

I からだと心のケアに関する講座

1 「フレイル」を知って、目指そう健康長寿!

受講料 有料 10月5日(土) 14:00~16:00

会場 本学札幌サテライトキャンパス
札幌市中央区北4条西5丁目
アステイ45 12F

定員 50名

受講料 700円

◆ちょっと役立つ看護の知恵①
道民カレッジ連携講座 主Ⅲ-1

講師 中川 真奈美
社会福祉法人栄和会
介護老人保健施設あつべつ
業務課・居宅サービス課課長
老人看護専門看護師

「フレイル」とは、「加齢とともに運動機能や認知機能等が低下した状態」をいいます。高齢になっても食べて、動けて、いろいろな楽しみを味わえる「健康寿命」をのばすことが重要です。実際にフレイルチェックを行い、原因対策と運動・認知機能の維持について考えて行きましょう。

2 いつまでも生き生きと暮らすために —運動機能の向上と重要な栄養について—

受講料 無料 10月17日(木) 10:00~12:00

前期公開講座パンフレットNo.12

会場 当別町白樺コミュニティセンター
石狩郡当別町白樺町2792番地1

定員 50名

参加資格 60歳以上対象

当別町主催セミナー⑤
道民カレッジ連携講座 共-1

講師 池森 康裕
本学看護福祉学部講師

老年期において実り多い人生を送るためには、介護が必要となる原因を正しく理解することが重要です。本セミナーでは、セラバンド(ゴムバンド)を使って体を動かしながら運動機能の向上方法を学びます。さらに、筋肉の発達に必要な栄養素についてご紹介します。

3 うつ、不安の理解と心理的支援 —こころとからだを楽にするヒント—

受講料 無料 11月9日(土) 14:00~15:30

会場 北海道医療大学
札幌あいの里キャンパス
2階講義室1
札幌市北区あいの里2条5丁目

定員 40名

心理臨床発達支援センター共催セミナー①
共-5

講師 本谷 亮
本学心理科学部准教授

うつ、不安の基本的な内容や実際に行われる心理的支援(特に認知行動療法)を紹介するとともに、こころとからだから楽になるような日常生活で活かせるヒントをわかりやすくお伝えします。講演では、簡単なワークも交えながら解説します。

4 在宅での看取りについて —自分と家族のために必要な若い時からの知識—

受講料 有料 11月9日(土) 14:00~16:00

会場 ACU研修室 1212
札幌市中央区北4条西5丁目
アステイ45 12F

定員 40名

受講料 700円

◆ちょっと役立つ看護の知恵②
道民カレッジ連携講座 主Ⅲ-1

講師 鹿内 あずさ
北海道文教大学看護学科
地域・在宅看護学領域 教授
地域看護専門看護師

人生を閉じるその時まで、どのように自分らしく生きることができるのか。住み慣れた自宅、望んだ場所で大事な人と心穏やかにその時まで過ごせるよう、終末期の身体的変化、家族の関わりや在宅医療・ケアサービスの知識についてもお伝えします。

講師紹介

▶中川 真奈美(なかがわ まなみ)

北海道医療大学大学院看護福祉学研究所看護学専攻修士課程高度実践コース(CNS)養成課程(老年看護)修了。北海道がんセンター副院長を経て、2004年に社会福祉法人栄和会に入職。高齢者の介護予防、健康管理、自立支援にむけた看護に携わり、11年より現職。17年に老人看護専門看護師を取得。高齢者の方が住み慣れた地域で望む暮らしが継続できるように、老健の役割である在宅生活支援をはじめ、施設サービスにおいては在宅復帰から看取りまで、家族や保健・福祉・医療専門職との連携のもと活動を行っています。介護支援専門員、認知症ケア専門士
○専門研究分野/高齢者の施設看護、認知症の看護、エンドオブライフケア

▶池森 康裕(いけもり やすひろ)

