

がんばれ看護学生!!

2017年4月号 第214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



看護学校、看護大学にご入学の皆さん

おめでとうございます

看護師への道を目指し、その第一歩を踏み出しましたね。

皆さんはどんな看護師さんになりたいですか？

私が卒業した看護学校の校章はナースキャップが3つ輪になって重なったものです。

これは技術と知識と心を表したものだと言われました。当たり前のように、看護師はこの3つのどれが欠けてもいけないんだということをその時思いました。

卒後1年目の頃、拙い私の清拭に「気持ちよかった、ありがとう」と言ってくださった患者さんの言葉に励まされ、もっと上手に、そして気持ちよく体が拭けるようになりたいと思ったものです。

皆さんはこれから医療や看護を学びます。知識は技術を高めます。また患者さんを思う心は知識、技術の高まりを求めます。学校では基礎の勉強から専門の教科も始まります。まずはしっかり看護を学んでください。皆さんの知・技・心が丸く大きく成長することを願っています。

私たちは、看護学生さんが学び交流する企画を通じて看護師をめざせるように、共に一歩ずつすすんでいきます。よろしくお祈りします。

<京都民医連 看護学生委員長 酒井富喜子>



新入生歓迎企画・大交流会 in 植物園

5/13(土) 10時~15時

一緒に体を動かしたり遊んだり、
お弁当を食べて楽しく
交流しましょう!

★看護学生さんなら、
どなたでも参加できます★



参加費無料!



昨年の新歓企画の様子

<もくじ>

- 1P：入学おめでとう/5/13新歓企画
- 2P：看護学生委員の紹介
- 3P：病院見学・就職説明会
- 4P：私の入学生涯/学運交の報告
- 5P：新入生学生生活/エンターテインメント/ENS ご案内
- 6P：大切にしている看護/部署紹介
- 7P：4/23 医系学生新歓企画のご案内
- 8P：おすすめレコ/お楽しみ会



京都民医連・看学生委員紹介

看学生委員は看護学生さんや奨学生、高校生さんなど未来の看護師さんと関わり、サポートする仕事をしています。

★私は家具や雑貨、食器類のお店を見るのが好きです。自分の部屋に置くことや使うことを想像しながら、時には衝動買いしたりします。その中で、今ほとんど役に立っていないのが電動式リクライニングチェアです。ゆったり腰かけてドラマを見るはずだったのが、ほぼ洋服置き場になっています。(高かったのに…☹) 新年度もよろしくお祈いします。

京都保健会 酒井富喜子 (さかい ふきこ)



★看学生委員、今年で4年目になる杉林裕子 (すぎばやし ゆうこ) です。勤務は公益社団法人信和会看護部です、仕事は法人内の看護師さんの確保や看護学生さんの奨学生のついでなどの企画・運営、高校生看護体験の企画・運営に関わることを主にしています。若い看護師さんや学生さんたちとお話することが私のエネルギーになっています。みなさんが元気に看護師さんになって京都民医連を引っ張って行ってくださることを期待しています！写真は「ひとり花見」です。マイブームはひとりで出来る楽しみを見つけることです。



★京都保健会で看護学生さんの担当をさせて頂いています。ドキドキしながら入学されて、仲間と一緒に課題や実習を乗り越え、卒業された皆さんと、病棟などで職員として再会して元気な姿を見ると感激します。少しでも皆さんのお役にたてればと思っています。どうぞよろしくお祈いいたします。写真は子どもの卒業の時に、保護者のおばあちゃんが「飛躍」の願いを込めて子どもと親へ、手作りして下さったチャームです。丸いフォルムに親近感がわきます。飛躍はしたいですが、体は丸くなりたくないですね…。どうぞよろしくお祈いいたします。

京都保健会 事務 日西千佳 (ひにし ちか)



★看護学生担当になって2年目になります。今の部署に異動して、看護師さんの仕事がどんなに大変なのか、改めて感じるようになりました。でも、大変な分だけ、やりがいもある素敵な仕事です。看護師さんになるのも、なっってから大変なことは多いですが、微力ながら支援させて頂きたいと思っています。いつでもお気軽にご連絡下さい。 信和会 事務 寺尾桂子 (てらお けいこ)



