

令和
元年度

三重県立看護大学 地域交流センター

講師派遣のご紹介



県民の皆さまの豊かで健やかな暮らしに
役立つ講座をご紹介します。

講師派遣のご紹介



① 出前講座

.....

② その他の講師派遣

.....

① 出前講座のご案内

本学の教員は、自身の教育や研究、社会活動の専門性や成果をもとに、県民の皆さまを対象とした出前講座を行っております。皆さまからのお申し込みにより、集会・学習会などにお伺いして講演を行います。本冊子掲載の講座一覧からご希望のテーマをお選びください。

① 目的

出前講座は、より多くの県民の皆さまに、看護や医療、健康などに関心をもっていただくことを目的としています。

② 対象者

県内に在住・在勤・在学の 5名以上の参加者が見込めるグループ・団体などが対象です。広く地域の方を受講者として募集することができる場合は、公開講座としての開催をお願いします。(本学ホームページに開催案内を掲載します。)

③ ご留意いただきたいこと

- 各講座の時間は1講座90分以内となります。
- 講師料は無料です。交通費のみご負担いただきます。
交通費の計算は、申込者様所属の規程に基づき、お願いします。
*規程がない場合、本学規程で対応いたしますので、お問い合わせください。
・ただし、本学から会場までの距離が 2km未満の場合は、負担いただく必要はございません。
* *交通事情等により現地宿泊が必要となる場合は、申込者様側で宿泊施設を予約し、その料金(素泊まり料金)を直接宿泊施設にお支払いください。
- 1施設からの申込件数は、2件以内とさせていただきます。
- 会場の手配、参加者への開催周知は申込者様側でお願いします。なお、本学を会場としてお貸しすることもできます(有料)。
- 政治、宗教、営利を目的として実施する場合、もしくは、政治・宗教・営利を目的とした催しと一体的に実施する場合はお断りします。
- 公共性の高い保健・医療・福祉関係の方を優先的にご受けし、それ以外の方はご相談に応じます。
- 開催日や時間についてはご相談に応じますが、教員の業務の都合上ご希望に添えない場合があります。なお、土・日・祝日や夜間(終了時間が20時以降になる場合)の開催については対応いたしかねますので、ご了承ください。
- 各講座には、回数に限りがあります。やむをえずお断りすることがございますので、ご了承ください。

④ お申し込み期間

お申し込みは、令和元年 11 月 29 日（金）まで受付けます。開催希望日の 60 日前までにお申し込みください。

講座ごとに、開催上限回数になり次第、受付終了となります。

⑤ テーマ選定～お申し込みの流れについて

前ページに記載してある「③ ご留意いただきたいこと」をよくお読みください。



本冊子「令和元年度 三重県立看護大学 地域交流センター 講師派遣のご紹介」に記載されている「出前講座」から、ご希望のテーマをお選びください。



27 ページの「出前講座」申込書にご希望のテーマ名、必要事項等を記載してください。



必要事項を記入した申込書を、FAX または E-mail にて送付し、本センターまで、お申し込みください。

(TEL/FAX : 059-233-5610、E-mail : rc @ mcn.ac.jp)



⑥ お申し込みから実施までの流れ

申込書に記載していただいた希望内容に応じて、本センターにて担当講師と日程を調整します。



日程調整後、本センターから申込者様宛に決定通知書（日時と交通費支払等手続きに関する書面）をお送りします。
（日時の調整がつかず、やむをえずお断りすることがあります。ご了承ください。）



決定通知書を受領後、講座内容の詳細について、申込者様と担当講師との間で直接打ち合わせをしていただきます。

※申し込みの前にお問い合わせいただくことも可能です。

※本学ホームページ「三重県立看護大学＞地域交流センター＞出前講座」では、出前講座一覧が確認でき、申込み多数にて受付を終了した講座に関する情報や、「出前講座申込書」がダウンロードできます。

