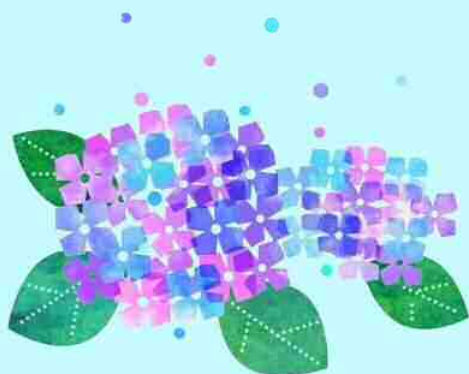




看護学生

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



2022 年度京都民医連・看護学生委員会主催 学習会のスケジュール

今年度、京都民医連看護学生委員会では、看護学生さん向けに、京都民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ました。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）

<場所>オンライン(ZOOMを使用)

<日程>

① 2022 年 6 月 24 日(金)18:00～ 『解剖生理』を学ぶ～循環器編～
講師：慢性心不全看護認定看護師 三尾 知沙主任（京都民医連中央病）

② 2022 年 10 月 28 日(金)18:00～『解剖生理』を学ぶ～脳神経編～
講師：脳卒中リハビリテーション認定看護師 堂本 睦子師長（京都民医連中央病院）

③ 2022 年 12 月 23 日(金)18:00～「看護過程」を学ぶ
講師：鴨川 聡子法人看護部長（公益社団法人 信和会）

2 頁に申込方法など
詳細掲載しています。

もくじ：

- 2 頁：「解剖生理学」学習会のお知らせ
- 3 頁：私の部署紹介(中央病院・3C病棟)
- 4 頁：先輩看護師インタビュー(京都協立病院)
- 5 頁：わたしのおすすめ(あすかい病院)

- 6 頁：看護学生委員の紹介①
8/5/28 就職説明会の報告
- 7 頁：簡単レシピ(血糖値を整える)
- 8 頁：採用試験のご案内





看護学生向け学習会企画

「解剖生理」を学ぶ ～循環器編～

日時：6月24日(金)
18:00～19:00頃

講師：三尾知沙さん 京都民医連中央病院
(慢性心不全看護 認定看護師)

会場：オンライン(ZOOM)



申込：6月17日(金)ㄨきり
右のQRコードからお申込みください

今年も、京都身に連の看護師さんを講師に、学習会を企画しました！
普段の学習でわからないことなども聞いてみてください。
オンラインでの学習会なので、どなたでもお気軽にご参加ください☆

＜問い合わせ＞ 京都民医連事務局 看護学生担当・永山
TEL：075-314-5011 / Mail：kangogakusei@kyoto-min-iren.org



当院の医療活動紹介・私の部署紹介

～京都民医連中央病院 3C病棟～

京都民医連中央病院 浅野 有沙

京都民医連中央病院では、急性期としての機能だけでなく、在宅復帰に向けた回復期機能やヘルスプロモーションの機能を持ち合わせ、地域になくてはならない病院を目指しています。また、「貧困と格差、超高齢化社会に立ち向かう無差別・平等の医療、介護の実践」、「安全、倫理、共同のいとなみを軸とした総合的な医療介護の質の向上」を、医療・介護活動の2つの柱として活動しています。

■病棟の特徴・仕事の内容

私が勤務している3C病棟は、女性病棟です。主に、産婦人科や乳腺外科の入院が多いですが、尿路感染症や心不全など様々な診療科の患者さんが入院されています。産婦人科や乳腺外科は、手術目的での入院が多く、術前から安心・安全に入院生活を送ることができ、安心して退院後の生活を送れるようなケアを心がけています。また、出産のための入院や、切迫早産など妊婦さんの入院があることも、3C病棟の特徴です。3C病棟では、現在BFHの認定に向け、取り組みを進めています。BFHとは、Baby Friendly Hospitalの略称で、赤ちゃんにやさしい病院のことをいいます。これは、ユニセフとWHOが作成した「母乳育児成功のための10か条／母乳育児がうまくいくための10のステップ」に沿った母乳育児支援を行っている病院のことで、現在認定に向け、母乳育児支援に取り組んでいます。

