IPUHS 通信

茨城県立医療大学
広報紙

vol.007
2020/02

茨城県立医療大学
IBARAKI PREFECTURAL UNIVERSITY OF HEALTH SCIENCES

医療とスポーツ

■メディカルチームの一員としてトップアスリートを支える
第4期卒業生 **江村 澄**さん（看護師）

■アスレティックトレーナーとして野球に関わる
第6期卒業生 **相馬 寛人**さん（理学療法士）

■新たな道への支援 ～引退後のプロサッカー選手のセカンドキャリアについて～
大学院博士後期課程 **金野 達也**さん（作業療法士）

■障がい者スポーツを支援して
付属病院 看護師 **砂原 みどり**さん

■NEWS&INFORMATION ■藝游會
■キャリア支援活動 ■SPAの紹介

リオパラリンピック会場ハイパフォーマンスサポートセンター内のトレーニングスペースにて
左から筆者、半谷美夏医師（JISSスポーツクリニック整形外科医）、和田野安良医師（前本学付属病院長）、六崎裕高医師（本学教授）

メディカルチームの一員として トップアスリートを支える

看護学科
第4期卒業生
江村 澄さん
EMURA Sumi

現在の活動内容

2009年より国立スポーツ科学センター（以下JISS）内にあるトップアスリートを対象としたスポーツクリニックで、看護師として働いています。

午前中は選手のメディカルチェック、午後は外来診療が主な仕事です。診療科は、整形外科、内科、皮膚科、婦人科、心療内科、歯科等、多岐に渡るため、様々な知識や技術が要求され、競技特性やドーピングに関する知識も必要となるのが、スポーツクリニックで働く特殊性でしょうか。また、ケガや病気で病院やクリニックを受診したとき、一般外来では「しばらく運動は控えましょう」で終わる診察も、スポーツクリニックでは、競技を続けながら可能な限り早期にベストな状態に戻ることが大前提のため、今後の大会日程を視野に入れた診察、治療が求められます。さらには、発症した原因を事細かに追究し、再発しないようコンディショニングすることも重要になります。

そのために、医師、看護師、理学療法士、アスレチックトレーナー、診療放射線技師、管理栄養士、薬剤師、歯科衛生士、臨床検査技師、臨床心理士等が連携を取り、まさに「ONE TEAM」のチーム医療で、選手が早期に競技復帰し、そこで最高の

パフォーマンスが発揮できるよう、多方面から選手をサポートしています。看護師の立場としては、受診時に見せる選手の言動やわずかな表情の変化を汲み取り、選手が今望むことは何かを常にアセスメントし、選手ひとりひとりに合わせた声かけ、対応を心がけています。

時には、大事な大会を欠場しなければならないような大きなケガや病気で受診する場面に立ち会うこともあります。競技の世界で結果を出すために頑張ってきた選手たちにとっては、欠場の決断は大変辛いことです。選手本人が事実を受け入れ、競技復帰に向けて前向きに治療に取り組み、再び競技の世界で輝けるよう、メディカルスタッフ間で情報を共有し、継続的にサポートすることの重要性を実感しています。

ＪＩＳＳ内のスポーツクリニックでの診療業務以外に、２０１０年広州アジア競技大会、２０１４年ソチオリンピック冬季競技大会、仁川アジア競技大会、２０１６年リオパラリンピック競技大会のハイパフォーマンスサポートセンター（以下ＨＰＳＣ）にメディカルスタッフとして帯同させて頂きました。

業務内容は、選手村内の日本選手団医務室のサポートが主な仕事で、現地で選手やコーチ、ＨＰＳＣスタッフの診療、ＨＰＳＣ内のトレーニング・ケア・交代浴利用前のドクターチェック、コンディショニングに関する医療相談等を行います。リオパラリンピック競技大会では、前茨城県立医療大学付属病院長の和田野安良先生、保健医療学部医科学センター教授の六﨑裕高先生とご一緒にＨＰＳＣ内での仕事をさせて頂きました。学生時代、和田野先生の講義を受けていた私が、18年後にスポーツの現場でメディカルスタッフとして共に活動させて頂くことになるとは思ってもみませんでしたが、ブラジルでの３週間は大変貴重な経験となりました。オリンピックアスリートとパラリンピックアスリート（以下パラアスリート）の最も大きな違いは、原疾患をふまえての看護が重要だということです。

