Annual Report No. 7, 2011

Patient Education Center, Graduate School of Nursing,
Osaka Prefecture University

療養学習支援センター年報
第7巻

大阪府立大学大学院看護学研究科
2011年3月

目　　次

巻頭言　高見沢恵美子　1

活動概要　中村　裕美子　3

1.　プロジェクト活動紹介

・手術についてのお悩み相談　石澤美保子、他　5

・前向き子育てプログラム：トリプルＰ　楢木野裕美、他　6

・高齢者の認知機能低下予防教室「脳いきいき教室」　牧野　裕子、他　7

・地域住民への感染予防の普及　齋野　貴史、他　8

・家族への看護を考える会　岡本双美子、他　9

・セクシュアリティ教育－生と性教育プログラムの実践－　古山　美穂、他　10

・患者アドボカシー相談　小笠　幸子、他　11

・肺がん患者さんのご家族のためのサロン　林田　裕美、他　12

・長期療養が必要な病気の相談　池田　由紀、他　13

2.　2010 年度研究助成報告

・府下高等学校における生と性教育プログラムの実践　古山　美穂、他　14

・在宅高齢者のための認知機能低下予防教室
「脳いきいき教室」の評価　牧野　裕子、他　20

・前向き子育てプログラム(トリプルＰ)の実践とその効果　楢木野裕美、他　29

3.　2010 年度活動助成報告

・地域住民への感染予防対策の普及　齋野　貴史、他　37

・家族への看護を考える会　岡本双美子、他　44

4.　運営委員会活動

・健康フェアの開催　中山美由紀　52

・研究助成・プロジェクト活動助成による報告会の開催　階堂　武郎　53

・広報活動　階堂武郎・籏持知恵子　54

パンフレット・ホームページ　56

・療養学習支援センター運営委員会　中村裕美子　72

会計報告　中山美由紀　77

療養学習支援センター規程　78

編集後記　中山美由紀　79

巻　頭　言

療養学習支援センターは、地域社会においてさまざまな健康上の課題を持つ方々へ看護を通して支援することを目的に平成 17 年に看護学研究科附置研究センターとして設立されました。特に看護学研究科が同年の文部科学省「魅力ある大学院教育イニシアティブ」に採択されたことを契機に、その機能は大きく拡充され、イニシアティブ終了後も継続的かつ活発に療養支援プロジェクト活動や研究活動助成を続けております。この「療養学習支援センター年報」は、その歩みを記録し広く皆様に知って戴く手段として、療養センター開設当初から毎年発刊し今回で７巻目となります。

科学技術の進歩とともに保健・医療分野も高度に専門分化し、看護学研究科においても専門的な実践能力の育成がますます重要になってきています。療養学習支援センターは、看護学研究科がその役割を果たすため、実践、研究、教育を総合に行う場として活動することを期待されております。地域のニーズに応じた患者教育・健康教育を提供し地域に貢献するとともに、看護学研究科の研究センターとしてアップデートな研究が実践され文部科学省科学研究費助成金に採択される研究も複数でてきております。今後もさらに実践、研究、教育を積み上げ、療養学習支援センターとしての望ましい姿を探りつつ、新たな研究シーズの育成へと繋げてまいりたいと考えております。

平成 23 年 2 月 15 日

大阪府立大学大学院看護学研究科
療養学習支援センター所長
高見沢恵美子

平成22年度　療養学習支援センター活動　概要

１．プロジェクト活動

療養学習支援センターを活動の基盤として 10 のプロジェクトが活動を行った。電話や来所相談として「手術についてのお悩み相談」「長期療養が必要な病気の相談」「患者アドボカシー相談」を行っている。センターに来所する教室として「脳いきいき教室」、「前向き子育てプログラム」「感染予防のための手洗い講習会」を開催した。また、当事者やご家族の集まりとして「肺がん患者さんのご家族のためのサロン」「長期療養が必要な病気の相談」、「つばさの会」が開催された。参加人数は、取り組みにより数名から 80 名と差がみられるが、地域での活動が定着し、拡大してきている。

２．研究助成・活動助成

研究助成では 3 件、活動助成では 2 件の申請が認められ、総額 1,694,000 円の助成を行った。平成 23 年 2 月 9 日（水）には報告会を開催し、助成を受けたプロジェクトの活発な活動状況が報告された。

３．健康フェア

療養学習支援センターの地域貢献活動として、平成 22 年 10 月 24 日（日）に羽曳野キャンパス祭（杏樹祭）に合わせて、健康フェアを開催した。参加者は周辺地域から 52 名あり、健康に関する身体測定（体組成、骨密度、握力、動脈硬化度など）、体操、健康相談が盛況であった。

４．広報活動

療養学習支援センターの活動を地域に発信するために、パンフレットを作成し、関係部署に配布した。また、ホームページの掲載とプロジェクト活動の案内を羽曳野市市報に掲載した。大学広報誌 10 月号の取材を受けた。

５．闘病記文庫活動

闘病記文庫は、羽曳野図書センターに運営を委託した。新刊図書の購入を行った。

６．年報の発行

1 年間の活動を取りまとめ、年報を発行し、関係機関に発送した。

７．運営委員会活動

運営委員会を 5 名で組織し、円滑な運営ができるように年間 9 回の委員会を開催し、活動の検討や推進のための調整活動を行った。

手術についてのお悩み相談

石澤美保子、高見沢恵美子、橋弥あかね、竹下裕子、梶村郁子、古谷緑

１．手術のお悩みについての電話相談

開設日：毎月第１、３水曜日　　時間 14：00～17：00

２．療養学習支援センター健康フェアへの参加

10 月 24 日（日）健康フェアに展示を行った。

展示内容

・全身麻酔を受ける方へのパンフレット

・手術のお悩み相談の紹介（胃、大腸、乳房、肺の手術を受けられた方へ）

３．療養学習支援センターのホームページの手術のお悩み相談に関する Web ページの充実

ホームページの修正を行い、広く「手術のお悩み相談」の活動を利用していただけるようにしている。下記の URL で公開中。

〈手術のお悩み相談〉　「大阪府立大学看護学部手術を受ける方へのサポートプロジェクト」

http://plaza.umin.ac.jp/~pteduc/

Copyright 大阪府立大学看護学部　手術を受ける方のサポートプロジェクト

前向き子育てプログラム：トリプルＰ

楢木野裕美、上野昌江、岡崎裕子(博士後期課程)
庖丁高子(学外講師)、玉水里美(学外講師)

『前向き子育てプログラム(トリプル Ｐ：Positive Parenting Program)』はオーストラリアで開発され、世界 15 カ国以上で実施されている親向けの参加体験型の学習プログラムです。お子さんの発達や気になる行動など、さまざまな問題について、参加者の方々と話し合いながら問題を解決していきます。子どもの問題を親がどのようにとらえ、どのような関わりをもつと子どもの問題が改善されるのか、子どもの発達が上手に促されるのかなど、それぞれの親子に合わせた方法に変えていくための考え方や具体的なスキルを学びます。子どもの自尊心を育み、育児を楽しく前向きにしていくようにトリプルＰはデザインされています。

【プログラムの概要】

第１回～第４回

毎回集まってグループワークや話し合い、講義、ロールプレイを行います。

第５回～第７回

週１回ご自宅への電話による約20分のセッションを実施します。

第８回

復習・まとめ（最終回）一人一人の経験を皆で共有し、改善点などを話し合います。

＊会場にお越し頂くのは、第１～第４回と第８回の計５回です。

＊ 日 程 ：第1回10/15、第2回10/22、第3回10/29、第4回11/5、第8回12/10
※第5～7回は週1回(20分程度の個別の電話セッション)

＊ 時 間 ：第1～4回と第8回：12：45～14：45(12：15受付開始)

＊ 対 象 ：幼稚園児をもつ親12名(原則として全日程に参加していただける方)

＊ 場 所：羽曳が丘町会連合第二集会所

＊ 場 所：楢木野裕美、上野昌江、庖丁高子、玉水里美、岡崎裕子
(トリプルP認定ファシリテーター)

＊ 申 込 ： Eメール、および電話でお申し込みください

＊ 調 査 の お 願 い ： プログラムの評価研究を兼ねるため、開始前・終了後・
終了後1２週後のアンケートにご協力をお願いします。

＊主催：大阪府立大学看護学部

このセミナーは、「大阪府立大学療養学習支援研究プロジェクト」の助成を受けています。

高齢者のための認知機能低下予防教室「脳いきいき教室」

中村裕美子、牧野裕子、太田暁子、平松瑞子

１．取り組みの概要

在宅で生活している高齢者の認知機能低下を予防するためのグループケア・プログラムを開発し、その参加者の経年変化から、教室の効果を明らかにすることを目的として「脳いきいき教室」を開催した。

２．教室の参加者

対象は、65 歳以上の高齢者のうち、要介護度が自立から概ね要支援 2 までの者で、現在認知症の診断や治療を受けておらず、自力歩行が可能な者（杖などの使用は可）である。募集方法は、Ａ市広報への掲載および昨年度の参加者に対して募集案内チラシを個別に送付した。応募者は 90 名あり、抽選で 71 名を選定した。実際の参加者は、68 名。平均出席率は 95%であった。

３．教室の開催状況

１クラス 4 回で構成される認知機能低下予防グループケア・プログラム（以下、プログラム）を 2010 年 10 月から 11 月にかけて、同じ内容の教室を 2 クラス実施した。

1 回の教室は約 3 時間、1 クラスの開催期間は 6 週間であった。スタッフは、大学教員 4 名、学生（大学院生、学部生）・事務補助員 7～9 名の体制で実施した。

４．教室プログラムの内容

教室のプログラムはこれまでと同様とし、認知機能を鍛えるアクティビティは、新しい企画内容で実施した。プログラムの主な内容は、健康ミニ講座、認知機能低下予防のためのアクティビティ（知的活動を促すゲーム）、有酸素運動「脳いきいき体操」（歌にあわせて行う、有酸素運動）、交流会である。また、自宅での継続課題（100 マス計算、音読、会話、一日遅れ日記）と万歩計を用いた歩行を課し、教室参加時に課題の実施状況の確認を行った（表 1）。

表１　平成２２年度「脳いきいき教室」プログラム

		1回目	2回目	3回目	4回目
健康チェック調査		・健康チェック（血圧・SpO2） ・説明と調査同意確認 ・身長，体重，体組成測定 ・基本調査，MMSE ・GDS，QOL(VAS)	・健康チェック（血圧・SpO2） ・おたっしゃ21（握力測定，開眼片足立ち，5m歩行速度） ・ファイブ・コグ	・健康チェック（血圧・SpO2）	・健康チェック（血圧・SpO2） ・体重，体脂肪，握力測定 ・MMSE ・GDS，QOL(VAS)
健康ミニ講座		「脳の構造と働き」		「認知症を理解しましょう」	「脳の健康を保つには」
脳機能を刺激するｱｸﾃｨﾋﾞﾃｨ	ねらい	「言語想起能力」「表現力」を鍛える		「空間認知力」「注意分割力」を鍛える	「空間認知力」「計画力」を鍛える
	内　容	「ことばづくり・物語づくり」 カタカナ（素材スポンジ）の50音字をランダムに25文字に分けて、2文字以上・3文字以上のことばを作る。ことばは、動詞、名詞、形容詞などいずれでも良いが、作成時間は5分である。 その後、作った言葉を使って物語を作成する。 それぞれ、ことばおよび物語は作成後グループ毎で発表する。		「数独～ナンバープレイス～」 3マス×3マスの正方形が9個連結した形状で、各マス目に一定のルールに従って重複しないように9つの数字を配置するものであり、同時に二つの概念を働かせる必要がある知的なゲームである。レベル別に問題集が多数販売されていることから、興味が生じれば自宅でも継続でき、徐々に高度なレベルへと深めることができる。	「パリを散歩しよう！」 パリの地図を見ながら、耳で聞いた道案内を頼りに進み、目的地（到着地点）を当てる。 次に、地図を見ながら、1日の散歩計画を立案する。その際、こちらが提示するいくつかの条件を満たすよう指示し、計画した散歩コースを発表する。 パリの街はまっすぐな道ではなく地図をみるのに能力が必要なこと、パリを散歩している気分を味わいながら楽しい気持ちになれることから、パリの街を題材とした。
有酸素運動やバランス機能を刺激する軽運動		水戸黄門のテーマ 「ああ人生に涙あり」 を歌いながら、曲にあわせたリズム体操			
交　流　会		自由歓談			

～地域住民への感染予防策の普及～ 「感染症予防のための手洗い講習会」

齋野貴史，佐藤淑子，堀井理司

１．活動目的

昨年度に引き続き，地域住民に対し，インフルエンザ・食中毒への対策として，手洗いを主とした，感染予防策の啓発と普及を目的とした．

昨今，インフルエンザやノロウイルス，またはO-157を始めとする病原性大腸菌に関する頻繁な報道により，感染症予防策としての「手洗い・うがい・マスクの着用」に注目があつまっている．しかし乍ら，マスメディアなど視覚から得られる情報のみでは，具体的な予防行動として技術を習得することは難しく，加えて，技術習得に至る演習による体験型学習の必要性はあまり伝えられていなかった．これらの点から，集団教育が受け易い環境にあるとは言えない老年者，幼児などは，この様な技術習得のための機会が得がたいものとなっている．これらの年齢階層は感染症被害の多い集団でもあり，感染症対策の教育機会がより重要であると考えられる．よって，感染看護を標榜する分野としては，これらのニーズに応えるべく，演習を盛り込んだ講習会を開催する必要があると考えた．

２．活動内容

- 講義－実演－演習．
- 演習内容：蛍光ローションと自作した機器を用いた手洗いで，洗い残し体験をしてもらい，自己の手洗い方法の見直しを図る．

３．活動成果

- ①10/30・②11/27・③12/11・④H23 1/22　　計４回（毎回土曜日 13 時～15 時）
- 受講者：①応募者無し ②6 名応募（女性;２名　当日 4 名キャンセル）③6 名応募（女性；4 名　男性２名） ④2 名応募（ 0 名　前日キャンセル）
  毎回，実質 60 分程度で終了し，受講者の感想からは概ね好評を受ける事が出来た．

４．今後の課題

- インフルエンザ流行の中，来られた受講者は総じて感染症予防意識が高く，積極的であり，この講習会の内容で，高い満足感を得ると共に技術の習得は可能であったと考える．今後は，感染症予防策に興味がない者（手洗いを学びなおす必要性を認めない者）にいかに講習会を浸透させていくかが課題となる．
- 今回は昨年の反省を踏まえ，広報活動には力を入れたが，結果，少人数での開催となった．しかし，受講者からもニーズがあることがうかがえる為，今後に繋げるためには，講習会ごと出張するなど，外へ出て行くことも考える必要がある．

家族への看護を考える会

岡本双美子、中山美由紀、平松瑞子、藤野百合（博士後期課程）

Ⅰ．活動目的

本活動の目的は、さまざまな分野の臨床看護師に家族看護について学習する場を提供することである。そこで、本活動の初年度である平成 22 年度におけるテーマを「家族をシステムとして視る」とし、目的を、家族看護について、家族をシステムとして視る視点を習得すると共に、家族への看護事例におけるリソースナース（専門看護師、認定看護師など）の関わりや事例検討を通して、家族システム看護の理解を深めることとした。

Ⅱ．活動方法

１．参加者：家族看護に興味のある臨床看護師で、第１回・第２回に参加できる約 30 名

２．募集方法：主に大阪府下にある病院約 50 病院へチラシを配布するとともに、本学療養学習支援センターホームページにチラシを掲載した。
申し込みは、往復はがきか FAX とした。

３．場　所：大阪府立大学　中之島サテライト教室　２階講義室

４．活動内容：

１）第１回入門基礎編（講義）　：2010 年 12 月 13 日（月）13：30～16：00

２）第２回入門実践編（シンポジウム）：2011 年 1 月 31 日（月）13：30～16：00

３）第３回応用編（事例検討）　：2011 年 2 月 14 日（月）13：30～16：00

Ⅲ．活動結果

１．参加者の特性

第１回の参加者は３５名、全３回通して参加した者は２４名であった。参加者（３５名）の特性として、30 歳代が最も多く、次いで 40 歳代、20 歳代であった。臨床経験は、6～10 年の者が最も多く、次いで 11～15 年、16～20 年の者が多かった。最短は１年目、最長は 30 年目であった。

所属部署は、母性・小児・NICU などの母子分野で 12 名と多く、次いで ICU・CCU・救急・外科などで 19 名であり、その他、緩和ケアや地域連携、在宅などであった。

家族看護を学んだ経験は２２名（約３分の 2）が無かった。

２．アンケート結果

第１回から第３回までのアンケート結果において、講義や実践報告、事例検討などについて、ほとんどの者が「大変興味深かった」「興味深かった」と答えており、家族をシステムとして視ることへの理解や家族看護の理解について「大変理解できた」「理解できた」と答えていた。

Ⅳ．まとめ

本活動は､臨床看護師のみならずリソースナースにおいても家族看護についての学習の場となった。また、さらなる学習のニーズが存在したことから、今後も家族看護の視点を広めることと同時に家族看護への理解を深める企画を検討する必要があると考える。

セクシュアリティ教育－生と性教育プログラムの実践－

古山美穂、井端美奈子、椿知恵、山田加奈子

Ⅰ．出張性教育授業の実践

大阪府下高校５校（公立４校、私立１校)、府外私立高校１校に出張し、デートバイオレンス予防、おしゃれ障害予防、避妊・性感染症予防、命の大切さ、これからの自分探し、多様な性といったテーマで授業を行った。各校からの要望に応じて、学年一斉講演やクラス単位の授業を計画し、実施した。対象の高校生は1,350名であった。

Ⅱ．高齢者へのセクシュアリティ教育

60～90代の男女を対象に、性に対するイメージはどこからくるものなのか、自分の性への固定観念と向き合って葛藤を体験し、これからの人生を豊かに考えるきっかけにする講演を実施（１件）した。

Ⅲ．セクシュアリティ教育啓発活動

2002年より行っているこのセクシュアリティ教育活動を、さらに広く府下の高等学校に浸透させる目的で、主に本学卒業生の臨床助産師・看護師、現在活動が軌道に乗って実践中の高等学校性教育担当者、保健師とともに実践者育成、性教育普及にあたり直面する課題、現代の中高生が抱える問題を明確にし、他校への普及を目指す具体策を検討した（2回)。ＷＡＳ(WORLD ASSOCIATION FOR SEXUAL HEALTH)の第１回‘世界性の健康デー’（９月４日）において、‘Let's talk about…An intergenerational exchange（語ろう、世代を超えて)’をテーマに若者と年配者が交流するフォーラムを社会福祉学部教員と企画し、本活動の紹介を活動協力者が行った。

Ⅳ．療養上のセクシュアリティ支援

小児ストーマ外来で、性に関する悩みをかかえた思春期のケースカウンセリングを定期的に実施した。

Ⅴ．HIV陽性者／AIDS患者とともに生きることを目指す啓発活動

HIV予防啓発を目的としたコンドーム携帯ケースの開発について大阪に本社があるジェクス株式会社と検討した。（社）大阪府看護協会とともに、17名の看護職者に対しHIV予防教育リーダー研修会を企画、運営（3日間）し、来年度、府下高等学校にHIV陽性者／AIDS患者とともに生きる啓発教育を実践する準備、検討を開始した（現時点で3校)。

