

# 2025 ICN 国際看護師協会・北欧フィンランド・ヘルシンキ大会参加と オプション医療視察 1) 子どもにやさしい家族包括支援ネウボラ 2) 精神医療・開かれた対話「オープンダイアログ」

モデル	月日 (曜)	都市名	発着	交通機関	時刻	モデル日程	宿泊・食事 (朝・昼・夕)
1	6/8 (日)	羽田空港 ヘルシンキ空港 ヘルシンキ	発着	航空機 専用車 "	08:25 15:40 17:30	(直行便) 空港からホテルまで送迎 (日本語スタッフ) 着後、チェックイン。 (旅の相談デスクにてオリエンテーション)	ヘルシンキ (機機一)
2	6/9 (月)	ヘルシンキ	発	専用車  徒歩	午前  午後 18:00 19:30	★旅の相談デスク (7:00-9:00, 17:00-19:00) OP①「半日市内研修」★日本語ガイド付 (岩と木と光の教会、庶民の台所 マーケット広場、など) フィンランド料理のランチ付き  <b>ICN 大会受け手続き</b> オープニングセレモニー&講演会 Welcome Reception & Exhibition	ヘルシンキ (〇一)
3	6/10 (火)	ヘルシンキ	発	徒歩	08:30  夜	<b>ICN 国際学会参加</b> ★旅の相談デスク (7:00-9:00, 17:00-19:00) OP②ポスター発表 (英語通訳フォロー) OP③「バルト海ミニクルーズと隣国 エストニア・小古都の旅」(8:45-22:00) OP④「オープンダイアログ視察」 (6/10夜発~6/12夜着) 西ラップランドへ OP⑤「参加者同志の懇親夕食会」	ヘルシンキ (〇一)
4	6/11 (水)	ヘルシンキ	発	徒歩	08:30  夜	<b>ICN 国際学会参加</b> ★旅の相談デスク (7:00-9:00, 17:00-19:00) OP②ポスター発表 (英語通訳フォロー) OP③「バルト海ミニクルーズと隣国 エストニア・小古都の旅」(8:45-22:00) OP⑥「公衆サウナ体験と北欧デザインの カフェレストラン」	ヘルシンキ (〇一)
5	6/12 (木)	ヘルシンキ	発	徒歩	08:30  夜	<b>ICN 国際学会参加</b> ★旅の相談デスク (7:00-9:00, 17:00-19:00) OP②ポスター発表 (英語通訳フォロー) OP③「バルト海ミニクルーズと隣国 エストニア・小古都の旅」(8:45-22:00)  OP⑥「公衆サウナ体験と北欧デザインの カフェレストラン」	ヘルシンキ (〇一)
6	6/13 (金)	ヘルシンキ	発	専用車	08:00  15:00	<b>ICN 国際学会参加</b> ★旅の相談デスク (7:00-9:00, 17:00-19:00) OP②ポスター発表 (英語通訳フォロー) Closing Ceremony  OP③「バルト海ミニクルーズと隣国 エストニア・小古都の旅」(8:45-22:00) OP⑦「子育て支援ネウボラ視察」 (施設訪問と母親インタビュー) 所要5時間30分	ヘルシンキ (〇一)
7	6/14 (土)	ヘルシンキ空港	発	専用車 航空機	14:00 17:40	ホテルから空港へ (日本語スタッフ)	機内泊 (〇機)
8	6/15 (日)	羽田空港	着	"	13:55		(一機一)



地元の人たちで賑わう市場には、海や山の幸、季節の花があふれ、水の都を明るく彩る。長い冬から待ちこがれた6月の夏に生命いのちがはじけ、北欧が最も輝く季節です。因みにフィンランドは6月から夏休みが始まります

## 【企画要項】

- 概算旅行代金: (最低旅行:10名様以上) ※お問合せ下さい  
※参加人数により異なります  
※1/21(木)以降のご予約については、航空運賃が時価となり、旅行代金が大幅にアップとなる可能性もありますので、予めご了承願います。
- 旅行代金に含まれるもの  
航空運賃(1人1往復)、ホテル代(1室2名同室ツイン朝食付き)、空港ホテル間の送迎費、企画取扱料金
- 食事: 朝6、昼〇、夕〇回
- ホテル: 4ツ星クラス  
学会会場まで徒歩10分。シャワーオンリー。トリプル対応不可。
- 一人部屋追加代金: 128,000円(6泊分)  
★部屋数に限りがあり、先着20名様まで受け付けいたします。以降はツイン同室をお願いします。
- 別途費用: 燃油・空港諸税・航空保険料、国内交通費、海外旅行傷害保険、OPオプション代、大会登録料(各自手続願います)、日程以外の食事代、渡航手続費
- ツアー申込締切日: 1/20(水)  
注)但し定員になり次第、締め切ります。
- 申込受付: 下記サイトより  
<http://www.atlasstudytours.com/cn17/pg1138.html>
- 取消料: ご契約時に別紙配布。
- 参加資格: ご家族・ご友人も可能です
- 事前座席指定:  
ご出発の24時間前からWEBチェックインにて、各自でお願いします。

## <オプションツアー代金>

ポスター発表通訳フォロー: 8,500円(1slot3名にて実施。締切4/9) 他の代金は、参加人数により料金が変わりますので、1/20のツアー申込締切日以降、改めてご案内申し上げます。

## <オプションツアー申込締切日>

- ◆④⑦の医療視察: 2/17(月)
  - ◆③のバルト海ミニクルーズ: 4/9(水)
  - ◆上記以外の観光オプション: 5/2(金)
- ※各6名様以上にては行

