

ご挨拶

奈良学園大学

社会国際連携センター

センター長 善野 八千子



## 登美ヶ丘カレッジ自粛について

平素は、公開講座 登美ヶ丘カレッジにご参加いただき、有難うございます。

今年度は7月に開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大防止の対応として、人が集まるイベントを自粛し開催中止と致しました。楽しみにして下さっていた皆様には誠に申し訳ございません。

人と人の距離を引き離すウィルスとの闘いは長期戦のように報道が続いております。しかし、支え合いの心の距離は離ればなれにならないよう工夫して参りたいものです。

当センターは、社会及び地域との連携活動の推進を進めて参ります。引き続き、ご理解とご支援をよろしくお願い申し上げます。

社会・国際連携センター

令和元年度「登美ヶ丘カレッジ」

を開催しました。

## 令和元年度 第1回 奈良学園大学公開講座

### 「登美ヶ丘カレッジ」開催 テーマ「老化と付き合う健康づくり」

11月26日(火)、公開講座第1回登美ヶ丘カレッジ「老化と付き合う健康づくり」を開催しました。講師は、本学看護学科吉村雅世教授がつとめました。参加者に配られた資料に沿って、看護の仕事と高齢化の現状、身体の老化について説明したあと、本日のテーマ「老化と付き合う健康づくり」へ進みました。

健康には食事、排泄、睡眠が欠かせない要素です。まず食事について、高齢者にとってエネルギーとタンパク質が重要であることから、1日1800kcalの3食の献立サンプルが並べられ、具体的にそのようなものをどれくらい食べたらいいかの目安が示されました。排泄では、快便を目指すために排泄習慣や食物繊維・乳酸菌の摂取、食事も重要であることが説明されました。睡眠では、朝の目覚めをよくするために、夜間の光・音、寝室と寝具などの環境の調整や、顔を洗う・髪をとかすといった「すっきり」感や趣味・娯楽の「楽しむ」、「焦らない」といった感覚の大切さが説明されました。最後に「心地良い」「うれしい」などの肯定的気持ちを持つことで起こる「心の活性化」も健康の一部として説明され、セラピー用アザラシ型ロボット「パロ」に触れ心地よさを体感して頂きました。

講座の後は質問コーナーが設けられ、吉村教授に積極的に質問を投げかける参加者の方々の姿が見られました。

## 令和元年度 第2回 奈良学園大学公開講座「登美ヶ丘カレッジ」開催

### テーマ「日常生活の工夫～健康情報の読み方から健康生活のススメ～」

12月7日(土)、本学にて、公開講座第2回登美ヶ丘カレッジ「日常生活の工夫～健康情報の読み方から健康生活のススメ～」を開催しました。2019年度に開学したりハビリテーション学科 大浦教授から健康づくりにおける情報の読み方や健康生活にかかわるコミュニケーションについて実技を交えたレクチャーを実施しました。

まず、なじみのある健康情報をどのように理解するか、身近な降水確率を例に挙げてお話ししました。降水確率は0%(降らない)か100%(降る)だけでなく、「降りそう」「降らなさそう」という程度があり、外出時の傘の持参に影響があります。しかし、健康に関する情報になったとたん、多くの方が「効く」「効かない」の議論となってしまうがちです。医療・健康における情報の曖昧さを理解したうえで、このような数字の捉え方や情報との付き合い方、インターネット等から得た情報の見極め方、等について解説しました。続いて、コミュニケーション・ゲームを通じて「同じ言葉でも捉え方が異なる」ことを体験していただき、参加型医療におけるコミュニケーションにおける「伝えること」と「聞くこと」のコツを確認しました。



