

看護部だより

# ひまわり

2010年9月  
発行責任者：山口圭子

Vol.8

## インターンシップを実施して



8月17, 18, 21日に看護学生3名と介護福祉士学生1名が参加してインターンシップを行いました。緒方副部長が病院の概要や勤務・教育体制、看護界のトピックスなどの説明を行った後、院内見学及び部署紹介を各師長にしてもらいました。また、卒後1・2年目の看護師との交流会では、ローテーション研修に関して良かったことやつらかったこと、それをどう乗り越えるかなど具体的な体験談が出されました。学生にとって自分の1年後、2年後を想像しやすかったのではないのでしょうか。参加者の感想には“好印象”と書かれていました。

予定していたインターンシップは終了しましたが、希望があれば病院説明・見学は実施しますので、皆さんの知り合いやご近所の方で当院での就職を検討している学生さんがいましたら、積極的にご紹介下さい。さらに、病院では“看護師紹介キャンペーン”中ですので、Uターンしてくるお友達など、ご紹介お待ちしております！（山口）

## 日本緩和医療学会へ参加して

3階東病棟 松若元子

15年前、私は癌患者の家族として3階東病棟へ来ました。私が癌と向き合うきっかけとなったこの病棟で今働いています。

緩和ケアチームの一員として、今回学会へ参加させて頂きました。学会は場面を想定したディスカッションや症例検討、緩和チームの取り組み、患者家族の苦しみに対する調査などがあり患者本人だけではなく、家族も精神面はもちろん様々な問題に直面しなければいけない、患者の一人なのだという事を考えさせられました。

当院でも5月から病棟緩和カンファレンスが行われています。他職種との情報交換を行い得られたものを、患者への看護につなげようとしています。その結果情報の共有ができ方向性が明確になった、疼痛コントロールに生かされた、深く考えるきっかけになったなどの意見も聞かれています。家族として何もしてあげられなかった後悔ばかりが残り、まだ答えも出ないまま、患者との関わりでも悩み、無力感を感じながらの日々ですが、患者を思う気持ちを大切に、また病棟カンファレンスを通してスタッフの気持ちが一人一人の患者、そして家族へ向けられる時間が、少しでも増えていければと思います。

## ストマリハビリテーションの基本を受講して

3階東病棟 吉田朋代

この講座では、教授による解剖生理、認定看護師によるケアの基本やマーキング方法・社会保障、オストメイトの体験談がありました。

体験談では、ストマ造設までの心境や医療関係者との関わりについて話されました。患者さんにとってストマ造設することはボディイメージの変調等、はかり知れない思いを感じました。看護者の接し方や声かけ、マーキングの重要性、ケアの指導など知識を高めていき、患者との信頼関係が築けるよう看護していきたいと思います。

3階東病棟 下麦カンナ

休憩時間にはパウチの紹介があり、患者さんに薦めるためには商品の特徴を十分把握する必要があると思いました。実際にパウチを装着してみると違和感・痒みなど不快感が強く患者さんの気持ちが少しだけ分かった気がしました。

一番印象に残った事はオストメイトの体験談で、入院中に本音はなかなか話せないと言われていました。私たちは「精神面のケア・サポート」と簡単に使いますが一番難しいと改めて感じました。まずは、今以上にコミュニケーションを大切に、本音を出せる環境づくりをしたいと思います。

# JUMP

## 実習指導案作成

8/5(木) 講師:田口主任

今回の研修は、対象となる学校の実習指導要綱をもとに作成した実習指導案の三観（教材観・学生観・指導観）の再検討と、週案作成のためのグループワークを実施しました。学生観において、「学生のことがよくわかっていなかった」「学生を見る目が厳しかった」「良い面も挙げられる柔軟さが必要」との言葉が聞かれました。指導主任のアドバイスのもと、活発な意見交換がなされ、週案作成が形づくられていました。(切通)



# CAREER

キャリア1年目(15名)

## 看護管理の視点

8/26(木) 講師:緒方副看護部長

看護管理の視点で講義、グループワークがあり、その中でも『指導するときに大切にしたいこと』が印象に残っていたようにした。

『指導するときに大切にしたいこと』

1. 自分を基準にしない
2. 感情的に叱らない
3. 自己肯定感を高める
4. 不完全である自分を受け入れる勇気を！

また、管理をする立場の人たちの大変さが分かったという意見もありました。グループワークを通して臨床倫理の視点を持って考える大切さを学び、倫理的に行動する職場風土を作っていくように一歩ずつ進んでいければと思います。

