

平成29年3月31日

アルプスだより

同窓会アルプス会会報

信州大学医学部保健学科看護学専攻
信州大学医療技術短期大学部看護学科

第22号



～薄川の桜並木と常念岳～

会長あいさつ	2
同窓会の活動と学生教育	2
第22回アルプス会総会報告	3
講演会の報告	4
新任教員のご挨拶	6
退任教員のご挨拶	7
おくやみ申し上げます	7
活躍する同窓生	8
同級会報告	10
同窓会会則	11
同窓会事務局よりお知らせ	13
思い出の写真★卒業式の今・昔	14
「実践力ある在宅療養支援リーダー育成事業」について	16
編集後記	16



信州大学
SHINSHU UNIVERSITY

会長あいさつ

11回生（医短） 中西 美佐穂
（信州大学医学部附属病院看護師長）



新春の候、皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

同窓会活動にご理解・ご協力をいただきまして、感謝いたします。

昨年4月は熊本地震があり、改めて自然災害の恐ろしさを強く感じました。同窓会では復興支援への協力について議論し、看護職として、今私たちができることを考えました。被災された方々が、少しでも早く穏やかに生活できる日を心から願っております。

28年度の講演会は小椋ケンイチ先生をお招きしました。ご家族の介護についての話は、家族の立場からの思いを改めて考える機会となりました。また、介護経験からの気づきは、私達医療職にとって、大変参考になるものでした。また、美容に関する内容では、メイクが社会情勢に直接影響を受けていること、社会のあり方が、女性

の生き方の変化になっていることを教えていただきました。医療は社会情勢の影響を受け、医療改正につながっています。ですから、社会情勢の影響は医療も美容も同じであると思いました。常に社会の流れに敏感でいることの大切さを教えていただいたように思います。今回の講演では、参加した皆様が笑顔になれる時間となりました。

在宅療養支援が推奨され、地域包括ケアシステムの中で様々な施設、医療職がそれぞれの役割を果たしながら、より良い態勢を作ろうとしています。地域で暮らす人々が安心して暮らせることを目指し、取り組んでいかなくてはならないと思います。それにおいても、会員の皆様のますますのご活躍をお祈り申し上げます。

同窓会の活動と学生教育

深澤 佳代子
（信州大学医学部保健学科 成人・老年看護学 教授）



昨年の4月から看護学専攻主任に就任致しました深澤です。医学部保健学科看護学専攻の卒業生が誕生して10年目となり、800名あまりの卒業生が誕生しています。すべての卒業生が同窓会のメンバーであり、さらに、その前身である短期大学部看護学科や専攻科を含めると優に3,000名が所属しているということになります。何と大きな団体でしょうか。

同窓会は大学によって特徴的な活動をしています。歴代の卒業生に母校を懐かしんでもらうために開催する「ホームカミングデー（home coming day）」のようなもの、また、卒業生同士の親睦を図るためとしての総会や同窓会誌の発刊、講演会などの教育活動などです。

信州大学で看護学を学んだ卒業生を中心とした『アルプス会』でも、他専攻や学内の委員会との協働になりますが、卒業生を招いた在校生との交流会の開催、同窓会誌の発行、現代医療の潮流にポイントをあてた教育講演

会の開催などが定期的に企画・運営されています。在校生との交流や教育講演会などには参加者も多く、しっかり定着していることと参加者のニーズに合わせたテーマを選定するなど同窓会の皆様の着眼点の的確さや熱心さが伺えます。

さらに、同窓会員おひとりおひとりが支払う会費の一部を毎年在学生への教育の充実のための支援として供出してくださるなど大変重要な活動もしていただいています。私が信州大学医学部保健学科教員として赴任しました平成22年4月に、看護教育用シミュレーター「Physiko」というフィジカルアセスメントモデルの管理を依頼されました。200万円以上もする器械ですが、そこには『同窓会寄附』のタグが添付されており、『同窓会からの寄附』ということに大変驚いた覚えがあります。実習現

場では学生が時間をかけたフィジカルアセスメントが出来にくい現状ですが、このモデルを用いることで臨床現場を髣髴とした看護教育が可能になり結果的に看護基礎教育の向上に大きく貢献しています。同窓会員の皆様の卒業後も学生教育の質の向上を支援するという情熱に本当に頭がさがりました。今年度も同窓会より300万円の寄附をいただき、学生教育に活用する器材等の整備に充てられることになっています。また、平成26年度から

は文部科学省高度医療人材養成プログラムにも御支援をいただいております。われわれ教員も同窓会の意図や活動を理解した上で、学生教育や看護職の育成に適正に活用して教育を行わなくてはならないという思いを強く致しました。

