

# がんばれ

看護学生委員会ニュース  
2024年10月 第281号

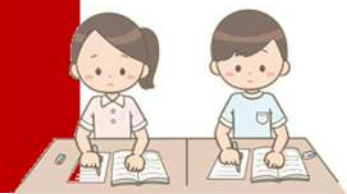


# 看護学生

発行：京都民主医療機関連合会（京都民医連）看護学生委員会  
〒615-0004 京都市右京区西院下花田町21-3 春日ビル4階  
TEL075-314-5011 E-mail: kangogakusei@kyoto-min-iren.org



## 京都民医連オンライン 国試対策講座のお知らせ



京都民医連では看護師国家試験を受験する看護学生さんを対象に、今年も国試対策講座を開催します。25年卒業予定の学生さんを対象にした内容となっておりますが、どの学年の方でもご参加いただけます。ぜひこの機会にお申込みください。

**日程：2024年12月7日(土) 9:30~12:30**

会場：オンライン（ZOOM使用）

参加費：無料

講師：武田看護教育研究所・條谷洋司先生

申込方法：11月25日(月)までに、右のQRコードより必要事項を入力してください。

問合せ先：京都民医連事務局（担当・山路）

TEL：075-314-5011 / Mail: kangogakusei@kyoto-min-iren.org



※京都民医連・看護部ホームページからもお申込みいただけます。

もくじ：

2頁：大切にしている看護（吉祥院病院）

6頁：京都保健会&信和会 奨学金制度のご案内

3頁：私の職場紹介（あすかい病院）

7頁：12月26日合同就職説明会のお知らせ

4頁：介護現場のキラッと看護（茶山のさと）

8頁：休日の過ごし方（京都協立病院）

5頁：私のおススメ（中央病院）

& おたよりお待ちしております

& 10月18日WEB学習会の報告

## 私の大切にしている看護

吉祥院病院 病棟看護課 山口陽菜

私の大切にしている看護は、患者さんのニードを知り、看護師として患者に寄り添った関わりを大切にすることです。

2024年4月に看護師となり、患者さんと関わる中でたくさんの思いを耳にしてきました。慣れない業務の中で、患者さんの思いを最後まで傾聴し対応することが厳しい時もあります。実際に血糖測定のラウンド中に、患者さんから点滴をロックしてほしいとの要望に対して、私は患者さんの昼食時間が差し迫っていたこともあり、血糖測定を優先してしまいその患者さんを待たせてしまいました。患者さんは「頼んだのにすぐやってくれないし、もう帰りたい」と言われ、自分のやるべき業務のことしか考えられていなかった、と気付かされたケースがありました。

慣れない入院生活を送っておられる患者さんにとっては、不安や不満を抱かせることになり、ストレスをより与えてしまったのではないかと感じました。これは、自分が望む患者さんに寄り添い、患者さんのニードに応える行動ではなかったと考えます。すぐに自分が対応できない状況である時、先輩看護師に頼る行動がとれていればよかったと思っています。

また、思いを自発的に発信出来ない方や上手に伝えられない方、実際に疼痛の訴えができなかった方、重度の難聴で容易に思いを発信できない方もおられました。すべてのニードを汲み取ることは容易ではありませんが、個別に沿った方法を多職種で検討し実践することに繋げることができると気付きました。「いつでもナースコールで知らせてくださいね」という声かけや、表情や行動から「何か辛いことはないですか？」など積極的に声を掛けるなど看護実践に繋がっています。

このような個別性のある看護を提供することにより、患者さんがどのようなニードを求めているのかを実際に引き出すことができたケースもあります。その思いは、看護師だけが知っているのではなく、リハビリ担当者や医師などの多職種と共有することが大切と感じています。そのため、カンファレンスや電子カルテ情報システムの充実は大切です。まず、その患者さんを知りたいと思うことが看護実践に繋がっていくのだと実感しています。

今後も、多職種の方々とコミュニケーションをとり、連携の中で患者さんの個別性を理解しながら、患者さんのニードに沿った看護を考えていける看護師になっていきたいと思えます。そして、患者さんが笑顔で過ごせ、ご家族が安心できる場所と感じてもらえるよう自分も笑顔を大切に、看護を提供していきたいです。



