



info@ncu

NCU

Information web magazine

2023Spring

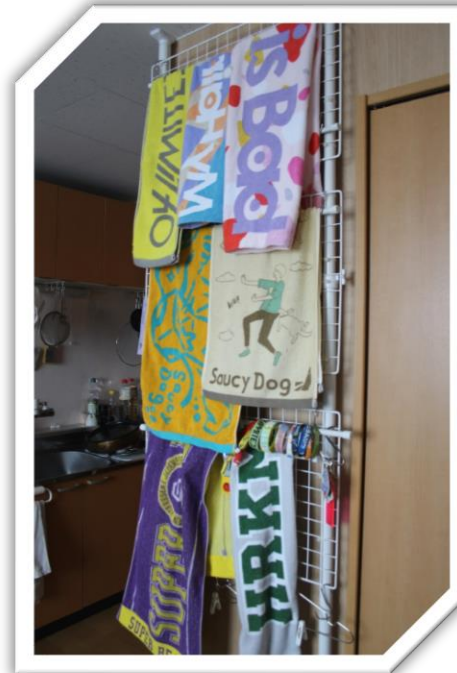
Vol.14

Contents

- ・名寄市立大学生 お部屋拝見
- ・名寄市立大学 学外実習終了者 INTERVIEW
- ・わたしたちの卒業研究
- ・Introduction サークル活動 ～カーリングサークル～

名寄市立大学生 お部屋拝見

これから新生活を始める皆さんのために、先輩のお部屋を
少しだけ見せていただきました！



ライブのタオルを飾って
気持ちを盛り上げていま
す

科目ごとにファイルを分け
て効率よく勉強しています

テレビの周りはヒロアカ、
ポケモン等のフィギュアで
固めています



ほかり けいた
穂苅 啓太 さん

看護学科2年（北海道 滝川高等学校出身）

ライブに行くのが人生の楽しみ。
今年度は同じ学科の男子とライジ
ングサン（石狩）に日帰りで行き
ました。
今一番好きなのはSaucy Dog



落ち着く炬燵&座椅子

～新入生にアドバイス～

私は課題などを後回しにしてしまう性格なので、何事においても早めにスタートさせることを心がけています。高校までは先生が生活面まで指導してくれますが、大学生になると誘惑も増えて来るのでそれに負けないように！自己管理が非常に大切になってきます。整理整頓が大事です！

～つらい時の乗り切り方～

看護学科は課題が多くて大変だけど、ライブを楽しみにして乗り切っています。
これ！という趣味などに頼って頑張ってもらいたい。

名寄市立大学

学外実習終了者



栄養学科3年
たけいち ゆうご
武市 佑梧さん

私は3年生の10月に2週間、手稲深仁会病院に行きました。実習先からの事前課題として病院における治療システムの概要と管理栄養士の役割、そして各疾患の病態生理と栄養管理のポイントについて教科書などを調べてレポートを作成しました。

実習期間中は、講義や各業務の見学を行い、最終日には事前課題でまとめた疾患の患者さんについて症例検討を行い発表しました。病院における管理栄養士の業務は大きく給食管理、栄養指導、病棟業務の三つがあり、実習ではそれらすべての業務を見学させていただきました。

給食業務では調乳や特別食の用意と盛り付けを実際に体験し、栄養指導では入院患者さんに対して行う入院時栄養指導と退院時に行う退院時栄養指導、そして退院された後、定期的に行う外来時栄養指導を見学しました。病棟業務では入院患者さんの情報を電子カルテから読み取り、実際に病室で患者さんから直接お話を伺う様子などを見学しました。これらの業務以外にも病院内の多職種で行われるカンファレンスや入院時の患者さんの栄養相談なども見学しました。

実習を通して、患者さんの抱えている問題は想像していたよりもずっと複雑だと学ぶことができました。各疾患に対する栄養管理を知っていても、実際は複数の疾患を抱えている患者さんも多く、ガイドラインの栄養基準を当てはめるだけでは栄養管理は行えないと学びました。さらに患者さんは疾患だけでなく心理的な問題や仕事、生活に関する社会的な問題など多くの問題を抱えています。そのため、管理栄養士には文系、理系の枠にとらわれず、幅広い分野の勉強していく姿勢が求められると学びました。

