

## 一般市民の方々を対象としたテーマ：授業や研究などの専門性を生かした内容

	教員氏名	テーマ	概要
看護職の仕事	小島 修子	保健師の職務と役割について	保健師は、国家資格である「保健師」の名称を用いて、地域住民や事業場で働く人々のための健康増進・疾病予防の役割を果たします。保健師の資格を取得するまでの教育や就業場所、職務や役割についてご説明します。
	佐々木 詩子	困ったときは訪問看護師にご相談を！	病気になっても、障がいをもって、在宅で生活したいと思っている方がいらっしゃると思います。訪問看護師の経験をもとに、具体的なケースを紹介しながら、訪問看護師は何ができるのか、訪問看護を利用する時にはどうしたらいいのか、利用することのメリットなど、例えば、がんになった時、最期まで家で暮らすために訪問看護師がどのような役割をするのかなどお話しします。
	原 好恵	ワクチンの注射方法や副作用への対処法について	安全な筋肉内注射について研究しています。最近多い筋肉内注射に、新型コロナウイルスワクチンなどがあります。注射方法や起こりうる副作用への対処法についてお話しします。
更年期・高齢者	伊藤 千晴	認知症の人の意思決定支援のあり方	日常生活や社会生活などにおいて認知症の人の意思が適切に反映された生活を送れるようにするための意思決定支援のあり方を事例に基づいて紹介します。
	加藤 由美	アドバンスドケアプランニング：ACP	万が一に備え、人生で大切にしていることや今後望む治療について話し合うことをACPといいます（別名、人生会議）。高齢多死社会の中、多くの人々によりよく生きることを前提としたACPについて考える機会を提供します。
	鍋田 美咲	更年期を乗り越えるために	加齢に伴う変化である更年期は誰にでもくるものですが、個人差があること、病気ではないことから、社会生活を過ごすのが難しいぐらい症状がひどくても我慢してしまう人がたくさんいます。更年期を理解し、パートナーや家族と支え合いながら過ごしていくための基本的な知識と対策についてお話しします。
	宮下 大樹	認知症とともに生きる	認知症の方たちの行動や振る舞いには必ず理由があります。認知症の方も困っていることがあります。いくつかの事例を取り上げ、認知症について一緒に考えましょう。
	山根 友絵	離れて暮らす親の介護	少子化や核家族化が進み、高齢者の一人暮らしや夫婦二人暮らしが増えていきます。離れて暮らす親の介護を心配される人も多いと思います。別居での介護の特徴や介護の秘訣についてお話をします。
生活	栗田 愛	うんち、出ますか？	便秘の予防・解消のために、生活で気をつける点や下剤の選び方、調整の仕方についてお話しします。看護職が対象の場合には、自然排便が出来ない方への排便ケアについて取り上げます。
	篠崎 恵美子	対人関係を良好にするコミュニケーション	私たちは生活をするなかで、何かしらのコミュニケーション技術を使っています。同じことを伝える場合であっても、伝え方によって結果が異なることは多々あります。対人関係をよりよくするコミュニケーション技術についてお話しします。
	鈴木 善博	成人の睡眠障害と原因について	日本人は4～5人に1人は不眠の悩みを抱えている睡眠障害の深刻な国です。そもそも、睡眠時間はこの100年で1.5時間減少し、徹夜で勉強や仕事をするなどなどを良しとする「睡眠軽視の文化」が根本に存在します。入眠困難・中途覚醒・早朝覚醒・熟睡感の不足など睡眠障害の症状と原因、自分で変えられる睡眠衛生についてご説明します。
	服部 美穂 山口 貴子	日常生活で役立つ感染対策～手洗いはできていますか？～	感染症の予防には、日常生活で基本的な感染対策を継続していくことが重要です。教材を使用して、感染対策の基本である手指衛生（手洗いと手指消毒）ができていますか確認してみませんか？

## 一般市民の方々を対象としたテーマ：授業や研究などの専門性を生かした内容

	教員氏名	テーマ	概要
身体 の 仕 組 み	正司 孝太郎	ストレスの影響	ストレスがどういうものなのか？ ストレスを感じると体がどのように反応するのか？ ストレスが健康にどのように影響するのか？ 長期間のストレスや強いストレスが健康にどのように影響するのか？などをお話します。
	西 由紀	鎖骨をめぐる話	鎖骨はゆるくS状を示す骨です。この骨はヒトでは発達していますが、四足動物では未発達なことが多いと言われていています。鎖骨の役割とは何でしょうか？また、四足動物に未発達なのはなぜなのか解説します。
妊 娠 ・ 出 産 ・ 育 児	杉下 佳文 水尾 智佐子 星 貴江	「出産のカタチはどう変わってきたのかー昔の出産文化から現代医療までー」	日本における出産の歴史の変遷を概説し、昔の地域・家庭中心の出産から、現代の医療による安全な出産へとどのように変化してきたのかを説明します。出産の価値観や方法の違いを理解し、出産を多角的に捉える機会とすることを目的とします。
	杉下 佳文 水尾 智佐子 星 貴江	パパになる準備講座ー父親の役割と育児のリアルー	産前・産後の母親の変化を理解し、父親としての役割や具体的な育児への関わり方を説明します。夫婦で協力して子育てを行う重要性を理解し、実践的な関わり方を考える機会とすることを目的とします
	杉下 佳文 山田 尚美	子ども虐待予防に着目した子育て支援	子ども虐待は増加の一途を辿っており、国をあげてマクロ面の対策はとられていますが、地域住民へのミクロ面の支援も必要です。特に子育て中の母親のメンタルヘルスは子どもへの虐待にも影響します。母親への支援、および子ども虐待の予防方法についてお話しします。
	鍋田 美咲	双子の妊娠・出産・育児について	多胎児（主に双子）の妊娠・出産・育児は、通常と比べて異なること、気をつけなければならないこと、大変なこと等がたくさんあります。多胎ならではの妊娠、出産、育児に関することについてお話しします。
	星 貴江	妊娠・出産・育児について	妊娠、出産を機に、女性の身体、心は大きく変化します。そして、女性のライフサイクルにも大きな影響を与えます。妊娠・出産・育児についての知識、夫婦での乗り越え方についてご説明します。
災 害 ・ 緊 急 時	天野 薫	障がいや病気を持つ人の災害への備えとは？	障がいや病気を持つ方が災害時にも安心して生活するための備えについてお伝えします。災害時でも治療を継続し、心身の健康を守るための方法について考える機会としたいと思います。
	中神 友子 坂 亮輔 鳥居 千洋 天野 薫 杉下 史紘	災害への備え ー避難所運営について考えようー	避難所運営ゲーム「避難所Hug」を使って、避難所運営の模擬体験をします。どんな問題が起こり得るのか、どう対処すべきか、ゲームを通じて考えます。
	中神 友子 坂 亮輔 鳥居 千洋	使ってみよう！AED	駅や店舗など、多くの場所で見かけるようになってきたAED。あなたがAEDを使う事で救える命があるかもしれません。人命救助の基本となる、心臓マッサージ(胸骨圧迫)のやり方やAEDの使い方を学びましょう。