

がんばれ看護学生!!

2016年5月号 第206号

発行：京都民主医療機関連合会 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



看護学生新歓企画

In 大森リゾート
キャンプ場



5/7(土)看護学生新歓企画を大森キャンプ場で行いました。企画には新入生26名と上回生5名、医学生1名の32名と職員12名が参加しました。前日まで降っていた雨もやみ、レクリエーションは風船送り、人間知恵の輪、〇×クイズを行いました。BBQでは先輩看護師も交えて大いに交流し盛り上がりました。先輩看護師さんからは看護師になったきっかけや、なって良かったこと、仕事での失敗談、学生さんへのメッセージを語って頂きました。

参加者からは「すごく素敵なお話ばかりで聞き入ってしまいました。辛い事もあるけど、ありがたいという言葉で頑張れると聞いて良いなと思いました。」「実際の現場の話や学生時代の話は為になりました。」との感想を寄せて頂きました(*ω*)



- 1p 新歓企画のご報告①
- 2p 新歓企画のご報告②
- 3p 看護学生員のご紹介
- 4p-5p 震災支援報告
- 6p 第二中央病院研修紹介
- 7p わたしのおすすめ
& 奨学生のつどい
- 8p アドバイザー募集
& 国試対策講座
& ENS参加者募集

新歓企画当日のレクリエーションは、
7つのグループに分かれて交流しました！！



風船送りでは、風船を上から後ろに回し、下から前に回すのを2周！
早くできたチームの勝ちです(*^ω^*)コッ



つづいて、人間知恵の輪は手を繋ぎ、知恵の輪のように解いていきます。一つの和
になったら、大成功！



さいごに、各チームそれぞれ2問ずつ〇 クイズを考えて発表し競いました ★
短時間で交流し素敵な問題が多数出題されました！



午後からは、京都民医連中央病院、第二中央病院、吉祥院病院、京都協立病院の看護
師さんからお話しを聞きました。また、熊本震災支援のお話もありました。



看護学生委員の紹介

看護学生委員はそれぞれの事業所で、主に奨学生や看護学生さんに係わる業務、看護師採用関係を担当しています。

京都保健会 副看護部長 酒井富喜子(さかい ふきこ)

京都民医連の看護学生委員長を担当しています。

食べて寝て「元気」が取り柄です。運動不足解消のため、山の会に入りました。慣れた人にはまああの山行が、私にとっては死ぬ思いの登山になり、それ以来「やさしい山行」をひたすら求めています。なかなか機会がありません。ハイキングなど体を動かす企画を看護学生さん達ととりくめたらと思っています(山で撮った写真です)。



信和会 看護部長 杉林裕子(すぎばやし ゆうこ)

信和会本部の看護部で看護師さんの受け入れと看護学生さん担当をしています

今は直接患者さんと係わることがなくなったので寂しいです。患者さんやご家族の方と癒しの時間を作ることが大好きでした

病気に負けている気持ちを笑顔で吹っ飛ばすことができたらいいなと思ながら看護をしてきました。寄り添い・支える看護と一緒に出来る日を楽しみにしています

※写真について：田舎の畑で撮りました。青虫が蝶になっていく姿が見たい…

きっと、美しく羽ばたくんだらうな～(看護学生さんも素敵な看護師になってねー)

近畿高等看護専門学校 教員 山口咲子(やまぐち さきこ)

はじめまして、近畿高等看護専門学校で教員をしています。看護の道を歩んでいるみなさんの思いや悩みに寄り添い、看護の素晴らしさや楽しさを一緒に学び、人間としても成長していきたいと思っています。

マイペット ハムスターの『おもち』と『すず』。色々な仕草や運動する姿に毎日癒されています☆よろしくお願ひします。



京都民医連事務局 看護師 岡崎小夜子(おかざき さよこ)

京都民医連事務局で看護部・看護学生さんに係わる担当をしています。看護師として〇十年、また3人の子どもの母として、働いてきました。

今は、事務局のプランタンの花や野菜が育つのを楽しみながら、お仕事しています。看護師を目指している皆さんとの出合いが楽しみです。お手伝いできることがあれば気軽に相談ください。

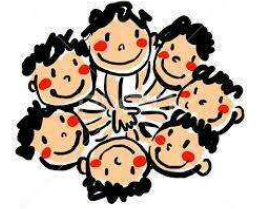
信和会 看護学生・採用担当事務 寺尾桂子(てらお けいこ)

信和会で4月から看護学生担当になりました。学生さんのパワーに圧倒される毎日ですが頑張っていきたいと思ひます。よろしくお願ひします(*_*)』



京都民医連事務局 事務 日西千佳(ひにし ちか)