この場をお借りして看護学専攻主任として同窓会の日頃からの御支援に心より感謝を申し上げますとともに、同窓会のますますのご発展を祈念致します。

第22回 アルプス会総会報告

以下の事項が審議され、承認されました。

平成27年度事業報告

- 1) 総 会：第21回総会
平成27年7月11日(土) 13:30～16:00
場 所／保健学科地域保健推進センター
多目的講義室
講演会／『父母未生以前本来面目如何
— 意味を問うということ』
講 師／飯島恵道(短9回生 東昌寺住職)
出席者／59名(理事・役員31名、同窓生(在学生
含む)26名、一般(信大病院関係者、教員
含む)2名)
- 2) 会報の編集・発行：平成28年3月
「アルプスだより」第21号発行
印刷部数：2,800部
- 3) 在校生への貢献
・平成27年度卒業生(80名)に対して学習支援
グッズ(名入りナースはさみ)の寄贈
・平成28年度入学生(80名)に対して学習支援
グッズ(名入りシャープペンシル)の寄贈
・オープンキャンパス活動支援
- 4) 同窓会員への貢献：同窓会当日に開催される同級会
支援費…3件
- 5) 社会貢献：なし
- 6) 理 事 会：第1回…平成28年2月23日
第2回…5月12日
- 7) 役 員 会：第1回…平成28年1月6日
第2回…5月12日
- 8) 編集会議：第1回…平成28年1月6日
- 9) そ の 他：大学への貢献…リーダー育成事業GPへの
助成

平成27年度会計報告について

- 1) 会計報告：茅野会計より資料に基づき会計報告
- 2) 会計監査報告：小林会計監査より会計監査報告

平成28年度事業計画(案)について

- 1) 総 会：第22回総会
平成28年7月9日(土)
受 付／13:00
13:30～14:30(総会)
14:40～15:40(講演会)
場 所／信州大学部医学部保健学科 311番講義室

- 講演会／『あなたを輝かせるメイク術・
家族の立場から介護を語る』
講 師／小椋ケンイチ先生(おぐねえー、
ヘアメイクアーティスト、飯田市出身)
- 2) 会報の編集・発行：平成29年2月頃
「アルプスだより」第22号発行
- 3) 在校生への貢献
・平成28年度卒業生に対して学習支援グッズ
(名入りはさみ)の寄贈
・平成29年度入学生に対して学習支援グッズ
(名入りシャープペンシル)の寄贈
・オープンキャンパス活動支援
- 4) 同窓会員への貢献：同窓会当日に開催される同級会
支援費
- 5) 理 事 会：第1回…平成28年10月
第2回…5月
- 6) 役 員 会：第1回…平成27年9月
第2回…12月
第3回…平成28年1月
第4回…4月
- 7) 編集会議：第1回…平成27年11月
第2回…平成28年1月
- 8) 各回生の名簿管理について
- 9) 社会貢献：熊本地震に関連して、熊本県看護協会に
支援したいとの提案

平成28年度予算(案)について

中島会計から資料に基づき説明

その他

柳澤幹事より名簿の管理について、理事の方に10月を目途に各回生分を修正していただきたい、身近なところで見るところから変更をお願いしたいと連絡があった。

また、同窓会に同級会を開催することについて、総会への出席を目的に助成している。申込用紙があるので、本日同級会を開催する回生に助成金を渡すとの報告があった。

伊藤編集委員より、編集委員の交代をどなたかをお願いしたいと連絡があった。

会計報告と予算は、総会で報告いたしましたので、今回から掲載しないことになりました。詳細をお知りになりたい方は、事務局へお問い合わせください。

同窓会総会 講演会の報告

『あなたを輝かせるメイク術・ 家族の立場から介護を語る』

講師：ヘアメイクアーティスト 小椋 ケンイチ 先生
(飯田市出身)

“おぐねえ”の愛称で親しまれTVでも活躍されている小椋ケンイチ先生に、スキンケアの基本から実践を交えたメイク方法、またご自身の経験をもとに介護の場面で“美容”に焦点を当てたアプローチなど、内容豊富にお話しいただきました。



■ スキンケア

まず、鏡でよく見ること。太陽光で素肌をよく見て触れることから始めましょう。毎日のちょっとした違いに気付くはず。そこが大事で、どこにどう対応していけばいいか感じ取れるようになれば、確実にキレイの扉が開いていき、美への階段を上っていくことになります。自分の気持ちが晴れやかになると、周囲にも良い影響をもたらすでしょう。

今は、ありとあらゆる数の化粧品が出回り選択に悩むところですが、大事なポイントは、“なりたい肌に近づくもの”を選ぶこと。化粧水は、最低でも2種類(しっとりさっぱりタイプなど)用意しておき、その時の肌の状態に合わせて使い分けてみてください。

化粧水で、まず潤いを与えます。化粧水は高価であれば良いわけではありません。手のひらを使ってつけると肌のコンディションが分かるし、体温で毛穴が開いて効率よく入っていくのでおすすめです。ただし、手のほうに半分、化粧水をもっていかれるので2回つけて1回分の量と考えて量を調整します。

夜のお手入れは、しっかりと。プースター(導入剤：化粧水を肌に入りやすくするもの)もおすすめです。化粧水→美容液→……と、1ケ1ケつける間隔を

あけて丁寧に肌になじませてください。保湿剤としては、10代なら乳液でOK、美容液は40代までかな。冬場は美容オイルで乾燥をカバーしていきましょう。



■ メイクアップ: 化粧下地が一番重要

化粧下地とは、ファンデーションの前に塗るもので、毛穴の目立ちや乾燥、くすみを抑えてなりたい肌へ導いてくれるものです。下地が治まれば、上に何を塗ってもうまくいき、顔全体の印象も良くなります。