患者アドボカシー相談

小笠幸子　　山居輝美

患者アドボカシー相談活動の概要

今年度の患者アドボカシー相談活動は、昨年同様、電話または来所相談による相談者のエンパワメント形成の支援を目的に実施した。また、相談活動と並行して依頼があった場合には知識の普及と教育活動を目的とした患者アドボカシー・ワンポイント講座を出張講義の形式で行なうこととした。

１）電話および来所相談

電話および来所相談活動をこれまで同様、週２回（火・木）12:00～16:00 を相談日とし、可能な範囲で記録、対応のあり方を振り返り評価し、相談日以外の電話や来所相談には随時対応した。広報活動は主にチラシの設置と健康フェアでの PR により行った。その結果、電話相談件数は 4 件あり、そのうちすべて来所面談の希望があり、後日面談を実施した。相談内容の概略は以下の通りであった。

A さんは、広汎性発達障害のある息子さんと来所し、息子の体調と本人の病気について不安を訴え、甲状腺を診てもらえる病院の紹介の希望があり、近隣の病院情報をリストアップし情報提供を行った。B さんは、車いす生活でヘルパーさんの介護を受けており、東京の病院に通院する際利用できる宿泊施設に関する情報と、夢を叶えるボランティア団体に関する国内外の情報を得たいという要望であった。電話相談の後、担当者でリソースを活用し情報収集を行った結果、該当する宿泊施設があったため面談時に提供した。また、面談後に入手した夢を叶える団体情報についても後日連絡した。C さん親子は、家族が入院している特養ホームとその提携病院での様々なルールやスタッフの対応・説明に納得できず、スタッフに不信感を感じていた。自分たちが何か質問したり、行動することで入所している家族に悪影響が及んだり、転院を強制されるのではないかと懸念し、医療・介護者から圧力に悩み、今後の対応について自分たちの考えを整理するために来所された。D さんは、現在の不妊治療に関する相談であり、友人が妊娠する中での不安や焦りなどの感情を表出しながら、これまでの治療経過や今の気持ちを整理し、今後の治療への方向性を見出そうとしていた。

今年度の相談の特徴は、最初の電話相談の時点で、相談者すべてが来所相談を希望され実施したことである。来所した C・D さんは「自分で調べても情報がありすぎてどれを選択し、どう考えたらいいのかがわからない・・」と述べ、たとえ自分で情報を集めても、その整理の仕方や現状を踏まえての考え方、情報選択の判断には専門的な知識をもつ相談室対応者の助言の必要性が確認された。また、相談者個人では限界のある情報収集を相談室に求める傾向にもあり、今後も類似した相談が増える場合には、時間やマンパワーといったリソースの充実および担当者の学内外ネットワークの拡大が求められる。

２）患者、医療職者に対する知識の普及および教育活動

今年度は出張講義の依頼はなかった。

肺がん患者さんのご家族のためのサロン

林田　裕美・田中　京子・田中　登美・橋弥　あかね・竹下　裕子・梶村　郁子

Ⅰ．活動内容

「肺がん患者さんのご家族のためのサロン」（通称、サロン）は、平成 18 年度より、肺がん患者の家族へのサポートプログラム（以下、プログラム）を提供する場として開始した。プログラムの目的は、“肺がん患者の家族が抱えている心理的負担を軽減する場を提供し、家族自身が自分を認め、他の家族や医療者などからのサポートを得て、心の安定を図ることができるように支援すること”である。昨年度より、プログラムは 1 回のセッションが約 120 分、週 1 回ずつ全 2 回のセッションを 1 クールとして実施している。

今年度は、「肺がん患者さんのご家族のためのサロン」の開催を 2 クール企画した。参加者の募集は、広報用チラシの設置許諾を得ている病院に配布し、また、大学ホームページに掲載し、募集を行った。参加の受付は、郵送、FAX、電話で行った。参加者は 1 クール目が 1 名、2 クール目が 3 名であった。参加者の都合によりクールの途中で不参加となった場合は、2 回分のセッションを 1 回にまとめて実施したり、不参加のセッションの資料を配布し、できるかぎりすべてのプログラム内容を提供できるように配慮した。

表．サロンのプログラム内容

	情報交換のテーマ	情報提供の内容
第 1 回 （120 分）	自己紹介 家族がおかれている状況や気持ち	肺がんについて 患者・家族の体験 患者とのコミュニケーション
第 2 回 （120 分）	家族間の近況報告 患者とどのように過ごしたいか	患者の体力維持と低下予防のため家族ができること ストレス発散方法（呼吸法） 利用可能な社会資源と医療者とのコミュニケーション

Ⅱ．今後の課題

今年度は、1 クール全 2 回のセッションのプログラムで実施した。しかし、参加者の時間の都合などにより、2 回分のセッションを 1 回で実施するなどの対応を必要とした。今回は参加者が少なく、個別対応が可能であり、サロンを情報収集や学習の場として利用することはできたが、患者家族同士の相互作用による効果を得ることはできなかった。今後もできる限り、全プログラム内容が提供できるように配慮していきたいと考える。また、今回は参加できなかったが次の機会があれば参加したいという声もあり、家族間の相互作用を生み出せるよう、サロンの広報活動、開催頻度について、検討が必要である。

長期療養が必要な病気の相談

籏持知恵子、池田由紀、山本裕子、長谷川智子、石橋千夏

１．活動目的

慢性疾患による長期療養者及びその家族への電話相談および患者会時の療養相談を受けることで、病気とうまく付き合って療養生活を送っていけるよう支援すること。

２．活動内容

１）電話相談

・活動内容：糖尿病・慢性呼吸器疾患・炎症性腸疾患・心疾患（心不全・高血圧）・肝疾患などの長期療養の必要な病気に関する情報提供や相談に応じる。

・活動方法：電話で窓口担当者が対応。

・担当者：籏持　知恵子・山本　裕子

２）患者会【ホッとの集い】

・活動内容：慢性呼吸器疾患で在宅療養している人やその家族が集える場として、参加者同士で一つのテーマについて話し合ったり、参加者からの日常生活上での工夫や問題解決方法について意見交換したり、医療者からの情報提供および療養相談の場とする。

・活動方法：療養学習支援センターにて年４回、月１回開催。

・担当者：池田由紀

３）患者会【つばさの会】

・活動内容：炎症性腸疾患で在宅療養されている人やその家族の会で、参加者同士の交流会や医療講演会などを実施する。

・活動方法：療養学習支援センターにて年１回開催。

・担当者：石橋千夏・長谷川智子

３．活動結果及び今後の課題

・活動結果：患者会【ホッとの集い】では、４回開催の予定であったが、対象者の状況（在宅酸素療法を実施している慢性呼吸器疾患をもつ高齢者であること）を考慮し、酷暑の開催は見合わせて２回開催した。熱中症予防や日中の過ごし方などの話し合いがなされた。また、患者会【つばさの会】は、10 月 30 日に実施された。管理栄養士から栄養に関する医療講演会後、参加者全員での交流会、個別の療養相談も行った。電話での相談はなかった。

・今後の課題：患者会【ホッとの集い】においては、開催時期について対象者の安全をはかるという点で検討する必要がある。電話相談では、WEB のみでの広報活動には限界があり、内容とあわせて検討していく必要がある。

府下高等学校における生と性教育プログラムの実践

古山美穂、井端美奈子、椿知恵、山田加奈子

Ⅰ．はじめに

子ども虐待、家族内のドメスティックバイオレンスやつきあいの中でのデートDVが社会問題となっている。私たちは高校生のセクシュアリティに関する生活上の問題行動を解決、支援するため、2002年より、「自分を大切に思う気持ちを育て」、「命の尊さを感じる心と行動を身につける」ことを目指した生と性の授業を展開している。デートバイオレンス予防、命、ジェンダーとセクシュアリティなどをテーマとした出前講義である。授業は、各高等学校において事前に、被虐待児、家庭不和、妊娠、性感染症、デートDVなどセクシュアリティに関連する課題が実際にどのくらいあるのか、綿密に打ち合わせをしてニーズを把握し、授業の組み立てや強化する内容を柔軟に変えている。しかし一貫して「自分を大切に思う気持ちを育て」、「命の尊さを感じる心と行動を身につける」ことを目指して実践している。大阪府下の高等学校で、大阪府立大学の学生・教員、臨床の看護職が協働して行う性教育自体が独創的な試みである。

Ⅱ．実践

１.出前講義

1）対象：大阪府下高校５校（公立４校、私立１校)、府外私立高校１校の合計６校
　　高校生　1,350名

2）期間：平成22年６月から平成23年１月

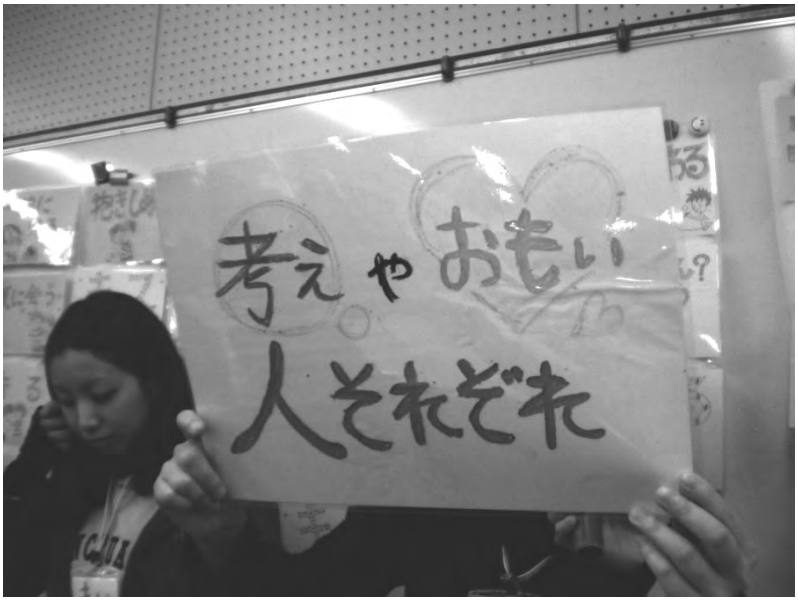
3）内容（例）

［１コマ目］

「もし今好きな人ができたら？（場合によっては友達になりたいなと思う人ができたら？）あなたならどんな風におつきあいを進めたいですか？」と投げかける。デート行動カードは全部使用しなくてもよいこと、カード以外で行いたいことは自由に模造紙に書き込んでもよいことを説明する。各カードにはそのカード裏面に、［どこで出会いたいですか？］、［どちらから言いますか？］等高校生の意見交換が活発になる工夫をしている。

グループ編成は、事前に担任教諭に依頼して、日ごろから仲の良い者同士で組み、1 グループ約 3～8 名、1 クラス 6～8 グループとなっている。各グループにはアシスタントとして本学卒業生を中心とした臨床の看護職、在校生を配置している。アシスタントは、高校生の言動（無言や無視も含めて）を決して否定せず、グループそれぞれの雰囲気を大切にし、全ての高校生が参加できるよう促しや見守りを行う役割を担ってもらっている。

仲の良いグループ内においても、「一人ひとり違うこと」、「場面や好きになった相手によっても自分の気持ちは違うこと」に自ずと気づきはじめる。次に各グループで意見交換が盛り上がった点などをクラス全体で共有し、異性グループとの違い、同性グループでも違うことが認知できるようファシリテーターが進行している。



アシスタントは「考えやおもいは人それぞれ」、「自分を大切に」、「相手も大切に」、「愛情も友情も話し合うことが大切」、「さよならを受け入れることも思いやり」等メッセージを書いたカードを使って、自分も相手も、安心でいられて、自由に言動できて、安全に過ごすことが大切であることを伝えている。

［２コマ目］

高等学校には大学主体の１コマ目の授業後、引き続きで２コマ連続の時間割を組んでもらっており、大学で作成したデート DV の DVD を使用して高等学校の担任を中止とした授業を行っている。DVD は２枚あり、１枚目は身近で起こり得るデート DV の場面を再現して、問題提起をする内容になっている。高校教諭が生徒に、「あなただったらどうする？」と投げかけ、より望ましい具体的な言動に気づけるようにしている。２枚目の DVD は、デート DV とはどういうものか？「自分を大切に、相手も大切にする」心と行動とは？思春期に対人関係能力をさらに磨いて、恋愛や学業等を奨励するメッセージ、自分や友人にデート DV が起こった際の相談先を伝える内容になっている。同じ内容のリーフレットも作成し全高校生に渡している。性教育に関して得手不得手がある等、高校教諭もさまざま、クラスの雰囲気も異なるため、高等学校には事前に授業の展開例を手引き冊子にしたものを渡し、打ち合わせや助言をしたりして均質に努めている。

Ⅲ．研究目的

本研究では、高校生が実践前後で生と性に関する知識がどのように変化したのか、この実践の効果を測ることを目的とする。

Ⅳ．研究方法

無記名質問紙調査法.

1）研究対象：性教育実践対象の高校生 1,350 名

2）調査期間：平成 22 年 6 月から平成 23 年 1 月

3）調査実施場所：授業の 2 週間前に実践前調査、２コマ目終了後すぐに実践後調査を行う。各高等学校のホームルームで配布回収を行う。

4）調査項目

［実践前調査］

からだの健康チェックに関して 19 項目、こころの健康チェックに関しては伊藤（1991）の自己受容尺度 26 項目を含む 35 項目、デートバイオレンスに関しては 10 項目、授業に関する意見についての自由記載 1 項目の計 65 項目とした。

［実践後調査］

① 自分の安心・自信・自由がとても大切である、②高校生のつきあいの中でも暴力が起きている、③困った時には信頼できる大人に相談したい、④嫌な時は，はっきりとＮＯということが大切である、⑤高校時代はＮＯ ＳＥＸが望ましい、⑥お互いの気持ちを伝えあうことが大切である、⑦つきあいが深まった時に暴力が起きやすい、⑧メールのチェックや友達づきあいの制限も暴力だ、⑨無理してつきあいを長続きさせなくてもよい、の 9 項目について、授業を受ける前は『そう思っていた』、『そう思っていなかった』、『わからない』のいずれか、受けた後は『そう思う』、『そう思

わない』、『わからない』のいずれかで回答を得た。その他、自己受容尺度 26 項目、デートバイオレンスに関するもの 10 項目、授業に関する意見について自由記載 1 項目の計 46 項目とした。

5）倫理的配慮

授業の窓口である高等学校の学年主任又は養護教諭に研究の概要について口頭と文書で説明を行ったのち、学年会議，職員会議で了承を得た。保護者には高等学校校長より説明の文書を配布した。高校生には担任教員より、調査協力は自由意志であること、自分で密封後回収すること、高等学校教諭が記入内容を見ることはないことについて説明を行い、回収をもって同意を得たものとみなした。調査票の開封、入力、集計は大学に持ち帰って、研究者が行った。本研究は、平成 22 年 5 月本学研究倫理委員会において承認を得た。

Ⅴ．結果

調査票は 1,306 名（実践対象の 96.7%）に配布した。回収数は現在未定であり、入力、分析は今後行う予定である。

Ⅵ. その他の活動

この実践活動に対する大阪府下高等学校からの多くの要望に時間的、人的資源の不足が原因で応えられず、その対応策として昨年度から、『臨床の看護職を対象にした実践者を育成する』、『高等学校教諭と臨床の看護職の協働を目指し、セクシュアリティ教育の在り方を検討する』活動を始めている。この実践前後に、高等学校近くの病院に勤務する看護職の講演をカリキュラムに組み入れるところもあり、活動は広がりを見せている。高校生、高等学校、本学学生、卒業生を中心とした臨床の看護職にとってこの活動の意義は大きい [1)]。療養学習支援センターにおける昨年度の報告書後の活動と今年度の活動を報告する。

１．第３回セクシュアリティ教育研究会

1）日時：平成 22 年 3 月 5 日（金）14：00－16：00

2）参加者 28 名（内訳）

高等学校教員 14 名、中学校教員 3 名、小学校教員 1 名、保健師 2 名、助産師 3 名、看護師 1 名、在校生 1 名、大学教員 3 名

3）内容

（1）性自認と性指向について（井端）

（2）講演‘Attention please…性同一性障害のボクから高校教員、看護職の皆さまへ’

講師　セクシュアルヘルスアドバイザー　飯田亮瑠氏

２．第４回セクシュアリティ教育研究会

1）日時：平成 22 年 8 月 3 日（火）13：30－16：00

2）参加者 15 名（内訳）

高等学校教員 7 名、助産師 2 名、看護師 1 名、在校生 1 名、大学教員 4 名

3）内容

(1)『高等学校におけるセクシュアリティ教育

—高等学校と大学、臨床看護職のコラボレーション—　』実践報告

発表１．堺市立堺高等学校　佐野川谷知聖子先生

発表２．大阪府立大和川高等学校　桶笠利子先生・池田麻衣子先生

(2) 思春期の子どもたちと虐待—高等学校における生徒・教員のニーズ—（古山）

３．第５回セクシュアリティ教育研究会（予定）

1）日時：平成 23 年 2 月 22 日（火）14：00－16：00

2）内容

(1) 講演‘SACHICO 性暴力支援センターの活動’

講師　阪南中央病院　SACHICO 支援員　國松裕子氏

(2) 高校生のからだ、こころの実態—昨年度の質問紙調査結果の報告—

(3) HIV 陽性者／AIDS 患者とともに生きる啓発教育について—来年度実践校調整—

参考資料

1）療養学習支援センター年報第 6 巻，2010.

