St. Luke's College of Nursing
RCDNP Annual Report 2010

2010年度聖路加看護大学
看護実践開発研究センター報告書

CONTENTS

■ 看護実践開発研究センターとは ……3
■ センター長・各部門長挨拶 ……4～5
■ 市民の皆様へ

聖路加健康ナビスポット「るかなび」 ……6

ナースクリニック

1．赤ちゃんがやってくる ……8
2．ルカ子母乳育児相談 ……8
3．ルカ子ウィメンズヘルス・カフェ ……8
4．乳がん女性のためのサポートプログラム ……8
5．子どもの健康、知ろう、考えよう ……9
6．天使の保護者ルカの会 ……9
7．天使の保護者ルカの会　グリーフカウンセリング ……10
8．リンパ浮腫ケアステーション ……10
9．多世代交流型デイプログラム　聖路加　和（なご）みの会 ……10
10．出張介護講座 ……11
11．転倒骨折予防実践講座 ……11
12．介護者のためのリフレッシュアートプログラム ……12
13．高齢者とご家族へオンリーワンの「思い出帳（メモリーブック）」作りプロジェクト ……12

市民健康講座

1．聖路加市民アカデミー ……14
2．性の健康講座 ……14
3．あなたに見合う運動実践アドバイス ……14
4．ストレスマネージメントヨーガクラス ……14
5．新健康カレッジ「中高年の健康をサポートする」 ……15
6．アーユルヴェーダに学ぶ日常のケア ……15
7．家で死ねるまちづくり　はじめの一歩の会 ……15
8．健康維持や介護予防の為の音楽運動療法（椅子体操） ……16
9．健康支援ボランティア講座 ……16
10．聖路加看護大学―中央区連携講座　中央区民カレッジ（まなびのコース） ……16
11．聖路加看護大学―中央区連携講座　中央区民カレッジ（シニアコース） ……17

■ 看護職の皆様へ

ナーススキルアップ講座

1．看護管理コンサルテーション……19
2．緩和ケアコンサルテーション……19
3．退院調整看護師養成プログラムと活動支援……19
4．精神看護事例検討会……20
5．がん看護事例検討会……20
6．英文献を読もう！パートⅠ　～基礎編～……20
7．英文献を読もう！パートⅡ　～構文理解強化コース～……20
8．訪問看護スキルアップセミナー……21
9．不妊症看護認定看護師ポストコース……21

認定看護管理者ファーストレベル講習……23

認定看護師教育課程　不妊症看護コース・がん化学療法看護コース・訪問看護コース……23

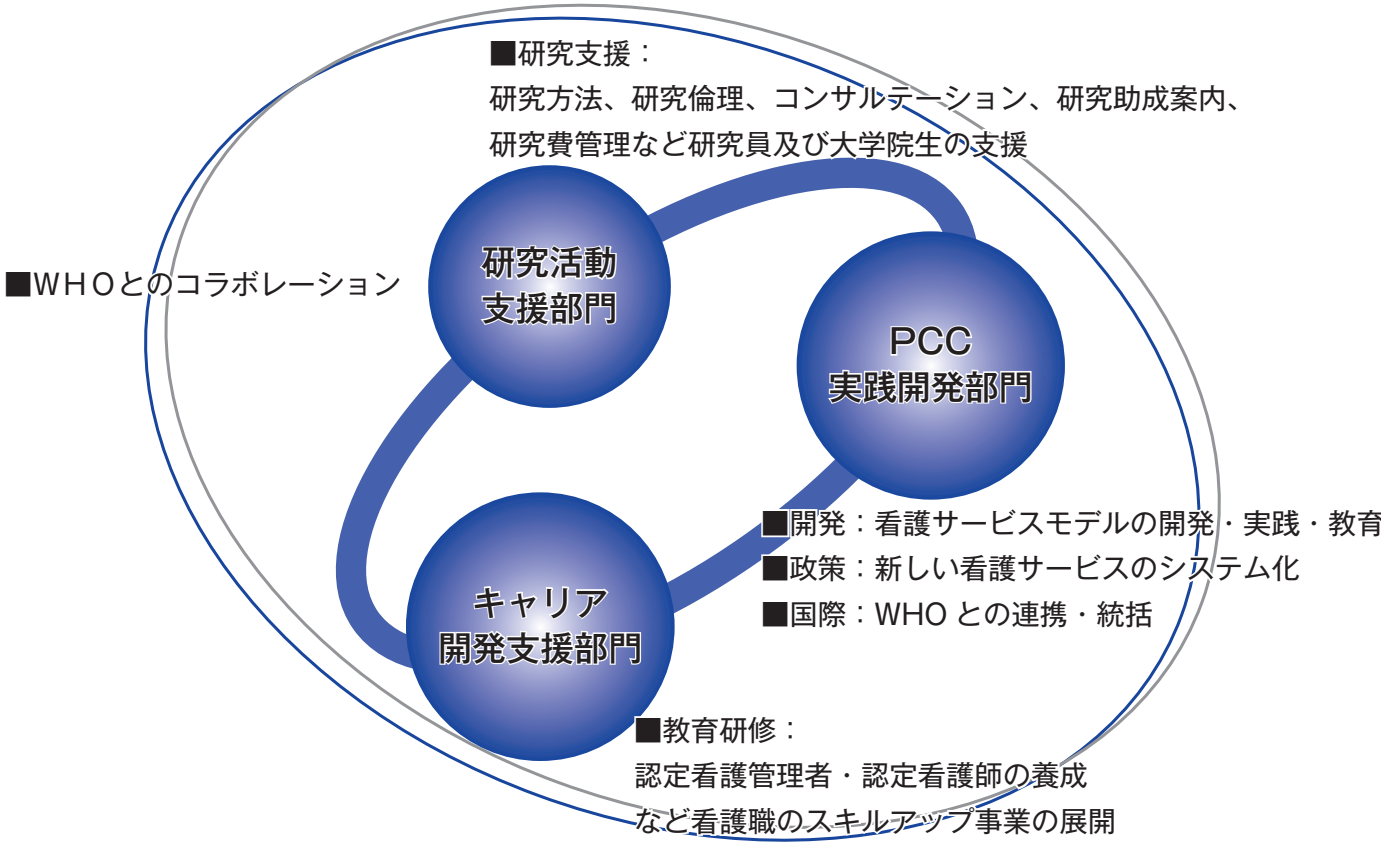
■ 2010 年度 学生の実習および研究・研修におけるセンターの活用状況……24

■ 2010 年度 看護実践開発研究センター
部門長および担当・専任研究員・研究支援室スタッフ……24

看護実践開発研究センターとは

少子高齢社会で生じている健康問題や社会の動向を、看護の視点でグローバルに捉え、科学的根拠を集積し、市民とのパートナーシップをとりながら、看護の提供方法を開発・研究することを目的とし、開設されました。また、国際的な活動の基軸として、WHO コラボレーティングセンターとしても機能しています。センター長のリーダーシップのもとに、「People Centered Care（PCC）実践開発」「キャリア開発支援」「研究活動支援」の 3 つの部門が機能しています。「PCC 実践開発」では、さまざまな健康課題をお持ちの個人や家族あるいは地域（集団）に対して、新たな看護を開発することを目的に、市民の皆様とともに協働し研究を推進します。「キャリア開発支援」は医療現場で活躍している看護職を対象に、より良い実践を目指した教育を行っています。「研究活動支援」は、研究センターで実践、研究、教育に携わる教員や学生たちが、よりよく活動できるためのさまざまな支援を行っています。

おもに、看護実践開発に関わる研究と、その支援体制の確立、国際的・学際的な交流事業、市民・専門職に対する生涯学習事業、看護サービスのモデルとなる実践の場の提供などの事業を行います。また、これらの研究事業をつなぎ、成果を蓄積し、臨床の場に提供できるようなデータベースを開発していきます。



センター長挨拶

看護実践開発研究センター　センター長　山田雅子

研究センターが聖路加看護大学に設置されて８年が経ちました。これまでの経験から一つの仕事が最初の形をなすのに１０年が目安かと考えておりますが、研究センターの機能もおかげさまで、８年間維持することができ、維持だけでなく、確実に発展してきていることを実感しております。年間の研究センター利用者は、5,000 名を越えました。テルモ㈱をはじめ、多くの関係者の皆様には、文部科学省の大型研究助成が終了したのちにも、研究センター研究員たちの熱い思いを実現するため、力強いご支援を賜り、心より感謝いたしております。

子どもから年配の方まで、そして元気な方から病気と共に生活をされている方まで、幅広くさまざまな健康ニーズを抱えている皆様と共に、研究センターでの新しい看護サービスの実践・開発を進めてまいりたいと思います。今年度末には、日本全体の生活を一変させてしまった巨大地震が発生しました。被害を受けられた多くの方々に対し、心の底からお見舞いを申し上げますと共に、People Centered Care の理念を持って何ができるのか、年度をまたぎますが、新しい看護実践にチャレンジしていくことを検討していくことも研究センターの重要な役割になるものと考えております。これからもどうぞよろしくお願い申し上げます。

