

がんぼね

看護学生委員会ニュース
2024年11月 第282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) 9:30~15:30

10月号での案内をお詫びして訂正します。終了時間は15:30です。

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（あすかい病院） | 6頁：私の職場の先輩看護師（中央病院） |
| 3頁：私の部署紹介（吉祥院訪問看護ステーション） | 7頁：12/26(木)京都民医連合同就職説明会ご案内 |
| 4頁：介護現場のキラッと看護（老健西ノ京） | 8頁：休日の過ごし方（中央病院） |
| 5頁：実習アドバイス（あすかい病院） | 学習会「12/20(金)心電図モニターの見方」 |
- ご案内&おたよりお待ちしております

大切にしている看護

私が大切にしている看護は、**患者の本当の思いを尊重する看護**です。それは、看護の目的の一つが、患者の望む生活を支えることでありながらも、相手の望みや考えを知るとはとても難しいと感じているからです。

同じような病状でも、本人の性格やこれまでの人生経験の違いから、**それぞれの患者で考え方は異なります**。例えば、疼痛は身体に様々な影響を与えるため、軽減したほうがいいですが、疼痛があることで生きていると感じる患者もいます。さらに、同じ患者でも、病気の進行などに伴い、思いが大きく変化することもあります。

看護学校時代の心理学の講師の言葉で印象に残っているものに、「私が心理学を学んで分かったことは、**人の心は分からない**ということです」という言葉があります。人間は、日々の生活の中で心身ともに変化している生き物であるため、当然**考えもその時々で変化する**ものです。特に、病気という自身に大きな変化が生じているときは、心身ともに不安定となりやすく、当然考えもゆらぎが生じます。そのゆらいでいる中の患者を支え、本当にしたいことを支援することが看護師の役割となります。

そのゆらぎやすい患者の思いを捉えるには、当然患者と話したり観察したりと情報収集も大切ですが、自分1人で考えただけでは、平面的な考えとなってしまいます。他の看護師や、医師など**多職種と話し合う**ことで、それぞれの立場からみた患者を知ることができ、患者を立体的に捉えることができ、患者の本当の思いをすることに繋がります。



皆さんが看護師になった際に、それぞれの大切にしている看護について聞くことができることを楽しみにしています。

あすかい病院 緩和ケア病棟看護師 林田慈人

私の部署紹介

吉祥院訪問看護ステーション 内野 紗代

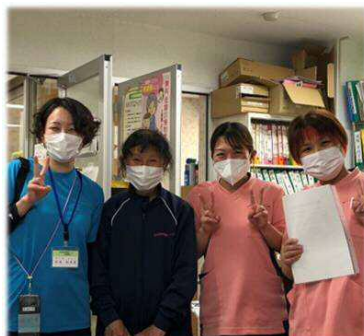
吉祥院訪問看護ステーションを紹介します。

当事業所は、京都市南区の吉祥院病院に併設し看護師 13 名が在籍する中規模な訪問看護ステーションです。「些細なことでも相談しやすく、みんなで話し合える職場」「経験がなくてもスタッフが互いをフォローしてくれて、色々出来るようになってきた」「毎日色々なことがあるが、刺激と感動がいっぱい」、それぞれ急性期病院や手術室・ICU など、いろんな場所で働いてきた看護師が、これまでの経験や知識を活かし活躍しています。そんな、吉祥院訪問看護ステーションでの事例を紹介します。

101 歳代の女性です。アルツハイマー型認知症・抑うつ・パーキンソン病をお持ちです。息子さんご夫婦と住まわれていますが、お嫁さんは高度難聴があり自宅介護が難しい状況でした。そのため、A 病院に併設している看護小規模多機能型居宅介護を 20XX 年から利用し、自宅介護を継続されていました。しかし、主たる介護者であった息子さんに癌が見つかりました。訪問看護で息子さんの闘病も支え、ご自宅で看取ることができました。親より先に逝ってしまった息子さんの死をどう伝えるか悩みました。ご家族の意向を尊重し、本人には心身的に大きな負担がかかるだろうと葬儀直前まで伝えませんでした。伝えた時には、落ち込み、涙し、本当に可哀そうでした。それでも「生きていく」ことを頑張られました。自分でスプーンを持ち、自分で食べることにこだわり「生きたい」という思いが「生」を繋いだんだと思います。