※尚、申し込み後1か月を過ぎても、本センターからの返事がない場合は、お手数をおかけしますが、お電話にてご確認くださいませようお願いします。

⑦ お問い合わせ先

三重県立看護大学 地域交流センター

〒514-0116 三重県津市夢が丘1丁目1番地1

TEL/FAX (059)233-5610

E-mail : rc@mcn.ac.jp

ホームページ // 三重県立看護大学＞地域交流センター＞出前講座

② その他の講師派遣のご案内

本センターでは、看護研究に関する講座や出前講座等を実施しております。しかし、いずれの講座にも含まれない内容をご希望される場合は、「出前講座にはない〇〇に関する講演をしてほしい」などご要望に合わせて、講師を派遣いたします。

講師派遣のご要望の際には、29 ページ「その他の講師派遣」申込書にご記入の上、次ページのお問い合わせ先まで FAX または E-mail にてお送りください。

なお、その他の講師派遣に係る講師料は有料となりますので、あらかじめご了承ください。

① ご留意いただきたいこと

- 講師料はお問い合わせください。別途交通費もご負担いただきます。
交通費の計算は、申込者様所属の規程に基づき、お願いします。
 - * 規程がない場合、本学規程で対応しますので、お問い合わせください。
 - ・ 本学から会場までの往復に要する交通費をご負担いただきます。
 - * * 交通事情等により現地宿泊が必要となる場合は、申込者様側で宿泊施設を予約し、その料金（素泊まり料金）を直接宿泊施設にお支払いください。
- 会場の手配、参加者への開催周知は申込者様側でお願いします。なお、本学を会場としてお貸しすることもできます（有料）。
- 政治、宗教、営利を目的として実施する場合、もしくは、政治・宗教・営利を目的とした催しと一体的に実施する場合はお断りします。
- 公共性の高い保健・医療・福祉関係の方を優先的にご受けし、それ以外の方はご相談に応じます。
- 開催日や時間についてはご相談に応じますが、教員の業務の都合上ご希望に添えない場合があります。

② お申込み期間

お申込みは、令和元年 11 月 29 日（金）まで受付けます。開催希望日の 60 日前までにお申込みください。

申し込みの前にお問い合わせいただくことも可能です。

※本学ホームページ「三重県立看護大学>地域交流センター>その他の講師派遣」では、「その他の講師派遣」申込書がダウンロードできます。

※希望の教員名についてはなるべくご記入いただきますようお願いします。

各教員の担当授業科目は、本学ホームページ「三重県立看護大学>大学案内>教員一覧」、各教員の現在の研究課題は、三重県立看護大学ホームページ「三重県立看護大学>大学案内>教員一覧>教員個人名」からご確認いただけます。

※尚、申し込み後 1 か月を過ぎても、本センターからの返事がない場合は、お手数をおかけしますが、お電話にてご確認くださいますようお願いいたします。

③ お問い合わせ先

三重県立看護大学 地域交流センター

〒514-0116 三重県津市夢が丘 1 丁目 1 番地 1

TEL/ FAX (059) 233-5610

E-mail : rc@mcn.ac.jp

ホームページ // 三重県立看護大学>地域交流センター>その他の講師派遣



出前講座

- A** 健やかな暮らしのために …… 11
- B** 将来の職業選択のために …… 19
- C** 高めよう保健・看護の力 …… 22

A 健やかな暮らしのために

- A-1 タッピングタッチでこころと体をリフレッシュ
- A-2 親子で英語を学ぼう
- A-3 キッズ英会話
- A-4 子どもの自己肯定感を育てる関わり方
- A-5 地域で支えよう！子どもの成長発達と毎日の生活習慣
- A-6 思春期男子のこころとからだを理解しよう
- A-7 「ふつう」ってなんだろう
- A-8 知っておきたい！「女性のこころとからだ」
- A-9 女性の健康づくり ―女性ホルモンを味方につけよう―
- A-10 呼吸法と瞑想で心と身体をすこやかに！
- A-11 楽しく・おいしく減塩しましょう！
- A-12 薬に関する四方山話
- A-13 血栓症の発症原因とその治療薬
- A-14 知って防ごう熱中症
- A-15 サルコペニアって何？
- A-16 日常生活で運動を
- A-17 コグニサイズで認知症予防を
- A-18 認知症の人にやさしい街づくり
- A-19 社会的活動としての話すこと・聴くこと
- A-20 知ってるようで知らない感染看護
- A-21 心肺蘇生法をマスターしよう！
- A-22 救急車の適切な利用について知ろう！
- A-23 VDT 作業による疲労を防ごう！
快適な職場をみざすコンピュータ労働の人間工学

