

# Viva Kango

No.48

Campus News of Japanese Red Cross Hokkaido College of Nursing

〒090-0011 北海道北見市曙町664-1 TEL (0157) 66-3311 FAX (0157) 61-3125  
mail to:kouhou@rchokkaido-cn.ac.jp http://www.rchokkaido-cn.ac.jp

発行日/2018年9月30日  
編集・発行/広報委員会



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

日本赤十字北海道看護大学

## 20回目を迎えた陸前高田『楽習会』 —高田と歩んだ7年—

災害beatS研究会顧問  
根本昌宏

二〇一一年三月十一日に発災した東日本大震災。東北沿岸を中心とする地域に大津波が襲来し、数多くのいのちが奪われた。日本赤十字社北海道支部は発災当初から救護班を送り出し、その拠点となった地が陸前高田市の陸前高田市立第一中学校である。本学の尾山教授も任務にあたり、被災された皆様のこころのケア班として従事した。発災から四ヶ月が経った七月後半、避難所から仮設住宅への移動に伴い生活が変化する中で、本学の学生が活動できる場がないかを模索し始めた。その中で繋がりを持てたのが陸前高田市で活動を行っていたNGOの日本国際民間協力会(NICC)である。被災地の方々に、ご無理、ご負担、ご迷惑をかけないことを前提として本学学生ができることをNICCOと協議し、様々な案件の中から選びだされたものが子どもたちの学習支援活動である。三月に被災して以降、学校の再開が遅れ、避難所や仮設住宅などで子どもたちの居場所、勉強する場が少なくなり、初めての夏休みを迎えるタイミングであったため、夏休みの宿題などを学生たちが支援する場として計画し、楽しみながら学ぶ『楽習会』と名付けた。第一期

のメンバーは四年生の精鋭四名。現地協議から活動開始まではわずかに二週間。現地までの移動や宿泊等も厳しい状況であったが、秋山財団による財政支援、岩手県みどり薬局からの社用車の無償貸与ならびに宿泊先の確保、そしてNICCOによる学習支援活動場所の確保と子どもたちへのポスティングなど、数多くの方々の力をお借りして楽習会が始まった。

被災後の子どもたちの繊細な状況を把握しながらの計画は雲をつかむ思いであった。できたばかりの仮設集会所をお借りした活動に何人の子どもたちが来てくれるのか、子どもたちに適切な支援ができるのか。その不安を払拭するかのよう初日に集まってくれた子どもたちは二十五人。日を追うごとに子どもたちは増え、学生だけでなくスタッフも総出で子どもたちと一緒に学び、遊んだ。「学生は微力である。しかし無力ではない。」の言葉は、この第一期の活動で発せられた学生の言葉である。現地で学習支援に携わる団体はNICCOからNPO法人パクトに受け継がれ、私たちはこれまでの七年間の活動を継続することができた。看護学生が行うボランティアは、他の学部生が行うボランティアと異なる点が多くある。医療の視点だけでなく、人に寄り添い、人の生活をより良くする道を進もうとしているからであろう。さらに、本学の最大の強みである赤十字のところが、学生

の活動の根底に流れている。誰かのために何かをしたいという気持ちはボランティアには欠かせないが、それ以上に必要とされていることは、受け身にならない心がけである。子どもたちと楽しく遊ぶために、子どもたちの安全を活動の最優先事項とする。そのうえで大学生らしく勉強を教え、心臓が飛び出すくらい駆けまわって遊ぶ空間を創り出している。毎日の活動終了後には、子どもたちとの関わりを振り返り、自分たちに



第1期の活動メンバーと教員、背後は借用した社用車(奥州市水沢区)

陸前高田市は中心市街地計画が確定し、市庁舎の場所も決まり、少しずつ街づくりが進んでいる。しかし街の機能として復興が完結するにはまだまだ長い時間を要する。子ども達も安心して遊べる場所も多くない。北海道の赤十字の大学生だからこそできる『楽習会』を、これからも細く長く継続・持続できる体制を形作っていききたい。

足りない部分を見出して、よりよい活動を探っていく。さらに我々をサポートしてくださっているパクトからも適切な助言をいただき、そこから彼らが毎日成長していく。大学の中で得ることのできない成長を、この七年、二十回の活動を通じ、教員として唯一見届けさせていただいて



