

2024 年度カムカムサロンの予定（大阪医科薬科大学看護学部看護学実践研究センター主催）

1) 開催日奇数月（計6回）の担当分野「ミニレクチャーのテーマ」

場所と時刻はいずれも看護学部講義室 2：11 時～12 時

第 1 回 2024 年 05 月 08 日（水）老年看護学分野「被災後の生活と体力作り」

第 2 回 2024 年 07 月 11 日（木）社会医学分野「いざという時のための頭と 下半身のストレッチ」

第 3 回 2024 年 09 月 06 日（金）人文社会学分野「未定」

第 4 回 2024 年 11 月 06 日（水）精神看護学分野「防災に備えたところの健康づくり」

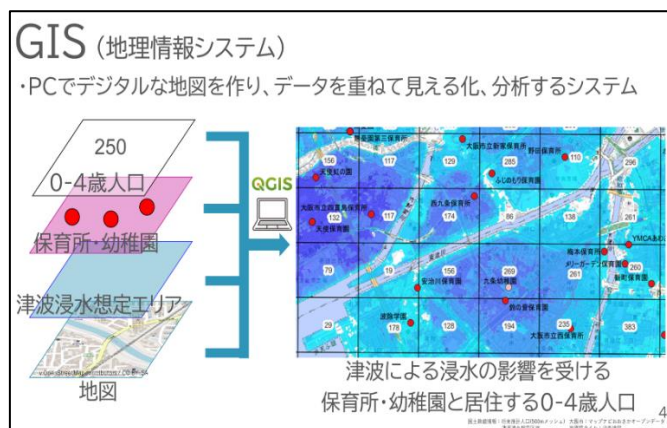
第 5 回 2025 年 01 月 09 日（木）公衆衛生看護学分野「～災害に備える”地域の体力”づくり～」

第 6 回 2025 年 03 月 07 日（金）小児看護学分野「身体の中から備えよう！ ～体力維持に必要な栄養と水分～」

2) 第5回カムカムサロンのご報告

2025 年 1 月 9 日（木）に第 5 回のカムカムサロンを開催しました。今回は 4 名の皆様が参加下さいました。

本学部公衆衛生看護学分野教授 草野恵美子先生より、公衆衛生看護学とは「地域社会全体が抱える健康課題を、組織的な努力を通じて解決していき、人々の健康生活を支援する看護活動の根拠となる学問」であること、自然災害や感染症など人々の生命や健康が脅かされる事態に対して行われる健康危機管理について説明が行われました。続いて、同分野助教堀池諒先生より、GIS（地理情報システム）を用いて、各参加者の自宅付近の洪水浸水深（最大想定規模）や土砂災害警戒区域、緊急避難場所、避難所、医療機関などを確認しながら、次の災害に備えるアイデアについて全員で考えました。参加者の皆様からは、洪水が起こった時「自宅からはこの道路を通して避難所に移動したらいい」「少し離れているが、避難するなら、こちらの小学校の方が安全では？」などアイデアが出されました。



データ出典：国土数値情報(将来推計人口 500m メッシュ、洪水浸水想定区域)、大阪市マップナビおおさかオープンデータ(施設情報ポイントデータ(学校・保育所))、地理院タイル(淡色地図)を重ねて加工。©OpenStreetMap Contributors



最後は、災害が起こり、避難が必要となったとき、地域の避難場所まで移動できる体力や身体能力を高めておくことの重要性をお伝えし、「高槻もてもて筋力アップ体操」（愛称：もてきん 体操）を実施しました。

講演後、参加者から、「GISの説明がわかりやすかったです。災害時、逃げるのが大変です」「こんなに詳しい話をきいたのは初めてです。大変良かったです」「10数年前の1時間100 mmのゲリラ豪雨の経験を踏まえてこれからどうするかの検証が必要ではないだろうか」とのご意見・感想をいただきました。