも会愛媛県立医療技術大学支部(自称)のメンバー4名です。同窓生が同じ職場に集まりました。右から、中西純子(D1)、越智百枝(D6)、中平洋子(D11)、島田美鈴(D8)です。次年度より新メンバーが加わり、5名になる予定です。



高知女子大は、在学期間が異なっても絆の強い大学であると感じておりました(全員、高知女子大時代の学生でした)。その絆のおかげで、私の場合は、同窓会懇親会にて偶然、中西純子先生と席が隣同士でした。その時に声をかけて頂いたのがきっかけとなり、現職場にご縁をいただきました。同窓生が同じ職場に居ることは、とても心強いです。

現在、中西純子先生は学部長として大学全体の運営に尽力されています。越智百枝先生、中平洋子先生は、精神看護学領域の教員として活躍中です。私島田は、成人慢性期領域を担当しております。そして4人とも大学院修士課程の教育にも携わっています。私は、今でも高知女子大大学院時代のノートを引っ張り出して参考にすることが多く、特に大学院修士課程の研究指導では、高知女子大での学びが基盤となっています。そして、困りごとがあると高知女子大の先生方にSOSを出していただくまで助けてもらっています。修了した今でも、看護教員としてまた人として育ててもらっていることに感謝です。

しかし、在学中は本当に大変でした。研究への歩みが踏み出せなかったり、迷路に迷い込んだり、何もかも投げ出して逃げてしまいたくなった時..... 指導教員の先生をはじめ高知女子大の全ての先生方から、暖かい励ましの言葉かけを頂き、根気強く支えて頂きました。こんな私を修了に導くには、忍耐力が必要だったと思います。何年経っても感謝の気持ちで一杯です。学問的な厳しさの中にあっても、先生方の温もりによって包まれた学生時代でした。

修了後、何年経っても帰って行ける場所があることはとても幸せなことです。高知女子大で育まれた学問や看護を探究する姿勢を、看護職を目指している現職場の学生たちにも伝えていけたらと思います。(島田美鈴記)

## 並川 智哉子さん(修士3期生) 香美市健康介護支援課



地域における看護の対象として、生活者のみでなく家族を捉える視点が不可欠であり学びを深めたいと家族看護学を学ぶ機会をいただきました。この18年間行政保健師として、保健や福祉分野で母子から高齢の対象者やその家族における様々な分野を経験し、現在は地区担当制も合わせ持つ中堅期保健師として携わっています。

地域環境も妊娠出産などライフイベントにおける年齢層の二極化、家族関係や形態の多様化、多文化など一様の介入とはいかず、現場における臨機応変さ、ケアの柔軟性や弾力性の必要性を痛感する日々です。また施策も発達障害、メタボ、虐待、認知症など予防的介入へ焦点化され、専門性の細分化や深化が求められています。対象者の捉え方まで縦割り化し専門分野の切り口のみでの介入に終わりがちです。保健師の役割は何か？専門性とは何か？原点に立ち戻り検証する日々です。今後、保健師の使命として職業的アイデンティティの確立、存在意義を地域へ見せる活動が求められていると感じています。生活者や家族を総体的に捉え、生活の実現を目指す個別支援に終わることなく地域へつなぐ視点を持つことが専門性であると感じています。しかしその専門性は、時に声なき者の代弁者役であるように生命・尊厳・人権を守る擁護者の役割を担うという看護の倫理的枠組みを基盤として培われ発展していくものであり、その土台なくして私達の活動は成り立ちません。今後も仲間と共に地域における専門性を探究し、保健師の存在意義をみせる活動を根差していきたいと思っています。

## 岩崎美幸さん(実践リーダーコース18期生) 高知県・高知市病院企業団立高知医療センター 総合周産期母子医療センター NICU・GCU



私が大学院進学を決意したのは、看護管理者になり看護管理を何となく頑張るよりも自分自身が看護管理を理解して実践したいと思ったからでした。自分自身の年齢も考えず進学を決め、同期に助けられながら楽しく2年間を過ごすことができました。また、組織の違う看護職と一緒に学習できたことは大きな刺激になりました。