## 社会・国際連携センターの地域連携

「公益財団法人関西文化学術研究都市推進機構」と連携  
けいはんな学研都市7大学連携「市民講座2019」に参画



けいはんな学研都市7大学連携「市民公開講座」は、「けいはんなから知の発信」をキーワードとし、一般市民の方々の関心の高い分野について、本学を含む7つの大学（奈良先端科学技術大学院大学、同志社大学、同志社女子大学、大阪電気通信大学、京都府立大学、奈良学園大学、京都大学）と国立国会図書館が1講座を担当し、専門の講師が最先端の研究事例を分かりやすく解説する企画です。「市民公開講座

2019」は、9月13日（金）に国立国会図書館関西館（京都府相楽郡精華町）で実施されました。

本学からは、保健医療学部リハビリテーション学科 辻下教授が「仮想現実（VR）が心身に及ぼす影響とリハビリテーション医療への応用～新しいリハビリテーションの世界～」と題して講座を行いました。講座の内容は、最近話題となっている仮想現実（VR）技術を脳卒中などが原因で運動機能に障がいを抱えた人々に対するリハビリテーション医療に導入した事例を紹介し、その効果や心身に及ぼす影響について解説しました。会場には、約200名の知的好奇心旺盛な参加者が集まっていたいただき、講義を熱心に傾聴いただくとともに、質疑応答も多くあったという間に終わってしまうほど活気がありました。

2020年度は新型コロナウイルス対策のため中止となりましたが、今後も本学研究者の最先端な研究成果を社会に公開する場として、本講座へ参加していきたいと考えています。

### 「奈良県教育研究所」の実施協力依頼により令和元年度「専門職向け公開講座」開催

本事業は、奈良県教育委員会、奈良県教育研究所、奈良学園大学の合同主催で、幼小中高、特別支援学校の教職員向けに企画されたものです。奈良県、大阪府の幼・小・中・高の教職員16名の申し込みがあり、8月28日、登美ヶ丘キャンパスにて、テーマ「急変時も怖くない！学内での救急対処法」として開催されました。講師は本学看護学科の松浦純平准教授で、講座の内容は一次救命処置、熱中症対策、アナフィラキシー・ショック発症時の対応でした。

参加された皆さんは、まず一次救命処置について、誰もがバイスタンダー（救急現場に居合わせた人）になる可能性があること、心停止3分で救命率が約50%まで下がること、正確な胸骨圧迫とAEDの使用が救命率向上につながることを学んだあと、死戦期呼吸の実際を視聴して学びを深め、実際に心肺蘇生練習用人形を用いて胸骨圧迫を体験しました。熱中症対策では、対応が遅れて生命を落とす人もあり早期発見と早期の適切な対応が必要であること、晴天時はもとより湿度が高くなる梅雨時など雨天時にも注意が必要であること、熱中症の具体的な前駆症状と対処法が説明されました。アナフィラキシー・ショックについては、アレルギーを持ちエピペンを持参している児童・生徒が増加していますが、いざという時に正しく使用できるか自信がない、アナフィラキシー・ショック発症時の対応について不安を抱えている教職員は多いという現状や発症時の対応について確認しました。

安全な学校生活を守る立場にある参加者の皆さんは、大変身近なテーマであり、熱心にメモを取りながら耳を傾けておられ、終了時のアンケートでも「非常に勉強になった。」や「タイトル通り急変が怖くなくなった。」などの感想が聞かれました。



## 社会・国際連携センターの地域貢献

### 親と子の相談室「ひまわり」

奈良学園大学の地域貢献事業として、毎週水曜日の午後、登美ヶ丘キャンパスにおいて親と子の相談室「ひまわり」を開設しています。乳幼児から思春期青年期の子どもたちについてのさまざまな心理的問題について、カウンセラーの専門資格を有する大学教員がご相談に応じています。必要に応じて関係機関とも連携し、地域の子育てを支援しています。子育てに悩んだら、一人で抱え込まず、どうぞ気軽にご利用ください。

<ご相談内容の例>

「子どものことばの遅れや発達が気になる」「子どもが園や学校に行きたがらない」

「子どものしつけに悩んでいる」「つい子どもを叱りすぎてしまう」

他、子どもの気になるくせや行動、親子関係や家族関係についての悩み など

<開室時間・申し込み方法・料金>

\*水曜日 13:00～17:00

(大学の休業期間および行事等が重なる場合は休室いたします)