3年生では、名寄市立総合病院の集中治療室で実習を行いました。

4年生では、保健師課程の公衆衛生看護学実習において、現役の保健所保健師の方に大学で講義を行って頂き、保健所の役割や、実際に保健所に赴いて実習を行い、保健所業務を学ぶことができました。

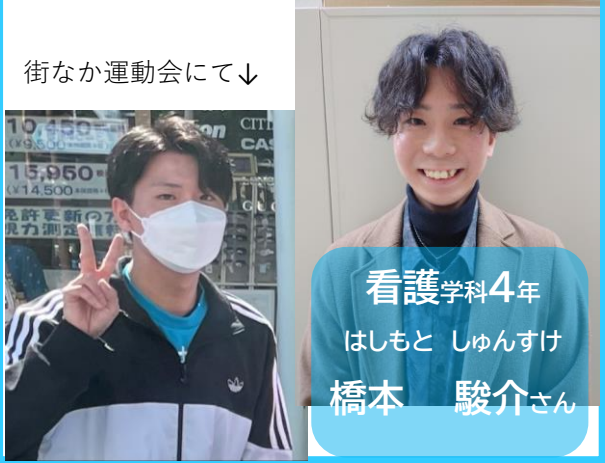
また、管内市町村の保健事業である「乳幼児健診」「乳がん・子宮がん検診」に参加しました。乳幼児健診では、赤ちゃんやお子さんと触れ合うことができ、とてもかわいく感じるとともに、保健師が母親・子どもの支援を行っている姿を通して、保健師の関わり的重要性を再認識しました。

その他にも家庭訪問や地域の行事に参加し、地域の方々と専門的な学びを活かしたコミュニケーションを通して、それぞれの対象者に対する必要な支援について考えることができました。

特に、市内で行われた「街なか運動会」に参加したことが印象に残っています。実習のメンバーでリレーに参加して身体を動かす機会があったことは楽しかっただけではなく、運動会やリレーに参加した住民の方々とコミュニケーションを通して、お祭りや運動会が住民の皆様の健康づくりに直結する重要な意味を持つことも学ぶことができました。

地域の方々とのつながりがたくさんあり、家庭訪問や行事の参加では皆様に暖かく受け入れてもらいながら実習を行えることは、名寄市立大学の素敵な魅力だと思います。

卒業後は、保健師として地域で活躍していくことが目標であるので、4年間の実習で学んだことを忘れず、住民の方々と良い関係を築き、信頼される保健師になれるよう励んでいきたいです。



看護学科4年
はしもと しゅんすけ
橋本 駿介さん

街なか運動会にて↓

INTERVIEW



社会福祉学科4年
さとう なぎさ
佐藤 凧紗さん

精神保健福祉士の実習で、病院と就労継続支援B型事業所の2か所で実習を行いました。

病院では、主に医療相談室のPSWとしての実習を行いつつ、その他デイケアなどにも数回実習を行い病棟の入院患者さんとの交流と個別支援計画の作成(ケース研究)などを行いました。

就労継続支援B型事業所では、利用者とともに作業を行いながら利用者理解を中心に実習を行いました。

実習前はすごく緊張していました。「自分ならできる」という気持ちを持ち、自分を奮い立たせていたこと、短い期間で多くのことを学べるように事前学習や自分の学びたいことを固めていくことを意識していました。

実習中大変だったことは、自ら考えて積極的に行動しなければならなかったことです。実習においては基本的なことであると思いますが、私は様々なことに興味があるあまり、なかなか特定の分野に焦点を当てることができず、この部分がとても苦勞したと感じています。しかし、同時に多くの学びを得ることができたと感じています。

実習を終えて、専門職として自分に足りない部分などが明らかになり、今後自分に必要な課題を発見できたことが良かったと感じています。また、実習の中で自分がどのようなソーシャルワーカーを目指していくのかを見つけ出したことがとても良かったと感じています。

私は、いくつもの障害者福祉施設をもつ法人への内定を頂きました。将来は、地域にいる障害者の方々に、より総合的な相談支援を展開できるようになっていきたいと考えています。

