

がんばれ看護学生!!

2018年6月号 第225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

京都民医連 看護学生奨学生のつと

2018年7月20日(金)

17:30~20:00頃

京都民医連事務局会議室

認定看護師さん
に教えてもらおう!

7月は...

摂食・嚥下障害に関する
病態生理と看護ケアの実際

京都民医連第二中央病院

八坂美穂さん

摂食嚥下障害看護認定看護師

学習企画のあとは

職員の手作りご飯

をみんなで

食べよう!

(^▽^)/

美味しいよ~

<お申し込み・お問い合わせ>

京都保健会(担当・日西)
075-813-5901(代表)
kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp
信和会・第二中央病院(担当・寺尾)
075-712-9133(直通)
eggnurse@shinwakai-min.jp
京都民医連事務局(担当・三島)
075-314-5011(代表)
kangogakusei@kyoto-min-iren.org



●京都民医連事務局(春日診療所ビル3階・4階)

*会議室は3階です。

*診療所玄関からはいれません。北側(駐車場側)の入口よりお入り下さい。

申込×切

7月13日(金)

<もくじ>

- 1P: 看護学生奨学生のつと案内
- 2P: 今年のENSのポスター
- 3P: ENS実行委員会ニュース
- 4P: ナーシングセミナーの案内
- 5P: 国試対策講座の案内
- 6P: MIN-IREN カフェ2
- 7P: 私の大切にしている看護
／休日の過ごし方
- 8P: 私のオススメ／簡単レシピ

第16回

栄養も
大事だよ!!



Egg Nurse Step⇒B

き
煌

ら
楽

め
明

き!!
輝

わ き あいあい
～輪希挨拶、平和を願って

笑顔の花を咲かせよう!～



日時：2018年8月17日(金)9:30～16:30

会場：新大阪ワシントンホテルプラザ
(新大阪駅より徒歩3分)

夢に向かって、一緒に成長しよう!!



第16回 ENS ニュース!! NO1

発行：第16回 Egg Nurse Step→B 運営部



今年も8月17日開催のENSに向けて実行委員会がスタート。

5月26日(土)大阪民医連会議室において第1回実行委員会を行いました!!学生実行委員は21名。

実行委員長は近畿高等看護専門学校2回生の藤林ゴウ君に決めました!

第16回ENSのテーマは・・・

きらめき!! 煌楽明輝

わきあいあい
～輪希挨拶、平和を願って笑顔の花を咲かせよう～

このタイトルはENSのイメージ、目標、将来を見据えENSに参加する全員が輝き明るい雰囲気であってよかったと思えるようにしたいという思いをテーマに表現しました。



大阪、京都、兵庫、奈良、和歌山の5つの府県の方々が運営部・交流班・民医連について知ろう班の3つのグループに分かれて話し合っている様子です。どんなENSにしたいか話し合い、「他府県の方と積極的に交流し情報共有する」や「グループで学びを深めて勉学に生かす」などの意見が出ました!!

民医連は地域の医療機関として、いのち・民医連綱領・日本国憲法をなによりも大切に、共同組織とともに地域での連携を強めながら行っていることを学びました。そして、各テーブル毎に学習会を通して何を知り、何を考えたのかを意見交換しました。

京都民医連 2018 ナーシングセミナーのご案内

看護学生対象

京都民医連の各病院で夏休み期間を利用したのナーシングセミナー（インターンシップ）を行います。病院で働くイメージづくりに、最終学年の方は就職先のイメージ作りに、ぜひご参加ください。実習とは違った視点で病棟の体験や見学にお越しください。

また、実際に働く看護師さん（各部署より）との交流の時間もありますので、疑問や不安があれば何でも聞いてくださいね(o^ー^o)

京都民医連中央病院



夏のナーシングセミナー 2018年8月2日(木)

午前中は 10:30~12:30 <病棟の体験と見学> 1 部署 1 時間で 2 部署体験、見学が可能です！

昼食休憩 12:30~13:30 お弁当準備しますので申し込んでください。

午後からは 13:30~15:00 午後からは認定看護師の学習会や看護師さんとの交流会を予定しています。

<申し込み・お問い合わせ> 公益社団法人京都保健会（松浦・日西）まで
メール：kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp 電話：075-813-5901
上記以外の日程も随時募集していますので、お気軽にお問い合わせください。



