2022 年度

聖路加国際大学
国際・地域連携センター
PCC 開発・地域連携室

<活動報告書>

People
Centered
Care

■聖路加健康ナビスポット：るかなび

事　　業　　主：射場典子[*1]
事業共同メンバー：大田えりか[*1] 中村めぐみ[*1] 鈴木貴子[*1] 山田雅子[*1] 亀井智子[*1] 増澤祐子[*1]
西村恵理奈[*1] 西本葵[*1] 佐藤晋巨[*1] 中西朋子[*1]
事 業 対 象：　一般市民
利用人数（年間のべ人数）：4,443 名
開催（実施）回数（年間回数）：計　242 回
開　　催　　日：夏季休暇・年末年始を除く　月～金　9 時半～17 時

【事業目的】

市民一人一人が主体的に自分の健康生活を創り守るために、市民と看護職がパートナーを組み、地域に開かれた健康情報サービス活動を展開する。

【事業内容】

るかなび開設 18 年目、PCC 開発・地域連携室となって 4 年目となり、地域連携活動の拡大を図っている。新型コロナウイルス感染防止対策を順守しながら、市民の健康維持につながる活動を展開した。るかなびの運営は、るかなび運営会議メンバー10 名（看護教員 7 名、看護師 1 名、司書 1 名、事務員 1 名）と、今年度より聖路加国際病院から本部署へ異動してきた看護師 1 名で行い、聖路加国際病院所属のボランティアによる活動は休止のままとなった。一方、本学学生 9 名が新たにボランティア登録し、随時イベント等の運営を協力している。

今年度のサービス活動への総利用者数は 4,443 名で、中央区コロナワクチン集団接種が同建物で行われており、その前後に立ち寄る人もいた。

＜健康チェック＞

例年同様、骨密度・体組成・握力を有料で測定し、看護師が結果のフィードバックを行った。ワクチン接種のついでに初めて利用する人が増え、以降リピーターになる人もいた。在宅ワークへの移行や外出機会の減少から運動不足、筋力低下、体重増加を自覚している人が多くなっている一方で、定期的にこの場を利用して自己管理している人も少なくなかった。

＜健康相談＞

よろず健康相談は、今年度より鍼灸師の資格をもつ看護師が異動してきたこと、コロナ禍も相まって心身の不調に悩んでいる人も多いと考え広報を強化したところ、総数 97 件と昨年度の 1.4 倍に増加した。専門看護相談は、新たに「慢性疾患との付き合い方」「からだの不調との付き合い方」「遺伝に関する悩み」「心の悩み・睡眠障害」「自分や家族の治療や意思決定について」「死別に関する不安や悲しみ」が加わり、16 領域となり、三つ折りパンフレットを作成した。来談者総数は 45 名であった。

また、コロナ禍での協力をきっかけに、地域がん診療連携拠点病院との連携として聖路加国際病院がん相談支援室の看護師不在時に、るかなびのがん看護専門看護師が電話相談対応を継続し、49 件に応じた。

＜イベント＞

新たな試みとして、5 月から鍼灸師の資格をもつるかなび看護師による「セルフケア講座：自分の体の声を聴いて感じて自分でできる養生法を見つけよう」を毎月、聖路加国際病院理学療法士による「運動講座」を隔月開催し、いずれもリピーターが増えている。また感染拡大防止を考慮しつつミニコンサート（楽器演奏のみ）を再開したところ、大変好評だった。市民による講座として、障害のある人に学ぶ「誰もが暮らしやすい社会をめざして」、「みんなで考える環境対策」エコな生活雑貨の紹介も行った。るかなび内でのイベントへの参加者総数は 351 名とかなり増加した。

地域連携活動としては、中央区社会福祉協議会主催の「ちょこっと相談会」をるかなび内で毎月続けた。子ども対象の「からだのおはなし会」は、新設された福祉協議会多世代交流スペースで毎月共同開催した。

[*1] 聖路加国際大学

また、区内の敬老館、児童館、保育園にて出張講座を開催した。るかなび外での出張イベントへの参加者総数は 113 名だった。中央区健康福祉まつりには本学学生 9 名と共に参加し、健康クイズラリー、血圧・握力測定、ロコモーショントレ－ニングの紹介などを企画・実施し、およそ 200 名が訪れた。

健康・介護福祉用具の企業展示は今年度も見合わせた。

＜図書閲覧サービス＞

年間 242 日間オープンし、図書利用は年間延べ 1,700 冊（うち闘病記 184 冊）・雑誌 176 冊であった。コロナワクチン接種の関連でるかなびに訪れる人が増えたため、利用者状況をみながら関心が高いと思われる図書の配置を工夫した。子どもにも聞きながらからだに関する図書の充実を図った。

＜教育活動＞

今年度は、コロナワクチン未接種学生（学部 1 年生 6 名・学士 3 年生 3 名）のコミュニケーション実習を初めて受け入れた。例年同様 PCCN 論「自分の生活と健康」の演習で殆どの学生が何らかの測定に訪れた。また、サービスラーニングを選択した学生 21 名、ニューロサイエンス看護学の院生 2 名の演習を受け入れた。

＜研究活動＞

2022 年度は、養生法講座の試みと実績をまとめ、大学紀要に掲載した。

【満足度調査 0-10 数式尺度】

満足度：平均 9.4

【今年度の業績】

＜論文＞

a． 鈴木貴子・中村めぐみ他：市民が自分の健康を創り守るための養生法講座の試み
—東洋医学的な考え方を取り入れて—、聖路加国際大学紀要 Vol.9、2023

＜発表＞

a． 中村めぐみ・髙橋恵子：医療系大学が地域に開いた専門看護師によるがん相談の実践報告
～共有意思決定支援に焦点をあてて～，第 27 回聖路加看護学会学術大会、2022 年 9 月

b． 射場典子：地元創成看護学の実装－教育・研究・社会貢献の循環　市民向け健康情報サービス「るかなび」の実装，第 42 回日本看護科学学会学術集会、2022 年 12 月

＜その他＞

a． 中村めぐみ：地域・在宅看護論　教材インタビュー、2022 年 5 月

b． 大田えりか・射場典子・中村めぐみ：東京大学グローバルリサーチセンターより見学者 7 名、2022 年 11 月

c． 射場典子・中村めぐみ：中央区協働ステーション主催：ケーブルテレビ「地域を支える活動」にて、るかなびを収録 2022 年 11 月

d． 中村めぐみ：厚生労働省「地域包括ケアを支える看護職員活用に係る調査事業」へのヒアリングへ協力、2022 年 12 月

【写真】

＜るかなび健康講座＞

<るかなびミニコンザート>

<出張からだのおはなし会>

<健康福祉まつり>

<保護者対象 出張リフレッシュタイム講座 児童館にて>

■ 多世代交流型デイプログラム聖路加和みの会

事　業　主：　亀井智子*1
事業共同メンバー：川上千春*1、原田智世*1、板橋みずほ*1、猪飼やす子*2
事 業 対 象：区内小中学生、および 65 歳以上高齢者
利用人数（年間のべ人数）：74 名
開催（実施）回数（年間回数）：計 17 回
開催日：2022 年 4 月 15 日、22 日、5 月 13 日、20 日、27 日、6 月 17 日、24 日、7 月 1 日、8 日、15 日、10 月 21 日、12 月 9 日、23 日、2023 年 1 月 20 日、27 日、3 月 3 日、17 日

【事業目的】

都市部地域における小中学生と高齢者の互恵的ニーズにもとづく世代間交流の機会の提供、および地域共生社会としてのソーシャルキャピタルの醸成、ならびに世代間交流看護支援の開発。

【事業内容】

「聖路加和みの会」は、発会以来 15 年が経過した。本プログラムは都市部における高齢者と小中学生の世代間交流プログラムであり、交流を通して互恵的ニーズを充足するとともに、高齢者と子ども世代のヘルスプロモーション、高齢者から子供世代への世代継承、子どもにとっての高齢者理解、これらによるソーシャルキャピタルの醸成を目指している。

2022 年度は、7 月に到来した SARS-Cov2 感染流行の第 7 波、年末のオミクロン株の流行に警戒しながら、4 年ぶりに年間を通しての対面開催となった。感染拡大を予防しつつ他者との社会的交流を行う「新しい生活様式」が浸透し、マスク着用とソーシャルディスタンスを確保しながら計 17 回実施した。運営は、本学教員 5 名、プログラムボランティア 3 名、地域ボランティア 4 名で行った。