在宅高齢者のための認知機能低下予防教室「脳いきいき教室」の評価

牧野裕子、太田暁子、平松瑞子、中村裕美子

はじめに

高齢者の認知症予防は、高齢化社会の大きな課題であり、介護保険制度の介護予防事業の柱の一つに位置づけられ、各地の地域包括支援センターで取り組まれている。一方、最近は、脳科学が発達し、認知機能についての研究が進み、日常生活行動と脳の認識との関係が示されており、各地の認知症予防教室は、それぞれの創意工夫により取り組まれているが、どのようなプログラムが効果的であるのかは、明らかにされていない。

そこで、本研究では、地域の高齢者の認知機能低下を予防するためのグループ支援による認知機能の維持、向上に効果的なプログラムを開発し評価することを目的に、脳科学の成果を基盤とした「脳いきいき教室」を開催している。これまでに100名を越える参加者を得て、経年参加者の追跡調査により、その効果を明らかにする計画である。

今回は、平成 22 年度の「脳いきいき教室」の実施内容と、参加者の感想を分析し、プログラムの評価を行なったので、報告する。

Ⅰ．研究目的

本研究の目的は、地域で生活する虚弱な高齢者に対するグループ支援を通し、認知機能を改善するための効果的なケアプログラムを開発し、その評価を行うことである。

Ⅱ．研究方法

１．対象

対象は、本学近隣に居住する 65 歳以上の高齢者のうち、要介護度が自立から概ね要支援 2 までの者で、現在認知症の診断や治療を受けておらず、自力歩行が可能な者（杖などの使用は可）とした。募集方法は、A 市広報への掲載および昨年度の参加者に対して案内チラシを送付等した。

２．研究期間

教室の開催期間は平成22年10月～11月であり、1クラス4回で構成される認知機能低下予防グループケア・プログラム（以下、プログラム）を 2 クラス実施した。1回の教室時間は約3時間、1クラスの開催期間は6週間とした。

３．教室プログラムの内容

プログラムの主な内容は、健康ミニ講座、認知機能低下予防のためのアクティビティ（主に知的活動を促すゲーム）、有酸素運動「脳いきいき体操」（歌にあわせて行う、上・下肢運動・バランス運動）、交流会である。また、自宅での継続課題と、万歩計

を用いた歩行を課し、教室参加時に課題の実施状況の確認を行った(表 1)。

表1　平成22年度「脳いきいき教室」プログラム

		1回目	2回目	3回目	4回目
健康チェック調査		・健康チェック(血圧・SpO2) ・説明と調査同意確認 ・身長，体重，体組成測定 ・基本調査，MMSE ・GDS，QOL(VAS)	・健康チェック(血圧・SpO2) ・おたっしゃ21(握力測定，開眼片足立ち，5m歩行速度) ・ファイブ・コグ	・健康チェック(血圧・SpO2)	・健康チェック(血圧・SpO2) ・体重，体脂肪，握力測定 ・MMSE ・GDS，QOL(VAS)
健康ミニ講座		「脳の構造と働き」		「認知症を理解しましょう」	「脳の健康を保つには」
脳機能を刺激するｱｸﾃｨﾋﾞﾃｨ	ねらい	「言語想起能力」「表現力」を鍛える		「空間認知力」「注意分割力」を鍛える	「空間認知力」「計画力」を鍛える
	内　容	「ことばづくり・物語づくり」 カタカナ(素材スポンジ)の50音字をランダムに25文字に分けて、2文字以上・3文字以上のことばを作る。ことばは、動詞、名詞、形容詞などいずれでも良いが、作成時間は5分である。 その後、作った言葉を使って物語を作成する。 それぞれ、ことばおよび物語は作成後グループ毎で発表する。		「数独～ナンバープレイス～」 3マス×3マスの正方形が9個連結した形状で、各マス目に一定のルールに従って重複しないように9つの数字を配置するものであり、同時に二つの概念を働かせる必要がある知的なゲームである。レベル別に問題集が多数販売されていることから、興味が生じれば自宅でも継続でき、徐々に高度なレベルへと深めることができる。	「パリを散歩しよう！」 パリの地図を見ながら、耳で聞いた道案内を頼りに進み、目的地(到着地点)を当てる。 次に、地図を見ながら、1日の散歩計画を立案する。その際、こちらが提示するいくつかの条件を満たすよう指示し、計画した散歩コースを発表する。 パリの街はまっすぐな道ではなく地図をみるのに能力が必要なこと、パリを散歩している気分を味わいながら楽しい気持ちになれることから、パリの街を題材とした。
有酸素運動やバランス機能を刺激する軽運動		水戸黄門のテーマ 「ああ人生に涙あり」 を歌いながら、曲にあわせたリズム体操			
交　流　会		自由歓談			

1）健康ミニ講座

教室では、認知症への理解と、認知予防に関する健康ミニ講座を実施した。各回のテーマは、第1回から順に「脳の構造と働き」、「認知症を理解しましょう」、「脳の健康を保つには」とした。途中、教室期間中に測定した認知機能検査の結果や、体組成やウォーキングのデータについての説明を行い、認知機能および身体機能の自己理解を深めるための動機付けとした。

2）認知機能低下予防のためのアクティビティ

認知機能低下を予防するためのアクティビティとして、脳の各機能の活性化を意識したメニューを実施している。教室場面だけではなく、日常生活の中でも取り入れられる内容となるように工夫を凝らした。

アクティビティ内容の詳細は以下の通りである。

①ことばづくり・物語りづくり：「言語想起能力」および「表現力」を鍛えることを狙いとし、限られた文字数からできるだけ多くのことばを作り、その作ったことばを使って物語を考える。方法は、カタカナ（素材スポンジ）の 50 音字をランダムに 25 文字に分けて、2 文字以上・3 文字以上のことば

を作る。ことばは、動詞、名詞、形容詞などいずれでも良いが、作成時間は 5 分である。3 文字以上のことばを作った後、その 3 文字を使って物語を作成する。それぞれ、ことばおよび物語は作成後グループ毎で発表する。

②ナンバープレイス　～数独～：

「空間認知力」および「注意分割力」を鍛えることを狙いとし、最近書籍売り場を賑わしている「数独」の紹介を行った。これは、3 マス×3 マスの正方形が 9 個連結した形状で、各マス目に一定のルールに従って重複しないように 9 つの数字を配置するものであり、同時に二つの概念を働かせる必要がある知的なゲームである。レベル別に問題集が多数販売されていることから、興味が生じれば自宅でも継続でき、徐々に高度なレベルへと深めることができる。

③パリを散歩しよう：

「空間認知力」および「計画力」を鍛えることを狙いとし、地図をたどること、1 日の散歩計画を立てることを行う「パリを散歩しよう」を実施した。まず、配布したパリの地図を用いて、司会者が目的地を伏せた上で道案内を行う。参加者は案内通りに地図をたどり、到着した場所、すなわち目的地を当てる。次にホテルの場所を伏せた上で、司会者が先ほどの目的地からホテルを目ざしてして道案内し、ホテルが地図上のどこにあるかを当てる。さらに、地図を見ながら朝から夕方までの散歩計画を立案してもらう。その際いくつかの条件を提示し、その条件を満たす範囲内で計画を立てるようにする。パリの街の地図を用いたのは、パリの街はまっすぐな道ではないため地図をみるのに能力が必要なこと、パリを散歩している気分を味わいながら楽しい気持ちになれることから、あえてパリの街を題材として行った。

この案内を聞きながら地図をたどるという操作により、耳からの情報を得ながら「空間認知力」を身につけることができる。また日帰り旅行計画を立てるで「計画力」を身につけることができる。

3）有酸素運動

時代劇番組「水戸黄門」の主題歌である「ああ人生に涙あり」の曲にあわせ、うたいながら体操を行うものである。声を出しながら体を動かすことで、身体各機能の刺激とあわせ、有酸素運動としての効果発揮をねらいとしている。経年参加者が多いこともあり、声をだして歌いながら歌のテンポにあわせて動作ができるように、徐々に変化がみられた。

4）自宅での継続課題

昨年度と同様に自宅での継続課題として、川島隆太監修の「大人の音読ドリル」の実施と、「朗読」「計算」「運動」「会話」「一日遅れの一行日記」、メモリ機能付き万歩計を用いた歩行への取り組みなどを課し、日々の実施状況を日記に記録させ、毎回の教室参加時に確認した。テキストと計算ドリルには、実施したページに「大変良くできました」の印を押して返

却し、万歩計の歩数データはグラフ化したものをフィードバックすることで、継続実施への動機付けとした。

Ⅲ. 結果

１．対象の基本属性

応募者は 90 名であり、抽選により月曜日コース 35 名、火曜日コース 36 名に参加案内の通知を送付した。そのうち体調不良等の理由で出席出来なかった者 3 名を除く 68 名を対象とした。対象の平均年齢は 75.1(±6.7)才（男性 77.0(±6.6 才)、女性 74.1(±6.6 才）)であり、家族構成は独居 13 名(19.1%)、夫婦世帯 34 名(50.0%)、要介護認定を受けている者は 11 名(16.2%)であった（表 2)。

表 ２　対 象 の 基 本 属 性

人（%）

項目		男性（n=24）	女性（n＝44）	計（n＝68）
年齢（平均±ＳＤ）		77.0±6.6	74.1±6.6	75.1±6.7
配偶者の有無	配偶者あり	21（87.5）	28（63.6）	49（72.1）
	配偶者なし	3（12.5）	16（36.4）	19（27.9）
家族構成	独居	1（4.2）	12（27.3）	13（19.1）
	夫婦世帯	13（54.2）	21（47.7）	34（50.0）
	独身の子と同居	8（33.3）	6（13.6）	14（20.6）
	子ども夫婦と同居	2（8.3）	5（11.4）	7（10.3）
要介護度	自立・未申請	20（83.3）	37（84.1）	57（83.8）
	要支援１	2（8.3）	3（6.8）	5（7.4）
	要支援２	1（4.2）	4（9.1）	5（7.4）
	要介護１	0（0.0）	0（0.0）	0（0.0）
	要介護２	1（4.2）	0（0.0）	1（1.5）
参加年数	１年	9（37.5）	17（38.6）	26（38.2）
	２年	7（29.2）	6（13.6）	13（19.1）
	３年	2（8.3）	3（6.8）	5（7.4）
	４年	1（4.2）	8（18.2）	9（13.2）
	５年	5（20.8）	10（22.7）	15（22.1）

２．プログラムへの参加状況

プログラムへの参加状況は、68 名中 4 回すべて参加した者が 59 名(86.8%)、1 回欠席したものが 5 名(7.4%)、2 回欠席が 3 名(4.4%)、3 回欠席が 1 名(1.5%)であった。また各回の参加率は、1 回目 65 名(96%)、2 回目 64 名(94%)、3 回目 63 名(93%)、4 回目 65 名(96%)であった。

３．教室開始時の認知機能の状況

参加者の教室開始時の認知機能の状況を MMSE 得点およびファイブ・コグで計測したところ、MMSE 得点においては、約 8 割が正常域であり、認知症域のものはみられなかった。ファイブ・コグにおいても同様に、いずれの項目も「平均」から「高い」が 8 割以上を占めていた。反面「やや低い」から「低い」が多かった項目は、2 つの類似する単語の共通性を見いだす「共通単語」17.6%、動物の名前をできるだけ多く列記する「動物名想起」13.2%などであった。

表３　認知機能の状況　①MMSE得点

	23点以下 認知症	24～27点	28～30点 正常
男性（n=24）	0（ 0.0 ）	1（ 4.2 ）	23（ 95.8 ）
女性（n=44）	0（ 0.0 ）	14（ 31.8 ）	30（ 68.2 ）
計（n=68）	0（ 0.0 ）	15（ 22.1 ）	53（ 77.9 ）

表４　認知機能の状況　②ファイブ・コグ得点　n=65

	35点未満 低い	35～44点 やや低い	45～54点 平均	55～64点 やや高い	65点以上 高い
運動	1（ 1.5 ）	8（ 11.8 ）	28（ 41.2 ）	24（ 35.3 ）	4（ 5.9 ）
位置判断	2（ 2.9 ）	3（ 4.4 ）	18（ 26.5 ）	25（ 36.8 ）	17（ 25.0 ）
単語記憶	1（ 1.5 ）	3（ 4.4 ）	17（ 25.0 ）	23（ 33.8 ）	21（ 30.9 ）
時計描画	2（ 2.9 ）	5（ 7.4 ）	34（ 50.0 ）	24（ 35.3 ）	0（ 0.0 ）
動物名想起	2（ 2.9 ）	7（ 10.3 ）	20（ 29.4 ）	25（ 36.8 ）	11（ 16.2 ）
共通単語	2（ 2.9 ）	10（ 14.7 ）	27（ 39.7 ）	13（ 19.1 ）	13（ 19.1 ）

４．継続課題実施状況

継続課題の実施状況を、教室開催期間(35 日間)の実施日数割合でみたところ、5 つの課題ともに平均 7 割前後の実施がみられた(表 5)。

表５　継続課題実施状況　n=66

	平均(%)±SD	20%未満	20～39%	40～59%	60～79%	80%以上
朗読	74.4±26.7	5（ 7.4 ）	5（ 7.4 ）	7（ 10.3 ）	11（ 16.2 ）	38（ 55.9 ）
計算	75.9±25.3	3（ 4.4 ）	4（ 5.9 ）	7（ 10.3 ）	13（ 19.1 ）	39（ 57.4 ）
運動	68.9±26.9	5（ 7.4 ）	6（ 8.8 ）	8（ 11.8 ）	17（ 25.0 ）	30（ 44.1 ）
会話	77.5±27.4	5（ 7.4 ）	3（ 4.4 ）	5（ 7.4 ）	13（ 19.1 ）	40（ 58.8 ）
思いだし	85.8±21.5	2（ 2.9 ）	1（ 1.5 ）	4（ 5.9 ）	7（ 10.3 ）	52（ 76.5 ）

５．参加者の感想

教室各回の終了時に無記名で行っているアンケートの自由記載欄について、内容を分析したところ、「教室参加への思い」、「参加による自己認識」、「参加による学習意欲の向上」、「今後の自分のあり方への目標設定」の 4 カテゴリーと、15 コードが抽出された。さらにそれらを参加回ごとに分類した。その結果、以下の結果が明らかとなった（表６）。

１）教室参加への思い

カテゴリー「教室参加への思い」には、「教室に参加して楽しい」、「仲間と交流できて楽しい」、「教室に参加できて嬉しい」、「教室について行けるのか不安」といった 4 つのコードが抽出された。「教室について行けるのか不安」は、参加 1 回目のみにみられた。

２）参加による自己認識

カテゴリー「参加による自己認識」には、「自分の衰えを自覚した」、「プラス方向への変化に気付いた」、「脳の活性化を自覚した」、「認知症への不安がある」の 4 つのコードが抽出された。1 回目、2

回目では、「自分の衰えを自覚し」が多くみられるが、教室参加を重ねるにつれ、「プラス方向への変化に気付いた」や「脳の活性化を自覚した」の記述が多くみられた。

表６　アンケート自由記載欄から抽出された内容

カテゴリー	コード	Loデータ（抜粋）	参加回
教室参加への思い	教室に参加して楽しい	たのしい2時間、学生にかえって充分楽しく過ごさせて頂きました。	1
		データーからしっかり歩行する必要性を教えて頂け、楽しく学べ有難いです。	2
		回数をかさねるごとによくなり、楽しみが出来ます。大変感謝しております。	3
	仲間と交流できて楽しい	先生はじめ見知らぬ方とお友達になれ、一緒に考えてお話が出来てよかったです。	1
		久し振りで知人に会えてとても嬉しかったです。	2
		毎回変わった方と同席になり、いろんな話をして、楽しい１日でした。	3
		同世代の人達が努力して、いきいき老人に皆でなれればいいことと感じました。	4
		自分より上の方を見て頑張らないと、と元気を頂きます。	4
	教室に参加できて嬉しい	常に（日常に）無い緊張の時間を過ごして、幸せだったと思って居ります。	4
		とても参考になり家の中でも勉強をする事になり喜んでいます。	4
	教室に参加してついていけるかが不安である	たくさん宿題があるようで、ついていけるかな？と思います。	1
		はじめてなので何をするか不安でしたが参加してよかったです。	1
参加による自己認識	自分の衰えを自覚した	体力のおとろえにガクゼンとしております。	1
		ファイブ・コグで自分の記憶力のなさに、いささかショックを受けました。	2
		考える事がだんだんおっくうになりつつあります。	3
		毎年参加させて頂いておりますが年々むつかしくなるように感じます。	4
	プラス方向への変化に気付いた	趣向を変えての頭の体操を考えていただき、生きいきしてくるように感じました。	1
		皆んなから明るくなったと云われ喜んでおります。	2
		いろいろな勉強が出来て、少し賢くなった感じがしています。	3
		万歩計を着ける事によってより歩こうとする意識が高まってきました。	4
		落ち込んでうつになりかけていたのですが、第１回受けただけで自信がつき、皆に明るくなったと云われる様になりました。	4
	脳の活性化を自覚した	楽しく、普段思いがけない部分の脳を使ったようでした。	1
		「脳を活性化させる」「身体をきたえる」ことに意識を持ち続けて日々の生活を送れました。	4
	認知症への不安がある	今日の認知症に付いての話は、とても良く分かるのですが、とても辛い所もありました。	3
		認知症にならない為毎度寄せていただいているが、不安でしょうがない。	4
参加による学習意欲の向上	教室に参加していきたい	考えることは余り好きではありませんが、頑張ってみたいと思います。	1
		皆さんと同じ様に出来ない私ですが、ぼけない様頑張ります。	1
	新しい学習課題に取り組みたい	何ごとも反復する事が大切と思います。家でもガンバリます。	2
		数字の問題、初めて見ました。時間がかかるけど、本を買ってやってみます。	3
	難しい学習課題に取り組みたい	アクティビティ良かったがむつかしい。何々答えが出ない。家でしっかり勉強します。	3
		足が弱いので体操が無理でも体を働かす様につとめます。	3
	認知症を予防するために努力する	脳活性化の為、毎日継続して取組んでいくつもりです。認知症で人に迷惑かける老後にはなりたくない。努力、努力、努力をします。	3
		今後も自分なりに認知にならない様、努力したいと思います。	4
	日常生活において課題を継続したい	音読ドリルや数独、百マス計算等、とても面白くてこれからも日常続けていきたいと思います。万歩計を着けることによってより歩こうとする意識が高まってきたのでこれも続けたいと思います。	4
		朝の「筋トレ」を今後も週２回のペースで続けたいと思います。	4
今後の自分のあり方への目標設定	自分らしく生きたい	防ぎようのない肉体の老化は仕方ないとはいえ、進化のスピードを弱めて今迄の自分らしい生き方を続けられるようにしたいと願っています。	4
	充実した人生を送りたい	生活のリズムが出来てきて、よい習慣となる様、出来る限り続けて行きたいと思います。脳のしくみを勉強させていただき、より充実した人生になるよう頑張りたいと思います。	4

３）参加による学習意欲の向上

カテゴリー「参加による学習意欲の向上」には、「教室に参加していきたい」、「新しい学習課題に取

り組みたい」、「認知症を予防するために努力する」、「日常生活において課題を継続したい」の５つのコードが抽出された。参加による学習意欲への向上は、教室の１回目、2 回目では漠然とした内容が多かったが、教室参加の回を重ねる毎に、具体的な内容の記述が多くみられるようになった。

４）今後の自分のあり方への目標設定

カテゴリー「今後の自分のあり方への目標設定」には、「自分らしく生きたい」、「充実した人生を送りたい」の２つのコードが抽出された。今後の自分のあり方への目標設定は、教室プログラム終了時の回での記述がみられた。

Ⅳ．考察

教室参加者の基本情報から、参加者の背景は、約３割の者に配偶者がなく、世帯の状況では独居が約２割、夫婦世帯が約５割と、家族員数の少ない家庭の者が多い。認知機能においては、約２割のものが認知症境界域にある状況である。また、2 回目以上の継続参加者が６割を占めている。

このような背景の参加者から得られたアンケート記載内容から、プログラム効果について以下のような示唆を得た。

１　教室参加への思い

「教室参加への思い」では、「教室に参加して楽しい」、「仲間と交流できて楽しい」、「教室に参加できて嬉しい」などの記述が多くみられ、教室の内容や教室に参加することで仲間と交流できることが楽しいと多くの参加者が感じており、これが教室参加継続への意欲にもつながっていると考えられる。実際の場面として、受付で「〇〇さんは来られていますか？」と教室で馴染みとなった方の様子を尋ねたり、隣同志の席になるように椅子を確保したりといった場面がみられ、参加を楽しみにしている様子が伺えた。2 回目以上の参加者が約 6 割と継続参加者が多いことも、教室が楽しみや喜びの場面となっていることが伺われる。