PCC 実践開発部門

PCC 実践開発部門長　亀井　智子

PCC（People-centered care）実践開発部門は「ケアを受ける人を中心とした看護ケアの開発」を主軸において、地域で生活する多様な世代にある多様な健康課題をもつ人々をその対象として、看護の実践的開発をすすめています。

各事業で対象とした健康課題は、妊娠中の女性とその家族、授乳育児中の母子、周産期に赤ちゃんをなくされた家族、幼児をもつ家族、女性特有の疾患をもつ方、乳がんをもつ女性、高齢者の介護を行う家族、認知症をもつ高齢者、転倒予防に関心のある高齢者、健康や介護予防について学習したい高齢者、小中学生で、それぞれ専門性の高いものです。これらはユニークな名称のもと、下記の 13 の看護ケア研究事業として展開され、年間総計 2,214 名の市民のご参加・ご利用をいただきました。

また、この部門に属する研究事業全体としての質の管理を「構造 - 実践過程 - 成果」の各要因から評価・分析し、今後さらに実践の質を向上するために、部門ミーティングを行いまし。そこでは、各事業の内容や課題、および様々な対象者に安全に事業を展開するための方法について話し合っています。今後も研究者と市民の皆様との協働により、看護実践のあり方を研究開発していきたいと考えおります。

今年度の看護ケア部門研究事業名

- 赤ちゃんがやってくる　・ルカ子母乳育児相談　・ルカ子ウィメンズヘルス・カフェ
- 天使の保護者ルカの会　・天使の保護者ルカの会 グリーフカウンセリング
- 乳がん女性のためのサポートプログラム　・リンパ浮腫ケアステーション
- 子どもの健康、知ろう、考えよう　・多世代交流型デイプログラム　聖路加　和（なご）みの会
- 転倒骨折予防実践講座　・出張介護講座
- 介護者のためのリフレッシュアートプログラム　・高齢者とご家族への「思い出帳（メモリーブック）」作りプロジェクト

キャリア開発支援部門

キャリア開発支援部門長　松谷美和子

キャリア開発支援部門は、最新の知見を得る方法、知見を活用する方法、それらをさまざまな角度から検討して妥当な見解を引き出す方法、新しい知見を看護学生・看護職者間・協働者間で共有する方法、看護ケアを必要とする人々に新しい知見を還元していく方法を身につけ、看護専門職者としてのアカウンタビリティを高めていくことを支援する部門である。今年度のナーススキルアップ講座では、看護管理・緩和ケア・在宅看護の領域の看護専門職者へのコンサルテーション、精神看護、がん看護事例検討会、英文献を読もうⅠ・Ⅱ、退院調整看護師養成プログラム、語り合おう！看護マネジメントのほか、新規事業として不妊症認定看護師を対象とした不妊症認定看護師ポストコース、訪問看護スキルアップセミナーを開催した。また認定看護管理者ファーストレベル講習、不妊症看護・がん化学療法看護・訪問看護の認定看護師教育課程を開講し、多くの看護専門職者の学びの場となった。今後も看護職者の良い方向へ変えたい・変わりたいというニーズに応えていきたい。

研究活動支援部門

研究活動支援部門長　森　明子

当部門は研究センターの組織改変に伴い2010年度より発足しました。その役割・職務は、市民の健康生活の向上に資する看護の実践開発を促進するため，本学の教員ならびに研究員、大学院生の研究活動を支援することにあります。

今年度の活動は（1）研究助成金情報の提供（27件）（2）文部科学省及び厚生労働省の科学研究費の申請及び経理等手続きの支援（58件）（3）研究員及び大学院生に対する研究コンサルテーション（50件）（4）研究員及び大学院生に対する研究倫理コンサルテーション（0件）（5）研究助成に関する選考委員会規程の策定と審査手順に基づいた選考（1件）でした。

今後も上記の活動を継続していきたいと考えています。課題としては，研究助成金情報に関する有用な情報の入手と迅速な提供，迅速・正確な科研事務遂行のための業務見直し，研究センター機能と関わる科研費以外の研究費管理の検討，研究コンサルテーションを通じて把握した学習ニーズに対する臨床研究に関連した勉強会などの開催の検討，担当者の決定を含め研究倫理コンサルテーションの実施などがあります。市民，研究者のどちらの立場からも当部門の活動に対するご意見をぜひお寄せください。

内閣府特命担当大臣表彰

聖路加看護大学看護実践開発研究センターが行っている社会貢献事業のうち「子育て・家族支援」に関係する活動が、文部科学省の推薦により内閣府特命担当大臣表彰を受けた。「赤ちゃんがやってくる」「ルカ子母乳育児相談」「天使の保護者ルカの会」「多世代交流型デイプログラム聖路加和みの会」等、People-centered Careの活動や本学教職員の昼夜を問わない努力、そして看護研究が社会に貢献していることが認められたもので、とてもうれしい出来事である。

2010年11月24日、総理大臣官邸で行われた表彰式に、センター長山田雅子教授、堀内成子教授、亀井智子教授が出席し、大臣より表彰状と副賞の盾を授与された。

聖路加健康ナビスポット「るかなび」（教育研究部門）

参加人数：867 人

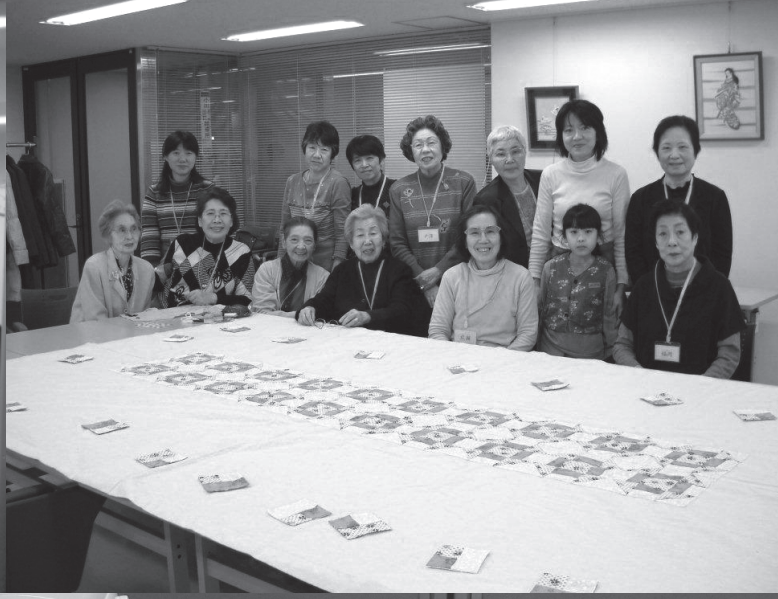
健康ナビスポットるかなびの事業は聖路加･テルモ共同研究事業の一環として活動した。市民ボランティア 41 名、専門職ボランティア 30 名、コーディネーター 2 名、司書 1 名、運営会議メンバー 9 名で運用した。

8 月・年末年始・年度末を除く月～金の 10 時～ 16 時まで健康チェック・健康相談・インターネットを使用した情報提供を行い、闘病記・パンフレット類・図書の利用を勧めた。ミニ健康講座・ミニコンサートを 10 回、ボランティアミーティングを 8 回、ボランティア全体会議を 2 回、勉強会 10 回、運営会議 11 回、健康支援ボランティア育成講座の共催、中央区健康福祉まつりへの参加、白楊祭への参加、地域への広報活動をおこなった。

また、教育の場としても活用され、学部学生の演習（生涯発達看護論Ⅱ　3 名、コミュニケーション実習　22 名）と認定看護師教育課程訪問看護コース研修生 22 名の実習を受け入れた。るかなびの健康相談は単回の健康相談の中で利用者と信頼関係を築き、健康課題について明確にしていくという特徴があるため、対象者中心のコミュニケーションについて効果的に学習が可能な場になっている。

市民ボランティアが活動に参加するようになり 4 年が経過し、市民ボランティア主導でイベントの開催が行なわれるようになっている。市民ボランティアが個々に持つ能力を発揮するように活動は細分化してきており、様々な役割を積極的に担うようになっている。また、市民ボランティアの役割拡大への意欲も高く、アロマハンドマッサージの勉強会や利用者とより良いコミュニケーションをとるために話の聴きかた勉強会をボランティアからの要請で開催した。

今年度は専門職ボランティアに歯科衛生士・作業療法士が参加し幅広い健康相談に対応できるようになり、ますます市民と適切な情報を持つ専門家とを結びつける役割が強くなった。