キャリアは28名になります。全員がキャリア研修企画書を作成し各自で実践中です。1～2年の近い目標、そして10年15年先の長期目標に向けて・・・(瀬戸口)

# ASSISTANT

## 静脈血栓塞栓症予防対策の実際

7/ 8(木) 講師:城ノ下師長

7/13(火) 講師:医療安全管理者・別府師長

静脈血栓塞栓症の予防対策の実際として、早期離床・積極的な下肢運動・弾性ストッキングの装着方法と注意点・間歇的空気圧迫法と合併症などについて、体験談を含めて講義がありました。



講義後、弾性ストッキングの装着、ベッド上で間歇的空気圧迫法（フットポンプ）の装着、下肢運動の体験と声かけを実践しました。弾性ストッキングやフットポンプの装着をはじめて体験する方や、病棟で実際に経験されている方などさまざまでしたが、質問等もあり皆熱心に取り組んでいました。(中富)

## 院内S-QUE研修1000' Eナース コメント

### 7/7放送 「周手術期看護（基礎）」

周手術期看護において主に患者さんの情報収集、術前訪問、術中の管理、術後訪問などを行っています。看護はどこであっても行うことは同じであり、手術室での看護が病棟での看護につながるように看護計画を立てて、アセスメント、評価を行うことを再認識させられました。基本を忘れずに自分のできる看護を行っていこうと思います。手術室看護に興味のある方はぜひご覧ください。(草道)

### 6/16放送 「人工呼吸療法を知ろう」

人工呼吸器の設定や患者さんの観察ポイントなど多くのことが学べます。当院で使用している呼吸器と同型での説明だったので、グラフィックの見方についてはとても分かりやすかったです。はじめて知ることや、改めて大切と感ずることなど、たくさんあると思います。ぜひ見ることをおすすめします。(揚野)

### 7/21放送 「周手術期看護（応用）」

周手術期の中で術中、術後合併症予防のために手術室スタッフの役割や取り組みについて具体的に説明されています。また、手術室・病棟スタッフの密な連携が必要不可欠であると改めて感じました。術中体位による呼吸への影響や体温管理など学べますので、みなさんも是非見てください。(村上・成塚)

### 8/4放送 「患者の心理」

患者の心理を理解し、患者さんとその家族へのトータルケアの支援を考えるというものでした。患者さんの心理を理解し、十分満足してもらえらる援助を行うことは簡単ではありませんが、この研修で得たことを今後の看護に活かせるように努力していきたいと思っています。(森山)

# 教育委員会 研修レポート

## WALKING

### メンバーシップ

7/22(木) 講師:小牧師長

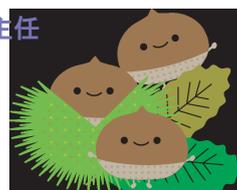


講義の後、自己分析チェックリストを用いて自己分析を行いました。自分の性格を客観的に見つめることで、他のメンバーの特徴にも興味を持てる良い機会になったのではないのでしょうか。後半はグループにわかれ、コミュニケーションゲームを実施しました。自分の持っている情報を他人に見せず、言葉だけで伝達しなければならないゲームでしたが、その情報の中には全く役に立たない情報も組み込まれており情報の伝達だけではなく、得た情報分析の難しさも痛感しているようでした。しかし、みんなイキイキと活発に意見交換出来ており、全問正解出来たチームは1チームのみでしたが他のチームからは悔しがる声も聞こえ有意義な時間を過ごせたようです。今回の研修で得た事を活かし現場でチームの一員としてメンバーシップを発揮してくれることを楽しみにしています。(西野)

## RUNNING

### リーダーシップ

8/12(木) 講師:瀬戸口副主任



#### SBAR

Situation (状況)

Background (背景)

Assessment (評価)

Recommendation (提案)

今回はリーダーシップについての研修でした。リーダーシップについて

の基礎、SBARを用いたDrへの良い報告の仕方についても学びました。

最初はリーダーについてネガティブなイメージを持っていましたが、研

修を通して良いイメージに変わったようでした。今回の学びを活かして、

自分の目指すリーダー像に近づくように頑張っていって欲しいと思い

ます。(木村)

## STEP

### クリティークの実際

7/29(木) グループワーク



前回クリティークの基礎について講義を受け、各自で文献カードを作成しました。今回は各自でまとめた文献カードをそれぞれグループワークし、意見を集約しまとめを行いました。

