

がんばれ看護学生!!

2012年2・3月合併号 第180号

発行：京都民主医療機関協会 ホームページ：<http://www.kyoto-min-iren.org> E-Mail：kangogakusei@kyoto-min-iren.org

〒615-0004 京都市右京区西院下花田町21-3 春日ビル4階 TEL (075)314-5011 FAX (075)314-5017

2013年春 京都民医連新歓企画

看護学生 新入生歓迎 & 交流企画のご案内



京都民医連では、看護学生新入生歓迎企画を開催します。学校や学年を越えて、看護師を目指す仲間が集まり、楽しく交流しましょう。

この春、看護学校に入学されるみなさん。看護学生生活の第一歩として、お友達も誘ってぜひご参加ください。先輩の看護学生さんは、ぜひ新入生のみなさんを歓迎し、一緒に楽しみましょう。皆さんの参加をお待ちしています!!!



詳しい案内は2ページをご覧ください。

写真は、昨年のものです。



今月の記事

- 1~2p 新歓企画のご案内
- 3p ことしの抱負・二十歳の抱負
- 4p 今月の一押しナース⑦
- 5p わたしの看護観
- 6p 奨学生のつどい
- 7p 私のおすすめ・
前進座 初春特別講演を鑑賞して
- 8p おたよりコーナー
第11回 ENS 実行委員募集

「がんばれ看護学生」は看護学生の皆さんにお送りしています。住所変更をされた場合、進路変更などで通信がご不要になった場合は、上記の看護学生専用アドレス宛にご連絡いただくか、返信用はがきにてご連絡下さい。よろしくお願いいたします。

～新入生・先輩看護学生のみなさんへ～

2013年 京都民医連 看護学生新歓企画

京都民医連主催で毎年恒例の看護学生新歓企画を行います。いろいろな看護学校から看護学生が集まり、新1年生のみなさんを歓迎したり、先輩から学生生活の話を知ったり、春休みのことを学んだり、盛りだくさんの企画です。実際の現場で働く看護師さんも参加します。同じ看護師を目指す友達づくりや先輩への質問の場として、ぜひご参加ください。具体的な企画内容は、先輩看護学生さんを中心に実行委員会で考え、準備しています。みんなが楽しめて仲良くなれる企画を用意しますので、どうぞお楽しみに！！



〈新歓企画の目的〉

- ①学年・学校を超えて、たくさんの看護学生と交流しよう！
- ②新1年生の歓迎
- ③学んでなりたい看護師像・大切にしたい看護を深めよう！
- ④民医連のを知る
- ⑤職員とも交流出来るよ（看護師長さん、先輩看護師、事務担当者…）

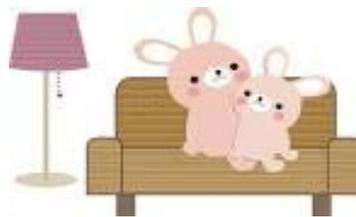
日時：4月6日（土）午前10時～13時（軽食あり）

場所：京都民医連事務局3F 会議室

※参加費無料！！ 春日診療所の3Fです

☆看護学生さんなら誰でも参加できます。どこの看護学校の方でもOKです。友達誘ってきてね！！

ことしの抱負



♪2013年の抱負は、身体も心も元気に、健康第一で過ごすことです。患者さんに元気になっていただくために、看護師が健康であることは、とても大切だと思うからです。また、いつでも笑顔でいるために、心の健康にも気を遣いたいと思います。（光華女子大学 1年 りんごさん）

- ♪スケジュール管理を徹底する！！（近畿高等看護専門学校 1年 梅干し）
- ♪初めての病院実習に向けて自分の看護観をさらに深められるよう努力する。（京都橘大学 2回生 T.M）
- ♪辛い実習を乗り越えて看護師になれるように頑張る！！（京都保健衛生専門学校 Y.Y）
- ♪健康第一で実習・授業にがんばる（草津看護専門学校 マリ）
- ♪日々、精進し、勉強にプライベートに全力を出す。（近畿高等看護専門学校 1年 かつおぶし）
- ♪計画を立てて勉強する！！（近畿高等看護専門学校 1年 ドキン）
- ♪事前準備をしっかり行って実習を乗りきる！！（日本バプテスト看護学校 M・O）
- ♪家で勉強する！やせる！料理できるようになる！（近畿高等看護専門学校 1年 米山 ひかり）
- ♪1月から1年間実習乗りきる！！（京都府医師会看護専門学校 M・M）