★これまでは京都保健会や京都民医連中央病院で看護学生委員を担ってきました。今年から京都民医連の看護学生委員となり、より広い範囲で活動していきます。実習担当も担っているので看護学生さんとお会いする機会や、高校生1日看護体験などでお会いしたこともあるかもしれませんね。未来の看護師を目指す皆さんと、熱く看護を語り、共にお仕事出来る日を楽しみにサポートできればと思います。よろしくお祈いします。

京都民医連中央病院 副看護部長 小泉智香子 (こいずみ ちかこ)

★昨年からは看学生委員になりました。それまでは主に病院の受付で医療事務をしていました。好物は地図(特に古地図)や昔の絵図(特に洛中洛外図)で、何時間でも見ていられます。先日ついに洛中洛外図屏風を買ってしまいました(大丈夫、高さ20cmぐらいのモノです 笑)。日本史、お寺、お城、石垣も大好きです。どうぞ宜しくお祈い致します。こんな私ですが、何でもお気軽に相談してくださいね。

京都民医連事務局 三島桃子 (みしま ももこ)



★私は、近畿高等看護専門学校の教員をしている鶴田豊 (つるた ゆたか) といいます。一年生の副担任をしています。昔、看護学生委員をしていましたが、昔過ぎて覚えていません。色々なことが新しすぎて、新鮮です。看護師の道を志し、今一つひとつその階段を昇っている皆さんが、その階段を昇り切れるようサポートできたらいいなと思っています。よろしくお祈いします。



2017 年度病院見学会・就職説明会



公益社団法人信和会

✿京都民医連第二中央病院✿

《2017 年度 病院見学会・就職説明会》

6/3 (土)、7/1 (土)、9/2 (土)、10/7 (土)

*時間 10:00~ (受付 9:45~)

*会場 第二中央病院

お申し込みは一週間前までに下記までご連絡下さい。

(上記以外の日程でも随時受け付けています。

日曜・祝日を除く)

【連絡先】京都民医連信和会法人看護部 ★電話 075-712-9133

★メール egg nurse@shinwakai-min.jp

看護学生担当：杉林・寺尾



※8/5 (土) に採用試験があります。それ以降は病院見学・就職説明会の時に希望があれば随時採用試験を行います。

公益社団法人

京都保健会看護部 (京都民医連中央病院・吉祥院病院・京都協立病院)

<中央病院見学会・就職説明会>



5/20日 (土)、6/17 (土)、7/15 (土)、
8/19 (土)、9/16 (土)、10/21 (土)、11/18 (土)

※毎月第3土曜日開催。事前に下記までお申込み下さい。

上記以外の日程でも随時受け付けています(土曜午後・日曜・祝日除く)

<吉祥院病院/京都協立病院見学会・就職説明会>



随時受け付けています(土曜午後・日曜・祝日除く)

★連絡先★看護学生担当：酒井 (副看護部長)
日西 (事務)

Tel: 075-813-5901 (京都保健会)

メール: kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp

ホームページ:

<http://www.kyoto-hokenkai.or.jp/kango>

私のおすすめ ～桜～

桜の季節ですね。

京都市内は桜の名所がたくさんあります。

しかし、どこも観光客が多く、人だらけ・・・ですね。

どこに行こうかと悩んでいる人に、私のおすすめは長岡京市です。私の職場には長岡京市や向日市の住民が多いという事も理由の1つです。長岡天満宮・善峯寺・光明寺、桜・つつじ・若葉・紅葉と四季を楽しむことができます。ぜひお出かけください。

吉祥院病院 看護部長 竹永百合子



ライトアップされた長岡天満宮



吉峰寺…京都の桜の名所です

京都民医連 第12回学術運動交流集会在開催されました

京都民医連第12回学術運動交流集会(学運交)が2月23日(木)開催され、900名を超える職員が参加しました。学運交とは2年に1回京都民医連の事業所がさまざまな課題(医療・研究活動、社会保障運動、後継者養成、地域づくり等)にとりくんだ内容をまとめ、発表し、全体で交流する場です。