メイクする時の鏡との距離は、腕1本分、洗面台の鏡面くらいの距離がちょうどいいです。生活の中では、意外と横顔のほうを見られていることが多いので、正面の鏡設定だけで対応しないよう心掛けましょう。



■ メイク実践

講壇上ですっぴんのモデルさん(アルプス会同窓生の方)に、メイクを施していただきました。

- ①忙しい朝は、メイクの工程を少なく。
- ②層を作らない。層が増えることで崩れの原因となる。
- ③自分の肌の色調を知る(黄味系か青味系か)。合う色味を使わないと、くすんだり仕上がりが悪くなる。例として茶色のアイカラーなら、黄味系：金色が入っているものが合い、青味系：銀色が入っているものが合います。

～メイク手順～

化粧水

クッションファンデーション

(化粧下地として工程を省略できる優れたもの)
化粧水をつけた後、上からたたきこんでください。

に限らず、薄づきでしっかりカバーされるものが理想的。化粧下地で紫外線も予防する。

↓
コンシーラー

自分の肌より濃い色を使う。薄い色で隠すと、灰色味が勝って浮いてしまう。
目の下の△ゾーンさえカバーすればうまくまとまる。

↓
粉

粉含みが多いと崩れの原因に。スポンジ(またはパフ)は、ムラとつけすぎになりがちなので、お直しに使う程度に。今回は、毛先が丸くなっている歌舞伎ブラシを使用。肌にのせるのは、ブラシに取った1回分。毛穴の中にくるくるとしっかり入れ込む。こうしていくと、肌が磨かれ陶器のような艶が出てくる。顔全体に少量つけるだけなので崩れにくいうえに経済的。

↓
チーク

チークをのせる時は必ず笑って頬骨にのせる！(チークの位置が下がると老けてしまう。)頬骨に丸くのせてそのままこめかみまで、斜め上と真横に引き上げる。チークをのせた残りのブラシで、あごにさし色を入れる……頬とあごの逆三角形のさし色で小顔効果と表情が豊かに。

↓
アイメイク

まず、自分の目は？

A. まぶたが垂れて厚みが出てきているタイプ

B. まぶたが骨格に沿ってくぼんできているタイプ

Aは、影として濃い色を入れてアイホールをしっかり作ることが大切。

Bは、薄い色を土台に使い、まぶた全体に明るい色・パールを入れて影をとばし、くすみを取る。

・アイシャドウ

チップの幅は理想的な二重まぶたの幅に作られているので、その幅を信じて目より1cm横に長く色を引く。流行色を取り入れる時は、馴染みのある茶色を引いてから、その上に重ねづけすると、悪目立ちしない。

下まぶたにも同じ色をのせる“囲み目のアイシャドウ”

↓
口元

口紅を塗るときは、まず縦しわ方向、次いで横に筆を入れ、中心は濃くのせる。

↓
最後の仕上げ

顔全体の粉っ気を落ち着かせるため、化粧水(スプレータイプ)をふりかける。この仕上げが、肌に密着しメイクを長持ちさせる大切なコツ。



で、明るい光を入れると、目を丸く見せられ優しい目元になる。

・ビューラー、マスカラ

作りこまず、軽くまつ毛が上がっている程度のつけ方でOK。

・アイライナー

普段使いにはこげ茶色がおすすめ。

目頭から全て引かなくてもいい。黒目の外側だけ。延長線は1cmくらいで跳ね上げず、真横に引けば、表情筋の動きで自然と上跳ねに見えるから大丈夫。

細く描ける筆タイプは安心して使える。

・眉毛

バツサリ切らない、剃らない。毛の流れがないと、綺麗じゃない。まず生やして自然の形を知る。

今回は、ストレートの太い眉の描き方を紹介……眉頭からまっすぐペンシルで線を作り、それと平行に、ブラシで線を引く。2本の隙間をパウダーで埋める要領で仕上げる。眉山でへの字に描かない。眉頭を太くすると、顔全体がきりっと引き締まる。



メイク実践は間近に見える距離で聴講者の質問も多く、年齢を重ねていく私達女性にストレートながらも親身に温かみのある先生のトークに大いに盛り上がりました。

実父のご病気で介護の場面に向き合った経験をお話いただいた中では、縁遠いと思いがちな美容=非日常だったり、+αすることで、昔の記憶が呼び戻されることもあり、やり尽した感がある介護に、一石を投じる手段として取り入れる方法もあることを教えていただきました。皆さんも、自分のケア、他者へのケアをさっそく実践してみてくださいね。