看護管理1年目は、産科フロアの責任者でした。現在は同じフロアのNICU・GCUで勤務しています。高知県は高齢化率も全国平均を上回り、地域包括ケアが県内で推進されています。出生率も低下し、出産年齢の高齢化、ハイリスク妊婦の増加、育児環境の複雑化、ハイリスク児の増加など高知県の次世代を担うこどもの養育環境も厳しくなっています。成長する子どもたちとその家族が健やかに生活できる生活環境を整える支援を継続できる看護師の育成を頑張りたいと考えています。

修士論文では、看護師が満足感を持ち、主体的に、看護実践できる職場環境作りと管理者としての支援を検討しました。直ぐには成果が見えない課題ではありますが、スタッフの主体性を尊重すること、看護師としての成長に必要な刺激を与え続けることの重要性を実感しました。看護管理者としての答えは得られていませんが、多様な看護管理者がいること、自分自身の看護管理観を意識して頑張りたいと思っています。



# フレッシュに活躍する卒業生

## 「看護師として働いて」

高知県・高知市病院企業団立高知医療センター  
田岡 南冬さん(65期生)

第65期生として高知県立大学を卒業し、2019年4月より高知医療センターで働かせていただいています。

田岡南冬です。もうすぐで働き始めて一年が経とうとしていますが、看護師という専門職者として働くことの大変さを感じています。病棟での学びが尽きず、実にフレッシュでエキサイティングな毎日を送っています。特に働き始めた当初はわからないことだらけで恐怖でした。看護師という職業へのイメージと実際の現場のギャップは少なからずありました。しかし、そのような不安や悩みがある中で、周りの先輩方に助けられ、少しずつ成長し力をつけることが出来ています。また、大学時代で学んできたことが活かされ、よりよいケアの実践につながり、うれしく思うことも多々あります。社会人になり働き始めて、大学の先生や病棟の先輩たちを改めて尊敬しました。後輩の方々には今できることをして力をつけ、働き始めたときに良い意味で先輩方を刺激できる存在になりたいと思います。自分も早くそんな存在になりたいです。



## 「保健師として働いて」

田原市役所健康福祉部健康課  
伊藤万由美さん(65期生)

保健師として働き始めて1年が経とうとしていますが、1年はあっという間でしたが、その1年の中で、生活を変えようとする地域の方や、成長していく子どもの姿を見て、やりがいに感じます。

しかし未だに、地域の方への対応や、事業に出ていくなかで分からないことが多くあります。保健師としての地域の方への接し方、個別や集団への支援の仕方など、周りの先輩方に相談しながら仕事に励んでいます。

地域の方を支援していくなかで、継続的に関わっていくためには、信頼関係を築いていくことが大切だと感じました。私は大学で学んできた知識を生かして、コミュニケーションを取るようにしています。その積み重ねが信頼関係につながっていくと感じています。

保健師として未熟なところが多いですが、地域の方に寄り添える保健師を目指し、地域で健康を支えていきたいと思っています。



## 「助産師として働いて」

社会医療法人愛仁会高槻病院  
梶間 理奈さん(65期生)

助産師として働き始めて1年が経とうとしています。入職後、妊娠期、産褥・新生児期、分娩期それぞれの業務を学び、段々と任される仕事も増えてきました。その一方で産婦・新生児二人の命を預かる責任感や、退院後の育児などの新たな生活を短い入院期間で支援する重要性を感じる毎日です。私の病院では病棟内に帝王切開室があり、帝王切開の新生児介助に入る機会も多くありますが毎回とても緊張します。

手術中に不安な産婦さんへの声かけや新生児蘇生、何時間も産痛に耐える産婦さん・そのご家族への援助や数か月もの入院の後に無事分娩を終えた妊婦さんとの関わりを通して、笑顔や喜びを共有できたり、感謝の声をかけていただいたときに助産師としてのやりがいを感じ、助産師になってよかったと感じています。