1975年生まれ。札幌医療福祉専門学校卒業。東北福祉大学大学院福祉学研究所社会福祉学専攻修了。95年特別養護老人ホーム介護福祉士、04年國學院短期大学専攻科専任講師を経て、09年より現職。高齢者の社会活動のあり方について検討しています。近年は、老年期においても効率的な骨格筋の発達方法について研究を進めています。社会福祉士、介護福祉士、介護支援専門員、介護予防運動指導員。
○専門研究分野/高齢者福祉、介護予防活動、介護福祉教育

▶本谷 亮(もとや りょう)

1980年生まれ。北海道医療大学大学院心理科学研究科臨床心理学専攻修士後期課程修了。博士(臨床心理学)。北海道医療大学卒業。福島県立医科大学医療人育成・支援センター助手、助教、16年本学心理科学部講師を経て17年9月より現職。こころと身体の関連に関心があり、そのメカニズムの解明や効果的な心理的支援について検討しています。その中でも特に、「ストレス関連疾患」や「痛み」が私の専門分野です。公認心理師、臨床心理士、認定行動療法士。著書に「運動器の痛みをとる・やわらげる」、「60のケースから学ぶ認知行動療法」、「Jmed33 あなたも名医!患者さんを苦しめる慢性痛にアタック!—慢性の痛みとの上手な付き合い方—」
○専門研究分野/心身医学、認知行動療法

▶鹿内 あずさ(しかない あずさ)

北海道医療大学大学院看護福祉学研究所看護学専攻修士課程高度実践コース(CNS)養成課程(地域看護)修了。95年~99年まで訪問看護ステーション(管理者・訪問看護師、弘前市)、北海道総合在宅ケア事業団(訪問看護師、ケアマネージャー)、北海道医療大学看護福祉学部看護学科、天使大学看護栄養学部看護学科勤務を経て、現職。
○専門研究分野/在宅ケア、在宅看護、訪問看護、遠隔看護、認知症の看護、看取りの看護、在宅看護学教育、等

5 脳卒中とはどんな病気? —顔・腕・言葉をチェック!—

受講料 有料 11月16日(土) 14:00~16:00

会場 本学札幌サテライトキャンパス
札幌市中央区北4条西5丁目
アステイ45 12F

定員 50名

受講料 700円

◆ちょっと役立つ看護の知恵③
道民カレッジ連携講座 主Ⅲ-1

講師 皆川 ゆり子
北海道立子ども総合医療・療育センター
PICU
急性・重症患者看護専門看護師

現在、脳卒中は我が国の死亡率第4位の身近な病気です。現在は発症時の早い対応で、ほぼ助を必要としない状態まで回復することもできます。病気のこと、予防、もし自分や家族がなってしまった時の対応を知って、健康寿命を延ばしませんか。

6 自分らしい老年期を迎えよう —老年期を自分らしく過ごすために必要な知識—

受講料 有料 11月30日(土) 14:00~16:00

会場 本学札幌サテライトキャンパス
札幌市中央区北4条西5丁目
アステイ45 12F

定員 50名

受講料 700円

◆ちょっと役立つ看護の知恵④
道民カレッジ連携講座 主Ⅲ-1

講師 菅原 昌子
医療法人深仁会定山溪病院
医療療養病棟棟長
老人看護専門看護師

2030年には日本の高齢者の割合は31.2%となり、高齢者は増加の一途を辿ります。人間、誰もが老年期を迎えますが、自分らしく生活するために必要な知識をこの機会に身に付けてみませんか?