新任教員のご挨拶

自己紹介

広域看護学 助教 木下 愛未



今年度より、看護学専攻広域看護学講座（精神看護学）に着任致しました木下愛未と申します。このたびは母校で働けることとなり大変嬉しく思っております。

これまでは、信州大学を卒業後、国立精神・神経医療研究センター病院の医療観察法病棟で看護師として勤務しておりました。その経験から、研究に関しては特に対象者とスタッフ間の対人関係構造に着目した研究をしていきたいと考えております。また、教育に関しては精神科の臨床経験で感じたことを基に精神看護を伝えていければと考えております。

これまで諸先生方の温かいご指導を賜りながら研究や教育を行ってまいりました。経験が浅く未熟な部分も多くありますが、今後も努力を怠らずに励んでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

私の教育と研究

成人・老年看護学 教授 伊澤 淳



平成28年4月に信州大学医学部第5内科（循環器内科）より着任しました。お陰様で間もなく1年度の勤務を完了します。三井記念病院の研修医時代に内科の全領域を2年間研修しましたが、全て

を講義する経験は初めてでした。各科の専門医にお世話になり、日進月歩の最新情報を私自身が学ぶチャンスになりました。アクティブラーニングを取り入れ、到達度・満足度の高い講義を目指し、思い出に残る1年になりました。

さて、伊澤研究室では「青少年のメタボリックシンドロームを考える」研究会の活動を継続しています。附属病院の近未来医療推進センターにおける生活習慣病予防外来や、松本市健康とスポーツのフェスティバル、そして出前クリニック等では、看護学専攻の学生が貢献しており、多職種による地域連携の実践として高い教育的効果が期待できます。さらに、松本市歯科医師会、松本市医師会、松本市健康福祉部のご協力により「医科歯科連携による先進予防医療研究会・松本：D-CAMP松本」が設立され、歯周病と全身疾患の関連を研究しています。

教育と研究による地域貢献を目指します。



退任教員のご挨拶

地域医療と私の歩む道

JA長野厚生連新町病院 病院長 本郷 実
(前 成人・老年看護学 教授)



昨年3月に保健学科を辞し、4月からJA長野厚生連新町病院へ赴任しました。保健学科には前身の医療短大も合わせて16年間にわたり大変お世話になり、厚く御礼申し上げます。新町病院は140床

を有する長野市西部地域の拠点病院で、私にとっては30年程前非常勤で勤務した際に、循環器内科診療や心臓ペースメーカー手術など数多くの臨床経験を積むことが出来たばかりでなく、学位論文の貴重なデータを集積させて頂いた思い出深い病院です。近年、医療を取り巻く環境は日々変化しており、特に、地域医療は医療従事者の絶対的不足、周辺人口の大幅な減少などにより年々厳しい状況にあります。このような理由から、当院は本年4月に「南長野医療センター」新町病院の名のもとに篠ノ井総合病院と業務統合、平成31年4月には経営統合を図る

ことになりました。

現在私は、管理業務のほか外来診療、入院患者受持ち、当直などの診療業務に励んでいますが、多職種連携・チーム医療を実践すべく事務職員や様々な医療従事者と密接な連携を図り、新たな講演会・研修会などを企画して地域への情報発信や勉強会の機会を設けています。また、従来から実施している「男性長寿日本一」北安曇郡松川村の長寿要因の解明に向けて、引き続き保健学科の先生方を中心とするチームで様々な視点から取り組み、得られた成果を地域の発展や活性化に活かさないか模索している所です。

私に与えられた役割は、新町病院が担って来た「小さくともきらりと輝く地域医療」の道を継承し、これまでの自身の経験と人の輪を活かして地域の皆様に信頼され安心して頂ける保健・医療・福祉を提供していくことと考えています。そのために精一杯努力していく所存ですので、ご理解とご協力、ご支援をよろしくお願い申し上げます。最後になりましたが、私を大きく育てて頂いた保健学科看護学専攻の皆様へ感謝するとともに、アルプス会の益々のご発展を祈念しております。

おくりあげ申し上げます

北澤 千和 先生 水野 清志 先生 室田 法子 先生(旧姓 中平)

以上、3名の先生方がご逝去されました。

特に医短時代の同窓生には、授業で、ゼミで、実習で、そして卒業後も、先生方との懐かしい思い出がおありの方が大勢いらっしゃると思います。

真摯な先生方の姿、そしてすてきな笑顔を思い出しながら、ご冥福をお祈りしたいと思います。



活躍する同窓生

海外研修で学んだこと

信州大学医学部附属病院
東7病棟看護師 関 優子
(医短 26回生)



私は、6か月間イギリス留学させていただき、ホスピスで研修を受けました。留学を希望した理由は、臨床で終末期患者と関わる難しさを感じてきたからです。イギリスはホスピスを世界的に広げる

きっかけとなった場所で、現代では、多様な民族が住む多民族国家です。そんなイギリスの終末期と多様性へのケアを学び、日本の医療現場につなげたいと思いました。主に研修させていただいたのは、エセックス州の科尔チェスター市にある、セントヘレナホスピスです。