参加登録者数は子ども 3 名（小学 3・4 年生）、高齢者 3 名、参加者の平均年齢は、高齢者 76.0(SD 10.4)歳、子ども 9.7 歳(SD 0.6)歳であった。高齢者の参加期間は平均 7.7（SD 7.5）年で、利用者満足度の年間平均点は 9 点（10 点満点）であった。今年度は老年期うつ病評価(GDS-15)尺度は、来所が不定期であったため評価を行えなかった。

新型コロナ感染症拡大により、プログラム開催時間を 14 時～16 時 30 分に短縮したが、感染状況を見ながら 17 時まで開催したときもあった。前半は高齢者の健康チェック、高齢者向けプログラム（フリートーク、書道、あみものなど）、小学生が参加する後半は、前半の続きや、季節の行事、交流ゲームなど、小学生の意向を取り入れながら進めた。小学生の下校後は、高齢者がプログラムの全半で作成した作品を見せたり、作り方を教えたりして、共に教え－教えられるという関係性が作られていた。最後に互いに完成した作品を披露して感想を出し合い、途中から参加した小学生が高齢者と同じ時間に作品を作り終えると、高齢者から感嘆の声が上がっていた。再開したおやつ作りや盆踊りなどのプログラムでは、高齢者が子どもに教え、互いに自然と会話が弾む時間があり、会場全体を使った動きのあるプログラムは交流が促進されていた。今年度から参加した高齢者からは、「世代が離れた子どもと触れ合う機会が少ないためこのような機会がとても貴重」との声があった。また、暫く欠席していた小学生が再びプログラムに参加したが、この間の成長を喜ぶ瞬間もあった。本プログラムにより、都市部在住の高齢者と小学生の世代間交流の機会が促進され、高齢者と小学生の心身の健康に良い意義があると考えられた。一方、小学生の授業時間の延長に伴い参加時間が少ない日もあり、コロナ禍による新規参加者の募集を見合わせていた関係で、参加者が少数となっている。そのため、新規参加者のリクルートを再開していきたいと考えている。

教育活動では、今年度は学部 4 年生の高齢者ヘルスプロモーションにおいて、世代間交流看護支援実習を再開できた。プログラムの企画・運営を学生が行い、世代間交流支援を学修する良い機会となった。

研究活動では、6 月に「NPO 法人　高齢者を支える学際的チームアプローチ推進ネットワークカンファランス東京」にて和みの会について講演を行ったり、9 月に日本世代間交流学会第 13 回全国大会を本学で主催するなど、世代間交流の発信を進めた。

本学学園祭では、参加者・ボランティアが作成した品を出店し、物販を行い、学生や地域の人々と交流する機会が再開した。これまでに作成していた制作物を出品したが、今後の活動への張り合いにつながった様子

であった。また、近隣企業である AUTODESK より、伐採後の木材を利用した企業の社会貢献活動として、世代を問わず遊ぶことができる知育パズルの寄贈を受けた。高齢者と小学生がペアで取り組む姿が見られ、企業にとっても満足度の高い活動となっていた。

【満足度 0-10VAS】

満足度：高齢者平均 8.7（SD 0.7）点、小中学生平均 8.8 点（SD 1.4）点

【今年度の業績】

a. 亀井智子.(2022). サステナブルな世代間交流とコミュニティづくり,第 13 回日本世代間交流学会全国大会大会長講演.
b. 亀井智子.(2022). 多世代交流と PCC 看護支援－看護系大学の取り組み, NPO 法人高齢者を支える学際的チームアプローチ推進ネットワーク 2022 年度第 1 回カンファランス東京.
c. 亀井智子.(2022).世代間交流 Q&A, NPO 法人高齢者を支える学際的チームアプローチ推進ネットワーク 2022 年度第 2 回カンファランス東京.

【写真】

AUTODESK 様ご寄贈の知育パズルで世代間交流

実習生らと世代間交流おやつ作り

五七五による世代間交流言葉遊び

---

*1 聖路加国際大学大学院老年看護学　*2 聖路加国際大学認知症看護認定看護師教育課程・老年看護学

■赤ちゃんがやってくる

事　　業　　主：片岡弥恵子[*1]
事業共同メンバー：土屋麻由美[*2]、堀内成子[*1]
事　業　対　象：これから兄姉になる子どもとその家族
利用人数（年間のべ人数）：　0 名
開催（実施）回数（年間回数）：計　0 回
開　　催　　日：　-

【事業目的】

新しく赤ちゃんを迎える家族、特に兄弟が、妊娠・出産・新生児について学び、赤ちゃんを迎えるこころの準備ができる。子どもたちが、生命の誕生について学び、自分の生・性を大切にすることができるようになる。

【事業内容】

＜活動内容＞

地域の開業助産師との協働で「赤ちゃんがやってくる」のクラスを実施している。「赤ちゃんがやってくる」は、新しく子どもが生まれる家族、特に兄姉になる子どもたちに対して、「あかちゃんが生まれるってどういうこと？」「なぜ、あかちゃんが生まれるの？」「あかちゃんとは？」などについて学習し、新しく家族を迎えるための準備クラスである。また、親が上の子どもたちにどのように接したらよいかを話し、赤ちゃん返りへ等への不安を軽減することもできる。さらに兄姉になる子どもたちが、新しい生命の誕生を通じて、自分の生・性を大切にすることができるよう働きかけると同時に、母親や父親が、今後子どもたちと性に関する話ができるきっかけとなっている。

＜活動成果＞

2022 年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、年間 8 回開催予定のすべてのクラスが中止となった。

＜今後の課題＞

2023 年度は、「赤ちゃんがやってくる」クラスを対面またはオンラインを視野に入れ、開催について検討する。

[*1] 聖路加国際大学　[*2] 麻の実助産所・所長

■子どもと家族中心のケア 子どもの健康、知ろう、考えよう
～子どもの健康を家族と考える学習・交流会～

事　　業　　主：小林京子[*1]
事業共同メンバー：西垣佳織[*1] 福冨理佳[*1] 賀数勝太[*1] 山本光映[*2] 東飛鳥[*2]
事　業　対　象：原則、中央区在住している子どもやそのご家族と、中央区にて勤務している子どもに関連した保健、福祉、教育等に従事している人々（保育士、家族など）
利用人数（年間のべ人数）：83 名
開催（実施）回数（年間回数）：計 2 回
開　　催　　日：2 月 6 日、3 月 17 日

【事業目的】

中央区在住の子どもやそのご家族、子どもに関連した保健、福祉、教育に従事している人々との交流や学習会を通して、子どもの健康をサポートするためのネットワークを広げる

【事業内容】

<活動内容>

2023 年度は対面と web の両方を使ったハイブリッド式での開催で、2023 年 2 月・3 月に開催した。2 月は「元気に育つための子どもの口の常識・非常識」とした歯の健康について歯科医師、歯科衛生士を講師に招き web 配信と会場（学内）での参加で実施した。3 月はこれまでの専門職を招いた会とは異なった趣向で障がいを持つ当事者の方と訪問看護師をお招きし「障がいのある子どもの生活を知ろう！」題して、障害を持ちながら自立していく子どもと家族の力強さ、市民が障がいを持つ子どもと家族に何ができるかを考える会を開催した。例年よりは開催回数が少なかったものの、のべ 83 名に参加していただいた。

【VAS：満足度調査 10 点満点】

9.0

【今年度の業績】

該当なし

[*1] 聖路加国際大学　[*2] 聖路加国際病院

■天使の保護者ルカの会-お空の天使パパ＆ママの会-

事　　業　　主：堀内成子[*1]
事業共同メンバー：蛭田明子[*2]　石井慶子[*3]　星野浩二　山本恭子　太田尚子[*4]
事　業　対　象：流産・死産・新生児死亡で子どもを亡くした両親とその家族
利用人数（年間のべ人数）：34 名
開催（実施）回数（年間回数）：計６回
開　　催　　日：４月９日、5月 14 日、6 月 11 日、9月 11 日、10 月 8 日、11 月 26 日、12 月 10 日、1 月 28 日、2 月 25 日、3 月 11 日

