

が

ん

ば

れ

## 看護学生

2019年4月 第232号

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



入学  
おめでとう



この4月、看護専門学校や大学へと入学された看護学生のみなさん、ご入学おめでとうございます。看護職への憧れからまずは一步、夢の実現に向けて新たな年度が始まりました。こころ新たに気持ちを引き締め学校生活に望む一方、「勉強は大丈夫だろうか?臨地実習についていけるだろうか?」等、期待と不安が入り混じっているのではないのでしょうか。

先輩たちも同じように悩みながらも決してあきらめず、勉強や演習、実習を通し看護師へと成長しています。そこにはまず「看護師になる」という自分自身の強い意志がなくてはなりません。人のいのちに寄り添う看護の仕事に就くためには解剖生理や病態生理は勿論、倫理性や人としての感性も求められます。また、チーム医療が求められる現場ではコミュニケーションスキルなど患者さんだけでなく、多くの人たちとの良好な関係性を築くことも大切です。

これからの学校生活、専門分野だけではなく人間性を高めるために大いに学び、遊び、仲間と共に成長し続けてほしいと思います。失敗を恐れず、いろんなことにチャレンジしてください。

京都民医連では様々な企画や学習会を通し看護学生さんを支援しています。是非ご参加ください!

2019年4月京都民医連看護学生委員長 小泉 智香子



## &lt;もくじ&gt;

- 1P : 新年度のご挨拶 / 2P : 奨学生のつどい報告
- 3P : 病院見学・就職説明会のご案内 / 4P : リンクの報告
- 5P : 信和会のつどい報告 / 6P : 私の大切にしている看護
- 7P : 部署紹介・私のおすすめ / 8P : 杉ちゃんの簡単レシピ

# 看護学生奨学生のつどい



2019年度最後の看護学生奨学生のつどいを3月15日に開催しました。今回はあすかい病院の認知症看護認定看護師の国友孝子さんを講師にお招きし、学習をしました。

講義では「認知症の基礎とその対応の実際」とだいでしてお話しいただきました。そもそも認知症って？ということでもまずは認知症についての知識や考え方について深めました。



今回は、国試も終わって、ほっとした卒年生が多数参加してくれました。いよいよ就職ということもあり、実際の場面を想像した質問が多数ありました。4月から臨床の場でも役立つ濃い内容となりました。また実習を控えている低学年の学生さんにとっても知識を深める事が出来ました。

講義の最後は、認知症があっても平等な医療・看護を受ける権利を守るため、安心して療養できる環境のため、ともに協力していきましょうと締めくくられました。



学習会の後はお楽しみのご飯会。

今回のメニューは手巻き寿司&豚汁+稲荷寿司です。自己紹介と私のおススメのお店紹介をして交流しました。朝活しているからおいしいモーニングが食べられる店。ゆっくりできるcaf。ボリューム満点だけどヘルシーなハンバーガーの店。激辛のラーメン屋さんなどなど、多彩なおススメ紹介に盛り上がりましたよ。



今年度も、看護学生さんに役立つ学習会や学校、学年を越えた交流会を企画します。ご参加お待ちしておりますね(^▽^)/

# 2019 年度病院見学会就職説明会

公益社団法人

京都保健会看護部（京都民医連中央病院・吉祥院病院・京都協立病院）

<中央病院見学会・就職説明会>



4/20（土）5/18日（土）、6/15（土）いずれも午前中。  
※定員に達した場合は中止させていただきます。  
※一週間前までに下記までお申込み下さい。

京都民医連中央病院は 2019 年秋に  
南太秦に新築移転します！！



<吉祥院病院/京都協立病院見学会・就職説明会>



★連絡先★看護学生担当：  
松浦ときえ（看護部長）日西千佳（事務）  
Tel: 075-813-5901（京都保健会）  
メール：kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp  
ホームページ：  
<http://www.kyoto-hokenkai.or.jp/kango>



公益社団法人信和会

❖京都民医連あすかい病院❖

《2019 年度 病院見学会・就職説明会》

6/1（土）、7/6（土）、9/7（土）、10/5（土）

\*会場 あすかい病院

お申し込みは一週間前までに下記までご連絡下さい。

（上記以外の日程でも随時受け付けています。

日曜・祝日を除く）

【連絡先】京都民医連信和会法人看護部

★電話 075-712-9133

★メール [eggnurse@shinwakai-min.jp](mailto:eggnurse@shinwakai-min.jp)

