# がんばれ看学生

看護学生委員会ニュース
2026 年 10 月　第 299 号



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

## 2026 年度京都民医連看護学生委員会主催
## WEB 学習会第 3 弾のお知らせ

京都民医連看学生委員会では、看護学生さん向けに、京都民医連内の認定看護師さんなどを講師に招いて学習会を企画しています。普段の学習でわからないことなどもぜひ聞いてみてください！（参加費は無料です）



**脳神経の解剖生理を学ぶ**

日程：2026 年 12 月 18 日（金）18:00～19:00

講師：京都民医連あすかい病院・看護師

会　場：オンライン（ZOOM 使用）

※申込み方法・締め切り：12 月 10 日(木)〆切り

右の QR コードからお申込みください→

１２月５日(土)国試対策講座のご案内は７ページをご確認ください。

もくじ：

1 頁：12/18(金)web 学習会のご案内
2 頁：私が大切にしている看護（吉祥院病院）
3 頁：私の部署紹介（あすかい病院）
4 頁：連載「多職種連携の力」
（居宅支援吉祥院・ケアマネジャー）
5 頁：休日のすごし方＆かんたんレシピ♪
6 頁：あすかい病院奨学金説明会のご案内
7 頁：12/5(土)国試対策講座のお知らせ
8 頁：私のおススメ
＆おたよりありがとうございます
＆おたよりお待ちしております

# 私が大切にしている看護

私の看護観は、「患者さんに『あなたがいてくれて良かった』と思ってもらえる看護を提供すること」です。

私は看護学生の頃から、患者さんとのコミュニケーションを大切にしてきました。看護師の役割は、治療の補助や日常生活の援助だけではなく、患者さんの気持ちに寄り添い、不安や苦痛を少しでも軽減することだと考えています。そのため、一人ひとりの患者さんと丁寧に関わり、その人らしさを尊重した看護を大切にしています。

このような看護観を持つようになった背景には、幼い頃から高齢者と関わることが好きだった経験があります。祖父母が大好きで、現在も祖母の家へ会いに行くことが多くあります。祖母との会話を通して、相手の話を聴き、一緒に時間を過ごすことが、安心感や喜びにつながることを自然と学びました。その経験から、高齢者と関わることに親しみを感じるようになりました。

看護学生時代の実習では、患者さんとのコミュニケーションの大切さを実感しました。入院中の患者さんは、不安や悩みを抱えて過ごしており、誰かに話を聴いてほしいと思っていることもあります。患者さんの話を聴くことで、表情が和らぎ、安心された様子がみられる場面がありました。その経験から、看護師がそばにいることや話を聴くことそのものが、患者さんの支えになることを学びました。

現在、看護師として働く中では、安全で質の高い看護を提供するために、知識や技術を身につけ、継続して学ぶことの重要性を感じています。一方で、看護が単なる業務にならないことも大切だと考えています。同じ病気であっても、患者さんが抱える不安や苦痛、望むことは一人ひとり異なります。だからこそ、目の前の患者さんを一人の人として尊重し、「この人は何を思っているのか」「何を求めているのか」を考えながら関わることを大切にしています。

入院生活は、患者さんにとって慣れない環境であり、不安を抱える時間でもあります。だからこそ、笑顔で接すること、話を聴くこと、何気ない会話を大切にすることが、患者さんの安心につながると考えています。小さな関わりを積み重ね、信頼関係を築くことも看護の大切な役割です。

今後も知識や技術の向上に努めるとともに、患者さんとの関わりを大切にしていきます。そして、「話を聴いてくれてありがとう」「あなたがいてくれて安心した」と言ってもらえるような看護師を目指します。患者さんの心に寄り添い、一人ひとりに向き合う姿勢を忘れず、人として信頼される看護師であり続けることが、私の目指す看護です。

吉祥院病院　病棟看護課　K・M



# 私の部署紹介

京都民医連あすかい病院　北3病棟（地域包括ケア病棟）I・M

私は地域包括ケア病棟に勤務しています。

地域包括ケア病棟では、急性期の治療を終えた患者さんや、在宅・施設で療養中にレスパイトや病状悪化により入院が必要となった患者さんを受け入れています。患者さんが自宅や住み慣れた地域で安心して生活できるように、医師、看護師、介護福祉士、リハビリスタッフ、MSW等の多職種が連携し、治療やリハビリテーションを行いながら、退院後の生活を見据えた支援をしています。

地域包括ケア病棟では、入院中の治療だけでなく、「退院後にどのような生活を送るのか」ということを大切にしています。その為、入院前の生活状況やADL、社会資源、住環境などを把握し、退院前には必要に応じて自宅訪問や退院前カンファレンスを行い、多職種で準備を進めています。定期的なカンファレンスだけでなく、日々の患者さんの変化を情報共有しながら、ケアや環境を調整しています。また、その人らしい生活を過ごすことができるようにそれぞれのスタッフが日々のコミュニケーションを大切にしながら、患者さんやご家族の思いに寄り添えるよう心掛けています。

