

看護部だより

ひまわり



2013年3月

発行責任者：小牧加代子

Vol. 23

新人研修 1年間の成長と抱負

新人看護師研修のローテーション期間を短縮し、11月末には部署配属するシステムに変更となり2年が経過しました。部署の受け入れ体制や新人看護師の再教育・指導期間にも余裕を持って対応が出来ているのではないでしょうか。6人でスタートした新人研修は、お互い協力し合い、励まし合い、切磋琢磨して一人も欠けることなく、この一年を乗り切つてきました彼らは、3月12日のスターティング研修「フォローアップ研修」の茶話会で、一年間の労をねぎらい、清々しい笑顔をしていました。「看護学生の時より勉強した。精神的に辛かった。」と感想を述べていましたが、それを乗り越えてきた彼らはこれから他の困難もきっと乗り越えていく逞しさを持っていると思います。みんなで支えていきましょう。（小牧）



入職してから早くも1年になります。入職した際は期待というよりは不安が大きかったです。しかしローテーションを通して様々な患者さんとの出会いや各診療科の特性、看護の学びを通して自分自身の自信につながりました。これからは外科病棟の専門性を深めた看護ができるよう日々の学びを深めています。



看護師として勤務しもうすぐ1年になります。毎日責任の重さを感じながら勤務しています。学生の時とすると、考える能力が少し向上したような感じがします。今後は、患者さんの話をしっかりと聞ける看護師を目指していきたいと思います。



入職してから1年が経とうとしています。プリセプターをはじめとするスタッフの方々から多くの学びを受け、少しずつ出来ることが増えてきて、少しずつ自信が付き始めました。しかし、まだまだ知識、技術ともに未熟な部分が多いのが現状です。これからも「日々成長」をモットーにスキルアップに励んでいきたいと思います。



就職して1年が経とうとしています。入職時は一つのことに時間がかかり患者さんやスタッフの方々に迷惑をかけてしまいました。しかしローテーションで各病棟を回りプリセプターや先輩看護師のアドバイスにより学んだことも沢山あります。次は2年目になりますが、初心を忘れず今後も頑張っていきたいと思います。



新人看護師として各部署をローテーションし、1年が経とうとしています。各部署を回る中で、いろいろな患者、家族と出会い、自分の知識の少なさや技術の未熟さに気付くことができました。また、先輩方からたくさんの助言をいただき少しずつ成長していくことができたと思います。この1年間の学びを今後も活かすことができるようこれからも頑張っていきたいと思います。



プリセプターやたくさんのスタッフの方々に支えられ、無事一年間のローテーション研修を終えることが出来ました。たくさんの患者・家族と出会い様々な学びと経験を得ることが出来ました。これからもこの学びを活かし日々学ぶ姿勢を忘れずに患者さんに寄り添った看護が行えるよう頑張っていきたいです。

教育講演会

家族看護の基本～家族力を高める看護～

九州大学病院 急性・重症患者看護専門看護師

久間 朝子先生



H25年2月1日、「家族が患者の支援者として機能できるセルフケア能力を高め家族としての自律を導くケアの実際」についての教育講演会を開催しました。院内から49名、院外から21名の参加でした。



患者にとっての家族の大切さ、家族にとっての患者の大切さを学び、家族看護の重要性について学ぶことのできる研修でした。「患者の一大事は、家族の一大事」であると言われたように、家族は患者の身に起きていることからパニックになることが予想される中で私たちが患者家族への対応・ケアが重要であることを学びました。また、看護師が家族と関わる一つ一つの場面が信頼関係を確立する大切な時間であること、患者の身体面への介入だけではなく、患者や家族の自律を導くために問題となることを早期に捉え介入することの必要性を理解することができ、今後の看護に意識して取り入れていかなければならぬと感じました。（有馬）

教育研修レポート



スタートイング

1/22 SP対応（模擬患者体験）

SP (simulated patient) =模擬患者とは、医学教育や看護教育等の医療関係の授業や演習などで導入されており、模擬患者との会話でそのような状況を経験し、その時の患者が感じた事を率直に教えてもらうことで、患者にとって何が重要であり、自分に何が足りないのかに気付く事ができ、コミュニケーション技術を向上させ看護者としての対応方法を学ぶことで、一人一人の感性を育てることを目的としています。