同じ疾患名でも個々人によって、障害の程度が大きく異なるため、選手の状態を十分に理解し、その選手に合った方法でサポートをすることが求められます。長年パラアスリートに関わられている和田野先生の豊富な知識と経験、そして何よりもそのお人柄で、大会前に緊張していた選手たちが、診察や会話を通して、柔らかく安心した表情に変化するのを間近で見て、選手の状態を心身共に理解し、関わる事の大切さを実感しました。大会前というプレッシャーのかかる環境で、大変ナーバスになっている選手やコーチ陣に少しでも安心感を与えられる存在であること、必要な時にはいつでもサポートできるよう、常に選手の言動を気にかけておくことは、どの医療現場でも共通するメディカルスタッフとして働くことの原点だと思います。

また、大会中はクリニックでの診療以上に迅速かつ的確な判断が求められ、限られた医療環境の中で、選手に最善の判断や処置が必要とされます。そんな緊張感の漂う独特な雰囲気の中で、選手に最良のサポートをするためには、所属も職種も異なるメディカルスタッフが、お互いを尊重し、密に連携を取り、メディカルチームとして一致団結して選手に関わることが何よりも重要です。医療大で学んだ、対象者をしっかりとアセスメントし、根拠を持って看護すること、チーム医療で多方面から選手をサポートすることを帯同時にも毎回実践しています。私自身、大会等の競技現場に実際に出て活動することは、いつも緊張の連続です。しかし、選手にとっては、その年のその大会は一度きりでやり直しはありません。悔いなく今の実力が最大限に発揮できるよう、陰ながら心身共にサポートすることが、看護師としての私の役割です。常日頃から知識、技術、経験を積んで、自分の行動をフィードバックし、現場で活かせるよう努力しています。

ソチオリンピックでの診療風景

大学時代の思い出

学生時代は、とにかく朝から晩まで講義・実習・レポートに追われる日々だったように思います。高校時代よりはるかに勉強していて、皆についていくのにとにかく必死でした。他大学に進学した友人たちは、遊びやバイトの時間がいっぱいあって、羨ましかったのを覚えています。しかし今思えば、当時医療大で学んだ数多くのことが、現在の私の看護の基盤となっています。特に臨床経験豊富な先生方か

ら、理論的に考えて、根拠を持って看護することの大切さを学べた時間は、とても貴重だったことを実感しています。また、どの先生方とも距離が近く、何でも相談しやすい雰囲気だったので、不安しかなかった看護実習も大変心強く、無事乗り越えることができました。学生時代はかなりの落ちこぼれだった私が、医療大を卒業し、国家試験に合格できたのも、先生方の手厚いサポートのお陰です。

卒業後も看護学科の友人たちとは定期的に会い、仕事の近況報告、息抜きの旅行、今では子どもの話などをして楽しんでいます。大変だった学生時代を一緒に乗り越えた絆は、何年経っても変わらないですね。皆で朝まで頑張ったレポートやテスト勉強、茨城県立こども病院の看護師寮に泊まりながらした小児科実習、部長だったテニス部の夏合宿、国家試験勉強等々、友人たちと過ごした濃密な4年間が今でも鮮明に蘇ります。

今後の夢

数年前までは、2020年の東京オリンピック・パラリンピックに看護師として関わることが、漠然とした私の夢でした。しかし、スポーツ医学の世界に足を踏み入れて約10年、自国開催まで1年を切った今、選手たちが相当なプレッシャーの中、限界ギリギリのところで最高のパフォーマンスを発揮できるよう努力している姿を見て、改めて体と心を同時にケアすることの重要性を実感し、その両面から選手に関わる看護がしたいと思うようになりました。クリニックを受診する選手たちは、大なり小なり、ケガや病気と向き合いながら競技をしています。その中で、選手の発するわずかな心のSOSを言動から見逃さないよう、常にアンテナを張って拾い上げ、体と心の両方が共に回復できるようサポートしていけたらと思います。

最後に医療大卒業後、最初の10年はとにかく看護師として働くことに必死で、日々の業務をこなすに精一杯でした。10年経って、少しずつ自分のやりたい分野や目指す看護がようやく見えてきた気がします。スロースターターで山あり谷ありな私の看護師人生、何度も挫折しそうになり、途中棄権しかけました。しかしそんな時、いつも家族、友人、職場の同僚が支えてくれて、気がつけばいつの間にか18年が過ぎていました。そして今、大好きなスポーツの現場で看護師として働いていて、改めて看護師を続けていてよかったと感じています。

看護の仕事は、無限に広がる奥の深い、面白く魅力的なものだと、18年経ってようやく気づき始めたところです。何年経っても学ぶべき事は山のようにあり、いつまで経っても看護師としても、人としても、まだまだ未熟だなと思うことばかりですが、選手たちのように少しずつでも進化し続けられるよう、看護という仕事とこれからも向き合っていこうと思います。