また、初回時にみられた教室参加や課題遂行への不安に関する記述は、2 回目以降ではみられなくなり、教室のプログラム内容は参加者にとって無理のない内容であったと考えられる。

２　参加による自己認識の変化

教室参加者は、少なからず物忘れや認知機能低下に対する不安を抱き、自ら応募してきた集団である。教室の１回目および２回目には「自分の衰えを自覚した」が多くみられるが、これは１回目のメニューである体組成の測定やMMSE 検査、2 回目のメニューであるファイブ・コグ検査等により、自己の体力や認知機能の衰えを再自覚したためだと考えられる。しかし、3 回目以降と教室参加を重ねるにつれて、「プラス方向への変化に気付いた」、「脳の活性化を自覚した」という記述が多くなっていた。これは、教室に参加することで「自己の衰えを自覚」し、教室プログラムの継続実施と、克服に向けた自己努力が、「脳の活性化を自覚した」へとつながったものと考える。

また認知機能の変化だけではなく、「ちょっとうつに入りかけていましたが、楽しくなりました」「自

信がつき、皆に明るくなったと云われる様になりました」など、気持ちの変化や、他者から変化した自分の姿をフィードバックされたといった内容が複数みられた。

これらのことから教室参加を通して、自覚的な認知機能の活性化と、心理面の活性化が促進されたものだと考える。

３　参加による学習意欲の向上

参加による学習意欲に関する記載は、当初は「教室に参加していきたい」、「新しい学習課題に取り組みたい」といった、参加すること自体や与えられた課題に対する内容が多くみられたが、徐々に具体的な内容記述や、継続意欲の向上といった内容が多くなっていた。これらは、教室活動を通して学習に対する意識づけがなされ、自分なりの具体的な目標設定がなされたことを伺わせるものであり、プログラムが参加者の認知機能低下防止に対する意識変容や、行動変容を促すものであったと考える。

以上のことから、本プログラムを通してみられた効果には、認知機能検査で計測できる事柄ばかりではなく、心理面や意欲、日々の行動面での変化が生じていることが明らかとなった。平成20年度の研究報告でも述べたように、認知機能と抑うつ状態との関連性について多くの研究者から述べられているものであり、教室参加を通して明るく楽しい気持ちになり、自分なりに前向きな気持ちになることは、広い意味で認知機能低下予防につながるものであると考える。

これらの結果をもとに、今後の活動における内容充実に向けて、さらなる工夫を行っていきたい。

謝辞

教室の開催にあたりご尽力くださいました皆様および、本プログラムに参加くださいました皆様に、深く感謝申し上げます。また、本研究活動に対し療養学習支援センタープロジェクト活動・研究助成を頂けましたことに、心よりお礼申し上げます。

参考文献

１．小林彰、與那さやか、臼井啓介：「もの忘れ」を自覚する高齢者への認知症予防プログラムの取り組み(1)、沖縄県作業療法研究４号：46-49、(2010)

２．小池和幸、高崎義輝、橋本実：介護予防教室における目的別レクリエーションプログラムの開発と効果に関する研究、仙台大学紀要41巻１号：57-66、(2009)

３．内田陽子、内田真理子、町田沙紀子：地域住民ができる認知症予防法の関連因子　介護予防講習会の参加者の自己評価から、群馬保健学紀要30巻　：1343-4179、(2010)

４．山上徹也、藤田久美、小岩井あさみ、関口尚美、鏑木早苗、梅澤亜紀、米田真一、山口晴保：地域における認知症発症・進行予防プログラムとしての脳活性化リハビリテーションの有効性、老年精神医学雑誌21巻８号：893-898、(2010)

みんな元気にハツラツと楽しく

《2010年 脳いきいき教室》

～いつまでも若く！頭の体操！～

この教室は、大阪府立大学看護学部で開発した脳を活性化するプログラムを通じて、健康の維持・増進をはかっていきます。「物忘れして･･･」と、気になっていませんか？是非是非ご参加ください！

日　時:

月曜日コース	火曜日コース
10月　4日(月)	10月　5日(火)
10月18日(月)	10月19日(火)
11月　1日(月)	11月　2日(火)
11月　8日(月)	11月　9日(火)

時間は、午後1時30分～午後4時です。

内　容:健康チェック・健康ミニ講座・軽い体の体操・楽しい頭の体操
＊体を動かしやすい服装でお越しください。

対象者:介護保険での認定は受けていないが体が弱ってきたと感じている方
介護保険で要支援1・2の認定を受けている方
＊ご自分で歩ける方(杖のご使用は大丈夫です)
＊認知症の診断や治療を受けていない方
＊4日間参加できる方

募集定員:それぞれのコース、35名　　参加は無料です。
会　場:大阪府立大学　療養学習支援センター　(地図は裏面)
お申し込み:往復はがきにて“大阪府立大学看護学部在宅看護学分野”までお申し込みください。(お名前・住所・電話番号。)

お申し込みの締め切り:平成22年　8月31日(火)

(応募者多数の場合抽選します)

申し込み・問い合わせ先

大阪府立大学看護学部　在宅看護学分野　受付担当　:　牧野
〒583－8555　　羽曳野市はびきの3-7-30
電話:072－950－2111(代表)　内線2744
教室担当者:中村裕美子、牧野裕子、太田暁子、平松瑞子

本学では脳の活性化を主な目的とした介護予防プログラムを開発する研究に取り組んでいます。つきましては、参加時(1回目と4回目および同窓会)のアンケート調査にご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。なお、いただいた個人情報はこの教室のみで使用させていただきます。

前向き子育てプログラム（トリプルＰ）の実践とその効果

楢木野裕美、上野昌江、岡崎裕子（博士後期課程）
庖丁高子（学外講師）、玉水里美（学外講師）

はじめに

平成 21 年度に全国の児童相談所で対応した児童虐待相談対応件数は、44, 210 件（速報値）であり、年々増加が続いている。この事態に対して、看護職には子どもの虐待に発展する前に、親の不適切な養育の改善を目指した支援、親が「親になっていく」、「親をする」ための支援が求められている。親の養育を改善したり、「親になっていく」ことを支援するための一つとして、ペアレンティグプログラムが注目されている。ペアレンティグプログラムでは、子どもの問題行動を減少させることや親の養育スキルを改善することを目指しているが、さらに虐待をした親に対して親子関係を修復するための治療的介入を目指しているもの、発達障害のある子どもの親への支援などが実践されるようになってきた。

そこで、私たちは、ペアレンティグプログラムの実際と実践の状況について調査し、ペアレンティングプログラムの中から前向き子育てプログラム（トリプルＰ）に着目した。トリプルＰは、認知行動療法の理論に基づき、20 数年にわたる実証的研究から発展したプログラムで、その有用性が客観的評価で示されている。子育て支援としてトリプルＰを検討するために、平成 21 年度からペアレンティングプログラムを実践している。ここでは、トリプルＰの実践とその評価の一部について報告する。

Ⅰ．研究目的

本研究では、子どもの虐待予防に向けた子育て支援として、トリプルＰに対する評価を明らかにすることを目的とする。

Ⅱ．研究方法

１．研究対象

グループトリプルＰの対象者は、羽曳野市広報および羽曳野市立の１つの幼稚園で、前向き子育てプログラム（トリプルＰ）への参加を呼びかけ、本プログラムに関する質問紙調査への同意が得られた母親 28 名である。

プライマリケアトリプルＰの対象者は、以前にグループトリプルＰを受講した経験があり、現在、子育てについて問題を抱えている母親３名である。

２．前向き子育てプログラム（トリプルＰ）の内容

１）トリプルＰの概要

1980 年前後より、欧米では親の育ちを支援するプログラムが子育てへの教育的介入手段として実践されたていたが、トリプルＰは、クイーンズランド大学 Sanders により開発され、幼児からティー

ンエイジャー迄の子どもの行動・情緒問題の予防と治療のために作成された。その目的は、子育てに対する親の力量と自信を高めること、つまり①子どもの一般的な行動と発達の問題に対処する親の力量を高めること、②強制的、懲戒的な子育ての方法を使わないようにすること、③子育てによる親のストレスを軽減すること、④子育てについて話し合う親のコミュニケーションを改善すること、にある。

トリプルＰの基本理念について、子育ての基本５原則として、①安全で楽しい環境を作ること、②積極的に学べる環境を作ること、③一貫したしつけをすること、④子どもに対して現実的な期待をもつこと、⑤親としての自分を大切にすること、を上げている。

トリプルＰが提供する介入のレベル（表1）については、すべての子どもに有効な単一な介入方法があるのではない。介入の強度は、各親のニーズを捉えて行く必要があるため、親のニーズに合うレベルで支援が提供できるように、５つの介入支援を設定されている。レベル１のメディアを利用したものから短期集中のレベル２、特定の問題に焦点を絞ったレベル３、焦点を広げたレベル４、複雑な問題への対応するレベル５がある。

また、トリプルＰでは、一般的な子育ての指導(子どもと建設的な関係をつくること、好ましい行動を育てること、新しい技術や行動を教えること)の 10 のスキルと子どもの問題行動に対する親の対処手法７スキルを教示している。子どもと建設的な関係をつくるスキルとして、①子どもと良質な時を過ごす、②子どもを話す、③愛情を表現する、好ましい行動を育てるスキルとして、④描写的にほめる、⑤子どもに注目している気持ちを伝える、⑥夢中になれる活動を与える、新しい技術や行動を教えるスキルとして、⑦良い手本を示す、⑧時をとらえて教える、⑨アスク・セイ・ドウ（ask　say do)、⑩行動チャート、である。問題行動を取り扱うスキルとして、①わかりやすい基本ルールをつくる、②.ルールが守られなかった時の対話による指導、③小さな問題行動に対する計画的な無視、④はっきり穏やかな指示、⑤問題に応じた結果で支持をバックアップする、⑥問題行動に対するクワイエットタイム、⑦大きな問題行動に対応するタイムアウト、である。

表１　トリプルＰが提供する５段階の介入レベル

介入レベル	内　　容
Level 1	子育てについて社会全体に広く情報伝達できるメディアによる広報活動
Level 2	子どもの発達や特定の行動について、地域で説明や資料の配付などの研修会開催
Level 3	特定の子どもの問題に、トリプルＰ認定専門家が短期プログラム（15 分×4 回）をトリプルＰチップシートやビデオを用いて実施　（例）かんしゃく
Level 4	集中的に子育てを学びたい親に、トリプルＰ認定専門家が子育て法の指導、行動問題への対処手法を教示
Level 5	困難な複合問題を抱えた家庭問題のためのプログラムで、レベル４の後、さらに個人的に緊急の問題に対応するプログラム

２）トリプルＰの実際

（1）グループトリプルＰ

１セッション（2 時間）を週１回、計８セッションを実施する。一つのグループは 10～15 名のグループとして、第 1～4 週では、トリプルＰワークブック、ビデオ(または DVD)を使用した講義、対応スキル習得のためのロールプレイを実施する。第 5～7 週には、電話セッションにより、各参加者の対応スキルの実施状況の確認、改善策等を話し合う。そして、第８週には全セッションの振り返りとまとめを行う。質問紙調査は、予め参加者に質問紙調査の参加の同意を得て、プログラム開始前、終了後、終了 12 週後の３回、郵送法にて実施する。

質問紙の内容は、親、子どもの基本的属性と子どもの問題行動に対する親が感じる難しさ、親の子育てスタイル、親の子育て適応感、親の子育ての経験等である。プログラム終了後、終了 12 週後の質問紙調査では、加えて 17 のスキルについて、よく使ったスキル、トリプルＰに対する評価である。子どもの問題行動に対する親が感じる難しさは、SDQ: Strengths and Difficulties Questionnaire の 25 項目 で、社交的行動・交友問題・多動性・行為問題・感情的症状の５領域に対する評価を行う。各領域のスコア、社交的行動を除いた 4 領域の困難度合計を算出する。親の子育てスタイルは、PS: Parenting Scale, 30 項目で測定する。3 つの子育てスタイル、「寛容しつけ」「権威主義的なしつけ」、「過剰に長い叱責」と総合スコアで評価する。親の子育て適応感は、Depression Anxiety Stress Scales, 42 項目で、大人の抑うつ、不安、ストレスの症状を測る。

（2）プライマリケアトリプルＰ

12 歳までの子どもをもつ親を対象に、親が心配している 1～2 つの問題行動や発達上の問題に対処するための支援であり、全体としての目標は、親の育児能力に対して自信、自己充足感を高めることにある。15～30 分のセッションを４セッション実施する。

第１セッションでは問題のアセスメントを行う。まず、インテーク面接を行い、プライマリケアトリプルＰの対象であるかを判断する。そして、親が問題に捉えている子どもの行動に対する記録を取るように、記録方法の説明を行う。　第２セッションでは、子育てプランの作成を行う。親が記録

図１ ワークブック

図２ 前向き子育てブックレット

をしてきた子どもの問題の記録についてアセスメントし、その問題行動の要因を検討しながら、子どもの問題行動に対する変化への目標を立て、トリプルＰが提供している 17 の子育てスキルを使って子育てプランを作成する。テキストとして前向き子育てブックレットや、子どもの年齢や問題行動に合わせたチップシートを選択して提示する。

第３セッションでは、第２セッションで立案した子育てプランを実践した結果を振り返る。子育てプランの進度を確認したり、上手く進んでいないようであれば、実行の妨げになるものに対処したり、子育てプランを改良する。また、その他の問題がないかの確認をする。

第４セッションでは、最終回でありフォローアップをする。子育てプランの進度を確認した上で、好ましい子どもの行動変化に対してその変化を維持するための検討をしたり、好ましい変化がなかった場合には今後の対応等に付いて話し合う。

３．倫理的配慮

対象者の募集にあたり、本学大学院療養学習支援センターのプロジェクトであること、研究のため、開始前・終了後・終了 12 週後に質問紙調査を依頼することを明記した。また、質問紙配布時に、研究目的、研究結果を目的外で使用しないこと、研究参加は自由意思であること、調査を拒否しても不

図３　幼児用チップシートの一例

図４　園児用チップシートの一例

図５　グループトリプルＰ講座中

図６　保育中の様子

利益を被らないことを説明した文書を添付した。本研究内容は、本学研究倫理委員会に倫理審査を申請し承認を得た(番号 22-45)。

Ⅲ. 結果および考察

ここでは、グループトリプルＰを受講した親のなかで、子どもの問題行動に対する親が感じる難しさ、親の子育てスタイル、親の子育て適応感、感想を中心に、プログラム開始前、終了後の結果について報告するため、これらのすべての項目で回答があった 24 名を分析した。

１．対象者の基本属性

対象者の平均年齢は、37.2 歳 (SD4.1) であった。プログラムの対象とした子どもの平均年齢は 6.3 歳 (SD1.8)、出生順位では半数以上が第１子であった。

２．親が感じる難しさ(表 2)

親が感じる難しさでは、行為問題、不注意/多動性、困難度合計で値の低下、社交的行動で上昇が見られたが、いずれの項目においても実施前・終了時で有意な介入効果を認められなかった。一方、感情的症状と交友問題では値の上昇が見られた。子どもの行動に対する親の認識は、ほぼ正常範囲の値であり、明確な変化はなかった。

３．親の子育てスタイル(表 3)

手ぬるさ、過剰反応、多弁さの総合スコアは、正常範囲の 2.6 以上であった。終了後には、手ぬるさを除く項目において、有意な値の低下があり介入効果が見られた。

４．子育て適応感(表 4)

親の子育て適応感では、抑うつ、不安、ストレスのいずれも正常範囲であった。終了後には、値が低下しているが有意な差ではなかった。

表２　SDQ：Strength and Difficulties Questionnaire

	正常	実施前		終了時		p 値
	範囲	平均	SD	平均	SD	
感情的症状	0-3	2.13	2.13	2.17	2.06	.885
行為問題	0-2	2.75	2.19	2.54	1.93	.364
不注意/多動性	0-5	3.33	2.24	3.13	2.13	.487
交友問題	0-2	2.00	1.50	2.08	1.72	.792
困難度合計	0-13	10.25	5.24	9.92	4.71	.599
社交的行動	6-10	5.88	2.51	6.00	2.41	.760

表３　PS：Parenting Scale

	正常範囲	実施前		終了時		p 値
		平均	SD	平均	SD	
手ぬるさ	2.4(0.8)	3.23	6.60	2.98	8.92	.089
過剰反応	2.4(0.7)	4.33	10.70	3.33	9.14	.000
多弁さ	3.1(1.0)	3.14	4.69	2.55	5.42	.000
総合スコア	2.6(0.6)	3.71	.547	3.05	.60	.000

表４　DASS：Depression Anxiety Stress Scale

	正常範囲	実施前		終了時		p 値
		平均	SD	平均	SD	
抑うつ	0-9	2.54	3.41	.88	1.60	.009
不安	0-7	1.92	2.08	1.67	1.52	.552
ストレス	0-14	5.00	4.25	4.58	3.72	.556

表５　17 の技術が役立ったか

	平均値	標準偏差
1 良質な時の共有	6.29	.96
2 話す	6.25	1.08
3 愛情表現	6.54	.884
4 ほめる	6.71	.624
5 気持ちを伝える	6.42	.881
6 活動を与える	6.17	.963
7 手本を示す	6.08	.974
8 適時を利用して教える	6.39	.941
9 アスク・セイ・ドゥ	6.30	.974
10 行動チャート	6.17	1.09
11 基本ルール	6.63	.647
12 会話による指導	6.46	.833
13 計画的な無視	6.04	.859
14 穏やかな指示	6.17	1.01
15 理にかなった結果	6.04	1.04
16 クワイエットタイム	5.29	1.37
17 タイムアウト	5.08	1.28

５．17 の技術について(表 5)

17 の技術が役立ったかどうかについて 7 段階で回答を求めた。15 の技術で 6 点以上であり、最も高得点は子どもをほめる技術、次いで愛情表現の技術であった。

６．プログラムに対する評価・感想(表 6、表 7)

プログラムに対する評価について 7 段階で回答を求めた。プログラムの内容の質、期待が 6.42 点、次いで役だった、満足度が 6.21 点であった。終了後の感想は表 7 の通りである。プログラムを学んでいく中で、子育てを振り返る機会になっていた。

表 6　プログラムに対する評価

	平均値	標準偏差
プログラムの内容の質	6.42	1.02
プログラムへの期待	6.42	.929
子どものニーズとの合致	5.67	1.44
あなたのニーズとの合致	5.88	1.33
どのくらい役立ったか	6.21	1.02
子どもの行動を扱うのに役立ったか	5.83	1.40
家庭の問題を扱うのに役立ったか	5.33	1.58
パートナーとの関係改善に役立ったか	4.13	1.30
プログラムへの満足度	6.21	1.06
トリプルＰをまた受けたいか	5.67	1.27
他の子どもの行動を扱うのに役立ったか	5.00	1.56
子どもの行動の評価	5.54	.93
子どもの行動が良くなった気持ち	5.79	.78

表 7　感想

・子育てや子どもを客観的に見れるようになることもあり、すごいことだなぁと思いました。
・トリプルＰに参加させていただいて、とても子どもと接する時間が楽しく思えるようになりました。今までまだ子どもだと思っていたのに、子ども一人一人がそれぞれ私の思っていた以上に心も成長していたと気付くその機会になりました。
・子育ての方法にもバリエーションがあって、子どもにもそれぞれの方法がある（合うもの合わないものを探すのも大変だけど…）自分の子育ての軸になるものかな…と思いました。（これからも…）
・実際に自分で行動チャートを試したりプログラムの中でほかの人と意見を聞けたことも役立ちました。

以上、プログラム実施前と終了後の結果をまとめた。有意に介入効果が見られたのは親の子育てスタイルであった。また、17 の技術が役立ったかどうかやプログラムに対する評価、感想を見ると概ね肯定的であった。母親が悩み、試行錯誤をしながら子育てをしている中で、プログラムを提供することは、子育ての一つの方法として有用であったと考える。 今回は開始前と終了後の結果をまとめたが、子育てにおいて必要なのは、プログラムで学んだ技術を子育て・子どもへの関わりの一つの方法として知っていること、それらを自分なりに使える技術として持っていることで、困難に対しても試してみようと思えることである。そして、この介入効果が持続することであるため、今後は終了後 12 週後の結果を含めて検討する。

おわりに

ペアレンティングプログラムの必要性は高まっており、トリプルＰは実施例が増えてきている。今後、本プロジェクトでは質問紙調査を続行すると共に、プライマリケアトリプルＰを実施し、その有効性を考察すると共に、子育て支援のあり方について検討を重ねていきたい。

謝辞

本プロジェクトの開催にあたりご尽力くださいました皆様、参加頂き、質問紙調査へのご協力を頂いたお母様方に感謝いたします。

文献

加藤則子：前向き子育てプログラム（トリプルＰ）の紹介、小児保健研究、65：527-533、2006.