二十歳の抱負



- ♪実習頑張る！！（近畿高等看護専門学校 きんかん生）
- ♪笑顔で実習がんばる（京都保健衛生専門学校 2年 Y・K）
- ♪勉強、実習頑張る カッコいい彼氏作る!(^ ^)!（京都保健衛生専門学校 にゃんちゅう）
- ♪テスト、実習をがんばる！勉強と部活、バイトの両立！（京都府立医科大学 看護 2回生 A・N）
- ♪将来はステキな家族を持つこと。英語を話せるようになること。海外のボランティアに行くこと。人のために役に立てる人生を送ること。（藍野大学 A・M）
- ♪いっぱい楽しむ◎・勉強も頑張る！！（梅花女子大学 M・K）
- ♪素敵な看護師になる！（近畿高等看護専門学校 2年 A・U）
- ♪国内外の旅行に行く。解剖学の知識を深める。（京都橘大学 H・M）



今月の一押しナース⑦

先輩看護師が働いている中で感じていることや自分が働いている病棟の紹介などについて紹介する連載。

京都第二中央病院 南4階病棟

一年目 鈴木夕結 さん

1、私が就職を決めたきっかけ

大宅診療所に小さい頃から診てもらっていた看護師がいて、その人にここを紹介してもらいました。医師会の実習指導者が第二で働いていた経験があったのも大きいです。子育て中でもあり、家庭の事情をくんでくれるという点も大きかったです。



2、働いているなかで感じていること

お年寄りと関わることは難しいと思っていたが、実際に接してみて両親の年齢に近いこともあり、自分の親が入院した時に“こう関わってほしいな”と思うことが増えてきました。そう思うと患者さんへの接し方が変わってきました。単純に「ありがとう、楽しかった」の言葉が嬉しいし、仕事は大変やけど“行くのが嫌”と思うことがないです。看護の道に来て自分に合っていると思います。

3、同じ学校の後輩にひとこと

学生時代しんどかったけど、頑張ったことは身になってくると思います。時間を見つけて息抜きをすることも大切！職場は、いろんな技術も身につくし、先輩方も熱心に指導して下さいるので良いです！ぜひ一緒に働きましょう。



4、インタビューからみた「鈴木看護師の魅力」

子育ても大変な中、愚痴をこぼさず仕事をきっちりこなしている鈴木さんはすごいなと思います。患者さんにも丁寧に接し・対応していて、見習うことも多いです。年齢を全然感じさせないのも、鈴木さんの魅力の一つだと思っています。私もまだまだ未熟です。一緒に成長していけたら良いですね。

5、職場関係者からの言葉

- ・いつも元気で素敵やと思っています。これからも一緒に楽しく働きましょう。(病棟Ns:Sさん)
- ・毎日毎日、仕事と家庭と子育ての両立お疲れ様です。普通に三交替をするっていうだけでも大変なのに、子供を2人抱えながら働くことは、並大抵ではありません。普段あまり言わないけど、それをやってる鈴木さんはスゴいなあと心の中で尊敬しています。子供のことは、これから色々なことが起こるし、仕事も次から次へと課題がやってくるけど、大丈夫！一緒に考えながら、悩みながら頑張りましょう。子供のことを話す鈴木さんの笑顔が好きです！(病棟Ns:Mさん)



インタビュー 南4階 中川智由希 さん

わたしの看護観

京都民医連中央病院 透析室
山元理恵子（卒2）



看護師として働き始めて、もうすぐ3年目になります。

透析室では通院患者さんが3~4時間透析治療を受け、その後は自宅へ帰っていかれるので、透析を受けている時間だけのかかわりになってしまいます。朝の時間には入院患者さんもいますが、やはり透析が終了すると病棟へ帰っていくので、その時の関わりになります。自立の方が多いため、看護学校や実習で行なった看護技術はあまりできませんが、他の同期は一般病棟で、看護技術を経験し、自立しているのを聞いていると、置いていかれたような気持ちでした。

しかし、透析室でできる看護があると先輩看護師から言われたことで、透析看護についてしっかり学ぼうと考えられるようになりました。透析は患者さんの生活の一部であり、まず患者さんの生活を知ることが大切です。

長年、透析治療を受けておられる方の中には、自身のこだわりが強く、水

分や食事を気にせず取ったり、体調をみて内服をしたりしなかったりの状況があると、話の中で分かったりすることがあります。そのため、長年透析をしているから理解されている、と思うのではなく、具体的に話を聞いて現在の状況を把握することも重要であると考えます。

また、訪問看護や訪問介護など、様々なサービスを利用しながら通院されている方も多いため、他職種スタッフとの情報を共有しながら患者さんを支えることの重要性も学びました。2年目の事例では独居の方を受け持ったので、訪問看護を利用されており、事例を通して情報交換を行なったことで、情報の共有・看護実践の統一ができました。