クリニックに受診していた選手が、ケガや病気を乗り越え、その後、競技に復帰し、最高のパフォーマンスを発揮できている姿を見ると、本当に心から嬉しく思います。限られた競技生活を選手本人が納得のいくまで全うできるよう、これからも同じ「アスリートファースト」の志を持つメディカルスタッフと共に、全力で選手たちをサポートしていきます。東京オリンピック・パラリンピックはもうすぐそこです。

江村　澄（えむら　すみ）

PROFILE

卒業後は、静岡県立総合病院（整形外科病棟・手術室）、国立がん研究センター東病院（外科病棟）、山手クリニック（整形外科・皮膚科）に勤務し、2009年より国立スポーツ科学センター（以下JISS）内のスポーツクリニックで看護師として勤務。幼少期から体を動かすことが大好きで、学生時代は水泳、ソフトボール、テニスと運動に明け暮れる日々。高校時代に、同級生の交通事故死がきっかけで医療の道を志す。

医療大のオープンキャンパスに参加し、新しい大学を皆で作っていこうという雰囲気と、のどかな環境が性に合っており魅力的で、4期生として入学した。現職場であるJISSとの出会いは、2008年春、偶然テレビで競泳の北島康介選手の特集を見たときに遡る。2004年アテネオリンピック男子100m・200m平泳ぎ金メダル獲得の裏に、JISSの医科学サポートが大きく関わっていたことを知り、スポーツ医科学分野に強い興味を持つ。JISSのHPを見るようになり、館内にトップアスリートを対象としたスポーツクリニックがあることを知り、スポーツに関わる看護がしたいと2009年に看護師として、JISSに入職。

アスレティックトレーナーとして野球に関わる

理学療法学科　第6期卒業生
理学療法士／日本スポーツ協会公認 アスレティックトレーナー
相馬　寛人さん
SOUMA Hiroto

――最近のスポーツ関係の活動は？

病院では、理学療法士としてスポーツ障害の患者様の治療にも関わっています。昨年度までは、私の高校時代の恩師が監督を務める野球部のトレーナーとしても活動しました。

H27年度野球部卒部生との卒部式での集合写真

――どの様にキャリアを築かれましたか？

大学受験に際して、恩師から、「いつか一緒に甲子園を目指そう」という言葉をいただきました。このため、『卒業後は京都に戻り、病院勤務と、週末のトレーナー活動を行う』ことが私の目標でした。在学中は長期休みを利用して、京都のスポーツ整形外科を何度も見学させてもらいました。卒業時にはこれらの病院では採用枠がなく、関西圏の病院を調べ直して現在の病院を知り、ここで働きたい！と思いました。入職後は、臨床業務を行うことで精一杯でしたが、上司からたくさんの指導をいただき、女子サッカーのトレーナー活動を任されるようになりました。その活動を通じて京都府サッカー協会の推薦を得て、日本スポーツ（当時、体育）協会の講習会に参加し、アスレティックトレーナーの資格を得るに至りました。この女子サッカーのトレーナーを2年ほど務めたころ、恩師から高校野球部のトレーナーの誘いをいただきました。上司からも、野球のトレーナーを目指してがんばってきたのだろうからと背中を押していただき、高校生の時に描いた夢が現実となりました。今日の自分のキャリアは、患者様や選手、育ててくださった上司や整形外科の先生方、刺激をくれる大学の同期、応援してくれた家族、そして与えられた環境の上に成り立つものであることを実感しています。

――活動に際し大切にしていることは？

『自分にしかできないこと』はあまりないかもしれませんが、『自分だからできること』はいくつかあると考えています。『自分だからできること』を増やすために、目の前の患者様や選手、現場の課題を真剣に考え、自分ができることをやり通す努力をしています。

――うれしかったことは？

恩師と共に、高校野球の現場で選手のために働けたことがうれしかったです。

――在校生にメッセージをください！

専門的知識や技術を生かし、患者様または選手を取り巻く様々な環境をより良く調整することがスポーツに関わる医療職者の役目だと思います。医療職者という立場を決して忘れずに、何が何でも相手の役に立とうという気迫を持って望んでください。

「自分にしか」ではなく「自分だから」できること

PROFILE

一般財団法人　京都地域医療学際研究所 がくさい病院
スポーツリハビリテーション科　科長補佐

高校2年生の春、野球選手としての限界を実感し、競技者の道を諦める。しかし、「スポーツ（特に野球）には一生関わりたい」と思い、父（義肢装具士）の影響から、選手を支える仕事として理学療法士、トレーナーを目指すようになった。

