

がんばれ看学生!!

2013年9月号 第185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

災害時における 心のケアを学ぶ!

★学習会★～興味のある方、ぜひご参加下さい～



講師：緑川 大介医師
(北斗会さわ病院・精神科医)

日時：10月10日(木)

17時～19時

場所：都和のはな3階ホール

(※京都民医連中央病院から徒歩1～2分、
近畿高等看護専門学校 東側)

緑川大介医師の
プロフィール
福島県立医大出身で、震災後
2ヶ月ほど福島県立医大の
心のケアチームとして、いわ
き市などで活動され、その様
子がテレビや新聞でも報道
されました。

その時の精神医療の現場
について、避難者への心のケ
アについてなどお話いただ
きます。

- ◆申し込みは、京都民医連事務局の
日西(ひにし)・長(ちょう)まで
- ◆電話：075-314-5011
- ◆メール：kangogakusei@kyoto-min-iren.org

★今月の記事★

- 1p…学習会のご案内
- 2p…2013 ナーシングセミナー
- 3p…国試対策講座
- 4p…奨学生のつどい
- 5p…平和のとどろき
- 6p…フランス共済会からのお客様
- 7p…私の大切にしている看護
- 8p…私のおすすめ





夏のナーシングセミナー



今年も約30名の学生さんが参加されました。地元京都はもちろん、長野、石川の学生さんも来られました。感想文を以下に掲載します。

《京都民医連中央病院》

【感染ラウンド、褥瘡回診】



◆感染ラウンドでは、複数の医師と認定看護師と栄養士とで、電カルを用いることで、一度で情報を交換し、治療方針を決めたりしているのが効率的で、印象に残

りました。

【病棟体験】

◆障害者病棟で、特浴や採血、食事介助等を見学した。流動食を個々にあわせて作る体験を実際にさせていただいた。指導して下さった看護師の説明が丁寧に分かりやすかった。

◆HCUでは急がしそうな切迫した雰囲気味わうことができた。緩和ケア病棟は他の病棟と違い、穏やかな空気が流れていた。病棟によって、それぞれに見合った配慮がされていることが見てとれた。

【救急外来】

◆救急外来ではトリアージ表にもとづいて、緊急性の高い方から優先して、迅速に治療が受けられるようにされていた。災害時のトリアージのタグは見たことがあったが、救急外来でも活用されていることが知れて、勉強になった。

【オペ見学】

◆硬膜下麻酔を刺入する脊椎の位置や姿勢を実際に見学したことが印象に残った。今後の勉強の中で生かして生きたい。

◆麻酔医、看護師の方と話しができた。とても丁寧に説明してくださったり、私たちに気軽に話しかけて下さったので、緊張が和らぎ、じっくりと見学することができました。勉強しないと！と思いました。

◆人の体の中を生で見、臓器の説明も詳しくしていただき、器具の使い方も知ることができ、すごく新鮮だった。看護師同士や医師との連携もすごく良くて、カッコいいなと思った。患者さんが麻酔から目覚めたとき、自力呼吸に戻ったとき、感動しました。



◆オペ看護の根本には、患者さんの負担や苦痛を減らすにはどうすればいいのかという視点があり、手術室独自の看護ではなく、全ての看護に通じる

考え方が生きていることがよく分かりました。

◆術前・術後訪問を行うこと、手術直前の患者さんの精神的ケアのことを聞き、コミュニケーション能力の必要性を実感しました。またオペ中は患者さんの侵襲を最低限にすることが第一にあることを常に頭に入れておくべきだということ学びました。

【産科病棟】

沐浴と出産振り返り面談を見学しました。褥婦の家庭や出産経験により、母親の抱える悩みがいろいろあり、その悩みに助産師が丁寧にアドバイスなどをされていたのが印象的でした。

《吉祥院病院》

退院して在宅療養をされるご家族に看護師さんが退院指導をされている時、点滴のミキシングや針の取り扱いなどご家族が不安に思われていることを受け止めながら、ご家族の介護意欲を損ねてしまわないようにお話しされる姿を見て、頼れる存在だと感じました。