今年度は保育所、幼稚園、福祉施設で実習を行いました。各実習で子どもや利用者に関わる中で多くの学びを得ましたが、特に印象に残ったのが幼稚園実習です。

幼稚園実習では、実際に「先生」として保育を進める日があります。自分が中心となって保育を進めていくための指導案を担当保育者と作成します。何を目的としているのか、この活動を通して子どもたちに何を体験してもらいたいのか考え、指導案に落とし込みながら書くのは難しかったです。

大学の先生や指導担当の保育者の方に添削して頂きながら指導案を書き、実習に臨みましたが、子どもたちの前に立つことも緊張しました。また、予想外のこと起きた際は子どもたちの前で慌ててしまいました。子どもたちにとっては実習生も先生なので、広い視野を持ち臨機応変に対応することの重要性を実感しました。

うまくいかない点が多く、反省するべきことはたくさんありましたが、子どもたちの楽しそうな様子を見ることができて嬉しかったです。

実習全体を通して、保育者の子どもへの声かけや働きかけを間近で観察させていただき、とても勉強になりました。

ねらいをもって子どもに働きかけることの重要性を改めて理解することができ、保育者の子どもへの関わりを参考にしながら、自分なりに子どもへの気持ちや欲求を受け止めながら援助をすることができるようになったと感じています。

大学での講義の内容と、実習での実際の子どもたちの様子が結びつくことが多く、より深い学びや気付きを得ることができました。残りの学生生活では、実習での経験を活かしながら、大学の勉強に主体的に取り組む学びを深めていきたいです。また次年度の実習では今年度の実習での反省を活かして子どもたちと関わっていききたいです。



社会保育学科3年
さかい たまき
酒井 珠希さん





社会福祉学科 4年

しまや なぐみ

島谷 凧海 さん

青森県 三本木高等学校出身

“大学での学びの集大成”

わたしたちの 卒業研究



栄養学科 4年

すみ さらさ

鷲見 更紗 さん

北海道 士別翔雲高等学校出身



社会保育学科 4年

こばやし ことり

小林 琴梨 さん

北海道 室蘭清水丘高等学校出身



看護学科 4年

はなだ くみ

花田 恭実 さん

北海道 札幌啓成高等学校出身



栄養学科 4年
鷺見 更紗 さん

卒業研究のテーマ・内容

テーマ…「煮アズキ抽出成分がIgA（*）および形質細胞に及ぼす影響」

アズキには免疫増強を含む様々な健康効果があると知られています。これらの効果はアズキに含まれるポリフェノールなどの水溶性成分が関与していると考えられるため、煮熟後の5%アズキ粉末とそのアズキ煮汁を分離してラットに与えることによって、消化管免疫に与える影響について検討しました。

（*）免疫グロブリンの一種



看護学科 4年
花田 恭実 さん

卒業研究のテーマ・内容

テーマは、新型コロナウイルス感染症の流行により行われている面会制限により生じる意思決定の影響について調べることで、看護師として患者様の意思決定を支援する際に知見

病院に入院している患者様は退院するにあたり、退院してからの生活などに関する意思決定の際、患者様の多くがご家族と相談します。

そのご家族との面会制限により生じる意思決定への影響について調べることで、看護師として患者様の意思決定を支援する際に知見

アズキ



しゃじゅく
煮熟



アズキ粉末
※水溶性成分
少ない

アズキ煮汁
※水溶性成分
多い



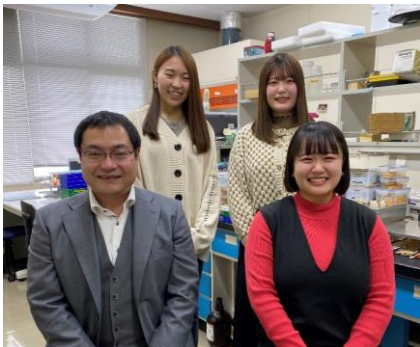
消化管免疫に与える影響は???