【トレーナーとしての活動歴】
‘04年～　京都府立北稜高等学校　硬式野球部コーチ兼トレーナー（～’05年）
‘06年～　女子サッカーL2　バニーズ京都サッカークラブトレーナー（～‘08年）
‘08年～　京都府立洛北高等学校　硬式野球部トレーナー（～’19年）

新たな道への支援 ～引退後のプロサッカー選手のセカンドキャリアについて～

茨城県立医療大学大学院
保健医療科学研究科　博士後期課程
金野　達也さん
KANENO Tatsuya

――研究の目的を教えてください

プロサッカー選手の引退年齢は平均約26歳で、引退後は「プロでサッカーする」とは異なる新しい仕事をする必要があります。しかし、その新たな仕事に適応することが難しい場合もあり、プロサッカー選手が、問題なく新たな仕事に適応していくための「コツ」があるのではないかと考え、その「コツ」が何なのかを知ることを目的に研究をしています。

――研究を始めたきっかけは？

私は、小学校の時にフランスワールドカップに影響されて、サッカーを始めました。そして、中学・高校・大学・社会人になってもサッカーを続け、サッカーから多くの事を学ぶことができました。高校3年生の時に、県大会の決勝で3対0で負けてしまい、準優勝に終わってしまいました。その決勝戦の相手はとても強かったのですが、全国大会では一回戦で負けてしまい、世の中にはこんなにもサッカーが上手い人がいるのだと思いました。

その全国大会に出るような強豪校の人達の中でもプロサッカー選手になれるのは一握りであることを知り、「プロでサッカーする」という仕事は、限られた人達しか就くことができない特別な仕事であり、プロサッカー選手に憧れを抱きました。それから、作業療法の勉強を進めていく中で、約四割近くの元プロサッカー選手が引退後にうつ症状を生じているにもかかわらず、必要な支援を十分にされていないことを知りました。私にとって憧れの存在であるプロサッカー選手のためにも、作業療法士として何かできることはないのかと思ったのがきっかけです。

――どのような方法で成果を出す？

元プロサッカー選手に、①「プロでサッカーする」のはどのような意味合いでしていたのか、②その仕事を通して何を得ることができたのか、③引退後の仕事ではそれらがどのように活かされているのかなどについてインタビューし、質的分析ソフトMAXQDA11（VERBI software社）を用いた継続比較法という方法で分析しました。

――研究の成果は？ この研究を今後どのように発展させていく予定ですか？

プロサッカー選手が問題なく新たな仕事に適応していくための「コツ」を探っていった結果、「プロでサッカーする」と「新しい仕事をする」の両方の仕事間で様々なつながりを持つことが重要であることがわかりました。例えば、サッカーでドリブルは相手との駆け引きが重要なプレーであり、サッカーをすることで、卓越したプレー技術を培うことができていました。そして、引退後の仕事では、サッカーで培われたドリブル技術を活かして、ビジネス相手との駆け引きや間合いを上手くとることで、仕事で活躍することができていました。このように、サッカーとは全く関係ない営業などの仕事をしていたとしても、プロでサッカーすることで培われた経験を活かして、引退後の仕事に適応することに役立たせていました。これは成果の一例ですが、今後は本研究の成果をもとに、作業療法士・研究者として、サッカーで育んできた想いや培われてきた経験が、新たな仕事につながっていくような支援づくりに取り組んでいきたいと考えています。

PROFILE

和歌山県出身。茨城県立医療大学保健医療学部作業療法学科（11期生）を卒業後、茨城県内の病院で回復期病棟・一般病棟・外来など主に身体障害領域の作業療法に携わってきた。現在は目白大学保健医療学部作業療法学科専任講師（さいたま岩槻キャンパス）。現在身体機能評価学や作業分析学を担当し、臨床や大学院で培った経験を活かしながら作業療法の魅力を伝えている。

～障がい者スポーツを支援して～

障がい者スポーツには、リハビリスポーツ、生涯スポーツ、競技スポーツと段階があり、それぞれの年齢、障害の程度、全身状態などに応じて行う必要があります。付属病院は様々な形で障がい者スポーツを支援しています。今回はリオ２０１６パラリンピックに、メディカルサポートとして日本選手団に帯同した看護師の活動をご紹介します。

２０２０年（東京オリンピック・パラリンピック）と大きなイベントを控えている今、スポーツへの関心が高まり、今後は障がい者スポーツ支援の輪も広がっていくことでしょう。

茨城県立医療大学付属病院
皮膚・排泄ケア認定看護師
砂原　みどりさん

パラリンピックに帯同して

私は、リオ２０１６パラリンピック競技大会日本選手団帯同看護師として全行程21日間参加しました。メディカルチームは医師３名、看護師２名、トレーナー３名体制で日本選手団総勢２３２名（本部役員含む）のメディカルサポートを行いました。主な業務は診療の補助やドーピング検査実施状況の確認、式典や各競技場への同行でした。ブラジルリオデジャネイロでの開催は、移動時間が長いことや感染症、治安などが心配されましたが、全行程を通して大きな事故や病気はなく大会を終了できたことに安堵しました。