この研修の学びの中で、特に印象に残ったことが3点あります。

1つ目は、イギリスでは、患者が自分の最期を意志決定することです。それには、早期の情報提供、患者教育、メンタルサポート等、患者を取り巻く社会的な支援の充実が必要です。ある看護師が、「適切な支援をし、患者の心身の苦痛を取り除けば、患者に限られた時間の中で、人生の意味を考え、やらねばならないことをやり、言わねばならないことを言う大切な時間にかわる」という言葉が心に残りました。

2つ目は、終末期患者への在宅医療サービスです。日本の病院でも、在宅医療との連携を課題としていますが、介護者不足や在宅での不安等の問題と在宅サービスの制限とにより、進まないことがあります。イギリスでは、様々な場面で様々な医療者が関わり、情報が統括され、入院でも在宅でも、患者や家族の人生で受けた医療が線でつながっています。

3つ目は、多職種との情報交換の充実と各職種の分担が明確であることです。これが、それぞれの医療者が平等な立場で活躍できる糧となり、患者中心のチーム医療へつながっていると感じました。

イギリスと日本では、歴史的社会的背景の違い等で、医療だけの比較は困難です。各国でその国独自の特徴があって良いと思いますが、日本がより、グローバル化した時に、多様性へ対応できる医療の準備は必要であると思います。

他国での生活は、大変なこともあります。実際の体験で感じることや、様々な民族の方との出会いもあり、世界観が広がります。勉強する貴重な機会をいただき、今後の医療現場に生かしたいと思います。



認定遺伝カウンセラーの 山下です

信州大学医学部附属病院
外来副看護師長 山下 浩美
(医短 13回生)



「遺伝カウンセラーってどんな仕事だろう」、疑問に思う方も多いと思います。数年前、妊婦の血液で胎児情報がわかる検査について毎日のように報道があり、「遺伝カウンセリング」、「遺伝カウンセラー」という言葉がメディアを賑わせていたので聞いたことはあるかもしれないですね。

遺伝カウンセラーは、遺伝子や染色体などが原因で病気になる「遺伝性疾患」の患者さんや家族、親から子に伝わるという意味の「遺伝」の病気を持つ患者さんやその血縁者、次世代の病気を心配するカップルなど病気を持つ人からそうでない人までの相談に対応しています。遺伝関連の学会が認定する資格で、指定された大学院の修士課程を終えると認定試験を受けることができます。

私は、2001年遺伝子診療部（現遺伝子医療研究センター）に配属となりましたが、遺伝に関してほとんど学んだことがなく、手探りで仕事をする毎日でした。これまで私が、婦人科や内分泌内科外科、皮膚科泌尿器科病棟で看ていた患者さんの中に、遺伝性疾患の患者さんがいたことにも初めて気付きました。

2005年から認定遺伝カウンセラー制度が始まりました。遺伝医療は研究が進み、一般診療でも遺伝学的検査が多く利用されるようになりました。遺伝を基礎から学んでいない私は、検査結果の意味を十分に理解することができず、このままではいけないと、2012年に一念発起!? 大学院入学を決めたのです。

信大は遺伝分野においては日本のリーダー的存在で、大学院も制度が始まった当初からあったので、学ぶ環境は十分整っていたのですが、重い腰をあげるのに7年もかかってしまいました。大学院では医学生の授業も一緒に受けましたが、その世界で有名な先生方が次々とやってくる贅沢なものでした。仕事をしながら学ぶことの難しさや講師の素晴らしさを知っていたので、学生として学ぶことが嬉しく、感謝感謝でした（この私が…笑）。

この学びを他の看護師にも役立てていただきたいと思い、遺伝看護セミナーのお手伝いなどもさせていただいています（写真）。現在、私は信大の外来副看護師長として、産婦人科・耳鼻科・眼科のあるフロアで勤務しています。どの分野にも遺伝医療を必要としている人がいます。まだまだ勉強中の私ですが、胸を張って自己紹介できるよう努力します。「認定遺伝カウンセラーの山下です」。



同級会報告

アルプス会総会日に合わせて同級会を行った学年に、同級会支援費が支給されています。同級会に参加できなかった方のためにも、その様子を伝えるために、同級会報告の会誌掲載を支給条件としています。今年度は2学年が行いました。その報告と写真をご覧ください。

+ 医短 9回生

私たち9回生は2年に1度総会のこの日に担任だった武井先生を囲み同級会を行っています。今回も通知した方の8割弱の方から返信をいただき21人が参加することができました。

近況報告や今燃えている〇〇のことなど話に花が咲き、楽しいひと時を過ごしました。卒業して30年も経ちますのでもちろん容姿はみんなそれなりにですが、人間味や温かみなどが増したなあと思ったり…

また、LINEグループも設定し、同総会後も活用し連絡を取り合っています。2年後また会える日を楽しみにしています。
(高橋 奈津子)



+ 医短 5回生です!

