

○ 教育活動紹介「地域精神保健活動」・・・市内の学校・施設訪問

「精神看護学の授業で地域訪問をしています」（次号以降学生の体験感想を掲載）

看護学校は勉強することが山盛りです。その中に精神看護学という単元があり、私は微力ながらその担当をしています。H20 年から、私の講義の中で地域の学校や関係機関のご協力を得て、講義時間に学生達だけで訪問させていただいており、今年で 4 回目になります。精神の講義は、“人間理解・自分理解”のベース作りの単元になります。ですから、この地域訪問を通して自分達が毎日の生活の中で、これまで心身ともに健康で成長・発達してこられたのは、実は当たり前のことではなくて、たくさんの人たちや社会のルールに守られて今の自分があることを知る機会になってくれたらと願いながら毎回見送っています。学生達は、最初は緊張していますが、戻って来た時にはたくさんの発見と学びでニコニコです。地域の皆様、大人になりきれない本校の学生達を共に育てていただき、感謝の気持ちで一杯です。（文責 教員 能登 千種）

第 1 学年 「市内見学を終えて」（感想文の抜粋を随時掲載）

（前略）環境衛生センターには、し尿と生ごみの処理施設だとは知らずに入りましたが、建物の外で不快な臭いを感じることはなく、いかに徹底して処理・管理されているかを感じました。し尿も生ゴミも全て堆肥にしまい、販売されているとは想像もできませんでした。この過程を実際みせていただき、ごみの分別に対する意識が格段に上がりました。私は富良野には住んでいませんが、「富良野は面倒だな」と思っていました。しかし、これだけの理由と実績には納得がいきます。日本一厳しいごみの分別を行なっているという事は、日本一環境にやさしい街と言えるかもしれません。これだけの美しい自然を守りたいという富良野市の心意気を感じました。（後略） 1 年 永井繭子

（前略）生涯学習センターでは、昔の人が使っていたものなどがたくさん展示されていてとても興味深く、試行錯誤して道具を作っていたのかなと思いました。小さい頃から富良野に住んでいるので行った事がある施設がほとんどでしたが、作られた背景など知らないことや周りの人に支えられて成り立っていることを理解できてよかったです。環境衛生センターやリサイクルセンターでは、私たちの生活から出たものを無害にして環境を守っているの、自分勝手な行動をしないことが何よりと思いました。富良野は様々な面で日本のお手本となっており、いろんな人に気に入ってもらえるととてもいい所なのでずっと富良野に残りたいと改めて思いました。とても楽しく、勉強になりました。1 年 仙庭彩華

・・・ SCHEDULE ・・・ 10/24～11/30 の行事・動向（含終了）

10/24（水）第2回（秋）就職説明会（1・2年）

11/2（金）3年生実習6クール目（連続実習）終了

11/5（月）国家試験模擬試験（アカデミー）（3年）

11/6（火）推薦入学願書締切日 11/13（火）推薦入学試験

11/7（水）～8（木）ケーススタディ発表会

11/12（月）基礎看護学実習 ―（1年）開始

11/30（金）国家試験模擬試験（テコム）（3年）基礎看護学実習 ―（1年）終了

耳よりヘルシー HEALTHY トピックス

明治維新の長州藩士吉田松陰は「夢亡き者に理想なし、理想なき者に計画なし、計画なき者に実行なし、実行なき者に成功なし、故に、夢なき者に成功なし」と説いている。ある認知学者は、疑問符からビジョンを見据え、答えが導かれた時のビビッド（生き生き）感を「なるほど効果」（学習効果）と呼ぶ。人は課題解決に向けて悩み苦慮するが、やがて「本来は～かも」と仮説を立て悪戦苦闘の末に解決策を見いだす時、快感に浸る。困難に負けぬ勇気と工夫・努力が成功の源、心と体の健康の原点とも言えそうだ。（参考：週刊保健衛生ニュースH24.8.13「ヘルス・アイ」）

+++ あ・ん・て・な ANTENNA +++

『健康寿命』とは・・・「健康日本21（第2次）」に明記

『健康寿命』は、世界保健機関（WHO）が2000年に提唱、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」を言う。厚生労働省が健康増進法（H14年）に基づき告示した基本方針の具体的計画として位置付ける「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」の改正版「健康日本21（第2次）」にも、改正内容の基本的な方向の冒頭に「ア 健康寿命の延伸と健康格差の縮小」が掲げられている。高度医療の恩恵による日常生活が制限されながらの延命ではなく、健やかな高齢化を目指す考え方である。因みに、我が国厚労省の2010年の統計では男70.42、女73.62歳である。

ささやき S & T ・・・ 学生の、教員の、みんなの声

- S：11月から実習が始まり、患者さんを初めて受け持たせてもらいました。緊張して失敗したり、あせったりすることもあります。頑張ります。そしてたくさん学べます。（1年M・K）
- S：雪虫も飛び始めて冬の訪れを感じさせる季節となりました。これからの時期、インフルエンザが流行るのでワクチンやうがい・手洗いを行ない予防に心がけたいと思います。（2年S・K）
- T：秋も終盤も迎え、雪虫が飛び交うようになりました。実習へ向かう学生の姿もマフラーや手袋で寒さを防ぐ姿が見受けられるようになりました。まだ、実習が続きます。少しでも初雪が遅れることを祈るばかりです。（教員 米本 ゆみ子）