日々緊張や失敗ばかりでしんどさを感じることもありますが、いつも思い出すのは他病院でも頑張っている学生時代の仲間存在です。まだまだ学びと経験を重ね、成長が必要な日々ですが、一つ一つのお産や対象との関わり、経験を大切に、今後も助産師として多くの生命に携わっていきたいと思います。



## 「養護教諭として働いて」

高知市立横浜中学校  
矢野愛弓さん(65期生)

養護教諭として働き始めて、早1年が経とうとしています。配属先が決定してからを振り返ると、“先生”と呼ばれることに違和感や嬉しさの中で教員生活がスタートし、初めの頃は、業務のことに精一杯で余裕がなかった日々を過ごしていたように思います。そんな中、子どもとの関わりを振り返る日々、研修や先生方との対話の中で、“自己理解の程度でしか他者理解はできない”ということ学びました。生徒理解をする上で、まずは、自分の考え方や認知のパターンを把握し向き合うことで、その子の本来の姿やニーズを理解できると感じました。これから先、業務など経験によって慣れることがたくさんあると思いますが、他者理解・生徒理解については、自分の経験や慣れに捉われず、向き合っていきたいと思っています。そして、今後も、一人ひとりの感情に寄り添いながら、子どもにとってほんの少しでも良い影響が与えられるよう学び続けたいと思っています。





# 同窓会による学生・卒業生生活活動支援

2018年6月2日(土)大田区産業プラザPiOにおいて、約980名の方に参加いただき、第5回日本CNS看護学会を開催しました。高度実践看護を担う専門看護師(CNS)の活動をより広く世の中に発信していく場として、分野(全13分野)持ち回りで日本CNS看護学会を開催しており、第5回大会は老人看護分野が担当となり、老人看護CNSの初回認定者として大会長の大役を務めさせていただきました。

大会のテーマを“超高齢多死社会を支える高度実践看護—専門看護師の真価を問う—”とし、大会テーマでの大会長講演、日本看護協会会長 福井トシ子先生による基調講演、シンポジウム、座談会、各種セミナーなどを企画し、口演・ポスター発表も57題ありました。本学会を通して、誕生から死までの時間軸の流れの中で、医療と介護、生活をつなぎ、誰もが住み慣れた地域でその人らしく最期まで暮らせることを支えていくために必要な高度実践看護とは何か、専門領域や立場を超えて議論し、CNSの真価を発信する機会にできないのではないかと考えております。

また、大会長として、準備・運営を進めていく中で企画や交渉、調整といった様々なことを経験することができ、困難も多々ありましたが、仲間を支えられ無事に大役を果たせたことは、これからの自身の活動において大いに役立つのではないかと思います。老人看護CNSとして、これからも明確なビジョンをもち、ミッションの一つひとつ達成していく、そのためにはリスクテイクしていかないとけない状況や困難なことも受け入れていくという熱い思い、パッションをもち、これからも高齢者に相応しい医療・ケアを提供するための活動を行っていきたいと思います。

最後になりましたが、学会開催においては同窓会から学会抄録集への広告協賛、また同窓生の皆様方には学会発表や学会参加をいただきましたこと、この場をお借りして御礼申し上げます。



社会医療法人近森会 老人看護専門看護師 岡本 充子



博士課程で学んでいる長田と申します。私は大学病院で働きながら2002年に小児看護専門看護師の資格を得て、病院内外で活動をしてきました。3年前からは大学で働いており、2019年6月に「第6回日本CNS看護学会」の大会長を経験しましたので、その内容をご紹介します。