今回2つの事例を通して、身だしなみ、視線、位置、声の大きさ、スピード、姿勢、アイコンタクト、全体の印象などをフィードバックすることにより、各個人が自分でも気付いていない癖や態度などを知るいいきっかけとなりました。また、他者のケースを傾聴することにより、コミュニケーションテクニックを学ぶよい機会となりました。

(吉永)



2/24 ナラティブ発表

スタートイング研修生6名がそれぞれナラティブを発表し、患者との関わりからの学びを共有しました。発表の中で必要最低限のことを聞いて退室しまう苦手意識があった患者であっても、訪室の回数を多くしたら苦手意識がなくなり色々な話をするようになった、など頗もしい意見などもされました。本当に1年間での学びは深く、1人1人が患者のことを考え、一緒に考え寄り添う気持ちを大切にしていました。これから成長の糧となっていくと思います。もうすぐ2年目となり、これから多くの患者との関わりの中で色々なことに遭遇すると思いますが、時に振り返り、自分の看護観を見つめ直す機会を作ってもらいたいと思います。（有馬）



専門コース(HCU)

1/11 フィジカルアセスメント課題解説研修会

講師：集中ケア認定看護師 猿楽大輔

猿楽集中ケア認定看護師により、これまで4回にわたり講義が行われ、その後、それぞれが課題に取り組み今回最終の講義で課題の内容を振り返る事となりました。

術後の事例を、呼吸・循環・意識（鎮静）をアセスメントし、呼吸器離脱へ向けての援助・早期離床に向けての援助方法を学びました。

ただ漠然と難しいと言う意見もありましたが、これまで4回の講義の中で学んだ内容がほとんど含まれている事例であり、どの項目も複雑ではあるものの、全く理解できない内容ではなかったように思います。

しっかり自己の中で理解し、習得するには、実際に患者さんを通して学んでいく、時間のかかる事だと思われ、2年コースとなった今後、参加メンバーそれぞれが積極的に学び、少しずつ病棟スタッフへ効果的にフィードバックできる環境を作っていく必要があります。（下麦）

プリセプター研修

1/15～3/7

1月15日に平成25年度プリセプター研修の1回目を行いました。新人看護師に対する看護基礎教育の現状や、厚労省の提唱している新人看護師の技術習得と到達目標を理解し、当院の新人看護職員研修について触れながらプリセプターの役割について理解を深めることを研修目的として行いました。

新人看護職員の不安を緩和するためには、職場適応のサポートやメンタルサポート等の体制づくりが必要です。そのため取り入れている屋根瓦方式で厚みのある支援を得て新人看護師は成長し、同時にプリセプターも自分の得意分野や看護観を刺激しながらその役割を果たすことでの成長します。共に頑張ろうという気持ちで頑張りましょう。（村尾）

専門コース（緩和ケア）

12/19、2/20 精神的ケア

講師：緩和ケア認定看護師 松若元子

松若緩和ケア認定看護師により、1回目はH24年12月19日、2回目はH25年2月20日に開催されました。

1回目は、スピリチュアルペインに関して、定義・概論・スピリチュアルケアの方法について、2回目は家族看護に関して学びました。



病院内の事例紹介の中で、患者さんと交した約束をどのように対応し守るのか・・・を、参加者で意見を行いました。正解の無い、難しい内容であり、意見は様々でした。

どの疾患の患者さんにも共通することではありますが、患者さんやその家族の背景にも目を向け、言葉かけや態度一つひとつが大切であることも改めて学んだ講義となりました。

参加メンバー達も積極的に意見交換も行えており、2年コースとなった来年度も楽しみだという意見が多かったです。（下麦）



ステップ

2/28 看護研究発表会

2月28日「平成24年度の看護研究発表会」が行われました。ホップ研修で看護研究について基本から学び、研究計画書を立案しステップ研修へ継続した2年間の研究成果を、短い発表時間内にまとめるのは大変な作業だったと思いますが、どの部署も、とても興味深い内容の研究を分かりやすくまとめました。

