

「夢・希望の実現と耐性・社会性の育成」

学校長 丸 昇

龍の如くの前進を念じた1年間、すべての学生が夢・希望の実現のため全力で学ぶことができるよう全教職員一丸の学校運営を図り、より多くの卒業生の地域医療への貢献を目指した教育指導の充実に努めてまいりました。本校運営協議会をはじめ臨地実習先の病院等関係機関や多くの外部講師の方々の熱意あるご指導・ご支援に厚くお礼を申し上げます。

近年の学生の一般的な傾向として、自己の目標達成に向け辛抱する「耐性」や社会人として良識ある行動をとる「社会性」に不十分な面が見られます。学校を挙げてその育成に力を入れていますが、なお十分な成果を上げるには至らず、中長期的な粘り強い指導助言の徹底が必要な状況にあります。身の回りの誰もが健康で豊かな生活を送られるよう、相手の立場になって考える、思いやりのある心情や態度を育てることが看護教育の基本、本校教育の根本です。今後共、評価・反省の上、決意を新たに改善したいと考えております。

学習活動紹介 第1学年 精神看護学 ……地域の精神保健活動 その1

富良野市立扇山小学校グループ

*お礼状と感想文の抜粋を連載予定

(お礼状) 本日はお忙しい中、私達に貴重な時間をさいいただき誠にありがとうございました。インタビューを通して小学校の精神保健に関することを、とても理解することができました。この訪問学習を通して学んだことをこれからの授業に生かしていきたいと思っています。

(感想) 私達が小学生の頃と比べて最近では、世の中が便利になりすぎて、排泄後水を流さない、扉を閉めないなどが学校でも実際にあるんだと、とても驚きました。また、幼稚園や中学校、地域の様々な機関と連携することで、子供が安心・安全に過ごせるような地域社会になっていることがわかりました。時代が変わっても人との交流を大切に出来る人間でありたいです。楽しくてためになることをたくさん話して下さいありがとうございました。

富良野地域保健室グループ

(お礼状) お忙しい中ご説明頂きありがとうございました。今現在の富良野地域における精神保健問題について全てでは無いですが理解することができました。これからの看護に生かしていきたいと思えます。保健師の仕事についてもお聞きし興味を持つことができました。(後略)

(感想) 自殺対策に力を入れ、「ゲートキーパー」が自殺者に対してとても大切な役割を担っていることを知り驚き、その講習会に参加してみたいと思いました。(中略)「今あるネットワークを充実させ、他機関と一緒に支援していく」という言葉がとても印象に残っています。一人一人の背景を改善することが、精神保健の問題を減らしていく方法の一つと思いました。看護師になっていく中で、今回学んだことを考えて看護できる看護師になりたいと思いました。

・・・ SCHEDULE ・・・ 12/15 ~ 2013年 2/4の行事・動向(含終了)

12/15(土) 国家試験模擬試験(学研)(3年)

12/16(日) 富良野看護専門学校創立記念日

12/21(金) 3年生統合実習終了 本校一般・社会人入学試験願書受付終了

12/25(火) 振替休日(創立記念日) 12/26(水) 冬期休業(~1/23)

12/28(金) 仕事納め(1/6(日)まで学校閉鎖 1/7(月)仕事始め)

1/15(火) 16(水) 富良野看護専門学校一般・社会人入学試験

2/4(水) 2年生成人看護学実習 開始(~2/22 金)

耳よりヘルシー HEALTHY トピックス

「寒さと疲労」・・・冬は暖かくしてリラックス、栄養満点で乗り切ろう!

寒さに対し人間は、筋肉に力を入れてエネルギーを消費して熱をつくり出し、体に入れて丸め外気に接する体表面積を小さくします。また甲状腺ホルモンの分泌を促し代謝を高め、急激な寒さには交感神経の働きで血管を収縮し「鳥肌」を起こして皮膚からの放熱を防ぎ、脂肪組織分解による熱を生み出すなど寒さに対応する諸機能を発揮します。どれもエネルギーを多く消費、体力を奪い疲労させます。暖かくして栄養満点の食事が冬には肝心です。(出典:道新「生きるしくみ」H23.11.30 札医大教授 當瀬規嗣)

++++ あ・ん・て・な ANTENNA +++++

『ソーシャルキャピタル』とは・・・続「健康寿命」(健康日本21の計画より)

『ソーシャルキャピタル』とは、地域や社会の絆、職場の支援等により社会全体が相互に支え合うことの重要性を説く概念で、自助・共助・公助が不可欠である。健康について多くの人が知識としては持つようになっているが、行動に移す人はまだ十分でない指摘される。健康行動の「きっかけ」を自分一人ではなく、他の人々との交流や関係団体・組織の活動によってつくるのが大切であるとの考え方である。「3度食べ、昼寝までする忙しさ」という川柳があるそうだが、それに適度な運動を加えないと健康な生活が得られない今日ようだ。(参考;週間保健衛生ニュース「ヘルス・アイ」H24.11.26)

ささやき S & T ・・・ 学生の、教員の、みんなの声

S: 雪も積もりはじめ、本格的に「冬」という感じがします。もうすぐ冬休みなのでよりよい休みにするために、課題は早く終わらせようと思います。皆さんよい冬休みをお過ごし下さい。(2年) S: はじめて患者様を受け持たせていただく実習を終えて、改めて自分の技術の未熟さを感じました。普段の生活、学校生活から学んで次の実習までに成長したいと思いました。(1年S・K)

T: また、気が付くと1年の終わり・・・今は、ただただ、学生・教員誰もが皆、『冬休み・クリスマス・お正月』を、指折り数えながら待ち遠しい気持ちで、日々猛進しております。(教員 佐々木 政美)