

**講座名：「福祉に関する講座①」 春学期**

**講 師： 佐野智子(福祉総合学科 教授)  
安田 孝(福祉総合学科 准教授)  
伊藤将子(福祉総合学科 助教)**

**開 講： 5月21日、28日、6月4日、11日 (計4回)**

2024 年度春学期の福祉に関する講座の授業の様子をご紹介します。

**Well-being とは何か？**

**【講義概要】**

1945 年に WHO が提唱した Well-being は、ポスト SDG's と言われることもある「健康」に関する概念です。この Well-being について定義から確認し、心理学の中でも Well-being を直接の研究対象としている Positive Psychology を元に Well-being を高めるにはどうしたら良いのか、考え方を紹介しました。途中で自身のポジティブな感情状態について確認する質問紙を行いながら、Well-being の構成要素について理解を深めました。

**【講義内容】**

- Well-being の定義と要素
- ウェルビーイングの構成要素 (PERMA)
- Positive 感情と Negative 感情
- ポジティブな感情の役割
- 感情をどう扱うのか？
- 読書案内

## 災害時の生活の工夫を考える－避難所運営ゲームを通して－

### 【講義の内容】

- ・ 避難の大原則
- ・ 災害時の避難所運営の原則
- ・ 身近にある物品を使った避難所における生活の工夫
- ・ 食事：非常食を嚥下しやすくする工夫
- ・ 排泄：トイレの作り方・おむつの代用
- ・ 身だしなみ：避難所における清潔
- ・ 健康管理：2次的健康被害の防止（脱水、エコノミー症候群など）

### 【グループワーク・発表】

避難所運営ゲーム（HUG）を通じた避難所運営について HUG ゲームには、福祉総合学科の学生2名も参加しました。

「福祉避難所が開設しました。移動する方を5名選出して下さい。」等の様々なイベント発生に対して、受講生と学生が対応策を出し合い検討をしました。

### ◇グループワークの様子◇