A 健やかな暮らしのために

A-1

タッピングタッチで 心と体をリフレッシュ

対象者

幼児～高齢者

家族、友人、同僚同士、お互いのケアの方法としてタッピングタッチを行い、心と体をリラックス、リフレッシュさせ、ストレスを減らしたり、関係性をよくするためにいきます。

A-2

親子で英語を学ぼう

対象者

0～3歳のお子様と保護者

親子で英語の歌に合わせて手遊びをします。保護者の方には、乳幼児期の英語学習の方法をご紹介します。

A-3

キッズ英会話

対象者

幼児～小学6年生

英語の歌やゲームを通して英会話を学びます。

A-4

子どもの自己肯定感を 育てる関わり方

対象者

一般、保護者、関係職員等

子ども達の自己肯定感について実際の子ども達の様子やデータから分かりやすく解説します。子ども達のやる気を育てる関わり方を一緒に考えていきましょう。

A-5

地域で支えよう！子どもの成長発達と毎日の生活習慣**対象者**

一般、保護者、関係職員等

夜更かしすると幸せホルモンが減ってしまう？

子どもの成長発達に大きく影響する生活習慣を具体的に解説します。睡眠と食事の関係など希望テーマにも対応します。

A-6

思春期男子のこころとからだを理解しよう**対象者**

主に中学生や高校生の男子に関わる方
(中学生・高校生の男女が対象の場合でも対応可能です)

思春期は「こころ」も「からだ」も大きく変化する時期です。しかし、男子は女子ほどその変化に注目されていなかったり、性教育の不十分さも指摘されたりしています。思春期男子の特徴を知り、皆さんでよりよい関わり方を考えていきましょう。(中高生向けの場合、内容は要相談となります。)

A-7

「ふつう」ってなんだろう**対象者**

高校生・一般

「ふつうの人であること」を私たちはしばしば求められたり、みずから望んだりします。でも「ふつうである」とはどのようなことなのでしょう。このことを社会学の観点から一緒に考えていってみましょう。

A-8

**知っておきたい！
「女性のこころとからだ」****対象者**

思春期から老年期までの女性

ライフステージによって女性は各時期特有の心身の変化に向き合うこととなります。健康管理・QOL向上の視点からセルフケアについて学びましょう。

A-9

女性の健康づくり —女性ホルモンを味方につけよう—

対象者

一般

女性の心と体を健やかに保つコツを一緒に考えましょう。女性ホルモンの役割を知って、快適な生活を送りましょう。簡単なストレッチや呼吸法も練習します。

A-10

呼吸法と瞑想で 心と身体をすこやかに！

対象者

一般

ヨガの呼吸法と瞑想は、心身をリラックスさせ、イライラやストレスを減らすことができます。実際に呼吸法と瞑想を練習します。

A-11

楽しく・おいしく 減塩しましょう！

対象者

一般

健康増進、生活習慣病予防のためにも減塩は重要です。そこで、地域にお住まいのみなさんに無理なく簡単に減塩できる秘策をお教えします。

A-12

薬に関する四方山話

対象者

一般

近年、薬局でも様々な薬を容易に入手ができますが、その使用に際しての知識は十分とは言えません。本講座では、風邪薬等の一般的によく使われる薬の正しい使い方等について解説します。

A-13

血栓症の発症原因と その治療薬

対象者

一般

近年、医療の高度化に伴い、深部静脈血栓症の患者数が激増しています。本講座では、種々の血栓性疾患について、個々の発症原因と共に、それぞれの治療薬や日常的予防法を分かりやすく解説します。

