

< 年末の挨拶 > 「歴史と伝統に学び新たな努力を」 学校長 丸 昇
本校は今年で開校（創立）20 周年を迎えました。臨地実習病院・施設や外部講師をはじめ多くの関係者の温かなご支援・ご指導の賜と改めて厚く感謝申し上げます。

急速に変化・進展する社会状況は、富良野圏域、本校においても例外ではなく、歴史と伝統を大切にしつつ時代の推移に応じた迅速・的確な対応が求められております。

先達の努力によるこれまでの地道な成果を踏まえ、医療・看護の最新の動向をはじめ、地域社会のニーズ、学生の希望や願いに即した学校運営の重要性を痛感する 1 年でもありました。もとより市民の負託に応え、地域に貢献する有能な看護師を着実に輩出することが本校の使命であります。そのための今日的な課題は決して少なくありません。

特に、近年、学生の価値観は多様化し、概して自己の夢・希望を叶えるための辛抱（耐性）や望ましい生活習慣及び社会性の形成が不十分な傾向にあるとの指摘があります。

学校は、それを憂うばかりでなく自らの課題として受け止め、一歩ずつ克服する気概と熱意をもって教育指導の改善・向上に取り組む必要があります。言うは易く行い難しとならぬよう全教職員が一丸となり、日々の実践の充実を目指してまいります。

新しい年もこれまで以上のご協力とご助言をお願い申し上げます。

教育活動紹介 **地域精神保健活動の講義を終えて** 担当教員 能登 千種

今年も 9 月に 1 年生が精神看護学の講義の一部として、施設や学校のご協力のもと地域を訪問してきました。自分たちが住んでいる富良野地域の精神保健活動の具体的な内容をイメージしたり、今の自分達に対し、周囲の人々が連携して守り育ててくれたのだと知ることができ、これまで知らなかったことに対し、今話を聴くことで感謝の気持ちを持つことができるようになりました。

学習したストレス・家族形態の変化・少子高齢化・共稼ぎなどの現代社会の特徴から精神保健の必要性を実感し、理解も深まったようです。ほとんどの学生が、自分なりの興味・関心と感想を持って、とても良い表情で帰校してくれました。

お忙しい中で対応して下さった皆様に深く感謝いたします。

芸術鑑賞 . . . **みずみずしい感性を磨く** . . . 9 月 11 日 道立近代美術館

本校では、例年、豊かな人間性の基礎となる感性や感動する心を育むことをねらいに、学生が優れた芸術に触れる機会を設けており、昨年に引き続き道立近代美術館を訪れ、「星星会展」、「パスキンの生きた時代」等を観賞しました。学生たちは、「芸術を感じるとてもよい気分転換になった。」「いつもと違うことを考え、楽しむことができた。」「芸術を直接接肌で感じ人間性を豊かにしたい。」など有意義な感想を述べていました。

・ ・ SCHEDULE ・ ・ ・ 11 / 29 ~ 1 / 31 の行事・動向 (含終了)

11 / 29 (金) 1年基礎看護学実習 終了

12 / 2 (月) 3年統合実習開始 (~ 12 / 20 金) 入学願書受付開始 (~ 12 / 20)

12 / 16 (月) 就職説明会 (1・2年) 『富良野看護専門学校創立記念日』

12 / 23 (火) 冬季休業 (~ 1 / 20 月、学生始業 1 / 21 火)

1 / 15 (水) 16 (木) 入学試験 <合格発表 2 / 7 金>

1 / 27 (月) 1年基礎看護学実習 開始 (~ 2 / 7 金)

耳よりヘルシー HEALTHY トピックス

魅力たっぷり ~ 健康食品「納豆」のひ・み・つ

大豆を納豆菌で発酵させた「高栄養で健康にいい」日本の伝統食品。近年の研究で大豆や納豆に多く含まれる「ポリアミン」という物質が、健康やアンチエイジング(抗老化)に役立つことが分かった。納豆自体がポリアミンの供給源になる上、納豆菌は腸内細菌を活性化させポリアミンの増殖を促す。高齢になると免疫細胞の老化で炎症が起きやすく生活習慣病の原因になるが、ポリアミンは免疫細胞を若返らせ炎症を抑える。毎日納豆を1パック強食べると効果的とされる。納豆の近代製法は本道で確立したからか道民の消費量は全国平均を上回る。 <引用:道新H25.12.3「健康学セミナー」札幌>

+++ あ・ん・て・な ANTENNA +++

体力・スポーツ世論調査 ・ ・ ・ 「体力に自信あり」62%、「運動不足」75%

文部科学省の平成24年度調査によると、20歳以上の人の87.1%が自身の状態を「健康である」とし、体力、運動についての認識は標記の通り。「健康でない」と感じている人は12.7%、70歳以上(26.1%)で高い。また80.9%の人が過去1年間に何らかのスポーツを行ったとした一方、運動不足を感じるとする人は、平成3年度調査から増加傾向が続いて21年度調査からは7割を超え、30歳代では87.8%と最も高い。運動不足に陥る時期を示すものか? <参考:週刊保健衛生ニュースH25.9,30>

ささやき S&T ・ ・ ・ 学生の、教員の、みんなの声

S: もうすぐ待ちに待った冬休みです。今まで学習したことを振り返るとともに次の実習に向けて勉強していきたいと思います。新年は成人を迎えるので遊びも充実させます。(2年)

S: 3週間の長い実習が終わり、その中でたくさんの学びができ、充実したものになった。12月はテストがたくさんあり、毎日勉強に追われている。赤点を取ることがないよう頑張る。(1年吉川真奈美)

T: 学生、教職員とも目標に向かう全力の1年間、お疲れ様でした。「緊張と弛緩」の上手なコントロールが心身の健康に大切です。新年の準備とリフレッシュに有意義な冬休みを。(学校長 丸 昇)