「育もう、広げよう、高度実践看護の力～あらゆる世代のすべての人の健康と生活を守るために～」をテーマに開催した学会には、日本で活躍する13分野の専門看護師(CNS)、CNSを目指す大学院生、教育者、管理者、認定看護師や看護職の方々に参加されました。日本にCNSが誕生して23年が経ち、病院だけでなく、訪問看護ステーション、介護施設、学校・保育園、企業、看護教育機関など様々な場で活躍するCNSが増えました。そして、スタッフから管理者まで、それぞれの立場で、専門分野の自律的な看護実践、多職種との協働における調整、看護の質を高める教育・相談支援を実践しています。この日々の取り組みを「実践報告」して共有し、分野を超えて議論することが、この学会の醍醐味かもしれません。組織で必要とされることを見出し率先して取り組むのがCNSですので、失敗も数多くありますが、自身の取り組みを振り返り、周囲の意見を謙虚に受け止めて次に活かすことで、信頼感が得られるのだと改めて感じました。もちろん、ケア開発や活動成果の「研究発表」も大切で、CNSの約1割が大学で働く現状ではますます期待される役割なのだと気が引き締められました。

また、CNSがどのように役割開発して、キャリアを重ねていけるかということが、様々なセッションで議論されました。CNSが気構えて孤軍奮闘することで、「偉そう」「相談したくない」と思われてしまう悲しい実態も話題になり、仲間や管理者との率直で建設的なコミュニケーションや、価値観を共有できる関係性がいかに大切かを実感した1日でした。

看護学研究科博士後期課程1年 長田 暁子  
(大阪府立大学 看護学研究科 小児看護学准教授)



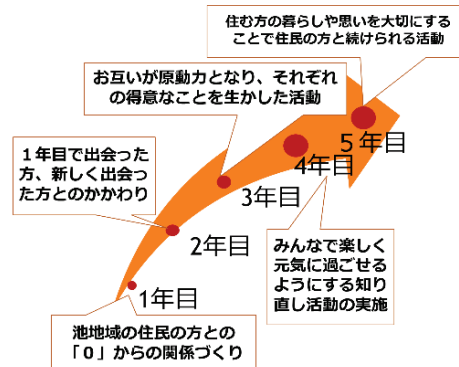






# 看護学部は今

「県民大学」学生プロジェクト「立志社中」として活動している「いけいけサロン活動」の紹介です。このチームは、平成27年5月「地域の方と一緒に交流したい」という看護学部の学部生と、住民の方の声によって誕生しました。高知市池地域で活動しています。活動5年目となった令和元年度は、【みんなで楽しく心地よく過ごせるようにすること】を目的に、①地域サロン活動、②地域の困りごとに関する活動（災害に関する活動）、③地域を知り直す活動に取り組んでいます。活動の企画運営は主に2回生が担い、全学年26名の学生が活動しています。毎年、学年によって異なる視点での気づきや学びがあるのが、この活動の特徴だと感じます。しかし、地域の方との活動が大切で、これからも続けていきたい、という思いは、どの学年も共通しています。（代表：2回生富岡百恵/担当教員：川本美香）



## 2回生

2年間のいけいけサロン活動を通して、池地域の住民の方々と交流を深め、様々な体験をすることができました。毎月の公民館サロンでは、住民の方と学生が心地よい時間を過ごせる場を創り上げるために、住民の方の得意なことや、住民の方と学生の思いを大切にしながら活動内容を計画しました。サロンで住民の方の笑顔や、いきいきとした様子を目にすると、学生がサロンに込めた思いや住民の方に伝わっているように感じました。いけいけサロン活動は私にとって住民の方と関わる貴重な場であるとともに学びの場となっています。これからも、一つひとつの活動を大切にしていきます。（福川美季）

上の図は、学生が作図しています。5年間この活動を繋ぐなかで、自分たちでみつけた各年度の活動の仕方を表しています。

地域を知りなおして作った‘かるた’です。公民館サロンでみんなで使って盛り上がりました。



## 3回生

活動を始めて5年目となり、サロンが住民の方と私たち学生にとってかけがえのない日常の一部になってきていると感じています。今年度は、池地域について知り直したことをもとに作成したかるたで遊んだり、かるたについてまとめた池のくらしを配布したりしました。この活動を通して住民の方と一緒に池地域のことを考えられるようになり、住民の方と同じ目線で活動できていることを実感しています。また、変化する地域を常に知り直し続けることの大切さを再確認することができました。（浅野日向子）