A-14

知って防ごう熱中症

対象者

中学生～一般、看護職

気温や湿度が高いと、熱中症になるリスクが高まります。暑い夏を健康に過ごせるよう、その原因や予防法を分かりやすく説明します。

A-15

サルコペニアって何？

対象者

一般、看護職

加齢によって筋肉が減っていくサルコペニアについて分かりやすく解説します。



A-16

日常生活で運動を

対象者

一般、看護職等

自重を活用した筋トレや足腰に優しいジョギングで健康の維持増進を図りましょう。

A-17

コグニサイズで 認知症予防を

対象者

一般、看護職等

体と頭を同時に使う二重課題は認知症予防に役立つと言われています。一緒にコグニサイズ*を行いましょう。

* 国立長寿医療研究センター開発

A-18

認知症の人にやさしい 街づくり

対象者

一般

認知症の理解を深め、住民それぞれが支えあえる街づくりをしていきます。

A-19

社会的活動としての 話すこと・聴くこと

対象者

高校生・一般

日頃当たり前のように行っている話すことや聴くことですが、じつはとても精密な方法にもとづいて作り上げられています。この点を具体的な事例を検討しながら確認していきましょう。

A-20

知ってるようで知らない 感染看護

対象者

医療施設・保健福祉関係機関の職員、
一般、学生

最近話題の感染症の話題をまじえて、
感染対策について楽しくやわらかくお
話いたします。リクエストにもできる
だけお答えします。リピーターも大歡
迎です。

A-21

心肺蘇生法を マスターしよう！

対象者

一般

心肺蘇生法は、いざという時に実践で
きなければ助かる命を救うことはでき
ません。簡易的な一次救命処置（心臓
マッサージおよびAEDの取り扱い）
について、実際に体験していただきま
す。

A-22

救急車の適切な 利用について知ろう！

対象者

一般

救急要請をする際に、確認すべき症
状について理解し、救急要請が必要か
否かを判断できるようになっていただ
きます。



VDT 作業による 疲労を防ごう！ 快適な職場をみざす コンピュータ労働の人間工学

対象者

学生・看護職・医療職・一般

メールやインターネットが当たり前の時代になりましたが、人は大昔から変わっていません。「読み」、「書き」、「そろばん」がパーソナルコンピュータに変わり、私たちの労働は便利になりました。しかし、パーソナルコンピュータの普及は人の視覚系や筋骨格系への負担を増加させるばかりか、メンタルストレスなど多くの課題を残しています。本講座では、負担の少ない快適なコンピュータ労働の環境を構築するため、産業保健人間工学の立場から解説を行う予定です。



B 将来の職業選択のために

- B-1 どんな仕事に興味があるかな？
- B-2 看護の仕事について
- B-3 看護職（保健師、助産師）のお仕事を知ろう
- B-4 看護大学で学ぶ「看護技術」の授業
- B-5 大学で学ぶこと

B 将来の職業選択のために

B-1

どんな仕事に興味があるかな？

対象者

高校生
(看護職志望でなくても可)

世の中にはたくさんの職業があります。「どんな仕事があるのか」や「今の自分は、どんな仕事に興味・関心を持っているのか」を知り、職業選択の参考にしてください。

B-2

看護の仕事について

対象者

小学生・中学生

将来の職業選択の一助となるように、小中学生を対象に、一般病院に勤務する看護師の仕事を中心にお話します。

B-3

看護職（保健師、助産師）のお仕事を知ろう

対象者

中学生・高校生

保健師、助産師のお仕事をご存じですか？看護師との違いを具体的にお伝えします。職業選択の幅を広げてください。

B-4

看護大学で学ぶ「看護技術」の授業

対象者

高校生

看護職になるために必要な学習内容を知るために、看護大学で実際に行われている「看護技術」の授業の一部を体験していただきます。

B-5

大学で学ぶこと

対象者

高校生

誰でも選ばなければ大学に入学できる状況の今日、改めて大学で学ぶことの意義について考えます。



C 高めよう保健・看護の力

- C-1 医療事故はなぜ起きる？
ーヒューマンエラーを防ぐための人間工学ー
- C-2 ケアとパターンリズム
- C-3 人工呼吸器装着中の看護
- C-4 認知症ケアのスキルアップセミナー
- C-5 職場のメンタルヘルス

