

# がんばれ

看護学生委員会ニュース

2025年9月 第289号

# 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



## “一つの問題から関連付けて学習する必要性を実感” ～8月2日、看護師国試対策講座を開催

8月2日（土）、京都民医連看護学生委員会主催で看護学生を対象にした国試対策講座を開催しました。今回は久しぶりに京都民医連事務局会議室でリアル開催、また希望の方には ZOOM も開設してのハイブリッド形式でおこない、学生 48 人が参加しました。講師は昨年 12 月の講座にもお越しいただいた條谷洋司（じょうたに・ひろつぐ）先生＜武田看護教育研究所＞です。参加者には「夏季特講薬理学問題集」という冊子が配られ、可能な限り事前に回答してもらったうえで講義を受けてもらいました。会場参加の学生には、條谷先生から順番に例題が出され、それに答えてもらいつつ関連したことを解説で深めていく、というやり方で約 3 時間の講義は進みました。

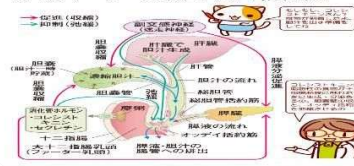
講義を受けての学生達の感想では、「解説だけでなく、国試頻出のポイントや学生が苦手な所を教えて頂けた」「先生から問いかけられるスタイルだったため、自分がしっかりと覚えられていないことを自覚できてよかった」「学習方法として表面的に解説を書き写すのではなく、関連する臓器の仕組みや選択肢にある言葉の意味、役割を掘り下げて知っていくことが大切であると実感しました」「薬理学だけではなく、幅広く深く解剖生理や疾患について改めて学ぶことができて良かった。今回の講座を受けて、模試の復習や国試に向けての勉強のスイッチが入りました！」といった感想をたくさん寄せてもらいました。

次は 12 月 6 日（土）に対策講座を予定しています（詳しくは最終ページのチラシ参照）。看護学生ならどなたでも参加 OK です。お申込みお待ちしております。



脾液

十二指腸と脾臓は解説を見て把握しておく(ファーター乳頭、オッディ括約筋)



### もくじ：

- |                     |                              |
|---------------------|------------------------------|
| 1 頁：8/2 国試対策講座のご報告  | 5 頁：新連載 診療所で働くキラッ★と看護師さん     |
| 2 頁：実習アドバイス（あすかい病院） | 6 頁：10/17「実習に役立つ」web 学習会お知らせ |
| 3 頁：大切にしている看護（中央病院） | & おたよりお待ちしております              |
| 4 頁：わたしのおすすめ(中央病院)  | 7 頁：11/8「ENS」参加者募集中♪         |
| & 休日の過ごし方（吉祥院病院）    | 8 頁：12/6「国試対策講座」ご案内          |

# 看護実習アドバイス

京都民医連あすかい病院北3病棟（地域包括ケア病棟）

看護師 今西美帆

看護学生の皆さんこんにちは。

今回は、実習で大切にしてもらいたいことを紹介します。アドバイスになるかどうか分かりませんが少しでも参考にしてもらえたらと思います。

## ①事前学習は大切！

実習前は患者さんの疾患が分からないことが多いため、どこを勉強すれば良いか分からないと思います。ですが、実習先でよくみられる疾患に絞って疾患や疾患に対する観察項目・治療等を学習していました。実習前に学習しておくことで、患者さんの容態をアセスメントしやすく、看護問題や看護計画が立てやすかったです。また、看護ケアの手順や根拠、注意点も再度予習していました。実習では、患者さんにケアを実践する機会があると思います。一通りの知識や技術を備えておくスムーズにケアを提供でき、加えて患者さんに合ったケア方法を考えやすかったです。

## ②患者さんとの時間を大切に！

限りある実習の中で患者さんと関わる機会は貴重です。カルテでの情報収集で大まかな情報は得られますが、実際にコミュニケーションを通して、より患者さんの思いや価値観などカルテ上では知りえない情報を知ることができます。患者さんを知り、普段の様子を観察しているからこそ、患者さんの変化に気づくことができます。気づきを大切にすることで、その人に合った看護問題や計画を立てやすかったです。短い間で信頼関係を築くためにも患者さんとの関わりを大切に実習に臨んでみてください。

## ③チームメンバーと協力する！

実習は記録も多く、初めてのことばかりで不安やストレスが溜まると思います。私は要領が悪く、記録に追われ、挫けそうになったこともありましたが、実習メンバーと助け合うことでなんとか実習を乗り越えることができました。困った時は、抱え込まず実習メンバーと支え合うことを大切にしてもらえればと思います。