# 私の病棟紹介

京都民医連あすかい病院 北3病棟看護師 瀧本薫

私の働いている京都民医連あすかい病院北3病棟は、**病床数 50 床の地域包括ケア病棟**です。

「地域包括ケア病棟」と聞いても、どのような病棟かイメージがつきにくいのではないのでしょうか。

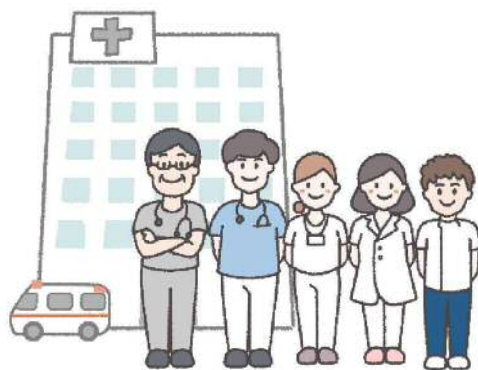
具体的には、①急性期を脱した患者さんの受け入れ②自宅や介護施設からの患者さんの受け入れ③患者さんが生活の場に復帰するための支援といった役割を担っています。

北3病棟に入院されている患者さんが抱える疾患は様々で、例えば骨折やパーキンソン病、心不全、肺炎、慢性呼吸器疾患などが挙げられます。診療科で分けられた病棟でない分、**幅広い疾患への対応**が必要になります。また患者さんの年齢を見ても、20代～100歳以上までいらっしゃるため、それぞれの年齢を考慮した関わりをしています。

北3病棟ではそれぞれの患者さんの状態によって、カンファレンスという話し合いやリハビリテーション、栄養指導、服薬指導など必要な介入を行います。これらには、医師や看護師だけでなく理学療法士や作業療法士、言語聴覚士、薬剤師、医療ソーシャルワーカーなど実に様々な職種が関わっています。患者さんの退院後を見据えて**多職種がチームとなって協働**していく所も、この病棟の特徴です。

患者さんの状況に応じて変化しますが、地域包括ケア病棟は**入院期間が最長 60 日**のため、急性期病棟に比べると患者さん一人一人とじっくり向き合うことができます。そのため、病棟へ来られた時はほとんど寝たきりの状態だった方が、退院される時には自分で身の周りの事ができるまでに回復される場合も多いです。そういった回復の過程を感じながら看護師として日々関われることや、できるようになったことを患者さんと共有できたり**「ありがとう」の言葉**をもらえたりする瞬間が、私にとってのやりがいであり喜びになっていると感じます。

北3病棟では、それぞれの患者さんにとってどのような関わりが最適か、日常的にスタッフ間で話し合いを行いながら柔軟に対応しています。これからも**病院と患者さんの生活する地域の橋渡し役**として、北3病棟スタッフ全体で支援していきたいです。



# 介護現場のキラツと看護

私は、2011年に茶山のさとが老人保健施設として開設された時に、あすかい病院の療養病棟から茶山のさと療養棟に配属され、その時初めて介護分野で働き始めた看護師です。

介護施設で働き始めて感じたことは、疾患の治療が優先され治療が終われば短期間での退院を強いられる病院と比べて、入所の期間に病院ほどの厳しい縛りはなく、利用者の方とゆっくりと、人と人との関わりが持てる時間があるということです。

病的には安定している利用者が入所される施設であるため、その方がその人らしく生活するためには、看護師としてどのような援助を行っていくことが良いのか、生活を最優先に考え利用者に「寄り添う看護」が出来る場所、それが介護施設ではないかと私は考えています。



介護業務の中では、食事・排泄・入浴が三介護として重要視されていますが、茶山のさとは介護食への取り組みが、全国的にも評価されている介護施設です。

介護施設としては珍しく自前調理で、利用者ひとりひとりの嚥下状況や嗜好に合わせた食事提供を行っています。

その中で、病院で経口摂取が困難になり胃瘻造設されて茶山のさとに来られた利用者が、多職種が協力した嚥下に向けての取り組みによって、経口摂取が再開できるようになったり、さらには胃瘻が抜去できた事例も、何例も生まれています。