【事業目的】

周産期に子どもを亡くした両親を対象に、思いを語り合い、分かち合う場を提供し、グリーフへの支援を行う。また、ペリネイタル・ロスに関心のある医療者や学生が、両親の体験や思いに触れ、両親に対する支援や態度などを考える機会を提供する。

【事業内容】

今年度は夏にCOVID-19感染者が急増し、7月と8月のお話会1回を中止とした。しかし、その他は毎月開催し、全10回のうちお話会が９回、手作りの会が1回であった。感染予防の対策は2020年度以来継続して同様に行い、お話会の最大人数を6名、開催時間を2時間で実施した。2－3名の参加人数の場合には、お話会の開催時間が2時間と通常より短いことに問題はなかった。しかし6名と多い場合には、2時間の開催時間では短く、話したいことが十分に話し合えないという意見もあった。感染の状況にもよるが、2023年度にCOVID-19に対する国の方針が変わることから、次年度は参加人数によっては、お話会の時間を従来の3時間程度に戻していくことを検討する予定である。

今年度の新たな試みとして、お子さんを亡くした後に妊娠中/出産をされた方を対象としたお話会を２回企画した。１回はCOVID-19の状況を考慮して中止としたが、４名の申し込みがあり、開催できた１回には２名が参加した。多くはないが、他のお話会と比べて同様の申し込み状況であり、ニーズはあると思われた。特に、現在妊娠中の方にとっては、出産を前に抱えるもやもやした気持ちや不安を話せること、お子さんを亡くしたときの気持ちと安心して向き合う時間を得られたことがよかった点としてアンケートに記載があった。開催できなかった回も含めると、次のお子さんを妊娠中の方の申し込みが多く、通常の妊婦健診では語れないことを語り合える場として、貴重な機会となりうるのではと推測された。そのため、2023年度にも次の妊娠中/出産をされた方を対象としたお話会を２回開催することとした。

この数年の傾向として、参加される方の背景が多様であり、参加される方どうしで共鳴する糸口が見つかりにくいことがある。このような場合に、ファシリテーターの力量に加えて、喪失から時間の経った体験者スタッフが、今この時に何を話せばよいかを非常によく考え、アシストする場面が増えている。最初は当事者としての参加であった方が、長年この事業にスタッフとして協働しながら、体験者スタッフとしての力をつけて、すべてのスタッフが有機体として機能していることを実感している。2024年には本事業を開始してまる20年となるため、2023年度には、2024年度に迎える20周年に向けて企画の立案を進めていくことを検討している。

周産期のグリーフケアを学びたい医療者や学生の参加について、COVID-19で参加人数を制限しながらの開催である中、受け入れが難しいこともあるが、今年度は１名の修士課程の助産師学生の研究に協力した。研究のテーマは本事業のグループ運営におけるスタッフの配慮であり、結果は聖路加国際大学博士前期課程の課題研究としてまとめられた。

本事業の社会貢献としては、自治体や職能からの問い合わせや要望に応じて、2022年度も講師として研修会を行った。また、依頼があり、市区町村のホームページにリンクを貼っている地域が関東以外にも広がっている。本会の配布物の問い合わせも、当事者の方、医療者含めて102件あった。2023年度も引き続き、当事者の方への直接のサポートと共に、地域でのサポートの拡がりに貢献する活動を続けたい。

【満足度調査0-10数式尺度】

平均9.4点

【今年度の業績】

<その他-学外発表->

a. 流産や死産　注目される心のケア　NHK 高松放送局ゆう６香川（2022 年７月）
b. ペリネイタルロスのグリーフケア．ペリネイタルケア 2022 年夏季増刊号,pp.185-191
c. 神奈川県湘南助産師会主催「流産・死産後のケアを再考する」講師（2022 年９月３日）
d. 第 37 回日本女性医学学会学術集会スポンサードセミナー「周産期喪失を経験した女性が求める支援のニーズ」シンポジスト（2022 年 11 月 13 日）
e. 全国助産師教育協議会　中部地区研修会「周産期のグリーフケア」講師（2022 年 11 月 20 日）
f. 家族の会・グリーフサポートの紹介（天使の保護者ルカの会）．家族への寄り添い方がわかる赤ちゃんへのエンドオブライフケア・グリーフケア Q&A．With NEO（2022）．35（6），pp.118-119
g. 府中市保健センター研修会「周産期に子どもを亡くした両親への支援」講師（2022 年 12 月１日）
h. 岐阜県市町村保健活動推進協議会保健師部会西濃・揖斐地区合同研修会「流産死産の悲嘆と心理社会的支援」講師（2022 年 12 月 15 日）
i. 横須賀市人権啓発講座人権セミナー「沈黙に埋もれる悲しみ～出産の前後の子どもの死をめぐる家族の想い」講師（2022 年 12 月 20 日）
j. 日本産婦人科医会主催　母と子のメンタルヘルスケア研修会「周産期に子どもを亡くした両親への支援」講師（収録）（2022 年１月）

<記事掲載>

【写真】

---

*1 聖路加国際大学　*2 湘南鎌倉医療大学　*3ART 岡本ウーマンズクリニック、体験者、公認心理師、生殖心理カウンセラー，社会福祉士　*4 静岡県立大学

■天使の保護者ルカの会グリーフカウンセリング

事　業　主：堀内成子*1
事業共同メンバー：石井慶子*2　堀内ギルバート祥子*3
事 業 対 象：①流産・死産・新生児死などで子どもを亡くす体験をした家族（母親、父親，兄弟，祖父母）②グリーフケアに悩む看護職
利用人数（年間のべ人数）：115 名
開催（実施）回数（年間回数）：計　99 回
開　催　日：4/6・13・20，5/11・18・25，6/1・8・15・29，7/6・13・20・27，8/17・24・31，9/7・14・21・28，10/12・19・26，11/11・16・30，12/7・14・21，1/25，2/8・15・22，3/1・8・15・22

【事業目的】

① 流産・死産・新生児期にあらゆる理由でお子さまを亡くされた母親・父親・夫婦・家族を対象にカウンセリングを通して精神的ケア行なう。グループから個人カウンセリングへの速やかな連携・継続的対応により、相談者（体験者）の心理的負担を軽減する。

② 周産期の死別に立ち会う機会の多い看護職のためのグリーフサポートを行い、周産期喪失のケアに悩む看護職の心理的負担を軽減する。

【事業内容】

2022 年度は、グリーフカウンセリングを開始してから、13 年目を迎えた。運営メンバーは、実施と記録保管にかかわる教員 1 名・客井研究員（公認心理師）1 名と、カウンセリングコンサルタントの臨床心理学博士 1 名である。昨年に引き続き、コロナ対策としてオンラインによるカウンセリングと対面カウンセリングの 2 形態で実施した。

・2022 年度の実施回数は、99 回、利用者総数は、115 名（女性 98 名・男性 17 名）、カップルの来談は 16 件であった。男性のみの来談は、1 件と例年と変わらず少なかった。利用者数は前年比 51%増加した。利用者の平均年齢は、女性 38 歳・男性 40 歳であった。

・開催形態別では、オンライン 41 回（zoom）、対面 55 回であった。コロナ禍にもかかわらず、予約段階では、初回面接を対面で希望するケースが少なくなかった。

・利用回数別では、初回 58 件、2 回目 16 件、3 回目 7 件、4 回目以上が 18 件であり、複数回以上の利用は増えてきている。

・来談に至る経緯では、HP の検索によるものが多かった（37 件）が、医療機関や医療スタッフからの勧めによるものは 14 件で、保健所（自治体）から紹介されたケースが 2 件あった。

・不妊治療経験者は、65 件（65%）で、前年比 2 倍以上に増加していた。

・体験内容：利用者の体験内容では、流産 33、死産 41、新生児・乳児・幼児死 7、人工死産 22（前年比 51%増）である。これらのうち複合的な喪失体験者は 23 件であった。

・現在妊娠中の相談が 1 件あった。また、過去の来談後に、妊娠出産報告としての面談が 3 件あった。このうち 1 件は、重い産後うつの可能性があり、医療機関の受診を勧めたところ、受診し治療を開始した。