ナースクリニック

■「赤ちゃんがやってくる」（PCC 実践開発部門）

事業主：片岡　弥恵子　開催日：6 回 / 年　参加人数：約 200 名

「赤ちゃんがやってくる」は、新しく子どもが生まれる家族、特に兄姉になる子どもたちに対して、「赤ちゃんが生まれるってどういうこと？」「なぜ、赤ちゃんが生まれるの？」「赤ちゃんとは？」などについて学習し、新しく家族を迎えるための準備クラスである。兄姉になる子どもたちが、新しい生命の誕生を通じて、自分の生・性を大切にすることができるよう働きかけると同時に、母親や父親が、今後子どもたちと性に関する話ができるきっかけ作りになっている。

■「ルカ子母乳育児相談」（PCC 実践開発部門）

事業主：堀内　成子　開催日：毎週月・水曜日　参加人数：268 名

本年度は 6 月に聖路加国際病院と聖路加看護大学の協同事業として開院した聖路加産科クリニックに開催場所を移転して行った。大学の一室から、家庭に近い畳の個室というより家庭的な環境になったことで、対象の母子たちがリラックスできる利点が生まれた。ルカ子母乳相談室を利用している母親とクリニックを受診している妊婦が待合コーナーの廊下で話をしたりする姿もみられた。

ルカ子母乳育児相談室を利用するのは、生後数日から 1 年位までの子どもとその母親で、インターネットから当相談室を探し当ててくる方が多い。受け付けはメールのみで、完全予約制で 1 回の相談時間は 1 時間である。利用者の約半数は中央区在住で隣接している港区、江東区からの利用者も多い。

相談内容は、母乳不足感が最も多く、乳房のトラブル、離乳食、卒乳などである。体重増加、母乳の分泌、母親の意向などに合わせて授乳の方法のアドバイスをするが、母親が不安に思っているほど問題が無いことも多い。母乳も子どもも順調に経過していることを伝えると、来院時は不安そうにしていた母親が、笑顔になって帰っていくこともある。また、仕事に復帰する前に授乳をどのようにしていくかなどの相談も多い。「母乳育児相談室」となっているが、子どもの発育や兄弟関係のこと、遊びかた、眠りについてなど相談内容は育児全般にわたっている。

■「ルカ子ウィメンズヘルス・カフェ」（PCC 実践開発部門）

事業主：森 明子　開催日：8 回 / 年　参加人数：延べ 65 名

今年度は全 8 回開催した。開催形式は昨年までと同様に医療者によるミニ講座と自助グループメンバーの体験談および交流会であった。昨年との違いは、比較的参加者の多い「子宮筋腫・内膜症」の回を 2 回増やしたこと、不妊症看護認定看護師教育課程の研修生の企画・運営による第 6・7 回「不妊症」は、今回から土曜の午後開催としたこと、また、第 8 回「出生前検査」の講座を遺伝診療にたずさわる産婦人科医に依頼したこと、妊娠出産医療関係者や働く女性対象のメーリングリストへの広報を行ったことであった。

参加者は、会社員が大半を占め、年齢は 30 歳代と 40 歳代でほぼ半々ずつを占めていた。参加動機としては、いろいろな人の経験談・意見を聞きたい、治療方針を決めるための知識・情報が欲しい、など、開催目的にかなっていた。参加した感想としては、人それぞれ様々な症状をかかえていることがわかった、少し気分が楽になった、聞きたいことが聞けたなどであり、回答者全員が“また参加したい”と評価していた。今後の課題は、昨年同様、引き続き内容の充実に努めながら定着をはかり、いっそう広報手段の工夫をして参加者を増やすことである。

■「乳がん女性のためのサポートプログラム」（PCC 実践開発部門）

事業主：大坂　和可子　開催日：9 回 / 年　参加人数：556 名

2010 年度は個々の体験を分かち合う話し合いを 7 回、乳がんに関する学習会を2回、合わせて9回のサポートプログラムを開催した。体験を分かち合う話し合いでは、治療別や世代ごとに悩みが分かち合えるテーマや、体験者共通のテーマである「気持ちの持ち方について」を設け体験者が自分の関心にあわせて話し合いに参加できるよ

う工夫した。また、学習会では山内英子医師（聖路加国際病院乳腺外科）による「乳がん患者のサバイバーシップ」の講義、吉田　敦医師（聖路加国際病院乳腺外科）による「乳がんと骨の健康」の講義を行った。本プログラムは、参加者の有志メンバーが運営に参与する形をとり協働している。メンバーから出されたアイディアによりサポートプログラムの出張所的役割を果たす「聖路加スマイルコミュニティ」を 2008 年から開始し、今年度も体験者ボランティアとの協働により活動も行なった。

業績リスト

大坂和可子、矢ヶ崎香、金森亮子、玉橋容子、金井久子、我妻志保、細川恵子、東　由紀恵、大畑美里、鈴木久美、小松浩子：乳がん患者のためのピアサポート活動「聖路加スマイルコミュニティ」の実績報告　－乳がん体験者ボランティアと看護専門職の協働的パートナーシップによる取り組み－、聖路加看護大学紀要、第 37 号、36 － 41、2011.

■「子どもの健康、知ろう、考えよう」（PCC 実践開発部門）

事業主：及川　郁子　開催日：5 回 / 年　参加人数：188 名

2010 年度は 5 回実施した。テーマは、6 月「良い歯をめざそう！子どもの歯の健康」7 月「子どもの応急処置と救急蘇生」演習付き　11 月「子どもによくある感染症と予防接種」1 月「子どもの関わりのコツ」2 月「子どものアレルギーの最新知見」」である。現在の子どもたちの健康問題や季節に合わせ、専門の講師を招いて講義を 60 分～ 90 分程度行い、その後参加者との質疑応答を通しての交流を図っている。

参加者は中央区在住・在勤である。夕方の 2 時間であるが、託児を行っていることも影響してか、親子の参加、リピーターが増えてきている。参加者の意見交換は活発であり、さながら親の相談会のような雰囲気になることもある。子育て中の親の参加が多いことから、育児に悩んだり、困ったりしていることも伺え、育児不安解消の一端を担っているともいえる。

参加者のアンケートからは、学習内容のわかりやすさ、講師や参加者が身近に話せて堅苦しくないこと、会の堅苦しくないこと、運営や全体の雰囲気がよいことなど、肯定的評価が挙げられている。

今年度から新たに企画委員に歯科衛生士が参加し、内容に幅が出てきた。今後も参加者のニーズを吸い上げながら企画運営を行い、幅広く広報を行っていきたい。また、回数を重ねるごとに託児利用の希望が増えていることから、リスク管理をきちんと行う必要がある。

■「天使の保護者ルカの会」（PCC 実践開発部門）

事業主：堀内　成子　開催日：7 回 / 年　参加人数：64 名

2010 年度は、計 7 回のセルフヘルプ・グループミーティングを開催した。また、株式会社テルモからの資金援助により、東京キルトリーダースの協力を得て、エンジェルキルトの手作りの会を開催した。

今年は会の運営としては新しい試みはないものの、継続して参加を続けていた男性体験者からスタッフになりたいと男性では初めての自発的な申し出があり、この事業が継続してあることの意義を感じた年であった。また、聖路加看護大学看護実践開発研究センター主催の他の 3 事業と合同で、子育て支援功労者として本事業も内閣府より表彰を受けた。

本事業は子どもを亡くした両親とその家族を対象とするセルフヘルプ・グループの運営が活動の主であるが、「想いを伝えるプロジェクト」（WAIS 関東 6 月）、看護者教育プログラム（東京 9 月・九州 2 月）、昭和大学ＮＩＣＵ病棟勉強会（2 月）等に参加し、臨床の看護職者や周産期喪失の領域に関心のある研究者との交流も行っている。この交流を通し、本事業から得た体験者のニーズを伝え、グリーフケアの普及にも努めている。

＜業績＞

1．死産を経験した家族の出会いと別れを支える天使キットの開発．蛭田明子，堀内成子，太田尚子，石井慶子，堀内祥子，鈴木千穂．聖路加看護学会誌，14（3），p39, 2010.