C 高めよう保健・看護の力

C-1

医療事故はなぜ起きる？

－ヒューマンエラーを防ぐための人間工学－

対象者

学生・看護職・医療職・一般

エラーを起こさない人はいません。忘れ物から交通事故、さらには原子力発電所などの人為的事故はなぜ起こるのか？人間とシステムの特性、そして両者の関わり合いから詳しく説明をします。本講座では、さまざまな分野におけるヒューマンエラーについて説明を行うとともに、その人間工学的な対策について解説を行います。希望によっては医療分野におけるヒューマンエラーとその分析手法についても解説をします。(90分間の講義時間は必要ですが60分間でも一部を省略して実施可能です。)

C-2

ケアとパターナリズム

対象者

一般・看護職

医療倫理の中心原理がパターナリズムから患者の自律尊重へと移り変わって久しい。であるならば、もはや一切のパターナリズムは不要なのか。いや、よりよいケアのためにはパターナリズムがむしろ必要となる場面もあるのではないか。本講座では、倫理学のアプローチからケアとパターナリズムとの関係を、みなさんとともに考えます。



C-3

人工呼吸器装着中の看護

対象者

看護職

苦手を感じる方が多い人工呼吸管理。モードの理解、グラフィックの見方、アセスメントなどご希望のテーマについて、集中ケア認定看護師が直接サポートします。少人数でのグループ学習、病棟・院内学習などにご活用ください。

C-4

認知症ケアの スキルアップセミナー

対象者

看護職・介護職

日々向き合っている認知症者の理解をさらに深め、ケアの質を高めていきます。

C-5

職場のメンタルヘルス

対象者

医療職

感情労働といわれる医療職のメンタルヘルスについて解説します。



申込用紙



① 出前講座

.....

② その他の講師派遣

.....

令和元年度 「出前講座」 申込書 三重県立看護大学地域交流センター

申込書記入日 令和 年 月 日

機関・団体名称		分類		医療機関・行政機関・社会福祉機関・ 教育機関・NPO法人・専門職団体・ ボランティア団体・その他()	
連絡先	担当者名				
	住所	〒	電話		
	FAX	E-mail			

*申込書にご記入いただいた個人情報につきましては、出前講座決定通知書の送付や出前講座実施に向けての打ち合わせに使用させていただきますものであり、その他の用途に使用することはありません。

出前講座の希望内容	希望日時 第1~3	① 令和 年 月 日 () 時 分 ~ 時 分		② 令和 年 月 日 () 時 分 ~ 時 分		③ 令和 年 月 日 () 時 分 ~ 時 分	
	希望 会場名			参加予定人数	名		
	会場 所在地			参加者の内訳 (例：看護師 30名、 保護者 30名、高校 2年生 30名など)			
	番号/ テーマ名	No.	テーマ名				
出前講座資料	<input type="checkbox"/> 事前に必要 <input type="checkbox"/> 当日でよい *資料の有無は講座によります。 必要部数の印刷は依頼者側で行っていただきます。			広く地域の方を受講者として募集することができる (本学HPに開催案内を掲載)			
				可能	不可能	要相談	

切り離してご使用ください。

以下は地域交流センター使用欄

三重県立看護大学地域交流センター「出前講座」決定通知書

ご依頼いただきました出前講座は、下記の通り決定しましたのでお知らせします。

令和 年 月 日

決定事項	テーマ番号	No.	テーマ名			
	開催日時	令和 年 月 日 ()		時 分 ~	時 分	
	講師氏名			講師連絡先		

上記の講師にご連絡のうえ、詳細な打ち合わせを行ってください。ご不明な点がございましたら下記の連絡先までお問い合わせください。

【連絡先】 三重県立看護大学地域交流センター

〒514-0116 津市夢が丘1丁目1番地1

TEL/FAX (059) 233-5610

E-mail: rc@mcn.ac.jp

令和元年度 「その他の講師派遣」 申込書 三重県立看護大学地域交流センター

※希望するテーマに該当する講座がないご依頼の場合に、ご使用ください。有料でお受けします。

申込書記入日 令和 年 月 日

機関・団体名称		分類		医療機関・行政機関・社会福祉機関・ 教育機関・NPO法人・専門職団体・ ボランティア団体・その他()	
連絡先	担当者名				
	住所	〒	電話		
	FAX		E-mail		