その後、ひ孫も生まれ、B 施設へ面会に来られた際には抱っこすることもできました。施設で毎日お泊りもされながら令和 6 年 Y 月には 101 歳を迎えられました。現在、食事量はずいぶんと減り、自力で食べることも厳しくなっています。スタッフの食事介助・点滴往診を受けながら、B 施設と訪問看護だけでなく、A 病院往診や病棟など他部署でも関わり、今もチームで支えています。私は毎日、ご本人の具合が心配で顔を覗きますが、まだまだ元気な姿を見せてくれています。その姿にこちらも笑顔になり嬉しくなります。あと何年、数ヶ月、訪問看護で関わられるかわかりませんが、その人を大切に思い、ご家族と共にこれからも支えていきたいと思っています。(掲載に際し、ご家族から承諾をいただいています)

今後、確実にニーズが伸びていくのが訪問看護です。近年、地域医療の人材確保や生活の視点を中心とした看護師育成が進められてきています。吉祥院訪問看護ステーションでも、吉祥院病院と共に新卒看護師受け入れプロジェクトを立ち上げ、新人看護師を受け入れる準備を進めてきました。訪問看護をやりたい看護学生さん、訪問看護初心者の方、私たちと一緒に訪問看護にチャレンジしてみませんか。在宅看護のインターンシップなども随時行っていますので、是非一度見に来て



くださいね。待ってまーす。

KIRATTO-KANGO STORY



シリーズ：介護の現場で働くキラッ★と看護師さん

介護老人保健施設 西の京

看護師長 野中知栄

介護老人保健施設の事を「老健（ろうけん）」と略します。老健は、入所された利用者さんに健康・栄養管理・リハビリ・リクリエーション等を行い、入所された時よりも少し元気になって、また、住み慣れた家に戻っていただく施設です。

でも、認知症の進行やADLの低下等から家での介護が難しくなり、他施設へ入所となったり、自然な老いの過程の中で、施設で「看取り」を行うケースもあります。

Aさんは92歳の女性です。元気な頃は、日本舞踊やお習字や水墨画が趣味でした。Aさんは老衰という経過で、西の京で終末期を迎えることとなりました。

看護師は、Aさんの身体の観察を行います。呼吸の乱れはないか、浮腫はないか、褥瘡になりそうなところはないか、食事や水分の入り具合や尿量はどうか等、観察する項目はいっぱいあります。また、室温・採光やシーツにしわがないか、静けさはどうか等、環境を整えることも行います。「看取りのケア」では、「何もしないケア」も大切です。それは、何をするでもなく、短時間でも時を共にして寄り添い、優しく声をかけたり、手を握ったり、手足や背中をさすったりというケアです。また、面会に来られたご家族に、Aさんのご様子を伝え、ご家族からAさんに対する思いをお聞きしたりして、Aさんを中心にご家族や、多くの他スタッフと協力しながら最期の時を迎える準備をしています。

こういったケアを行う中で、Aさんは声をかけると、うっすらと目を開け、少し微笑んだような表情を見せてくださいます。お習字や日本舞踊のお話をすると、頷かれるようすも伺えます。このように老健西の京ではこれからも、自然な老いの過程の中で、施設で最期を迎えられるケアを提供していきたいと考えています。





実習アドバイス

京都民医連あすかい病院 回復期リハ病棟看護師 成瀬瑞穂

みなさんこんにちは！

今年は夏が長く暑かった日がようやく落ち着き、一気に涼しくなってきましたね。季節の変わり目は体調を崩しやすい季節ですので体調に気を付けて下さい。

今回は実習のアドバイスや私が学生の時から大切にしてきたことについて話していきたいと思います。

① 患者さんを知る！！

情報収集の手段としてカルテや病棟スタッフ、家族から話を聞いたりして情報を集め、事前学習などで病気についても学んでいると思います。その上で、実習では実際に患者さんのもとへ足を運び患者さん自身と積極的にコミュニケーションをとることが大切になってきます。

コミュニケーションを通して、話の内容だけでなく表情や声のトーン、仕草といった細かなところも患者さんを知る上で大切です。

実習では、受け持つ患者さんが1人または多くて2人なので、期間中にしっかりと患者さんと向き合う事で信頼関係を築くことが出来ます。学生だからこそ気づけることもあります。患者さんにとって必要な看護を考えることに繋がるので、患者さんとの時間を大切にしてください。

② 体調を整えて実習にくる！！

実習期間中は多くの記録や課題があり、家に帰ってから寝る時間が削られることが多いと思います。私自身も、帰宅後に記録と課題に時間を取られ、睡眠時間が十分に取れない日が多くありました。