食べる喜びを奪われた利用者に、再び食べる喜びを感じてもらえたことは、私のなかで大きな経験となっています。



超高齢社会の中、介護人材の不足が大きな問題となっていますが、人材不足の大きな原因が、社会保障費削減の政策にあることは間違いありません。介護が必要な人も、そうでない人も、一人一人が人間として尊重される世の中にするため、皆さんと力を合わせていきたいと思えます。

茶山のさと 療養棟看護師 高橋和基

# 私のおススメ

京都民医連中央病院 武田光里

私のおすすめは趣味をつくることです。現在、卒後2年目になりますが、まだまだ不慣れな事が多く気付かぬうちにストレスを溜めている事があります。そんな時に休日を使って趣味を楽しみ、気分転換の時間をつくるようにしています。

私の最近の趣味はヨガと自然に触れる事です。ヨガは誰の勧めもなく興味本位で始めました。始めるととてもハマってしまい、夜勤前、明けにはほとんど通っています。私の通っているヨガはホットヨガで、大量の汗をかきながらヨガをするので心身ともにデトックスされた気分になります。

もう一つの趣味は自然に触れる事です。最近はお滝をみたり、涼しい時期は山登りにも行きます。滝は京都にはあまりないですが、大阪や滋賀などには沢山あります。ドライブがてら是非行って見て下さい。山登りは登る時挫けそうになりますが、頂上につくと見たことない景色をみる事ができ、頑張った良かったと感じます。夏は気温が高く少ししんどいですが、秋など涼しい季節に行くとすごく気持ちが良いので興味あれば是非行って見て下さい。



## オンライン学習会「実習に役立つ検査データと観察のポイント」に21人参加

10月18日(金)に京都民医連中央病院のHCU師長で集中ケア認定看護師の梅原訓子看護師を講師に、「脱水と呼吸不全(血液ガス分析)」について、わかりやすく講義してもらいました。また、講義だけではなく症例や練習問題もすることで、講義の内容がより身につく学習会になりました。

参加学生からは「代謝性なのか呼吸性なのか、アシドーシスなのかアルカローシスなのか、基準となる値や何が原因でそ

うなっているのか理解することができました」「練習問題が、各ステップに分けられていることでスムーズに

解いていくことができました」「昨年度と合わせて参加したことでより理解し復習のよい機会になりました」「アシドーシスかの判断だけでなくその理由も合わせて考えられたことがよかったし楽しかったです」といった感想を寄せてもらいました。

これからも京都民医連では、学生の学びになる企画を考えていきます。希望テーマなど、ぜひお寄せください。



**練習1**

・80歳の女性。細菌性肺炎で入院。かなり呼吸がしんどそう。酸素7L吸入中。  
 ・Na 141 mEq/L, K 4.1 mEq/L, Cl 108 mEq/L, BUN 10 mg/dL, Cre 0.7 mg/dL, BS 89 mg/dL, pH 7.50, PaO<sub>2</sub> 70 mmHg, PaCO<sub>2</sub> 22 mmHg, HCO<sub>3</sub><sup>-</sup> 10 mEq/L

STEP1: アシドーシス or アルカローシス  
 STEP2: 呼吸性 or 代謝性  
 STEP3: 原因は?

講師 梅原 訓子



# 京都民医連あすかい病院

## 奨学金制度のご紹介



病院 HP はこちら

京都民医連あすかい病院では、看護学校を卒業後、当院に就職を希望される看護学生を対象にした奨学金制度があります。どこの看護学校に在籍されているかは関係なく、制度をご利用いただけます。

※奨学生対象に月 11,000 円の寮あり

■対象：2026～2028年3月看護学校を卒業予定の看護学生

■申込：随時申し込みを受け付けています。

まずは一度、ぜひ病院見学にきてください。

病院紹介と併せて奨学金制度についてご案内します。

↓↓お申し込み・問い合わせはこちらから↓↓

<http://shinwakai-nurse.com/contact.html>



申込はこちら↑  
からも読み込み◎



# 公益社団法人京都保健会

## 奨学生募集のお知らせ

京都保健会の看護学生向け奨学生募集は下記の通り期間が決まっています。

■奨学生募集期間：2024年11月1日(金)～11月15日(金)

