

# がんばれ

看護学生委員会ニュース

2026年4.5月 第295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



## 新入生の皆さんへ ご入学おめでとうございます

看護学校へのご入学、心よりおめでとうございます。看護師という、人の命と人生に深く関わる道を選ばれた皆さんの志に、心からの敬意とエールを送ります。

これから始まる学校生活は、驚きと発見、そして挑戦の連続です。覚えるべき膨大な知識や、経験したことのない技術の習得に「自分に務まるだろうか」と不安を感じる日も来るかもしれません。特に臨床実習では、教科書通りではない援助の難しさに直面することもあるでしょう。

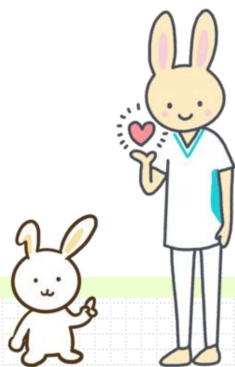
しかし、立ち止まりそうになった時は、今日という日の新鮮な気持ちを思い出してください。看護の本質は、高度な医療技術の提供だけではありません。病や不安を抱える方の声に耳を傾け、その人らしさを支えようとする「心」にあります。皆さんが今抱いている「誰かの力になりたい」という純粋な願いこそが、将来、患者さんにとっての大きな希望となります。

また、同じ教室で学ぶ仲間たちは、将来の同僚であり、苦楽を分かち合う一生の宝物です。一人で抱え込まず、互いに励まし合いながら、一歩ずつ進んでいってください。

皆さんが確かな知識と豊かな感性を育み、素敵な医療人へと成長されることを心から応援しています。充実した素晴らしい学生生活を送りましょう。



公益社団法人京都保健会 京都民医連中央病院  
副看護部長 平田 恵美



### もくじ：

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| 1 頁：入学おめでとうございます。         | 5 頁：自炊のススメ ちょ～簡単！小籠包                         |
| 2 頁：私の大切にしている看護（あすかい病院）   | 6 頁：2027 年度中央病院採用試験のご案内                      |
| 3 頁：私の部署紹介（中央病院）          | 7 頁：信和会 奨学金制度のご案内                            |
| 4 頁：6 月 26 日 WEB 学習会のお知らせ | 8 頁：わたしのおススメ♪ おたよりコーナー<br>全国看護学生アンケートご協力のお願い |

# 私の大切にしている看護

京都民医連あすかい病院 地域包括ケア病棟（北3病棟） M.I

私は地域包括ケア病棟で勤務しています。まず、私が看護師を目指したきっかけは、自身が入院していた時期に治療による苦痛や不安なときにそばに寄り添ってもらい、回復できた際には一緒に喜びを共有できた際に看護師という身近な存在の大切さに惹かれ、看護師を目指しました。

私の病棟では、様々な疾患に罹患されている高齢者の方が多く、自宅や施設に帰るための退院調整を行う病棟です。

私の大切にしている看護は、大きく2つあります。

1つ目は、患者さんと家族さんを尊重した看護介入をすることです。ある患者さんと家族さんに在宅退院のために血糖測定・インスリン注射指導をしていましたが、手技獲得が難しい状況でした。その際に、カンファレンスを行い、無理に指導を継続するのではなく、患者さんと家族さんは自宅で一緒に過ごしたいという思いが強く、サービスの利用で補うことで退院後も安心できる生活を送れるように介入することになりました。そこで、患者さんと家族さんの望むものは何なのか、どのように介入することがその方にとっての利益なのかを考えることが大切であると学ぶことができました。退院される際には、笑顔で感謝していただき嬉しかったです(^^)その為、少しでも思いを表出してもらえるように患者さんとの時間を大切にしています。また、意思相通が難しい患者さんに対しても、患者さんの思いを汲み取ることができるようになりたいと思いました。

2つ目は、患者さんの少しの変化に早期に気付くことができるような看護師でありたいということです。看護師は患者さんとの関わりが多く、普段の様子を知っている分、患者さんの普段と違う状態に気づく機会が多いと思います。「あれ？」と疑問に思った際に、その勤から早期に看護介入し、回復された際には、看護師としてのやりがいを感じます。その為、患者の異変に対して、何かしらの理由があると疑問を持ち、迅速に対応するように心掛けています。