たかたのゆめちゃん  
とミントくん(松本さん作)

## 楽習会第一期の活動を企画・実施して

旭川赤十字病院勤務

木下 洋平

私が初回の楽習会に参加したのは二〇一一年八月、四年生の夏でした。ちょうど領域別実習が終わるのと同時に出発しなければならず、再実習は許されません。実習の合間に活動用ユニフォームを量販店で揃え、遊びを考え、しおりを作り、災害に関する学習を進めながら活動を迎えました。今思えばどのように時間を作り、準備を進めたのか定かではありませんが、何かしたいという思い、

責任感などに突き動かされていたと感じます。

活動は準備から移動、活動場所などすべての場面で応援と協力をいただき、「自分たちが現地で活動できる事」がどれだけ多くの人の支えで成り立っているかを実感しました。

楽習会では多くの子どもたちと勉強や遊びを行いました。会話に出てくる地震・津波・流された等の言葉が何を示すのか、毎日移動の車内で時間いっぱい話し合い、色んな事を考え、悩みました。連日「何か役に立っているのだろうか」という、もやもやした不全感を抱えていました。ある子どもが我々の姿を見て、将来「日赤看護大にいきたい」と言ってくれたことが今でも忘れられませ



第1期の活動風景（陸前高田市立広田小学校玄関にて、左から2番目が木下くん）

## 楽習会に六回参加して

得られたこと

北見赤十字病院勤務

松本 尚子

ん。楽習会は学生だからできる・学生にしかできない活動だったと思います。そして、最初の活動から七年経った今も、継続した支援が続いていることが卒業生としてとても嬉しく思います。これからも皆さんのパワーで現地の方々の思いに寄り添った支援が続くことを願っています。

私は楽習会を通して災害に興味を持ち、現在は大学院で災害看護を学びながら、院内における災害訓練の運営や教育に携わっています。学生時代の経験は看護師人生の大きな原動力になると思います。皆さんも色々な経験をし、目標に向かって突き進んでください。

二〇一一年三月十一日。私は地震に気が付かず過ごしていました。多くのニュースをみて目の前の出来事が信じられず、「これは映画か何かなのか」と思ったことを今も覚えています。二〇一二年一月、震災後初めての冬を向かえた陸前高田市に私は初めて行きました。瓦礫で埋まっている光景ばかりが印象に残っていましたが、それらも片付けられ、町には道路と残された建物、そして仮設住宅がありました。

グラウンドに仮設住宅が建てられたことで、子ども達が伸び伸びと遊べる場所は無くなり、長い避難生活でストレスを抱えていました。だからこそ子ども達が思いっきり遊べる様に毎日汗だくになりながら全力で



2013年春・第9期の活動風景（右側が松本さん）

遊びました。子ども達が飽きないよう工夫を凝らし、朝まで反省会をしたこともありました。反省会をする度に、子ども達と遊び・学ぶ場所をつくるこの活動に意義はあるのだろうかという不安もありました。しかし、子ども達の笑顔と「笑い声を久しぶりに聞いたよ」という親御さんや近所の皆さんから声が聞けたことによりその不安は払拭されました。

活動の中で印象に残っている出来事があります。私達は現地で赤十字のマークが付いた真っ赤なジャケットを着て活動していたのですが、ある日、その姿を見た方から「あの時は助けてくれてありがとう」という言葉をかけて頂きました。学生で

ある私達にその様な言葉をかけて頂けると思わず驚きましたが、「途方に暮れているなか赤十字の人たちが来てくれて本当に助かった。安心出来たんだ。あの時伝えられなかったから」と言われ、胸が熱くなり私は赤十字の一員である責任と、誇りを感じました。

東日本大震災、陸前高田での経験をきっかけに災害分野における活動に興味を持ち、いつか有事の際は看護師として活動することが目標の1つとなりました。まだまだ未熟ではありますが、今はまず与えられた場所で看護師として病を抱え生きている患者さんたちと向き合いながら成長していこうと思っています。