今回のメインテーマは「無差別・平等の医療・福祉をめざして! 一格差社会への私たちの挑戦」。

記念講演は、近藤 尚己氏(東京大学大学院医学系研究科准教授)による「地域医療の現場で進める健康格差対策」でした。たくさんの格差が広がっている社会、民医連がめざす無差別・平等の医療・福祉をどうやって実現していくのかという問いかけに多くのヒントをいただきました。貧しい人は何故不健康なのか、私たちはどうすれば日常の医療活動や地域活動を通じて、その不健康状態を改善していけるのか…。患者さんや住民の健康行動に付加価値を付け医療者側とwin winの結果を出すなど、発想の転換が大切であることを学びました。

各部企画(京都民医連の部が企画運営するセッション)には医師部、育成部、薬剤部、共同組織部、運動部、歯科部、介護福祉部、リハビリテーション部、看護部の9つの部がとりくみ、講演、事例発表、ワークショップなど多彩で特徴ある企画となりました。口演49演題、ポスターセッション63演題、合計112

演題の発表があり、うち看護職からは34演題でした。2年に1回ですが、すべての職種が一堂に会し、一つのテーマのもと学び交流することで、お互いの役割を認識し、課題が明確になったり、学びあうことも多く、大変意義のあるとりくみとなっています。



★新しい看護奨学生さんのオリエンテーション報告★

4/8（土）新しく京都民医連の奨学生になった学生さんのオリエンテーションが開催され、33名の方が参加しました。オリエンテーションでは「奨学生の心得」や「学校生活の過ごし方」「防犯、一人暮らしで気を付けること」について説明を受け、夏の看護学生ゼミナール（ENS）についての動画を鑑賞し、これからの奨学生生活についてイメージをふくらませました。

また当日は8名の先輩奨学生さんも駆けつけてくれました。新奨学生さんにあたたかいメッセージと、文具のプレゼント、後半の茶話会では新奨学生さんのいろいろな質問にも笑顔で優しく答えてくれました。

ENSの実行委員にもたくさん立候補があり、とても明るく賑やかな雰囲気のオリエンテーションとなりました。

夢にむかって踏み出した新しい第1歩、心から応援しています。



夏はあっという間にやってくる…

今年の夏も **ENS** で盛り上がりよう

8月10日(木) IN 大阪

今年は日帰り企画(前泊実行委員会 8/9)



信和会第二中央病院 南3階病棟看護師 村山彩佳さんの大切にしている看護 ～理想に少しでも近づけるように～



看護師になって、今年4月で10年目になります。振り返ると、今までさまざまな患者さん・看護師さんとお会いすることで、自分自身によいことも悪いことも影響があったと思います。体力的にも精神的にも負担の大きい仕事ですが、今でも続けているのはどこかでやりがいを感じているためだと思っています。忙しい日々ではそれを考える余裕もありませんが、このように振り返る機会があると改めて思います。

看護師である前に一人の人間として、「自分をしっかり持っていること」「うそをつかないこと」「できない・わからない自分を認め、向上心をもつことができる」「さまざまなことに気づくことができる」「仕事に対してはプロとして業務につくが、人間らしさは忘れない」「感情コントロールでき、人との関わりを円滑にできる」「仕事に対する知識だけではなく、プライベートでの体験や経験など、いつまでもさまざまなことに興味を持ち感性を豊かにすることができる」などが理想なのではないかと思っています。

このような人の看護師目線として考えると、「患者の思いに寄り添い、患者の立場に立った看護が提供できる看護師」「色々な視点から患者を捉え、受け止め、その人を理解しようとする看護師」「観察力、判断力のある看護師」「患者だけでなく、患者を取り巻く人にも看護を提供できる看護師」「患者や看護の可能性を信じ、(もちろん根拠や基本あってのではあるが)型にはまらない看護師」「日々の業務のこと、自分に課せられた役割に責任をもちつつ、人間味のある看護師」「どんなに忙しくても、誰にでもやさしく笑顔で接することができる看護師」「他の看護師や他職種と連携していける看護師」と、多忙なこの日々の中で、正直奇麗ごとには聞こえないなと感じることもあります。そしてまた、今の自分にはできていないことの方が多いと思い知らされました。目標を持って生きることが大事であると思うので、少しずつでも理想に近づいていけるように努力していきたいです。