他の病棟と比べても、入院患者さんの年齢層は幅広く、様々なライフサイクルの過程にある患者さんと関わらせていただける機会があります。ボディイメージの変化に対するケアなど、女性病棟ならではの視点もあり、日々たくさんのことを学ぶことができます。また、出産という命が誕生する場に関わらせていただくことはとても感慨深く、貴重な体験をさせていただいています。

■3C病棟で働くやりがい

3C病棟では、様々な疾患を持つ患者さんがおられ、大変だと感じることもありますが、幅広く学ぶこともでき看護師としてのやりがいを感じています。また、いいお産ができてよかったとお母さんが言うてくださることや、赤ちゃんが元気に育っていく姿を見ることができることにも、とてもやりがいを感じています。女性病棟での看護に興味を持っていただくと嬉しいです。コロナが落ち着き見学できるようになればぜひ3C病棟にも足を運んでみてください。



私の職場の先輩看護師さん

インタビューー 京都協立病院 蘇畑優花莉

私の職場の先輩看護師である滝下蘭子(たきした らんこ)さんにインタビューしました。
滝下蘭子さん…看護師歴 12 年目 地域包括ケア病棟 3 年目 新人教育担当

蘇畑: どうして看護師になろうと思ったのですか？

滝下 NS: 五年一貫の看護学科卒なので、中学生時代に決めた進路ですが、手に職があった方が安心だと思ったのと、看護師なら福利厚生もしっかりしており転職に困らないかな、と思ったからです。学生時代には実習を通して人の役に立てる仕事だと実感しました。

蘇畑: ご自身が看護師を目指してから今までで影響を受けた看護師さんはおられますか？またどのような方でどのような影響を受けましたか？

滝下 NS: 2 回目の転職で出会った主任さんで、現在師長さんになっておられる方です。ベテランさんですが、自分の目指す看護師像を持ち続け、私達後輩にも知識から接遇面まで幅広く指導してくださいました。勿論患者さんからの信頼も厚かったです。こんな看護師になりたいなーと思い、まずは接遇面をしっかり礼儀を持って行なうことと、患者さんのベッドサイドの整頓をしっかりすることから始めました！！今は後輩指導を 1 つ 1 つ丁寧に行うことを意識しています。

蘇畑: 今、地域包括ケア病棟で勤務されており、一般の地域包括病棟とは異なり、急性期から終末期と幅広い患者さんを看られています。どのような思いを持って看護をされていますか？

滝下 NS: 様々なステージの患者さんがいますが、安全・安楽に過ごして頂くことが第一です。急性期なら色々なルート類でのせん妄状態、包括入院なら環境が変わる事での転倒、終末期では苦痛のないように心身共に安楽に過ごせるように、など考えています。
患者に対する思いがありすぎて書ききれません。

蘇畑: 京都協立病院の魅力を教えてください！

滝下 NS: 看護師だけでなく、医師も、リハビリも、事務も、優しい人が多く連携がとりやすいです。

蘇畑: 最後に今後の目標を教えてください！

滝下 NS: スタッフからも患者さんからも信頼されるよう日々努力です。そして、コロナ禍に負けずに毎日楽しむこと！！

蘇畑: ありがとうございます。

わたしのお勧め

私のおすすめの漫画を紹介します。勉強の息抜きによければ読んでみてください。

『ブルーピリオド』

簡単に言うと、インテリヤンキーが東京藝術大学合格を目指す話です。

不良だけど要領よく生きてきた主人公・ハ虎は、はじめは美大を目指す人が理解できませんでした。しかし、忘れ物をした美術室でみた絵や、美術の先生との出会いが徐々に彼を美術の道へと引き摺り込み、手応えのなかった日常に色がつき始めるのです。周りの空気を読みすぎて自分という輪郭がはっきりしないままだったハ虎が、美術に出会って自分のやりたいことや言いたいことを人に伝えることの難しさと葛藤しながら成長していく姿にエールを送りたくなります。

