

○ 教育状況・・・夏本番～臨地実習たけなわ～ 学校長 丸 昇

本年度も早 4 ヶ月弱の日々が経過し、初々しい顔つきで入学した 30 名の新入生も 6 月の基礎看護学実習 ( 1 週間 ) を経て、看護学校生らしさが身についてきました。

また、2 年生も学内のリーダーとして存在感を高め、先日の旭川地区看護学校親睦体育大会では、率先垂範、全校生をまとめて総合 2 位の成果に力を発揮しました。

そして、3 年生は 5 月の第 3 週から実質 8 ヶ月間にわたる連続臨地実習に入り、早朝から夕刻までハードな日程をこなす毎日が続いています。実際、この間は体調を崩して実習を欠席することもままなりません。看護師になるとの自覚を再々高めつつ、厳しい自己管理のもと、各領域(科目)の実習に身も心も没頭させなければならない、まさに 3 年間の学業の「佳境」と言える時期が今、これからの時期です。

臨地実習をお引き受け頂いている各病院、保健医療施設等の関係者の皆さまには、学生共々そのご配慮、ご支援に改めて厚くお礼を申し上げます。今後も確かな進路意識を持つ学生を着実に育て、富良野圏域の地域医療の向上に役立つとの本校の使命を改めて自覚し、教育指導の充実に努めてまいります。なお、8 月 25 日(土)には本校第 19 回学校祭が開催されます。ご来校の上、ご高覧賜れば幸いです。

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)次に中心街活性化センター「ふらっと」に行きました。市民の健康増進や体力づくり、地域の交流活動の目的で運営され、新しくきれいだと思いました。プールやジム、トレーニング器具も充実しており、見学中に元気に運動するおじいさんや楽しそうな女性の方もいました。プールは深さやコースを選ぶことができ、安心して入れるそうです。子どもからお年寄りまで体験できるのがよいと思いました。身体を動かすとリラックスできて健康によく、楽しそうに身体を動かす人を見て地域の人の交流や笑顔にもつながり、私も最近では運動する機会が減っているので今度行ってみたいと思いました。(後略) 1 年 河井美里

(前略)麓郷の展望台からは富良野の雄大な自然を一望できた。空気もきれいで緑も多くすてきな場所で、ラベンダーが咲く季節にまた来たいと思った。次にアンパンマンショップとジャム園を訪れた。ジャム園には 35 種類の手作りジャムが試食もできるようになっていた。このジャムは北国ならではの素材にこだわり、添加物を一切加えていないそうだ。試食したジャムはすべておいしく、こだわっているだけあると感じた。アンパンマンショップでは、子供向けや一般の方でも買い求められる商品がたくさんあった。ギャラリーにはアンパンマンの絵が多く飾られ子供から大人まで楽しめる施設と思った。(後略) 1 年 坂本紗也華

・・・ SCHEDULE ・・・ 7/18～8月末の行事・動向（含終了）

7/18（水）旭川医科大学解剖見学（2年生）

7/20（金）3年生実習（3クール目）終了

7/24（火）全学特別講演会 7/25（水）夏期休業（～8/16）

7/26（木）上川・宗谷地区看護教員研修（本校当番校）

7/28（土）北海へそ祭り参加 8/1（水）実習指導者研修会

8/16（木）～18（土）3学年研修旅行（東京） 8/17（金）学生始業日

8/25（土）第19回学校祭 8/28（火）～3年生実習4クール目

### 耳よりヘルシー HEALTHY トピックス

#### 暑い夏～熱中症を予防しよう！その2～「水分補給 基本は真水」

熱中症予防の第一は、「こまめな水分補給」だが、何でもいいのはい。コーヒー、緑・紅茶、ウーロン茶などカフェインが含まれ、その利尿作用によって水分補給の効果は期待できない。スポーツドリンクは効果があるが、糖分が多く血糖値の高い人には向かない。結局「水分補給は真水でOK。朝と寝る前、3度の食事の度にコップ1杯の水を飲むことが効果的で、大汗をかいた場合には塩分の摂取も必要」である。なお、ビールなど酒類は、身体の脱水を起こす可能性があり水分補給には適さず、水分は別なもので取り入れよう。（出典 道新H24.7.14 札幌医大当瀬教授）

++++ あ・ん・て・な ANTENNA +++++

全力の戦いで準優勝！・・・第25回旭川地区看護学校親睦体育大会・・・

7/6（金）「スポーツ交流会」が旭川市総合体育館で開催され、本校は全学生が元気よく参加し、最初の種目「長縄跳び」では見事なチームワークで優勝。また、「5色綱引き」「リレー」「学校アピール」は2位、「ドッジボール」は3位となり、総合で準優勝しました。暑い中、リーダーを中心に学修の合間をぬってチームワークよく練習した成果が見られ、さわやかな態度で全力を尽くす本校学生の姿がありました。それにしても運悪く本校2人の選手が転倒したリレーは本当に惜しかったです。（丸）

#### ささやき S&T ・・・ 学生の、教員の、みんなの声

S：入学してから時間があっという間に過ぎて、気付けばもう7月も終わろうとしています。富良野の野菜やごはんがおいしくて毎日幸せです。夏休み、学校祭、楽しみなことがいっぱいです。（1年T・I） S：スポ交も終わって、夏休み前にたくさん入っていたテストも終わり、あと数日で夏休みということでほっとしています。夏休みの宿題、今年こそ早く終わらせたいです！！（2年K・K）

T：全員で力を出し切ったスポーツ交流会。2位だったけど、みんなの笑顔が最高に輝いていました。次は学校祭だね。暑い夏をみんなのはじける笑顔と若いpowerで盛り上げてね！私は、みんなのpowerを少し分けてほしい今日この頃です・・・。（教員栗原律子）

富良野看護専門学校第19回学校祭 8月25日（土）テーマ「花未来」

・・・多くの市民、関係者のご来校を心からお待ちしております。・・・