・開催後の利用者満足度アンケートは、本年度も、アンケートフォームによる WEB アンケートを実施し、62 件の回答（回答率 62.6%）を得た。（全体満足度を含む 6 項目：10 段階と自由記述）
その平均値は、全体満足度：9.35，話したい事が話せたか：9.03，カウンセラーの対応：9.47、カウンセリング環境：9.27、予約手続き：9.44、料金設定：9.18　であった。全体満足度の面接形態別の結果は、対面：9.38、オンライン：9.32 であった。

・オンライン面接では、昨年同様、来談が難しい遠隔地からの利用があった。その一方で、対面カウンセリングを強く希望するケースもあった。

・精神医療受診中のケースは 23 ケースで、予約・受診待機中（未受診）は 3 件であった。コロナ禍で、精神科・心療内科の予約が取りにくくなっているという来談者の声が印象的であった。

・コロナ感染症により急死した小児のケースや、妊娠中に感染していたケースなどが印象的であった。

・相談内容では、児を亡くした悲嘆のほかに、

① 複数回の流産経験からくる不安をはじめとしたさまざまな「不安」

② コロナ禍における、感染不安、社会不安

③ 流産や死産を契機として、フラッシュバックした過去の親族の死別悲嘆

④ 精神科受診の相談

⑤ 次の妊娠に関する話題

⑥ 夫婦関係では、コロナ禍の在宅勤務がもたらすストレス、パートナーの精神状態

⑦ 就労上の困難（産休明けの職場復帰の困難、休暇の延長に関する相談、退職・転職）

などがあった。

・担当カウンセラー（石井）は、関東圏の自治体の依頼を受け、周産期の喪失についての講義をした。

・広報活動では、従来のルカの会と連動したパンフレットの配布やＨＰ運営のほかに、ツイッターによる活動発信（日程等の紹介）を行った。[1]

【満足度調査 0-10 数式尺度】

平均　9.35 点（対面 9.38，オンライン 9.32）

【今年度の業績】

<学会発表>

a.　"第 27 回聖路加看護学会学術大会「絆をつむぐ周産期グリーフケアの実装:看護職リトリート・プログラム開発」"

<その他>

a.　杉並区高井戸保健センター講演「ペリネイタルロスにおけるグリーフケア」～地域の保健師の役割を考える（2022 年 7 月 22 日）

b.　2022 年度厚生労働省委託事業日本助産師会主催 不妊症・不育症のピアサポーター等の養成研修　ピアサポーター向け講義「グリーフケアについて」（2022 年 7 月 2023 年-3 月オンデマンド）

c.　2022 年度厚生労働省委託事業日本助産師会主催 不妊症・不育症のピアサポーター等の養成研修　医療者向け講義「グリーフケアについて」（2022 年 7 月-2023 年 3 月オンデマンド）

d.　日本生殖心理学会主催：生殖心理カウンセラー養成講座・生殖医療相談士養成講座講義「グリーフケアの基本」「流産・死産を経験する患者への援助」「不妊生殖のグリーフセラピー」(2022 年 8 月-11 月オンデマンド)

e.　千葉県令和 4 年度第 4 回母子保健指導者研修会「流産・死産のグリーフケア」（2022 年 1 月 31 日）

f.　日本医師会令和 4 年家族計画・母体保護法指導者講習会「中絶を含む周産期喪失の悲嘆ケアと支援体制」（2022 年 12 月 3 日）

g.　神奈川県令和 4 年度性と健康の相談支援者研修会「流産や死産した女性へのグリーフケア」（2022 年 12 月 12 日オンデマンド）

h.　岐阜県市町村保健活動推進協議会保健師部会西濃・揖斐地区合同研修会「流産死産の悲嘆と心理社会的支援」(2022 年 12 月 15 日)

i.　令和 4 年度埼玉県不妊症・不育症ネットワーク事業者研修会「流産死産のグリーフについて」（2023 年 1 月-2 月オンデマンド）

j. 1 月 品川区令和 4 年度ネウボラ相談員研修会「周産期喪失を経験された方への支援」

<記事掲載>

なし

---

*1 聖路加国際大学

*2 聖路加国際大学看護学研究科客員研究員　ART 岡本ウーマンズクリニック　公認心理師　生殖心理カウンセラー　がん・生殖医療専門心理士

*3 米国カリフォルニア州 Kaiser　Permanente　精神科　心理療法士　臨床心理士・臨床心理博士

■ 事業名　からだフシギ支援事業

・・・

事　　業　　主：大久保暢子[*1]
事業共同メンバー：菱沼典子[*2]、瀬戸山陽子[*3]、村松純子[*4]、白木和夫[*5]、渕純子[*6]、三宅美千代[*7]、原山千咲[*8]、ナムーラミチヨ[*9]、島田恵[*10]、市川一幸[*8]、中村めぐみ[*1]、高橋恵子[*11]、倉野かおり[*12]、渡辺爾子[*13]、舟久保恵美[*12]、弘田恵子[*14]
本学学部生　部活動「からだフシギ」メンバー
事　業　対　象：　5-6 歳児と保護者、幼稚園・保育園関係者、子育て支援に関心がある市民
利用人数（年間のべ人数）: 75 名
開催（実施）回数（年間回数）: 計 10 回
開催日：4 月 24 日、5 月 22 日、8 月 21 日、9 月 11 日、9 月 15 日、11 月 20 日、1 月 29 日、2 月 19 日、3 月 5 日、3 月 12 日、

・・・

【事業目的】

健康情報の基本である体についての知識を国民皆のものにすることによって、市民の主体的な健康生成を促進することを大きな目的とし、21 世紀ＣＯＥ終了後も、聖路加看護大学からだ教育研究会を立ち上げて、2014 年に NPO 法人を設立し、活動を続けている。本年の本事業では、5-6 歳児とその保護者に体の知識を伝え、またお話し会を実施する人材（からだ先生）の育成プログラムを実施し、からだ先生の育成を行う。

【事業内容】

a.　**子どもとその家族を対象としたお話会の開催**

例年、保育園等でのおはなし会を行っていたが、COVID-19 の感染予防の観点から、おはなし会は実施しなかった。しかし「るかなび」や三重県の NPO「こどもスペース四日市」、逗子市図書館で、からだ先生研修会を修了した“からだ先生”達により、通常の活動の中にからだのおはなし会を組み込んで実施したという報告を受けている。

b.　**からだ先生研修会・からだ先生交流会の開催**

「からだ先生」研修会をオンラインで８回開催し、保育士、図書館司書、看護師、助産師等、56 人が参加、「からだ先生」になった。また今年度は，昨年度あげられた、からだ先生の活動を共有したいという課題に対し、「からだ先生」交流会を試みた。2 回開催し 19 名が参加、「からだ先生」の活動について情報交換を行った。

からだ先生研修会

①　第 13 回：5 月 22 日 オンライン開催にて 7 名の参加
②　第 14 回：8 月 21 日 オンライン開催にて 8 名の参加
③　第 15 回: 11 月 20 日 オンライン開催にて 7 名の参加
④　第 16 回: 2 月 19 日 オンライン開催にて 7 名の参加
⑤　第 17 回: 3 月 5 日 オンライン開催にて 6 名の参加
⑥　第 18 回: 3 月 12 日 オンライン開催にて 6 名の参加
⑦　第 1 回グループ研修: 9 月 15 日 オンライン開催にて 7 名の参加
⑧　第 2 回グループ研修: 1 月 29 日 オンライン開催にて８名の参加

からだ先生交流会

[*1] 聖路加国際大学　[*2]NPO 法人からだフシギ理事長・聖路加国際大学名誉教授　[*3] 東京医科大学
[*4] BABY in ME　[*5] 鳥取大学名誉教授　[*6] 元幼稚園教諭　[*7] 聖路加国大学大学院修了生　[*8] 保育士
[*9] フリー絵本作家　[*10] 看護師、保育士　[*11] 埼玉県立大学　[*12] 保健師　[*13] 聖路加国際病院
[*14] 助産師、保育士、絵本専門士

