

がんばれ看護学生!!

2014年4月号 第189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

新入生のみなさん入学おめでとうございます



新しく始まる看護学生生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。先輩の看護学生のみなさんも、気持ちを新たにして、クラスの仲間と協力しながら、実習や勉強に頑張ってください。

京都民医連では、看護学生さん向けの企画を行っています。がんばれ看護学生や京都民医連のホームページなどを通じてご案内します。お気軽にご参加下さい。



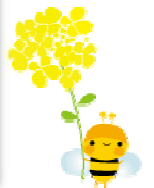
OPE室見学



大文字山登山♪



年2回の国試対策講座

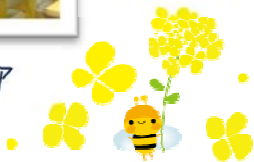


奨学生のつどいおにぎり会議♪



奨学生のつどい鍋パーティー♪

クリスマスボランティア



ぜひご参加ください。
お待ちしております!!



- 1p ようこそ新入生・企画の紹介
- 2p 酒井看護学生委員長よりメッセージ
- 3p 民医連の紹介
- 4p 信和会「茶山のさと」から
- 5p 胃ろうケア/国試対策講座の案内
- 6p 国試体験記
- 7p 第12回ENS実行委員 募集!!
- 8p 投稿コーナー・奨学生募集



みんなでちらしずしを食べました♪



「がんばれ看護学生」を手にとって 見ていただいている皆さん こんにちは

京都保健会の酒井富喜子（さかいふきこ）といます。
看護師歴は30数年になります。京都民医連で北病院、吉祥院病院、京都民医連中央病院と病院勤務を経験し、今年4月から京都保健会という新しい職場で働くことになりました。

また今年度から京都民医連の看護学生委員長という役割も担う事になりました。皆さんにとっても私にとっても始まりの4月となります。新たな気持ちで元気にスタートしましょう。

京都民医連では、高校生の方々や看護師をめざす看護学生さんを対象に様々な企画を行っています。

高校生一日看護体験、受験アドバイス会、看護学生のナーシングセミナー、国試対策講座、新歓等のレクレーション、また病院独自のつどいの開催など、年間をとおした学生応援企画を取り組みます。

いのちに関わる看護の仕事です。学校での授業や実習で、困難にぶつかったり、時には心が折れそうになったり、いろんな事があると思います。一人で悩まず、ぜひ相談して下さい。みんなで励まし合って看護師をめざしましょう。

さまざまな企画で皆さんにお会いするのを楽しみにしています。





民医連（みんいれん）の紹介

民主医療機関連合会を略して、民医連（みんいれん）といいます。

戦前、お金がなければ十分な医療が受けられない時代に、貧しい人々や働く人たちのための診療所をつくらうという地域の方々の運動が始まりました。戦後の荒廃のなか、その運動が引き継がれ、各地に「民主診療所」がつくられ、1953年、「働く人々の医療機関」として全日本民主医療機関連合会が結成されました。

60年が経過し、全国的には約1,800の事業所が加盟する組織へと発展してきました。現在、京都府内には4つの病院、27の診療所（歯科併設5カ所）、13の訪問看護ステーション、老健施設、看護学校、居宅支援事業所などを有しています。



京都民医連中央病院



京都民医連第二中央病院

民医連綱領前文には、「私たち民医連は、無差別・平等の医療と福祉の実現をめざす組織です」と謳っています。お金の有るなし、性別や年齢、住居、国籍などで受ける医療に差別があってはならないと考えています。差額ベッド料はいただいておりません。また無料低額診療事業で窓口負担なく医療が受けられる制度を積極的に取り入れています。

私たち民医連の看護は①患者の立場に立って、②患者の要求から出発し、③患者とともにたたかうという3つの視点、そして①総合性と継続性、②無差別性、③民主性、④人権を守る・運動という4つの優点が基本になっています。



吉祥院病院



京都協立病院

看護体験や看護学生さんを対象とした企画等で、ぜひ私たち民医連の医療活動や看護実践に触れて下さい。「がんばれ看学生」は看護学生さん向けのお便りです。企画案内、病棟や外来、在宅での看護実践報告や、看護学生さんと現場の看護師をつなぐ記事を掲載しています。感想やご意見をたくさんお寄せください。



おおみや葵の郷

ブログのご紹介

公益社団法人京都保健会

『京都民医連中央病院』のブログ

京都民医連中央病院のナースたちが、大切にしている看護や、研修について、休日の過ごし方や日常生活の出来事を掲載しています。

京都の写真も載せているのでぜひ見て下さいね。

[京都民医連中央病院 ブログ](#) [検索](#)

ナースのつぶやき

京都民医連第二中央病院のナースたちが、大切にしている看護や、研修について、看護学生やナースをめざす高校生・社会人を対象にした企画のご案内、日常生活の出来事、病院周辺のスポットなどを綴っています。ぜひ読んでみて下さいね。