■「天使の保護者ルカの会　グリーフカウンセリング」（PCC 実践開発部門）

事業主：堀内　成子　開催日：毎週水曜　参加人数：18 名

本年度利用者の延べ人数 18 名の内訳は、個人 10 名（父親 2、母親 8）、カップル 4 組である。昨年に比べ、カップルの相談が増加し、夫が申し込むケースが多かった。夫個人が、妻への対応に悩み来談するケースが 2 件あった。

利用の経緯では、多くは「死別体験直後に自ら検索し HP を見た」として、問い合わせ・来談に至っているが、以前の利用者からの紹介や、病院のスタッフからの紹介というケースもあった。天使の保護者ルカの会に参加してから予約をしたケースや、カウンセリング後に、ルカの会へ参加に至ったケースなど、グループと個人面談の二つのサポートを利用しているケースが見られた。

死別体験から来談にいたるまでの時間経過は、2 週間後から 2 年後までと多様であった。

相談内容では、自身の悲嘆を中心にしつつ、その他の感情（怒り・不安）、夫婦の関係性、海外在留の孤独、義父母との関係、職場復帰、心療内科受診方法、休職について、すでに抱えていた精神疾患に関することなど多岐にわたった。問い合わせでは、医療従事者や自治体からの問い合わせがあった。

（研究テーマ）
- 周産期死別を体験した母親の死生観
- 死産後の心のケア
- ケアを担う専門職のセカンダリートラウマ

（学会発表）
- 死産を経験した家族の出会いと別れを支える天使キット、第 15 回聖路加看護学会、東京、2010 年 9 月 25 日発表
- ペリネイタル・ロスに関する教育プログラムの効果：体験者とのコミュニケーションからの学び、第 25 回日本助産学会、名古屋、2011 年 3 月 6 日発表

■「リンパ浮腫ケアステーション」（PCC 実践開発部門）

事業主：大畑　美里　開催日：毎週火曜日　参加人数：193 名

本ステーションでは、リンパ浮腫を持つがん体験者に対して、リンパドレナージ等のケアの提供や、利用者が自宅でもケアを継続することができるようにセルフケア指導を行った。また、乳がん術後で症状が軽症な方、リンパ浮腫の予防が必要な方を対象に、リンパ浮腫予防や早期発見のためのセルフケア方法についてグループ指導を行った。また前年度までに引き続き、看護師やそのほか医療職種のリンパ浮腫ケアに関する知識や技術の向上を図った。今後もリンパ浮腫ケアもさらにリンパ浮腫ケアの質を高めるため、引き続き活動を継続する予定である。

■「多世代交流型デイプログラム　聖路加　和（なご）みの会」（PCC 実践開発部門）

事業主：亀井　智子　開催日：毎週金曜日　参加人数：のべ 686 名

2007 年 4 月に本プログラムを創設し、4 年間が経過した。PCC による高齢者と子どもを中心としたプログラム開発を行い、週 1 回継続的に開催してきた。今年度新入会の高齢者は 4 名、小学生は 2 名で、登録高齢者は 11 名、小学生は 2 名である。高齢者への効果は、Quality of Life の中でも、Social relationship 領域の向上、初回参加時にうつ傾向のある高齢者のうつの軽減、認知症高齢者の会話の質の向上などが確認された。小学生は高齢者への思いやりなどが生じていることが確認された。両者の満足感は 9.4（10 ポイント中）ポイントと高かった。運営にあたり、区民ボランティア 4 名の協力を得た。本学看護実践開発研究センターが受賞した「内閣府子育て支援功労者表彰」に貢献することができた。

1. Tomoko Kamei, Waka Itoi, Fumiko Kajii, Chiharu Kawakami, Masumi Hasegawa, and Tomoko Sugimoto: Six month outcome of an innovative weekly intergenerational day program with older adults and school age children in a Japanese urban community, Japan journal of nursing science, 2011, in press.

2. Tomoko Kamei: St.Luke’s College of Nursing, Geriatric Care Project Intergenerational Day Program ‘St. Luke’s Nagomi-no-kai’ 2010 Annual Report,1-62, 2011.
3. 亀井智子：論壇　世代間交流とケアマネジメント - 認知症の地域ケアを通して、日本ケアマネジメント学会ニュース、Vol.19、1、2011.
4. 亀井智子：介護と看護と家族Ⅲ介護予防「世代間交流で高齢者も生き生き介護予防と自立支援のあり方」、くらしとからだ、No.67、6-7、2011.
5. 糸井和佳、亀井智子、田高悦子、梶井文子、山本由子：地域在住高齢者と子どもの世代間交流観察スケールの開発－原案開発過程、日本看護科学学会第 30 回学術集会講演集、298、2010.
6. 亀井智子 :NHK ハートフォーラム本人に寄りそう認知症ケア―施設で、家庭で―地域の多世代で支える認知症ケア、ぽーれぽーれ、No.359、7、2010.
7. 亀井智子、糸井和佳、梶井文子、川上千春、長谷川真澄、杉本知子：都市部多世代交流型デイプログラム参加者の 12 か月間の効果に関する縦断的検証－ Mixed methods による高齢者の心の健康と世代間交流の変化に焦点を当てて、老年看護学、14（1）、16-24、2010.

■「出張介護講座」（PCC 実践開発部門）

事業主：亀井　智子　開催日：予約制　参加人数：316 名（7 団体）

各種団体の依頼に応じて日時と会場を確認し、計 7 回の出張介護講座を行った。対象人数は 20 名～ 100 名で、依頼主は高齢者クラブ、特別養護老人ホーム、家族介護者、東京都社会福祉協議会センター部会等であった。また、出張会場の内訳は中央区内 5 件、文京区内 2 件であった。

講義内容は「老年期にある人の理解と高齢者ケアのエビデンス」「QOL の向上とエンド・オブ・ライフ」「高齢期を生き活きと健やかにすごす方法－心身の変化から」等、より良い生活を志向した専門的な話題から、「フットケア（講座と実演）」「高齢期における食生活のポイント」といった生活に密着した実際的な内容、また「認知症の人をみんなで支える」のように、現在の高齢社会において大きな関心が寄せられているテーマについての講義が求められた。講座はそれぞれ 1 名の教員が担当して行ったが、実演を含む場合は複数の教員が加わって実施した。依頼者から夜間設定の希望や、天候に恵まれない日程があったにもかかわらず、概ね参加者の出席率は高く、実施後のアンケートからも満足度の高い意見が数多く寄せられた。取り上げられたテーマが示すように、高齢者へのよりよい介護のありかたや、健康生活に対する地域住民の関心の高さを知ることができた。

■「転倒骨折予防実践講座」（PCC 実践開発部門）

事業主：亀井　智子　開催日：6 回 / 年　参加人数：26 名

1 回目　問診、心身の計測（BMI、開眼片足立ち時間、骨密度、大腿周囲計長、10m 歩行時間、QOL26）、転倒リスクアセスメント、小講義「高齢者の転倒の疫学」、運動プログラム、運動カレンダーの配布
2 回目　問診、小講義「高齢者の食事と栄養」、運動プログラム、運動カレンダー記載の確認
3 回目　問診、小講義「自宅の安全対策」（介入群）、小講義「老化と健康」（対照群）、運動プログラム、運動カレンダー記載の確認
4 回目　問診、小講義「フットケア」、運動プログラム、茶話会、運動カレンダー記載の確認、修了証授与
5 回目（12 週後フォローアップ講座）　問診、心身の計測、運動プログラム、運動カレンダー記載の確認、茶話
6 回目（54 週後フォローアップ講座）　問診、心身の計測、運動プログラム、運動カレンダー記載の確認、茶話

自宅の安全対策の教育を受けた介入群は、受けなかった対照群と比較して、12 週後の自宅の環境整備に関する知識量が高く、転倒発生者の割合が有意に低かった。本プログラムは自宅内の安全知識の向上、および短期転倒予防に効果があることが示唆された。

1. 亀井智子、梶井文子、糸井和佳、小坂井留美、新野直明：地域在住高齢者を対象としたHome Hazard Modification Programの効果、老年看護学、14（2）、42-49、2010.
2. 梶井文子、亀井智子、山本由子、新野直明：都市部在住高齢者における転倒骨折予防実践講座受講3カ月後の保健行動の変化、日本公衆衛生雑誌、57（10）、第69回日本公衆衛生学会総会抄録集、340、2010.
3. 山本由子、亀井智子、梶井文子、新野直明：転倒骨折予防実践講座に参加した高齢者の身体的健康と転倒リスクの関連、日本公衆衛生雑誌、57（10）、第69回日本公衆衛生学会総会抄録集、340、2010.
4. 山本由子、亀井智子、梶井文子：在宅高齢者へ向けた転倒骨折予防プログラムにおけるリスクアセスメントと転倒の関連、第15回日本老年看護学会学術集会抄録集、231.

