島根県看護協会
2020年３月
松江支部だより
しののめ
Vol.72
島根県松江市玉湯町湯町１-２
地域医療機能推進機構 玉造病院
TEL（0852）６２－１５６０
発行責任者　南　喜代美
会員数　　名（1月31日現在）

＊令和元年＊ 第2回 研修会報告

- 日　時：令和元年 11 月 30 日(土)　10：00～11：30
- 場　所：安来市学習訓練センター
- テーマ：地域包括システムについて～ACP(アドバンス･ケア･プランニング) を考える～
- 講　師：松江市立病院 がん看護専門看護師　吉本　歩 先生

アドバンスケアプランニング研修に参加して

JCHO 玉造病院　川下幸子

私はアドバンスケアプランニング（ACP）がどのような意味なのか知りませんでした。研修を受け「自己決定能力がなくなった時にどのような医療やケアを受けて過ごしたいのか」について、本人と家族や親しい友人、医療従事者が一緒になって繰り返し話し合ってケアを決めていくプロセスだとわかり、高齢化社会にとって必要な考え方だと思いました。

私は今年の夏、何度も入退院を繰り返していた祖母を亡くしました。もう高齢だからとあきらめていた部分もあり、祖母自身がどのように過ごしたいのか詳しく話をしていませんでした。今思うと、祖母にこうしてあげればよかったということがたくさんあります。講義を聞き、祖母と家族と医療者と後悔しないようにもっと話し合う機会をもてたらよかったと思いました。この経験から、ACPは患者だけでなく家族や友人の精神的ケアも含まれていることも理解できました。研修で学んだことを看護に活かしていきたいと思います。

地域包括ケアシステムについて ～ACPを考える～ 研修を受けて

独立行政法人 国立病院機構　松江医療センター　布施道代

普段病棟では、患者さんやその家族にどのような生活を望んでおられるのか、話をすることはあるが、講師が実践されているように、患者･家族と向き合った対話はできていない。私が接する患者さんは難病の方が多く、否応なくライフスタイルが変化することを受け入れて、生活をしていかなければならない。診断名を告げられた時から、患者や家族と向き合い、対話を重ねていくことの必要性を改めて感じた。

私自身、［もしものこと］を考えたことはある。しかし大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるか、家族や友人と話したことはなかった。誰と話をしようかな・・・。

まちの保健室

松江生協病院　出　來　弘　恵

まちの保健室は、支部役員・協力員・ボランティア（保健師、栄養士、歯科衛生士）の協力により開催しており、血圧測定・体組成（体脂肪・骨量）測定・健康相談指導を行っています。

今年度は、常設型５回とイベント型２回を計画し取り組んでいます。常設型は「ゆうあい熊野館」と「夢ランドしらさぎ」、イベント型は安来高校文化祭で開催。島根大学大学祭でも開催を進めていましたが、今年度も台風の影響により直前で中止となってしまいました。

しかし今年度は追加要請があり、初めて松江市健康福祉フェスティバル、宍道高校の文化祭にも参加しました。10 ～ 11 月は大忙しの「まちの保健室」でしたが、地域の方に活動を知ってもらう良い機会となりました。

ゆうあい熊野館

常設型は、施設により利用者数に差がありますが、リピーターの方が多い状況です。普段の食生活、体調、運動不足などの相談があり、測定結果を基に専門職からアドバイスを受けることで不安解消や生活習慣改善へと繋がるため、利用者の満足度は高いです。

イベント型では、宍道高校文化祭で 89 名、他でも 60 名を超える利用者がありました。学生からも体組成値を知ることができて良かった、栄養バランスや歯は大事などの感想があり、自分の健康について知り考える機会となったようです。

来年度もイベント型への参加を増やし、多数の地域の方や幅広い年代に対して、健康意識の啓発、維持増進ができるように活動していきたいと思っています。

宍道高校文化祭

安来高校文化祭

「訪問看護研修に参加して」

【研修報告】

松江生協病院　村　田　麻由子

１２月９日「訪問看護ステーションやすらぎ」にて訪問看護研修を受講させて頂きました。ステーションの皆様は気さくで親切で居心地が良く、ありのままの自分で研修をすることが出来ました。現在、私が勤務しているのは、地域包括支援病棟で、治療と退院支援を円滑に進めていく場です。退院支援を進める中で、在宅の現実や訪問看護師の視点を知り、病棟の退院支援に反映していくことが必要だと考え、研修に臨みました。研修で得た訪問看護の特性についてここに報告します。

私が考える訪問看護師像は、看護の質・技術、知識等のテクニカルスキルが多くのウェートを占めていると思っていました。しかし、実際はそれ以上に人間性の質、コミュニケーション能力、真心のヒューマンスキルが求められる仕事であると気づきました。看護の質だけでなく、共感・傾聴・受容の大切さと、真心を持って利用者様のために成し遂げるおもてなしの心を学びました。相手の気持ちに寄り添い、自分の気持ちや考えを押し付けないことも時には必要で、訪問看護師が家族に掛ける言葉一つをとっても、受け取り方は違ってくるのです。

また、在宅という生活空間に入らせて頂くという立場で、看護師としての立ち居振る舞いも学び、利用者様の生活空間に必要なリソースを届けること、状態や場における相互作用を考慮したアセスメントと実践が大切であると実感しました。