【訪問看護】

《訪問看護ステーション太秦安井》

◆在宅は病棟のように環境が整っている訳ではなく、危険が多いと感じた。在宅は、患者さんの生活にできる限り合わせた方針を立てる必要があるため、患者本人や家族、多職種とのつながりが欠かせないものだと改めて感じた。

経済面より、汚れる度におむつ交換ができる人ばかりではないなど、病院との感覚の違いもあり、考えなければならぬこと、保険の問題など、社会的に問題視されるべき点などが浮き彫りになったように感じた。



◆訪問看護では、看護師が一人で判断しなければならないことが多かった。介護保険制度が実体験を通して、よく理解できた。病院とは違い、医療器具などが少ないので他の物で代用していた。介護保険との

兼ね合いにより、一人の患者に対する時間が決まっている…などが印象に残りました。

《吉祥院訪問看護ステーション》

◆ALSをわずらっておられる患者さんの奥さんいろいろなお話を聴かせていただきました。難病のご主人をこれから支えていかなければならない不安を抱えていながら、明るく前向きに生きておられる姿が印象的でした。看護師さんも少しの間でも、他愛のない話から患者さんやご家族の声に耳を傾け、支えようとする姿勢が伝わり、改めて訪問看護が大切な役割を果たしていると感じました。



看護師国試対策講座



講師に話を真剣にきく受講生

8月24日(土)に京都民医連主催看護師国家試験対策講座を開催しました。講師は武田看護研究所の三井明美先生で、学生30名が参加しました。解剖生理と疾病についての基礎問題を解きながら解説してもらいました。三井先生は、「問題集や解説をただ見ているだけではダメ、手を動かして、教科書のページをめくって調べて、関連づけて考えて、書く。分からない言葉があれば、徹底的に調べ、自分の分かる言葉に訳して考え、覚えること。」

最後は、「学生生活最後の年を、友だちと一緒に楽

しみながら勉強してほしい。」とおっしゃっていました

参加した学生からは「解剖生理が理解できていれば、疾患の病態とその看護までつなげて理解することができるのだとわかった。」「言葉の意味まで説明できるよう、という先生の言葉に自分の勉強の甘さに気づくことができた。改めて勉強方法を見直していきたい。」との感想が出されていました。



看護学生が30名参加。3年生が中心ですが、2年生の参加もありました！

次回：国試対策講座

日時：12月7日(土) 9:30~12:30

場所：京都民医連 3F会議室

講師：三井明美氏(武田看護研究所)

参加費：500円

ぜひ、ご参加くださいね。

お問合せは京都民医連:日西まで



♪ 京都保健会は焼きそばと国試勉強♪

7月12日（金）夕方、恒例の月一の保健会の奨学生のつどいには看護学生さん9人が集まりました。焼きそばを一緒に作って、自己紹介や近況報告をしながら食べました。その後、近い将来！！の国試にむけて、みんなで解剖生理の勉強。問題集を順番に解いていきました。1年生も授業で習いたてだったので、「結構覚えてる〜！」「意外とできてる〜！」などと、言いながら勉強しました。「解剖生理が分からないっ」という1年生に対し、2年生の先輩学生が「丸暗記では忘れる。理解して覚えた方がいい。授業で分からなくても、復習して勉強することが大事。」とアドバイスしていました。解剖生理は難しい、と言われますが、人体の構造と機能が分かれば疾患が理解できると言われています。

みなさん頑張りましょう！！



❖ 信和会 第二中央病院は○全学年のつどいを行いました！❖

8月17日当日は3年生が10名、2年生が7名、1年生が1名の参加でした♪

11時ごろから餃子とたこ焼きの調理開始！ たこ焼きは最初、卵が少なかった？のか、なかなかきちんと焼きあがらず、たこ焼き隊は大苦戦しておりましたが、途中からはいい出来栄でした(*^_^*) 餃子は順調な滑り出しで、着々と焼きあがり♡ 餃子もたこ焼きもとっても美味しく出来上がりました！残念ながら出来上がりの写真を撮り忘れましたが、、、 病棟の師長さんたちも参加し、皆で作って食べるととても美味しく楽しい時間がすごせました★ 今回参加できなかった方は残念でしたが、また近いうちにお食事会を開催いたしますので、ぜひご参加くださいね〜(^^)♪