## 第二十期の

### 楽習会に参加して

四年 大坂 真矢

私は今回の楽習会で二回目の参加となりました。私が初めて陸前高田

市を訪れたのは、震災から五年が経過した頃で、その時の陸前高田市は地面のかさ上げ工事が行われており、商業施設も限られていました。楽習会の対象である小学生は、住み慣れた家で暮らしている子が少ない状況には、家族で暮らしていない



2018年夏・第20期の活動風景（シャボン玉あそび）、背景は新築の小友コミセン

II家族が亡くなったと考える子どもも多く、被災体験を思い出して表情が曇る子ども見られました。しかし、震災後七年が経過した現在の陸前高田市は、かさ上げた土地に新しい道路や商業施設も多くなっており、復興が進んでいました。子どもを取り巻く環境も屋外プールの開放など子どもが遊べる環境が整ってきて、楽習会を行っている際にも「津波」や「地震」などといった被災体験を想起させる言葉は見られず、子どもたちのみなぎるエネルギーで、私たちが元気づけられました。震災から5年後と7年後では、地域全体で陸前高田市の復興に力を注いでいらつしやる様子が際立って見え、二年もの間にここまで変化を遂げた町の力は本当に計り知れないものがあると感じました。私は今回で楽習会に参加することは最後になりますが、楽習会も子どもたちや陸前高田市の変化に対応させながらよりよいものへと変化していくことができるよう、後輩へ伝えていきたいと考えています。そして、依然として復興までは時間を要する状況であり、継続的に支援することの重要さも学んだため、私自身もこの楽習会で終わるのではなく、今後何らかの形で陸前高田市の力になれる存在になりたいと心から思える楽習会になりました。

## 第二十期の

### 楽習会に参加して

一年 深瀬 菜津美

日本赤十字北海道看護大学災害b eatS研究会は、陸前高田市へ東日本大震災後の七年前から行って

る子どもたちの学習支援や遊びの場を提供する、楽習会を開催してきました。

子どもたちと関わる4日間の午前中は広田町、午後は小友町で活動をしてきました。勉強の時間では、それぞれ夏休みの宿題を、わからないところは教えながら取り組んでもらい、私たちが企画したスライムづくり、聴診器を使って心臓の音を聞いてもらうなど、遊びの時間での交流は、子供たちが興味津々で沢山の笑顔が見られ、私も子どもたちの笑顔にパワーをもらい、楽しく活動することができました。

また、被災された方のお話を聴かせて頂く機会があり、「旦那に会ったら、私が生きていることを伝えて。」被災地の人は「弱い」じゃなく、根は強いけど少し弱っている、だけ。」など、一つ一つの言葉が心に響いてきました。何日も家族の安否



奇跡の一本松と第20期の活動メンバー

を確認できないことの不安だということ、弱いというのは先入観でありむしろ強いということが伝わってきました。さらに、力強く立っている奇跡の一本松、嵩上げ工事中の土地などを実際に訪れることで、震災の凄まじさや、復興状況を自分の目で確かめることができました。

私自身、初めての楽習会で沢山のことを学ぶことができ、特定非営利活動法人パワト様をはじめ、多くの支えてくださった皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。陸前高田市では震災後、初めての海開きや、スポーツ少年団活動の充実などで、楽習会に参加する子どもたちの参加人数は例年に比べると少なかったようですが、それだけ日常が戻ってきている証だと思つと、嬉しいことです。またこのような機会があれば積極的に参加していきたいです。

## 学生相談室より

こんにちは、学生相談を担当させていただきます。普段は北見赤十字病院で臨床心理士として勤務しています。月に一回という少ない回数ですが、大学の保健室にて学生相談を行っています。今年度からは夜十八時～二十時の時間に相談室を開いています。夜の方が時間を取りやすい方、是非気軽にお越しくださいね。

さて皆さん、学業にプライベートにと忙しい日々を送っていることと思います。勢いに乗れているときは



さわ だ かず み  
澤 田 和 美

担 当：月2回火曜日  
◎相談室：管理研究棟 1階 保健室  
◎相談日：毎月掲示しています。  
メー ル：counselor@rchokkaido-cn.ac.jp