京都民医連事務局で看護学生さんの担当をさせて頂いています。夢に向かって一生懸命に頑張っていらっしゃる看護学生さんは、いつも素敵だと思ひています。また、卒業されてから再会した時の元気な姿に感謝しています。少しでも皆さんのお役にたてればと思ひています。どうぞよろしくお願ひいたします。



4月14日から始まった熊本・大分を中心とする大地震で被災された方々に心からお悔みとお見舞いを申し上げます。民医連では対策本部を福岡、熊本に立ち上げ全国から支援を行いました。京都からも順次12名の支援者を送り、その報告が届いています。

かどの三条こども診療所 看護師長 山田美紀子 支援期間：2016年4月21日(木)～24日(日)

1日目は益城地域班として活動、益城の友の会会員さん宅へ安否確認も含め地域訪問。停電は殆ど解消されていましたが、ガスと生活水の復旧が課題となっていた。ほとんどの家が半壊状態で留守。近所の方に聞くと子ども・知人宅や避難所に避難されていると。作業中の近所の方に状況をお聞きすると、夜は余震が怖いため避難所で車中泊し、昼は家に帰り家の片付けや洗濯をしていると。(仕事がある人は日中出勤)熊本は湧水が豊富で、あちこちに水が出ており、地域の方がそこで洗濯したり、生活用水として活用されていた。



訪問した地域の公民館では8名の方が避難されており地震の怖さや家・健康の不安を口々に話された。支援物資は中々届かず、区長さんを始め地域の方が協力して過ごしている状況。医療支援は全く入っていない。

2日目は、益城町総合体育館・交流情報センターへ保健チームとして割り当てられた避難所で健康相談。日中は仕事に行っている人も多く、所々車が無い所もあったが、そこには自転車や椅子などが置いてあり場所取りをしている様子が伺えた。残っているのは高齢者が多く、聞くと1家族2～3台の車で避難しており、昼間は息子さん達は仕事に行くため場所取りをしつつ留守番をしていると。駐車場も地割れや液状化のため地面が波打っており、夜間は明るいトイレに行くにも大変。ただ、日赤の診療所があるため、薬はもらえるし安心とのことだった。自衛隊の設置したお風呂は高齢者には使いにくく利用者も多かったため、遠くの知人宅や銭湯に行っているとのこと。

訪問した大きめのトラックの荷台には畳が敷いてあり、一番奥の薄暗い中に布団に包まれた101歳の女性がいた。もともと在宅の方で、認知症もあり寝たきり状態。小脇にペットボトルの水を抱えて身動きせずじっとしている。高血圧があるが内服はできているとのことだった。家が半壊のため帰れず車中泊も10日目になり、介護者の疲れも出ている。保健師へ要支援者として報告を行った。

支援を通して感じたこと

今回、対策本部が置かれたくわみず病院(熊本民医連の病院)は、100床ほどの中規模病院だった。職員の7割の方が避難所や車中から出勤している。職員数が少ないだけに、一人一人の負担はかなり大きいのではないかとすごく心配になった。本部の方達もこの10日間は半径800mから出ていないと話されていた。

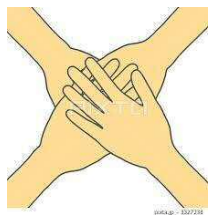
余震が続く中、いつ終息するのか見通しも立たず、長期にわたる支援が必要だと思われるが、職員の健康を守るためにも、現地支援コーディネーターができる位



の長期支援者の派遣が必要ではないかと思った。

実家・親戚・友人が熊本在住のため、いてもたってもいられず、診療所のスタッフの後押しもあり支援に行かせていただいた。もちろん支援中に家族とは会えなかったし、2日間でできることもしれている。でも現地に行って自身の目で見て体感することで、現状を伝えられ、離れたところからできる支援を呼びかけていきたいと思っている。

益城町に近づくにつれ、崩れている住宅や、外観上は大丈夫に見えても、危険を表す赤紙が貼られた住宅が増えていく。中心部は完全に崩壊している住宅も多くあった。住宅はその場所に残っているため、東日本と異なる風景であったが、今後撤去と新築が必要な状況であり、復興には時間と費用が必要であると痛感した。