病院では目にすることはありませんが、利用者様が一生懸命に煎茶を入れて下さり、IADLにも着目することが出来ました。ここでも、おもてなしの心を頂いた気がします。

利用者様・家族様の自宅で生活したいという思いに触れ、それを叶えることが訪問看護師の役目であり、訪問看護こそ私の進みたい道であると再確認出来ました。研修にご協力頂いた皆様に心から感謝を申し上げます。

「訪問看護研修を終えて」

【研修報告】

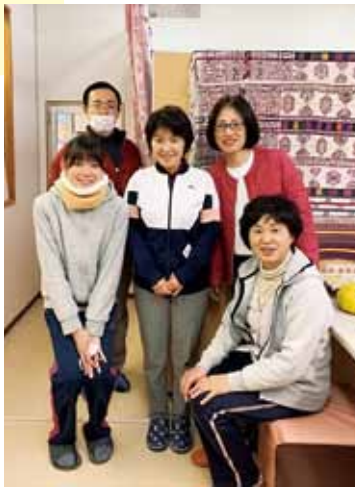
安来市立病院　外来　青　木　睦　美

当院では令和２年度に訪問看護事業の開始を検討していることから、訪問看護ステーション「のぎ」において訪問看護を体験させていただいた。

病院の中で実践する看護と訪問看護の違いとして、病院は「治療の場」であり、訪問看護は「生活の場」であるという点が上げられる。訪問看護を利用する患者が治療を終えて退院する際に、訪問看護ステーション宛に送られるサマリーの中で、病院看護師からの情報が訪問看護師が必要とする情報とは視点が異なり、患者の受入れに困る場合があるという話をうかがった。病院看護師は治療優先の看護となる傾向にあるため、入院前後の患者の状況を比較し、これから在宅で過ごす患者の問題は何かをきちんと捉えられていないのではないかと感じた。

また、訪問看護を行う上で、患者、家族との信頼関係は重要であり、限られた時間の中で目の前の患者の全体像を看ることが必要である。そして、その患者を支える家族にも目を向け、抱えている悩みや不安に耳を傾け、一緒に考えることも必要となってくる。信頼される看護の提供を目指して、主治医、ケアマネージャー、介護サービス事業者など地域の多職種と協働し、患者とその家族に関わっていこうと考える。

今回の研修で病院と地域の連携の必要性を再確認すると共に、訪問看護の実際を学ぶことができた。今後は訪問看護を行う部署の責任者として訪問看護師の育成、勤務体制や労働環境の整備等が自分自身の課題であると考えている。



職場紹介「忘年会 盛り上がりました」

松江赤十字病院 8階西病棟　加藤里紗

8階西病棟(消化器内科病棟)では、スタッフ同士の交流を図るため、様々なイベントを企画しています。その一つに忘年会があり、今年は12月6日にエクセルホテルにて開催されました。医師・看護師・看護助手・薬剤師が参加し、交流を深めることができました。

顔なしの姿に仮装したユニークな看護師の登場から始まりました。会の中では、医師・研修医による体を張った出し物や、新人看護師によるフレッシュな踊りで会場は盛り上がりました。おいしいお料理とお酒でお腹も満たされ、仕事中には見られない、隠れた一面が見られたり…！また、景品を争ってジェスチャーゲームを行うなど盛りだくさんの内容でした。そして最後には、1年をまとめる力強い消化器内科部長の挨拶で会を締めくくりました。

今年1年お疲れさまでした。来年もスタッフ同士で協力して、頑張っていきましょう！

職場紹介「看護職ユニホームの昔と今」

医療法人 社団 創健会　松江記念病院　看護部長　大越美香

写真は平成10年頃のワンピース・ナースキャップ・白ストッキング・ナースシューズを着用している私です。ナースキャップの廃止、ズボンの導入開始されたのは、介護保険制度が始まった平成12年(2000年)だと記憶しています。(記録を探すことができなかったのが残念)

当院がナースキャップを廃止にした理由は、ユニホームは毎日クリーニングに出していましたが、ナースキャップは毎日クリーニングに出していなかったため不衛生であったことと、男性看護師が増えたからです。(私は髪が薄かったので廃止賛成派)

また、ズボンを導入した理由は、患者様の移動・移乗が介助しやすいことと、点滴を交換するなど手を上げる作業がしやすいからです。20年前当時、白ストッキングは1日中動き回るため、指先に穴があくか、ふくらはぎから伝線するかで1日1枚交換の消耗品でした。(懐かしいと思う人は私と同年代)

ナースシューズからスニーカーに変えた理由は、注射針や薬品を足に落としたり、ベット・ストレッチャー(患者様を運ぶ寝台)等に足を踏まれる危険があるからです。(今では常識)

この原稿を書きながら、平成生まれの看護職は「ナースウェアの変遷って看護学概論で習うのかな？それとも、医療安全？感染？」と思うと同時に、「20年後、私はどんなナースウェアを着た看護師にお世話になってるのかな(患者目線)」と楽しみながら想像をしました。

2020年度 松江支部総会 & 第1回 研修会のお知らせ

◆日　時：2020年　月　　日(　)
〔支部総会〕9:20～10:20　〔研修会〕10:30～11:45
◆場　所：いきいきプラザ
◆テーマ：『災害の備えできていますか？』
～私たちに今からできること～
◆講　師：松江赤十字病院　救急看護認定看護師
日本赤十字DMAT隊員　中筋真紀さん

編集後記

『今年は暖冬で冬らしくなかったはずですが…この頃の春風に待っていたかのように心躍り、全身で春の息吹を楽しんでいます。春は別れと出発の季節。皆さんはどんなシーンが待っていますか？』