■対象：2024年現在、看護課程履修学校在学学生

■応募条件：事前に、当法人が下記日程で開催する奨学金説明会に必ず参加すること

説明会：2024年10月19日(土)①9:30～ or ②11:30～

※①会場は京都保健会 / ②会場はWEB(ZOOM使用) です。

※奨学金制度・応募方法・説明会申込方法の詳細については、  
京都保健会ホームページをご覧ください。

HPはこちら→  
からも閲覧OKです





京都民医連グループ  
看護学生向け

地域に根差した  
優しい看護  
に

# 合同就職 説明会

【公益社団法人 信和会】

京都民医連あすかい病院

【公益社団法人 京都保健会】

京都民医連中央病院

吉祥院病院

京都協立病院

【医療法人 葵会】

介護医療院 おおみや葵の郷

病院的HPは  
こちらからご覧  
いただけます▶



## 説明会 内容

京都民医連と看護の紹介、初期研修制度、先輩看護師の研修紹介、研修病院の紹介、福利厚生について

法人別の質問コーナー(自由参加)も予定しています

# 2024年12月26日(木)

## 13:00～15:00(予定)

会場：京都民医連 3階会議室 or WEB

対象：看護学生（全学年）

既卒看護師・低学年の学生さんも大歓迎

申込×切り：12月16日(月)

申込は  
こちら



お問合せ先：京都民医連事務局(山路)TEL：075-314-5011/kangogakusei@kyoto-min-iren.org

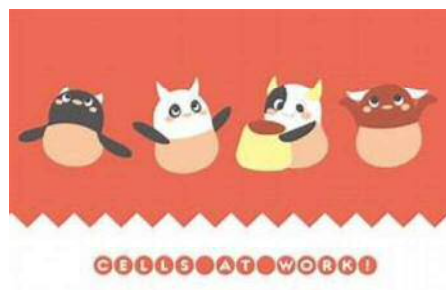
〒615-0004 京都府京都市右京区西院下花田町21-3 春日ビル4階

# 休日の過ごし方

京都協立病院 外来：阪梨知代

私の休日や隙間時間のリフレッシュ方法は、タブレットで本や漫画を読むことです。以前から手軽な文庫本や漫画が好きで、時間があるときは読んでいたのですが近年タブレットの進化で、画面のフルーライトカットや明るさ設定でナイトモードにもできるので目に優しく大画面で本がととも読みやすくなりました。タブレットで読む漫画は特に高画質で、絵の解像度が上がり鮮明なうえに、片手で読めるのでとても快適です。

今回は漫画の中から有名ですが、2作品おすすめを紹介したいと思います。まず、1作目は8歳の子どもとも、楽しく見れる「はたらく細胞」です。主人公は赤血球さんや白血球さんといった細胞たちです。血小板ちゃんや乳酸菌も可愛くて、読んでいると笑顔になれ、癒されます。この作品はアニメ化もされていて、実写映画が2024年12月に公開予定なのでぜひ、先に原作漫画かアニメを見てもらえたらと思います。もう1作は「わたしの幸せな結婚」です。こちらもアニメ化、実写映画化されています。原作の文庫本は8巻まで発売されており、タブレットでも文庫本が全て読める作品です。主人公の美世が苦しい境遇にありながらも、ひたむきに頑張る姿に毎回感動します。漫画も出ていますが文章だけでも周りの景色や登場人物の心情が想像しやすく、とても読みやすい本です。



\*「はたらく細胞」の乳酸菌\*



おたより  
お待ちしております

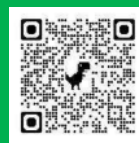


おたよりで寄せられた質問については、看護師さんに聞いたりしています♪



学校生活のこと、質問などを、ぜひお寄せください☆

右のQRコードから、ぜひ投稿してください。抽選で図書カード500円分をお送りいたします。



(編集担当：山路♪)