

広島文化学園大学看護学部公開講座報告

－災害の多発する時代に生き抜く知恵と支え－

広島文化学園大学看護学部教育課程委員会

加藤重子 前信由美 藤原 隆 石川孝則
進藤美樹 今坂鈴江 迫田千加子 佐藤敦子
林 君江 山田晃子 上野理恵

平成 29 年度広島文化学園大学主催公開講座(いのちの講座)は、呉市共催と新老人の会 広島支部 呉ブランチ後援のもとに以下のごとく開催された。

1. 日時：2017(平成 29)年 10 月 9 日（月・祝）
音楽演奏会 13：20～13：50、講演 14：00～15：30
2. 場所：くれ絆ホール
対象：本学学生・地域住民・病院関係者 参加者：308 人
3. 講師 南裕子先生（高知県立大学大学院看護学研究科 特任教授）
講演題目：災害の多発する時代に生き抜く知恵と支え

4. 趣旨と概要

本学では例年、「命」をテーマとして看護学部公開講座を実施している。近年大規模な災害やテロも発生しており、災害についての関心は高くなってきている。呉市も土砂災害ハザードマップを発刊し市民に配布し、大学がある阿賀地区では毎年、住民と小学校、大学が南海トラフ地震を想定した避難訓練を実施してきた。その中で災害が発生した時に命を守るためにどうすればよいのか、どのような事が予測されるかについて、南先生の講演は考える機会となった。

講演内容は、過去 40 年間の世界と日本における災害の内容、地球温暖化、アフリカの砂漠化の進行、避難民の増加、飢饉、炭酸ガス排出、感染症の蔓延、南海トラフ大地震被害想定等についての話があった。その時に起こるのが災害後の心のケアである。日本で注目されるようになったのは、北海道南西沖地震、雲仙普賢岳噴火、阪神・淡路大震災（1995 年 1 月 17 日）、地下鉄サリン事件(1995 年 3 月 20 日)、アメリカでは 1970 年代以降のベトナム戦争帰還兵、性犯罪者被害の女性からである。災害による心的外傷とは (Post Trauma Stress Response) 災害など外界の圧倒的な事態にさらされる事によって、著しく自我が脅かされ、心の安定の基礎である安全感や安心感が覆されることを意味する。災害が心身に与える影響は、自分や家族を脅かす危険がなく、衣食住が保証されている感覚（安全感）と、無力感や孤独感に脅かされず、他者と情緒的に繋がっていて、苦しい時には世話をしてくれる誰かがいるという感覚（安心感）は、人間が生きていく上で最も不可欠なものである。これらの感覚が崩れるような出来事に遭遇する事によって、心的外傷が起こる。心の傷は、被災地の人々は多かれ少なかれ心の傷は負うが、被災地内の支援者も心の傷を負うことが多い。例えば医師、看護師、薬剤師等医療関係者 - 消防士、DMAT、ケアマネージャー、社会福祉士、自治体の職員、被災地外からの関係者、支援者、業者等、家族、友人、仕事関係者自衛隊、ボランティアの人である。災害後の心的な反応は「異常な状態に対する正常な反応」であり、大規模災害などの極度な危険に巻

き込まれた場合、外傷体験は誰にでも生じる反応であり、決して異常な状態ではない。回復のプロセスとしては、時間の経過とともに回復していく。被災を受けた人への心のケアとしては、1) 被災者の生活全般に関するニーズを見極め、安全、安心に対するケア・食事、睡眠、排泄等に対するケア・健康に対する相談や指導・利用できるサービスや社会資源の紹介例) 申請書類の書き方を教えるなどの具体的な援助を行う。2) 積極的な傾聴として善悪の判断、批評などせず、相手のペースにゆだねて聞き役になる。辛い体験を無理して聞きだすのではなく、本人が話し始めるのを待つ。「大変でしたね」「無理をしないで」等の言葉がけをする。3) 「異常な出来事に対する正常な反応」であることを伝える。4) 専門家の援助が必要かどうかのアセスメントをおこなう。5) ストレス反応への対処方法として、身近な人に体験を話す、生活の中に楽しみを見出す、その人なりの正常な日常パターンを保つ、自分を責めないである。

