

5. 第93期高知市民の大学

第93期高知市民の大学において、「人生100年時代を生きる智慧 未来を支える看護」をテーマに2023年4月7日～7月21日の期間、看護学部の教員が全15回の講義を開催した。多くの市民の皆様に参加いただき、講義後には多くの質問やご意見をいただき、参加者の関心の高さが伺えた。

表1 「人生100年時代を生きる智慧 未来を支える看護」の講義テーマ

日程	講義テーマ	講師
4月7日	生活リズムを整えて健康を守ろう！ ～よく動き、よく眠る～	瓜生浩子
4月14日	よりよい人間関係を育むために ～聞く技術を考える～	畦地博子
4月21日	ライフステージからみた女性特有の症状とのつきあい方	渡邊聡子
4月28日	生活習慣病とのつきあい方 ～医療制度改革の動向を知って賢く生きる～	内田雅子
5月12日	がんと折り合って生きる ～家族や身近な人ががんになったら～	藤田佐和
5月19日	延命治療と Quality of Life ～そのとき治療をどう選ぶか～	大川宣容
5月26日	最期まで自分らしく家で過ごすために ～人生会議のすすめ・人生会議って何？～	川上理子
6月2日	Well-beingを支える医療とケアの仕組み ～「ときどき入院、ほぼ在宅」の実現に向けて	久保田聡美
6月9日	精神障がいをもつ人がその人らしく生きることを支える	田井雅子
6月16日	発達障がいのある子どもとその家族を支える	池添志乃
6月23日	子どもとともに地域で生きる ～自然災害への日ごろからの備えを通して考える～	佐東美緒
6月30日	日々の生活に潜む「災害」 ～人生後半に遭遇する可能性が高い急な病気や出来事と、そのための備え～	竹崎久美子
7月7日	災害時に、住民参加ですべての被災者の安否と健康状態を把握する仕組み COACHES（コーチーズ）	木下真里
7月14日	災害後の避難生活を健康に過ごすためにできること	小澤若菜
7月21日	家族のエンパワーメント ～病や災害を乗り越える家族の潜在力の発揮を目指して～	長戸和子