ちなみに YOASOBI の「群青」という曲はこの作品のインスパイアソングです。

『呪術廻戦』

今話題の作品なので読んだことある人の方が多いと思いますが、気になってるけどまだ読んでないって方に是非おすすめしたいです。

ざっくり言うとバトル系漫画です。

普通の高校生活を送っていた主人公・虎杖悠仁はある日特急呪物と呼ばれる「両面宿難の指」を拾います。それはあらゆる呪いを引き寄せる危険な物で、そうと知らない虎杖は所属しているオカルト研究部の先輩に預けてしまいます。

引き寄せられた呪いによって危険が迫る先輩立ちを救うために宿難の指を取り込み、呪術を手に入れるのですが、呪いを祓う“呪術師”と呼ばれる人たちによって秘匿死刑の対象にされてしまいます。

ある条件と引き換えに死刑は一時的に免れますが、呪術を手に入れた虎杖自身も呪術師として呪いを祓うこととなります。

「呪い」がテーマになってるだけあってシリアスな展開も多いですが、暗いだけじゃなくてちょいちょいギャグを挟んでくれるので読んで楽しいです。展開も早くてさくさく読めます。

看護と関係のないものばかりでしたが、漫画は自分の世界が広がるので気になる物があれば是非読んでみて欲しいです。

あすかい病院緩和ケア病棟看護師 前美沙季



2022 年度看護学生委員紹介

看護学生委員とは：看護学生さんや奨学生、高校生さんなど、未来の看護師さん向けの企画を考えたり、サポートする仕事をしています。この「がんばれ看学生」の原稿準備や編集も担当しています。

今月はあすかい病院と近畿高等看護専門学校の委員さんを紹介します。



京都民医連あすかい病院で副看護部長をしている山際正樹です。看護学生さんの担当となり、早くも3年目となります。COVID 19の流行した年に1年目がスタートし、様々な企画が中止となる中で、少しでも看護学生さんとながらを持つとともに、学生生活の役に立てればと試行錯誤してきました。

リーダーシップも実体験形式以外に、オンライン形式でも対応できるようになりました。また、機会がありましたら是非ご参加下さい。趣味は、家族と過ごすことです。どうぞよろしくお願いします。

あすかい病院で看護学生担当事務をしている寺尾桂子です。コロナ禍になって早3年になりますね。対応・対策に慌てることも少なくなってきたかと思いますが、油断せず充実した学生生活が送れるよう頑張ってください。悩みや困っていることがあればいつでも相談に乗りますので、どうぞお気軽にご連絡ください。



はじめまして、近畿高等看護専門学校の教員の齊藤です。

看護学生の身近な存在として、皆さんの思いや考えを聞き、看学生委員活動に活かしていきたいです。気軽に声をかけてください。

よろしくお願いします

京都民医連合同就職説明会 を初めて開催しました



＜1年目＞「基礎知識と技術の習得」

- 看護技術、注射や点滴・薬剤に関する知識、救急蘇生など、臨床現場に必要な技術の習得
- ケースレポート、看護観に取り組む

＜2年目＞「主体的な看護実践」

- より専門的な知識の習得
- ケースレポート、事例研究、看護観に取り組む

＜3年目＞「リーダーシップの習得」

- 職場において、リーダーとしての役割を担えるような研修を行う
- 入院から在宅生活を知るために、継続医療の課題に取り組みます



← 病院のこことを知ってもらい、働くイメージが少しでも持ってもらえたら、と初めて開催しました

5月28日(土)にオンラインで、京都民医連の初期研修施設をもつ3つの法人が集まり、合同での就職説明会を初めて開催。初期研修の説明や、スタッフインタビュー・病院動画を見てもらいました。最後に法人別の質問ルームも設け、病院ごとに沢山質問をしてもらいうい機会になりました。