①目的 ②方法 ③結果 ④考察

をまとめるには何回も文献を読みこむことで少しずつではありますが、クリティークを理解できているようでした。

研修の時間の中でお互い意見を出しあい、良い学びとなったと思います。(和田)

## HOP

### 看護研究の意義、看護研究の進め方

8/21(土) 講師:渡邊理恵氏

看護研究の意義、進め方について講義が行われ、講師の実際の経験から、事例を挙げて分かりやすく説明されました。

講師から『忙しい業務の中で看護研究が必要か』と質問され、“現在の看護をより質の高いものにする。自分の学習のために必要だが、忙しい業務の中で、なかなか積極的に研究をしようという気持ちにはなれない”という意見が多数でした。しかし、講義後の感想には「患者個人の特徴、家族との関係に気付いていく視点が大切だと感じ、今後患者・家族の立場に立った関わりが取れるよう何か改善できる点を見つけ、看護研究に結び付けていきたい」「今までの看護研究は正直強制されて行っていた。研究に取り組むとなるとやっぱり面倒と感じるが今後は楽しみながら取り組みたい」など、研究に対するマイナスの姿勢から、プラスへの変化が感じられました。(長元)



# 私の自慢

## 3階西病棟: 牧山貴弘さん

我が家には目に入れても痛くない超かわいい3人の女の子がいます。去年の今頃でしょうか、妻より「できたかも…」私「うっそ〜マジで…」とびっくり、「今度は男の子？」「父親の夢、キャッチボールができる？」と期待していた頃を思い出します。

相変わらず元気な2人のお姉ちゃん達は、おもちゃの片付けをなかなかしてくれず、パパが怒っても効果がなく困っていたところ、余興で被るちょっと怖いマスク（牧山家では怖いおじさんマスクと呼ぶ）を被って怒ると慌てて片付け、「怖いおじさんが来るよ〜」と言うだけですぐに片付けるようになっていましたが、最近は慣れてきて次の手を考えなくてはと思っているところです。未来もすくすく育ち、やっと笑うようになってきた今日この頃です。子育てと仕事に忙しい毎日ですが、3姉妹の笑顔を見ると疲れも吹き飛んじゃいます。今から「いつかは嫁にっ」と思うと心配ですが、元気に育ってくれることを願っています。



# マイブーム

## 4階東病棟: 辻本あゆみさん



私の趣味は多種多様で、鉄道、旅行（世界遺産めぐり）、フラワーアレンジメント、パワースポットめぐり、どれも1番にはまっています。しかし、3年前から整体の学校に行き、リフレクソロジーの資格を取ってから癒し分野に興味を持っています。最近ではリンパドレナージュの資格を取り、トレーニングを兼ねて自宅サロンを開いています。本当は本業にしたいところではありますが、何せ、3人の高校生、受験生を抱える私……。生活優先でございます。

あと取りたい資格はヘッドスパ、ネイル、エステなど欲望はつきません。技術を磨きながら看護にも活かせればいいなと思っている次第です。アラフォー世代はまだ現役で磨きをかけていきます。

## 図書購入について

教育委員会で以下の日本看護学会論文集を購入しました。師長室で保管していますので、どんどん活用して下さい！

成人看護 I	38回・39回・40回
成人看護 II	40回
看護総合	38回・39回・40回
老年看護	40回
看護管理	38回

## 研修がんばれ〜！！

8/16～31, 9/27～10/9 ファーストレベル 下青木育美  
9/1～11/30 (33日間) セカンドレベル 久保洋子



## 編集後記

今年の夏は猛暑日が続きましたが、夏バテしていませんか？朝から明るく挨拶できていますか？

第一印象は6～15秒程度で決まり、一度決定された印象は簡単には変わらず、人間関係に影響を与えます。“メラビアン法則”では、人が他人から受け取る情報（感情や態度など）は、視覚（見た目・表情・しぐさ・視線）55%、聴覚（声の質・速さ・大きさ・口調）38%、言語（言葉そのものの意味）7%の割合で判断しています。

自分がどのような第一印象を与えやすいかについて、少し考えてみると快適な人間関係を作るのに役立つかもしれません。良い笑顔とアイコンタクト・清潔感の感じられる身だしなみ・きばきとした立ち居振舞い・きはきはきとした明るい話し方を意識してみましょう！