最後に、実習でわからないことがあれば、自分の考えをもとに先生や指導者、医療従事者へどんどん相談や質問をしてみてください。そして、実習を通して自分自身の看護観を深めてもらえたらと思います。実習中は大変だと思いますが、自分自身を大切にしてください。応援しています！





# わたしが**大切**にしている看護

## ～寄り添う看護、その原点はあの日の言葉～

私は看護師として働く上で「相手の立場になって考える」ということを大切にしています。私が看護師を目指したきっかけは、学生時代、交通事故に遭い救急搬送された際に看護師に優しい言葉掛けをされた経験があるからです。救急外来の看護師に「怖かったね、学校行く途中だったの?」と話しかけられ、他愛のない話に感じるかもしれませんが、突然事故に遭い理解できないままの検査や問診でパニックになっていた私にとってはとても安心できたことでした。その看護師の声掛けだけで私は寄り添ってもらえていると感じました。私も相手の立場になって考えた接し方を実践し、患者さん一人一人に寄り添える看護をしたいと感じました。

実際に働いてみて多忙な業務の中でなくてはならないことに追われていると、看護師の都合で動いてしまうことがあります。患者さんに対する説明を省いてしまう、看護師のタイミングで処置をしてしまうなどがあります。便処置や点滴留置針の挿入は痛みや苦痛、不安を伴うものであり、患者さんにとっては当然ながら嫌なことです。看護師は苦痛を伴う処置を日常的に行うため忘れがちになってしまいがちですが、患者さんの立場に立って不安や苦痛を伴うことを常に意識する事を忘れてはいけないと考えます。患者さんにとっての「苦痛」を考え、それを減らすために患者さんが安心できる声掛けなどを実践していきたいです。

「相手の立場にたって考える」とは患者さんに対してだけではありません。現場では様々な職種の医療スタッフが働いています。それぞれの役割、仕事内容は違いますが、患者さんが安心できる入院生活を送れるよう支援しているという共通点があります。現場では医療スタッフ同士のコミュニケーションが必要不可欠になります。より良いコミュニケーションをとることはコミュニケーション不足が原因となるミスを防ぐためにも大切なことだと感じます。

現在私は看護師2年目でまだまだ分からないこともあり落ち込んだりする日もありますが、看護師を目指してわくわくした気持ち、そして私が大切にしている「相手の立場になって考える」ということを日々胸において業務に励んでいきたいです。

京都民医連中央病院 4C 病棟 林 佳奈



吉祥院病院 病棟看護課 山口 陽菜

私の休日の過ごし方は、基本的に家でゆっくりすることが多いです。YouTube を見たり、ドラマを一気見したりして、仕事の疲れを癒やしています。特に最近は、好きなアーティストの出演する番組やライブ映像を見ることが楽しみの一つです。鑑賞しながらお菓子を食べる時間が至福のひと時です！また友達と一緒にそのアーティストのライブに行くこともあります。ライブ当日もそうですがチケットを取るところから、グッズをそろえたりする時間まで全てが楽しい時間です。推し活しながら友達との絆も深まっています。

他にも休日はたまった家事を片づける時間でもあります。仕事疲れで溜まっていた掃除や洗濯、買い物などをまとめて行うことで、すっきりし気持ちが明るくなります。休日に少しでも頑張って家事をこなすことで、心や時間にも余裕が生まれ、より充実した毎日になるのかと思います。長期休みでは旅行に行ったりもしています！観光地を巡ったり、美味しいご当地グルメを味わったりとその土地ならではの物を堪能しています。これからも、長期休みにはできるだけいろいろな場所を訪れて、リフレッシュしていけたらと思っています。



## 私のおススメ

私のオススメは、音楽を聴くことです。楽しい時や嬉しい時、悲しい時や怒っている時など、色々な場面で音楽を聴くので、私にとって日常生活の一部となっています。このように頻繁に音楽を聴くようになったきっかけは、学生の頃に失恋をしたことです。その時に聴いた曲で、心が救われ、もっと色々な音楽を聴きたいと思うようになりました。

特に邦楽バンドが大好きで、毎年フェスに参加しています。フェスは、様々なアーティストが参加するので、新しい音楽との出会いができます。また、テレビやスマホから聴く音楽ではなく、リアルで音楽のサウンドや会場の雰囲気、アーティストとの空間を楽しめるので、とても素晴らしい機会だと思います。