卒業S56 (1981年)そして、H28 (2016年)なんと35年の月日がすぎました。

同級会は15名の出席でした。

松本城近くの“しづか”で、なつかしいひとときをすごしました。

親の介護のこと、自分たちの健康のこと、子どものこと、孫のこと…

あっという間に時間がすぎました。

(幹事:齊藤・小山)

同窓会会則

信州大学医療技術短期大学部・信州大学医学部保健学科看護学専攻同窓会 アルプス会 会則

第1章 総則

- 第1条 本会は、信州大学医療技術短期大学部・信州大学医学部保健学科看護学専攻同窓会「アルプス会」(以下「本会」という)と称する。
- 第2条 本会は信州大学医学部保健学科同窓会の看護学専攻分科会として位置づけられる。
- 第3条 本会は、事務局を松本市旭3丁目1番1号信州大学医学部保健学科看護学専攻内に置く。
- 第4条 本会は、会員相互の親睦を図るとともに、母校との連携を保ち、その発展に寄与することを目的とする。
- 第5条 本会は、前条の目的を達成するために、次の事業を行う。
- 一 会員の親睦および研修に必要な事項
 - 二 母校の発展に関する事項
 - 三 その他必要と認められる事項

第2章 会員

- 第6条 本会の会員は次のとおりとする。
- 一 正会員
 - イ 信州大学医療技術短期大学部看護学科の卒業生
 - ロ 信州大学医学部保健学科看護学専攻(以下「本専攻」という)の在学学生および卒業生
 - ハ 信州大学大学院医学系研究科保健学専攻博士前期課程(看護学分野)および後期課程(看護領域)(以下「本大学院」という)の在学学生および修了生
 - 二 特別会員
 - イ 本専攻教員
 - ロ 本専攻元教員
 - ハ 信州大学医療技術短期大学部看護学科元教員
 - ニ 前項以外の者で理事会の承認を得た者
- 第7条 会員が死亡または会員たる資格を喪失したときは、退会したものとみなす。

- 第8条 会員が、本会の名誉を傷つけ、または本会の趣旨に反する行為をしたときは、総会において出席会員の4分の3以上の議決により、これを除名することができる。
- 第9条 正会員のうち信州大学医療技術短期大学部卒業生は会費として5,000円、信州大学医学部保健学科看護学専攻の在学学生および卒業生、信州大学大学院医学系研究科博士前期課程(看護学分野)の在学学生および修了生、後期課程(看護領域)の在学学生および修了生は会費として2万円を納入するものとする。すでに会費を納入している本会の会員が3年次編入および大学院に進学した場合は、2万円の納入は免除される。ただし、退会または除名された会員が既に納入した会費その他の拠出金は返還しないものとする。

第3章 役員等

- 第10条 本会に次の役員を置く。
- 一 会長 1名
 - 二 副会長 1名
 - 三 幹事 若干名
 - 四 会計 1名
 - 五 書記 1名
 - 六 理事
 - イ 医療技術短期大学部および医学部保健学科看護学専攻卒業生；各回生2名
 - ロ 医学系研究科博士前期課程(看護学分野)および後期課程(看護領域)修了生；各回生1名
 - ハ 保健学科看護学専攻在学学生；8名(各学年2名)
 - ニ 医学系研究科博士前期課程(看護学分野)在学学生；1名
 - ホ 医学系研究科博士後期課程(看護領域)在学学生；1名
 - 七 会計監査 1名

- 第11条 役員は、次の職務を行う。
- 一 会長は、本会を代表し、会務を総括する。
 - 二 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるときはその職務を代行する。
 - 三 幹事は事務局において本会の実務にあたる。
 - 四 会計は本会の会計を司り、総会において会計報告を行う。
 - 五 書記は庶務記録を司る。
 - 六 理事は、会員の代表として本会の運営に当たる。
 - 七 会計監査は会計監査を行う。

- 第12条 役員は、次により選出又は委嘱する。
- 一 会長は、総会において正会員の中から選出する。
 - 二 副会長は、会長が正会員の中から推薦し委嘱する。
 - 三 幹事は、会長が委嘱する。
 - 四 理事は、正会員の中から選出し委嘱する。
 - 五 会計は、総会において正会員の中から選出し委嘱する。
 - 六 会計監査は、総会において正会員の中から選出し委嘱する。
 - 七 書記は正会員の中から選出し委嘱する。

- 第13条 役員任期は、2年とする。ただし、在学生理事の任期は1年とする。再任は妨げない。
- 2 補欠による役員任期は、前任者の残任期間とする。
 - 3 役員は、任期が満了しても後任者が就任するまではその職務を行うものとする。