京都民医連第二中央病院

2018年8月8日(水) 8:30~13:00

病棟体験：一般病棟・障害者病棟（リユ-ル後緩和ケア病棟）

地域包括ケア病棟・回復期リハビリ病棟

認定看護師学習会：院内認定看護師等による看護実践学習会

<申し込み・お問い合わせ> 公益社団法人信和会（杉林・寺尾）まで
メール：eggnurse@shinwakai-min.jp 電話：075-712-9133

他の日も
随時受け付けて
います♪



介護療養型老人保健施設 おおみや葵の郷 ナーシングセミナー

随時募集しています。
075-495-6650
（師長室：植村）
までお問い合わせ下さい。

吉祥院病院 ナーシングセミナー

随時募集しています。
075-672-4338（師長室：竹永）
までお問い合わせ下さい。

京都協立病院 ナーシングセミナー

随時募集しています。
0773-42-0440（師長室：四方）
までお問い合わせ下さい。



国試対策講座 のご案内



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。「今年の傾向をしっかりおさえたい!」「どのように勉強をしていけばいいか知りたい」という方、お友達も誘ってぜひご参加ください!!

①8月18日(土)受付 9:15 講座 9:30~12:30 予定

②12月1日(土)受付 9:15 講座 9:30~15:30 予定

- 場所:京都民医連事務局 3階会議室
- 講師:三井明美先生(武田看護教育研究所代表)
- 定員:50名
- 参加費:500円 (当日いただきます)
- ~~切~~切:①8/10 ②11/22

***先着順**で、定員になり次第、締め切りとなります。

- 申し込み:電話又は E-mail で

*E-mail の場合は、本文に学校名、学年、お名前、ご住所、電話番号、希望日を、件名には「国試対策講座」と入力して送信して下さい。

*E-mail アドレス: kangogakusei@kyoto-min-iren.org

*電話: 075-314-5011 三島まで



MIN-IREN Cafe Vol.2

本日のおススメ 民医連のルーツ

先日、ある看護学生さんから「民医連って…？」と質問をいただき設立の経緯を説明したが、短時間では語りつくせず…。今年の ENS でも民医連を知ろう企画を検討中！そこであらためて民医連のルーツを「caf」で紹介することにしました。

はじめまして 民医連



東京・大崎の
無産者診療所
にて



Q: 民医連はどのように生まれてきたのですか？

A: 民医連は医療や介護などの事業所の連合体です。戦後、医療に恵まれない労働者や農民、低所得者の切実な医療要求にこたえる運動にあわせて民主的な医療機関が全国各地につくられました。その後、全国的に統一した運動をすすめるために 1953 年 6 月 7 日に全日本民主医療機関連合会（略称・全日本民医連）が結成されました。戦前の無産者診療所の活動が民医連運動のルーツになっています

Q: 無産者診療所ってなんですか？

A: 民医連の運動が始まるのは戦後になってからですが、その前史といわれるものが戦前の無産者診療所です。1930 年に東京の大崎に開設されて以降、1 病院 23 診療所が各地に建設されました。無産者診療所は、医療から見放された人びとへの診療とともに、当時の貧困な医療制度を改善させる運動を続けていました。そのため政府から激しい弾圧を受け、次々と閉鎖をよぎなくされました。この運動に参加した医師や看護婦は 戦後いち早く民主診療所づくりに参加し、全日本民医連結成の基礎を築きました。

なるほど・・・！ 京都ではどうだったんでしょうね。次回は京都保健会の歴史を探ります。

わたしの大切にしている看護

看護師になり3年目になりました。私の働いている病棟は回復期リハビリテーション病棟で、脳血管疾患または大腿骨頸部骨折などの病気で、急性期を脱しても、まだ医学的・社会的・心理的なサポートが必要な患者さんに対して、多くの専門職種がチームを組んで集中的なリハビリテーションを実施し、心身ともに回復した状態で社会や自宅へ戻ってもらうことを目的とした病棟です。