苦労したことは何ですか？

ポリフェノールの様々な効果に関する論文は多くありますが、アズキポリフェノールとなるとなかなか論文が見つかりませんでした。

しかし、不確かな根拠を考察で述べても正当性がない論文になってしまっているので、文献を一生懸命あさりました。

実験では、ラットの飼育や解剖、試薬調整などを行い、盲腸内の形質細胞率、IgA量を測定しました。今までやったことのない作業ばかりだったので、先生にご指導、ご協力をいただきながら進めました。



田邊ゼミ

卒業研究を通して学んだこと

一つの答えを導き出すためには多くの情報が必要になることを学びました。自分の知識だけで進めるのではなく、信頼のできるたくさんの情報を集めることで納得できる確かな根拠を自信を持って述べる事ができると実感しました。

就職に向けて

大学での学びを通して、情報収集の大切さであったり、多くの人の意見に触れることで自分の視野が大きく広がることを学びました。私はフィットネスクラブに就職が決まり、栄養指導や運動指導を行う予定です。日々栄養や運動の知識を文献や書籍から蓄えたり、同職種や他職種の方々の交流などを通して、確かな知識を持ち、お客様に対して効果的な指導ができるようになりたいです。

を役立てたいと考えたため、研究計画書を作成しました。

テーマを選んだきっかけや理由を教えてください

ゼミの先生や同じゼミのメンバーと論文を読み、話し合っていく中で自分の興味のあるテーマを見つけました。

未だに終息せず蔓延している新型コロナウイルスが、入院患者様ご本人とその家族に及ぼす影響について知りたいと考え、このテーマにしました。

苦労したことは何ですか？

新型コロナウイルス関連の文献数が少なかつたことです。

また、実際に病棟での患者様やご家族の声を聞いてみたいと考えていましたが、現実的には難しく、先行研究もなかなか検索できなかったために、インターネットの情報を活用することもありました。

卒業研究を通して学んだこと

研究を進めていくなかで、多くの文章を読むことはとても大変でしたが、自分の知識になることを実感しました。実際には卒業研究に使用しなかつた文献からも、学びがありました。

私達は、依然として新型コロナウイルスが流行している現場で卒業後は働いていくため、卒業研究を通して得た知識を患者様やご家族へのケアに役立てていきたいです。



鈴木ゼミ

後輩たちへメッセージをお願いします

なかなかテーマが決まらなくて悩んでいるうちに実習や国家試験の勉強を並行して行わなければならぬので、計画的に卒業研究を進めていくことが大切だと思いました。

行き詰まって悩んだ時には、ゼミの先生やメンバーに相談すると良いと思います。

話していくなかで、何気ない会話からヒントを得たりするので、口に出して考えることは大切だと思いました。

大学生活の4年間はとてもあっという間です。新型コロナウイルスの影響で、思うように勉強や遊びが上手くいっていないかもしれませんが、貴重な大学生生活を悔いのないように過ごしてほしいと思います。



(*) 第1(自宅)や第2(職場)でもない、心地のよい第3の居場所

テーマを選んだきっかけ、苦労した点を教えてください

テーマについて迷っているときにゼミの先生から、自分の身近にある「好きなこと」をテーマにするよう勧められました。

この助言をきっかけに、私が大学生になって初めて出会った「地域演劇」をキーワードに、研究のテーマを決めたいと考えました。一番苦労したことは、研究の核となる「問い」を見つけることです。

自身の研究のキーワードである「地域演劇」や「居場所」を今の形で「問い」として組み合わせるまで、かなり時間をかけました。初めは、研究に充てる時間が短くなってしまふのが不安でしたが、「問い」を明確にすることが後からとても大切なことだったとわかりました。

卒業研究を通して学んだこと

自分の考えを相手に伝えることの難しさと楽しさを学びました。

論文を書くためには考えにいたった根拠を明確にする情報が必要であり、そこから導き出した考えをどう伝えるかがとても大切になると思います。

言葉にできない時はもどかしいですが、何度も書き直した文章が多くの人に届くものになった時はとてもうれいと感じました。

後輩たちへメッセージをお願いします

卒業研究へ取り組んでみて、自分の好きなことや興味のあることを突き詰めていくのは、とても楽しいことだと感じました。学生生活が終わっても自分が興味を持ったことは学び続け、言葉にできないもどかさや相手に伝える喜びを思い出したいです。