■「介護者のためのリフレッシュアートプログラム」（PCC実践開発部門）

事業主：梶井　文子　開催日：予約制　参加人数：9名

1）製作プロセス

矢沼講師より、ガラスのアクセサリーの見本や作り方の説明を受けた後、各自が自分の希望をイメージしながら、大きさや色等多種多様にあるガラスから土台となる色ガラスを選ぶ。次に土台に載せる色ガラスやビーズをピンセットを使って土台の上に載せていき、仕上がりデザインを完成させる。一度土台の上に載せたガラスやビーズを取り除いたら、土台にのりをつけ、再度ガラス等を載せて下準備を完成する。オーブンレンジ内にガラスアクセサリーための専用電気炉を設置し、その中にデザインしたガラスを入れ5分～10分程度燃焼させる。この燃焼時間が、仕上がりを決めるため、各自の希望を聞きながら、矢沼講師が燃焼時間を調整する。燃焼後、ガラスが常温まで冷却するまで約30分程度かかる。冷却を待っている間に、お茶やお菓子を頂きながら日頃の介護状況や、生活内での工夫や・最近の自分の話等をする。冷却後にアクセサリー用の金具やチェーン等を選び、取り付ける。

2）参加者の反応

出来上がり後、自分の製作したガラスアクセサリーについての好みやイメージ、デザインの工夫点、出来上がりの感想等をお互いに感想を伝えあい、自己表現がしやすい雰囲気が作られた。他の参加者のアクセサリーをみて褒めたり感心したりするフィードバックが多々あり、非常に自己満足感も高まる様子が見られた。後日、アクセサリーを身に付けて笑顔で見せに来てくれた方も数名いた。

■「高齢者とご家族へオンリーワンの『思い出帳（メモリーブック）』作りプロジェクト」（PCC実践開発部門）

事業主：山本　由子　開催日：予約制　参加人数：6組

面談は休憩を含め約90分、毎回テーマを設けて1組に4, 5回行った。研究者は記録や環境整備に配慮し看護職のボランティアとペアで臨んだ。介護者にはテーマに添って写真を持参してもらい、データとして取り込んだ後に返却した。メモリーブックは製作ボランティアの意見や手を借り、概ね15～20ページにして既成の製作ソフトを用いて作成した。対象者の反応では、両親や兄弟と一緒といった昔の写真ほど多くの思い出が蘇り、笑いや涙と共に繰り返し表出される傾向にあった。メモリーブックを渡して1，2週間後に、介護者に気づいた点や生活上の変化を尋ねた。各々の介護者は、対象者が子どもの頃の暮らしの状況や想い、家族との関係を生き生きと語ることに驚き、また、疎遠になっていた肉親との関係性の復活や、過去の習慣を思い出して行うなどの行動の変化を体験していた。

1. 山本由子、亀井智子、梶井文子．ライフレビューによる認知症高齢者の自己肯定感表出と介護者の意識変化－3組の認知症高齢者と介護者へのメモリーブック作成過程を通して－．日本老年看護学会第16回学術集会．東京2011.
2. 桑原良子、亀井智子．認知症高齢者に対する継続的ライフレビュー実践による語りの変化の分析－写真を用いた5週連続のセッションを通して．日本老年看護学会第16回学術集会．東京2011.

市民健康講座

■「聖路加市民アカデミー」（PCC 実践開発部門）

事業主：小口　江美子　開催日：1 回 / 年　参加人数：215 名

今回の市民アカデミー「音と香りのハーモニー」は、日本で初めての音楽療法とアロマセラピーのコラボレーションで、①「臨床での音楽療法の必要性」、②「メディカルアロマセラピーとは？　～その過去、現在、将来展望まで～」、③「精油を安全に使用するには」、④「精油の不眠症への応用」、⑤「音楽療法について」、⑥「不妊治療での音楽療法とその効果」等の各講演の合間には聴視者参加型の音楽療法とアロマセラピーの実演が行われた。参加者からは「音楽・アロマと両方の良さがでて勉強になった。こういったコラボは新鮮で興味深い」「アロマと音楽療法とても興味深く面白かった。講演だけでなく、実演があったのがとても良かった。」等の感想が寄せられた。

■「性の健康講座」（PCC 実践開発部門）

事業主：堀　成美：　参加人数：68 名

「性の健康」概念は新しく、日本では一般に「性教育」として語られることが多い領域である。性の話は、言語化されにくくその重要事項を伝達する際に課題が生じるが、「性の健康」の教育は、学習ゴールが明確であり、多様な価値観を越え、若年層を支援する軸となる。

本講座は、1）直接の支援対象としての中学生･高校生に対して、学外での学習機会を提供すること、2）中学生･高校生を支援する大人に対して、その概念や枠組み、具体的な方法を提示し共有することを目的に開催した。

開催後の評価として、1）については、テーマや学校スケジュールの観点から、参加者を個別にリクルートするよりも、学校等にアウトリーチをするほうが効率的と思われた。2）については、保護者のみならず、教育・保健医療関係者のニーズが把握されたので、今後は定期講座として継続する意義があると考えている。

関連資料

医学書院「看護教育」 2009 年 1 月～ 2010 年 12 月まで、「性の健康講座」として 2 年間連載。本講座の実践も紹介した。

■「あなたに見合う運動実践アドバイス」（PCC 実践開発部門）

事業主：小口　江美子　開催日：8 回 / 年　参加人数：26 名

「適切な運動を通じて健康づくりや健康維持を望む方」や「運動をしたいけれど、どんな運動をどのくらいしたらよいかわからない方」などを対象に募集し、加療中の方は主治医と相談の上、許可を得て参加された。完全予約制で、1 人 30 分程度の相談に応じ、生活習慣病や骨粗しょう症やストレスの緩和・改善、転倒予防などを目指して、健康づくりや治療、リハビリに幅広く対応できる運動の紹介や、運動の実践方法を、個人個人の体力や生活事情に合わせて運動メニューを作成した。これまでにウォーキング、自転車エルゴメーター、椅子体操、マット運動、ストレッチ、腹式呼吸など相談者の希望に合わせた運動の種類とやり方をアドバイスした。今年度の参加者は、ご高齢で、整形外科的な症状や疾患のある方、生活習慣病の方などが多く、平均年齢は 63.7 歳（25 ～ 87 歳:男性 1 名、女性 25 名）だった。運動に関する相談だけでなく、薬やサプリメント、栄養に関する相談など、多岐に渡る健康相談を受けた。研究センター 1 階の「るかなび市民健康相談」の役割に加え、具体的な運動アドバイスや運動実践のサポートが得られる場所として市民の方々に活用して頂いた。

■「ストレスマネージメントヨーガクラス」（PCC 実践開発部門）

事業主：小口　江美子　開催日：6 回 / 年　参加人数：35 名

例年Ⅰ期 6 回、Ⅱ期 6 回の入替制で、10 月～ 3 月の 6 か月間開講し今年 3 年目を迎えた。今期はⅠ期（10 月～ 12 月）のみ実施された。これまでの参加者の中には、ヨーガを習い始めてよく眠れるようになり、気持ちが良いので毎晩自宅で就寝前に実施して体調管理が上手くできるようになった方や、健康を取り戻して職場復帰を成

し得た方などもおられる。授業後の学生や会社帰りの OL, 自営業、主婦、介護中の方、国際病院に通院の方などが参加された。参加者のアンケートから「意識してリラックスできる時間をとろうとするようになった」「この時間はいろいろなことを忘れてリラックスすることができてとても幸せだった」「介護で疲れ果ててすぐ寝るのではなく、生活のリズムの中に、ご指導頂いたことを自分の体に合わせてストレッチやマッサージをするようになった」「生活の中にリラックスできる時間を持つことができた」「強いストレスを感じていたが、何も考えない時間、ストレスをリセットするような時間を体験した。将来の仕事にも活かしていけたらと思う」の感想が寄せられ、帰りがけに立ち寄って参加できる気軽さや、習得して自分ひとりでも実施できる手軽さが継続性に繋がっている様子である。

■「新健康カレッジ『中高年の健康をサポートする』」（PCC 実践開発部門）

事業主：小口　江美子　開催日：3 回 / 年　参加人数：169 名

３つのセミナーのタイトルは、①「ストレスや生活習慣に由来する高血圧症とその対策」、②「ストレスに伴う抑うつ・身体症状とその対策」、③「関節の痛み」だった。参加者のアンケート自由記載によると、各セミナーの①では「大変わかりやすい話法で、大事な部分まで説明していただけた。日常聞くことが出来ない内容を丁寧にお話下さって受講してよかったと思う」「新健康カレッジセミナーを初体験し、よく分かり面白い講座だった。今後１つのテーマを取り上げ３回コースとかいうのも希望したい。（有料でもいいと思う !!）」「いつまでも続きますよう」、②では「私は７年前からうつ病と判断されまだ治療を続けている。うつ病になぜかかってしまったのか知りたくて受講した。自律訓練法やスポーツ財など教えていただいて役に立った」「今のままで良いと思うが、身体をいかに健康に保つかについての食生活、運動その他について指導していただきたい」「医学的知識が増えて毎回楽しみ」、③では「何回か参加しているが、いつもわかりやすく説明していただき知識の仲間入にしている。感謝している」などの感想が寄せられた。全３回参加の 24 名の方々に記念に聖路加グッズが贈られた。

■「アーユルヴェーダに学ぶ日常のケア」（PCC 実践開発部門）

事業主：堀　成美　参加人数：247 名

個人の日常の健康管理行動は、統計学で検証されたエビデンスとして共有されるもの、マスメディア情報、身近な友人の実体験まで幅広い情報に影響される。どのようなスタンスで、その情報を学び、生かすかは個人や社会のリテラシーに依存する。