① 第１回：4 月 24 日　オンラインでの開催にて 12 名の参加
② 第２回： 9月 11 日　オンラインでの開催にて７名の参加

c. からだフシギダンスの踊り方編の作成

昨年公開したからだフシギの踊りの踊り方について、ダンスの専門家によるビデオを作成し、You Tube で配信した。

d．からだＴシャツの改良版作成

昨年度より試みてきたからだＴシャツの改良版が完成し、添付する解説書を作成した。実用新案を申請し、販売、レンタルを検討していく。

①活動内容

本年度も、「紙芝居と絵本を用いたお話会」は COVID-19 の感染防止を考慮し、開催を計画しなかった。

「お話会を実施する人材育成のプログラム」は、昨年度に続き、オンライン開催で実施した。オンラインのため、全国から参加者があり、また参加者の子どもが同席することによって、子どもへの伝達ができた一方で、子どもの反応を見ることができ、効果的であった。申し込み者が多数となったため、研修会の開催回数を増やし、また 8 名の参加者が既にグループになって申し込まれる場合のグループ研修を新たに設け、2 件の利用があった。

プロジェクト会議は定期的に計 8 回行い、さらに適宜、小会議もオンラインで開催した。研修会や交流会の計画の他、からだ T シャツ解説パンフレットの検討等を行った。その他、からだ T シャツ改良版の作成班の会議、からだフシギの踊り方のビデオ作成、依頼を受けて市民向けの講演会の講師など、メンバーがそれぞれに活動した。

本学の学生による部活動「からだ・フシギ部」は COVID-19 禍で活動が中止となっていたが、「からだのおはなし会」が昨年度より本学 PCC 事業の一つである「るかなび」で始まり、今年度より中央区社会福祉協議会の多世代交流スペースで毎月開催され、その場に学生も参加した。

②活動成果

本学 PCC 事業として「からだのおはなし会」を開催したことで、対面での紙芝居の実演および様々な教材を用いたからだ教育ができた。この実演には、学部生のサークルも参加し、市民へのからだ教育とともに、学生への教育や地域活動への参与につなげることができた。

「からだ先生」の人材育成プログラムに 56 名が参加し、「からだ先生」は 225 名になった。からだ先生が各地で独自の活動を拡げていることが交流会でも示され、活動の広がりを見せている。教材作成にも継続的に取り組み、からだフシギの踊り方のビデオを公開し、からだ T シャツもリニューアルできた。これら成果物は、今後の本プロジェクト活動に大きく役立つ教材になると予想できる。

③活動による貢献（意義）

今年度は「るかなび」と社会福祉協議会との共同企画としてからだのおはなし会を定期開催し、中央区立保育園でも 4～5 歳児 28 名を対象に実施し、区立児童館や地域の高齢者向けサロンでも試みた。多世代交流スペースでは家族や大人の参加もあり、市民へのからだ教育への意義が感じられた。からだ先生人材育成プログラムの参加者が全国に及び、子どもへのからだの知識の普及ならびに国民のヘルスリテラシー向上に貢献できていると考える。

④今後の課題

モデルケースとして中央区でのからだのおはなし会をより普及させ、区民のヘルスリテラシー向上、健康づくりに貢献できるように自治体と連携し、具体的な活動を計画していく必要がある。学部生の部活動とともに「るかなび」とも協力もしながら進めていく。

⑤　満足度：平均 9.2 点

【今年度の業績】

＜学会発表＞

a. 菱沼 典子, 瀬戸山 陽子, 村松 純子, 原山 千咲, 渕 純子, 島田 恵, 白木 和夫:年長児にからだを教える「からだ先生」の活動、第 69 回日本小児保健協会学術集会ポスター発表、 2022 年 6 月 24 日

b. 瀬戸山 陽子, 村松 純子, 原山 千咲, 菱沼 典子, 渕 純子, 島田 恵, 白木 和夫:5 歳児がからだを学ぶ健康教育プログラム「からだのお話会」の開催を目指した、「からだ先生研修会」の展開、 第 69 回日本小児保健協会学術集会ポスター発表、 2022 年 6 月 24 日.

＜その他＞

a. 菱沼典子：5 歳児にからだを教える、第 69 回日本小児保健協会学術集会教育講演，6 月 26 日.

b. 菱沼典子、渕純子：～ からだフシギ～　子どもに教えたい大切な「からだ」のこと，文京区男女平等センター・女性団体連絡会研修会，8 月 20 日.

c. 菱沼典子：「医療的ケア児と健康教育」じぶんのからだを教える活動～みんなちがってみんないい～，文京区立保育園看護師研修会，12 月 6 日.

d. 菱沼典子、瀬戸山陽子、渕純子：～ からだフシギ～子どもと体について話す，世田谷区たまごの家・ひこばえ広場・からだフシギ共催講習会，1 月 28 日.

【写真】

《NPO 法人からだフシギブログからの引用掲載》http://npokarada.blogspot.com/

からだ先生交流会

2022 年 4 月 24 日
第 1 回からだ先生交流会

からだ先生のオンライン研修会の風景

2
第

学生サークル「からだフシギ」:「からだのおはなし会」にて

2022 年 8 月 25 日
るかなびでのからだのおはなし会

2023 年 2 月 24 日
多世代交流スペースでのからだのおはなし会

■家で死ねるまちづくり　はじめの一歩会支援事業

事　　業　　主：山田雅子*1
事業共同メンバー：
篠原良子（会長：中央区環境保全ネットワーク顧問）
勝田高之（副会長：一般社団法人セルフケア・ネットワーク理事）
麻原きよみ*1（会計）
事　業　対　象：　中央区在住か、中央区にご縁がある方
利用人数（年間のべ人数）：144
開催（実施）回数（年間回数）：計 13 回
開催日　4/9、5/14、6/9、7/9、8/10、9/10、10/15、11/12、12/10、1/14、2/17、3/11・18

【事業目的】

中央区において「家で死ねるまちづくり」の実現を目指しているボランティア団体「はじめの一歩の会」を支援し、市民による地域包括ケアシステムの充実を目指す。

【事業内容】

今年度は対面で定例会を開催した。会員の中には、自ら認知症となる方、親の介護で中央区を離れる方など、地域包括ケアの現実を体感するような活動となっている。

例年のように、中央区子どもとためす環境まつりには対面と WEB の両方に出展した。過去に「互いに語り合う会」に参加した方に往復はがきを出し、様子をうかがった。また日中独居の高齢夫人を会員が尋ね、1 時間ほど傾聴する活動を継続することができた。

ミニ「互いに語り合う会」も対面で再開できた。

https://eic-chuo.jp/groupnews/kankyouhozen0215-0308/

【今年度の業績】

＜学会発表＞

a.　なし

＜その他＞

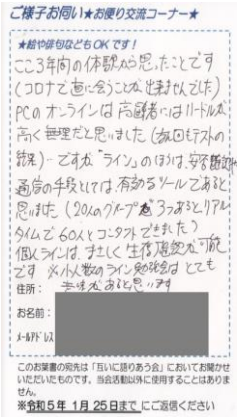
a.　はじめの一歩の会会報 11 号を発行

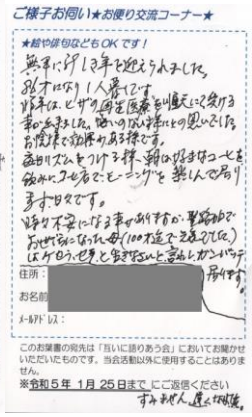
b.　2022 年　子どもとためす環境まつり　WEB 版
「江戸時代のトイレ事情～江戸の SDGs」「みんなのう〇ち」

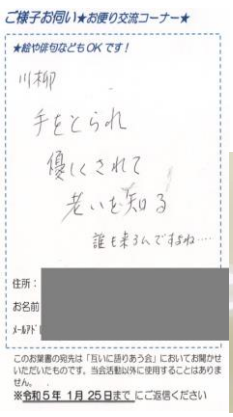
＜記事掲載＞

a.　中央区社会福祉協議会から感謝状を賜った

【写真】







感謝状

貴会は中央区社会福祉協議会の事業に対する深いご理解のもと長年にわたりボランティア活動を実践され地域福祉の向上に大きく寄与されました　その功績は誠に顕著であります　よって法人設立六十周年に当たり深く感謝の意を表します

令和四年十二月九日

社会福祉法人 中央区社会福祉協議会
会　長　中野耕佑

中央区長　山本恭人

---

*1 聖路加国際大学

■健康情報の探し方・選び方・使い方を学ぼう！（いなかもち学習拠点プロジェクト）

事　業　主：佐藤晋巨[*1]
事業共同メンバー：射場典子[*1] 江部紀美子[*2] 髙橋恵子[*3] 中村めぐみ[*1] 松本直子[*1]
事 業 対 象：一般市民（18 歳以上）
利用人数（年間のべ人数）：17 名
開催（実施）回数（年間回数）：計 2 回
開　催　日：2022 年 9 月 17 日,　2023 年 3 月 4 日