看護師の活動と選手との出会い

メディカルチームの医務室は診察ブースとトレーナーがケアを行うブース、待合室がありました。待合室では幾つかの競技が中継され、スポンサー企業が提供する栄養・食事サポート用品があり、選手たちの交流・憩いの場となっていました。選手との会話から個々の心理状態や不安・悩みが垣間見えることがあり、その場所は心理的サポートの重要な拠点となっていると感じました。パラリンピック開催中は医務室を来訪する選手や役員たちも多くなり、慣れない環境でありながらも忙しい日々を過ごしていました。

左：砂原みどり看護師　右：元当院患者 ウィルチェアラグビー日本代表 今井友明選手

そんなある日、ウィルチェアラグビー選手のひとりが私の持参した薬袋に書かれていた病院名を見て「あっ」と指差しました。その選手は、10数年前に医療大学付属病院に頚髄損傷で入院していた患者さんでした。そして、日本の代表選手としてリオに来ていたのです。入院していた頃はまだ10代で四肢麻痺、ADL全介助の状態でした。あの時の患者さんが時を経て、遠いブラジルの地で、しかもアスリートとして再会できたことに言葉にできないほどの想いでした。

それから、競技の応援にもさらに熱が入り、彼らウィルチェアラグビーチームが銅メダルに耀いたときは、とても感動しました。あの日のことは、３年経った今でも鮮明に覚えています。

障がい者スポーツへの思い

パラリンピック競技では、重度の障がいをもつ選手たちも活躍しており、選手たちが明るく生き生きと、そして真剣に競技に挑む姿をみて頼もしさを感じました。特に、チーム競技でメダルを獲得できたことは、日本のチーム力の強さを感じました。それぞれの役割や活躍の場を持って競技に臨んでいる姿は、社会参加に悩む障がいをもつ人たちに力を与えたのではないかと思います。そして、私自身も障がい者スポーツを通して、障がいを持つひとの社会参加やスポーツについて深く考える機会となりました。また、帯同看護師としてメディカルチームに参加できたことは、看護師としての活動の場が広がったように思います。今後も障がい者スポーツへの関心や理解が深まり、選手たちが最良の環境下で競技ができることを微力ながら応援していきたいと思います。このような貴重な経験の機会をもらえたことを今も感謝しています。

付属病院 研修士制度について【病院の研修士として、何を行い何を学んでいるか】

研修士　理学療法士　佐藤　弘樹

私は、脊髄損傷者へのリハビリテーションを学ぶため本学大学院に通いながら、研修士として勤務しています。

臨床では脊髄損傷だけでなく、整形疾患や小児疾患など様々な疾患・障害に対する理学療法を、経験を積み、経験豊富なスタッフから刺激を受けながら技術の研鑽に励んでいます。

また、大学教員の指導の下、ロボティクスなどの臨床研究が盛んに行われており、根拠に基づく理学療法を構築・実践するためのノウハウを学んでいます。

研修士制度とは…

付属病院で働きながら、多分野に渡るリハビリテーションの知識と高度な臨床技術を習得できる制度です。勤務時間が正職員より短いため、空いた時間を研究や大学院への通学に充てることもできます。

国際多職種協働実習体験記

私は、夏休みに国際多職種協働実習でロサンゼルスと台湾を訪れました。ロサンゼルスでは、最新の機器や設備などを見学しました。

また、自身の専攻する科だけでなく、理学療法士や作業療法士がリハビリを行う様子や、ICU、周産期病棟など、普段日本にいても見学する機会が少ない所まで見学することができました。

台湾では、高雄医学大学の授業への参加や、附属病院の見学などを行いました。私が特に印象に残ったのは、学生との交流です。バディたちと過ごしたことや、剣道部の練習に参加したことなどは、とても貴重な体験でした。また、現地の人しか知らない観光地などに行くことができたのも、良い思い出となりました。