私が働いている地域包括ケア病棟の雰囲気は穏やかであり、患者さんとスタッフの笑顔が多くみられる病棟です。分からないことや困ったことがあった時には先輩に相談できやすい環境で、スタッフ同士で支えながら働いています！

私は日々の患者さんとの関わりを通して、入院時にはできなかったことが少しずつできるようになる過程や患者さんの状態が回復する過程をみることができ、「これなら安心して家に帰ることができそうです」「ありがとう」「こんなに良くなるとは思わなかった」と言っていただけた時には、患者さんの生活を支える看護ができたことを実感します。

学生の皆さんは、実習やテスト、国家試験に向けての勉強など、日々大変だと思います。忙しい中でも、体調に気を付けて、リフレッシュする時間を大切にしてください！

就職に向けて病院見学に来られた際には、ぜひ地域包括ケア病棟にも足を運んでいただけると嬉しいです。実際の病棟の雰囲気や、患者さんとスタッフの関わりを見ていただき、地域包括ケア病棟で働く魅力を感じてもらえたらと思います！

皆さんと一緒に看護師として働ける日が来ることを願い、応援しています。



Interprofessional Work



# 連載『多職種連携の力』

京都民医連の各職種から、看護師に期待すること、看護師の仕事のことや、魅力・やりがい・役割を、シリーズで紹介します。今回は介護保険制度の要、ケアマネジャーからです。

## 看護師とケアマネジャーで支える安心の暮らし

居宅支援吉祥院病院ケアマネジャー　M・Y

私たちケアマネジャーは、訪問看護や外来看護師、病棟、往診の看護師等と多職種連携を取っています。介護保険では、特に訪問看護との関わりが一番多くなっています。訪問看護は健康観察だけでなく、入浴支援、精神支援等多岐にわたって支援される事が多く、医療連携はもちろん、医療面や生活面での気付きを共有し、私たちケアマネジャーから他事業所へ情報を発信。利用者がよりよく在宅生活が営めるようにチームで協力して支援しています。

特に、ターミナル期の利用者への対応は、とても繊細で、本人だけでなくご家族の支援も重要になってきます。最期をお迎えする利用者もその家族も不安が多く訪問看護の寄り添いが大切です。看護師を本当に頼りにされ最期の時まで寄り添いを深め不安の傾聴や支援をすることでご家族も安心して送り出せる心持が出来ているように思います。また、ターミナル期は医療面が主で、介護保険での支援は多くありません。緊迫した状況が続くため、ケアマネジャーを含む介護従事者が、本人や家族との関係性を密にする事が困難な時も少なくありません。そんな時に訪問している看護師が用具の必要性や「ケアマネにも相談したらいいよ」アドバイスをして下さることで関係性が上手く行く事もあり、架け橋となる役目も果たしてくださっています。

病棟看護師ともまた、退院前カンファレンスや在宅に戻るにあたり一人で内服が飲めるように訓練を行ってもらったり、更衣や排せつがどの程度自身で出来るかの評価して貰ったりと在宅に戻る為の強力な戦力として連携を深めています。

外来や往診の看護師も外来患者の変化や気付きの情報、区分変更が必要ではないか等の提案も頂き、自宅では分らない情報を共有してくださいます。往診看護師は、往診後の状態の変化はもちろん、内服の変更など瞬時に共有、また、ケアマネサイドからの情報から医師との連携を図り健康管理をしっかり行ってくださっています。

このようにケアマネジャーと看護師の関りはとても密です。チームで利用者を支えています。看護師は、多岐にわたり多職種との連携を図り患者・利用者一人一人と向き合いながら意思尊重を図る本当に重要な仕事だと思っています。私たちケアマネジャーにとっても心強く一緒に考え時を刻むお手伝いが出来ている事を嬉しく思っています。

皆さんが、一緒に働く仲間として、チームとして患者・利用者を支えられるお手伝いが出来る日を楽しみにしています。



# 休日のすごし方

京都協立病院　3階回復期リハ病棟　K.N

私の休日の過ごし方は、2つあります。

まず連休があった場合は、映画を見に行きます。ジャンルはバラバラなのですが、ディズニーが好きなのでよくディズニー映画を見に行きます。最近はトイストーリー5を見に行きました。ディズニー映画は、家でもよく見たりしています。ファンタジー要素もあれば、感動することもあり、とても楽しいです。ディズニー好きな方はぜひいろんなディズニー映画を見てみてください。



ちなみに私のおすすめのディズニー映画は、塔の上のラプンツェルや、トイストーリーシリーズです。また映画が始まるまでの時間や、映画が終わった後はショッピングをしたりします。給料日のあとは、ご褒美として特に買ってしまうことが多いです。皆さんも何か自身へのご褒美で買い物をしてみてもいいかもしれません。

連休がない日の休日は、家で見逃したテレビ番組や好きなアーティストの音楽聴いたり動画を見ています。好きなアーティストの音楽は、仕事を頑張る源になります。またライブに行くこともあるのですが、中々当選しないことも多いです。またライブに行けるように日々仕事を頑張っています。またグッズもよく購入します。推し活を日々楽しんでいます。皆さんにも何か頑張れる源があるとより勉強や実習のモチベーションに繋がると思います。まだ何もない人がいればぜひ、モチベーションがあがるようなことを見つけてみて下さい。