実習は自分だけではなく、患者さんにも事前に伝えていきます。コミュニケーションがうまくできなくても頑張っていることが伝わっています。もし体調不良で実習を休んでしまうと、患者さんに心配をかけてしまいます。

実習期間中は、緊張もあって体調を崩しやすいと思いますが、自分の息抜きの時間をつくって、カラダとココロをリフレッシュさせて実習を万全な体調で挑めるようにしてください。

これからの実習が学びの多いものになる事を願っています。



私の職場の先輩看護師さんへインタビュー

京都民医連中央病院 4B 病棟

(聞き手)2 年目看護師 清水琴美 / 先輩看護師(3 年目)

Q.1 職場の特徴を教えてください

A. 中央病院の 4B 病棟は消化器内科と小児科の混合病棟です。検査入院が多く、患者さんの入れ替わりが多いことも特徴の一つです。

Q.2 1日のスケジュールは？

A. 当院は 3 交代制でスタッフが働いています。日勤では朝に申し送りがあり、午前中はバイタルサイン測定や検査出し、入退院の処理を中心に行っています。合間の時間ではカルテ記載や清潔ケアも行っています。午後からはバイタルサインの再検や午前中にやり残したケアなどを行っています。また内視鏡の出棟も多いです。準夜勤では 21 時が消灯時間なため、それまでに食事介助や清潔ケア、バイタルサイン測定などを行っています。消灯後にはカルテ記載や点滴の準備を行っています。深夜勤では 6 時が起床時間なため、それまでに情報収集や点滴の準備、見回りなどを行っています。起床後にはバイタルサイン測定や清潔ケア、朝食の配膳、食事介助などを行います。決められた時間の中で常に優先順位を意識しながら働いています。

Q.3 うれしかったこと を教えてください

A. 消化器内科のため、患者さんの中にはアルコールの疾患や胆管炎など入退院を繰り返される方が多いです。そのため看護師の顔を覚えてくれている患者さんもおり、「あなたが見てくれるのね、安心するわ」と声を掛けて貰えるのが嬉しく感じました。患者さんとの信頼関係が築けているのだと実感しました。

Q.4 辛い時、その乗り越え方は？

A. つらい時は自分の好きなことをして気持ちを切り替えます。失敗した時などはメモをして振り返り、先輩や同期に相談し反省点・改善点を考えて次に活かします。

Q.5 初期研修で良かったところ

A. 年齢の違う同期や普段話す機会がない同期など研修を通して、相談し合うことで仲良くなれます。

Q.6 学生さんへのメッセージ

A. 臨床は実習とは違い、責任感があって辛いこともあります。患者さんに関わることで楽しさもあります。ぜひ、民医連で一緒に働きましょう。



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
を

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

京都民医連中央病院 4A 病棟 藤田啓人

休日はメリハリを付けて楽しんでいます。例えば、寝る時は一日中寝て遊ぶときはとことん遊んでいます。遊ぶときの具体例として朝の6時から起き朝ごはんを喫茶店に食べに行きその後キャッチボールやランニングを友達と一緒に楽しんでいます。身体を動かすことが好きなのでバッティングセンターやボーリング、スポッチャに友達とよくいきます。またスポーツの中でも野球が特に好きなので半年に一回のペースで地元の友達とチームを結成して野球の大会に出場しています。色々な人と仲良くなれるのでとてもいい機会です。

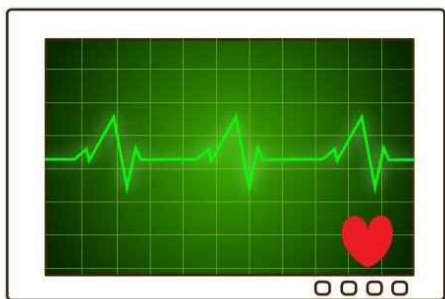
その後、スポーツでかいた汗を流すために銭湯に行き身体を休めています。京都には有名な銭湯が多いのでとてもお勧めです。

このように僕はONとOFFを切り替えながらプライベートを楽しんでいます。

実習や課題などで大変だと思いますが、皆さんも休むと人生を謳歌して下さい。



看護学生向けWEB学習会 第3弾のお知らせ



心電図モニターの見方

日程：2024年12月20日(金)

18:00~19:00

講師：永井 克弘氏

(川端診療所 臨床工学技士)

※申込み締切：12月13日(金)

←←QRコードからお申込みください。

資料は12/13以降配信予定です。



おたより、おまちしております

学校生活のこと、質問など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♪)



ここからどうぞ