[京都民医連第二中央病院 ブログ](#) [検索](#)



介護老人保健施設 茶山のさと

介護老人保健施設「茶山のさと」はH23年11月に開所した70床の信和会の施設です。

信和会第二中央病院広報誌「大文字」の記事を紹介します。



嚥

下

食

の

取

り

組

み

平均年齢85歳、平均介護度4と高齢で介護度の高い方が多く、そのため、食べたり飲みこんだり障害（摂食嚥下障害）のある方も多い施設となっています。

開所時より「摂食嚥下障害があっても、おいしく、安全に食事をとっていただくこと」に力を入れています。1年目には、従来のミキサー食をミキサー固形食に変更しました。ミキサー固形食は、調理した食材一つ一つを別々にミキサーにかけた後、裏ごしし、60度で固まるゼリー化剤でかため、仕上げたものです。色や形、味、口あたりなどを重視しています。米国の医療分野の研究者が視察にこられた時に、このミキサー固形食を見て「ミキサー食はどこにでもあるけど、ミキサーにかけた物を再形成したものは今まで見たことがありません。素晴らしい仕事をされていますね」とお褒めの言葉をいただきました。

2年目には、きざみとろみ食をやわらか食に変更しました。やわらか食は、形は残したままで素材自体をやわらかくすることを重視し、肉軟化用酵素や圧力鍋を使用したり、揚げ物は、揚げてから煮るなど調理に工夫をこらしています。普通食にこだわりのあった嚥下障害の方にも好評です。

これらの嚥下食や嚥下障害の方への対応方法などを地域に広げようと様々な取組も行っています。出前や押し売り勉強会・調理実習から、依頼されての講演、学会発表など大忙しです。同じ志をもつ「京滋摂食嚥下を考える会」にも参加し、その会の企画である日本料理アカデミーや京都府生菓子協同組合・お茶の福寿園さんとのコラボした料理・お茶・和菓子の会なども施設で行いました。TVやラジオ、新聞にも取り上げていただき、大きな広がりを見せています。信和会内でも職場を超えた嚥下の勉強会が始まりました。

これからも、長くおいしく安全に口から食べていただけるよう、色々な活動を行っていかうと思っています。



「胃ろうのケアについて考えよう」西山順博先生講演会の紹介

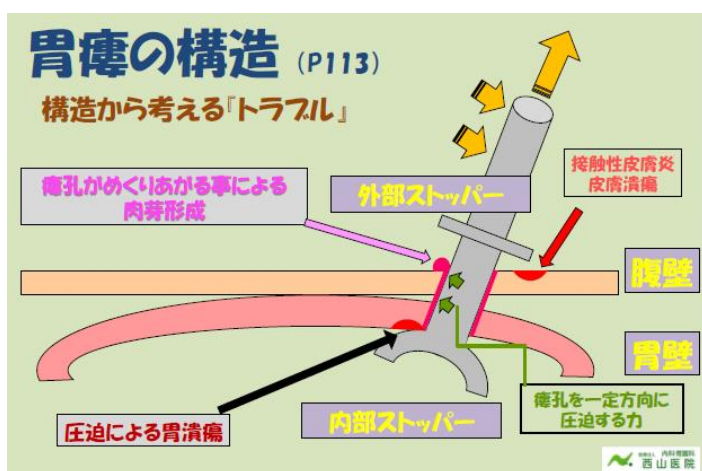


「PEG (percutaneous endoscopic gastrostomy)」ってみなさん聞いたことありますか？一般に胃ろうと呼ばれています。嚥下障害を起こされた患者さんに用いられますが、最近は「延命処置では？」「患者さんの意向は反映されているのか？」などいろいろ議論されています。

そこで、「～導入時、維持期のトラブル予防、倫理的課題も含めて」～と題して、滋賀の西山先生に講演をいただきました。ケアマネージャ、ヘルパー、ナース等多数参加しました。

導入期は、どのような時期・状態のときに行うのか？介護度が下がり、いよいよ食べられなくなった時点での選択は遅すぎる？唾液嚥下ができない方への注入量は？ などについて、分かりやすく話していただきました。

★スキントラブルは以下の点



さらに倫理的課題についてです。胃ろうは延命治療としてではなく、緩和ケアとして使うために、私たち医療・福祉に携わる者が正しい知識を啓発することが大事だと強調されました。

胃ろうのスキンケア

(胃ろうは第二のお口です)

- 皮膚の清潔
- ろうこう部の機械的刺激（摩擦、圧迫）を除去する
⇒パフをY字に切って挟むと刺激を少なくできる

「もしあなたが（家族が）嚥下障害になったらどうするか？」を考えることと正しい知識をもって支援すること、それもチームで関わることだと学びました。すっきり、すっきり、がってんがってん。