良いのですが、ときどき「もう嫌になっちゃった」「疲れたな、何もしたくないな」と感じることもあるでしょう。そんな時、上手に気分転換や休養ができていますか？このころやからだのサインに気づいて、上手につきあうことが大切です。でも疲れてくると周りが見えなくなつて「しなきゃいけない」と自分を追い詰めてしまつこともあります。今の自分に必要なことは何か、本当に今、しなきゃいけないのか今一度見直してもらえたら良いと思います。そこを整理したい、相談に乗って欲しいと感じたら、是非相談室を訪れてみてください。お待ちしております。

その本は、中村道彦著書「映画にみる心の世界」にある「ポラー・エクスプレス」という映画の内容です。

美しいCGアニメーション映画と音楽で綴られたクリスマススイフの物語。サンタクロースの存在を疑い始めた少年の家に、深夜、列車が止まります。少年がおそるおそる近づくと、車掌(声・トム・ハンクス)が「乗るかね」と尋ね、少年が「どこへ行くのですか」と聞くと車掌は少しむつとして「これはポラー・エクスプレスだ。北極に決まっているだろう」と答えます。少年は戸惑いながら列車に乗り、北極にあるサンタの国を訪れ、家に帰ってきます。「B

ELIEVE(信じる)」と車掌がパンチしたチケットを持って降りたとき、車掌は「大切なことはその列車がどこに行くかではなく、列車に乗ることを決断することだ」と言い残します。

このアニメは「自分を、そして自分の人生を信じて決断すること」を教えています。すなわち、選ぶ道によって人は幸せになるのではなく、選んだ道を信じて進むことが人を幸せにすると教えているのです。信頼と決断は人生の教訓であり、ストレス対処の奥義でもあります。

自分を信じて看護への道を進みましょう。その先に(心)



この むつ こ  
今 野 睦 子

担 当：毎週木曜日、月1回土曜日  
◎相談室：管理研究棟 1階 保健室  
◎相談日：毎月掲示しています。  
メー ル：counselor2@rchokkaido-cn.ac.jp

## 第二十回 大学祭

第二十回大学祭『No nurses No 未来へつなぐ看護』が平成三十年六月二十三日(土)～二十四日(日)に開催されました。テーマには、温かい人の手によって行われる看護を私たちの手で未来へ繋げていきたいという思いが込められており、学生や地域住民など、二日間で約八百人もの方々が来場してくださりました。

今年度の大学祭では、大学祭実行委員を含め多くの学生の協力があり、準備・片付け等スムーズに行うことが出来ました。また、各サークルが模擬店を出店してくれたおかげで、模擬店数も確保でき、多くの人に楽しんでもらえる大学祭になったのではないかと思います。

次年度はさらに賑やかな大学祭を創り上げていけるよう、協力して取り組んでいきたいです。



## ご挨拶

日本赤十字北海道看護大学

学 長 河 口 てる子

災害が少ないと言われていた北海道で、今年は震度七の激震とそれに伴う全道停電が発生しました。地震は九月でしたから、停電でもなんとか耐えましたが、これが真冬であれば凍死者も出る惨状になったことでしょう。本学も救護班の他に、震源地の厚真町避難所に段ボールベッド四〇〇セットと組み立て方を教える人を送りました。段ボールベッドは、体育館などの堅い床と違いソフトですし、簡単に坐位から立ち上がるができます。エコノミー症候群防止や生活不活発病防止に役立ったかと思えます。感激したのは、特に要請したわけでもないのに二十数名の学生ボランティアと青年会議所の三十数名の方が集まり、段ボールをトラックに積み替える二時間もの作業をしてくださったことです。助け合いの心はしっかりと根付いていますね。

さて、人口の高齢化が続いておりませんが、看護も複数の疾患をもった複雑なケースを担当することが多くなりました。家庭内の状況も複雑になっておりますし、「看護の道に進む」には、しっかりとした覚悟が必要です。「看護の道に進む」ことへの決意、看護への意欲、そして人と接する職業への相性など、不可欠な要素を考慮してください。本当は他の道に進みたいと思っている学生、この道に進むのが辛い学生もおります。立ち止まって、将来のことをしっかり考えて決断してください。そして、時には撤退する勇氣も必要でしょうね。

本学は、高いhumanityの理念と確かな実践から培われた「実践知」「技術」を持つ大学です。本学での教育は高く評価されており、教職員一同、全力でサポートいたしますので、学生の皆さんには、専門職として、看護への道を堂々と歩んで行ってほしいと願っています。