看護学生担当：杉林・寺尾



2019 年 4 月から  
第二中央病院は  
あすかい病院  
に病院名が変わりました！



※8/3（土）に採用試験（20 年 3 月卒業生対象）がありま  
す。それ以降は病院見学・就職説明会の時に希望があれば  
随時採用試験を行います。

採用試験必要書類：①履歴書②卒業見込み証書③成績証明書

④健康診断書（学校で実施した健康診断の結果のコピーで可）

医療法人葵会 介護療養型老人保健施設

おおみや葵の郷

施設見学・就職説明会は随時受付しています。

連絡先：（代表）075-495-6650

担当：師長室 植村（うえむら）まで。



# 新奨学生オリエンテーション開催!!

4月6日(土)新奨学生オリエンテーションを行われ、新奨学生31名、先輩奨学生11名、職員7名が参加しました。まずは全員で自己紹介を行ったあと、小泉県連看護学生委員長からあらためて“民医連の紹介”をしていただき、民医連の歴史や綱領、民医連の看護などについて丁寧に説明がありました。また、近畿高等看護専門学校の西田先生からは“学校生活の過ごし方”、信和会担当事務の寺尾さんからは“奨学生の心得”、県連事務局の三島さんからは夏に行われる“ENS”について説明がありました。このあとさっそくENSの実行委員を募集したところ、先輩学生1名、新入生3名が実行委員になってくれました。積極的に「やってみよう!」と意欲的な雰囲気は参加者を大いに励ました。先輩学生達も“奨学生になってよかったこと”“勉強とアルバイトの両立”“それぞれの学校の良さ”“ENSや奨学生のつどいに参加して良かったこと”などを笑顔でイキイキと語ってくれ、新入生の不安も少し和らいだのではないのでしょうか。今後も多彩な企画を通して、みんなで一緒に頑張っていきましょうね!



てよかったこと”“勉強とアルバイトの両立”“それぞれの学校の良さ”“ENSや奨学生のつどいに参加して良かったこと”などを笑顔でイキイキと語ってくれ、新入生の不安も少し和らいだのではないのでしょうか。今後も多彩な企画を通して、みんなで一緒に頑張っていきましょうね!



## 5/11(土) 新歓企画 ボウリング大会へ参加される方へ

集合は、①9:15 JR 二条駅西側ロータリー (送迎バスあり)  
もしくは、②10:00 MK 上賀茂に現地集合  
の、どちらかになります。

① ②、どちらで行くか、**必ず**下記の担当者までお知らせください。

(既にお知らせいただいた方については大丈夫です。)

京都保健会：日西 kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp

信和会：寺尾 egg nurse@shinwakai-min.jp



# 卒年生たちのつとい

信和会では8月30日（土曜日）に  
来年入職予定の奨学生のつといを  
あすかいホッとスペースで行いました！！



つといには看護学校最終学年の学生10名と看学生委員6名、師長さん方9名が参加しました。

最初にこれから始まる実習にむけて看護師の看学生委員が、事前学習や情報収集の方法、現場で求められるもの、獲得して欲しいことはなにかなど、自身の経験からのアドバイスをしました。

その後は【看護10ストーリーズ】の水俣病で生活が立ち行かなくなった兄弟の事例を読み、感想交流とグループワークをしました。グループワークでは、気付いた事実から社会的背景を探っていき、健康は自己責任で守れないこと、自分たちになにができるかなど意見交換しました。

グループワークのあとは昼食をとりながら師長さんや看学生委員と楽しく交流しました。



## 卒年生の感想

- ・実習と模試の両立方法をしれてよかったです。
- ・実習のポイントなど教えていただいて不安もあったけど頑張ろうと思いました。
- ・実際の事例を通して、より学びを深めることができました。知らない現状を事例から知り、目に見えないことに対する気遣いや、知ろうとする気持ちが必要だと学びました。



患者さんに信頼される  
看護師さんを目指して  
ファイトー！

## 私の大切にしている看護

私は、幼い頃から母の姿を見てずっと看護師を夢みていました。そんな私も看護師になり、4年がたちました。この4年間すごくあっという間でしたが、4年たった今でも日々学ぶことが、たくさんあります。

私はこの4年間回復期リハビリ病棟で働いてきました。回復期リハビリ病棟では主に、脳血管疾患や骨折等の患者さんが社会復帰する為に、リハビリを行います。疾病を発症したことにより、失う機能があり今まで送っていたような生活が困難になり、障害を受容することにも時間がかかり、将来への不安を抱えておられます。入院時は麻痺や、疼痛で動く事さえ大変だった患者さんがリハビリをし、日々私たちが関ることでどんどん出来る事が増えていくのが目に見えて分かります。患者さんや家族さんへの退院支援や指導にはとてもやりがいを感じます。

