

『看護覚え書』に学ぶ生活科学 “夢の実現”を支える“健康な生活”を すべての人びとに

小河一敏 宮崎県立看護大学准教授

生活の充実が夢の実現につながる

皆さんは、学生に接していて不安になったことはありませんか。「この人は、本当に人びとの健康を守っていけるのだろうか。そもそも、この人自身、本当に健康に人生を歩んでいくことができるのだろうか……」と。健康そうに見えながら、ちょっとしたことで咳が出て、それが1か月以上も長引いている……。どうしてそんなことになったのか、本人は考えようともしないで、医師に診てもらって、薬を飲んでいても治らない……。そんな学生は、皆さんの教え子のなかにはいませんか。そんな学生を見ていて、やきもきしてしまう、心配で放っておけなくなってしまう、そんな教員の皆さんに、まっ先に読んでいただけたらと願いながら、本稿を執筆しています。

私は看護系大学で20年、自然科学の一般教養教育に携わってきました。そのなかで、どうしても前記のような学生の様子が気になり、「生活をととのえる」ことを私自身が学びながら、学生に教え続ける日々を送ってきました。

1人ひとり、看護への夢を抱いて入学してきた若人たちは。その人たちが、たとえ看護専門の学びを修めて卒業していったとしても、自分自身の健康を守る基本を身につけていなかったとしたら、これから何十年の人生の荒波を乗り越えていくことは果たして可能でしょうか。

学生生活とは社会へ羽ばたく一歩手前の時期です。

親から自立して自分で生活をつくりだし始める過程です。ここで健康に生活する力＝セルフケア能力を身につけられるかどうかで、その後の人生が決まってきます。大きな夢を実現したい人ほどに、その人生を支える健康な生活が必要だからです。さらにいえば、看護学生ですから、実際の自分の生活から「健康な生活とは」という像をつくっておけば、それが将来患者の生活を看るとき物差しとなって役立つはずです。

本稿の副題「“夢の実現”を支える“健康な生活”をすべての人びとに」には、皆さんと私の教え子たち、看護学生にセルフケア能力を身につけてほしいという願いを込めています。そうして育った学生たちが、将来社会で核となって、人びとの健康を守っていってくれたら、そして、人びとの“夢の実現”を支えていってくれたらという願いも合わせて。しかし、その願いがどうして、『看護覚え書』に学ぶ生活科学」となるのでしょうか。それは実際、『看護覚え書』に学ぶことがとても有効だからです。論より証拠です。生活科学の授業開始から2か月ほど経ったころには、学生は次のような感想をもつように育ってくるのです。

看護とは自然がいやすのを助ける働き

今思えば、この演習を受ける前の自分の部屋といったら、健康を害する条件がそろった恐ろしい部屋だったといえる。まず、窓はほとんど閉めきったままで換気がほとんどなされず、物などが積み重なってやたらと出っ張りばかりがあり、日光はカーテンによってさ