梅野裕子、志村ゆう子、松本夕貴訳：エブリペアレントー読んで使える「前向き子育て」ガイド、明石書店 、2006.

柳川敏彦、平尾恭子、加藤則子、他：児童虐待予防のための地域ペアレンティング・プログラムの評価に関する研究―「前向き子育てプログラム（トリプルＰ）」の有用性の検討―、子どもの虐待とネグレクト、11(1)：54-67、2009.

～地域住民への感染予防策の普及～「感染症予防のための手洗い講習会」

齋野貴史　佐藤淑子　堀井理司

Ⅰ はじめに

昨年度に引き続き，地域住民に対し，インフルエンザ・食中毒への対策として，手洗いを主とした，感染予防策の啓発と普及を目的とした．

昨今，インフルエンザやノロウイルス，またはO-157を始めとする病原性大腸菌に関する頻繁な報道により，感染症予防策としての「手洗い・うがい・マスクの着用」に注目があつまっている．しかし乍ら，これら予防策は，新聞やテレビ等マスメディアによる視覚から得られる知識のみでは，具体的な行動として確立することは難しく，こと，推奨されるレベルの技術獲得に至るには，演習による体験型学習の必要があるといえる．この点において，就職・就学という集団教育が行い易い環境にいない住民には，この様な体験型学習の機会が得がたいものとなっている．これらの教育が受けづらいとされる住民とは，いわゆる老年者，幼児などである．これらの年齢階層は感染症被害の多い集団でもあるため，より，感染症対策の教育機会が重要であると考えられた．よって，感染看護を標榜する分野としては，昨年度に引き続き，これらのニーズに応えるべく，演習を盛り込んだ講習会を開催する必要があると考えた．

このたび，大阪府立大学看護学部療養学習支援センターから，活動助成を受けることが出来，予定された活動を終えるに当たり，今年度の活動内容とその結果，今後の課題について報告を行う．尚，本文中の写真は，発表を前提に受講者より撮影許可を得ている物を使用している．

Ⅱ 概要

1．計画

- *開催時期・回数*：　10/30　②11/27　③12/11　④H23 1/22　合計4回
- *対象者*：　20名／回程度（申込受付順）　年齢･性別など問わず．
- *形態*：　作成した資料を基に講義 － 実演 － サポートを付けた実技演習
  約2時間程度
- *場所*：　全ての内容を療養学習支援センターで行う．

- *内容*：
  インフルエンザ・食中毒（ノロウイスル・O-157）等の感染症予防策として，手洗いの重要性を説明し，具体策を示す．手洗いのポイントを実演しつつ解説し，その後に，学生サポートを付けた演習を，受講者各自で行ってもらう．
  - スライドを用いた講義．

- 手洗いは蛍光ローションを用い，洗い残し体験をしてもらうことで，自己の手洗い方法の見直しを図る．
- マスクの付け方と外し方を体験してもらうことで，自己の着脱方法の見直しを図る．
- アルコール消毒剤の有用性，使用法を体験してもらう．

方法 ①：　募集

- 開催 1 月程度前に，行政広報へ掲載できるよう依頼．(図 1)
  市民大学開催時にチラシの手渡し．
  藤井寺市掲示板への掲示依頼．
  LIC 羽曳野へのチラシの設置．
  羽曳野キャンパス周辺へのポスティング
  ↓
- E-mail や FAX で募集を行う．
  ↓
- 折り返し，決定通知を行う．
  ↓
- 当日

方法 ②：　当日の展開

- 講義
  ↓
- 実演
  ↓
- 技術演習
  (自分なりの手洗い)
  (実演で示した手洗い)
  ↓
- まとめ（アンケート記入･回収）
- 修了証として，手洗いのポイントをまとめたカード（図 2）を配布し，終了する．

方法 ③：　活動の評価

- アンケート結果をまとめ，内容の妥当性を検討．次回開催の是非を含めた洗い出し，感染対策についての問題点の洗い出しを検討する．

※実費は求めない．検討の結果，必要性があれば，消耗品等の実費を取り，継続性を確保すること，参加者の意識向上を考慮する．

2. 広報資料・配布資料

図１　募集広告とチラシ

図２　受講者に配布した手洗いマニュアル

配付資料：

- A4 サイズ ラミネート加工を施し，水栓付近に置き易くしたもの
- 手洗いの目安となる 15 秒相当の歌を表記

Ⅲ 結果

1．講習会について

♦ *開催*：

①10/30　②11/27　③12/11　④H23 1/22　（いずれも土曜日　13 時 30 分～15 時 30 分）

※実際には約 60 分程度

♦ *受講者*：　※羽曳野市広報，市民大学でのチラシを見ての応募

① 応募者無し

② 6 名応募（女性;２名　当日 4 名キャンセル）

③ 6 名応募（女性；4 名　男性 2 名）

④ 2 名応募（　　0 名　前日キャンセル）

図３　講義使用スライド

図４　講義

図５　演習

２．講義内容について

１）当日は，講義－実演－演習という順で展開した．講義はスライド(図３)投影しながら行い，「手洗いの目的やタイミング，具体的な方法」と「マスクの有用性と着用方法」「咳エチケットの考え方と具体的な方法」を解説した(図 4).

２）実演は，本来流水で行うものを，設備の関係から，ベースンとピッチャーを組み合わせて行った.

３）演習は，“汚れ”に見立てる蛍光ローションを両手に塗布し，両手が隈無く発光することを確認してから手洗いを行った．まず「普段通りの手洗い」を行ってもらい，その方法では洗い残しが発生するということを認識してもらった(図 5，6)．受講者の多くは，一般的にいわれている爪，拇指周辺，関節の皺、手首に洗い残しが認められ，講義-実演との整合性を認識できた．続いて，再びローションを塗布したあと「推奨される洗い方」を行ってもらい，洗い残しが格段と減ったことを認識してもらった．推奨される洗い方の実施に際し，図 2 の用紙を水栓横に設置し，受講者に参考にしてもらいつつ，サポート役の学生がそばについてアドバイスを行った.

演習中，最も配慮したことは，推奨される手洗い方法の習得を徹底することではなく，上手く洗えていないことから来る恐怖感を最小限にすることであった．そのため，表現や言葉遣いに配慮した.

４）感染の拡大に繋がる「物から手，手から顔への汚染」を視認してもらうために，予め蛍光ローションを塗布した手をドアノブや座席に押しつけ(図 7)，また講師の鼻を中心とした顔や髪にこすりつけておいた(図 8)．これにより，更に手洗いの重要性を認識してもらうのと同時に，家屋の掃除のポイントやマスク着を正しく着用する必要性を認識してもらった.

図６　洗い残し

図７　接触による感染拡大(物から手)

図８　接触による感染拡大(手から顔)

３．使用機器について

今回の取り組みで目的の一つとした．洗い残しを視認するために用いた機器(図 9)について説明する．

通常，市販されている電気スタンドに特定の波長を出すことに特化したブラックライトを装着した物である．電気スタンドを普通に使うままでは，光線が一方のみとなり，手を隈無く光らすには線量不足となるため，下に１台設置し，二次光を期待して，シェードと段ボールにアルミ箔を貼りレフ板とした．この工作と設置方法で，期待された発光が得られた(図 10).

特徴としては，手洗いトレーニング機として市販されている物よりも，１台あたり 1／6～7 の価格で作成できること，光源がオープンであるため説明やデモンストレーションが行い易いこと，大人数が一度に比較しあったり楽しみながら視認できること，１台ずつとすれば個別のトレーニング(一人であれば１台の光量で対応可)にも対応できること等があげられる．

今回は，ハンドグリップタイプを用意し，講師が歩き回りながら受講者に関われたり，汚染の拡大についての説明を行いやすくすることが出来た．

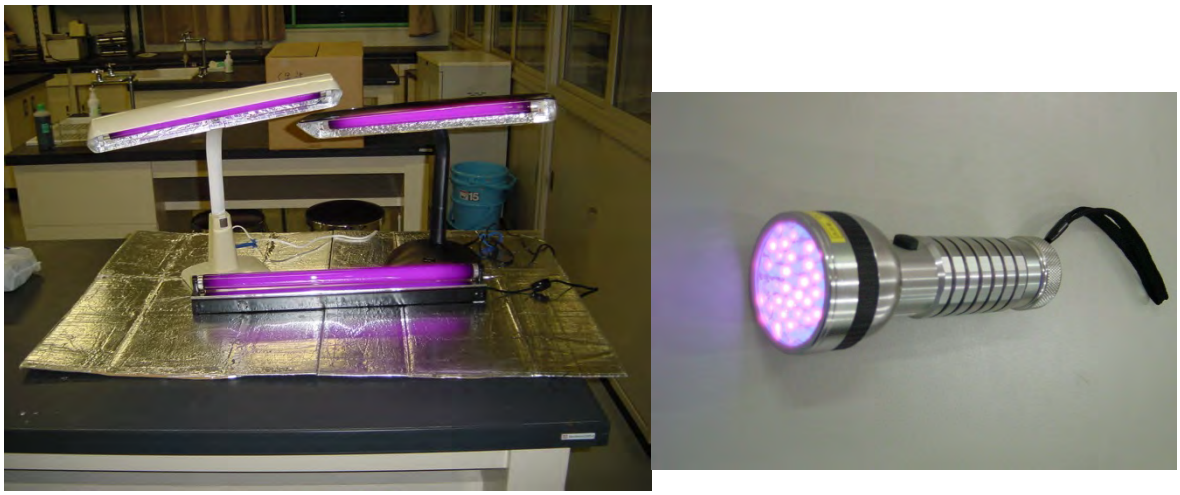


図 9　ブラックライト外観

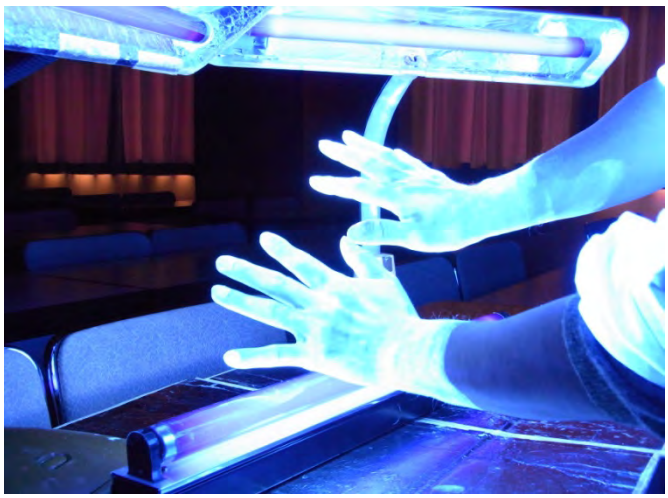


図 10　室内用消灯(蛍光ローション発光)

４．アンケートから

■　内容は期待に添うものでしたか?

→「具体的で良かった」「期待通りであった」等の記載から，満足が得られたと考える．

■　時間は適当でしたか?

→「丁度良かった」「適当な時間だった」等の記載から，適当であったと考える．

■　今後自身で実践できそうでしょうか?

→「実践できるか否かは解らないが，前向きに努力する」「パートで参加しているデイサービスでも広めていきたい」等，概ね良好な記載認められた．

■　その他

→「手が光って解りやすかった」等，視覚的な印象が強く，手洗いを強く意識できたような記載が認められた．

以上は代表例であるが，特に改善点を指摘されることもなく，講習会全般として概ね好評であったと考える．

５．今後の課題

■　インフルエンザ流行の中，来られた受講者は総じて感染症予防意識が高く，積極的であった．講習会でのようすや感想から，今回の内容で，高い満足感を得ると共に技術の習得は可能であったと考える．従って，講習会自体は成功したと考えた上で，今後は，感染症予防策に興味がない者（手洗いを学びなおす必要性を認めない者）にいかに講習会を浸透させていくかが課題となる．

■　今回は昨年の反省を踏まえ，チラシを置く場所を増やすことや，ポスティングを行うなど，積極的に広報活動には力を入れたが，結果，少人数での開催となった．しかし，受講者からもニーズがあることがうかがえることから，講習会自体の有用性はあると考えられる．今後に繋げるためには，講習会開催を他の企画と連動させるなどし，必要ならば，公民館など施設外への出張なども考える必要がある．

Ⅳ　まとめ

■　受講者の満足感も高く，自己の手洗いについて見直すきっかけとなった．

■　今回は，結果的に少人数となったことで，質問しやすい等のよい環境が作り出せた．

■　蛍光ローションを用いた視覚に訴える方法は，一般人にも活用できることがわかった．

■　機材の工夫で，安価に大人数を対象とすることが出来る可能性がわかった．

■　来られた受講者は総じて感染症予防意識が高く，また，積極的であった．今後は感染症予防策に興味がない者にいかに講習会を浸透させていくかが課題となる．

■　講習会自体は有意義であると考えられるが，更なる普及のためには，広報活動に力を入れること、開催形態の変更も視野に入れ検討する必要がある．

最後に，このような活動の機会を頂けましたことを，関係頂いた皆様にお礼申し上げます．

家族への看護を考える会

岡本双美子、中山美由紀、平松瑞子、藤野百合（博士後期課程）

Ⅰ．活動目的

近年、さまざまな社会的ニーズに応じて、看護学の対象の広がりが見られるようになり、より質の高いケアをめざすためには、家族をも看護の対象として援助することが重要であると認識されるようになった（鈴木ら, 2008）。しかし、わが国の家族看護の教育や研究の歴史は浅く、未だ基礎教育には明記されていない。そのため、家族看護を学ぶニーズはあるものの、学ぶ機会がない現状があり、専門看護師や認定看護師などのリソースナースから、家族看護を学ぶ機会の要望があった。そこで、昨年度から 2～3 か月に 1 回、事例検討会を実施したが、リソースナースだけでの検討では、家族への看護の質の向上には限界があり、より広く臨床看護師とともに家族への看護を考える必要があると考えた。

本活動の目的は、さまざまな分野の臨床看護師に家族看護について学習する場を提供することである。そこで、本活動の初年度である平成 22 年度におけるテーマを「家族をシステムとして視る」とし、目的を、家族看護について、家族をシステムとして視る視点を習得すると共に、家族への看護事例におけるリソースナースの関わりや事例検討を通して、家族システム看護の理解を深めることとした。

Ⅱ．活動方法

１．参加者：家族看護に興味のある臨床看護師で、第 1 回・第 2 回に参加できる約 30 名

２．募集方法：主に大阪府下にある病院約 50 病院へチラシを配布するとともに、本学療養学習支援センターホームページにチラシを掲載した。
申し込みは、往復はがきか FAX とした。

３．場　所：大阪府立大学　中之島サテライト教室　２階講義室

４．活動内容：

今年度の勉強会の活動内容として、第 1 回を入門基礎編とし、講義を中心に家族をシステムとして視る知識の提供を行い、第 2 回を入門実践編とし、さまざまな分野の専門看護師による家族への看護の実践事例の報告を行うこととした。最後の第 3 回を応用編とし、意思決定支援についての講義による知識の提供と、グループディスカッションによる事例検討にて、家族をシステムとして視ることの理解を深めることとした（表１）。

５．各回の目的：

１）第 1 回入門基礎編：家族看護についての基礎知識を学習すると共に、家族支援専門看護師（CNS）の実践事例を通して家族看護についての理解を深めること

２）第 2 回入門実践編：家族看護の実践事例を通して、家族への看護について考えること

表１　平成 22 年　家族をシステムとして視る　勉強会（活動）内容

開催日時	テーマ	担当
第１回 2010 年 12 月 13 日（月） 13：30～16：00 入門基礎編：講義	家族への看護とは 家族看護とは： 　システムとして家族を視る 実践事例の紹介	中山美由紀 藤野崇（近畿大学医学部附属病院 家族支援専門看護師）
第２回 2011 年 1 月 31 日（月） 13：30～16：00 入門実践編 ：シンポジウム	実践報告（4 分野、各 25 分） 質疑応答・まとめ	石見和世（大阪府立母子保健総合医療センター 小児看護専門看護師コース修了） 能芝範子（大阪大学医学部附属病院 急性・重症患者看護専門看護師） 横田香世（関西電力病院 慢性疾患看護専門看護師） 大塚典子（神戸市立医療センター西市民病院 がん看護専門看護師） 藤野崇
第３回 2011 年 2 月 14 日（月） 13：30～16：00 応用編：事例検討	講義：意思決定への支援とは 事例紹介 グループディスカッション 発表・まとめ	岡本双美子 大塚典子（神戸市立医療センター西市民病院 がん看護専門看護師） 藤野崇

３）第３回応用編：意思決定に関する基礎知識を学習した上で、意思決定に関わる事例を通して、家族をシステムとして視ることで家族への看護について考えること

Ⅲ．活動結果

１．参加者：第１回　３５名、第２回　２９名、第３回　２４名

・年齢：第１回参加者（３５名）

年齢	20 歳代	30 歳代	40 歳代	50 歳代	60 歳代
人数（／３５）	６	１９	９	１	０

・臨床経験

臨床経験年数	1～5 年	6～10 年	11～15 年	16～20 年	20～30 年	無記入
人数（／３５）	４	１２	７	８	２	２

最短：1 年目、最長：30 年目

・所属

所属	母性	小児	NICU	ICU	CCU	救急	外科	緩和ケア	一般病棟
人数	2	7	3	5	1	1	2	3	3

その他：地域連携２名、血液内科、精神、内科、神経内科、在宅、無記入、各１名

・看護専門学校・大学等で家族看護を学んだ経験：有９名、無２３名、無記入３名／３５名

有：兵庫県立看護大学（現：兵庫県立大学）１名、大学の講義１名、
認定看護学校３名、家族システム論１名

・今までに研修会などで家族看護を学んだ経験：有１１名、無２２名、無記入２名／３５名

有：患者・家族のメンタルサポート、クリティカルケア領域における家族ケア
学会１名、渡辺裕子先生の研修会２名、
日本家族看護学会　家族研究所の研修・セミナーを受講１名