最後に、私はまだまだ経験が浅く、看護に迷うことが多いですが、自身の考えだけではなく、多職種と様々な視点から患者の状況について話し合い、より良い支援ができるように介入していきたいと思っています。看護師は、多重業務が多いですが、それでも患者を第一に丁寧なケアを心がけていきたいです。



# 私の部署紹介

～京都民医連中央病院 透析室～

3年目看護師 透析室 R.T



看護学生の皆さん、こんにちは。私は京都民医連中央病院の透析室で勤務しています。透析室では、主に慢性腎不全により透析療法を必要とする患者さんに対し、安全で安心できる医療を提供しています。透析ベッドは65床あり、多くの患者さんが日々通院されています。外来患者さんを中心に、入院中の透析が必要な方にも対応しており、幅広い看護を学

ぶことができます。

当院では血液透析に加え、腹膜透析にも力を入れていることが特徴です。患者さんのライフスタイルや希望に応じて透析方法を選択できるよう支援しており、それぞれの治療に応じた専門的な知識と看護が求められます。腹膜透析では自己管理が重要となるため、導入時から継続的な指導やサポートを行い、患者さんが安心して在宅療法を続けられるよう関わっています。

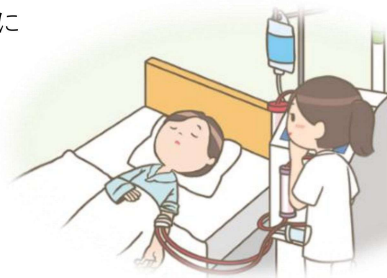
また、夜間透析も実施しており、日中は高齢の患者さん、夜間は仕事をされている世代の患者さんが多く通われています。そのため、生活背景を踏まえた関わりが重要であり、「その人らしい生活を支える看護」を大切にしています。長期にわたり関わる患者さんが多く、信頼関係を築きながら継続的に支援できることも透析室の魅力です。

看護業務としては、透析前後のバイタルサイン測定、穿刺や返血、除水管理、透析中の状態観察などが中心です。透析中は血圧低下や体調変化が生じることもあり、迅速な判断と対応が求められます。また、シャント管理やフットケア、食事・水分制限、内服管理など、日常生活に関わる支援も重要な役割です。

医師や臨床工学技士と連携しながらチームで透析医療を支えており、スタッフ同士で協力し合う環境があります。透析は一見ルーティンのように思われがちですが、患者さんの状態は日々変化するため、観察力や判断力を養うことができます。

透析看護は専門性が高く難しさもありますが、その分やりがいも大きい分野です。患者さん一人ひとりとじっくり関わり、長期的に生活を支えていきたい方にはとても魅力的な部署です。

日々の勉強や実習で大変なことも多いと思いますが、体調に気を付けて頑張ってください。皆さんと一緒に働ける日を楽しみにしています。ぜひ透析室にも興味を持っていただくと嬉しいです。



京都民医連看護学生委員会 主催  
看護学生さんなら誰でも参加OK!

参加費  
無料

看護学生  
対象

# WEB学習会

今年度も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す。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）

## 第1回 6月26日（金）18～19時

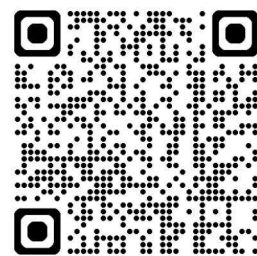
### 「循環器系の解剖生理を学ぶ」

はせがわ あきら

講師：長谷川 瑛 看護師

（京都民医連中央病院・  
救急看護認定看護師）

参加申込はこちらから→  
〆切：6/18まで



～今後の学習会の予定～

- 第2回 10月16日（金）18～19時  
テーマ・講師 調整中
- 第3回 12月18日（金）18～19時  
テーマ・講師 調整中

〈お問い合わせ〉 ● 京都民医連奨学生は所属法人担当者まで

お問い合わせ

- 京都保健会（永山） kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp 075-862-1155
- 信和会（岡本） egg nurse@shinwakai-min.jp 075-712-9082
- 京都民医連事務局 kangogakusei@kyoto-min-iren.org 075-314-5011