2013★



原水爆禁止世界大会に 京都から50名が参加！

参加者感想①

原水爆禁止 2013 年世界大会が長崎で8月7日～9日の3日間、全体で約7000名の参加で開催されました。海外20カ国から90名、国内は全都道府県から代表が参加されていて、あらためて「核兵器のない平和で公正な世界を」は世界共通の願いなのだ実感しました。分科会でしっかり学習し、全日本民医連交流会では全国の仲間と楽しく交流してきました。

京都民医連の参加者♪



参加者感想②

大会中、何度も耳にしたのは「核兵器の非人道性」「いかなる国や組織、既存のシステムも、核兵器爆発ののちは何もできない」ということです。そしてその非人道性を身をもって体験した被爆者の思いを継承し、核兵器廃絶を目指す…原水爆禁止運動の原点が改めて確認できました。今回、ともに参加した職員、共同組織の方と一緒に、京都から取り組みを継続していきたいと思えます。

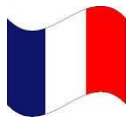
熱気にあふれる

全体会場の様子★



第二講座の五老ヶ岳でパシャリ！

第六期平和塾が七月二五日に開講しました。第一講座は「青年と平和」について久保田貢先生(愛知県立大学准教授)の講義をうけました。国歌の意味、アジアへの侵略の歴史、沖縄戦や集団自決の事実について学びました。塾生からは「戦争の時代に生きてきた人々の悲しみを感ずる必要性を感じた」「正しい歴史の知識を学んでいかなければならない」「患者さんに接するときに、辛い時代を生きてこられた方という視点で、尊敬の態度でかわっていききたい」「講義をきいて心に響いた」「衝撃を受けた」といった感想がよせられました。第二講座は八月二日に舞鶴の平和フィールド体験学習をおこないました。舞鶴平和委員会の橋本氏にガイドをしていただき、五老ヶ岳展望台からの説明や、船上からの自衛隊基地見学、引き上げ記念館を視察するといったコースで体験学習を行いました。塾生は 半年かけて平和について学びます



フランス共済会から見学に来られました

8月25日から8月27日の3日間、全日本民医連60周年記念祝賀会に出席された、フランス共済会のマラコフ市保健衛生センター元署長のミシェル・リムーザンさん（医師）と同センター元所長のエリック・メイさん（医師）がフランスより京都にお越しになりました。8月26日午前中は中央病院の施設見学をされ、座ったまま入浴できる設備などを興味深く見学されておられました。また、医師や看護師と交流され意見交換ができました。



午後からは上京健康友の会会員さんから京都の街並みや町屋についてのお話を聞き、西陣の町を散策しました。西陣織の職人さんで上京健康友の会会員さんのお宅に訪問し見学しました。西陣織の織機はもともとはフランスから輸入したこともあり文化交流の歴史についての話題で盛り上がりました。民医連にたいして感動されておられた事と共感していただいたことが印象的でした。



もう見ましたか？



国によって医療費の制度が違います。フランスも日本とは違った制度です。フランス以外にも外国の医療がどのような仕組みになっているのかが良く分かる映画「シッコ」の視聴をおすすめいたします。

京都民医連事務局にもDVDがあり貸し出しも可能です。

興味のある方は京都民医連（日西）までお問い合わせください
いね

私の大切にしている看護



看護師として働き始め3年目になります。入職以前は笑顔を決やさず患者さんと時間を共に共有し、個別性に合わせた看護を提供していきたくて考えていましたが、振り返ると日々の業務に追われ患者さんと深く関わることができていなかったこともありました。

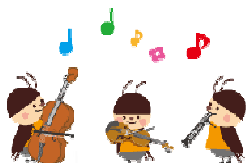
受け持たせていただいた患者さんの中で印象に残っている方がいます。前日までは食事を摂取され会話もできていた方でしたが、病態悪化に伴い挿管、人工呼吸器管理となりました。家族は受け入れられず、呼吸器やたくさんのルートに繋がれた姿を見て声をあげ泣いておられました。家族への声かけ、関わり方に悩むことがあり、先輩からは「話を聞きだすだけでなく、家族が話してくれることを聞き、共感するということが大切」と助言をいただきました。傾聴・共感することが不安の軽減につながる、個別性に合わせた看護につながるという