本講座では、情報源のひとつとして、統合医療・補完医療として位置づけられているインド古来の医学であるアーユルヴェーダを日常の健康管理、ケアや支援に取り入れている専門家の事例や活動から学ぶことを目的とした。

参加者の背景としては、女性、特に妊娠・子育て期の女性が多く、アーユルヴェーダをはじめとする世界の様々な知見を、自分や家族の健康管理に生かしていくための情報、学習の場としてのニーズがあると思われた。

看護実践における補完医療の実践の例として、緩和医療の領域では看護職の９割が経験しているといわれており、患者や家族の日常のケアとして重要な位置づけとなっている。本講座は特定の手法を促進することを目的としたものではないが、人々の健康への志向、行動変容につながる情報共有や吟味の必要性について検討する機会するという目的は果たしたと考えている。

■「家で死ねるまちづくり　はじめの一歩の会」（PCC 実践開発部門）

事業主：山田雅子　開催日：随時　参加人数：33 名

はじめの一歩の会では一人暮らしあるいは日中独居となる高齢の方などへの訪問をボランティアとして行っている。これまでは勉強会を中心に行なってきたが、今年度は具体的な利用者に対して訪問活動が少しずつ増えてきた。

本会によるサービスの開始は、会員である訪問看護師とケアマネジャーがコーディネーターとして京橋地区と日本橋地区をそれぞれ担当し、利用者宅への訪問を調整している。昨年 10 月は会員が定期的に訪問し、服薬の確認、水分補給、話し相手など行っていた肺がん末期の利用者が自宅で亡くなられた。介護者は日中人がそばにいること

で本人は安心できた、最期まで自宅で介護できてよかったと述べられた。その他、外出のためのアレンジメントや介助の実施、また図書館への同行訪問、散歩介助などを行なった。

今年度は新たに本会の活動を市民に紹介し、会員を募る目的で会報「IPPO」を創刊し中央区内の保健・福祉施設や近隣の市民等関係者に配布した。会報は年２回の発行を予定している。例年実施している中央区主催の「子どもとためす環境祭り」でも本会の活動紹介を行い、子どもたちと安心して過ごせるまちについて会員と共に考えた。

月１回開催している定例会は、ボランティア活動の報告や情報交換に加え、講演会や施設見学を実施し、会員一人ひとりが住み慣れた地域で死ねるまちづくりについて学び考える場ともなっている。

■「健康維持や介護予防の為の音楽運動療法（椅子体操）」（PCC 実践開発部門）

事業主：小口　江美子　開催日：4 回 / 年　参加人数：35 名

高齢や病気がちで体力のない虚弱な方々への介護予防のために、或いは脳血管障害後の麻痺等の身体障害、視覚障害、認知機能障害等で体を動かしにくい方々へのリハビリのため考案された音楽椅子体操である。複数の公的機関で実践されているが、今年度初めて聖路加看護大学でも参加者を募集したところ、近隣の高齢の方や体力のない方、腰痛や膝痛等で立位での運動に自信のない方、介護中の方など自分自身の健康のためだけでなく、介護福祉士・介護スタッフなど介護専門家も参加した。心身の健康維持や機能の維持回復を目指し、毎回グループで、主に椅子座位で様々な音楽に合わせて楽しく体操するので参加者の交流の輪が広がっている様子である。参加者は１時間程度、部分運動、全身運動、歌唱などで心身をほぐし、タオルやペットボトルなどの手軽な器具を用いて筋肉トレーニングなども行った。参加者からは「週に２回腰のリハビリのために整形に通っているが、どこも何ともなく本当に楽しかった」「1 時間の体操とは思えないほど充実した時間だった」「音楽を取り入れることにより、体の動き、次の動作への繋がりがとても滑らかになることを自分の体で感じることができた」などの感想が寄せられた。

■「健康支援ボランティア講座」（PCC 実践開発部門）

事業主：森　明子　開催日：4 回 / 年　参加人数：13 名

本講座は①ボランティア活動を自分に引き付けて考える，②健康の維持・増進に必要な，人間のからだの仕組みと生活行動のかかわりを理解し健康をチェックする方法を学ぶ，③ボランティアとして来談者，相談者に対応するときのポイントを学ぶ，④ヘルシーシティーの考え方からボランティア活動を通じ，区やまちづくりに参与する意欲，るかなび等センター事業の健康支援ボランティア活動への意欲をもてる，という具体的な目標を目指した。中央区社会福祉協議会職員や健康社会学の専門家，本学教員および客員研究員の協働により，第１回「ボランティアを考える」第２回「自分のからだ，じぶんでする健康チェック」第３回「話の聴き方・話し方」第４回「健康なまちづくり～健康社会学的視点から～」の内容で開催した。受講料の有料化（3000 円）に対し，参加者全員が「適切」「やや適切」と回答し、有料でもボランティアについて学びたいという市民の意欲の高さがうかがえた。

その結果，参加者は自分の体に興味を持ち、健康観を見出し、健康的な社会つくり・ボランティアとしての社会参加を考えていた。受講後７名（53.9%）が，るかなび市民ボランティアとして登録し活動を開始した。今後の課題は、安定した企画運営費の確保，参加者がその意欲を発揮できるように大学やセンターで提供するボランティアの場を増やすことにある。

■「中央区民カレッジ　まなびのコース」（PCC 実践開発部門）

【前期・後期】事業主：山田　雅子　参加人数：53 名

前期、後期ともに水曜日の 18 時 30 分～ 20 時に、看護実践開発研究センター「ぽるかルーム」および「交流ラウンジ」にて実施した。前期は「からだを知って健やかに生きよう！」をテーマに、人体の構造や生理を基にした命の営みと健康について、またヘルスプロモーションの考え方について、そして健康情報のさがし方についての講義３回を行い、“命の営みを感じる”ためのヨーガ２回も行った。後期には、前期の健康情報のさがし方に代え

て「健やかに生き、安らかに逝く - 命の終焉を看取る」と題した講義を取り入れ、限りある命をみつめる看取りの現場からの話を聞き、人間らしい死とはなにかについて学んだ。なお前期・後期とも、5 回コースのうちの 1 回で、講義後に講師を交えた茶話会を開催し、参加者間での自由な意見交換や情報共有も行われた。各クラスの内容と講師は以下のとおりであった。

5/26	自分の「からだ」を知ろう！	講師	菱沼典子（聖路加看護大学）
6/9	自分を愛し人との絆を育てる - のりっち、なおっちの健康講座	講師	島内憲夫（順天堂大学）、 大久保菜穂子（聖路加看護大学）
6/23	からだの声を聴こう　ヨーガ	講師	花村睦（ハタ・ヨーガ）
7/7	からだの声を聴こう　ヨーガ	講師	花村睦（ハタ・ヨーガ）
7/21	見つけよう！知りたい健康情報	講師	石川道子（聖路加健康ナビスポット）
10/13	命（いのち）のしくみを知ろう！	講師	菱沼典子（聖路加看護大学）
10/27	健やかに生き、安らかに逝く - 命の終焉を看取る	講師	桑田美代子（青梅慶友病院）
11/17	命を慈しみ、支えあって生きる	講師	島内憲夫（順天堂大学）、 大久保菜穂子（聖路加看護大学）
12/1	命の営みを感じよう　ヨーガ	講師	花村睦（ハタ・ヨーガ）
12/8	命の声を聴こう！　ヨーガ	講師	花村睦（ハタ・ヨーガ）

■「中央区民カレッジ　シニアコース」（PCC 実践開発部門）

事業主：山田　雅子：　参加人数：25 名

10 月 5 日～ 12 月 14 日の期間の火曜日、午後 2 時～ 4 時に、「シニアの健康 1,2,3　健やかに老いるために」と題して講義 9 回、病院見学 1 回、計 10 回のクラスを築地社会教育会館において実施した。参加者は 60 代から 80 代と幅広い年齢層であった。第 2 回の「転ばないために - 転倒予防の方法」の講義では、参加者から自宅における工夫や問題点が語られ、また第 9 回の「介護が必要になったら」では、介護保険や介護福祉機器の利用方法の実際について多くの質問が出された。在宅医療や介護に関し、一般市民に対する情報提供のよりいっそうの充実が求められていることが示された。各クラスの内容と講師は以下のとおりであった。

10/5	おいしく食べて健やかな生活を	講師	梶井文子（聖路加看護大学）
10/12	めざせ快便　さわやか習慣	講師	沼田美幸（日本看護協会）
10/19	上手に対応 – おしっこのトラブル	講師	谷口珠実（日本コンチネンス協会・ 杏林大学医学部泌尿器科）
10/26	病院を知る – 聖路加国際病院見学	担当	聖路加国際病院広報室
11/2	転ばないために - 転倒予防の方法	講師	亀井智子（聖路加看護大学）
11/9	シニアのスキンケア	講師	南由起子（聖路加看護大学）
11/16	愛する人との別れに備える	講師	押川真喜子（聖路加国際病院）
11/30	笑って、笑って　免疫力を高める	講師	福田裕子（聖路加看護大学）
12/7	介護が必要になったら	講師	田代真理（聖路加看護大学）
12/14	お薬と上手につき合う	講師	八重ゆかり（聖路加看護大学）