復興期の心のケアの課題としては、復興期は非常事態ではないが、平常でもない時期である。人々の置かれる状況は格差が生まれる。例えば未来へ向かう人、取り残される人がいる。長期的な心のケアの施策はほとんどなく、療チームと同時に介護福祉体制の多職種間連携が重要になる。精神福祉(生活)看護のような新たなパラダイムを築き社会に提言する必要があることである。人がその人らしく生きていける事、尊厳と選択の自由がある事、生活を支えあう被災地への支援は日常的な生活のなかでも必要なことである。

5. アンケート結果

【講演に対する感想】

- ・大変勉強になりました。少子高齢化時代生きていくには、自立精神強く感じました。災害時の心の反応は普通なのだと改めてわかりました。そして、その体験を傾聴してくれる人が必要だととても痛感しました。
- ・今からの生活につき色々と考えて生きていこうと思うお話を聞いてよかったです。すばらしい講演をありがとうございました。
- ・看護大学の大事さがわかった、看護学部の存在の大切さもよくわかった。
- ・いつも演奏会、講演会と盛りたくさんの内容ですばらしく楽しみにしております。
- ・すばらしい講座をありがとうございました。
- ・非常によいご講演でした、若い学生さんにも届いたと思います。
- ・私は16年間主人の介護をしています。先生の話聞いて笑顔で前向きに介護をしなければと思いました。本当に私にとって良い話でした。勉強になりました。
- ・ストレスの対処、どんな時にでも通用すると思いました。介護している者としてはとても参考になりました。
- ・人口減少問題将来は若者にかかっている、夢の世界の話も予想できた。
- ・災害看護はあるたびに発達するとはまさに事実だ。
- ・貴重な体験話、ちょっとした心づかいの注意が大事だとわかった。ありがとうございました。
- ・自分は医療の道に進もうと考えています。その上で大変参考になりました。ありがとうございました。
- ・傾聴の大切さ、災害後の心的状態での対処法、人口減少問題。ご自身の体験を含んだお話、印象深く聞かせていただきました。「人間対人間の看護」私が看護学生の頃耳にした言葉(本の題名)です。私は人は人で多かれ少なかれ看護されると信じています。
- ・災害がおこったときの心を考えたいと思います。
- ・とてもすばらしい。

- ・とてもよかったです。
- ・多少なりとも考えて生活すべきを知ること。
- ・新老人がこれから何かに少しでも社会に役立つことを願いながら先生のお話を聞かせていただきました。
- ・災害が多い昨今、基本的な対策を教えてくださいありがとうございます。
- ・個人的に災害を経験したので、講演の内容がよくわかりました。ありがとうございます。
- ・くれ絆ホールでの講演は初めてでしたがちょうどよい規模で快適に拝聴できました。
- ・アクセスもとてもよかったです。現代のタイムリーなテーマでとてもわかりやすく役に立ちました。
- ・毎年楽しみに参加しています。内容、話し方がわかりやすかったです。
- ・VeryGood! 災害に限らず人口減も我がこととしてとらまえて行動すること、私も頑張りたい。
- ・看護学部の生徒さんたちに呉の未来をお願いしたい気持ちです。
- ・災害を受けた人の側からの心理状態は今迄自分が思っていたことでは考えられない思いをされていたことを知らされた。その辛い思いも自分の口から発信していくことが大事だということをも教えて頂き大変すばらしい講演でした。
- ・会場が交通の便が良い所に設定されていたのはありがたかった。
- ・生き抜く知恵と支え、もう少し具体的な話かと思っていました。
- ・庶民の立場での身近な役立つ話かと思ったけど、私の思いとちがいがあった。

今後も「いのちの講座」から本学部の教育理念である、生命に対する畏敬の念と倫理観に基づいた行動が出来る感性豊かな人間を育成すること、グローバルな視点を持ち、専門的知識と実践能力を有する看護専門職者を育成する事ができるように公開講座を開催していく事が必要である。

広島文化学園大学看護学部公開講座アンケート結果

『災害の多発する時代に生き抜く知恵と支え』南裕子先生 2017.10.9呉市絆ホール

来場者：実習施設・新老人の会・一般73、学生260、合計333名

アンケート総数：58名