ことを学びました。表示される値をみて「これは正常なんでしょうか？どれくらいになったらダメなんでしょうか？」など質問され、値をみて一喜一憂されていました。家族の不安を少しでも軽減できるよう日々振り返り・学習を行うことが重要だと改めて学ぶことができました。

患者さんや家族との関わりを通して入職当初の看護観だけではなく、新たに大切にしたいと思う看護観を見つけ出すことができました。病気となり、今までと違った姿を目の前にすると家族は戸惑うと思います。患者さんを支えるためには医療従事者だけではなく、家族の支えが重要となります。ご家族ともコミュニケーションを取り、患者・家族の両者の思いを尊重しながら、家族を含めた看護を提供できるようになりたいと思います。そして患者さんからの学びを生かし、自分自身が笑顔で関わることで患者さんや家族の笑顔を導くことができるような看護師でありたいです。

京都民医連第二中央病院

南4階病棟 小峠 佳奈美



おたより コーナー

夏休み目前です!!!
楽しい計画を
たてながら、
勉強がんば
りたいと思っ
ます!!!

ペンネーム _____
学校名 下野 学年 2

暑くなってきたわ!
テスト終われ、
夏休み入りした。
夏はあついな間こ
ちぎとまのぞ、
時間もムダにしないように
バイトや勉強を
こつこつ頑張ります。

ペンネーム よしはる
学校名 府社医 学年 2

夏です!!
夏といえば「夏休み」...これは
なく「実習」... (何) 実
2週間の実習 恐怖!! 笑
頑張ります!! ☆

ペンネーム ちゅん
学校名 _____ 学年 2

夏休み中ですが
実習に向けて
毎日学校へ行く
日々を乗り越え
母子と家族の
笑顔が「続きましょ」と願っています。

ペンネーム ヨッシ (2年学生)
学校名 福岡看護専門学校

国試対策
頑張る

ペンネーム まり子
学校名 近看 学年 2

いつも「今日の一押し」楽しみに
しています☆
いろいろ病棟の生の声はとも参考
になります。 参考
もう夏休みですが、メリハリ
つけて、楽しみたいと思います。

ペンネーム M
学校名 近看 学年 2

がんばれ看護学生へのおはがき大募集!! イラストをいただいた方から抽選で、毎月3名の方に500円分の図書カードをプレゼントいたします。近況やイラストなど下記までお送りください。



〒615-0004 京都市右京区西院下花田町 21-3 春日ビル 4F 京都民医連事務局 日西
TEL (075)314-5011 FAX (075)314-5017

私のおすすめ★



カフェ「茂庵」 moan

こんにちは。朝夕涼しくなってきましたが、体調崩していませんか？夏休みは満喫されましたでしょうか。

さて、「私のオススメ」ということで、何をテーマにしようかと悩んだのですが、京都には素敵なカフェが多いので、大好きなカフェを紹介したいと思います。

カフェ好きの人ならご存知だと思いますが、吉田山山頂にある「茂庵」というカフェです。店に辿り着くまでには、幾つかのルートがあるのですが、神楽岡通から登るルートがお勧めです。

小さな看板に導かれながら、風情ある石畳の坂道をとことこと登って行くと、トトロのような世界が出現します。さらに奥へ進んで歩くと、大正時代に建てられた趣のある2階建の一軒家が姿を現します。

落ち着いた雰囲気の居心地のよい店内。そこから京都市内の風景をぼ〜っと眺め、音楽を聴いたり、雑誌を読みながら心を充電する時間が

贅沢に感じ、癒やされます。

ランチやデザートも美味しいですよ♪京都にいなながらも、小旅行に来たような気分になれる隠れ家カフェ。

これからの季節、紅葉も始まりますし、プチハイキングを楽しみながら、是非一度、足を運んでみてはいかがでしょうか。



京都民医連中央病院

北3F 病棟勤務 堀江 真希 (2012年卒業)

