

健康増進における身体活動と栄養の重要性

——奈良市健康測定事業の傾向も踏まえ——



奈良学園大学
保健医療学部
リハビリテーション学科
中島 大貴 先生



私たちは2022年度より地域にお住いの方々にご参加いただける体力測定会を実施しております。

この体力測定会は、皆様に健康状態を把握いただき、健康づくりに活用いただける情報を提供する目的で始めたものであり、徐々に参加者の方も増えております。

今回の登美ヶ丘カレッジでは、これまでに測定した結果から見えてきた傾向を踏まえて、今後の健康づくりに役立つ情報をご紹介しますと思います。

体力測定会にご参加いただいた方や健康づくりにご興味のある方は是非ご参加いただきたいと思います。

こちらから
申込みください。



第21回登美ヶ丘カレッジ
申込フォーム

開催予定

日時：2024年9月15日(日) 10:10～11:10(受付開始 9:40)

場所：奈良学園大学 1号館 4階 1405教室

定員：50名程度

ニュースレター第14号 編集後記

2024年度2回目のニュースレター第14号をお届け致します。

今回から、奈良学園大学開学10周年記念【特別寄稿】を3ページ上段に掲載させていただきます。

これまで、継続している取組の1つである「奈良学園大学登美ヶ丘カレッジ」は、本学の教員の研究等を社会貢献に活かす公開講座の場として参りました。「地域住民の皆様の学びの場」として、また今年度からは「教職員の皆様の研修の場」としてもご提供させていただきます。

以下は、2024年度「奈良学園大学登美ヶ丘カレッジ」(後期分)の開催予定です。

【第22回】日 時：2024年11月16日(土) 14:30～16:00

講 師：人間教育学科 青山雅哉、森瀬智子

テーマ：音楽のたのしみ

*賛助出演：奈良学園登美ヶ丘中学校・高等学校の室内楽部

【第23回】日 時：2024年12月7日(土) 13:30～15:00

講 師：看護学科 臼井キミカ

テーマ：「新しい研究成果を活かした健康な生活」

【第24回】日 時：2025年2月8日(土) 13:30～15:00

講 師：リハビリテーション学科 前田吉樹

テーマ：『実は…』がいっぱい! “痛み”のはなし 誰でもできるその対策

早期の開催案内のご要望を頂き、感謝申し上げます。

お誘い合わせの上、多くの皆様にご参集頂けますよう、心からお待ちしております。



奈良学園大学
社会・国際連携センター長
善野 八千子

発行

奈良学園大学
社会・国際連携センター

〒631-8524 奈良市中登美ヶ丘3丁目15-1
TEL: 0742-93-5405 FAX: 0742-95-9850

第19回 奈良学園大学登美ヶ丘カレッジ開催

去る5月11日(土)、本学人間教育学部人間教育学科 鍵本有理先生が講師を務め、「『源氏物語』の名場面を読む——「車争い」に見る当時の婚姻——」をテーマに公開講座を開催しました。

奈良は古典文学と縁の深い地域ということもあるのでしょうか、古典文学に関心を持つ社会人の方が多いように感じています。

今回、『源氏物語』を取り上げたのは、今年の大河ドラマの題材として話題になっていることもあります。が、これまでいくつかの公民館等で古典講座を担当する中で、読みたい古典作品をお伺いすると、「やっぱり『源氏』」。時代を越えて読み継がれる代表的古典として、定年後などに親しまれる方も多いようです。

作品に登場する男女の心の機微や背景にある社会のしきたりなどは、やはりある程度年齢を重ねてからのほうがよく理解できるものです。社会人の皆様と一緒に読むことは、学生を対象とした授業とはまた別のおもしろさがあります。

また、紫式部と藤原道長の交流をうかがい知るものとして、『紫式部日記』の記述もご紹介しました。90分ではお話しきれない内容で、ややわかりにくい面があったかもしれませんが、古典を原文で読むきっかけとして、本講座が少しでもお役に立ったようであれば幸いです。

続編の講座を希望するというお声もいただきましたので、また機会がありましたら是非、皆様とご一緒に古典文学を楽しみたいと思っています。

文責：講師担当・鍵本有理



奈良市西消防署のご紹介

「奈良市西消防署」を紹介いたします。
奈良市西消防署 署長／岸本 啓



奈良市西消防署です。本署(西消防署)と富雄分署総員73名が勤務しており、災害対応に備え研修や訓練に励み、火災を予防すべく立入検査や広報活動等を行っています。

近年急増している救急出動の中でも、特に要請が多い平日昼間に対応するため、令和6年4月1日から日勤救急隊の運用を開始しました。これにより、平日昼間は救急隊が本署2隊、富雄分署1隊の計3隊体制となり、救急要請に対し迅速な対応が可能になると考えています。

また、近年は日本各地で、毎年のように大きな災害が起こっており、当地域もいつ何時災害が発生するかわかりません。その際、消防署としては全力で対応にあたりますが、全ての要請には対応しきれない状況が予想されます。

そこで、「自助・共助」という言葉もあるように、地域の皆さんが力を合わせ、またそれぞれ防災について考え備えていただく事が、大変重要となります。日頃から習慣づける事で、緊急時にマニュアルのみに頼る事なく、状況にあわせて判断する力がつき、それが被害を軽減する事になります。

当地域には消防団、女性防災クラブや自主防災組織等、地域と連携した活動を行う、地域の方々と構成された組織も多くあります。西消防署は地域の皆さんと協力し、奈良市西部地区の安心安全な生活と街づくりに日々取り組んでいます。