★私の部署紹介～断らない救急をめざして～

私は救急外来・救急病棟で働く2年目の看護師です。私の部署は外来と言うこともあり、救急、内視鏡室、外来化学療法、肛門科、難病外来など様々な分野の患者様が来られます。救急外来ではウェルカムな救急、いつでも誰でも気軽に受診できる外来を目指しています。救急車の搬入台数は年間2000台以上を受け入れており、断らない救急を目標にしています。救急外来には命に関わる重篤な疾患の方から軽症の方など様々な症状や訴えのある患者様が来られるため判断力、アセスメント力が大切になってきます。難しい現場だとも思いますが、たくさんさんの知識や技術が身につく日々学べる場でもあります。早期に的確な診断がされ治療がスムーズに行えるように医師や看護師はもちろん放射線技術、薬剤師、検査技師、事務など多職種との連携を図りながら、患者様とご家族への安全な医療の提供が出来るように看護の質、トリアージの質の向上に取り組んでいます。また、地域包括ケアが重視される中、地域連携室などと連携し、患者様の入院前の生活状況を把握し、一般病棟に情報共有を行い継続した看護が切れ目なく提供できるように努力しています。

皆明るく元気で笑顔を忘れずに看護を行なっています。患者様との関わりは短時間ではありますが、その中で患者様の話を傾聴し、不安を軽減出来るように寄り添った看護をめざしています。職場では、勉強会や事例検討を行い、スタッフ間のモチベーションを高める環境づくりを行っています。チームワークの良いとても楽しい職場です！

京都民医連では医師や医学生を対象とした研修や講演会を企画し、または紹介・案内をしています。もちろんコメディカルの参加も大歓迎です。「地域包括ケア」時代、地域医療最前線で活躍されている医師のお話を聞きませんか？看護学生さんもぜひご参加ください。

新歓企画!!

京大出身の医師が語る

地域医療 最前線

4月
23日
SUNDAY
14:00

地域が求める医師の
かたち



講師

色平 哲郎 医師 (長野・佐久総合病院 地域ケア科 医長)

高木 幸夫 医師 (京都・上京診療所 所長)



日時

2017年 **4月23日** (日)
14:00 (13:40 受付開始)

会場 しらんかいかん
京都大学構内 **芝蘭会館**

参加費

講演会 無料

(交流会 500円)

対象

医学生

看護学生、薬学生

(在校生の参加も大歓迎♪)

医師を目指す

高校生・予備校生

(学校関係者の方・保護者の方も
ご参加いただけます)

プログラム

14:00 講演

17:00 終了

18:00 交流会

ディスカッション

20:00 交流会終了

※交流会は近くのお店に移動して行います。

主催

地域医療のコアを考える会
(京都大学 学生有志)

後援

京都民医連

京都民医連医学生センター
SNSにて情報発信中



杉林部長のおすすめ簡単レシピ♡

かれいの煮付け（2人分）



<材料> かれい切り身 2切れ
 調味料 お酒 大さじ1
 さとう 大さじ1
 しょうゆ 大さじ1
 みりん 大さじ1
 しょうが 2センチ
 水 50cc



<作り方>

- ② しょうがの皮をむき薄切りにする、かれいのぬめりを洗い流す
 - ②かれいが、並べて入るくらいの鍋に調味料すべてとしょうが、水を入れてひと煮たちする
 - ③ 沸騰したら火を弱めてかれいを並べ、アルミホイルなどを鍋の大きさより少し大きめに切って、かれいを包むように落としふたをする
 - ④ 鍋のふたをして、弱火の中火で10分煮込む、時々鍋を動かして焦げ付かないようにし、煮汁がまんべんなくかぶるようにする。
 - ⑤ お皿に盛り付けて、煮汁としょうがを添える
- ※我が家は薄味です、もう少し濃い味がお好みの方はお醤油を追加してください

看護学生さんからの おたよりコーナー



来年の今頃は、がんばるぞ！
 国家試験回 という気持ちで
 す。たまには
 息抜きも大切に
 勉強をコツコツ
 と!! 頑張る☆

Be a nurse!!

ペンネーム トマト

学校名 近看 学年 2

「がんばれ看護学生」と一緒にお届けしているハガキに、誌面を読んだ感想や今後実施してほしい企画、イラスト、近況報告、質問などなど、自由に書いて投稿してください。抽選で、図書カード500円分を送ります。（編集担当：みしま♪）

- 高台寺の桜とプロジェクションマッピング→
撮影・みしま（お寺が好き）