2019年12月の合同災害訓練では地域の皆さんに体験していただけるよう避難所生活体験等を実施しました。



## 1回生

いけいけサロンの活動に参加していて、毎回感じるがあります。それは、池地域の皆さんとの信頼関係です。この活動を始めた先輩方からずっと続けてこられた地域の方との集いによって、私達一回生でも気軽に参加できるほど、良い雰囲気の関係ができていて助かることが多かったです。また、活動の中で印象的だった事は、池地区やサロン活動についてのカルタをしたときです。カルタをとるたびに、先輩と地域の方が思い出を共有していて、自分たちも地域の方の思い出がもっと増えるといいなと思いました。（杉本早那）

地域に出る前には、メンバーで地図をみて、確認して、情報共有をして出かけます。地域から戻ったら、ミーティングを行います。



## 4回生

今年は新しい住民の方との関わりや、町内会の“お困りごと”に関するお話を聞く機会がありました。いけいけサロン活動として、この地域で4年間活動してきましたが、まだまだ知らないことがあることを再確認しました。このように、住民の方が教えてくださる機会があるからこそ地域での活動を続けていけることを改めて実感しています。私たちの活動は、住民の方と一緒に作り上げてきたものです。住民の方を大切にするためにも、今まで大事にしてきたものを忘れずに活動していきたいです。（氏原愛絵、岡本唯奈、曾我明日香、村山彩香）



第50回公民館サロン（2020年1月19日開催）では、きのこたっぷりのお雑煮をみんなで作っていただきました。



2012年1月30日

第2963号

週刊(毎週月曜日発行)  
購読料1部100円(税込)1年5000円(送料、税込)  
発行=株式会社医学書院  
〒113-8719 東京都文京区本郷1-29-23  
TEL (03) 3817-5694 FAX (03) 3815-7850  
E-mail: shinbun@igaku-shoin.co.jp  
ISSN 0288-8478 (社出版者著作権管理機構 委託出版物)

New Medical World Weekly

週刊 医学界新聞

医学書院 www.igaku-shoin.co.jp

今週号の主な内容

- 【特集】「いきいき百歳体操」の健康戦略 (堀川俊一、猪飼周平)…………… 1-3面
- 【座談会】「幻聴妄想かるた」(新澤克憲、武井麻子、小宮敬子) / 【連載】続・アメリカ医療の光と影…………… 4-5面
- 【連載】医療統計学講座…………… 6面
- MEDICAL LIBRARY, 都道府県のがん対策推進を考える…………… 7面

特集 「いきいき百歳体操」の健康戦略

高齢社会において介護予防の重要性が増すなか、高知市が開発した「いきいき百歳体操」が注目されている。現在この体操は、高知県内はもとより、北海道から九州まで多くの市町村に広まっており、「住民主体」という地域展開手法もあわせて影響を及ぼしている。本紙では、高知市内の体操実施箇所を取材するとともに、高知市保健所の取り組みを探った(2-3面に関連記事)。



今回は、「いきいき百歳体操」についての医学界新聞の記事から保健師の地域活動についてご紹介します。「いきいき百歳体操」は2004年に高知市で開始された高齢者の運動機能向上を目指した体操で、現在高知県内で500カ所以上、全国でも1,000カ所以上で展開されています。

2012年の医学界新聞では、当時の高知市保健所所長堀川俊一先生が、「いきいき百歳体操」がなぜ、高知市、高知県、そして全国で広がったかについて、インタビューに答えています。その中で地域展開においては、保健師の果たした役割が大きいと述べられ、保健師の活動とは「住民主体」「地域づくり」の視点を大事にしつつ、あくまでも「サポート体制づくり」に徹することであると説明されています。

以下※堀川:高知市保健所所長、猪飼:一橋大学社会学研究科准教授(聞き手)

堀川 例えば、保健師を中心とした啓発活動においても、保健師は体操の効果を伝えるだけで、体操を実施するかどうかは住民が決めることを徹底しました。

猪飼 私は地域保健に注目して取材を続けているのですが、優れた保健師が住民に働きかけるときも、自分からいろいろと動くのではなく、その地域に“いるだけ”のような状態をつくり、住民のニーズを引き出しますよね。