## 簡単かんたん！自炊のススメ

### ちょ～簡単！小籠包

【材料】小さいココット※4個分

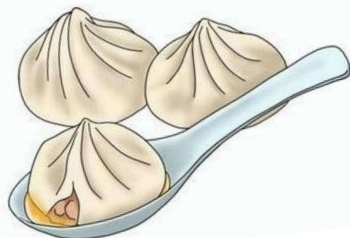
- 豚ひき肉……………200g
- ニラ……………1/2束(50g)
- 餃子の皮……………8枚

※耐熱性で深みのある小型の器

- A
- オイスターソース…小さじ2
  - 生姜チューブ……………小さじ1
  - 料理酒……………大さじ2
  - 鶏がらスープの素…小さじ1
  - 水……………100g

#### 【つくり方】

- ① ポリ袋に豚ひき肉とみじん切りにしたニラ、Aを加えて揉む
- ② ココットに濡らした餃子の皮を敷いて①を流し込み、濡らした餃子の皮で蓋をする
- ③ フライパンにココットが少し浸かる程度のお湯を沸かす。  
②を入れて、フライパンの蓋もしくはアルミホイルをかぶせ中弱火で10分間蒸す



※ エネルギー319Kcal、たんぱく質20.9g、脂質35.4g、塩分0.2g

### 簡単！自炊のススメ

(松江生協病院/栄養士 石田尚暉さん 記事抜粋)

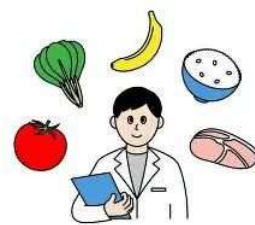
なんと忙しい毎日、ついつい外食やコンビニに頼りがちになりますよね。「自炊はめんどろ」と思いがちですが、ちょっとした工夫で楽しく、そして節約にもつながります。

自炊をするうえで、まずは毎月の食費の目標額を決めましょう。一般的に食費は世帯収入の15%程度が目安といわれます。目標を設定することで、無駄な出費を減らす意識が生まれます。

#### 自炊の心構え

- 目標設定 月に使える食費を決めましょう。具体的な目標があると、モチベーションもあがります。
- 時短を意識 自炊を継続するには、手軽に作れる時短レシピが味方です。電子レンジを活用したり、調理器具を限定するのも良い方法です。
- 食材を無駄なく 食材を使い切る工夫は節約の基本。冷凍保存や作り置きを上手に活用しましょう。

「いつでも元気」4月号では、他にも“豚バラ照り焼き”  
“もやしナムル”のレシピを紹介♪つづきを読みたい方は  
8ページのGoogleフォームからお問い合わせください。





## 2027年4月採用 京都民医連中央病院看護部新卒採用試験

公益社団法人京都保健会 京都民医連中央病院では、2027年4月採用の新卒看護師採用試験を以下の通り実施致します。

### ■京都民医連中央病院

所在地：京都市右京区太秦土本町2番1

病院概要：二次救急指定、411床(急性期7:1病棟、HCU病棟、回復期リハビリテーション病棟、地域包括ケア病棟、緩和ケア病棟)

専門看護師1名、10分野13名の認定看護師が活躍中。

### ■募集要項

応募資格：2027年3月卒業、看護師・助産師資格取得見込みの方

応募書類：履歴書、成績証明書、卒業見込証明書

応募方法：当院HPのエントリーフォームよりエントリー後、試験日の5日前までに必要書類を提出

### ■試験日程（エントリー・書類提出期限：試験日の5日前必着）

- |                           |                          |
|---------------------------|--------------------------|
| ○第1回：2026年 2月28日(土)9:00～  | ○第2回：2026年 3月15日(日)9:00～ |
| ○第3回：2026年 3月29日(日)9:00～  | ○第4回：2026年 4月 5日(日)9:00～ |
| ○第5回：2026年 4月11日(土)9:00～  | ○第6回：2026年 4月19日(日)9:00～ |
| ○第7回：2026年 5月3日(日・祝)9:00～ | ○第8回：2026年 5月17日(日)9:00～ |