第4章 顧問

- 第14条 本会に顧問を置くことができる。顧問は、総会の議を経て会長が委嘱する。
- 2 顧問は、重要事項について会長の相談に応ずる。

第5章 会議

- 第15条 総会は、原則として毎年1回開催し次の事項を審議決定する。
- 一 事業および決算報告
 - 二 事業計画および予算
 - 三 会則の制定および改廃

- 四 役員を選出
 - 五 顧問の推挙
 - 六 その他の必要事項
- 2 会長は、総会を召集し、理事会の議を経て前項に定める事項を提案する。
- 第16条 会長は必要と認めるとき、臨時総会を開催することができる。
- 第17条 総会の議長は、出席会員の中から選出する。
- 第18条 総会は、日時、場所、付議すべき事項等を示して召集する。
- 第19条 総会に出席できない会員は、あらかじめ文書をもって意見を表示することができる。
- 第20条 総会の議事は出席会員の過半数で決し、可決同数のときは議長がこれを決する。
- 第21条 総会は、議事録を作成しこれを保存する。
- 第22条 理事会は、会長、副会長、幹事、会計、書記、理事、会計監査によって組織する。
- 第23条 理事会は、会長が必要と認めるとき、又は理事の5分の2以上の要求があったときに開催する。
- 第24条 理事会は、会長が召集し、議長となる。
- 第25条 理事会の議事は、出席者の過半数で決する。
- 第26条 理事会は必要に応じて委員会を置くことができる。
- 第27条 役員会は、会長、副会長、幹事、会計、書記によって組織する。
- 第28条 会長は役員会を招集し、必要事項について話し合うことができる。

第6章 会計

- 第29条 本会の経理は、会費および寄付金その他の収入をもって充てる。
- 第30条 本会の会計年度は、毎年4月1日から始まり翌年3月31日に終わる。

附 則

- この会則は、平成7年5月13日から施行する。
- この会則は、平成18年7月29日から施行する。
- この会則は、平成19年7月14日から施行する。
- この会則は、平成21年7月11日から施行する。
- この会則は、平成22年7月10日から施行する。

アルプス会会計細則

1 同窓会費

- (1) 信州大学医療技術短期大学部卒業生は終身会費として5,000円
- (2) 信州大学医学部保健学科看護学専攻在校生および卒業生は終身会費として2万円。保健学科在学中あるいは卒業後に保健学科同窓会に納入した保健学科同窓会費6万円より看護学専攻分科会費として2万円が納入される。
- (3) 信州大学大学院医学系研究科保健学専攻博士前期課程（看護学分野）の在生および修了生、後期課程（看護領域）の在生および修了生は終身会費として2万円。前期課程および後期課程に在学中あるいは修了後に保健学科同窓会に納入した保健学科同窓会費4万円より看護学専攻分科会費として2万円が納入される。すでに会費を納入している本会の会

員は2万円の納入は免除される。

- (4) 信州大学医学部保健学科看護学専攻生が助産学を専攻した場合は、同窓会費2万円のうち1万円を桐の木会の会費として納入する。
- (5) 特別会員は会費の徴収をしない。
- 2 代表者名で金融機関に同窓会の口座を設け、会計が通帳・印鑑を管理する。
- 3 会計は、会計年度終了後に速やかに決算報告書を作成し、監査を受ける。
- 4 本細則の改正は、同窓会総会で行う。

附 則

この細則は、平成18年7月29日から施行する。

この細則は、平成19年7月14日から施行する。

この細則は、平成21年7月11日から施行する。

アルプス会会計申し合わせ事項

- 1 理事会、役員会を開催した際には、役員に対して日当1,000円を支給する。
- 2 事務局の運営費として年3万円を支給する。
- 3 会則第5条三に基づき、災害義援金等の社会貢献を行う。義援金等の寄付を行う基準は日本看護協会が呼びかけたものとし、役員会の審議を経て寄付を行うものとする。
- 4 正会員ならびに特別会員に関わる弔事の対応については役員会で検討し、香典あるいは弔電をもって5,000円を超えない範囲で対応する。

- 5 総会当日に各回生において同級会を開催する場合は、その支援費として、10名以上の参加につき、2万円を支給する。この申請については事前に事務局宛てに連絡する。なお、支給については同窓会当日の総会会場とし、同級会を開催したことを事務局に報告する。

この申し合わせは、平成18年7月29日から施行する。

この申し合わせは、平成22年7月10日から施行する。

この申し合わせは、平成24年7月14日から施行する。

同窓会事務局よりお知らせ

会員の住所変更等の連絡について

変更のある方は、

- ①同封の住所変更届を右記の宛先に送付あるいはFAXしていただくか、
- ②アルプス会会員であること、卒業年度あるいは回生・学籍番号・氏名（旧姓）・新しい住所等を右記のメールアドレスまで送信してくださいませようお願いいたします。

■ 連絡先

信州大学医学部保健学科同窓会室
〒390-8621 長野県松本市旭3丁目1番1号
[電話&FAX] 0263-37-3510
[E-mail] mtnsopt@shinshu-u.ac.jp

思い出の写真

卒業式・謝恩会の今・昔

卒業式



当初は、看護協会の
会館(旧)を借りていた
こともありました。
(医短 14回生)



この年から、松本キャンパス合同の
卒業式になり、県文で行うよう
になりました。(医短 17回生)



前髪upは基本です。
この頃の和装は正統派?
(医短 17回生)

袴はグラデーションが
はやり☆(保 9回生)

H27年卒
みんな花柄の
着物です🌸
(保 9回生)



謝恩会



柳澤先生は、
今もお変わりありません!