堀川 それが難しいのですね。待つのは不安だから、つい手を出してしまう。やがてそれが当たり前になり、「行政にしてもらおう」という受け身の姿勢が生まれます。そうすると、住民自らが友人を誘ったり口コミを広めたりすることもないので、参加者数は徐々に先細りします。

それに行政主体で始めたものを途中で住民主体に切り替えるのも難しいわけです。実際、最初に行政から声をかけて健康教室などで百歳体操を行い、その後に自主グループ化を試みた自治体は苦労しているようです。

いきいき百歳体操をしている公民館で、保健師は、ただ、隅っこに立っているだけのようにみえるかもしれません。しかし、開始のためのサポーター育成、お世話役窓口との連絡、定期的なフォロー(実施状況、体操の仕方のチェック、体力測定)、「サポーター・お世話役交流会」開催による運営上の悩みや工夫の共有、体操継続の意欲向上を主眼とした「いきいき百歳体操大交流大会」の年1回開催(数百人が参加する大交流大会の運営も、サポーター・お世話役、体操参加者らを交えた実行委員会を結成し、住民のアイデアを取り入れる形で、認知症予防の啓発、ポスターによる活動紹介等実施)等、住民主体でのサポート体制づくりの活動こそが保健師らしさ、保健師のあり方なのだと思います。

教科書やその他の古い看護の文献、あるいは看護の雑誌等をお持ちの方で、寄贈してもいいとおっしゃる方がいらっしゃったら、是非下記までご連絡・ご送付【連絡後、送料受け取り人払い】下さいますようお願い申し上げます。

〒781-8515 高知市池2751-1 高知県立大学看護学部同窓会 088-847-8718 (担当:川上理子)

## 看護学部は今 ～クリスマス会～

懐かしいと思われる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？  
今現在もクリスマス会は楽しいイベントとして続いています・・・



### 令和元年度 高知県立大学大学院 看護学研究科博士前期課程修士論文発表会 高知県立大学看護学部学生の看護研究発表会

について

看護学生、修士課程大学院生にとって学位論文発表会、看護研究発表会は、それぞれの看護の問いを探求し、大学生活、大学院生活の集大成である取り組んできた成果を発表する貴重な機会です。  
令和2年3月5日、7日に開催される予定でした、看護学部4回生の看護研究発表会、看護学研究科博士前期課程の学位論文発表会は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となりました。

### ご寄付をいただいた方

山崎 登代子様(17期生) 山田 薫様(26期生)  
佐々木 正子様(5期生) 西山 純子様(34期生)  
南 裕子様(11期生) 他、1名の方

左記の皆様より寄付をいただきました。  
誠にありがとうございました。  
(敬称略 令和2年3月5日現在)

### 寄付のお願い

同窓会への寄付のご協力をよろしくお願いいたします。  
寄付金は、同封の振込用紙にてお願いします。ホームページでもご覧いただけます。  
ご不明な点はいつでもお問い合わせください。

高知県立大学看護学部同窓会は創立10年を迎え、同窓会会報発行は第20号となりました。  
「同窓会の今、これから」をテーマに座談会を開催しました。同窓生に、また社会に向けて同窓生の多様な活躍の様子や取り組みを発信し続けることは、本会報の役目の一つだと感じています。今後も引き続き、同窓生のつながりを広げ、深めていきたいと思っております。全国的な活動を行っていきたく思います。全国の同窓生の皆様、ぜひ、様々な実践の様子や取り組みなどをお気軽にお寄せください。

(池添・川本・西内)

編集後記

### 事務局

〒781-8515 高知市池2751-1 高知県立大学看護学部  
Fax: 088-847-8750

### ホームページアドレス

高知県立大学  
<http://www.u-kochi.ac.jp/>  
高知県立大学看護学部  
<http://www.u-kochi.ac.jp/~kango/>