・勉強会を何で知ったか（複数回答可）

広報	病院掲示チラシ	府大看護の HP	上司や同僚の紹介	その他
人数	２１	4	7	３：中山先生の紹介２名

・勉強会に参加したいと思ったのは何故か（複数回答可）。

参加理由	テーマ	講師	講義内容	シンポ	事例検討	府大看護	場所	時期
人数	３５	3	２１	2	5	7	4	0

その他：看護学校では明確に学んでおらず、臨床で大切なことなので基礎からきちんと学びたかった

写真１　第１回入門基礎編の講義風景

写真２　第１回入門基礎編の講義風景

写真３　第１回入門基礎編の実践事例紹介風景

写真４　第２回入門実践編の報告風景

写真５　第２回入門実践編の報告風景

写真６　第２回入門実践編の報告風景

写真７　第２回入門実践編の報告風景

写真８　第２回入門実践編の質疑応答風景

写真９　第３回応用編の講義風景

写真 10　第３回応用編のグループ発表風景

写真 11　第３回応用編の発表のまとめ風景

写真 12　第３回応用編のまとめ風景

２．アンケート結果から

１）第１回～第３回までのアンケート結果から

表２　アンケート結果

			大変興味深かった	興味深かった	どちらとも言えない	興味深くなかった	全く興味がなかった	無記入
第１回	35名	家族への 看護	１５	１９	1	0	0	0
		家族看護＊	6	２６	3	0	0	0
		実践報告	１２	２２	0	0	0	1
第２回	29名	小児	１４	１４	1	0	0	0
		急性	１３	１５	1	0	0	0
		慢性	１５	１１	3	0	0	0
		がん	１４	１３	1	0	0	1
		全体＊	１１	１７	0	0	0	1
第３回	24名	意思決定支援＊	7	１６	1	0	0	0
		事例理解＊	１０	１２	2	0	0	0
		事例より意思決定支援の理解＊	7	１５	2	0	0	0
		家族システム＊	１１	１２	1	0	0	0

＊理解が深まったか

２）自由記述から（抜粋）

＜第１回：講義＞

・グループで意見交換ができ、違う視点でも捉える事ができ、良かった。

・家族システムへの介入についても、もっと具体的に教えて頂きたい。

・抽象的な部分が多く、イメージがつきにくく、難しかった。

＜第２回：実践報告＞

・日々の小さな関わりの積み重ねが大切だと思った。

・家族全体を見る、役割を見る、相互作用を見る、方法、介入の仕方を学ぶことができた。

・普段の支援に家族看護としての意味づけができた。意図的な関わりが今後できるようになると思われる。また、自分だけでなく、他のスタッフ、病棟看護師とも学びを共有していきたいと思う。 これが、さらなる家族看護につながっていくと感じる。

・家族をどうアセスメントすればよいのか少しはわかったと思う。患者、家族の個々、サブシス

テム、全体像や関係性をみていくためには、事例の振り返り分析し、どんな情報が不足してているのか検討すること、文章や家族関係図（エコマップ）におこしてみることが大切だと思った。

・実際の業務でどのように活用していけるのか・・・

＜第２回：その他＞

・いつもしていることを理論に基づき根拠付けることが大切だと感じた。

・システムとして視点を持つために、今回の各分野のスペシャリストの方の実践報告はとても良かった。各分野で話されていた各の理論を基礎の中でしっかり自分の中で理解できていれば、もっと深く理解し実践に活かせたのではないかと思う。もう少し、１クールの中の回数を増やして（１年を通して毎月１回 etc）いただければうれしい。

＜第３回：講義＞

・私たちが決めることではなく、本人家族が決定することとわかった。

・第一のステップとして状況や問題の把握、家族がどう認識しているかをとらえるかが重要ということがとても納得できた。

＜第３回：事例検討＞

・自分が思いつかない案が聞けて考えが深まった。

・自分の考え以外にも家族を視るシステムについて考え、幅広い捉え方ができた。支援についても整理できた。

・事例を通して今まで教えて頂いたことの応用ができた。

・具体的な働きかけ、アプローチの仕方、家族システムの見方を学べた。

・今ある情報だけでなく求められる情報と援助の方向性が考えられた。

・理解できた部分と難しい部分があった。

＜全３回を通して家族をシステムとして視ることの理解＞

・本人や良く発言する家族に焦点をあてがちであったが全体をみて関わっていくことの大切さを改めて実感した。今後の看護に役立てたい。

・家族をシステムとして視る、ということが少しわかったが、現場に帰ってスタッフと話をしてもかみ合わないことがあって、うまく説明できなかった。まだ、説明できるまではわかっていないのかと思う。今後も勉強を続けたい。

・家族をただ背景ととらえていた。看護介入の仕方、視点を学ぶことができた。

・まず、これらの事例は、どれも似たような経験があったが、カンファレンスで問題となってなかったことで、介入以前に、介入が必要な危機的な状況なのだと知った。臨床で率先して伝達していきたい。

＜今後の企画希望＞

・看護倫理について学びたい。

・家族役割緊張のパス化について
・家族への看護や意志決定への支援は、特に、急性期病院ではパス化が進む中、見落としがちなものであると思う。個別的なことなのでなかなか難しいかもしれませんが、何かツールとして考えられるようなものを、みんなが考えられるような企画があれば是非参加したい。
・臨床への導入、応用のしかたと、どう使っていくのか？
・事例検討会をどんどんしたい。事例を通して家族看護介入を具体的に解説講義して欲しい。
・もっと事例を通して家族看護の理論や解決方法を知る必要があると思った。是非、年間を通して回数を増やして勉強会を開いて欲しい。
・もう少し、家族をシステムとして視るというところに時間を割いて頂きたかった。
・もう少し、回数を増やして頂き細かい説明をしていただけるとうれしい。
＜リソースナースの意見＞
・実践を振り返り、講義することで自身の学びとなった。また、臨床看護師からのフィードバックがもらえ、良かった。
・参加者の実践が見えなかった。
・グループワークは、システムとして視ることをじっくり考えることができる機会になった。しかし、まだ十分ではない。
・スキルアップシステムを作るには、まだ浅い。
・同じ方向性でもう一年、家族看護を広めていく必要がある。
・講義で基本的な内容を入れていく必要がある。
・将来的には、コンサルテーションのシステムを作れるのではないか。

Ⅳ．まとめ

今年度は家族をシステムとして視る視点を習得すると共に、家族看護の理解を深めることを目的として、3回の勉強会を開催した。その結果、全3回の参加者２４名のアンケート結果から、臨床看護師にとって、家族看護を学ぶ良い機会となったことに加えてさらなる学習のニーズが存在した。そのため、今後も継続して学習の場を提供する必要があると考える。

また、今回、臨床看護師のみならず、専門看護師や認定看護師などリソースナースにおいても、実践における家族看護について振り返る良い機会となり、リソースナースへの学習の場としても今後も継続する必要があると考える。

今後は、家族看護の視点を広めることと同時に家族看護への理解を深める企画を検討する必要があると考える。

引用文献

鈴木和子・渡辺裕子：家族看護学　理論と実践　第3版、日本看護協会出版会、pp4-8、2008

健康フェアの開催状況

療養学習支援センターの地域住民への広報活動として、平成 19 年度に引き続き羽曳野キャンパス杏樹祭の開催時に「健康フェア」を開催した。

1．開催日時

1）日時：平成 21 年 10 月 26 日（日）12 時～14 時

2）場所：療養学習支援センター

2．内容：

① 計測：骨密度、体組成（体脂肪、筋肉量、肥満度）、握力、身長、体重

② 健康相談（測定結果の説明と保健指導）

③ 健康体操（フィトネスバンドを用いた健康体操）

④ プロジェクト活動紹介（活動パンフレットの展示）

⑤ 闘病記文庫活動の紹介

3．参加者

52 名（男性 17 名、女性 35 名）平均年齢 58.7 歳（34 歳から 85 歳）

羽曳野市、藤井寺市 35 名、その他の市町村 15 名

今回の参加が初回の方 33 名、2 回目 11 名、3 回目 7 名

4．スタッフ

教員 18 名　大学院生 5 名

5．広報活動

・事前に、地域住民への広報として LIC はびきのにチラシ 50 部配布、はびきのキャンパス公開講座の参加者にチラシを 100 部配布した。

・学内への広報としては、全教職員、大学院生にチラシを配布した。

・健康フェア当日は、杏樹祭の参加者にチラシ 85 部を配布し、参加を呼びかけた。

6．健康フェアの反省会

・参加者はどこから測定に行けばいいのか分かりにくいようであった。誘導のやり方に工夫が必要と考えられる。表示を充実させる必要がある。

・全体として、参加者は計測や体操に関心が高く、健康指導も熱心に聴いていたことから、センターの PR として今後も健康フェアを継続していくことは意義あると思われる。

文責：療養学習支援センター　中山美由紀

研究助成・プロジェクト活動助成による報告会の開催

平成 23 年 2 月 9 日(水)の 14:30 から B201 教室において平成 22 年度・療養学習支援センター報告会が開催され，5 グループ（研究助成：3 グループ，活動助成：2 グループ）の発表が行われた。

	発表者	助成	時間	報告タイトル
1	牧野裕子　准教授	研究	20 分	高齢者のための認知機能低下予防教室「脳いきいき教室」の評価
2	楢木野裕美　教授	研究	20 分	前向き子育てプログラム(トリプル P)の実践とその効果
3	古山美穂　助教	研究	20 分	府下高等学校における生と性教育プログラムの実践
4	齋野貴史　助教	活動	10 分	～地域住民への感染症予防対策の普及～「感染症予防のための手洗い講習会」
5	岡本双美子　准教授	活動	10 分	家族への看護を考える会

中村療養学習支援センター主任の司会のもと，研究助成を受けたグループは 20 分，活動助成を受けたグループは 10 分の発表を行い，フロアからの質問とそれに対する回答があった。

終わりに，高見沢療養学習支援センター所長から，これまでセンターとして多くの実践活動が地道に継続されて地域貢献に寄与していること，療養学習支援センターの助成金を得て開始した研究及びプロジェクト活動が科学研究費補助金獲得につながる例が見られており，研究シーズ育成の役割を果たしているという総括があった。

文責：療養学習支援センター
広報担当　階堂　武郎

療養学習支援センター運営委員会
広報活動

階堂　武郎，籏持　知恵子

活動の実際

療養学習支援センターの広報活動として，平成 22 年度は(1)広報用パンフレットの更新と配布，(2)療養学習支援センターの活動内容を紹介するための Web ページの更新、(3)療養学習支援センター主催の健康フェア案内チラシの作成と配布を行った。

1．広報用パンフレットの更新と配布

前年度と同様に近隣のバス停（府立大学羽曳野キャンパスまたは府立医療センター）から徒歩で来学すると最初に見える管理棟の写真を表紙に掲載したが，発行年度が明確になるように，年度を白抜きの数字で表示した。A3 版見開きのページには、活動紹介として、内容、時期、担当者、問い合わせ先などが一覧できるように 9 個のプロジェクト活動を配置した。裏表紙には、闘病記文庫の貸し出し案内と、療養学習支援センターへのアクセス方法を記載した。

これらのパンフレットは、表 1 に示すように、本学関係者だけではなく地域住民にも周知してもらうために、公開講座や大学関連行事の際の参加者にも配布した。

2．療養学習支援センターの活動内容を紹介するための Web ページの更新

療養学習支援センターでは電話相談、患者相談、情報提供サービスが行われていることを周知するため、Web ページにプロジェクト活動の内容を掲載している。平成 22 年度もすべてのプロジェクト活動の内容を更新し、例えば杏樹祭（学園祭）に合わせて開催される健康フェアの案内などを「お知らせ」として、タイムリーなニュースを Web ページ上に適宜掲載した。

3．療養学習支援センター主催の健康フェア案内チラシの作成と配布

平成 22 年度も，前年度に引き続いて，地域住民に身体に関連する健康情報と療養情報を提供することを目的として，健康フェアを開催した。この広報活動として，作成した案内チラシを，近隣地域住民，健康フェアと同時期に開催された杏樹祭(学園祭)への参加者に配布した（表 1)。

表１　2010 年度療養学習支援センターの広報活動

＜広報物配布＞

	配布先	療養学習支援センター パンフレット	健康フェア ちらし
1	羽曳野キャンパス教員	110 部	111 部
2	羽曳野キャンパス職員	33 部	33 部
3	看護学研究科大学院生	80 部	83 部
4	非常勤講師控室	20 部	－
5	公開講座・参加者	100 部	100 部
6	認証評価・保存分	－	－
7	部局長連絡会議		50 部
8	LIC はびきの	50 部	50 部
9	杏樹際・参加者	－	100 部
10	健康フェア・参加者	50 部	100 部
11	各プロジェクト代表	210 部	－
12	羽曳野事務所長	－	－
13	監査・資料	20 部	－
	計	673 部	627 部

大学院看護学研究科

療養学習支援センターのご案内

大阪府立大学
OSAKA PREFECTURE UNIVERSITY

大阪府立大学大学院看護学研究科
療養学習支援センター運営委員会

大阪府立大学大学院看護学研究科には、
経験豊富なスタッフが多数そろっています。
療養学習支援センターでは、
これらのスタッフが中心となって地域の皆さまとともに
すこやかな生活を支える活動を行っています。
ぜひ、ご利用ください。

脳いきいき教室 ～いつまでも若く！脳の体操！～

「物忘れして…」と、気になっていませんか？
この教室では、脳を活性化するプログラムを通じて、
健康の維持・増進をはかっていきます。

内容 健康チェック・健康ミニ講座・
認知機能トレーニング・軽い運動など

対象 65才以上の方で、体が弱ってきたと感じている方、
認知症の診断・治療を受けていない方
（4回とも参加できる方）

時期 月曜日コース　10月4日・18日、11月1日・8日
火曜日コース　10月5日・19日、11月2日・9日
いずれも、13時30分～16時30分

担当 中村裕美子・牧野裕子・太田暁子・平松瑞子

問い合わせ 牧野裕子（TEL　072-950-2931）
太田暁子（TEL　072-950-2915）

家族への看護を考える会

臨床看護師を対象に、さまざまな分野の壁を越えて、
リソースナース（専門看護師・認定看護師）とともに、
家族への看護について学ぶ機会を企画しました。
家族が抱える問題について、多くの知恵を寄せ合い、
意見を出し合って、最終的には問題を
解決することをめざしています。
家族への看護について一緒に考えてみませんか？

内容 ①家族看護に関する講義　②事例検討　③その他

時期 10月、12月、2月（2カ月に1回3時間程度）

担当 中山美由紀・岡本双美子・平松瑞子

問い合わせ 岡本双美子（TEL&FAX 072-950-2818）
（email　fumiko@nursing.osaka-fu.u.ac.jp）

前向き子育てプログラム：トリプルP

―子育ての悩みを解決するためのプログラム―

トリプルPは、世界16カ国以上で実施されている参加体験型のプログラムで、
お子さんの自尊心を育み、育児を楽しく前向きにしていくようにデザインされています。
お子さんの発達や気になる行動などさまざまな問題について、参加者の方々と
話し合いながら問題を解決し、子育てを楽しくしていくための8回連続講座です。

概要 第1～4回：グループワーク、講義、話し合い、ロールプレイなど
第5～7回：週1回ご自宅への電話による約20分のセッション
第8回：復習、話し合い、まとめ

時期 10月から8回

対象 幼稚園児をもつ保護者

定員 12名（申し込み制・先着順）

担当 楢木野裕美・上野昌江ほか　トリプルP認定ファシリテーターが担当します。

問い合わせ 楢木野裕美（TEL　072-950-2825）
上野昌江　（TEL　072-950-2935）

活動

個人情報の取り
十分配慮いた
お聞きした内容
特定されること
相談は匿名の扱いでお

長期療養が必要な病気の相談

内容 糖尿病・慢性呼吸器疾患・炎症性腸疾患・
心疾患（心不全・高血圧）・肝疾患などの
長期療養の必要な病気に関する情報提供や
相談を電話で行っています。

担当 山本裕子・籏持知恵子

ホッとの集い

慢性呼吸器疾患で在宅療養されている方々の集いの場です。
在宅酸素療養を始めたばかりの方や、同じ呼吸器疾患療養
されている方々の知恵を聞きたい方はぜひお越しください。
療養生活に役立つ内容です。

内容 呼吸筋ストレッチなどの体操や日常生活に
ついての参加者による情報交換、効果的な
日常生活動作の振り返りなど

時期 8月～11月（月1回第1木曜日）14時～16時

担当 池田由紀

つばさの会

炎症性腸疾患（潰瘍性大腸炎・クローン病）で
在宅療養されている方々とそのご家族の会です。

内容 参加者同士の交流会や医療講演会などを
実施しています。

時期 10月31日13時～16時 開催予定

担当 石橋千夏・長谷川智子

これら3つに関するお問い合わせは…

問い合わせ 籏持知恵子　（TEL　072-950-2784）
池田由紀　（TEL　072-950-2793）
山本裕子　（TEL　072-950-2792）

手術についてのお悩み相談

手術を受けることは、ご本人・ご家族にも人生においても大きな出来事です。そのため、ご本人・ご家族は手術前に心細く不安になることもあります。
また、手術後病院に行くほどではないけれど気がかりなことで悩んでしまうこともあります。そこで、手術前の過ごし方や医師・看護師との関わり方、その他、療養生活に関する悩みや気がかりについて、お困りのことがございましたら、ご相談をお受け致しております。お気軽にお電話ください。

相談日 毎月第1・第3水曜日　14時～17時
担当 高見沢恵美子・石澤美保子・橋弥あかね
竹下裕子・梶村郁子・古谷緑
問い合わせ TEL　072-950-2111〈代表〉

感染予防のための手洗い講習会

ここ最近，食中毒や新型インフルエンザが世間をにぎわせています。これらへの対策として、手洗いが勧められていますが、『適切な手洗い方法』を体験する機会は少ないのではないでしょうか？ そこで私たちは、皆さんに気軽に参加できる「手洗い講習会」を企画しました。

内容 講義：①インフルエンザや食中毒の予防について
②手洗いの基本と注意点について
演習：手洗い効果を目で見て確認
〈特殊な機器でチェック！〉
時期 10月、11月、12月、1月で計4回
（詳細は自治体の広報誌に掲載予定）
担当 齋野貴史・佐藤淑子・堀井理司
問い合わせ 齋野貴史　（FAX　072-950-2121）
（e-mail　saino@nursing.osakafu-u.ac.jp）