## 学年担任の紹介

### ◎ 第一学年 ◎

過ぎました。新しい生活にも慣れた

ことでしよう。大学時代は一生付き

合える友人との出会いの時期でもあ

ります。恥ずかしがらず、「迷った

時には一歩前へ」の心意気で多くの

早いもので大学に入学し、半年が  
山本 憲志

友人を積極的に作りましょう。そして、良い医療従事者になれるように互いに切磋琢磨し、実りある学生時代にしましょう！

吉田 理恵

一年生の皆さん、看護の世界へようこそ！前期は講義・演習、実習、大学祭、サークル活動などと勉強、大学生活ともに忙しく、様々な仲間も増え、充実した大学生活を過ごしていると思います。大学生活にも慣れてくると、違った悩みや疑問、気になることも多くなると思えます。遠慮なく、声をかけてください。これから四年間、応援しています。

村林 宏

一年生の皆様、これから二年間皆さんの担任をする生態学領域の村林です。大学生活はこれまでの学校とは異なり自主的・自律的な活動が求められます。先生方に手取り足取り指導を受けるといことが無くなりますので、大学生としての自覚を持って行動をしてください。とはいえ、楽しむことも忘れずに。本学に



入って良かったと思えるように共に過ごしましょう。

狩野 恵

一年生の皆さん、保護者の皆様今年度担任をさせていただいております。成人看護学領域の狩野恵です。四名の担任は、皆さんが学業に集中できるように、学業と生活のサポートを行って行きますので、どうぞよろしくお願い致します。また、困ったときにはいつでも相談に来て下さい。

### ◎ 第二学年 ◎

園田 裕子

二年生の皆さん、保護者の皆様、昨年から引き続き担当致します。成人看護学領域准教授の園田裕子です。山崎弘資先生を中心に四名が連携し、二年生の学業と生活のサポートを行っていきます。どうぞよろしくお願い致します。二年目に入り、皆さんの大学生活を見ていますと皆さんの成長を感じる場面がある反面、講義の欠席・提出物の遅れなど、基本的なルールや時間の管理ができていない状況が目立つようになってきます。もう一度、自分の生活態度を見つめ直し「自己管理」できる学生になってくれることを期待しています。四名の担任は、皆さんをいつも見守っています。困った時にはいつでも声をかけてください。

伊東 智美

一年生の皆さん、こんにちは。担任の伊東智美です。看護の学習も二年目に入りましたね。大学生活にも大分慣れてきたことと思いますが、

今まで経験したことがないことに戸惑うことも多々あるかと思えます。「看護師になる」初心を忘れずに、目標を見据えて進んでほしいと思います。授業や実習では、皆さんとお会いする機会がまま過ぎて少々残念に思っていますが、支援していきたいと思っておりますので、声をかけて下さい。

種本 純一

二年生の皆さん、保護者の皆様、基礎看護学領域の種本純一です。昨年に引き続き、担任をさせていただきますことになりました。皆さんが一年生の頃は、学業はもちろん普段の生活を含め、新しいことばかりで戸惑うことも多かったと思います。しかし、今は二年生になり、良い意味でも悪い意味でも大学生活に慣れてきた時期ですね。大学生活を満喫することはもちろん大切なことです。学業に、遊びに、趣味に、友人との思い出作りに、全力で、取り組んでほしいと思います。困ったときはいつでも会いにきてください。



## ◎ 第三学年 ◎

尾山とし子

既に実習が始まっていて、なにかと苦労している頃だと思っています。精神的なつらさと体力の維持が難しいのではないのでしょうか。私も皆さんの実習を担当していますので、実習中の院内でも相談に乗ることができそうです。気軽に声をかけてください。

田中 和子

母性看護学領域の田中和子です。四月に担任面接で私が助産師時代に取上げた方が学生の中にいることを知り、驚いたのと同時に大変嬉しく思いました。今年は年間を通して実習となる重要な一年ですので時間管理・健康管理に気をつけながら仲間と共に乗り越えていきましょう。実習での経験から学生自身が成長したと感じられるように担任として支援していきたいと思えます。困ったことがあればいつでも相談にいらしてください。



