

# 身近な人を支える知識と技術

## ～保健学からの提案～

わたしたちの周りには、健康に不安があったり、障がいを持っている人がたくさんいます。このような方々やその家族にとって、専門的なかわりに加えて身近にいる人からの支援がとても大きな力になることがあります。また、今回の震災をきっかけに、改めて身近な人を支えることについて考えた人もいないでしょうか。

保健学を通して病気や障がい、そして健康について理解を深め、身近な人を支えるために必要な知識と技術を一緒に学んでみませんか。

### 第1回 11月10日(木)

#### 食べる障害とその対応

秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻作業療法学講座

助教 高橋 恵一

### 第2回 11月17日(木)

#### 身近なひとの健康を支える看護

秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻基礎看護学講座

教授 佐々木 真紀子

### 第3回 11月24日(木)

#### 家族介護者の支援

秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻理学療法学講座

助教 上村 佐知子

### 第4回 12月1日(木)

#### 母乳育児のすすめ

秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻母子看護学講座

助教 吉田 倫子

時間 18:30～20:00  
会場 カレッジプラザ  
(秋田市中通2丁目1-51)  
対象 どなたでも  
定員 30名  
(定員に達し次第  
締め切りいたします)  
受講料 2,000円



お申込み  
お問い合わせ



秋田大学

主催：秋田大学 共催：大学コンソーシアムあきた  
地域創生課 TEL:018-889-2270 FAX:018-889-3162  
E-mail:shakoken@jimu.akita-u.ac.jp  
秋田大学 HP:http://www.akita-u.ac.jp

# 身近な人を支える知識と技術

～保健学からの提案～

〔講座日程〕

	日 時	講義題／講師	講義概要
第1回	11月10日(木) 18:30～20:10 (18:30～18:40 開講式)	食べる障害とその対応 秋田大学大学院医学系研究科 保健学専攻作業療法学講座 助教 高橋恵一	私たちが生きるうえでなくてはならない「食べる」ということ。これが病気などで自分でできなくなったとき、その周りの家族はどう対応したらいいのか。まずは「食べる」「食べさせる」ということが実はどれほど繊細で大変な活動であるのかを知るために身をもって体験してみることはじめましょう。
第2回	11月17日(木) 18:30～20:00	身近なひとの健康を支える看護 秋田大学大学院医学系研究科 保健学専攻基礎看護学講座 教授 佐々木真紀子	看護は身近なひとを手当てすることから始まり、全ての人々のよりよい健康を支えるために専門的な視点から様々な探求を続けてきました。病むことで変わる事、そして見えてくること、また障がいと共に生きることとはどのようなことなのか、病や障がいを持つ方の看護場面や身近で支えてこられた家族の方々からの学びを通して、身近なひとの健康を支えるために大切なことを一緒に考えてみたいと思います。
第3回	11月24日(木) 18:30～20:00	家族介護者の支援 秋田大学大学院医学系研究科 保健学専攻理学療法学講座 助教 上村佐知子	身近な人、特に介護を必要とする人を長期に支援することはとても大変なことです。支援をする人は、まずは自分のメンテナンスを心がけたいところです。つまり、ストレスマネジメントの知識や技術を学ぶことは、支援をする自分自身の支援になるのです。本授業では、「介護疲れの現状」→「ストレスに気付く」→「ストレス対処行動」→「介護対象者の理解」→「自分でできるストレスマネジメント」について学習します。
第4回	12月1日(木) 18:30～20:10 (20:00～20:10 閉講式)	母乳育児のすすめ 秋田大学大学院医学系研究科 保健学専攻母子看護学講座 助教 吉田倫子	母乳は、子どもがお腹を空かせた時に、いつでも・どこでも与えられる手軽な栄養法と謳われていましたが、いつの間にか困難や努力を伴う特別なことになってしまったように思われます。より多くの母子が母乳の恩恵を得るためには、母子の周りにいる父親や祖父母をはじめとした、地域・社会全体の理解とサポートが必要です。本授業は母乳育児に役立つ知識や技術、母乳に関してわかってきた最新の情報をお話します。

〔会場案内図〕



※お車でお越しの方は、明徳館ビル内立体駐車場をご利用ください。公開講座開催時は無料で利用することができます。ただし、高さ1.5メートルを超える車は利用できませんので御了承ください。その場合は、恐れ入りますが周辺有料駐車場をご利用くださるようお願いいたします。