普段の自分たちが行っている看護を研究的な視点から振り返る事は、看護の質を向上させるうえで、とても重要なことだと思います。

今回の看護研究の発表を聞いて、看護研究の持つ意味や重要性に気づいたスタッフはとても多いのではないでしょうか。（中森）



院外研修・学会参加報告



第28回日本静脈経腸栄養学会学術集会・教育セミナーに参加して

3階西病棟 溝口二久美

私は2月21日～23日に金沢市で開催された日本静脈経腸栄養学会学術集会とコ・メディカル教育セミナーに参加しました。学術集会では周術期、摂食・嚥下や褥瘡、リハビリ、内科疾患など多分野における演題発表があり、私は褥瘡に関連した栄養管理の演題発表と教育講演に参加しました。栄養素が創に及ぼす影響や栄養に関する検査データと創治癒の関連性など興味深い内容が多くありました。また、2日間参加した教育セミナーでは解剖生理などの基礎、栄養障害の評価、静脈経腸栄養の基礎、小児・在宅などの内容でした。セミナー参加では栄養代謝の基礎や静脈経腸栄養の基礎・根拠を考えることの必要性、さらに症例を通して栄養支援が患者さんのQOLにも深く関わっていることを学びました。現在、リンクナースとして活動していますが、日々知識不足を痛感しています。今後も専門的知識を深め、臨床で活かせるよう努めていきたいと思います。

メディカルサポートセミナーin鹿児島wellbeingと褥瘡対策を考える

外来 栗原恵副主任

1月26日鹿児島市民文化ホール「第2ホール」で開催されたメディカルケアサポートセミナーin鹿児島に参加させて頂きました。研修内容は、「明日から実践褥瘡予防のスキンケア」「身体にかかる圧の影響と対策 体位変換を考える」「治りにくいキズの見方、治し方」の3部に分けての講演でした。

皮膚の機能に始まり、スキンケアとは・・皮膚の観察などの講演内容から「シャボンラッピング」というフットケア。私にとって初めて耳にする言葉にとても興味がわきました。洗浄剤の選択には、当院でも使用している弱酸性石鹼を用い（皮膚のPHに近く界面活性剤が皮膚に低刺激である）少量のお湯、スポンジを用い泡立て（もっちり泡）を袋に入れ患者さんの足をそのまま袋に入れ（汚れが酷い場合）しばらく放置した後、袋ごと足先に向かって石鹼を取り除いた後、洗い流す方法です。皮膚トラブルのある方など傷つきやすい皮膚を清潔に保つのは勿論の事、こすらずに汚れを落とす他、温かい泡を使う事での保湿効果もある。こういった内容や、体位変換で実際どこにどのくらい圧がかかっているかの実践を交えた講演内容でした。マットレスの選択や、除圧、体位変換から褥瘡予防は日々行われていますが、正しい方法で安楽なポジショニングを考えケアしていく事をあらためて学ぶ事ができました。外来看護のなかで、褥瘡ケアや患者の安楽な体位（除圧）など深く関わる事はありませんが、短時間においても褥創の発生に関与する事を頭に置き今後の看護に活かしていきたいと思います。

ラダー教育「キャリア研修者の1年間の活動」紹介

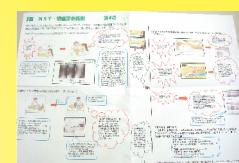
3階西病棟 松元美智子主任

3西病棟看護師 溝口二久美さんのキャリア研修の1年間の活動について、病棟内だけではなく、他部署の方たちにも是非知ってもらいたいと考え、今回その活動状況を紹介します。

病棟のNST/褥瘡委員として、H24年度の自己目標の中に「NSTや褥瘡について知識・技術を深め、整形外科領域の特徴を踏まえた内容をスタッフへ周知することができる。」とし、年間計画を立て取組んできました。自己のスキルアップのために、県内外への研修に意欲的に参加し、その結果を病棟内で伝達研修・実技を含めた勉強会を2回開催しました。

また、自主制作の「NST/褥瘡新聞」をこれまでに4回発行しています。その月に病院、病棟内で起こった問題などをクローズアップし、観察ポイントや実際の看護の方法などについて、細かく調べてわかりやすく新聞に記載しています。スタッフのNSTや褥瘡に関する知識・技術・記録は確実に上達していると思います。

毎回、工夫した素晴らしい新聞が出来上がっていますので、今回皆さんに第4部の新聞の一部を紹介させていただきます。



中学生職場体験

2/20 (川内中央中学校)