\*予約制です。事前にお電話でお申し込みください。

電話番号 0742-95-9800 (大学代表電話)

受付時間 月～金曜日 8:30～16:30

\*相談料は無料です。

★現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、新規の受付は休止しております。

ご迷惑をおかけしますがご理解賜りますようお願い申し上げます。



## 熱中症に注意

新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の基本である「身体的距離の確保」「手洗いやマスクの着用」「3密(密集、密接、密閉)」を避ける『新しい生活様式』が求められています。今回、皆さんにお伝えしたいのは、この『新しい生活様式』における熱中症予防のポイントです。ご参考にいただければ幸いです。

感染予防のために、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整することが必要です。また、マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人と2m以上の十分な距離をとった上で、適宜マスクをはずして体感温度を下げてください。

そして、こまめに水分補給をし、暑さに備えた体力づくりを心掛け、日頃から体温測定、健康チェックをして健康管理をしましょう。



充分に距離をとる



### ●エアコンの使用について

熱中症予防のためにはエアコンの活用が有効です。ただし、一般的な家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで換気を行っていません。新型コロナウイルス感染症対策のためには、冷房時でも窓開放や換気扇によって換気を行う必要があります。

### ●熱中症になってしまったら……

めまい、筋肉の硬直、頭痛、手足のしびれなど熱中症の症状がみられたら、すぐに日陰へ移動し、首・わきの下・足の付け根などをタオルで包んだ氷や保冷剤で冷やしましょう。水分・塩分補給も忘れずに!!



資料：厚生労働省ホームページ  
<https://www.mhlw.go.jp/index.html>



### 保健医療学部 看護学科

21世紀の保健医療を担う全人的ケアのエキスパートを育成します

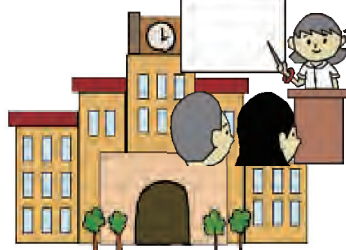
本学部がテーマに掲げる「全人的ケア」は、全人的健康観、自然治癒力、患者主体、疾病予防・健康づくりなどを  
含む多様な医療、そして自己実現などの考え方を取り入れた、21世紀が求める保健医療の考え方です。また、それ  
は臨床で多様な医療職者が力を合わせるチーム医療にも通じます。この「全人的ケア」を学び、今後の保健医療を  
支える看護職者の育成を目指します。

### 保健医療学部 リハビリテーション学科

次世代型の理学療法士・作業療法士を育成します

ますます多様化、高度化する現代の医療介護現場で活躍する理学療法士・作業療法士は、新しいニーズを捉え  
た次世代型の学びが不可欠です。本学部では、早期体験実習を通じた主体的体験や、近隣地域住民への健康  
活動を通じた豊かな人間性やコミュニケーション能力の育成、海外研修も可能な国際的感覚、さらに看護学科と  
の協働によるチーム医療についても学びます。これらを通じて、次世代型の理学療法士・作業療法士に必要な  
全人的な健康観に基づく知識・技術を身につけます。

## 令和3年度 奈良学園大学 公開講座「登美ヶ丘カレッジ」のご案内



令和3年度「登美ヶ丘カレッジ」  
は、2021年6月～7月  
に開催予定。



お問合せ

奈良学園大学 登美ヶ丘キャンパス

社会・国際連携センター登美ヶ丘分室

〒631-8524 奈良市中登美ヶ丘3丁目15-1

TEL 0742-93-5405 FAX 0742-95-9850

E-mail [kouza@naragakuen-u.jp](mailto:kouza@naragakuen-u.jp)

ご質問等がございましたら、上記の電話かメールにてお問い合わせください。