### ■応募書類提出先、採用試験会場

公益社団法人京都保健会 看護部

〒616-8141

京都市右京区太秦棚森町18-13 京医協ビル2階

※詳細は右のQRコードから  
「採用試験ページ」をご確認ください。



採用試験ページ

### ■問合せ先

公益社団法人京都保健会 看護部 担当：永山、小泉

TEL：(075)862-1155 Mail：kangaku@kyoto-hokenkai.or.jp



# 公益社団法人信和会 京都民医連あすかい病院 奨学金制度のご案内

京都民医連あすかい病院では、当法人に就職を希望される看護学生を対象に奨学金制度を設けています。

随時募集していますので、いつでもご応募ください。

## ◆奨学金制度詳細

対象者：看護学校を卒業後当法人に就職を希望される学生

金額：50—200万円

3年課程…入学年度100万円、2・3年度各50万円

4年課程…毎年度各50万円

(※4年課程に限り卒業年度に50万円の増額申請可)

2年課程（衛生看護科専攻科）…専攻科1年度100万円、2年度50万円

**返済免除：1年の勤務につき50万円の返済免除**

**寮：奨学生を対象に11,000円/月の寮あり**

【まずは話を聞いてみたい方】

<説明会>

説明会申込専用フォーム：



【奨学金を希望される方】

<本申し込み>

あすかい病院看護部

ホームページ申込フォーム：



制度の詳しい仕組みはもちろん、あすかい病院の雰囲気や、入職後の研修・教育の様子など看護部についても詳しく紹介させていただきます。

1. フォームから申込 ※お問合せ内容「奨学金の申し込み」を選択してください
2. 面接・書類提出
3. 承認後、支給開始

【お問合せ先】看護学生担当：物部、岡本

TEL：075-712-9082 MAIL：egg nurse@shinwakai-min.jp

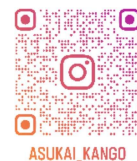
あすかい病院  
ホームページ



あすかい病院  
看護部  
ホームページ



Instagram



ASUKAI\_KANGO

# 私のおススメ

吉祥院病院 病棟看護課 Y.N

私のおすすめは編み物です。最近は帽子やマフラー、カバンなどを作りました。編み物のおすすめポイントはコツコツと作業をして自分と向き合える点、自分だけの作品ができる点です。目の前の作業に集中しているといつのまにか心や頭の中がスッキリとしています。それに加えて自分好みの作品ができたときには達成感も感じることができます。黙々と同じ動作を繰り返す時間は瞑想に近いかもしれません。それくらい気分がスッキリとする気がします。

最近 SNS では編み物がブームになっています。初心者でも取り組みやすく見た目もかわいい作品をたくさんの方が紹介しているので、「次はどんなものを作ろうかな」といつも考えています。色を変えて作るだけでも自分らしさを表現できる点が編み物の魅力です。また 100 円ショップでも道具を揃えられるので気軽にチャレンジできます。特別な準備がなくても始められるので「なにか新しいことを始めたい」と思っている方にぴったりです。

看護学生のみなさん、実習や勉強お疲れ様です。看護師になるという目標にむけて日々頑張っていると思います。そんな中でもひと息ついて心と体を休める時間はとても大切です。気分転換できることで次の活力に繋がります。ぜひ自分なりの息抜きの方法を見つけてみてください。いつも応援しています。



## おたより コーナー

(第 294 号を読んで)  
先輩方の看護観や、温泉などの気持ちの切り替え方など、今もこれからも役立つお話を知れる点がいつも非常に参考になっています。また、自炊料理も教えていただきたいです。

(P.N. しのさん)

☆おたよりありがとうございます。これからも役に立つ「ばれ看」を目指します。「お役立ちレシピ」は不定期掲載になっていますが、なるべく毎回掲載するようにいたします 🍷 🍓 🍕 🍔 🍌



今回同封した、全国看護学生アンケート調査に、ぜひご協力をお願いします。設問はすべて「任意」で、個人の情報が特定されることはありません。また、一人でも多くの声を届けたいので、お知り合いの看護学生にも広げてください。よろしくお願いします。

おたよりで寄せられた質問については、看護師さんに聞いてお答えします

おたよりありがとうございます！  
学校生活のこと、質問などを、ぜひお寄せください☆

下の 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♪)