まだまだ優先順位を考え、患者さんに関わることは難しいですが、今後3年目になるので、視野を広く、全体を捉えて、優先順位を考えて行動できるようにになりたいです。



奨学生のつどい ～12月はおでんと炊き込みご飯～



12月14日（金）夕方、保健会で恒例の！？奨学生のつどいを行ないました。

この日は、22日の緩和ケア病棟でのクリスマスボランティアで行なうハンドベルの練習もしてみました。初見なのに、音楽が得意な学生さんが多かったからか！？若さか！？上手に仕上がっていました。トナカイやサンタの帽子をかぶってクリスマス気分を味わいました。しか～し、当日このメンバーの中で参加できるの一人！！ということで、ぜひ、またの機会にお願いします！！

そして、今日のメイン料理は・・・保健会の専務特製のツナ入り炊き込みごはん、副看護部長宅からどーんと届いたおでん！！14名でおべろりいただきました。ほかほかで幸せでしたね(*^_^*)



最後に、全員がこの1年の感想をひとこと出し合って、終わりました。

★2012年のしめくり★ お題「この1年をひとことで述べてください!(^~)!」

(近看1年Aくん) 社会人から看護学生になり、生活が一変しました。楽しい1年でした♪

(近看1年Bくん) たくさん学んで楽しい1年でした。

(近看1年Cさん) 無事看護学校合格し、入学し、友だちができてよかったです。

(近看1年Dさん) 無事合格できたことが一番うれしかったです。

(近看1年Eさん) 新しいことがいっぱい1年でした。京都に出てきてよかったです。

(近看2年Fさん) 2年になってあつという間の1年でした。中だるみもしてるけど、仲よく楽しくやっているし、2年になって1年生をひっぱっていかな、ということもあつたし、それも勉強になった1年でした。

(近看2年Gさん) 専門的な学びができてよかったです。来年は実習がんばります！

(近看1年Hさん) 基礎Ⅱ実習が終わって、ようやく看護学校に入ったなと実感しました。

(酒井副看護部長) 中央病院に来て1年。めまぐるしい1年でした。

(松浦副看護部長) ここに来てやっと1年がたちました。看護学生さんとの関係も分かつたし顔も分かりました。

(高見さん) 九条診療所に12/1より異動しました。新しい仕事を覚えたり、患者さんの名前を覚えなさいいけなかつたりでしばらく大変です。みんな、佐藤さんの言うことをしっかり聞いて、頑張ってください！

(佐藤) 育休から復帰しました。みんなの顔と名前を一から覚えなさいといけません、よろしくお祈りします。



緩和ケア病棟ハンドベルクリスマスコンサート

12月22日の午後、京都民医連中央病院緩和ケア病棟で看護学生7名・職員4名によるハンドベルクリスマスコンサートを行ないました。

近畿高等看護専門学校と中央看護保健大学の学生さんボランティア（奨学生）が、『アメイジング・グレイス』、『きよしこの夜』、『ジングルベル』、『アヴェ・マリア』、『ふるさと』をハンドベル・合唱・ピアノで演奏しました。近看生はこの日のために昼休みを使って練習してくれました。

最後にサンタさんから、マツボックリのクリスマスツリーのプチプレゼントが渡され、また病棟からはボランティアさんや医師、看護師からお茶とケーキが配られました。患者さんは車椅子やベッドのままホールに移動していただき、聞いていただきましたが、ベッドの上から手拍子して一緒に歌って下さる患者さん、ご家族の方もいらっしやいました。病棟のホールが一気に華やいだ、クリスマスの雰囲気になり、楽しいひとときを過ごしていただけたのではないかと思います。来年もハンドベル・合唱ボランティア募りますので、よろしくお祈りします！

私のオススメ
バスタイム
入浴剤



1月になり、寒さも増し冬本番！！というかんじです。私のオススメは“バスタイム”です。元々、温泉が大好きなのですが、頻繁には行けないのでお家でのバスタイムを楽しんでいます。とてもリラックスでき、仕事で疲れた体も癒されます。リラックスするなら、副交感神経を刺激するために38～40度のぬるめのお湯につかり、半身浴をすると良いみたいです。冷えやむくみの解消にもなりますよ。入浴剤にもたくさんの種類・香りがあり、毎日いろいろ入れて楽しんでいます。お買い物に行くときつい探して、つい買ってしまいます。特に私のオススメはバニラの香りのバスソルトです★実習に勉強と忙しい毎日を送っておられる学生のみなさんのほっと一息つける時間になればと思います。ぜひお気に入りの入浴剤をみつけて楽しいバスタイムを～♪