私がこの研修で痛感したのは、専攻する科の知識と、英語力の不足です。この経験を糧として、これからの学業に励みたいと思います。

放射線技術科学科 ２年 髙岡 みのり

令和元年度新任教員・着任教員

おおぐろ はるか
大黒 春夏
付属病院
講師（新任）

小児リハの可能性を広げ、伝えていけるよう、診療、研究、教育に励みます。

すみ ともみ
角 智美
看護学科
助教（新任）

患者さんへの思いやり心を表現できる看護師育成をめざしています。

たぐち のりこ
田口 典子
医科学センター
教授（新任）

臨床の経験を活かし、皆様のお役に立てるよう勤しみたいと思っております。

どいぎし ゆな
土居岸 悠奈
看護学科
助教（新任）

母校である茨城県立医療大学に貢献できるよう、頑張りたいと思います。

なす まゆみ
那須 真弓
看護学科
助教（新任）

ご迷惑をおかけすることもあると思いますが、一生懸命頑張ります。

ゆいね ひろし
唯根 弘
作業療法学科
助教（新任）

本学での教育・研究・臨床に精一杯取り組みたいと思います。

わたなべ しのぶ
渡辺 忍
看護学科
助教（新任）

私は老年看護が専門です。どうぞよろしくお願いいたします。

せいだ なおき
清田 直樹
作業療法学科
助教（新任：任期付）

学生教育、国際交流など多方面で大学に貢献できるよう、日々邁進していきます。

おおえ かおり
大江 佳織
看護学科
准教授（昇任）

微力ながら少しでも大学の発展に貢献できるよう努めてまいります。

たかむら ゆうこ
髙村 祐子
看護学科
教授（昇任）

新たな船出の老年・在宅看護領域、5名で力を合わせて頑張ります。

とみた みか
富田 美加
看護学科
教授（昇任）

着任して早や24年。これからもよろしくお願いいたします。

やまなみ まり
山波 真理
看護学科
准教授（昇任）

今後とも、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

三笠宮彬子女王殿下が本学をご視察なされました。

三笠宮彬子女王殿下におかれましては、令和元年9月29日（日）に、いきいき茨城ゆめ国体にあわせて、本学をご視察なされました。大学において、永田博司学長から本学の概要について説明を受けられた後、付属病院において、岩﨑信明病院長から病院の案内を受けられるとともに、水上昌文副学長の説明により、ロボットスーツを御覧になりました。

地域貢献公開講座

毎年、地域の方々を対象に公開講座を開講しています。小学生を対象とした「夏休み親子科学教室」、中学生を対象とした「中学生大学体験プログラム」、一般の方を対象とした「けあ・きゅあ体験講座」を実施しています。今回は高校生を対象とした「高大連携高校生公開講座」について紹介します。

高大連携高校生公開講座

県内の県立高校生を対象に本学の先生方による公開講座を開催しています。毎回多くの方が受講する人気講座です。

① 7月23日(火)「熱中症予防と救急法 ～もしもの時に役立つ知識と技術」

医科学センター　准教授　角　友起／助教　石井　大典／嘱託助手　安田　拓

② 7月31日(水)「分光光度計を使って、身近な食材のタンパク質を定量してみよう」

人間科学センター　准教授　相良　順一／嘱託助手　佐藤　瑞穂

③ 8月21日(水)「からだの機能の見える化を体験しよう」

医科学センター　准教授　角　友起／助教　石井　大典／嘱託助手　安田　拓

④ 12月26日(木)「自分の遺伝子DNA を抽出し、遺伝子型の判定をしてみよう！」

人間科学センター　教授　大西　健／助教　藤田　智也／嘱託助手　佐藤　瑞穂

内容紹介「熱中症予防と救急法～もしものときに役立つ知識と技術」

令和元年7月23日、県立高校生徒対象の公開講座として「熱中症予防と救急法~もしもの時に役立つ知識と技術」を開講しました。県立高校12校から30名の生徒が参加しました。講座ではまず我が国における熱中症の発生動向について学び、近年の夏季の暑熱により熱中症発生が増加しているという事実を認識してもらいました。続いて、熱中症は暑さに馴れていない梅雨明け直後に最も発生しやすいこと、熱中症の分類や各症状の病態生理メカニズム、対処を誤ると命が危険に晒されることを学びました。

この講座の開講日は夏休み前・梅雨明け直前だったため、「これからの時期の部活の練習が最も熱中症を発症しやすい」という話に対して、参加生徒は真剣に聞き入っていました（認識を強く持ってもらうため、あえてこの時期に開講しました）。次に、熱中症に対する救急処置を学ぶため、頸部・腋窩・鼠径部の3点クーリング法や、霧吹きで水をかけて扇ぐ方法など、高校の部活練習の場でも簡単にできそうな応急法を実習形式で学びました。実際に生徒同士でクーリング法を実践すると、「すごく冷える」「寒い！」という声がたくさん挙がり、その冷却効果に驚いている様子でした。