ナーススキルアップ講座

■「看護管理コンサルテーション」（キャリア開発支援部門）

事業主：井部　俊子　開催日：随時　参加人数：4 名

聖路加看護大学「看護実践開発研究センター催しもの案内」や、2010 年度認定看護管理者ファーストレベル講習の修了時などに、「看護管理コンサルテーション」の活用をＰＲした。

その結果、2010 年度は 4 名が看護管理コンサルテーションを利用した。いずれも現役の看護管理者であった。そのうち 3 名は、2010 年度ファーストレベル講習の修了生であり、1 名は 2007 年度の修了生であった。

コンサルテーション日時・内容を以下にまとめた。

A：2010 年 9 月 29 日 17:30 － 18:30
　・自身のキャリア開発と職場での人間関係

B：2010 年 10 月 20 日 18:00 － 18:30
　・スタッフとの関係性のあり方

C：2011 年 2 月 17 日 18:00 － 18:30
　・職場変革のすすめ方

D：2011 年 3 月 1 日 18:00 － 18:30
　・スタッフの院内ローテーションのあり方
　・Span of Control について

■「緩和ケアコンサルテーション」（キャリア開発支援部門）

事業主：林　直子　開催日：予約制　参加人数：1 名

ケーススタディについてのアドバイスや指導、緩和ケアチームの立ち上げやキャリアアップに関する相談を随時、個別に受け、相談者のニーズに応じた問題解決に向けた支援を行った。今年度は、1 件であったため、次年度は、日本看護協会の専門看護師認定審査へのステップアップとして、より身近に活用してもらえるよう、がん看護事例検討会と併せて、修了生らに周知することとし、継続して行う予定である。

■「退院調整看護師養成プログラムと活動支援」（キャリア開発支援部門門）

事業主：山田　雅子　開催日：1 コース（5 回）/ 年　参加人数：43 名

近年、入院期間の短縮に伴い、在宅医療が推進され、入院から在宅への継続した医療提供体制の整備が早急の課題となっている。そこで本事業では、病院医療から在宅医療に移行する際に必要な退院支援をテーマにし、担当者が積極的に学べる場を 3 年前から提供している。病院で退院調整を担っている看護師を対象に、5 回からなる参加型講習を組んだ。

内容は、退院調整における保健医療情勢、診療報酬、倫理的ジレンマ、多職種連携などを取り上げ、これらについて講義やグループワークを通して理解を深めた。最終日には地域完結型医療提供体制を組織するための方法について考え、各自が自施設における課題を見出すに至り、修了後は、「大変有意義だった」「大変分かりやすい」といった高い評価が多かった。日ごろ 1 人で試行錯誤しながら取り組んでいる業務について、同じ立場にある者が集い意見交換することは、自らの課題解決の糸口を見だすことにつながるのがわかった。今後は、研修生同士の交流をさらに深められるような取り組みを行いたい。

＜研究業績＞

○吉田千文 , 山田雅子 , 長江弘子 , 宇都宮宏子 , 福田裕子（2010）退院調整看護師活動支援プログラムの評価－リフレクションシートの分析による受講生の学びから，第 14 回日本看護管理学会学術集会 2010 Aug 20-21，横浜 .

○廣岡佳代 , 山田雅子 , 吉田千文 , 宇都宮宏子 , 長江弘子 , 内田千佳子 , 福田裕子 .　退院調整看護師に対する教育

プログラムの検討～地域緩和ケア推進の視点から～ , (2010)、第 15 回日本緩和医療学会学術集会 2010 Jun 18-19, 186, 東京 .

■「精神看護事例検討会」(キャリア開発支援部門)

事業主：萱間　真美　　開催日：5 回 / 年　参加人数：126 名

精神科領域の疾患や状態にある人への看護師･保健師の関わり方について、実際の事例をもとに、話し、学びあい、支えあう場を作ることを目的とし、訪問看護師・保健師を対象とした事例検討会と、精神看護専門看護師を対象とした事例検討会を定期的に実施している。

訪問看護師は、地域で生活する精神障害を有する人へ様々なケアを提供しているが、精神障害の程度や内容は多岐に渡り、ケアを提供していく上で困難を感じることがある。また訪問看護は対象者の生活の場に赴き看護を提供するため、その場での判断を求められることが多く、対応に苦慮したり、今後の見通しを持ちにくくなることがある。これらの困難や不安について、同じ立場である訪問看護師や、保健師、クリニックの看護師等が、共に考え、支えあうことのできる事例検討を行っている。またこの会には、訪問看護ステーション、医療機関、行政、福祉職（精神保健福祉士）も参加しており、他職種とのコミュニケーションのとり方について互いにアドバイスをする場になっている。

専門看護師の場合も同様に、病棟看護師が対応に苦慮している患者に対し、直接的な支援と間接的な支援をどのように行えばよいかなど、同じ立場の専門看護師同士が共に考え、支えあうことのできる事例検討を行っている。

いずれの事例検討会も来年度も実施予定である。

■「がん看護事例検討会」(キャリア開発支援部門)

事業主：本田　晶子　開催日：8 回 / 年　参加人数：延べ 52 名

1 回につき 2 時間、参加者が受け持っているケースの事例を持ち寄り、日頃の実践における疑問や問題について話し合いながら、がん看護専門看護師に必要な能力の向上を目指して、様々な観点から検討し、共有を図った。

参加者は、事例検討会を通して、プレゼンテーションや意見交換するスキルを養うと共に、がん看護についての専門性を深めることで、日本看護協会の専門看護師認定審査の合格を果たすことができた。また、同じ立場で集まることで、相互のピアサポートにもつながっている。次年度は、新たにがん遺伝看護に関するセミナー等も企画し、継続して行う予定である。

■「英文献を読もう！パートⅠ　～基礎編～」(キャリア開発支援部門)

事業主：園城寺　康子　開催日：前期 5 回、後期 5 回　参加人数：19 名

テキストは『看護英語読解 15 のポイント』メジカルビュー社とその CD を使用。各回 1Unit を説明解説し、Time や Asahi Weekly などから選んだ他の医療系教材も適宜使用した。特に複雑な構文の理解を目指し、訳読や解説をし、受講者の英語力の強化を主眼としたものである。医療系の文献の特徴だけではなく、基本的文法に留意した正確な内容把握を中心に授業を展開したが、＜英文献を読もう！＞パートⅡへの導入となるように配慮した。また、受験志望者も参加していたので、修士課程の試験問題の一般的傾向の分析やその対策なども加味した。英語の学習法に関する一般的質問も多かったので、直読直解の方法など、実践的学習方法も紹介した。受講者は年齢、専攻分野など様々であったが、非常に真剣に取り組んでおり、刺激になり、それなりの効果はあったが、もう少し回数を多くしてほしいという希望もあった。

■「英文献を読もう！パートⅡ　～構文理解強化コース～」(キャリア開発支援部門)

事業主：田代　順子　開催日：5 回 / 年　参加人数：15 名

2010 年は 7 月と 1 月～2月の 2 回開講した。第 1 期の 7 月開講分は 12 名が応募した。多くの受講生が、秋

に予定されている大学院・修士課程の進学準備が受講動機であった。加えて、1名、本大学院・修士課程で学んでいる院生で、博士課程への進学を予定しているため、英語購読力を強化したいと考えていた。　第2期の1月開講分は3名応募し、2名が5回皆勤した。2名の受講生も、後期の入試、あるいは今後修士課程の入試準備をしている方々であった。

第1期は、全講座出席できた受講生は12名中4名であり、特に、8月に入ると欠席者が目立った。第2期も、3名中2名が全講座を受講できた。パートⅡの受講生は、パートⅠの受講生も多く、基礎力があり、3回目ぐらいから、教材の英語を問題なく読むことが出きる力が付いていた。受講生からEvidence-based Nursingに関する質問もあり、英語購読だけでなく、教材内容に関しても理解が進んだと評価している。本スキルアップ講座の目標は、ほぼ全員が、講読力が養われ、教材の内容である実践の質を高めるEBNの理解も進んだと評価している。2011年度も、“Evidence-based Nursing”領域の英文から最新の文献を選択し、パートⅠからの継続を考え、パートⅡのコースを提供してゆきたい。

■「訪問看護スキルアップセミナー」（キャリア開発支援部門門）

事業主：山田　雅子　開催日：4回／年　参加人数：41名

訪問看護認定看護師に対し、継続学習の場を提供し、訪問看護技術の向上を図ることを意図している。2010年度より開始した新規事業である。参加者は、現場から事例を持ち寄りグループワークを通して事例検討を行った。テーマは、①「褥創管理」、②「緩和ケア」、③「感染管理」、④「家族看護」を取り上げた。最終回は震災後の開催であったため、地震後の対応について、参加者同士情報交換も合わせて行なうことができた