前進座 初春特別公演「雪祭五人三番叟」「赤ひげ」を鑑賞して

2013年1月5日、京都民医連60周年企画として、前進座 初春特別公演「雪祭五人三番叟」「赤ひげ」を見る機会を得ました。

何度か京都南座での前進座公演は見たころがありましたが、赤ひげは初めて。一部の「雪祭五人三番叟」は踊りで五穀豊穡を祈る思いが伝わってきて、しかも楽しいおどりでした。黄色の足袋を履いた5人衆が強弱のリズムをとりながらの表現には脱帽。すごい。足で真似してみるも絡むばかり。(芸は一日にしてならず)

「赤ひげ」は、山本周五郎原作で江戸の貧民のための施療院小石川療養所を舞台に院長新出去定と若い医師保本登が療養所の中でぶつかりながら生き方を変える話。時代は違っても、現代とよく似ているシーンがたびたびでてきます。貧困のために、食べるものもなく一家で自殺を図るシーンは胸に詰まります。(金持ちからは診療代を沢山取るシーンは役者の割軽な人相とともに笑いがでましたが、)

「先ずやらなければならないことは、貧困と無知に対するたたかいだ、貧困と無知に勝つことで医術の不足を補うしかない、それは政治の問題だと云うだろう、誰でもそうやって済ましている、、」のくだりは自分に投げかえられている言葉のように入ってきました。

役者嵐圭史さんの赤ひげは渾身の力とおちゃめさを兼ね備えていました。観に行った友人の一人は、「赤ひげ先生は〇〇先生やな、若い先生は●●先生みたいだった。ああやって医師は次の世代を育てているんだなあ、今も昔も変わらないところもあるなあ」と。

何かを選択しなければいけないときに、人はどのような価値観をもって決断をし行動するのだろうか？あえて厳しい道を選ぶことを選択したとしても「自分は、この道をゆく」と進み続ける人がどれだけいるだろうか？迷いながらも、よたよたしながらも、「ともに生きる、人をおもう」ことへの確信は揺るがないなあ、お芝居の後の清涼感漂う新春のつどいでした。みなさん今年も元気で、大いに笑い、語り、学び、仕事しましょう。ハハハハハ！

京都保健会 副看護部長 松浦ときえ

おたよりコーナー



毎号3名の方に
図書カード(500円)プ
レゼント!!

お便り大募集★「がんばれ看護学生!!」の感想、「イラスト」など、なんでも結構です。同封のハガキか下記のメールアドレスに送って下さい。

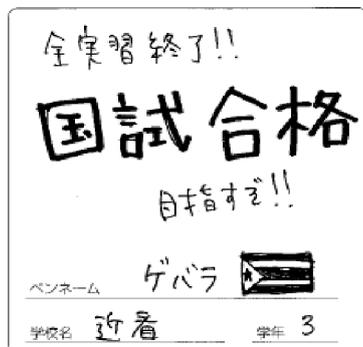
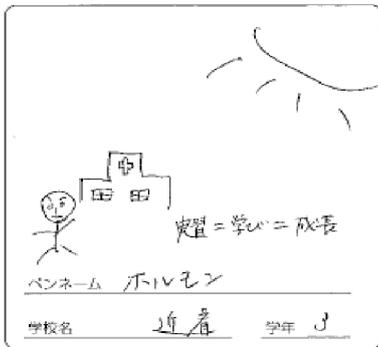
E-Mail : kangogakusei@kyoto-min-iren.org

★今月号の当選者★

ゲバラさん (近畿高看3年)

ホルモンさん (近畿高看3年)

よっすいーさん (京都府立医科大1年)



ENS実行委員募集中!!

ENSは、近畿の看護学生が集まって、看護についての学習や交流をする企画で、11回目を迎えます。実行委員会は4月から8月まで毎月開催します。みんなで協力し合って、すてきなENSを作っていきますか! 交通費は支給しますし、昼食も用意します。

<連絡先> 京都民医連事務局 看護学生担当 日西(ひにし)

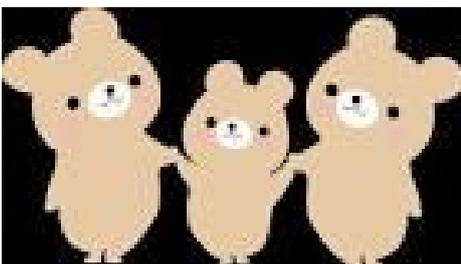
TEL 075-314-5011 E-mail kangogakusei@kyoto-min-iren.org



看護学生担当が、かわりました。

*保健会 佐藤知暁 (さとうちあき) *信和会 岩田真理子 (いわたまりこ)

*京都民医連 日西干佳 (ひにしちか)



よろしくお願いた
します。