矢萩 悦啓

実習はうまくいっていますか。なかなか思い通りにいかないこともたくさんあるのではないのでしょうか。成功と失敗を繰り返して学ぶことがたくさんあると思います。実り多い実習となることを願っています。健康に気をつけてゴールラインをむかえてください。

山口 佳子

こんにちは。五月より始まった領域実習は如何でしょうか。日々変化の多い状況に対応しなくてはならない学習は大変であり、しかし患者様との関わりに喜びを感じていると察しています。皆様が目指すところの看護職に着実に近づいています。できるだけ多くの知識と体験を身につけて、目標に向かって前進できるように応援しています。

## ◎ 第四学年 ◎

西片久美子

四年生の皆さん、皆さんの学生生活はあと半年になりました。この半年間の過ごし方が、皆さんの将来に大きく影響するものと考えます。どうぞ悔いのないようにやりきってください。そして来年春からは社会人としての振る舞いが求められ、結果に対する責任が伴います。学生のうちにできる準備をしっかりと整えましょう。

根本 昌宏

今、案をすると、後で大変な事態に陥ります。後悔は許されません。勉強は自分との戦いですが、国家試験勉強は一人でやらず、友達と一緒に

に進めてください。自分の生活スタイル、勉強スタイルを再度見直して、社会人となる道をしっかりと歩みましよう。最後に大きな花が咲くことを心から願っています。

前田 陽子

皆さんは、現在、領域別実習を終えて一息つきつつも、課題実習、研究演習、就職活動、国家試験に頑張っている組んでいることと思います。これらの課題は、全て皆さんが初めて経験することですので、計画的に準備を進めていきましょう。目標達成のために学年全体で力を合わせ乗り切りましよう。全力でサポートします。

八木絵里子

これからは国家試験の勉強や、研究演習のまとめと、将来に向けた準備をしっかり腰を据えて頑張りましょう。自分がどんな看護職になりたいかを考えながら、今までの知識や経験を力として、来春に向けて一歩一歩着実に進んでいってください。困ったときには相談しに来てください。陰ながら応援しています。



## 新任教職員・事務職員紹介

小児看護学領域

特任助手 河合 直美

皆さんこんにちは。昨年九月から小児看護学領域を担当させていただいている河合直美です。私は網走出身ですが、夫の転勤で北見に来て二十一年が過ぎ、縁があったのでこの大学で勤務することになりました。実習などで皆さんの生き生きとしたきれいな目を見ていて、若いっていいことだと感じる毎日です。今後とも皆さんと共に学んでいきたいと思えます。どうぞよろしくお願いいたします。

母性看護学領域

特任助教 深津 晴江

皆様、こんにちは。今年度より母性看護学領域を担当しております深津晴江と申します。

主に実習と演習で関わらせていただきますので、学習者である皆様をサポートができることを楽しみにしております。看護は自己成長につながる素晴らしい職業だと思っています。ぜひ、共に「一生懸命」努力を続けていきましょう。趣味は温泉巡りと手相占い、当たらると評判をいただいております。どうぞよろしくお願ひ致します。

老年看護学領域

助手 渡辺 温子

今年度より老年看護学領域で助手をさせていただいております。実は日本赤十字北海道看護大学は私の母校でもあります。教員側として母校に戻り、働かせていただくことにな

るとは、在学中には想像もしていませんでした。人生何があるか分からないですね。これから先、皆さんにはどんな出会いや未来が待っているのでしょうか。皆さんが望む未来に向かって、少しでもお手伝いをさせて頂ければと思っています。よろしくお願ひいたします。

事務局長 相原 義孝

学生の皆さんこんにちは。本年四月に北見赤十字病院から転任して参りました相原義孝です。赴任して学生の皆さんからの「おはよう、こんにちは」の挨拶に癒やされています。

皆さんは四年間で看護師としての素養を身につけながら実践・応用へと向かう中で、超えなければならぬハードルが幾つもあると思います。が、何時も明るく、常に前進し続けることが大切だと考えています。実習病院の事で疑問に思うことなど、質問があれば気軽に声を掛けてください。

私も医療施設に四十年間勤務し日赤本社と道南の医療施設の勤務経験はありますが、大学勤務は初めてであり、手探り状態ですが、皆さんの大学生生活が楽しくなるように頑張りますので宜しくお願ひいたします。