【事業目的】

市民が自分の健康を主体的に創り守ることができるために、本やインターネットを用いて適切に健康情報を探し、理解し、評価し、活用する力（ヘルスリテラシー）の向上を目指す目的の事業である。

【事業内容】

今年度は、養護教諭の運営メンバーが加わり、オンライン講座を実施した。

オンライン・ヘルスリテラシー講座

＜活動内容＞

市民対象のヘルスリテラシー講座を 2 回、ウェブ会議システムを利用しオンラインで開催した。各回 2 部からなり、第 1 部は「いなかもちで健康情報を確認する」、第 2 部は「健康情報を理解する」をそれぞれ 90 分間で実施した。講師は、本学客員研究員（看護師）：髙橋恵子と本学学術情報センター司書：佐藤晋巨・松本直子が担当した。その他、運営メンバー3 名が参与し広報活動等の開催準備と当日の運営を行った。

講座内容は、第 1 部でヘルスリテラシーとは何か、情報源の特徴を知ろう、健康情報を確認する 5 つのポイントについて紹介した。講師の説明に合わせて、参加者が事前に各自準備した本を用いて 5 つのポイントを確認し、気づいたことを話した。第 2 部では健康情報を理解する 4 つのポイント、本とインターネットによる参考情報について紹介した。動画教材を視聴後には補足の説明を行い、気になる健康情報についてグループに分かれて情報共有をする時間を設けた。

プロジェクトの会議を 2022 年度は 9 回（5 月、6 月、7 月、9 月（2 回）、11 月、12 月、1 月、3 月）、ウェブ開始システムを使って開催した。会議では講座の広報、当日の運営、参加者アンケートの結果等について検討した。

＜活動成果および活動による貢献＞

- **参加者概要：**参加者は 17 名で、年齢は 20 代から 70 代の年代で（内訳：20 代 3 名、30 代 2 名、40 代 4 名、50 代 6 名、60 代 1 名、70 代 1 名）、性別は女性 16 名と男性 1 名であった。背景は、教育関係者、会社員、学生、主婦・主夫であった。
- **満足度：**講座全体の満足度は、8.47 点（1-10 点満点）と高値であった。
- **ヘルスリテラシー評価：**講座終了後の「ヘルスリテラシー向上」に関するアンケート（全くそう思う 5 点～全くそう思わない 1 点：5 段階）では、①探す情報は何か、を明確にできる、②情報を探すときに使う言葉を意識できる、③情報を理解する時、良い側面と悪い側面があることを意識できる、の項目で、17 名全員が「強くそう思う 5～そう思う 4」に回答した。また、入手した健康情報を見極める確認ポイントについても、①いつの情報か、②元ネタはあるか、の 2 項目おいて 17 名全員が（全くそう思う 5～そう思う 4）と回答した。
- **講座の開催方法：**オンラインでの開催、開催時間帯については 17 名全員が「適当」と回答した。内容について 17 名全員が「適当である」と回答したが、開催時間（休憩を含めて 3 時間 15 分）は「長かった」（5 名）、講座全体の情報量が「盛り込みすぎ」（1 名）という評価があった。
- **参加して最も良かったこと・全体の感想：**情報を見つけて評価する方法を具体的に身近な例で学べたこと、今後活用していきたいこと、他の人の意見を聞き、話し合う機会を得られたこと、等が挙げられた。

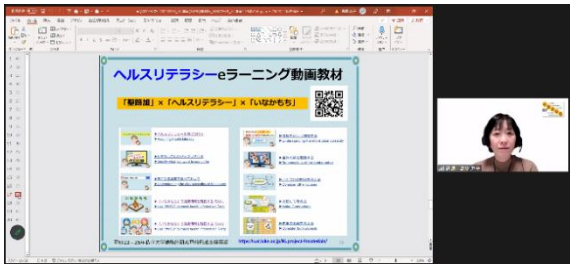
＜今後の課題＞

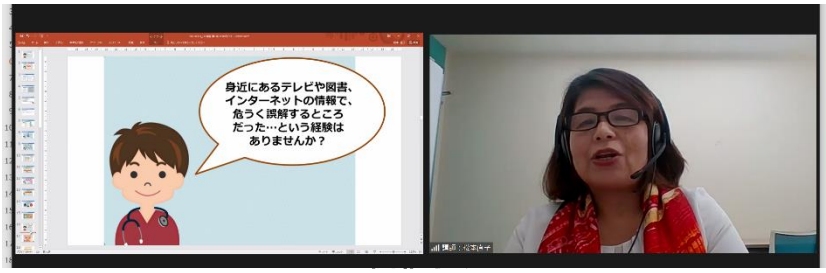
・広報：参加者を集める方法は引き続き検討する。

・開催時間： 17 名中 5 名が開催時間を「長い」と回答した。研究として講座を開催しておりプログラムの改変が難しいが、研究終了後の検討が必要と考える。

・講座に関わる人材の募集：多様な参加者が集まり、参加型の講座を運営するためには、多様な人材が講座に携わることが求められる。

＜オンライン・ヘルスリテラシーの開催状況＞





＜運営メンバー＞

---

*1 聖路加国際大学　*2 お茶の水女子大学附属小学校　*3 埼玉県立大学

■高齢者のための転倒骨折予防実践講座

事　　業　　主：亀井智子[*1]
事業共同メンバー：川上千春[*1]、板橋みずほ[*1]、入江由香子[*2]、新野直明[*3]
事　業　対　象：65 歳以上の高齢者とそのご家族
利用人数（年間のべ人数）：３名
開催（実施）回数（年間回数）：計　２　回
開　　催　　日：2022 年 10 月 20 日、12 月 8 日

【事業目的】

高齢者の転倒とそれに伴うけがを予防するための知識、ならびに運動方法を身につける。

【事業内容】

10 月と 12 月に計 2 回開催し、10 月は 1 名、12 月は 2 名が参加した。

本事業は、事業主が開発した「SAFTY on！」プログラムの一部を提供した。内容は、老年医学の専門家による転倒の疫学について、教材パンフレットを用いたミニ講義、後半は健康運動指導士による運動プログラムを提供した。参加者が少なかったため、特に運動プログラムは参加者に合わせた内容とし、握力を測定して、対話を交えたプログラムを展開した。プログラム終了後には、健康上気になることや心配なことへのアドバイスも行った。

過去 3 年にわたる新型コロナ感染症拡大の影響により、高齢者の活動範囲の狭小化や社会的交流頻度の減少が生じ、自立度の低下やフレイリティの増大などの報告が散見されており、一層の転倒予防のための取り組みが求められる。次年度は、SAFETY on!プログラムの全体を再開し、高齢者の転倒予防意識の向上を図る計画である。

【今年度の業績】

a. 亀井智子.(2023).転倒リスクのアセスメントにおける重要な視点, コミュニティケア, 25(5), 50-55.
b. 亀井智子.(2023).自宅でできる「転倒予防運動」、コミュニティケア, 25(5), 61-65.

