

## VIII 健康長寿センター

健康長寿センターは、本学の学部が連携して、地域の人々の健康長寿の推進および健康長寿社会の構築に貢献する専門職者の最新の知識や技術の向上に努めることを目的として、平成22年4月に設置された。

センターは、平成30年度に改めて活動ポリシー(次表)をまとめ、5つの活動を行っている。

### 【活動状況】

活動ポリシー	内 容	回数	実施時期	参加数 (人)	対象者・参加者
高知県民の皆様 に対し健康長寿 を啓発する活動 (域学共生)	おうちで健康長寿体験型セミナー Presented by 高知県立大学健康長寿センター ①「転倒予防体操」 第1回:(講義)転倒予防に向けた運動の重要性 第2回:(講義)運動前の体調確認と運動後のクールダウンの重要性 第3回:(運動)足元体操 かんたん体操 基本編 第4回:(運動)足元体操 かんたん体操 応用編 第5回:(運動)足元体操 棒体操編(新聞棒) 第6回:(講義)運動の効果をあげる大切な食事 第7回:(運動)足元体操 身近にあるものを使った体操編 第8回:(運動)足元体操 かんたん体操 おさらい編 番外編:新聞棒を作ろう	8	令和2年11月9日から、高知県立大学健康長寿センターYouTubeチャンネルで、全8回シリーズとして随時配信	792 (3/31 時点)	在宅高齢者、一般県民、医療・介護・福祉従事者
	おうちで健康長寿体験型セミナー Presented by 高知県立大学健康長寿センター ②「お口の健康は全身の健康ー肺炎を予防しようー」 第1回:(講義)高齢者における肺炎予防の重要性 第2回:(講義)肺炎を予防するために必要なこと 第3回:(実技)日々の生活に取り入れよう① -お口の体操の実演- 第4回:(実技)日々の生活に取り入れよう② -食するときの姿勢のコツの実演-	4	令和3年3月から、高知県立大学健康長寿センターYouTubeチャンネルで、全4回シリーズとして随時配信	19 (3/31 時点)	在宅高齢者、一般県民、医療・介護・福祉従事者
	土佐市連携事業 「とさっ子健診プロジェクト」	4	通年	163	土佐市全域の小学5年生及び中学2年生
	土佐市連携事業 「土佐市地域ケア会議推進プロジェクト」	9	通年		土佐市地域包括支援センター
	土佐市連携事業 「子育て支援事業 土佐市両親学級」		新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、本学からの参加中止		
	「第12回みさとフェア」への参画		新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、今年度の開催中止		
	健康長寿文庫(令和2年度139冊収蔵)		通年		一般県民
高知県の医療・健康・福祉政策課題を解決する活動	高知県中山間地域等訪問看護師育成講座 ～令和2年度訪問看護スタートアップ研修～		通年	15	訪問看護ステーションに勤務する新任・新卒訪問看護師及び病院などに勤務する看護師
	高知県介護職員喀痰吸引等研修事業	3	令和2年10月17日-18日 令和2年12月5日-6日 令和3年2月18日-19日	19	介護福祉士、介護職員、特別支援学校教員、保育士等、特定の者に対してたんの吸引等の行為を行う必要がある者
	入退院支援事業	13	通年	742	県内病院・施設・福祉保健所・地域包括支援センター・居宅介護支援事業所等

活動ポリシー	内 容	回数	実施時期	参加数 (人)	対象者・参加者
高知県の医療・健康・福祉政策課題を解決する活動	高知県キャリア教育推進事業 集合型研修 福祉で未来を探求！高校生のためのWeb EVENT ①～社会福祉の事を分かりやすく学べます～	1	令和2年8月9日	98	高校生と保護者
	高知県キャリア教育推進事業 集合型研修 福祉で未来を探求！高校生のためのWeb EVENT ②～卒業生の働く現場からLIVE配信～	1	令和2年9月27日	52	高校生と保護者
	高知県キャリア教育推進事業 集合型研修 福祉で未来を探求！高校生のためのWeb EVENT ③～アカデミックに福祉介護を探求する～	1	令和2年11月8日	75	高校生と保護者
	高知県キャリア教育推進事業 集合型研修 福祉で未来を探求！高校生のためのWeb EVENT ④～認知症を地域で支える～	1	令和3年3月22日	64	高校生と保護者
	高知県キャリア教育推進事業 訪問型講座	8	令和2年8月24日、 令和2年9月25日、 令和2年9月28日、 令和2年9月30日(2校)、 令和2年10月19日、 令和2年10月22日、 令和2年10月27日	200	高校生・高校教員
	糖尿病保健指導連携体制構築事業		通年	281	モデル基幹病院の看護師
高知医療センターとの包括的連携を推進する活動	高知医療センター地域医療連携研修会の合同開催 「人生の最終段階における緩和ケアについて ー退院支援の課題から考えるー」	1	令和3年2月6日	63	高知県内外の皆様
	専門職者のキャリアサポート 「看護実践能力を高めるオンラインでの学びを支援する ～インストラクショナルデザインの活用～」	1	令和2年9月20日	41	高知県立大学教員・医療専門職者・医療者教育に従事する方、修了生
	糖尿病勉強会(Web配信)	1	令和3年3月16日	26	糖尿病患者と患者家族、健康栄養学部生
	医療コンフリクト・マネジメント研修		新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、今年度の開催中止		
	子育て支援事業 「赤ちゃん同窓会」		新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、今年度の開催中止		
	教員による若手看護師のキャリア・サポート 「専門職としてのキャリア・デザイン」		新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、今年度の開催中止		
	病院前妊産婦救護に関するシミュレーションコース BLSO in 高知		新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、今年度の開催中止		
慢性疾患を有する患者対象の料理教室		新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、今年度の開催中止			

