

日本健康運動看護学会 健康スポーツナース通信

平成28年度日本健康運動看護学会の活動予定をお届けします。

1. 健康スポーツナース養成講座

今年度は、下記の通り開催を予定しています。

1) 2016年7月30-31日 11時間

2) 2017年2月18-19日 9時間 (仮)

※健康運動看護師認定試験は、各回の最終講義終了後に実施を予定しています。

※各養成講座は健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録更新講習会として、健康・体力づくり事業財団への申請予定です。詳細は健康・体力づくり財団のホームページ等でご確認ください。

※2月に関しては、講師調整等の状況により変更する可能性があります。

2. 健康スポーツナース認定資格の更新

健康スポーツナース認定資格は**取得後3年間毎に更新申請が必要**です。

更新申請を行う際は、**本学会が認める研修を10時間受講**していることが必要条件です
(**日本健康運動看護学会学術集会参加2時間を含む**)。

更新研修として、以下の研修会および学会を認定します。ぜひ、ご参加ください。

1) 宮崎県看護協会研修 2016年 8月21日(土) 更新6時間(終日)

2) 第55回宮崎県スポーツ学会 2016年10月15日(土) 更新1時間(終日)

2017年 3月頃 更新1時間(終日)

3) 第39回宮崎リハビリテーション研究会

2017年 2月頃 更新1時間(終日)

4) 第6回日本健康運動看護学会学術集会

2016年10月 1日(土) 更新2時間(終日)

※参加申し込みやプログラムの詳細は、**各研修の事務局に確認**してください。

※各研修の単位認定は、終日参加が条件となります。

※更新申請には、各研修の**参加費領収書が証明書として必要**となります。

保管をお願いします。

※なお、更新研修に関する詳細は、検討を随時進めております。新しい情報が決定次第ホームページ等でお知らせ致しますので、ご確認ください。

3. 第7回日本健康運動看護学会学術集会の開催

第7回学術集会が以下の通り開催されます。活動報告を含め、多くの演題申し込みを期待します。

テーマ『2020: Olympic year 東京オリンピック開催年に向けた「健康運動看護」のあり方』

日 程 2016年10月1日(土)

場 所 幕張国際研修センター(〒261-0021 千葉県千葉市 美浜区ひび野1丁目1)

学術集会事務局ホームページ <http://jasfntokyo.wix.com/jasfn-tokyo>

詳細なプログラムや演題募集期間など、決まり次第、続報をお送りいたします。

4. 会員の声

2014-2015年 養成講座に参加された方々の声をお届けします。『受講のきっかけ』や『健康・運動・看護への思い』を皆さんにお聞きしました。

- 勤務施設がスポーツ整形を特化の1つとして提供しています。スポーツ整形医より、何度か本学会や養成講座の資料をいただき、参加を勧められました。管理者である自分が、まず学会や養成講座がどのようなものか、位置づけを知り、自施設での活用を考える機会にするため参加しました。健康寿命が延伸している今、健康に関するセルフケア能力を高める支援をすることが重要であると認識しました。若いナースの育成にも役立てたいと思います。
- 現在、整形外科病棟で勤務しています。骨粗しょう症に伴い、脛骨遠位端骨折や大腿骨近位端骨折の患者様が入院されます。治療が終わり、退院された後、反対側を骨折されて再入院される患者様をみて、何か看護師としてできないかと思い、参加しました。勉強したことを持ち帰り、実践につなげたいと思います。
- 参加をしたきっかけの第一には“自分は健康で今の生活が過ごせるだろうか”と考えたことです。また、子どもが部活動による体調不良や痛み苦しんでいる姿を見ながら、何のアドバイスもできなかったこともあります。今回の受講を通して、今の看護師という仕事を笑顔で続けるためにも、体を動かす楽しさを知り、家族や患者様へ、その楽しみを伝えていきたいと感じました。
- テレビ番組でロコモティブシンドロームの特集を組まれており、健康スポーツナースの存在を知りました。看護師として、運動クラブを立ち上げたインストラクターとして、活動している自分にはコレだ！と思いました。
- 保健師として健康教育を実施するにあたり、よい運動方法を学習したいと思い参加しました。健康寿命という観点から、会社で働く人々が退職後、いかに元気で医療に頼らず生活できるかを考え、支援していきたいと思います。健康スポーツナースの認知度を広げていきたいと思いました。
- 様々なところでパートの看護職（保健師）として仕事をしています。自分自身が部活動で腰や膝を痛めた経験から、動けなくなることの苦痛を実感しているので、詳しく学び、この領域についてアドバイスできるようになるといいなあと思い参加しました。
- 特定保健指導の仕事をしています。今回学んだことを、運動習慣に関する行動変容の意識づけに活用していきたいです。
- 運動系の資格を、これまでいくつか取得してきました。今は看護師として、一般病棟で働いています。この資格を病棟で生かすのは難しいと思いますが、今後は社会人サークルなどで健康運動看護師として、事故や外傷なく運動が行えるように、認定資格や看護の経験を生かしていきたいと考えています。