ぜひ、皆さんも自由な形で好きな音楽をたくさん聴いてください。音楽が日常を楽しくしてくれるはずです。

京都民医連中央病院 志智菜都美 ♪





シリーズ：診療所で働く キラッ★と看護師さん

## ～相談があれば、すぐ飛んでいきます～

京都民医連太子道診療所 山田亜由美

私は看護師経験が 30 年になります。昨年、病院から初めて診療所へ異動となり、地域における診療所の役割とはなにか、多職種と連携する大切さを実感する毎日です。

ある日、診療所近くの地域包括支援センター（地域で暮らす高齢者の方々を、介護・福祉・健康・医療の面から総合的に支援する公的な相談窓口）から、「地域の民生委員さんから、A さんの姿（100 歳）を最近見ない、娘さんは外に出かけたりしているようだが、『お母さんは元気』と言っているけれど気になる」と診療所に相談がありました。娘さんが理解できるようにわかりやすく伝える支援も必要でした。

一度、包括支援センター、京都市の健康長寿推進課、民生委員さん、町内会長、診療所で情報の共有と今後の支援について話あう場が設けられました。A さんは特に病気がなかったのか、かかりつけの病院はありませんでした。近所の方々は常に心配され、まず診療所のパンフレットを入れて、いつでも相談しに来てくださいというメッセージ、包括の方の訪問を目標としました。すると、翌日、A さんの娘さんが診療所に来院され、心配ごとを直接話し、娘さんの思い、A さん本人に会いに行っていいたかを確認、その足で包括支援センターの人と共に自宅を訪問しました。A さんはコタツに薄い布団の上に寝ており、炊き込みご飯の空パックが散乱し「お水ちょうだい、喉乾いた」と弱々しい言葉でした。これは入院の必要があると判断、医師の指示ですぐに入院し、住環境や経済面、介護保険の申請など、相談員や多職種が関わって調整をしました。いったん老健に入所しましたが、再入院となり先日お亡くなりになったことを聞きました。A さんの「ありがとう、ありがとう」の言葉と表情が今でも思い浮かびます。

診療所では、日々様々な患者さんや家族に出会います。来院される時間は限られていますが、看護師の観察や気になる視点から、職員同士で相談し、電話かけや気になる患者訪問を業務のなかに位置づけて地域に出ています。看護師の仕事は何年経っても、常に学び続ける職業です。毎日、楽しく働き成長できる機会があることに感謝しています。



写真はホームページから





看護学生対象  
**第2回WEB  
学習会**

京都民医連看護学生委員会主催

# 心不全の症状と 看護について

日程：2025年10月17日（金）  
18：00～19：00

講師：三尾 知沙看護師  
（京都民医連中央病院 慢性心不全看護認定看護師）

申込み締切：10月9日（木）

参加費は無料です。QRコードからお申込みください→  
資料は10/10以降配信予定です



**予告☆**

第3回WEB学習会 12月19日（金）18時～19時  
「ベットサイドで出会うスキンケア」  
講師：河村淳一郎看護師  
（京都民医連あすかい病院 皮膚・排泄ケア認定看護師）

学校生活のこと、質問などを、ぜひ「ばれ看」にお寄せください☆  
右のQRコードから、ぜひ投稿してください。  
抽選で図書カード500円分をお送りいたします。（編集担当：山路♪）





近畿地協看護学生ゼミナール 2025

Egg Nurse Step→B～万歳 看祭・彩・裁... 再!～

# 震災と 民医連看護

2025年11月8日(土)

時間

10:00～16:30

参加費無料

会場

ふたば学舎 (兵庫県神戸市長田区二葉町7-1-18)

締切

9月29日(月)

問合せ先

京都民医連看護学生担当 (山路)

メルアド kangogakusei@kyoto-min-iren.org

☎ 075-314-5011



➡ 申込みは  
こちらから

## 【企画内容】

- ・避難所体験(段ボールで生活空間を作る)
- ・炊き出し(カレー)、紙食器作り
- ・学習講演① 講師：石川靖二氏(神戸協同病院 副院長)  
「阪神淡路大震災から30年 あのときを振り返る(仮)」
- ・グループワーク、交流企画  
…阪神淡路大震災から30年。当時の震災と民医連看護を  
学習や実体験から学び、これからの災害時の看護を皆で  
考えてみませんか～



石川 靖二 氏  
神戸協同病院  
副院長

主催：全日本民医連近畿地協看護学生委員長会議 ENS実行委員会

京都民医連主催

看護学生  
のための



# 国試対策講座

12/6(土) 9:30 -15:30

この冬、看護師国家試験のポイントを学ぶ！！

対 象：看護学生（全学年参加OK）

※講座の内容は26卒生向けとなっております。

会 場：京都民医連事務局会議室 ※ZOOMも設置予定

日 程：2025年12月6日(土) 9:30～15:30（休憩1時間）

参加費：無料

講 師：武田看護教育研究所より

申 込：右のQRコードより、必要事項を入力してください。

問合せ：京都民医連事務局（担当・山路）

TEL075-314-5011/Mail kangogakusei@kyoto-min-iren.org



申込み締め切り  
11月21日(金)