活動ポリシー	内 容	回数	実施時期	参加数 (人)	対象者・参加者	
高知県内の医療・健康・福祉専門職者のスキルアップに資する活動	リカレント教育講座 社会福祉学部 リカレント教育講座 「- ようこそ！ 知のフィールドへ -」 ①「障害を理由とした差別の禁止と障害者就労支援の行方」	1	令和2年11月9日-16日	118	保健・医療・福祉従事者・一般県民	
	リカレント教育講座 社会福祉学部 リカレント教育講座 「- ようこそ！ 知のフィールドへ -」 ②「オーラルフレイルってなんだろう？」	1	令和2年11月16日-24日	133	保健・医療・福祉従事者・一般県民	
	リカレント教育講座 社会福祉学部 リカレント教育講座 「- ようこそ！ 知のフィールドへ -」 ③「要介護高齢者の家族支援について考える一家族介護者アセスメントのスズメ」	1	令和2年11月24日-30日	151	保健・医療・福祉従事者・一般県民	
	リカレント教育講座 社会福祉学部 リカレント教育講座 「- ようこそ！ 知のフィールドへ -」 ④「障害を理由とした差別の禁止と障害者就労支援の行方」	1	令和2年12月8日-	102	保健・医療・福祉従事者・一般県民	
	リカレント教育講座 社会福祉学部 リカレント教育講座 「- ようこそ！ 知のフィールドへ -」 ⑤「オーラルフレイルってなんだろう？」	1	令和2年12月8日-	55	保健・医療・福祉従事者・一般県民	
	リカレント教育講座 社会福祉学部 リカレント教育講座 「- ようこそ！ 知のフィールドへ -」 ⑥「要介護高齢者の家族支援について考える一家族介護者アセスメントのスズメ」	1	令和2年12月8日-	140	保健・医療・福祉従事者・一般県民	
	高知県新任期保健師研修会	第1回プリセプター能力育成研修	1	令和2年5月7日	301	高知県・県内市町村に所属する1~4年目の保健師
		1年目研修	2	令和2年8月4日、11月6日		
		2年目研修	2	令和2年6月12日、12月17日		
		3年目研修	2	令和2年7月30日、12月15日		
		4年目研修	2	令和2年6月22日、令和3年2月12日		
		第2回プリセプター能力育成研修	1	令和3年3月22日		
	新任期行政栄養士研修会	2	令和2年7月3日、12月14日	13	高知県・県内市町村に所属する1年目並びに2年目の管理栄養士	
	専門職者対象の公開講(看護学部)	新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、今年度の開催中止				
新任期保健師採血技術向上研修	新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、今年度の開催中止					

活動ポリシー	内 容	回数	実施時期	参加数 (人)	対象者・参加者
高知県の健康長 寿を研究する活 動	専門職者のキャリアサポート シミュレーション教育オンラインセミナー 「学習評価とデブリーフィングから学習支援を再考する」	1	令和2年11月28日	18	高知県立大教員、 医療専門職者、医 療者教育に従事す る方
	地域ケア会議 コンサルテーション事業		通年		市町村の介護保険 担当課、地域包括 支援センター、地 域ケア会議参加者
	とこざれ相談		通年		市町村の介護保険 担当課、地域包括 支援センター及び 地域ケア会議参加 者
	健康長寿研究のためのロジスティクス		令和2年11月1日- 令和3年2月28日		高知県在住大学生 及び成人