7 大人の発達障がい理解と支援のコツ

受講料 無料 12月8日(日) 14:00~15:30

会場 北海道医療大学
札幌あいの里キャンパス
2階講義室1
札幌市北区あいの里2条5丁目

定員 40名

心理臨床発達支援センター共催セミナー②
共-5

講師 金澤 潤一郎
本学心理科学部准教授

本講座では、講義によって大人の発達障がい(ADHDや自閉スペクトラム症)についての理解を深め、簡単なワークも交えて支援をする際に大切な心構えや態度について学びます。昨今注目されている共生社会の実現のためにも重要なテーマではないでしょうか。

8 上手に活用 介護サービスの知恵(極意?) —介護の継続はサービス利用と家族の健康—

受講料 有料 12月14日(土) 14:00~16:00

会場 本学札幌サテライトキャンパス
札幌市中央区北4条西5丁目
アステイ45 12F

定員 50名

受講料 700円

◆ちょっと役立つ看護の知恵⑤
道民カレッジ連携講座 主Ⅲ-1

講師 樋口 秋緒
医療法人北農会恵み野病院
訪問看護ステーション
「はあと」所長

訪問看護を実践して気づいた安心・安全な在宅療養継続のコツは、まず、介護者の健康維持、そして介護を家族で抱えこまず、上手くサービスを活用する、ということでした。そのコツの一つ一つをお伝えできたらと思います。

講師紹介

▶皆川 ゆり子(みながわ ゆりこ)

東京医科歯科大学大学院保健衛生学研究所博士前期課程修了。千葉大学看護学部看護学卒業後、駿河台日本大学病院救命救急センターに勤務。東京医科歯科大学大学院を修了後、札幌医科大学附属病院に入職。胸部外科病棟で働く傍ら急性・重症患者看護専門看護師資格を取得。12年より現職。乳幼児・学童だけでなく、先天性疾患を抱えた術後の新生児から成人になられた患者さんまでの幅広い層の急性期看護、チーム医療推進に取り組んでいます。
○専門研究分野/急性・重症患者看護、小児の急性期看護

▶菅原 昌子(すがわら しょうこ)

北海道医療大学大学院看護福祉学研究所看護学専攻修士課程高度実践コース(CNS)養成課程(老年看護)修了。91年医療法人深仁会病院に入職。急性期分野における老人看護の学修を深めたく、在職中に北海道医療大学大学院へ進学。16年老人看護専門看護師資格を取得。18年より、医療法人深仁会定山溪病院に転勤となり、慢性期疾患を持った高齢患者への支援や、論理的問題への積極的介入を行っている。
○専門研究分野/高齢者救急

▶金澤 潤一郎(かなざわ じゅんいちろう)

1975年生まれ。北海道医療大学大学院心理科学研究科臨床心理学専攻修士後期課程修了。博士(臨床心理学)。日本学術振興会特別研究員、苫小牧駒澤大学国際文化学科/国際コミュニケーション学科非常勤講師(12年~14年)、ときわこども発達センター非常勤心理士(11年~現在兼任)。12年本学心理科学部助教、14年同講師を経て17年より現職。公認心理師、臨床心理士。Poster Abstract Award at the 1st Asian Congress on ADHD(12年)
○専門研究分野/認知行動療法(大人の発達障がい、司法領域、スポーツ領域など)

▶樋口 秋緒(ひぐち あきお)

北海道医療大学大学院看護福祉学研究所看護学専攻修士課程高度実践コース(NP)養成課程修了。道立衛生学院保健婦科卒。北海道医療大学大学院修了。医療法人北農会恵み野訪問看護ステーション「はあと」管理職。保健師として病院にて医療相談を受けていたところ、地域に訪問看護の必要性を観取し、「はあと」を開設。そこで、在宅療養される方や介護者から、医療処置への不安や体調管理、介護を続けていく上での様々な心配事と出会い、それらが少しでも解決できればという思いで、慢性疾患看護専門看護師、NPの道に進みました。どんな状況の方でも安心して在宅療養ができることを願いに日々訪問看護で奮闘しています。保健師、慢性疾患看護専門看護師、プライマリ・ケア分野NP、社会福祉士、ケアマネージャー資格、プライマリ・ケア分野NP、社会福祉士、平成30年度優良看護職員北海道社会貢献賞受賞。
○専門研究分野/慢性疾患看護、訪問看護