最後に、運動時の熱中症予防における水分補給の重要性を学びました。運動時の水分補給では電解質や糖分を含んだスポーツドリンクを飲むことが推奨されますが、市販のスポーツドリンクは高校生にとって金銭的負担が大きく、高校の部活ではほとんど飲用しないと言っていました。そこで低コストで作れる自作スポーツドリンクのレシピを紹介し、実際に全員で作って飲んでみました。「結構いける！」「私、この味好きかも」「酸っぱくておいしい」（←クエン酸が入っています）など、角准教授考案のレシピは予想していた以上に好評で、「実際に部活で取り入れたい」というううれしい感想も聞かれました。

茨城県立医療大学同窓会

藝游會

Alumni Association

少しずつ春の気配が感じられる頃となりました。同窓生の皆様におかれましては、日々ご活躍のこととお慶び申し上げます。

昨年度より定期総会を6月に開催することといたしまして、今年度は去る令和元年6月22日（土）に、15名の参加を得て総会を開催いたしましたので、議事録より概要を抜粋してご報告いたします（議事録は大学ホームページの同窓会のページに掲載しておりますので、合わせてご覧ください）。

令和元年度同窓会セミナーのご案内（担当：放射線技術科学）

今年度の同窓会セミナーは、放射線技術科学科が担当いたします。昨年フジテレビで放映されたドラマ「ラジエーションハウス」の脚本監修をされた東京大学大学院総合文化研究科ご所属の五月女康作先生（本学大学院博士前期課程修了）をお迎えして、ご講演をいただきます。是非皆様万障お繰り合わせの上、ご参加ください。

講師名　五月女　康作　先生
御所属　東京大学大学院総合文化研究科進化認知科学研究センター
日　時　令和2年2月26日（水）13時～15時
会　場　111　大講義室
テーマ　ラジエーションハウスが教えてくれた放射線技師の可能性

同窓会報「藝游 VOL．19」は大学ホームページからご覧になれます。

毎年、各期の幹事の皆様にお願いして原稿をお寄せいただいている同窓会報「藝游」は、次の号で記念すべき第20号となります。藝游はPDF化され、大学ホームページにアップされています。毎年皆様から楽しい写真付きのお便りが寄稿されていますので、是非左記のURLまたはQRコードからご覧ください。

なお、御写真が多数掲載されておりますことから、PDFを開くためにパスワードを設定しております。別紙でお届けしているパスワードにてご確認ください。

URL：http://www.ipu.ac.jp/article/1548776 6.html

今年も在学生支援事業として国家試験対策関連図書を図書館に寄贈いたしました！

昨年度に引き続き、今年度も在学生支援事業の一環としての国家試験関連図書の寄贈を行いました。こうした在学生支援事業へのご理解ご協力をいただきました同窓生の皆様に、この場をお借りして心より御礼を申し上げます。地域社会で活躍できる優秀な人材を育成していくために、これからも同窓会から在学生へのご支援についてご理解を賜りますようお願い申し上げます。

卒業生支援事業：スマートフォンで利用できる「藝游會アプリ」いよいよ本格稼働へ

平成30年度より取り組んでまいりました本学同窓会専用アプリの開発につきましては、技術的な問題により本格稼働が少し遅れておりましたが、令和2年3月の第22期生の卒業に合わせて本格運用を始める目途が立ってまいりました。ご利用を楽しみにされていた皆様には、ご迷惑をおかけして大変申し訳ございません。

在学中から同窓会の存在を身近に感じていただけるよう、同窓生と在学生が共通してみることのできるコンテンツの他に、会員専用ページを設け、同窓生の皆様にのみご覧いただけるコンテンツを準備しております。将来的には、会報もこちらに掲載するように移行し、より簡単にアクセスできるようにしてまいりたいと考えております。

同窓生の皆様にとりまして、大学がより身近に感じられ、かつ同窓生同士の交流の場として活用していただけるようなアプリになるよう、引き続き努力してまいります。

同窓会「藝游會」へのお問い合わせ、ご意見などございましたら、お気軽にお寄せください。

連絡先
会長　橘　香織
（PT一期生：茨城県立医療大学理学療法学科准教授）
tachibana@ipu.ac.jp

＊卒業生へのキャリア支援活動＊

～キャリア支援センターでは在校生・卒業生のキャリア支援を行っています～

キャリア支援センターでは、卒業生の方々とのつながりを大切にしていきたいと考えております。卒業後におきましても、キャリア形成や就職活動をするうえで、ご自身の強み、潜在的なキャリアのニーズを考えるなど自己理解を深め、主体的にキャリアの道筋を実現するために、相談員が支援しています。本学には県内や全国の医療機関から数多くの求人票が届いており、卒業生もご覧いただくことができます。閲覧、就職相談をご希望される方は下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