参加してくれた学生さんたちからは、「看護師として働いたときのイメージができた」「質問にも丁寧に答えてもらえてうれしかった」と好評でした！！ご参加ありがとうございました。

「食と健康」いつでも元気 6月号

簡単栄養レシピ～血糖値を整えるレシピ編～

レタスのスープ

【材料】 2人前

- レタス……………4分の1(80g)
- しょうゆ……………小さじ2分の1程度
- 〈調味料〉
- ★鶏ガラスープ…小さじ2分の1
- ★水……………1.5カップ

【作り方】

- ①レタスは一口大にちぎる
- ②鍋に★の調味料を入れて、火をつけて沸騰させ、①を入れて中火で約1分間に煮る。したらしょうゆで好みの味にととのえる。



ミニトマトのマリネ

【材料】 2人前

- ミニトマト…1パック(200g)
- 〈調味料〉
- ★酢…大さじ3
- ★砂糖…小さじ2分の1
- ★塩…小さじ3分の1
- ★こしょう…少々
- ★オリーブ油…大さじ2



【作り方】

- ①ミニトマトのへたをとり、皮につまようじを数カ所刺して、湯むきをする。熱湯に浸したら、すぐに水にうつす。(浸しすぎに注意)
- ②ジップロックもしくは深めの器で、★の調味料を一つに混ぜ、その中に①を15分ほど漬け込む。

血糖値について

血糖値は高すぎても低すぎても、私たちの体には様々な不具合をもたらします。高すぎると、血液が濃くなり脱水状態になったり、糖尿病・心筋梗塞・肝硬変といった病気の因子となります。逆に低いと、集中力や落ち着きがなくなったり、無気力になる、頭痛・吐き気・めまい・冷や汗などなど…。血糖値を整えるには、「一汁三菜」・お野菜中心の料理が適しています。学生生活では、中々難しいこともあると思いますが、極力1日3食を決まった時間に食べること、夜遅くの飲食、食べすぎに注意して、元気に学校生活を過ごしてください。

おたよりコーナー！！



「がんばれ看学生」と一緒にお届けしているハガキもしくは右の二次元コードから、自由に書いて投稿してください。抽選で図書カード500円分を送りいたします。

(編集担当：永山♪)



こちらから投稿できます。

各法人・事業所 2023 年 4 月入職 新卒看護師 採用試験日のご案内

▶ 京都保健会 採用試験日

京都保健会（京都民医連中央病院、吉祥院病院、京都協立病院）は、新卒採用に向けた、採用試験を以下の要項にて実施します。

試験日	2022 年 6 月 25 日(土) 午前中 2022 年 7 月 23 日(土) 午前中
試験内容	面接（個人）
申込書類	・履歴書 ※京都保健会 HP よりダウンロードを ・成績証明書 ・小論文
場所	京都保健会事務局



詳しくはお問合せください。

担当：京都保健会看護部 松浦・小泉

TEL：075-862-1155 Mail：HP のメールフォームから

詳細はこちら



▶ あすかい病院 採用試験日

京都民医連あすかい病院では、2023 年度入職の看護師を募集しています。採用試験は夏に行います。まだ就職先を決めていない、迷っている方はご検討ください。

試験日	2022 年 8 月 13 日(土) 9:30 開始
試験内容	①適正検査 ②小論文 ③面接
申込書類	・履歴書 ・健康診断書 ・成績証明書 ・卒業見込み証明書
場所	京都民医連あすかい病院

詳しくはお問合せください。

学生担当：山際（副看護部長）・寺尾（事務）

TEL：075-712-9082 Mail：egg nurse@shinwaka-i-m.jp



詳細はこちら