その中で、患者さんの状態を見ながら医師・看護師・介護スタッフ・リハビリスタッフやソーシャルワーカー（社会福祉士）など様々な職種と連携し日々看護を行なっています。回復期の過程にある患者さんは、リハビリにより機能回復して行く中で、「どこまでできるようになるのだろうか」「このままでできなければどうなるのだろうか」と期待と同時に不安も抱きやすい時期です。また、患者さんだけでなくその家族さんも「家に帰ってきて介護してあげられるのだろうか」と不安を感じておられる方が多いです。

そのような患者さん・家族さんに対して、思いに寄り添う事が大切だと考えています。忙しい業務中ではありますが、時間を見つけたら少しでも患者さん・家族さんと話をするよう心掛けています。

他にも、私はどの患者さんに対しても興味を持つことを大切にしています。これは、私が入職した際に先輩方に言われていた言葉です。患者さんに興味を持つことで、疾患に関してや退院後の生活に関して気になり、自然と情報収集ができると思います。そして、その患者さんに必要な看護がでてくるのではないかと思います。

みなさんも実習中で疾患学習や大量の記録などで大変かとは思いますが、患者さんに興味を持って関わり、楽しみながら頑張ってください。

京都協立病院（回復期リハビリテーション病棟） 中森晴香



休日の過ごし方



普段休日は家で飼っているチワワと散歩に行ったり、遊んだり、家でゆっくり過ごすことが多いのですが、リフレッシュしたくなったら1人で出かけています。

特にスケジュールは立てず、家の近くのバス停からバスに乗り、適当なところで降りた後、散歩をしたり、近くにあったカフェや雑貨屋さんに入って買い物をしたり、神社やお寺を参拝したり、自由に過ごします。

最近小さな商店街でおいしい和菓子屋さんを見つけました。みたらし団子やイチゴ大福、六法焼き、わらびもちなどなど。その時はイチゴ大福を食べたのですがもちもちで、とてもおいしかったです。他の和菓子もすべておいしそうで、もう一度行きたいと思っているのですが、いまいちお店の場所を覚えておらず…。今度の休みはその和菓子屋さんを探しに行こうと思います。

京都民医連中央病院 内科(循環器内科・腎臓内科)病棟 柳田愛佳





私のオススメ♥

第二中央病院 北2階病棟看護師 金田 渚

今回はオススメの場所を紹介します🌻
私の祖母が以前愛媛の今治に住んでおり海
がとても綺麗です。
愛媛には佐田岬や、しまなみ海道など、たく
さんの絶景がありとても癒されます🐡
店内から海が見えるカフェもあり、とても
オススメです。



超簡単お勧めレシピ

～食べるダイエット♥～

キムチ納豆★

材料

キムチ、納豆のみ★

作り方

- 1、納豆1パックをよく混ぜ、そこに納豆と同じ量のキムチを投入し、さらに混ぜる。
- 2、ラップをかけて冷蔵庫で放置し発酵させる（5分～半日）。
→放置時間が短い時は常温にすると発酵が早くすすむよ！

ダイエットと美肌に効果が♪

納豆には、脂肪の蓄積を抑え脂肪燃焼を助けたり血液をサラサラにする働きがあります。また、キムチに含まれているカプサイシンには、新陳代謝の促進や脂肪燃焼効果などの効果があります。

キムチの乳酸菌は納豆菌をエサにして増えていくので、発酵を進めることで抗酸化作用、免疫力が上がりガン予防にもなります。

寝る前に食べると成長ホルモンの分泌を促進させるそうなので、朝に作っておいて帰ってから晩御飯のおかずで食べてみてください。

臭いも気にしなくてすみます(*^-^*)

信和会看護学生担当事務 寺尾桂子



紙面のスペース上、送っていただいたイラストを今月も載せることができませんでした(><)。

申し訳ございません。しかし皆さん、めげずにこれからも「がんはれ看学生」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、自由に書いて送ってください。抽選で、図書カード500円分を送りいたします。(編集担当:みしま♪)