OP = オプションツアー (希望者のみ別途費用にて) 日本語ガイド・通訳・ホテルからの送迎付き

※学会スケジュールが変更になった場合は、上記日程や価格も変更になる場合があります。

## <エストニアの首都タリンとバルト海ミニクルーズ>

バルト海を挟んでフィンランドの対岸の隣国エストニア。その首都タリンまでクルーズ船でわずか2時間足らず。バルト三国のひとつであり、人口45万人の小さな首都ですが、きれいな都市景観は、まるで中世のおとぎの国の世界です。

オプションツアーでは美しい石畳の小径を散策します。赤い屋根瓦の間から突き出た教会の尖塔、その先に見える水平線はバルト海。歴史的には、北欧やロシア、ドイツの影響をうけながら、中世には地の利を生かし、タリンを中心に多くの商人が行き交っていました。今でも、フィンランドからは多くの人々が行き来しています。また、素朴でかわいい雑貨の宝庫で、物価もフィンランドよりも随分安いです。伝統的な手工芸が盛んで、その繊細な手仕事は、バルト三国に共通するものがあります。



タリンの美しい城下町



バルト海ミニクルーズで隣国エストニア・古都タリンへ



中世の小径と現代の小径が入り混じっているタリン

# 白夜を楽しむ 北欧フィンランド



## 学会参加と医療視察(オプション) 8日間 9-13 JUNE, 2025 ICN 国際看護師協会ヘルシンキ大会



妊娠から小学校入学まで子どもと家族全体のケアをワンストップで行うネウボラ。ママたちは「遠くの母より近くのネウボラおばさん」と慕っています。

### ◆世界一幸福な国フィンランド◆

幸福度ランキング世界一位に何年も連続して選ばれたフィンランド。その理由は、教育・医療・福祉制度が充実した「高い生活水準」にあると思われまます。また合わせて、医療・ケアにおける出産から子育てまでの包括支援の「ネウボラ」や、精神医療の「オープンダイアログ」にみられる「やさしい対話の積み重ね」にあると思われまます。個人の自由と平等を尊重する社会なので、森と湖の豊かな自然環境と相まって、人々はリラックスし安心してストレスなく過ごすことができます。止まったように、時間が街の中をやさしく流れているのを感じられます。豊かな社会を目指す日本にとって、ある意味お手本になるような気がしてなりません。

### ◆医療視察◆

#### 子どもにやさしい子育て支援「ネウボラ」

妊娠・出産・子育ての一貫したシームレスな家族包括支援として保健師による独自の社会システムが構築されているフィンランド。福祉先進国であり、男女の格差がなく、女性が子どもを産んでも安心して育てていける国として有名です。その福祉を支えているのが全ての自治体に設置されており、国民はだれでも無料で利用できる「ネウボラ」のシステムです。一人の保健師が子どもやその家族と対話を重ねながら、子どもが小学校に入るまでの間、心理面も含め継続的にサポートします。今回は、ネウボラ施設訪問をはじめ、実際にシステムを受けている母親へのインタビューも交えて視察します。

### ◆医療視察◆

#### 精神医療「オープンダイアログ」

フィンランドの西ラップランド地方で生まれた精神治療技法の「オープンダイアログ」は、言葉の回復こそが重要なカギを成すと言われています。この手法がいま、国際的な注目を集めているのは、急性期の統合失調症やうつ病やひきこもり、依存症などに対する治療的介入として、ほとんど薬物治療や入院治療を行わずに、非常に良好な治療成績を上げてきた実績があるためです。今回の視察では、参加者の皆様との対話形式のプロセスを経て、精神科医師、精神科看護師、臨床心理士、作業療法士、ピアサポーターのチーム治療により、一緒にオープンダイアログの理念に導いていきます。

参加者の自己紹介・背景をもとに、治療リーダーが参加者の皆様とコラボしながら進めていきますので、その場で、今何が起きているのか、肌で治療の現場体験を実感できることに、この研修の魅力がございます。／



トルニオから新築移転した新生児科病棟 (北部・西ラップランド地方)

### <オープンダイアログ視察日程>

- 6/10 ヘルシンキ 18:20 発→(国内線)→ケミ 19:55 着 (泊)
- 6/11 終日視察研修(自己紹介・概要)
- 6/12 終日視察研修(治療プロセス・研修のまとめ・ケロブダス病院見学)  
ケミ 20:20 発→(国内線)→ヘルシンキ 21:55 着

※参加定員: 8名様 (参加資格問わず)

### ひとくちメモ

- ◆6月のヘルシンキの最高気温 20℃  
最低気温 10℃ (要・薄手の羽織る物)
- ◆人口: ヘルシンキ都市圏 140万人  
フィンランド 532万人
- ◆高齢化率と合計特殊出生率:  
フィンランド: 23.62% 1.32人  
日本: 30.07% 1.26人
- ◆時差: -6時間 (日本より遅れている)
- ◆通貨: ユーロ€=162.82円 (8/29)
- ◆電圧: 230V、C型プラグ (丸2ピン)
- ◆査証: 不要 (90日以内の観光に限り)
- ◆パスポート: 残存有効期間  
: 要・出入国時3ヶ月以上

◆旅行主催

**MIKI MIKI TOURIST**

株式会社ミキ・ツーリスト  
(観光庁長官登録旅行業第1100号)

◆研修企画・受託販売◆

金沢クリエイティブ・グループ

**ATLAS**

株式会社アトラス旅行

〒921-8161 金沢市有松5-10-24 プラミスビル3F  
TEL:076-259-6133 FAX:076-259-6194  
Email: welcome@atlastours.co.jp

企画担当: 木村幸生 手続き担当: 島野佳子・二川依奈

◆ご予約・問合せは下記QRコードより◆