セミナーの進め方は、事前に参加者が自施設の事例をテーマに応じてA4用紙1枚程度にまとめたものを教材として、グループ内で検討しその成果を発表する形式とした。またセミナーでは、資料やパソコンを用意し、疑問・不明点はインターネットや文献で調べられる環境を整えたため、参加者は客観的な知見を探しながら、日ごろの実践の根拠を確認することができていた。参加者からは、「この資料持っていたけれど、開いてなかった。調べれば書いてあったんですね」「日ごろはなかなか事例検討会をする機会もないし、疑問に思っても調べる時間もないので参加してよかった」と満足度は高かった。認定看護師になってからも、学習する機会を得ることは必要不可欠だと考えられる。実践力の継続的な向上と共に、仲間同士の交流を深める意味でも、事業を継続させていきたい。

■「不妊症看護認定看護師ポストコース」（キャリア開発支援部門門）

事業主：森　明子　開催日：1回／年　参加人数：52名

認定看護師は日本看護協会が専門の教育・研修を受けた看護職への資格認定を行っており、不妊症看護はその一分野である。認定後も5年ごとの更新審査において、看護実践と自己研鑽の実績が必要とされている。2008年度に本研究センターで不妊症看護分野の認定看護師教育課程を開講したことに伴い、2009年度には自己研鑽の機会として“研修と集い”を開催し、今年度より本研究センターの一事業として“ポストコース講座”を開催した。今年度は薬剤師である歳森三千代先生による漢方の基礎と子宝相談、産婦人科医師である前田和寿先生による遺伝相談についての2つの講演に加え、3名の不妊症看護認定看護師による看護相談の取り組みの話題提供を受けてのグループディスカッションを行った。不妊症看護認定看護師100名中65名が参加し、参加者へのアンケートの集計結果から本事業は高評価であった。次年度以降も不妊症看護認定看護師の自己研鑽の機会のひとつとして、ニーズ調査等を行いながら開催していきたい。

認定看護管理者講習・認定看護師教育課程

「認定看護管理者ファーストレベル講習」（キャリア開発支援部門）

事業主：井部　俊子　開催日：2010 年 8 月 23 日～ 9 月 29 日　参加人数：90 名

ファーストレベル講習には 97 名の出願者があり 90 名を合格とした。受講生の年齢は 20 代 1 名、30 代 37 名、40 代 47 名、50 代 5 名、また、看護師長、主任または師長・主任相当の職位が約 40 名であった。地域別でみると、東京都が 43 名であり関東地域が大半であった。科目構成は、看護管理概説、看護情報論、グループマネジメント、看護専門職論、ヘルスケア提供システム論、看護サービス提供論の 6 科目である。本講習では、各領域の専門家による講義に加え、演習としてスモール・グループ・チュートリアルでの学習形態も取り入れ、受講生の積極的参加とともに、論理的思考力、対人関係能力、記述・発表能力の向上につなげている。

受講生によるプログラム評価では、講義内容、講師、講義資料については、約 70 ～ 90% の受講生が適切だったと評価した。またグループ学習での演習についても「効果的だった」、「どちらかといえば効果的だった」の評価を合わせると 91% であった。

なお本講習は、日本看護協会認定看護管理者制度 ファーストレベル講習の教育機関として認定を受け、実施している。

「認定看護師教育課程」（①不妊症看護コース・②がん化学療法看護コース・③訪問看護コース）

事業主：山田　雅子　開催日：開催日：2010 年 6 月～ 2011 年 2 月　参加人数：64 名

講 師：　①森明子（教授）、實﨑美奈（助教）

②林直子（教授）、大畑美里（助教）、本田明子（助教）

③山田雅子（教授）、田代真理（助教）、福田裕子（非常勤講師）

認定看護師とは、複雑・多様化する社会や医療状況の中で、患者さんの健康問題を多角的に捉える視点を持ち、特定の分野において質の高い医療サービスを提供することができる看護師である。本学では、①不妊症看護、②がん化学療法看護、③訪問看護の３分野の認定看護師教育を行って３年目になった。カリキュラムは共通科目、専門基礎科目、専門科目、演習・実習から構成されており、615 時間を要する。研修生は仕事を続けながら、6 月 5 日の入学式から 2 月 26 日の修了式までの間、金・土曜日を中心とした講義等に出席した。8 月下旬から 9 月下旬までの約 1 ヶ月は 3 コース合同で共通科目を実施し、互いに意見交換を行い、視野を広めることができた。それぞれのコースでは講義のほか、1 ヶ月程度、実習施設に赴き、実践・相談・指導といった認定看護師の役割について臨時実習を行った。9 か月の教育課程を経て、① 12 名、② 27 名、③ 24 名が修了した。

なお、2009 年度に修了した研修生のうち、日本看護協会が実施する認定試験に合格したものは、① 15 名、② 28 名、③ 17 名であった。次年度入学予定者は、① 10 名、② 27 名、③ 16 名と少なく、今後のコースのあり方を検討する必要があると考えている。

2010年度 学生の実習および研究・研修におけるセンターの活用状況

活用したセンター事業等	担当教員	学生種別と学年	科目名または研修名	利用者数
るかなび	伊東美奈子	学部２年生 学士編入14回生	看護援助論Ⅰ （コミュニケーション実習）	２０名
	大森純子	学部２年生	生涯発達看護論Ⅱ	３名
	山田雅子 田代真理 福田裕子	認定看護師教育課程 （訪問看護コース）	臨地実習	２２名
	菱沼典子	博士３年生	研究（博士論文）	１名
	佐竹澄子 大橋久美子	学部１年生 学士編入15回生	生活と健康	106名
闘病記文庫	菱沼典子	学部１年生 学士編入15回生	看護学概論	不明
赤ちゃんがやってくる	片岡弥恵子	修士１年生	コミュニティ論演習	１５名
	伊東美奈子	学部２年生 学士編入14回生	看護援助論Ⅰ （コミュニケーション実習）	３名
ルカ子母乳育児相談	伊東美奈子	学部２年生 学士編入14回生	看護援助論Ⅰ （コミュニケーション実習）	４名
ルカ子 ウィメンズヘルス・カフェ	森明子 實﨑美奈	認定看護師教育課程 （不妊症看護コース）	演　習	１２名
	蛭田明子 鶴若麻理 實﨑美奈	学部４年生	家族発達看護論Ⅱ	４名
乳がん女性のための サポートプログラム	大坂和可子 伊東美奈子	学部２年生 学士編入14回生	看護援助論Ⅰ （コミュニケーション実習）	２名
天使の保護者ルカの会	蛭田明子 鶴若麻理 實﨑美奈	学部４年生 学士編入12回生	家族発達看護論Ⅱ	１１名
	蛭田明子 太田尚子	学部４年生 （静岡県立大学）	卒業研究	１名
	及川郁子	修士１年生	研　修	１名
多世代交流型デイプログラム 聖路加　和みの会	亀井智子	修士１年生	老年看護学演習Ⅰ	１名
		学部２年生 学士編入14回生	生涯発達看護論Ⅱ	３名
		学部４年生 学士編入12回生	老年看護実践ゼミナール	２名
センター事業全般	山田雅子	修士２年生 （名城大学大学院）	研究（修士論文）	１名

2010年度 看護実践開発研究センター　部門長および担当・専任研究員・研究支援室スタッフ

■部門長および担当

センター長	教授	山田雅子
研究科長・学部長・WHOコラボレーティングセンター長	教授	菱沼典子
ＰＣＣ実践開発部門長・開発担当	教授	亀井智子
ＰＣＣ実践開発部門　開発担当	教授	小口江美子
ＰＣＣ実践開発部門　政策担当	教授	山田雅子
ＰＣＣ実践開発部門　国際担当	教授	田代順子
キャリア開発支援部門長	教授	松谷美和子
キャリア開発部門　教育研修担当	教授	山田雅子
研究活動支援部門長	教授	森明子
研究活動支援部門　研究支援担当	助教	八重ゆかり

■専任研究員

教授	山田雅子
教授	森明子
教授	小口江美子
助教	實崎美奈
助教	八重ゆかり
助教	田代真理
助教	本田晶子
助教	大畑美里

■研究支援室スタッフ

専任職員	高木裕也
専任職員	平良智子
専任職員	福田昌
専任職員	田口瞳
派遣職員	渡邊至
派遣職員	中山令子

St. Luke's College of Nursing
Research Center for
Development of
Nursing Practice

2010 年度聖路加看護大学
看護実践開発研究センター報告書

2011 年 5 月 23 日発行

発行者：聖路加看護大学看護実践開発研究センター

発行所：瀬味証券印刷株式会社