【写真】

第 1 回　るかなびを会場にプログラムを提供

第 2 回　転倒の疫学ミニ講座（左）と運動プログラム（右）の様子

[*1] 聖路加国際大学大学院看護学研究科　[*2] 大東文化大学　[*3] 桜美林大学

■　がん体験者のためのサポートプログラム

事　業　主：　中村めぐみ[*1]
事業共同メンバー：紺井理和[*2]・橋本久美子[*2]・高橋美賀子[*2]・岩田多加子[*2]・大川恵[*2]・南千津子[*2]・坂井萌[*2]萬屋里恵[*2]・鈴木貴子[*1]・岩間達子[*3]
事 業 対 象：　がん体験者・その家族
利用人数（年間のべ人数）：16 名
開催（実施）回数（年間回数）：計 4 回[1]
開　催　日：2022 年 7 月 30 日　2023 年 3 月 11 日・18 日・25 日

【事業目的】

がん体験者およびその家族・友人の QOL の向上をめざし、自律性を尊重し、自己決定・セルフケアを支援するためのサポートプログラムを、看護職と他職種との協働のもと、計画・運営する。

1. がん体験者に対し、情緒的・教育的支援を行う
2. がん体験者を支える家族や友人に対し、適切な情報提供を行う
3. がん体験者・その家族のケアやサポートに携わる看護師の対応スキルの向上を図る

【事業内容】

1. がん体験者を対象としたサポートグループ「がんと共にゆったり生きる」

今年度も新型コロナウイルス感染拡大防止のため休止していたが、2023 年 3 月に回数と時間を短縮した縮小版を企画した。内容は、１回目「自分の病気や治療について知る」、２回目「日常生活での工夫」、３回目「自分の心身の安定を保つ」とした。参加申込者は 3 名で、参加状況は 1 回目：3 名、2 回目・3 回目：2 名であった。今回は人数が少なく病状や受け止めが全く異なり、分かち合いや仲間づくりには至らなかったが 1 名の方の満足度は高かった。

2. サポートグループ修了者の「若葉の会」「クリスマスの集い」

今年度も集いは行わずに、6 月と 12 月にメンバー全員からのワンポイントアドバイスの寄せ書きを郵送した。感謝の声がある一方で、当事者のその後の様子がわからないため、家族への負担が予想され、個人情報保護の観点からも、かつての連絡先宛の郵送は辞めることとした。

3．がん体験者の家族等を対象としたサポートプログラム「身近な人ががんになった方へ」

今年度は新たな試みとして、7 月 30 日（土）14:00～15:15 にウェブ開催した。内容は、①がんの治療、生活への影響、②がん体験者の思い、身近な人にできること、③よりよい療養生活を送るための支援とした。申込者は 15 名（うち 1 名は本人でお断り）、参加者 12 名、資料希望者 3 名（欠席者 1 名、資料のみ希望者 1 名）だった。アンケート結果（回答者 9 名）では、概ね満足度が高く、自由記載欄に全員が記述しており、長文で思いを表現している人もいた。一方で「音が聞こえなかった」が 1 名おり、自身の通信環境あるいは器機の設定によると思われる。

【満足度調査 0-10 数式尺度】

「身近な人ががんになった方へ」参加者（9 名）の満足度平均 8.2
（「聞こえなかった」「満足度 0 」を除くと平均 9.3）

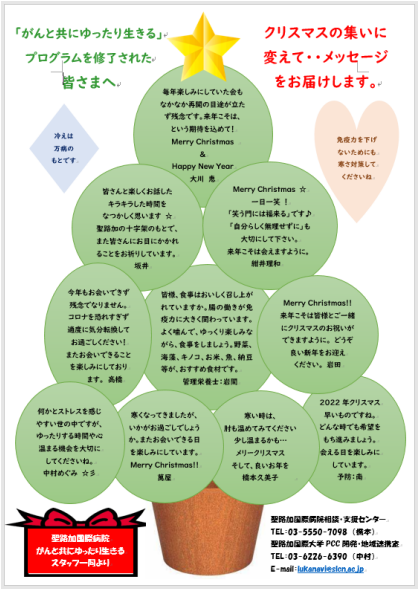
【今年度の業績】

なし

[*1] 聖路加国際大学　[*2] 聖路加国際病院看護師　[*3] 聖路加国際病院管理栄養士

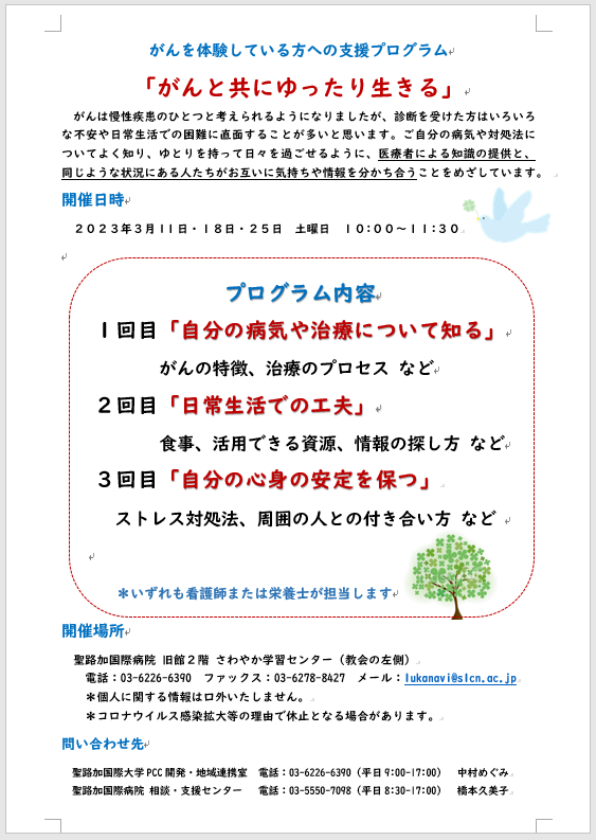
【写真】

若葉の会：スタッフの寄せ書きを送付



クリスマスの集い：スタッフの寄せ書きを送付

家族のための講座の案内



がんを体験している方への支援プログラム

「がんと共にゆったり生きる」

がんは慢性疾患のひとつと考えられるようになりましたが、診断を受けた方はいろいろな不安や日常生活での困難に直面することが多いと思います。ご自分の病気や対処法についてよく知り、ゆとりを持って日々を過ごせるように、医療者による知識の提供と、同じような状況にある人たちがお互いに気持ちや情報を分かち合うことをめざしています。

開催日時

2023年3月11日・18日・25日 土曜日 10:00～11:30

プログラム内容

1回目「自分の病気や治療について知る」

がんの特徴、治療のプロセス など

2回目「日常生活での工夫」

食事、活用できる資源、情報の探し方 など

3回目「自分の心身の安定を保つ」

ストレス対処法、周囲の人との付き合い方 など

＊いずれも看護師または栄養士が担当します

開催場所

聖路加国際病院 旧館2階 さわやか学習センター（教会の左側）

電話：03-6226-6390 ファックス：03-6278-8427 メール：lukanavi@slcn.ac.jp

＊個人に関する情報は口外いたしません。

＊コロナウイルス感染拡大等の理由で休止となる場合があります。

問い合わせ先

聖路加国際大学 PCC 開発・地域連携室 電話：03-6226-6390（平日 9:00-17:00） 中村めぐみ

聖路加国際病院 相談・支援センター 電話：03-5550-7098（平日 8:30-17:00） 橋本久美子

サポートグループの案内

■漢方倶楽部

事　　業　　主：山田雅子*1
事業共同メンバー：西村恵理奈*1、鈴木貴子*1、江口優子*2
事　業　対　象：漢方医学と看護に興味がある看護学生、看護職、ほか
利用人数（年間のべ人数）：42 名
開催（実施）回数（年間回数）：計４回
開催日　8/10、10/12、12/7、2/8

【事業目的】

漢方医学と看護に興味のあるものが集まり、継続的に学び続けることのできる場を提供する。

【事業内容】

1 回目（12 名）：オンラインで開催した。漢方倶楽部メンバーとして登録者が参加し、自己紹介をしたのち、漢方医学の特徴と看護の融合ポイントについて共有した。

2 回目（15 名）：ぽるかルームで対面開催した。テーマを「漢方医学の特徴―「気」の概念、身近な漢方薬の構成と特徴―」と題し、「気」の概念の説明を前回に引き続き取り上げた。また、生薬サンプルに触れながら、漢方薬を感じる体験をした。例示した漢方薬は葛根湯。

3 回目（7 名）：交流ラウンジで大命開催した。「気」と「証」について対話し、取り上げた漢方薬は香蘇散。構成している生薬を触ったり食べたりし、最後には煎じ薬にして漢方薬を感じた。

4 回目（8 名）：交流ラウンジで対面開催した。「四診」をテーマにして、漢方医学的な患者アセスメントのポイントに触れた。今回の漢方薬は花粉症の季節を意識して小青竜湯を取り上げた。