(京都保健会 看護部長 松浦ときえ)

国試対策講座のご案内 京都民医連主催

第1回 日時：8月23日(土) 受付9:15 開始9:30～12:30

第2回 日時：12月6日(土) 受付13:15 開始13:30～15:30

場所：京都民医連事務局 3階会議室

講師：三井 明美 先生 (武田看護研究所 講師)

定員：50名 ※先着順で、定員になり次第、締め切らせていただきます。

参加費：500円

申し込み：電話、E-mailよりお申し込みください。

E-mailで申し込まれる場合は、学校名、お名前、ご住所、電話番号、件名に「国試対策講座」と入力して送信して下さい。

〆切：第1回：8/16迄 第2回：11/29迄





前代未聞人間万事塞翁が馬 私の壮絶国試体験記！



皆さんはじめまして、こんにちは。京都が好きすぎて地元の長野からはるばるやってきました W です。4月から京都民医連中央病院で働いています。

私の「雪国根性なめんなよ！」発言（疲労を通り越してキレていた）に母が爆笑したというくだりから始まった前代未聞の国試話を聞いた職員の方にぜひ！とお願いされましたので筆をとらせていただきます。

来たる第103回看護師国家試験の前日、関東甲信越地方が大雪にみまわれました。1mは積もっていたのではないかと思います。大パニックでした。なぜかという長野県民は東京都で看護師国家試験を受けなければならないからです。話が長くなるので本来の予定と当日からの様子を端折って書きます。

本来の予定：前日*生徒のみ長野駅集合→新幹線→東京着→会場下見→ホテルへ移動→ちょっと緊張しつつも1人部屋で最終確認→就寝→当日*旅行会社から昼食をもらい会場へ→いざ本番

クラス全員がスムーズにいくと信じて疑っていませんでした。ですが…

●まさかの大雪・・・●

前日*結構しぶとい地元の電鉄もストップ、車も出せない→電車なら8分のところ徒歩で大雪のなか1時間かけて（もちろん自分の足で膝まである雪をかきわけながら）長野駅へ→ところが新幹線終日運休！！（え？東京行けない…）→先生方も急遽集合し、とりあえず翌日の新幹線の席をなんとか確保→自宅か学校で泊まるように言われる→足が限界で駅前のネットカフェにいと、16時間かけてバスで行くと連絡が（うそでしょ!?!）→夕方18時すぎに学校を出発（なんと、学校の先生がトイレにも行けないだろう、とおむつを積んでくれました。使うことは免れましたが、さすが看護学校です!）→2時間ぐらいすると先にバスで出ている他の看護学校から、峠の雪と車の渋滞で完全に進まなくなったと連絡が入る→同乗していた先生と学校に残っていた副校長の判断で引き返し、学校に泊まり翌朝の新幹線で行くことになる→帰り道の途中に寄ったSAでバスのタイヤが雪にはまって動かなくなる（遭難の危機…!?!）→全員でバスを押したり雪をかいたり40分位で脱出→22時半頃学校に到着→先生方が全員分の寝床をつくってくれていて感激→なんやかんやあり就寝→早朝5時に起床し（ほとんど寝られませんでした）、タクシーで長野駅まで行き新幹線が動くのを待つ→始発から1時間遅れでやっと出発→厚生局のHPにあった11時には何とか間に合い、国試を受けました。途中、昼食を買おうとコンビニに寄りましたが、品物ゼロ!!仕方なく、持参

していたメロンパン半分と、お菓子を食べて空腹をしのいで、受験。ちなみに終了したのは19時でした。試験は、アドレナリンが出まくって、頭が冴えわたり、史上最高の出来でした。

●一番困ったのは・・・●

厚生局と全く連絡がとれないことでした（お役所なので土日は休みのため）。新幹線が動いたとしても明らかに遅刻は確実…即ち受験資格が無くなるということです。副校長先生があちこちに連絡し、多くの方々のご尽力のもと夜20時位にやっとHPに対応が掲載されました。

●冷静だったクラスメイト●

壮絶な道中でしたが、泣いてパニックになり体調を崩す人は1人もいませんでした。むしろ就寝前にシャワーを浴びたいと言って怒られたり、実習室のシンクで頭を洗ったり、セルフ足浴したりといった強者までいたり、マイペースを貫きすぎて後日先生に「親の心子知らずだと思った」と言われました。

●仲間・家族・学校・病院…多くの方々に感謝●

しかし、こんな事態に至ってもマイペースでいられたのは、3年間辛い実習やGW、時にはぶつかることもあったけれど共に過ごしてきた仲間がいたこと、家族との電話やメールで励ましてもらえたこと、合格鉛筆や激励カード・差し入れのおやつのパッケージに書いてあるメッセージ、そして何より多くの方が私たちのために動いてくださっていることをわかっていたからだと思っています。卒業式の前日に3年間の振り返りをしましたが、皆が一番口にしていたのは感謝の言葉でした。