紹介

取り扱いには、
いたします。
内容から個人が
ことのないよう
でお受けいたします。

学校などにおけるセクシュアリティ教育

セクシュアリティ教育は人間のライフサイクルのどの年代にも必要なことだと考えています。学校のみならず、職場や地域で子どもをもつご両親、成人期、更年期あるいは更年期以降の方を対象にしたセクシュアリティ教育についてもご相談に乗ります。

内容 高等学校の先生と授業内容や授業方法を検討しながら男女交際のマナー、避妊や性感染症予防などについて学年・クラス・グループ単位で講演や授業を行っています。
時期 出張による活動を主体としていますので依頼があれば調整します。
担当 井端美奈子・古山美穂 ほか
家族支援看護学領域母性看護学・助産学担当教員
問い合わせ 井端美奈子（TEL　072-950-2808）
（e-mail　m-ibata@nursing.osakafu-u.ac.jp）
古山美穂　（TEL　072-950-2799）
（e-mail　mfuru@nursing.osakafu-u.ac.jp）

患者アドボカシー相談

患者アドボカシー相談では、医療機関を活用される患者様・ご家族のみな様の、さまざまなお困りごとのご相談に応じています。アドボカシーとは、権利の主張や擁護を意味する言葉ですが、実際に医療を受ける立場に立つと、患者の思いを主張するのはなかなかに容易なことではありません。そこで、私どもは病院職員とは異なる立場から、みな様が「賢い患者」となってうまく医療機関を活用できるようお手伝いをしたいと思っています。
ご意見や苦情についてお話をお伺いし、問題解決に向けて相談者の皆様の「持てる力が発揮される」ことを活動のねらいとしています。

相談日 毎週火曜日・木曜日　12時～16時
（来所によるご相談も受けています。）
担当 小笠幸子（看護管理学・不妊相談）
山居輝美（基礎看護学）

肺がん患者さんのご家族のためのサロン

肺がん患者さんのご家族を対象にして、たいへんな状況を乗り越えるためのサロンを開催しています。おいしいお茶を飲みながら一緒にお話しませんか？

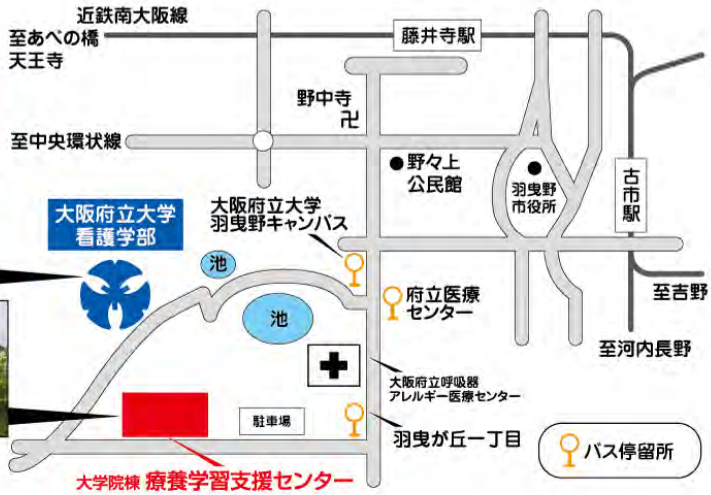
内容 1回2時間程度の2回シリーズです。
患者さんやご家族の体験、ご家族が患者さんのためにできることやストレス解消方法、利用できるサービスや医療者とのコミュニケーションについてなどの情報提供と意見交換を行います。
時期 開催の1～2ヶ月前に療養学習支援センターホームページやチラシでお知らせして、参加者を募集します。
担当 林田裕美・田中京子・田中登美
橋弥あかね・梶村郁子・竹下裕子
問い合わせ 林田裕美（TEL　072-950-2111〈代表〉）
（e-mail　yumihay@nursing.osakafu-u.ac.jp）

闘病記文庫貸し出しのご案内

- どなたでもご自由にご利用いただけます。
- 貸出をご希望される場合には、利用登録が必要です。
- 利用できる時間
  - ▶ 月曜日～金曜日 9:00～17:00
  - ▶ 土曜日 10:30～19:00
- 貸出について
  - ▶ 貸出冊数 … 3冊まで
  - ▶ 貸出期間 … 3週間
- 本は羽曳野図書センター内に所蔵されていますので、開館時間内にご利用下さい。
  http://www.lib.osakafu-u.ac.jp/gakubu/nursing/index.html

アクセス

住　所	〒583-8555 羽曳野市はびきの 3-7-30
電　話	072-950-2111
ホームページ	http://www.nursing.osakafu-u.ac.jp/center/
道　順	療養学習支援センターは大学院棟にあります。 近鉄バス（四天王寺大学行き）「羽曳が丘一丁目」 （府立呼吸器・アレルギー医療センターの次のバス停）下車。 医療センターの建物を右に見て歩くと、バス停から ５分ほどで到着します。



2010.9 1500

大阪府立大学大学院　看護学研究科　Graduate School of Nursing, Osaka Prefecture University

- 長期療養が必要な病気の相談
- 前向き子育てプログラム：トリプルP
- 脳いきいき教室
- 感染予防のための手洗い講習会
- 学校等における出張セクシュアリティ教育
- 患者アドボカシー室（患者相談窓口）
- 肺がん患者さんのご家族のためのサロン
- 手術についてのお悩み相談
- 先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
- 家族への看護を考える会
- 交通アクセス
- ホーム

大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

療養学習支援センターのご案内

いろいろな患者相談をはじめました。ぜひご利用ください。

療養学習支援センターは、地域の皆さまと共に
皆さまのすこやかな生活を支える大学の窓口です。

療養学習支援センターでは、電話相談、患者相談、
情報提供サービスを行っています。

お知らせ　What's New

- 看護師さんのための「家族をシステムとして視る」勉強会を開催します。 ***New***
- 手術のお悩み相談に「手術を受ける方のサポートプロジェクト」のページが開設されました ***NEW***
- 肺がん患者さんのご家族のためのサロンを開催します（終了しました）
- 杏樹祭で健康フェアを開催します（終了しました）

大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

長期療養が必要な病気の相談
前向き子育てプログラム：トリプルP
脳いきいき教室
感染予防のための手洗い講習会
学校等における出張セクシュアリティ教育
患者アドボカシー室（患者相談窓口）
肺がん患者さんのご家族のためのサロン
手術についてのお悩み相談
先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
家族への看護を考える会
交通アクセス
ホーム
大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

長期療養が必要な病気の相談

1．電話相談

【内容】
糖尿病･慢性呼吸器疾患･炎症性腸疾患・心疾患（心不全・高血圧）・肝疾患などの長期療養の必要な病気に関する情報提供や相談を電話で行っています。

【担当】
山本裕子・籏持知恵子

2．患者会

ホッとの集い

慢性呼吸器疾患で在宅療養されている方々の集いの場です。在宅酸素療養を始めたばかりの方や、同じ呼吸器疾患で療養されている方々の知恵を聞きたい方はぜひお越しください。療養生活に役立つ内容です。

【内容】
呼吸筋ストレッチなどの体操や日常生活についての参加者による情報交換、効果的な日常生活動作の振り返りなど

【時期】
8月～11月（予定：月1回第１木曜日）14時～16時

【担当】
池田由紀

つばさの会

炎症性腸疾患（潰瘍性大腸炎・クローン病）で在宅療養されている方々とそのご家族の会です。

【内容】
参加者同士の交流会や医療講演会などを実施しています。

【時期】
年1回、集まりがあります。
平成22年10月31日13時～16時、開催予定

【担当】
石橋千夏・長谷川智子

問い合わせ先

籏持　知恵子（TEL:072-950-2784）
池田　由紀　（TEL:072-950-2793）
山本　裕子　（TEL:072-950-2792）

長期療養が必要な病気の相談
前向き子育てプログラム：トリプルP
脳いきいき教室
感染予防のための手洗い講習会
学校等における出張セクシュアリティ教育
患者アドボカシー室（患者相談窓口）
肺がん患者さんのご家族のためのサロン
手術についてのお悩み相談
先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
家族への看護を考える会
交通アクセス
ホーム
大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

前向き子育てプログラム：トリプルP

-子育ての悩みを解決するためのプログラム-

トリプルPは、世界16カ国以上で実施されている参加体験型のプログラムで、お子さんの自尊心を育み、育児を楽しく前向きにしていくようにデザインされています。お子さんの発達や気になる行動などさまざまな問題について、参加者の方々と話し合いながら問題を解決し、子育てを楽しくしていくための8回連続講座です。

＜プログラムの概要＞

第1～4回：グループワーク、講義、話し合い、ロールプレイなど
第5～7回：週1回ご自宅への電話による約20分のセッション
第8回：復習、話し合い、まとめ

＜時期＞

10月から8回

＜対象＞

幼稚園児をもつ保護者

＜定員＞

12名(申し込み制・先着順)

＜担当＞

楢木野裕美・上野昌江ほか　トリプルP認定ファシリテーターが担当します。

＜問合せ先＞

楢木野裕美（TEL 072-950-2825）
上野　昌江（TEL 072-950-2935）

大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

- 長期療養が必要な病気の相談
- 前向き子育てプログラム：トリプルP
- 脳いきいき教室
- 感染予防のための手洗い講習会
- 学校等における出張セクシュアリティ教育
- 患者アドボカシー室（患者相談窓口）
- 肺がん患者さんのご家族のためのサロン
- 手術についてのお悩み相談
- 先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
- 家族への看護を考える会
- 交通アクセス
- ホーム

大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

脳いきいき教室

～いつまでも若々しく！頭の体操！～

「物忘れして・・・」と、気になっていませんか？この教室では、脳を活性化するプログラムを通じて、健康の維持・増進をはかっていきます。

内容

健康チェック・健康ミニ講座・認知機能トレーニング・軽い運動など

対象者

65才以上の方で、体が弱ってきたと感じている方、認知症の診断・治療を受けていない方（4回とも参加できる方）

開催日程

◆月曜日コース：10/4・18・11/1・8
◆火曜日コース：10/5・19・11/2・9

時間

午後1時30分～午後4時

担当

中村裕美子・牧野裕子・太田暁子・平松瑞子

大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

長期療養が必要な病気の相談
前向き子育てプログラム：トリプルP
脳いきいき教室
感染予防のための手洗い講習会
学校等における出張セクシュアリティ教育
患者アドボカシー室（患者相談窓口）
肺がん患者さんのご家族のためのサロン
手術についてのお悩み相談
先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
家族への看護を考える会
交通アクセス
ホーム
大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

感染予防のための手洗い講習会

ここ最近，食中毒や新型インフルエンザが世間をにぎわせています．これらへの対策として，手洗いが勧められていますが，『適切な手洗い方法』を体験する機会は少ないのではないでしょうか？ そこで私たちは、皆さんに気軽に参加できる「手洗い講習会」を企画しました．

【内容】

講義
1. インフルエンザや食中毒の予防について．
2. 手洗いの基本と注意点について．

演習
- 手洗い効果を目で見て確認〈特殊な機器でチェック！〉．
- マスクの正しい付け方．

【時期】

9月、11月，12月，年明けの1月で計4回(詳細は自治体の広報誌に掲載予定)．

【担当】

齋野貴史・佐藤淑子・堀井理司

【問い合わせ】

齋野；FAX:072-950-2121　e-mail:saino@nursing.osakafu-u.ac.jp

大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

- 長期療養が必要な病気の相談
- 前向き子育てプログラム：トリプルP
- 脳いきいき教室
- 感染予防のための手洗い講習会
- 学校等における出張セクシュアリティ教育
- 患者アドボカシー室（患者相談窓口）
- 肺がん患者さんのご家族のためのサロン
- 手術についてのお悩み相談
- 先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
- 家族への看護を考える会
- 交通アクセス
- ホーム

大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

学校等における出張セクシュアリティ教育

【プロジェクト名】

学校等における出張セクシュアリティ教育

【活動内容】

高等学校の先生と授業内容や授業方法を検討しながら、男女交際のマナー、避妊や性感染症予防などについて、学年・クラス・グループ単位で、講演や授業を行なっています。

【活動曜日と時間】

出張による活動が主体ですので、ご相談の上決定させていただきます。

【担当者】

看護学部家族支援看護学領域　母性看護学･助産学担当教員6名

【プロジェクト責任者】

古山美穂

【問い合わせ先】

井端美奈子（TEL: 072-950-2808；e-mail: m-ibata@nursing.osakafu-u.ac.jp）
古山美穂（TEL: 072-950-2799；e-mail: mfuru@nursing.osakafu-u.ac.jp）

【PRしたい内容】

セクシュアリティ教育は人間のライフサイクルのどの年代にも必要なことだと考えています。学校のみならず、職場や地域で子どもをもつご両親、成人期、更年期あるいは更年期以後の方々を対象にしたセクシュアリティ教育についても出張講義が可能です。
お気軽にご相談ください。

大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

長期療養が必要な病気の相談
前向き子育てプログラム：トリプルP
脳いきいき教室
感染予防のための手洗い講習会
学校等における出張セクシュアリティ教育
患者アドボカシー室（患者相談窓口）
肺がん患者さんのご家族のためのサロン
手術についてのお悩み相談
先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
家族への看護を考える会
交通アクセス
ホーム
大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

患者アドボカシー室（患者相談窓口）

患者アドボカシー相談

患者アドボカシー相談では、医療機関を活用される患者様・ご家族のみな様の、さまざまなお困りごとのご相談にのっております。

アドボカシーとは、権利の主張や擁護を意味する言葉ですが、実際に医療を受ける立場に立つと、患者の思いを主張するのはなかなかに容易なことではありません。そこで、私どもは病院職員とは異なる立場から、「賢い患者」となってうまく医療機関を活用できるようお手伝いをしたいと思っています。

ご意見や苦情についてお話をお伺いし、問題解決に向けて相談者の皆様の「持てる力が発揮される」ことを活動のねらいとしています。

相談日

毎週火曜日と木曜日、12時から4時まで
(来所によるご相談も受けています。)

担当

小笠幸子（看護管理学・不妊相談）
山居輝美（基礎看護学）

★ 出前講義も始めましたのでご利用下さい（詳しくは事前にお問合せ下さい）

※ご相談は匿名でお受けし、相談内容については秘密を厳守しプライバシーには十分配慮致します。

大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

- 長期療養が必要な病気の相談
- 前向き子育てプログラム：トリプルP
- 脳いきいき教室
- 感染予防のための手洗い講習会
- 学校等における出張セクシュアリティ教育
- 患者アドボカシー室（患者相談窓口）
- 肺がん患者さんのご家族のためのサロン
- 手術についてのお悩み相談
- 先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
- 家族への看護を考える会
- 交通アクセス
- ホーム

大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

肺がん患者さんのご家族のためのサロン

このサロンでは、同じ病気を持つ患者さんのご家族にお集まりいただき、日頃の思いを語り合って、ご家族が介護をしていく上での不安をやわらげられるよう、お手伝いしたいと思っています。お茶を飲みながらほっと一息つきましょう。お気軽にご参加ください。

内容

第1回：

患者さんやご家族の体験について知り、ご家族が実際に体験している日頃の思いを分かち合いましょう。患者さんとのコミュニケーションの仕方について話し合ってみましょう。

第2回：

患者さんの体力の維持・低下予防のために、ご家族ができることについて知り、話し合ってみましょう。また、ご家族のストレス解消のために呼吸法を実践してみましょう。利用可能な社会資源について知り、話し合ってみましょう。

＊できるだけ、2回を通してご参加いただくほうが効果的です。

開催日時

開催の1～2ヶ月前に療養学習支援センターのホームページやチラシ等でお知らせいたします。

お申し込み・お問い合わせ先

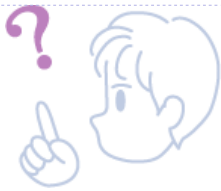
電話：072-950-2111（代）
FAX：072-950-2121
e-mail：yumihay@nursing.osakafu-u.ac.jp　（林田）
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3-7-30
大阪府立大学看護学部
担当者：林田裕美・田中京子・田中登美
橋弥あかね・梶村郁子・竹下裕子

- 長期療養が必要な病気の相談
- 前向き子育てプログラム：トリプルP
- 脳いきいき教室
- 感染予防のための手洗い講習会
- 学校等における出張セクシュアリティ教育
- 患者アドボカシー室（患者相談窓口）
- 肺がん患者さんのご家族のためのサロン
- 手術についてのお悩み相談
- 先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
- 家族への看護を考える会
- 交通アクセス
- ホーム

大阪府立大学
看護学部／看護学研究科

手術についてのお悩み相談

手術についてお悩みがある方、相談をお受けします。



- 医師に病気のことをどう聞いていいか困っている
- 麻酔をかけたらどうなるのか、とても心配
- 手術前に何を準備したらいいの
- 手術の後、痛みってどんな感じ？
- 手術の後の生活のこと、食事について困っている

＜手術のお悩み相談＞

「大阪府立大学看護学部
手術を受ける方のサポートプロジェクト」
http://plaza.umin.ac.jp/~pteduc/

＜電話相談＞

大阪府立大学・学習支援センター
電話番号：072-950-2111(内線2131)
曜日　　：第1・3水曜日
時間　　：14時から17時
担当者　：高見沢、石澤、橋弥、竹下、梶村、古谷

大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

- 長期療養が必要な病気の相談
- 前向き子育てプログラム：トリプルP
- 脳いきいき教室
- 感染予防のための手洗い講習会
- 学校等における出張セクシュアリティ教育
- 患者アドボカシー室（患者相談窓口）
- 肺がん患者さんのご家族のためのサロン
- 手術についてのお悩み相談
- 先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
- 家族への看護を考える会
- 交通アクセス
- ホーム

大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

先行く先輩の病気体験を共有しよう －闘病記文庫【さくらんぼ】

闘病記文庫の貸出

多種多様な闘病記を1000冊集め、疾患別に見出しをつけた闘病記文庫を開設しました（現在約250疾患）。誰もが自分自身でからだや病気について学習できる環境を作り、闘病記をきっかけに少しでも皆様のお役に立ちたいと考えています。

愛称【さくらんぼ】
私たちは、市民・患者のみなさまがよりよい健康を維持されるために、ともに歩むパートナーでありたいと思います。

闘病記文庫さくらんぼでは、所蔵する闘病記を＜がん＞＜心臓＞＜疾病・精神・障害＞＜脳＞＜小児・その他＞に分類し、それぞれの分類のもとさらに病名別に分けています。

闘病記文庫：病期分類へ

書架の見出しは病名になっており、病名で本を探すことができます。

闘病記文庫：蔵書リストへ

【開館日】
月～金　9:00～17:00
土　　10:30～19:00

本は羽曳野図書センター内に所蔵されていますので，開館時間内にご利用下さい。

大阪府立大学羽曳野図書センター

＊平成21年4月より　大阪府立大学羽曳野図書センター内へ移設しました。

大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

長期療養が必要な病気の相談
前向き子育てプログラム：トリプルP
脳いきいき教室
感染予防のための手洗い講習会
学校等における出張セクシュアリティ教育
患者アドボカシー室（患者相談窓口）
肺がん患者さんのご家族のためのサロン
手術についてのお悩み相談
先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
家族への看護を考える会
交通アクセス
ホーム
大阪府立大学 看護学部／看護学研究科