2月20日に川内中央中学校の2年生3名が、看護部の職場体験に来てくれました。3名のかわいい女子生徒さん達は看護師や医療職に興味を持っており、初めて白衣に袖を通した“白衣の天使”姿に嬉しそうな笑顔をしていました。病院の紹介と様々な職種の人たちが患者と関わりを持ちながら、安全と安心ができるチーム医療を提供していること、看護師への進路方法などを説明。また実際に自分たちの血圧測定を行ったり、感染管理者認定看護師の中野師長より「正しい手洗い方法などについて」講義と体験をしました。

その後今回は、3階西病棟（整形外科）での看護体験をしました。

忙しく業務をこなしている看護師と行動を共にした、将来看護師さんになるかもしれない学生さんの目には看護の現場がどんな風に見えたのでしょうか？

今回、生徒さんに書いてもらった感想文の中から一部抜粋して掲載します。

- ・看護師さんにとても優しく丁寧にたくさんのこと教えてもらいました。進路について役立つよい機会になりました。
- ・看護師さんはずっと“ニコニコ”していて患者さんと話をするときもお世話をするとともに笑顔を絶やさずにいるから患者さんも信頼し笑顔でいられるんだなあと思いました。
- ・看護師さんの体験の話も聞けて、とてもやりがいのある仕事なんだなあと改めて感じました。
- ・患者さんや看護師さんの「ありがとう」や“笑顔”にたくさんの元気をもらいました。
- ・看護師さんたちは本当に大変で、色々な知識が必要なんだなあと思いました。
- ・1日しか看護体験をしていないけれど、患者さんに「ありがとう」と言ってもらえるのは、何回でも嬉しいとなあと思いました。
- ・患者さんに対しての接し方などを知ることができてとても良かったです。
- ・今日1日、看護体験をして今までより更に、看護師の仕事にたくさん興味が湧いてきました。今日1日「ありがとうございました。」



みなさん！学生さん達の感想文を読んでみていかがでしたか？

こんな風に感じてもらえたのだと思うと、素直にうれしいですよね。自然に笑顔と心が穏やかになります。私たちも学生さん達からたくさんの元気をもらえたと思いませんか？看護の原点を見た気がします。やりがいのある仕事として誇りを持って、また明日からがんばりましょう。（小牧）



ミニナラティブ 4階西病棟 中野輝美

昨年2月突然父から「お母さんが今から市内の病院に行くから来てくれ。」と電話がありました。病院へ行くと「胸部大動脈解離で今から市内の病院へ搬送します。」と医師から言されました。母は4日前から胸部が破裂しそうな痛みを感じ背中の痛みがあったとのこと。救急車の中で「手術はしたくないな。怖い。」と訴えていました。市内の病院へ着くと検査後に医師より「今手術をするべきかもう少しまづべきか悩んでいます。今血液中の酸素の状態が悪く手術をしてもよくなるかわからない。」とのことでした。母の言葉・医師からの言葉で頭の中がパニックです。でも決断しないといけません。看護師として患者・家族がこのような場面に遭遇することもあり今までの自分の対応はこれでよかったのか考えさせられる出来事でした。これからもこのような場面に遭遇した時に相手の立場になって行動できる看護をしていこうと思います。



私が看護学生として市民病院で働き始めて一年が経とうとしています。仕事と勉強の両立で忙しく、最近では机に向かう日々です。今人に自慢できるほどの特技や趣味は特にありませんが、一つだけあげるなら私の趣味は「料理」です。

毎日おいしい料理を作る母がきっかけで、小学生の頃からよく包丁で色々な物を切っていました。決しておいしく出来た試しありませんが、色々な人に「おいしい」と言ってもらえて「また作ってみよう」と内心やる気に満ち溢れていた自分を今でも覚えています。

最近では宿題などでなかなか時間がなく、早く作れ、後片付けも楽な【鍋料理】を主に作ります。鍋料理の中でも、カレー鍋やトマト鍋など色々な種類がありますが作り方は同じな為、毎日色々な味を楽しんでいます。

また、今後時間がある時などは今流行の【キャラ弁（キャラクター弁当）】にも挑戦してみたいなと思っています。



編集後記

教育担当となりこの一年を無事に何とかやって来られました。これもひとえに看護部長をはじめ各師長・看護職員の全ての方々のご協力のおかげだと、心から感謝しお礼を申し上げます。今後も前を向いて一歩一歩、成長できるように努めていきたいと思います。今後とも皆さまのご協力と支援のほどをよろしくお願い致します。（小牧）