●看護学生のみなさんへ●

今、これを読んでいるあなたがどの学年かはわかりませんが決して周りの人への感謝のこころを忘れないで下さい。勉強しているのは自分ですが、多くの人に支えられているからこそ勉強できるのです。そして一緒に学んでいる仲間を大切にしてください！全員合格しましょう！

長文を読んでいただき、ありがとうございました。実はまだまだエピソードがありますので気になる方は聞いてください（笑）

長野赤十字看護専門学校卒業生



第12回

実行委員募集中

Egg Nurse Step→B



近畿の看護学生が集まって

実行委員会で企画を

作りあげます♪

第1回実行委員会は、

5月24日(土) 10:00~

大阪民医連にて。

ENSとは Egg Nurse Step→Bの略称でナースの卵である看護学生で大きな輪を作ろう！みんなで成長してステキなナースになろう！という意味が込められています。近畿の看護学生が1泊2日で集い、学び、交流するゼミナールで、今年で12回目を迎えます。



毎年夏に京都、大阪、兵庫、奈良、和歌山の看護学生が集まり、企画の4つの班に分かれて企画を準備しています。これまでもには運動会や肝試しで交流し、終末期医療や震災、放射能について学びました。今年も多くの看護学生さんと楽しく充実した時間を過ごせるよう実行委員会で準備中です！！
みなさんぜひ来てくださいな☆

看護学生さんはどなたでも参加できます。
お友達を誘ってみんなで参加しましょう！

夏はみんなで

ENSに

行こう！！

当日参加者も



大募集

日程：8月18日~19日

場所：琵琶湖グランドホテル

<お申し込み・お問合わせ先>

京都保健会事務局(看護学生担当 佐藤)

TEL 075-813-5901(代表)

メール:kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp

第二中央病院 師長室(看護学生担当 岩田)

TEL 075-712-9133(直通)

メール:eggnurse@shinwakai-min.jp

京都民医連事務局(看護学生担当 日西)

TEL 075-314-5011(代表)

メール:kangogakusei@kyoto-min-iren.org

今月の
投稿コーナー

初回は、事務局からの投稿です！
看護学生さんからの投稿、お待ちしております
ます～☆

第1回のテーマは「好きなもの」です！



好きなもの「Denby製のコーヒーカップ」です。もう7年ほど前になりますが、コーヒー豆店のお店で陳列されていて、これきれい！！素敵なカップ！！と思ったのですが、買わずに帰ってきました。でもどうしても忘れられず、次の来店時に迷わず購入しました。売られていなくてよかった～(#^_^#)艶があって、ストライプの線が入って、落ち着いた色合いで、どんな背景にもなじんでくれる、お気に入りのカップです。カップを眺めてうっとりしながらコーヒーをいただくのがささやかな幸せです。実はこのカップ、コーヒー豆店の店主が「あれ、やっぱり売らなきゃよかった。」と後悔している代物だそうです

ペンネーム ちあき



わたしの好きなもの(愛する者)は実家で暮らしているマルチーズの長女モモさんです♪ とっても気が強くて、恐ろしい反面、可愛さ満点のこの瞳♡ 我が家にはあと長男と母がおります。いつも3匹で仲良く過ごしており、実家に帰る度に全力で喜んでくれます♪みんな長生きしてね～!!

ペンネーム まりりん

毎月、テーマに沿ったみなさんの写真とコメントの投稿をお待ちしています！掲載させていただく3名の方には図書カード500円分プレゼント☆ どしどしご投稿ください!!!!

(下記アドレスまで、写真とコメントをお送りください)

件名に「がんばれ看護学生 投稿」とご記入お願いいたします。

※学校名・お名前・ご住所・ペンネームをお忘れなく♪※

kangogakusei@kyoto-min-iren.org

次回のテーマは「食べ物」です！



このQRコードから申し込みができます

看護学校・大学(看護学部)在学中の看護学生のみなさまへ

奨学生募集のご案内

<支給額>

150万円～200万円

※授業料等に充当する事を条件にして、250万円まで支給可能

(返済免除制度あり)

→卒業後、京都民医連の病院・診療所に就職を希望する学生さんに貸し付けします。

勤務の期間に応じて返済が免除されます。

※全国すべての看護学校・大学の看護学生さんが対象です。

※京都府の修学資金や日本学生支援機構との併用も可能です。

★お問い合わせはこちらまで★

〒615-0004

京都市右京区西院下花田町 21-3

春日ビル 4F

京都民主医療機関連合会

看護学生担当：日西(ひにし)まで