昨日までは日焼け止めだけしてました。
今日はなんと、ウキウキ♪
初☆フルメイクでーすっ!!
(医短 17回生)

ーバブル期ー
謝恩会は肩パット in !!
清水先生も肩は盛ってますw
(医短 17回生)



髪型は盛ってます。
メイクは昨日とおんなじです。🐱
(保 9回生)

卒業証書

バブル期は
筒に入れるタイプ。
(医短 17回生)



開学当初の卒業式には、
普段着の人もフツーにいます。
卒業証書は筒に入れていました。
(医短 2回生)



今は二つ折りの
卒業証書ホルダーです。
(保 9回生)



実践力ある在宅療養支援リーダー育成事業について

課題解決型高度医療人材養成プログラム

「実践力ある在宅療養支援リーダー育成事業」

第Ⅰ期教育プログラムが修了しました。

信州大学医学部保健学科 看護学専攻プロジェクトリーダー 坂口 けさみ
(小児・母性看護学 教授)

本事業は、今後急速にその需要が求められる在宅療養を支援するリーダーとなる看護師の育成を目指すものです。この事業は文部科学省からの補助金を得て行われる事業であり、医学部保健学科看護学専攻と信州大学病院看護部との連携並びに協力のもとに進めています。平成26年から平成30年の5年間事業となりますが、平成27年～平成28年に渡る研修を第Ⅰ期教育プログラム研修、平成29年～平成30年に渡る研修を第Ⅱ期教育プログラム研修と呼んでいます。第Ⅰ期教育プログラム研修は、平成27年6月11日(木)から開始し、平成28年12月17日(土)に無事修了致しました。県内からは55名の看護職がこの事業に応募し、研修が開始しましたが、最終的には51名が本事業の研修を全て修了し巣立っていきました。研修内容は、がん、難病、重症児在宅療養支援に関する講義や演習に加えて、実習も取り入れました。実習では退院支援実習、訪問看護実習を組み込み、病院に勤務する受講生は訪問看護

実習を、日頃から訪問看護を実践している看護師は、病院における退院支援実習を経験するなど、相互に体験する実習も取り入れました。県内各地合わせて、25箇所の医療機関を選定し実習が行われました。

本事業では平成28年12月10日(土)、17日(土)の2日間に渡り行われた成果発表が行われました。受講生は、本事業で得た学びを実践の場へ還元し、この事業で得られた成果を各々わかりやすく発表しました。最終的には、受講生にとっても非常に満足度の高い事業となりました。今後も第Ⅰ期受講生と連携をとりながら、各自のキャリアアップにつながる研修を行う予定です。また平成29年6月からは、第Ⅱ期教育プログラムが開始しますが、これまで以上によい事業となるよう、取り組んでいきたいと思っておりますので、引き続きご支援をよろしくお願い致します。

最後になりますが、アルプス会からは多くのご支援をいただきました。関係者一同深く深く感謝申し上げます。

編集後記

■平成28年度アルプスだよりをお届けします。今回編集委員として初めてのお仕事でしたが、編集委員のメンバーをはじめ、たくさんの方々にご協力を頂き、無事に編集を終えることが出来ました。この場を借りてお礼を申し上げます。

さて、今回私たちは「想い出の写真」のページの編集を主に担当させていただきました。編集をするにあたり、信州大学に在学していたころの写真を見返す機会が多く、とても懐かしかったです。さらには、先輩方の学生時代の写真を見るのもおもしろく、その時代その時代の趣きや流行を感じる事が出来ました。

時代は流れ、着る物や髪型も大きく変化しましたが、写真の中の学生一人一人の瞳は、将来への希望に満ちあふれているように見えます。仕事に追われ、疲労が絶えない日々ですが、現在の私たちの瞳があの頃と変わらず、未来を見つめていけるように、これからも頑張ります。

仁藤梨圭(保7回生)、平井里奈(保7回生)

■今号は、表紙写真の桜から、写真コーナーに取り上げた卒業式の様子を眺めるにつけ、心躍る春を思い浮かべました。そんな、なにか新しいことが始まる時こそ、今回ご講演いただいた小椋ケンイチ(「おぐねえー」)先生のメイク術を取り入れて、晴れやかな日をすごしてみたいな、と思いませんか？

それにしても、女性が大半を占める卒業式ということもあり、流行の違いが色濃く出ているメイク・和装ですね(笑)。この一件で小椋ケンイチ先生の辛口コメントがいただけそうなくらい、リンクした会報に仕上がりました。 尾上りえ(医短17回生)

■3人の編集委員の方々がたくさん書いて下さったので、私が伝えたいことは、一言だけです。大変なこともあります、有能で気配りの成進社印刷さんに助けられて、今号も完成しました。ありがとうございました。

昨年末から親の介護も始まりまして、そろそろ編集委員を切実に引退したいです。どなたか交代してください。大歓迎です！ 伊藤喜世子(医短7回生)

会報編集委員は引き続き、次期編集委員と会報のアイデア、および懐かしい「青春の1ページ」の写真の大募集中です。もちろん、会報へのご意見・ご感想もお寄せください。事務局または、kiyokoi@shinhu-u.ac.jp までお願いいたします。