*申込書にご記入いただいた個人情報につきましては、本事業決定通知書の送付や本事業実施に向けての打ち合わせに使用させていただきます。その他の用途に使用することはありません。

講師派遣の希望内容	希望日時 第1~3	① 令和 年 月 日 () 時 分 ~ 時 分		② 令和 年 月 日 () 時 分 ~ 時 分		③ 令和 年 月 日 () 時 分 ~ 時 分	
	希望 会場名			参加予定人数	名		
	会場 所在地			参加者の内訳 (例：看護師 30名、 保護者 30名、高校 2年生 30名など)			
	希望する 教員氏名	テーマ名					
具体的内容 *別紙添付可				*その他ご希望がありましたらご記入ください。			

以下は地域交流センター使用欄

三重県立看護大学地域交流センター「その他の講師派遣」決定通知書

ご依頼いただきました事業の担当教員は、下記の通り決定しましたのでお知らせします。

令和 年 月 日

決定事項	テーマ名					
	開催日時	令和	年	月	日 ()	時 分 ~ 時 分
	職名 教員氏名			教員 連絡先		

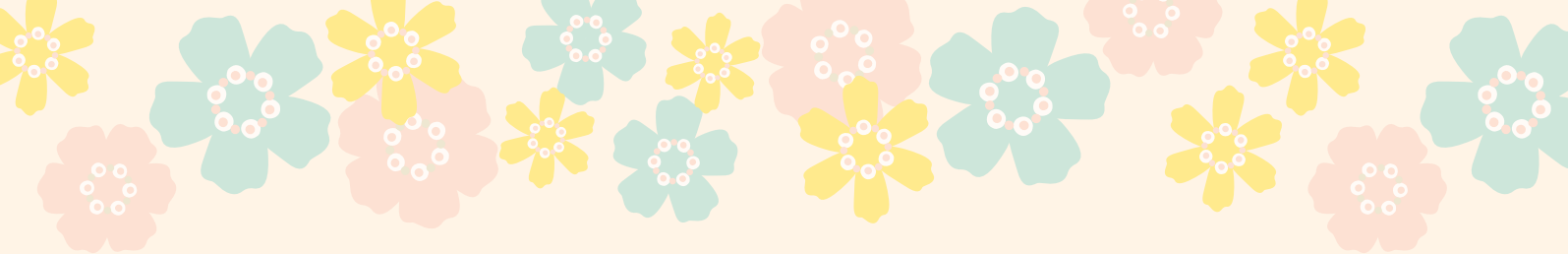
上記の教員にご連絡のうえ、詳細な打ち合わせを行ってください。ご不明な点がございましたら下記の連絡先までご連絡ください。

【連絡先】 三重県立看護大学地域交流センター

〒514-0116 津市夢が丘1丁目1番地1

TEL/FAX (059) 233-5610

E-mail : rc@mcn.ac.jp



三重県立看護大学地域交流センターまでの公共交通機関

- 三交バス：近鉄・JR 津駅西口から看護大学夢が丘線 「看護大学前」バス停下車徒歩1分
- JR 紀勢本線：一身田駅下車徒歩約20分
- 近鉄・JR 津駅下車タクシー約5分



三重県立看護大学
地域交流センター



三重県立看護大学
マスコットキャラクター
"みかんちゃん"

〒514-0116 三重県津市夢が丘1丁目1番地の1
TEL/FAX 059-233-5610 E-mail rc@mcn.ac.jp