- スポーツに関わる仕事をしており、知識と技術を学びたいと思って参加しました。今後も学術集会などに参加していきたいと思っています。
- 高齢の患者様が多く、認知や筋力の低下があるので、病院の中に健康運動を取り入れたいと考えています。治療だけでなく、日々に取り入れられるリハビリを個々に応じて指導できるような活動をしたいと考えています。
- 総合病院で看護師をしています。緩和ケアと健康と運動という形で携われないか、と考えています。今回の受講を通して“検査値をどこまで信用するのか”という点について、考えさせられました。また、同じような志をもった方々と会えたことを、とてもうれしく思いました。
- 病気で退院後、元気になるまでの運動を指導する機関が少ないと感じています。自分の動きのクセを直すだけで改善できる体調不良が多くあると思います。そのような状況を少しでもカバーできるのが健康スポーツナースの存在なのではないか、と思います。
- 健康運動の知識を深めたいと思い受講しました。受講後すぐに使える内容と、看護師として、また自分自身をとして考えていかなければいけない内容があり、ますます学習の必要性を感じました。
- 自分自身の健康のために運動を始めましたが、専門的な知識を学び、現場でも生かせるのではないかと思います。
- 毎回楽しく受講しています。今回は認定資格更新のために受講しましたが、改めて理解しやすく、参考になりました。今後は、自分はもちろん、周りの方々の健康維持のために役立てていきたいと思っています。
- 様々な分野の講師から話を聞くことができ、たくさんの気づきがありました。この講座を通して学んだことを自分が関わっているスポーツの現場で生かし、より知識を深めていくことができたらと思います。
- 昨年の受講後から、勤務病院にて退院される患者様に対して、自宅でできる簡単なストレッチに姿勢を正す指導を加えてお伝えしています。今回の講座で姿勢に関する講義を聞くことができ、自分の関わりが患者様を良い方向に導く内容になっていたのかな、と思うことができました。また、健康スポーツナースとして自らが指導するだけでなく、コメディカル等の連携や教育への重要な役割を担っていることを実感できました。
- 整形外科クリニックで働いています。運動器不安定症でのリハビリ通院が終了になってしまった方などに、その後の通院時に助言ができると思いと思っています。今後はスポーツイベントへの参加などもやってみたいと思っています。

- 語学と看護を結び付けた活動ができないか、と考えたのがきっかけです。東京オリンピックに看護師として参加できたらと思っていた時に、この講座を見つけました。
- スポーツナースとして、アスリートを目指す中学・高校生の役に立てるよう、活動の場を広げていきたいと思います。
- 産科に勤務をしており、マタニティ看護や子育て中の方々への看護として運動を行っています。これからは更年期や老年期に向けた関わりも考えながら学んでいきたいと思えます。
- スポーツ救急に関心があります。現在、選手が安全に競技を楽しめるよう審判として、試合をコントロールしていますが、スポーツの現場では色々なことがおこるため、アクシデントに適切に対応できるようになりたいです。
- 色々なスポーツの現場やトレーニングで起こる救急に対応していけるようになりたいと思っています。特にダンサーや舞台芸術のサポートができるようになりたいという夢がありますが、スポーツ全般に関わっていけたらと思います。アスリートケアは医師や栄養士、トレーナーが主に行われているのが現状だと思いますが、今後は看護師も各専門家と共にチームとして活動できるようになりたいです。
- スポーツ医療に関心があり、看護師としてできることがないかと思い受講しました。今まで同じような考えや目標の人が周りにいなかったため、この学会に入り、仲間とつながり、活動できる機会が得られることが嬉しかったです。

スポーツ救急に興味があります。選手が安全に競技を楽しめるよう審判をして試合をコントロールしています。アクシデントに適切に対応できるようになりたいです。

スポーツドクターやPT、ATと連携して自分の能力を活かしていきたい

安全で効果的なりハビリなどを提供できるようにしたい。

看護師として運動（スポーツ）に携わり、活躍したい。

退院指導だけでなく、高齢者や同年代の人に運動の楽しさを伝えていきたい。

スポーツチームに帯同している。悩んだり困ったりしているところの参考になればと思い参加した。

スポーツ医療に興味があり、看護師としてできることはないかと思った。同じ目標をもつ仲間と知り合えて嬉しかった。



オリンピックに関わりたい。

実技指導もあり、充実した研修でした。

マタニティ、産後、子育て中のお母様方に運動療法を行っています。更年期に向けた対策も重要だと思います。

各種スポーツの現場で起こる救急対応や心肺機能向上なども含めたサポートができる看護師になりたい。

スポーツと看護を結びつけて、健康運動の実施やスポーツイベントの救護などを行いたい。



平成28年2月27日・28日健康スポーツナース養成講座（受講者の声）

保健指導リソースガイド <http://tokuteikenshin-hokensidou.jp/>
 においても 健康スポーツナースについて紹介されました！

日本健康運動看護学会事務局 TEL/FAX 0985-85-9732

E-mail sports-nurse@med.miyazaki-u.ac.jp ホームページ <http://www.med.miyazaki-u.ac.jp/home/jasfn/>