卒業研究は今までのレポートよりも文字数が多いですし、論文に充てられる時間は長いようで短いです。

自分の好きなことがどんな風に研究とつながるのか考え、自分の興味を追求できるテーマにすると楽しく研究を進められると思います。頑張ってください！



社会福祉学科 4年
島谷 凧海 さん

卒業研究のテーマ・内容

テーマは「地域演劇が地域コミュニティに果たす役割とは」『第3の居場所』の視点を置いて、『第3の地域住民が参加する「地域演劇」が、地域にとつてどのような役割を果たすのかについて、全国各地の地域演劇実践や、士別市朝日町のあさひサンライズホールが行う「体験版芝居で遊びましょ♪」の調査、Odenburgが提唱した「サードプレイス(第3の居場所) (*)」の概念などを使って研究しました。



社会保育学科 4年
小林 琴梨 さん

卒業研究のテーマ・内容

テーマは「保育の地域差が形成する保育実践」です。

保育所保育指針等では、子どもと自然が触れ合うことを大切にされていますが、都市部など地域によつては自然と触れ合うことが難しいことも事実です。

地域によつて指針等で必要とされる環境や活動内容とは差が生じていますが、地域差がある中でも工夫された保育が行われ、必ずしもその保育内容が否定されるべきではないと思いました。

苦労したことは何ですか？

そこで、大学生活や就職活動での体験から感じたことをもとに、保育の在り方について地域差という視点から考えました。

文献調査で研究を進めました。はつきりと先行研究のある分野ではないため、様々な分野の文献を読み、その内容をかいつまんでいくというやり方を行いました。とても大変でした。

調査結果を卒業論文にまとめたいことよりも、卒業論文の力になってくれるような文献を探し出し、自分の研究につなげていくという過程が一番大変でした。



卒業研究を通して学んだこと

長期で頑張つてひとつのことをやり遂げる達成感を経験することができました。

ひとつのテーマに向き合つて、1年かけて深く掘り下げていくこととは後にも先にも多くあることではないと思うので、とてもいい経験だったと感じます。

自分の保育観についても見つめ直すよい機会となり、自分の力になったと思います。

後輩たちへメッセージをお願いします

名寄市立大学に入学し、4年間保育について考え、自分なりの考えを持つことができました。

保育の道に進むにしろ、そうでないにしろ、今後の人生で何らかの形で絶対に生きてくるという感覚が自分の中にはあります。

卒業後は保育園に就職する中で、自分の考えを持ちながら、周りとの交流を通してさらにブラッシュアップさせ、保育に活かせていけたらと考えています。就職試験の面接で、一番熱く語ったのが卒業研究についてでした。言語化することで、自分はこんな思いで保育に向き合っていたんだと改めて認識することができました。

ぜひ卒業研究では、自分の過ごした4年間と、じっくり向き合ってみてください。



卒論発表会の様子

Introduction サークル活動



カーリングサークル

部員数：約50名

活動日：毎週月・火曜日の
どちらか1日

場 所：サンピラー交流館
(カーリングホール)



〜サークルとしての目標〜

目標は「みんなで楽しく、仲良く、笑顔でサークル活動を続けられるようにする!」です。
受賞歴などはありませんが、令和4年度から名寄カーリング協会主催のランキング戦に参加しています。

〜サークルを通じての学び〜

カーリングは、まだまだ知られてないスポーツであることや、できる場所が限られているため、名寄市立大学ならではの貴重な体験ができています。

また、実際にオリンピックなどで活躍している選手のようにプレーすることはなかなかできず、ものすごく難しいということが身をもって体感することができます。

〜サークルの雰囲気〜

全国レベルの技術を持つ市役所の職員の方にやさしく教えてもらいながら練習できるので、未経験者でも楽しく活動ができます!

(というか、経験者はなかなかいないはずですよ。笑)

最初は氷の上に立つのも一苦労、少し経験を積んだメンバーも転ぶことが多々あり、みんなで笑い合うという場面が多々あります。

とにかく楽しく活動しています!!

〜コロナ禍の状況〜

昨年まではコロナの影響、また、学外での活動のため、人数が集まらなかったり、指導してくれる方との関係で中々サークル活動自体をすることができませんでした。

しかし、最近は毎週サークル活動を行うことができ、以前は5〜6人ほどしかいなかった参加者も10人、時には20人と集まるようになり、コロナの影響を感じないような活動ができています!