家族への看護を考える会

臨床看護師を対象に、さまざまな分野の壁を越えて、リソースナース（専門看護師・認定看護師）とともに、家族への看護について学ぶ機会を企画しました。

家族が抱える問題について、多くの知恵を寄せ合い、意見を出し合って、最終的には問題を解決することをめざしています。

家族への看護について一緒に考えてみませんか？

内容

1. 家族看護に関する講義
2. 事例検討
3. その他

時期

10月、12月、2月（2か月に1回3時間程度）

担当

中山美由紀・岡本双美子・平松瑞子

問い合わせ

岡本双美子（TEL & FAX: 072-950-2818）
（email: fumiko@nursing.osaka-fu.u.ac.jp）

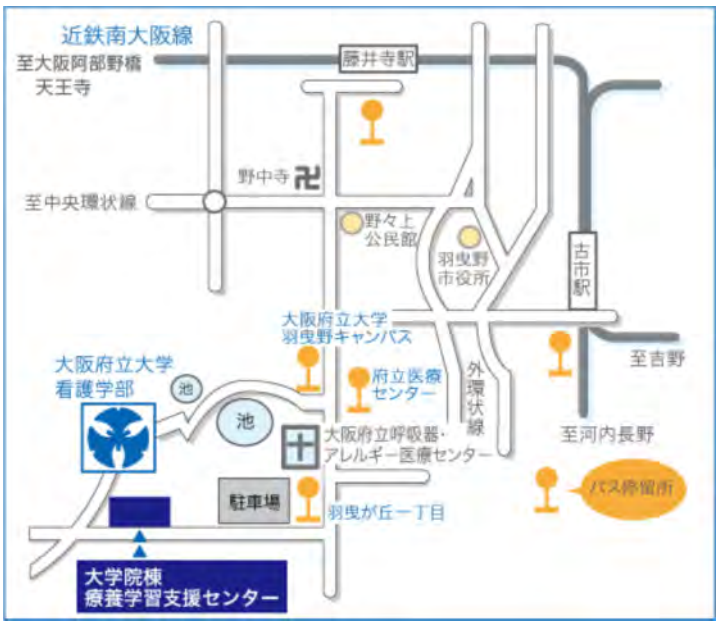
大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

- 長期療養が必要な病気の相談
- 前向き子育てプログラム：トリプルP
- 脳いきいき教室
- 感染予防のための手洗い講習会
- 学校等における出張セクシュアリティ教育
- 患者アドボカシー室（患者相談窓口）
- 肺がん患者さんのご家族のためのサロン
- 手術についてのお悩み相談
- 先行く先輩の病気体験を共有しよう－闘病記文庫【さくらんぼ】
- 家族への看護を考える会
- 交通アクセス
- ホーム

大阪府立大学
看護学部／看護学研究科

交通アクセス

近鉄バス（国際仏教大行き）「羽曳が丘一丁目」下車。
府立呼吸器･アレルギー医療センターの次の駅で降りて、病院建物を右に見て歩くとバス停から5分ほど。



大阪府立大学大学院　看護学研究科　療養学習支援センター
〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの3丁目7番30号
TEL：(072)950-2111(代)　FAX：(072)950-2131

療養学習支援センター運営委員会

１．2010 年度　療養学習支援センター運営委員会組織

療養学習支援センター所長：高見沢恵美子教授/看護学研究科長
主　任：中村裕美子教授
副主任：中山美由紀教授
運営委員会委員：高見沢恵美子教授、階堂武郎教授、中村裕美子教授、中山美由紀教授
簾持知恵子教授（5 名）
＜役割担当＞
広報：階堂武郎教授、簾持知恵子教授
年報：中山美由紀教授、簾持知恵子教授
会計：中山美由紀教授
プロジェクト運営推進：中村裕美子教授
闘病記文庫：階堂武郎教授

２．療養学習支援センタープロジェクト研究・活動
プロジェクト活動は、地域貢献および研究活動として電話相談、講習会や教室などの活動が 10 プロジェクトで実施された。新規の取り組みは 2 件、継続取り組みが 8 件であった。

＜プロジェクト研究助成＞　3 件
①脳いきいき教室：牧野裕子准教授、中村裕美子教授、太田暁子講師、平松瑞子助教
研究代表者：牧野裕子准教授
課題名：「在宅高齢者のための認知機能低下予防教室「脳いきいき教室」の評価（継続）
②前向き子育てプログラム：トリプル P：楢木野裕美教授、上野昌江教授
研究代表者：楢木野裕美教授
課題名：「前向き子育てプログラム（トリプル P）の実践とその効果」（継続）
③学校などにおけるセクシュアリティ教育：井端美奈子准教授、古山美穂助教
研究代表者：古山美穂助教
課題名：「府下高等学校における生と性教育プログラムの実践」（新規）
＜プロジェクト活動助成＞　2 件
④感染予防のための手洗い講習会：堀井理司教授、佐藤淑子講師、齋野貴史助教（継続）
⑤家族への看護を考える会：中山美由紀教授、岡本双美子准教授、平松瑞子助教（新規）
＜プロジェクト活動＞助成なし
⑥長期療養が必要な病気の相談：簾持知恵子教授、池田由紀准教授、長谷川智子助教、石橋千夏助教
⑦つばさの会：簾持知恵子教授、池田由紀准教授、長谷川智子助教、石橋千夏助教

⑧患者アドボカシー室：小笠幸子講師、山居輝美助教

⑨肺がん患者さんのご家族のためのサロン：田中京子教授、林田裕美准教授、田中登美講師、橋弥あかね助教、梶村郁子助教、竹下裕子助教

⑩手術のお悩み相談：高見沢恵美子教授　石澤美保子講師、橋弥あかね助教

２．2010 年度（平成２１年）療養学習支援センター活動記録

年月日	活動	概　　要
2010 年 4 月 26 日(月) 16:30～18:00	第 1 回運営委員会	1) 本年度の役割分担について 2) 今年度の活動計画 ・プロジェクトの研究助成・活動助成 5 月に募集する。6/4 に 1 回目の審議，6/10 に再審議 6 月の定例研究科会議において承認を得る予定 ・健康フェア：10/24(日)に開催する ・広報活動 パンフレット（療養学習支援センターのご案内）の作成 Web ページの更新 府大・広報課の「府大だより」の取材 ・年報：印刷部数 350 部程度 ・闘病記文庫 闘病記文庫「さくらんぼ」蔵書と消耗品費の予算化 ・その他の取り組み AED 研修会、国際看護セミナー
2010 年 6 月 4 日(金) 12:30～14:00	第 2 回運営委員会	1)　年間予算計画 ・研究・活動助成 200 万円、パンフレット 15 万円 ・闘病記文庫：文庫（5 万円）消耗品（1 万円） ・AED 講習会 2)　療養学習支援センター研究・活動助成の審査 ・申請件数：研究 3 件、活動 2 件 ・審査の結果、指摘事項を修正し再提出の申請書により再審査する ・申請のないプロジェクト活動に対しては、活動計画の提出を求める
2010 年 6 月 10 日(金) 18:00～20:00	第 3 回運営委員会	1)　療養学習支援センター研究・活動助成の再審査（2 回目） ・研究助成 3 件、活動助成 2 件の計 5 件が認められた。 ・助成金額　総額 1,694,000 円 ＜研究助成＞ ①牧野：「在宅高齢者のための認知機能低下予防教室「脳いきいき教室」の評価（継続）765 千円で承認 ②楢木野：「前向き子育てプログラム（トリプル P）の実践とその効果」（継続）492 千円で承認 ③古山：「府下高等学校における生と性教育プログラムの実践」（新規）申請額 130 千円で承認 ＜活動助成＞ ①齋野：「地域住民への感染予防対策の普及」（継続）126 千円で承認 ②岡本：「家族への看護を考える会：リソースナースとの取り組み」（新規）156 千円で承認 ・未申請のプロジェクトには、活動計画の提出を求める 2)　広報活動 ・パンフレットに準じて、ホームページを更新 ・プロジェクト活動の PR を羽曳野市広報誌に掲載依頼する
2010 年 7 月 28 日(月)	第 4 回運営委員会	1) 広報活動 ①Web ページ

15:00～16:30		提出された原稿に基づいて業者に見本の制作を依頼済み ②パンフレット ・表紙に「2010」年を入れる, ・闘病記文庫は，羽曳野図書センターの開館時間ご利用、図書センターのURLを追加する ③大学広報誌への掲載 ・9月号に掲載，8月に取材 2）療養学習支援センター研修AEDの研修計画の検討 日時：8月25日（水）13:30-16:30、場所：L-402室、人数：30名（先着順） ☆開催を計画するが、参加者不足のため中止 3）建物改修工事（N204）に関わる備品の管理 4）健康フェアの準備 ・プロジェクト代表者との会議日程の決定
2010年 9月3日(月) 13:00～14:00	第5回拡大運営委員会	1）健康フェア実施計画の検討 ・広報活動：チラシ500部作成、配布先決定 ・資料作成：名簿、健康チェック表、案内看板 ・当日の運営について 2）大学広報誌「What's 府大」への掲載について
2010年 10月6日(水) 15:00～16:30	第6回運営委員会	1）健康フェア実施計画 ①パンフレットの配布先 ②担当者役割分担の確認 ③準備 ・動脈硬化測定機器の作動の確認を予め行なっておく 体組成計、骨密度計は確認済み。 ・蚊取り線香、手洗い用消毒剤、マスクなど必要物品の確認 ・体操参加者配布用のDVDは50部コピー 2）大学広報誌 What's 府大 ・療養支援センターの活動内容、健康フェアの紹介などが掲載され、 羽曳野市近隣、教員にすでに配布された 3）N204室の備品移動が完了 4）闘病記文庫の予算について 5）羽曳野市市報に「脳いきいき教室」が掲載された
2010年 10月24日(日) 12:00～14:00	療養学習支援センター「健康フェア」の開催	健康フェア ・52名の参加があり、測定への関心が高かった 内容 ・各プロジェクト活動の紹介（パンフレット、チラシ） ・身長・体重、血圧、骨密度、握力、体組成、動脈硬化度測定 ・計測に基づく健康指導 ・ゴムバンドを用いた運動指導、DVD配布
2010年 10月24日(日) 14:30～15:00	第7回運営委員会 プロジェクトリーダーとの合同会議	1） 健康フェアの反省会 ・計測関連 身長：誘導のやり方に工夫が必要。 血圧：フロア担当の誘導が必要である 握力：来年度はバッテリーの交換を検討する方がよい 骨密度：記録表に「年齢」を記入するようにする方がよい 体重・体組成：「年齢」の記入が必要である 動脈硬化度：非常に早く来場する参加者あった。先着順か他によい方法があるのか検討が必要である ・健康相談 誘導するフロア担当の係がいるとよい ・健康体操 DVDおよびバンドの配布は好評であった。 場所については検討する方がよい ・プロジェクトを紹介するチラシ 参加者に着目してもらえないので、「受付」に置く方がよい

		・健康フェアの呼び込みチラシ 85 枚配布した。学内から案内する地図が分かりにくい 道案内のための矢印掲示が必要
2010 年 12 月 27 日(月) 16:30～17:45	第 8 回運営委員会	1） 療養学習支援センター年報 ・年報は昨年と同様の作成用方法とする 巻頭言：高見沢、健康フェアの開催：中山、報告会：階堂、 広報活動：階堂、籏持、運営委員会：中村、会計報告：中山 編集後記：中村 年報の原稿締め切り期日：2 月 15 日（火）17 時 2） プロジェクト研究・活動報告会の準備 日時：平成 23 年度 2 月 9 日（水）14：30～16：00 ころ 場所：B201 報告者：研究プロジェクト各 20 分×3＝60 分 活動プロジェクト各 10 分×2＝20 分 司会：中村、挨拶：高見沢 報告者：プログラム、配布資料（75 部）、教員の出欠確認 （欠席者には後日資料を配布） 案内、写真：階堂（school メールは 1 月初旬） 3） 会計報告 ・1 月末までに予算執行し報告（各プロジェクト） ・1 月上旬に再度メールにて通知する 4） D 棟の備品 ・N棟からD棟へ備品搬入し、設置完了 ・使用簿などが整い次第メールにて教員に周知する 5） 闘病記文庫の選書 ・図書リスト分（約 16 万円）を購入する
2011 年 2 月 9 日(木) 13:30～14:30	第 9 回運営委員会	1）2010 年度年報作成について ・印刷部数 350 部　表紙、紙質などは例年と同じ ・配布先：看護系大学協議会、学内関係者など 2）2010 年度予算執行状況 ・プロジェクト研究・活動助成の会計報告の確認を行った 3）プロジェクト研究・活動助成報告会 本日開催予定 4）平成 22 年度の活動の振り返り
2011 年 2 月 9 日(木) 14:30　～ 16:00	プロジェクト研究・活動助成報告会	＜研究助成＞ ①牧野:「在宅高齢者のための認知機能低下予防教室「脳いきいき教室」の評価 ②楢木野：「前向き子育てプログラム（トリプル P）の実践とその効 ③古山：「府下高等学校における生と性教育プログラムの実践」 ＜活動助成＞ ①齋野：「地域住民への感染予防対策の普及」（継続）126 千円で承認 ②岡本：「家族への看護を考える会：リソースナースとの取り組み」 報告会準備設営：報告者全員 司会：中村　　写真撮影：階堂 講評・挨拶：高見沢センター長・研究科長

本年度は、プロジェクト活動に対する研究助成、活動助成は例年通り実施することができた。とくに新規取り組みが 1 事業あり、継続事業においても参加者の増加がみられ、活動の広がりと充実が図られていた。また、羽曳野キャンパス祭（杏樹祭）に合わせた健康フェアには昨年と同規模の参加者があり、計測や体操が好評を得て、地域住民の健康への関心を高める地域貢献活動となった。なお、闘病記文庫の運営は、羽曳野図書センターに貸出・返却・閲覧業務の代行を委託し、円滑な運営ができた。その他にも、地域看護学分野の生活支援論や博士後期課程の演習な

どの正規授業で療養学習支援センターが活用され、機材が効果的に活用された。

来年度に向けては教員によるプロジェクトのみならず、博士前期課程ならびに後期課程の学生とともに教育・研究等に活用できるように療養学習支援センターの継続した広報に努め、地域貢献に資する活動を育てて行きたい。

文責：療養学習支援センター
主任　中村裕美子

2010 年度　会計報告

1．平成 22 年度　療養学習支援センター運営経費

1）予算執行状況

（単位：円）

予算細目	予算額	執行額	収支
広報活動費	150,000	132,300	17,700
闘病記文庫維持費	200,000	95,626	104,374
健康フェア開催関連費	100,000	51,701	48,299
センター年報印刷費、郵送費	350,000	237,930	112,070
プロジェクト研究・活動助成金	1,669,000	1,642,961	26,039
計	2,469,000	2,160,518	308,482

2）プロジェクト研究・活動助成金

（単位：円）

No	区分	代表者	研究課題・活動名	助成額	執行額
1	研究	牧野　裕子	在宅高齢者のための認知機能低下予防教室「脳いきいき教室」評価	765,000	764,877
2		楢木野裕美	前向き子育てプログラム（トリプル P）の実践とその効果	492,000	491,019
3		古山　美穂	府下高等学校における生と性教育プログラムの実践	130,000	110,670
4	活動	齋野　貴史	地域住民への感染予防対策の普及	126,000	120,395
5		岡本双美子	家族への看護を考える会	156,000	156,000
合計金額				1,669,000	164,2961

差引残額　26,039 円

2．会計総括

平成 22 年度の予算の執行は、総額では概ね予算どおりであった。闘病記文庫の購入に関して、予算額から選書したが、今年度に入手可能なものということで執行額が減少した。各研究・活動プロジェクト助成金は、予定通りの執行であった。

文責：療養学習支援センター

会計担当　中山美由紀

○大阪府立大学大学院看護学研究科療養学習支援センター運営委員会規程

平成18年３月29日
規程第22号

（趣旨）

第１条　この規程は、大阪府立大学大学院看護学研究科療養学習支援センター規程（平成18年公立大学法人大阪府立大学規程第21号）第３条第２項の規定に基づき、大阪府立大学大学院看護学部療養学習支援センター運営委員会（以下「委員会」という。）に関し必要な事項を定めるものとする。

（職務）

第２条　委員会は、次に掲げる事項について審議する。

⑴　事業計画に関すること

⑵　予算に関すること

⑶　その他、療養学習支援センターの管理運営に関すること

（組織）

第３条　委員会は、次の各号に掲げる委員をもって組織する。

⑴　療養学習支援センター所長

⑵　療養学習支援センター主任

⑶　療養学習支援センター副主任

⑷　研究科会議が選出した各領域の教授各１名

⑸　前各号に掲げる者のほか、委員会が必要と認める者

２　前項の委員は所長が任命する。

（平成20年規程第３号・一部改正）

（任期）

第４条　前条第１項第４号及び第５号の委員の任期は２年とする。ただし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

２　前項の委員は、再任されることができる。

（平成20年規程第３号・一部改正）

（委員長）

第５条　委員会に委員長を置く。

２　委員長は、療養学習支援センター主任をもって充てる。

３　委員長は、委員会を招集しその議長となる。

４　委員長に事故のあるとき又は委員長が欠けたときは、療養学習支援センター副主任がその職務を代行する。

（平成20年規程第３号・一部改正）

（会議）

第６条　委員会の会議は、委員長が招集し委員長が会議を掌理する。

２　委員会は、委員の過半数が出席しなければ会議を開くことができない。

３　委員会の議事は、出席委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、委員長の決するところによる。

第７条　委員長は必要あると認めるときは、委員会に学識経験者等委員以外の者の出席を求め意見を聴くことができる。

（委任）

第８条　この規程に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、別に定める。

附　則

この規程は、平成18年４月１日から施行する。

附　則　（平20・２・14規定第３号）

この規程は、平成20年４月１日から施行する。

編集後記

本学看護学研究科に付置している療養学習支援センターの年報第７巻を、全国の看護系大学の関係者にお届けいたします。年報の発刊は第１巻・２巻の合冊を2005年度に発行して以来６年目になります。今年度は年報の構成として、最初にプロジェクト活動の内容を紹介してから研究及び活動への助成金を受けたプロジェクトの活動報告を掲載しました。本年報のプロジェクト研究や活動内容等に関して忌憚のないご意見、質問等をいただければ幸いに存じます。大学の使命として療養学習支援センターには研究活動や地域貢献の場としての役割を担うことを求められています。今後なお一層の活動と運営の発展を期待したいと思います。

療養学習支援センター

年報担当　中山美由紀

大阪府立大学大学院看護学研究科
療養学習支援センター年報

第７巻

2011年３月　発行

編集　大阪府立大学大学院看護学研究科
　　療養学習支援センター　運営委員会
発行　大阪府立大学大学院看護学研究科
　　療養学習支援センター
　　〒583-8555　大阪府羽曳野市はびきの３-７-30
　　電　話（072）950−2111
　　ＦＡＸ（072）950−2131
印刷　有限会社　扶桑印刷社
　　〒531-0074　大阪市北区本庄東２-13-21
　　電　話（06）6371−7168
　　ＦＡＸ（06）6371−2303