奈良学園大学は豊かな未来を孕む



元学長
梶田 勲 一

奈良学園大学は『大化け』する大学、と私は学生諸君に何度も話してきました。ご縁があって奈良学園大学の学生になった1人1人は、この新しいキャンパスで、全く新しい気持ちになって、自分自身の豊かな未来のために、力を付けていってほしい、ということです。そして、この奈良学園大学自体が、そうした『大化け』を可能とする条件を備えている、ということです。

まだ奈良学園大学のキャンパスを見たことのない方がいらしたら、是非とも登美ヶ丘のキャンパスを覗いてみてください。

すれ違う学生達の多くが挨拶をしてくれるでしょう。校舎の中には数多くの専門書を揃えた図書館だけでなく、様々なコーナーにテーマごとの本や資料が配置してあります。演習室や講義室にも色々工夫がしてあります。何か一味違う大学だな、と感じ取って頂けるのではないのでしょうか。

もちろん奈良学園大学自体も、こうした環境を生かした活動を積み重ねていくことを通じて『大化け』していきます。教職員の方々は、そうした強い気持ちで一致しておられます。奈良学園大学自体の未来についても、多くの皆さんに楽しみにしていただけるものと確信しています。

奈良学園大学の教員紹介

奈良学園大学 人間教育学部 人間教育学科

岡野 由美子 先生



私は特別支援教育を専門とし、教員を目指す学生の皆さんに特別な支援を要する子どもたちのサポートについて現場経験も活かしつつ伝えていきたいと日々取り組んでいます。

また、今年度から本学3号館に特別支援教育相談室「からふる」を開設し、ご家庭や学校での指導支援に迷ったり困ったりされている方への相談支援を始めました。ここ奈良の地で歩みを進めている奈良学園大学の一員として、地域の子どもの学びを支える一端を担うことができたと考えています。

奈良学園大学 保健医療学部 看護学科

小林 由里 先生



私は、看護基礎教育や新人看護師などの看護職育成に携わってきました。現在は、基礎看護学を担当しております。基礎看護学は入学してから初めて看護を学ぶ専門科目です。入学前に漠然とイメージしていた「看護とは」「看護実践とは」について、学問としての知識を教授するとともに、演習や実習などの体験を通して、自ら考え行動する力の育成を目指しています。実習指導では、学生と一緒に患者さんの「より良い」を目指して悩み、考えることに楽しさを感じています。

奈良学園大学 保健医療学部 リハビリテーション学科

藤田 信子 先生



私は病院、訪問リハで理学療法士として勤務していた時に、高齢の患者様が何気ない場面で転倒されることに疑問を持ち、注意・認知の機能を司る脳の機能と姿勢バランスの関係について研究を始めました。現在は脳機能を可視化できる測定機材を活用して、情緒面や自律神経を司る脳部位が運動をすることで変化することの立証に力を入れています。運動療法の脳を変化させることを学生の皆さんにも知ってもらい、理学療法士の仕事の魅力をさらに感じてもらいたいと思います。

卒業生からのメッセージ



奈良学園大学
保健医療学部
看護学科
2期生
協田 光明 さん

私は、大学卒業後は県内の病院に就職し、現在は精神科病棟へ配属されて日々奮闘しています。なかなか思うように行かないことも多いですが、患者さんの今後の生活の支援に繋がられたり、患者さん自身の行動変容に繋がったりと、自分たちの支援がうまくいったことを実感できた時にはとてもやりがいを感じます。

奈良学園大学では数多くのことを学ぶことができ、これらは、臨床での支援の組み立て方や支援の方法、患者さんとコミュニケーションを取る上で現在も役立っています。たくさんのことを学び、学友を得て、資格を得て、僕の人生の中でも実りのある時間を過ごすことができました。

皆様も悩みや葛藤など抱えておられるかと思いますが、お互い頑張りましょう！

在学生からのメッセージ



奈良学園大学
保健医療学部
リハビリテーション学科
3回生
藤原 伊吹 さん

私は将来、その人らしい暮らしを支える作業療法士を目指しています。作業療法の対象者は、障害、年齢、職業、役割が多岐にわたります。沢山の方々に寄り添えるよう、大学では自分の意見を相手への確に伝え、他者とのコミュニケーションを積極的に取っています。

しかし、作業療法士だけではその人らしい暮らしを実現するのは難しいと考えます。そのためチーム医療や他職種との連携が重要です。授業では仲間と協働しあって問題や課題を論理的な思考に基づき理解できるよう励んでいます。幅広い社会的ニーズに応えられる、豊かな人間性と高い専門性をそなえた作業療法士になりたいです。

村民への体力測定サポート



私たちのゼミでは名古屋学院大学の学生と合同で岡山県の新庄村へ行き、地域住民の方の健康の意識付けや健康寿命の延伸を目的に行われた体力測定に参加しました。身体計測、筋力、認知機能、歩行能力、バランス能力など計9項目がある中で、長座体前屈、反応時間、ファンクショナルリーチテスト、Timed Up and Go test、下肢筋力テストを担当させて頂きました。検者になるのは初めてで、さらに使用する機械も初めて見るものだったため、動作の説明が難しかったですが、言葉だけで説明するのではなく模倣しながら説明することで上手く伝えることが出来ました。地域住民の方に混ざり、私たち自身も名古屋学院大学の学生とお互いに体力測定を行い、現在の健康状態を知ることが出来ました。天候の影響や他の地域行事と日程が重なり参加人数は少なかったですが、普段では関わることもない地域住民の方、他大学の学生と交流できるととてもいい機会でした。

文：小林ゆり(保健医療学部リハビリテーション学科) 文責：笹野弘美