**いつでも元気　2026年10月号「食と健康」より　具だくさんおにぎり**

## 干し芋×ナッツ×じゃこ

**【材料　一人分】**

干し芋・・・・・・・・・・３０ｇ
ミックスナッツ(有塩)・・２０ｇ
暖かいご飯・・・・・・１００ｇ
ちりめんじゃこ・・・・大さじ１

**【つくり方】**

①干し芋は１cm角に、ミックスナッツは粗く刻む
②温かいご飯に①とちりめんじゃこを入れて混ぜる。味をみて足りないようなら塩少々（分量外）を加えて混ぜ合わせ、好みのおにぎり型に成型する。

**～具だくさんおにぎりのコンセプトは、**
**“ま・ご・わ・や・さ・し・い・こ”です。一般的に、体に良い食材を表す言葉として「ま(豆)・ご(ゴマ)・わ(ワカメ/海藻類)・や(野菜)・さ(魚)・し(椎茸/キノコ類)・い(芋)」が知られています。そこにあえてこを足したのは、米の意味を含ませたのです。（いつでも元気　川越光笑さんの記事**
**→詳しく知りたい方は８ページのGoogleフォームからお問い合わせを）**





# 京都民医連あすかい病院
# 奨学金説明会のご案内

## 対面開催（会場：あすかい病院※お申し込み後に詳しい会場を連絡します）

**①2026年12月28日（月）14:00～15:00**

※申込締め切り　12/22（火）

**②2027年1月16日（土）10:00～11:00**

※申込締め切り　1/7（木）

## WEB 開催（Zoom 使用）

**③2027年1月5日（火）14:00～15:00**

※申込締め切り　12/28（月）



**対象**　看護系大学・専門学校　入学予定者
看護学校に在籍中の学生（学年問わない）

**内容**　病院紹介、奨学金制度の説明

## 貸与額　50～200万円

※4年課程に限り卒業年度に50万円の増額申請可

お申込みは
こちらから

奨学金

**参加方法**　①WEB開催の場合
【参加場所と方法】各参加者が個人で自宅から参加
【使用ツール】オンライン会議ツール『ZOOM』
②対面開催の場合
あすかい病院にて開催。申込後詳しい会場をお知らせします。

公式instagram

あすかい

公式ホームページ

（お問合せ先）公益社団法人信和会　京都民医連あすかい病院
住所：京都市左京区田中飛鳥井町89
TEL：075-712-9082（看護師長室直通）
看護部/看学生担当　物部・岡本まで



京都民医連 主催

看護学生のための

# 国試対策講座

## 12/5(土) 9:30 -15:30

この冬、看護師国家試験のポイントを学ぶ！！

対　象：看護学生（全学年参加OK）
※講座の内容は第116回国試対策（2027年2月）となっております。
会　場：京都民医連事務局会議室
日　程：2026年12月5日(土)　9：30～15：30（休憩1時間）
参加費：無料
講　師：武田看護教育研究所・條谷洋司氏
申　込：右のQRコードより、必要事項を入力してください。
問合せ：京都民医連事務局（担当・山路）
TEL075-314-5011/Mail　kangogakusei@kyoto-min-iren.org

申込み締め切り
11月18日(水)

## わたしのおススメ

### 疲れの癒し方は、「食べる・飲む・寝る」です！

京都民医連中央病院　４Ａ病棟　T.S

仕事などで疲れたときは、家で好きなおつまみを作って、お酒を飲むのが私の定番です。私はお酒が好きなので、ビールやお茶割りを飲みながら、好きな音楽や映画を見てゆっくり過ごすと、仕事のことを忘れて気分転換になります。特におすすめのおつまみは、海鮮カルパッチョ、アボカドを使った料理、なすの揚げ浸しです。最近は大葉やミョウガなどの薬味にもハマっています。薬味をたっぷり使うと、さっぱりしていて食べやすく、簡単な料理でもちょっと特別な感じになるのでおすすめです！

また、友達とご飯を食べに行くことも、私にとって大きな気分転換になります。美味しいものを食べながら、仕事の話や何気ない話をしてたくさん笑うと、自然と元気になります。




そして、最後はゆっくりお風呂に入って、しっかり寝る！疲れたときは無理に頑張ろうとせず、自分の好きなことをして、しっかり休むことが大切だと思っています。

みなさんも疲れたときは無理をせず、自分なりの「好き！」を楽しんで、しっかり元気をチャージしてください！

## おたよりコーナー

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お答えします♪

国家試験対策や、実際に働く看護師さんたちのお話などさまざまな情報を得ることができて、とても良いです。

忙しい学校生活の中、バイトや課題などてんやわんやでなかなか大変ですが、読むと少し不安が和らぐ気もします。

（P.N.　おはな　さん）

☆おたよりありがとうございます♪引き続き、役に立つ「ばれ看」を目指します。

**おたよりありがとうございます！**
**学校生活のこと、質問などを、ぜひお寄せください☆**

下の 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♪）