＜学会発表＞なし　**＜その他＞なし**　**＜記事掲載＞なし**

【満足度調査 0-10 数式尺度】

満足度平均：8.4

【写真】

*1 聖路加国際大学　　*2 帝京大学医療技術学部看護学科

■ まちのグリーフカフェ「しん・呼吸」
（市民参加型，病気で大切な方を亡くされた経験を語りあう会）

・・

事　業　主： 小野若菜子[*1]
事業共同メンバー：髙本眞左子[*2] ，市川美奈子[*2]，中村めぐみ[*1]
事 業 対 象：病気で身近な人を亡くし、語りあう会に参加を希望する人
利用人数（年間のべ人数）: 23 名, 市民サポーター参加：1 名×6 回
開催回数（年間回数）: 計 12 回
開催日時・場所：
勝どきデイルーム；4/9,6/11,8/13,10/8,12/10,2/11（10:00–12:00）
浜町多世代交流スペース「はまるーむ」; 5/6,7/8,9/9,11/4,1/6,3/3（14:00–16:00）

・・

【事業目的】

・本事業の市民参加型グリーフカフェとは、看護職と市民（社団法人）、市民サポーターが協働し、参加者が病気で大切な人を亡くした経験を語り合い、ワークショップなどを行うものである。まちのグリーフカフェ「しん・呼吸」は、地域の身近な場で、参加者が語る機会、他者と交流する機会、安心の場を提供することを目的とする。

・将来的には、地域における市民参加型グリーフカフェの普及により、「死別を支える地域づくり」に貢献するビジョンをもって活動を行う。

【事業内容】

1．まちのグリーフカフェ「しん・呼吸」

1）対象

病気で身近な人を亡くし、語りあう会に参加を希望する人

2)内容

会の趣旨説明，参加者の自己紹介，死別に関するミニレクチャー，語り合い
セルフケアに関するワーク，振り返り

3)活動評価

ニーズ調査として、東京都城東地区介護保険事業所へのアンケート調査、会の参加者のアンケートを実施している。次年度は、その結果をもとに、今後の運営方法を検討しながら進めていく予定である。

2．市民サポーターの学習方法の検討

今年度、小冊子「死別の悲しみを支え合うために－身近な人へのグリーフサポート－」を作成したので、それを活用しながら、市民サポーターの学習方法について検討をすすめる。

【沿革】

2021 年 12 月、中央区社会福祉協議会「グリーフサポート入門講座」の講師・髙本（一般社団法人セルフケア・ネットワーク；以下，SCN））から小野に、「参加者からグリーフカフェ開催に関する声が上がっている」との相談があった。SCN（髙本, 市川）、市民サポーター（1 名）、小野の 4 名で、方法などの打ち合わせを重ねながら構想を具体化し、中央区社会福祉協議会の協力を得て、2022 年 4 月から活動開始。6 月から中村の参加・協力を得て開催。10 月から、聖路加国際大学 PCC 開発研究事業に登録され、月 1 回のペースで活動している。

【特徴】

・市民が主体的に行い、看護職がサポートする形で運営している。企画・運営、周知活動を協働しながらすすめている。

・市民サポーターは、中央区社会福祉協議会「グリーフサポート入門講座」等を終了したグリーフケアの基礎

知識のある市民等であり、運営に参加し、参加者の話の傾聴、運営補助等の役割を担う。
・中央区社会福祉協議会に相談しながら進め、場所提供や周知活動への協力を得ている。
・2022 年度三菱財団社会福祉事業・研究助成（研究・事業活動連携型）：
死別を支え合う地域を育むグリーフケアモデル事業:市民参加型グリーフカフェ(遺族会)の企画・運営・調査（代表研究者：小野若菜子）の助成を受けて、SCN と協働事業として運営している。

【今年度の業績】

＜講演等＞

a. 髙本眞左子（2022 年 10 月）：グリーフサポート入門講座（一般向け），東京都中央区社会福祉協議会.
b. 髙本眞左子（2022 年 11 月）：グリーフサポート入門講座（専門職向け），東京都中央区社会福祉協議会.
c. 中村めぐみ（2022 年 11 月）：グリーフサポート入門講座（専門職向け），東京都中央区社会福祉協議会.
d. 髙本眞左子（2023 年 3 月）：グリーフケアの基本,グリーフケアの実践（専門職向け）,厚木市福祉部地域包括ケア.
e. 髙本眞左子（2023 年 1 月）：グリーフケアを理解しサポートの仕方を考える（専門職向け）,東京都中央区日本橋地域包括支援センター.
f. 小野若菜子（2023 年 3 月）：令和 4 年度横浜市在宅医療を推進するための市民啓発講演会「大切な人との死別とグリーフケア～思いやりのあるまちへ～」，横浜市.

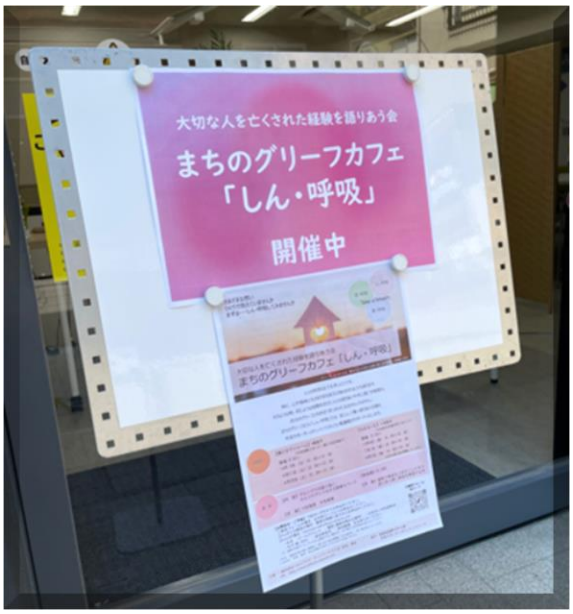
＜その他＞

a. 京橋地区の民生・児童委員協議会にて本会の説明（2022 年 5 月，髙本）
b. 協働ステーション中央登録団体として承認（2022 年 6 月，SCN）
協働ステーション中央のメールマガジン・SNS における情報発信開始。
c. 市民サポーター向け小冊子作成「死別の悲しみを支え合うために－身近な人へのグリーフサポート－」の作成（2022 年 11 月，企画・制作：小野若菜子，中村めぐみ，髙本眞左子，市川美奈子，1200 部印刷）
d. 学会への参加（知見の収集）：
日本エンドオブライフケア学会（2022 年 9 月）
日本グリーフケア＆ビリーブメント学会第 5 回学術集会（2023 年 2－3 月）

[1] 聖路加国際大学　[*2] 一般社団法人セルフケア・ネットワーク

まちのグリーフカフェ「しん・呼吸」

小冊子→
会場・打ち合わせ風景↓



*1 聖路加国際大学　*2 一般社団法人セルフケア・ネットワーク[1]

■ 事業名　健康に関するエビデンスを入手するために！！
ーコクランレビューの活用方法を知ろうー

事　　業　　主：大田えりか[*1]
事業共同メンバー：南郷栄秀[*2]、佐伯晴子[*3]、射場典子[*1]、山路野百合[*1]
事　業　対　象：18 歳以上、web 会議システム Zoom を操作し講座に参加できる（オンライン参加の方）
利用人数（年間のべ人数）：　20 名
開催（実施）回数（年間回数）：計 1 回
開　　催　　日：２月９日（木）

【事業目的】

昨今、多種多様な治療の選択肢がある中、エビデンスに基づいた医療（Evidence-Based Medicine：EBM）が求められるようになっています。エビデンスとは、医学・医療の分野では、ある治療法がある病気に対して、安全で効果のあるものなのかどうかを確率的な情報として示す検証結果（根拠）を指します。コクランは、医療や医療政策において重要な治療に関する研究のシステマティックレビューを作成しており、定期的に更新し、最新の信頼できるエビデンスを提供しています。本講座では、市民がコクランレビューを活用して健康に関連した最新のエビデンスを入手する方法を学ぶことを目的とします。

【事業内容】

＜活動内容＞

市民向けに、コクランレビューの活用の方法についての講演を行った。

＜活動成果＞

NPO 法人コクランジャパンの渡辺理事長がオンラインで「健康情報をかしこく手に入れ、元気にくらす」というテーマで講演し、Youtube　https://youtu.be/1D5chmforO0　にアップされた。

＜今後の課題＞

多くの人に、コクランレビューを利用してもらえるように、わかりやすい題材のエビデンスを用いた説明が必要である。

【満足度調査 0-10 数式尺度】

実施せず

[*1] 聖路加国際大学　[*2] 社会福祉法人聖母会聖母病院　[*3] 一般社団法人マイインフォームド・コンセント