卒業生相談事例：Aさん（作業療法士として病院に就職。在職中の女性）

H31.1　将来的なことを考慮し、来春には転職したいがどうしたら良いか相談のため初来室。
　　キャリアカウンセリングを実施し、転職希望病院を確認。
R1.5　転職希望先の求人が出た旨Aさんへ情報提供、応募に向け動き出す。
R1.6　2回目来室。キャリア支援センター所有の試験結果報告書閲覧，応募先の試験情報提供。
　　筆記試験、面接試験に向けてのスケジュール等アドバイス。
R1.6　自己理解を深めながら、応募書類添削を3回実施。
R1.7　面接練習（過去の試験結果報告書をもとに模擬面接実施）
R1.7　採用試験
R1.8　内定

（※本誌掲載に関しては相談者ご本人から承諾を得ております）

卒業生のみなさまに

～在学生への支援協力のお願い～

在学生の就職活動へのご助言をいただくために、ご連絡を差し上げることがあります。その際にはご支援くださいますようお願い申し上げます。

お問い合わせ及び就職相談申込先

茨城県立医療大学キャリア支援センター
Tel. 029-840-2109
E-mail: career@ipu.ac.jp
業務時間　8:30 ～ 17:15（土日、祝祭日を除く）

茨城県立医療大学 学生広報員【SPA】

Student Publicity Assistant

茨城県立医療大学に関する様々な情報を学生の視点から広く一般に知らせるために、学生広報員を設置しました。

県内での茨城県立医療大学の認知度を上げるべくSNSやYoutubeなど日夜活動しています。現在約20名で活動しています。

■これまでの活動

- 創療祭での販売
- ポスター
- やってみた動画の撮影・配信
- オープンキャンパスの取材
- 各種サークル取材
- 学長とのケーキミーティング
- 公立大学の学生との交流
- 助産学専攻科の取材

2019年度フォトコンテスト開催!!

～大学をテーマにフォトコンテストを行いました～

最優秀賞

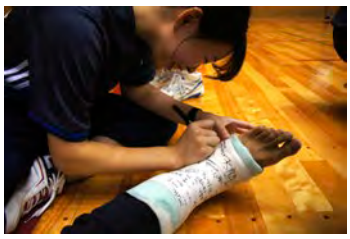
『光と影』

Photo by も

優秀賞

『学生最後、OT4年の本気』

Photo by ゆきだるま



学長賞

『応援の足跡』

Photo by まさちゃん

Coffee Break

～茨城学って知っていますか～

茨城学と聞いて、茨城県の難読地名が読めたり（例：廻戸、月出里など）、44市町村の位置と名前を全部覚えたり、各市町村の人口の増減や生産物の出荷額を調べたり……と思ってしまうのはごく普通のことだと思います。茨大が文科省の「知（地）の拠点大学」事業で作った茨城学を、授業で担当して欲しいと言われた時の私もそんなものでした。

文科省の事業が拡大して周辺大学・高専などを巻き込み、茨大を中心に茨キリ、常磐、本学などが共同して地方創生に協力。その中心には茨城学があり、皆でこの授業を共有する……ということを聞かされ、授業をお請けすることに。

もちろん茨城学の中では、県内の様々なデータが使われます。でもそれは「茨城を知ること」が目的なのではなく、「茨城の問題を一緒に考えていく」のが目的なのでした。

茨城の問題に市町村や企業、市民がどう取り組んでいるかをお聞きし、グループワークを通じて学生たちも考えていく。そういう授業です。そして少子化や高齢化、耕作放棄地の増大などなどの「茨城の問題」は、多くがそのまま日本の他の地方の問題でもあり、私たち皆の問題でもありました。結構奥が深いと思います。

人間科学センター　講師　海山　宏之

卒業生の方へ

卒業生との交流会等の企画・開催、大学情報を発信するため、勤務先や住所に変更があった時は、必ず電話又は書面もしくは本学ホームページに掲載している「卒業生連絡先等調査」入力フォーム（https://www.ipu.ac.jp/article/14214743.html）により、お知らせください。

茨城県立医療大学
IPUHS通信 vol. 007

発 行 月：令和２年２月
発　　行：茨城県立医療大学

問合せ先：茨城県立医療大学
〒300-0394
茨城県阿見町阿見4669番地の2
Tel. 029-888-4000
Fax. 029-840-2301

本誌は年１回発行しております。
本誌に対するご意見ご要望を是非お聞かせください。
shomu@ipu. ac.jp

茨城県立医療大学公式Webサイト
http://www.ipu.ac.jp/

茨城県立医療大学 広報 Twitter
@ipuhs_publicity

茨城県立医療大学 広報 Facebookページ
@ipuhs.publicity