1日目は西原村の村長との相談で、民医連が地域訪問に入ることとなった。各3名の3チームに分かれ、1軒1軒訪問し、村への要望を聞き取るとともに、持参した支援物資(食べ物・ウェットティッシュ・トイレトペーパーなど)を配布した。合計で30軒弱の方と話をすることができた。住宅の崩壊などはなかったが、ほとんどの住宅で壁にひびがいくなどの被害を受けており、住宅内で寝ておられるのが半分、昼間は片づけにきて、夜は避難所や車中泊している方が半分程度であった。やはり夜は地震が怖くて、家では寝られないという方が多かった。この地域は水道がまだ復旧していないため、それがとても不便であるとのことであった。村がまだ罹災証明書の発行を開始していないため、それがもらえないと住宅修繕などの先が見通せないとの意見があった。訪問したお宅では、みなさん丁寧な返答をしてくださり、被災されているにも関わらず、支援者にイライラすることもなく、感謝されている熊本県民の人柄に触れることができた。地域を回っていると、いたるところで瓦が落ちていたり、ブロック塀が崩れている状況があった。それらの撤去だけでも多くのボランティアの手が必要であると感じた。

午後のがれき撤去は、2件のお宅に回った。住宅内の家具や、落ちた瓦の撤去を行い、それを震災ゴミの集積場に運ぶ作業を行った。2件のお宅ともおそらく菊陽病院(民医連の病院)の職員つながりで依頼されてきた所であり、作業に感謝しておられた。



最初の余震以降車中泊をされている方が多かった。エコノミー症候群については、ニュースなどで知っている方が多く、足を適時動かしているという方もいた。ただ、弾性ストッキングは持っておられない方も多く、支援物資として渡すと喜ばれている状況であった。また、食事は生野菜のサラダを渡すと喜ばれていた。車の中をのぞき込む不審者も出ているため、話を聞いてもらえるかと心配したが、みなさんストレスを抱えている中でも、丁寧に対応して下さった。

仮設住宅の設置は進められているが、入居できたとしても不便な状況であるとのことであった。余震が続くため、まだ家の片づけや住む場所の確保などに気持ちがいかない状況があり、今後もストレスが続いていくことで、震災関連死につながる心配な状況であった。



熊本市東区の様子

京都民医連新聞 2016, 5月号より転載

京都民医連、各事業所では義援金活動に取り組んでいます。

ご協力いただける方は職員にお問い合わせください。

また、被災地の方々への励ましのメッセージなど、同封の(配布している)返信ハガキに書いて投函してください。

京都から熊本にメッセージとして届けます。



★信和会 第二中央病院★

卒後1年目技術研修

入職後看護部では、1年目看護師と中途採用看護師・新人介護職の方に看護・介護技術の研修を行っています。

4月は4日間で、感染管理の実際、転倒・転落予防、排泄援助の実際、食事援助の実際、注射法・静脈注射がドライン、褥創予防の実際、経管栄養の実際、膀胱留置カテーテルの実際、ME機器の取り扱いについて行いました。



浣腸の実際

実際の物品や環境を使って研修者同士でお互い演習することで、学校での演習とは違うリアルさが体験できます。研修を終えたら、現場では実際の患者さんに行っていきます。最初は先輩の実践を見学し、次は見守られて初めての体験、先輩から自立と判断されるまで何度でも見守りの中体験します。中途半端に基準・手順を覚えてしまうと患者さんのところで失敗をしてしまいます。確実に自信を持ってできるようになるまで、先輩看護師はじっくりかかわってくれます。日々の看護行為の振り返りにも時間をとって、できることがどんどん増えていきます。

卒後1年目のこの時期は学校で勉強したことがなかなか思うように発揮できないもどかしさと、小さな失敗の連続で辛いことも多くありますが、日々成長しています。看護師免許を持って、徐々に看護師としての自信をつけていきます。看護は技術だけではなく、やさしい思いやりの看護と、しっかりとした基礎の知識・技術が合わされば百人力の看護師さんです。これからの活躍に大いに期待しています。

(信和会 看護部長 杉林裕子)



2016年4月就職 集合写真



わたしのおすすめは・・・

『ウェントワース女子刑務所』という海外ドラマです。

主人公のビー・スミスは夫からの度重なるDVで精神的に追い詰められて夫を殺害しようとしたのですが未遂で終わり、その殺害容疑でウェントワース女子刑務所に入ることになります。ここから主人公が「伝説」と呼ばれるようになるまでの成り上がりを描いたドラマになります。それまで普通の主婦だった主人公にとって刑務所での生活は厳しくて刑務所内の派閥抗争に巻き込まれていきます。主人公には娘がいるんですが、この娘が関わることで主人公はどんどん強くなっていきます。内容的にはシリアスでハードな感じで、刑務所ドラマらしく暴力やドラッグ、同性愛の描写もあります。