内服管理方法や、オムツ交換、更衣、食事の種類や、水分へのトロミのつけ方など指導しないといけない事はたくさんあり大変です。しかし、自宅へ退院したときにより良い生活を送ってもらうためには、退院支援、指導はとても大切だと考えています。そして、患者さんだけでなく患者さんを支える家族の方も多くの不安を抱えています、どれだけ忙しくても患者さんやご家族の話しを傾聴する事を忘れず過ごしています。私が1年目のときは目の前の業務に追われ患者さんの話をゆっくり時間を取って傾聴する事ができていなかったように感じます。4年たった今は、何気ない会話からも患者さんの不安や、退院後の生活についての話しを聞く事が出来ます。患者さんとのコミュニケーションはその人を知るだけでなく看護に活かせることが、たくさんあるように感じています。

患者さんが笑顔で退院していく姿は本当に嬉しいです。私はこれからも患者さんが笑顔で退院できるよう、患者さん、家族の寄り添った退院支援を行えるような看護師でありたいです。

# 京都民医連中央病院

## HCU(北二階) 病棟紹介

HCU病棟は病床数16床で重症な患者様や緊急入院の患者様、全身麻酔下で手術を受けられた患者様などが入室される病棟です。HCU病棟ではモニターの装着や人工呼吸器などの機械を使用し患者様に必要な治療を行っています。HCUに入院されている患者様は状態が悪くコミュニケーションが取れない事が多くあります。HCU病棟では入院時に家族様や施設職員から入院前の生活を聞き日々の看護に生かしています。HCUでは重症な患者様が多いですが、状態が悪くお話できなかった患者様とお話出来る様になるなど少しの変化が嬉しく、やりがいを感じられる病棟です。

まだまだ私自身わからない事も多いですが、パートナーシップのため先輩に聞きやすい環境です。また話しやすい先輩が多く働きやすい職場です。ぜひ病棟見学に来てくださいね！

京都民医連中病院 北二階病棟看護師 松村瑞希

## 私のおすすめ

京都イノダコーヒ本店



私のおすすめは、イノダコーヒの「アップルクーヘン」というケーキです。京都に住んでいる方は、1度はイノダコーヒに行ったことがあるかもしれませんね。「アラビアの真珠」というオリジナルブレンドコーヒと、「アップルクーヘン」は相性抜群で最高です。カスタードクリームとリンゴの触感が良くしっとりしたケーキです。

また、本店の洋風のサロンを思わせるインテリアはイノダコーヒならではの、各店舗によって外観や内装は異なりますので、お好みの店舗を見つけることもお楽しみのひとつ。イノダコーヒ本店は町家の雰囲気に溶け込んだ佇まいで、一歩店内に入るとまるでタイムスリップしたようなレトロな空間を味わうことができます。時々急に無性に食べたくなる「アップルクーヘン」は、売り切れているときもしばしばあるので、とても人気があるようです。皆さんもイノダコーヒにお出かけの際には、1度食べてみてください。

私は、日ごろの自分の頑張りのご褒美として、おいしいコーヒとケーキをいただいて、ゆったりした時間を過ごし、『また明日から頑張ろう!』と思える時間づくりをしています。皆さんも自分なりのリフレッシュ方法を見つけて頑張ってくださいね(^\_^)

吉祥院病院 藤林孝子



信和会看護部長 杉ちゃんの  
簡単栄養レシピ&ミニ講座

## 《アヒージョ》

材料:エビ 10尾 (冷凍で可)  
ブロッコリー 1/3株  
マッシュルーム 1パック  
オリーブオイル 150CC  
にんにく 2片  
鷹の爪 お好み  
塩 適量  
バケツ 好きなだけ



### 作り方

- ①エビの皮をむく
- ②ブロッコリーを1口サイズに、マッシュルームの石づきを取り半分に切る
- ③オリーブオイル、ニンニクを弱火で香りが出てきたら鷹の爪と塩を入れて、沸騰してきたらエビを入れる
- ④エビの色が変わったら、マッシュルーム、ブロッコリーを入れる

### 【オリーブオイルの効能】

- \*オリーブオイルにたっぷり含まれているオレイン酸が悪玉コレステロールを下げ、中性脂肪をつきにくくしてくれます。
- \*オリーブオイルには血小板の凝血作用を抑制する働きがあり動脈硬化の予防をしてくれます。
- \*カルシウムなどミネラルの吸収を高め、骨粗鬆症の予防にもなります。
- \*鉄分・ベータカロチン・ポリフェノール・カルシウム・ビタミンE など若さを保つために必要な栄養がたくさん含まれています☆