男性刑務所ものと違って暴力が前面に出てくる場面はあまり多くなくてドラマ性が高いです。展開も早くてどんどん引き込まれます。

登場人物1人1人の人間性や過去のトラウマなどのドラマが丁寧に描かれているんですが、それは囚人だけでなく刑務所を管理する刑務官たちに対しても同じで、主人公たちよりも刑務官の話の時間が長い回があったりします(笑)

刑務所ドラマなので囚人達の派閥は当たり前といえば当たり前なんですが、管理する刑務官達の派閥争いもストーリーの展開に密接に関わっているのがこのドラマの面白いところです。とにかく面白いです。おすすめです。

信和会 看護学生委員 事務 寺尾桂子



奨学生のつどい



3月22日(火)、「解剖生理の学習会&ごはん会」の奨学生のつどい(第2弾)を開催しました。講師は第1弾でおなじみの京都民医連中央病院石井慧先生、身近な質問(どうしてあくびは出るのか? 涙はなぜ出るのか?等)を通して、先生に即興で質問に答えて頂きました。いろいろな知識に関連してお話して頂き、とっても好評な企画となりました!!

頭を使って、おなかがすいた!!ので、ご飯をみんなで食べました★ちなみに、この日のメニューは三食どんぶり&具だくさん豚汁でした♪

リクエストメニューも募集しています。可能な限りご期待に副えたらと思います!!



次回第3弾★お知らせ★

日にち: 2016年5月25日(水)

時間: 17:30~

場所: 京都保健会 2F会議室

内容: 勉強会&おいしくご飯を食べよう会

講師: 石井慧Dr. 京都大学2015年卒、
京都民医連中央病院初期研修医、医学博士

費用: 無料

申し込みは5/20(金)までに以下の担当者まで連絡を下さい。

*保健会...酒井

→メール: kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp

電話 075-813-5901 (代表)

*信和会...寺尾

→メール: egg-nurse@ezweb.ne.jp

電話 075-712-9133 (PHS)

*京都民医連事務局...日西

→メール: kangogakusei@kyoto-min-iren.org

電話 075-314-5011 (代表)

看護学校受験に向けたアドバイス会 アドバイザー募集！！



京都民医連では、看護学校受験を考えておられる高校生と社会人の方を対象に、「模擬面接会&受験アドバイス会」を以下の日程で開催します。ぜひ、先輩アドバイザーとして受験勉強のコツや勉強方法、看護学校の紹介をしていただけませんか。多くの先輩看護学生さんの参加をお待ちしています。

☆日程 6月4日(土)14時~16時30分
場所 京都アスニー(丸太町七本松西)



アドバイスをいただいたお礼として、
図書カード(¥1000)を差し上げます。
交通費は実費で支給します。

お友達と一緒に参加していただいてもかまいません。
参加できる方は、5月31日(火)までに下記にご連絡ください。

受験アンケートを返送して下さったみなさんありがとうございます。

お礼の図書カードを同封させていただきましたが、一部の方のお手元にお届けできていない可能性があります。不明な点がございましたらお手数ですが、下記までご連絡いただきますようよろしくお願いいたします。

担当 京都民医連事務局 看護学生担当 日西 TEL 075-314-5011 E-mail: kangogakusei@kyoto-min-iren.org

国試対策講座 2016 夏

2016年8月20日(土)9:00 受付9:30 開始
京都民医連 会議室A

詳細はがんばれ看護学生6月号で案内させていただきますが、
下記担当者までお問い合わせください(*^ω^*)ニッコ

第14回近畿地協看護学生ゼミナール

エッグ ナース ステップ ツー ビー
Egg Nurse Step ⇒ B

8月18日(木)~19日(金)参加者募集中！



ENSとは、Egg Nurse Step⇒Bの略称で、ナースの卵である看護学生で大きな輪を作ろう！みんなで成長してステキなナースになろう！という意味が込められています。近畿の看護学生さんが対象で、毎年開催しており、今年で14回目を迎えます。学生と職員によるENS実行委員会が企画・運営をしています。

<各申し込み、連絡・お問い合わせ先>

京都保健会(看護学生担当 酒井)

TEL 075-813-5901(代表)

メール: kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp

第二中央病院 師長室(看護学生担当 寺尾・杉林)

TEL 075-712-9133(直通)

メール: eggnurse@shinwakai-min.jp

京都民医連(看護学生担当 日西・岡崎)

TEL 075-314-5011(代表)

メール: kangogakusei@kyoto-min-iren.org



<日程> 2016年8月18日(木)~19日(金)
<場所> 奈良ロイヤルホテル
<対象> 看護学生ならどなたでも参加できます。
<参加費> 3,000円