

冬の奨学生交流会 Photo報告!

1 交流会スタート!!



12月27日、兵庫県医連の奨学生と職員、あわせて47名が神戸に集まりました☆

2 LGBTQの学習 & 交流



「世の中ちょっとおかしいな」の意見交換☆

3 大盛り上がりの3択クイズ大会!!



国試問題から面白問題まで盛りだくさんでした(^O^)



やったー!!!

4 国試頑張れ! 激励会



13名の卒年学生さんから国試に向けて意気込みを一言!

5



国試応援グッズ贈呈☆



参加した奨学生の声

- ジェンダーの学習は、グループの方々と考えを共有できてよかったです。見方が豊かになったように感じます。引き続き学び続け、自分の考えもアップデートしていくこと、周りと共有していくことを心がけて、多様性の受け入れ体制を常に整えておくこと、準備しておこうと思います。
- みなさんに、国試の激励をしていただけて感激でした! 必ず合格してみんなさんのような素敵な看護師になります!!
- 将来一緒に働く方々とお顔を合わせてお話できるのはすごくありがたいです。
- 3択クイズは、国試問題から面白い問題まで、同じチームではしゃいでできました。とても楽しかったです!



企画の最後は、恒例の集合写真!

まろり看護学生

発行/兵庫県民主医療機関連合会 看護学生委員会 〒650-0047 神戸市中央区港島南町5-3-7
Tel: 078-303-7351 Fax: 078-303-7353 E-mail: kangakusei@hyogo-min.com

看護学生のための情報誌

まろり看護学生

2024年 23 月号

「1年目看護師の研修奮闘ダイアリー」も今回で最終回です。できることが増え、少しずつ自信がついてきました。詳しくは4・5面をご覧ください。



- 02・03 看護の現場より — 坂脇 あゆみさん (東神戸病院)
- 04・05 1年目看護師の研修奮闘ダイアリー part.5
- 06 ナースのおすすめ — 窪 恵理子さん (訪問看護ステーション 共立ひめじ)
- 07 ほっとStation
- 08 冬の奨学生交流会 Photo報告!

看護の現場より

看護学生のみなさんに、私たちが日々看護を
実践している現場での奮闘ぶりや、看護に
対する熱い思いをシリーズで紹介します。

自宅で過ごしていく方々の 支えになれるように

東神戸病院 在宅療養支援室
坂脇 あゆみさん



週に一回、医師と病状や療養の方向性の確認のため、カンファレンスをしています

■ 在宅療養支援室ってどんなところ？

「患者、家族に寄り添い、住み慣れた地域で安心して、療養生活が送れるように連携して支えます」という在宅療養支援室の理念に沿って200名以上の患者さんの訪問診療を行っている部署です。構成スタッフは、看護師5名、医師8名、毎日事務員が交代で1名ずつ、往診車の運転手3名です。

みなさん、訪問診療という言葉は聞き慣れないかもしれませんが、往診という言葉は一度耳にしたことがあるのではないのでしょうか？

どちらも、患者さんが住んでいるお家や施設へ医師が診察に行くことを指していますが、訪問診療は「定期的な診察」往診は「臨時の診察」と使い分けています。

■ 病棟から在宅支援室に配属されて

私の看護師としてのキャリアは20年程度ですが、そ

のキャリアのほとんどは病棟です。そのため、2023年の春ごろに訪問診療の部署への異動を打診されたときは「訪問診療？看護師として何をやるの？」という戸惑いが大きかったです。実際、働き始めてからは病棟との違いに戸惑うばかりでした。

病棟は治療やリハビリ、症状コントロールや最期を迎えるために患者家族へのケアを行うことがほとんどです。これらのケアの担い手は看護師が主になります。もちろんケアの主語は、「患者さんが」こうなるように、という目標を立てますが、基本的には看護師が中心になることがほとんどです。

しかし、在宅でのケアの担い手は多くは患者さん本人であり、そのご家族です。病棟と違い、疾患や何らかの障害を持ちながらも、良い状態を保ちながら生活を続けていかなければなりません。その違いを理解することから始まりました。

病棟では、毎日看護師が患者さんの状態を確認したり、ケアの変更があれば看護計画に書き足し、専門的な医療知識を持ったスタッフとすぐに共有できるのですが、訪問診療はそういうわけにはいきません。ケア内容をご家族や本人、ヘルパーさんや訪問看護師などと情報を共有するために、ケアマネジャーと連携を取ったり逆にケアマネジャーから、医療的なケアをどうすれば良いかとアドバイスを求められたりもします。

訪問診療は医師と一緒にいくため、どのような病状であるか、どういう治療方針かを医師と話し合ったり、患者さんや家族の思いや、

どのように病状を理解しているかを情報収集した上で、療養生活が円滑に進むように橋渡し役をすることもあります。病状やケアだけではなく、患者さんが自宅で過ごすのに必要な介護サービスなども一緒に考えたり、提案したりすることも行います。

このように、患者さんの在宅生活に関わるいろいろな職種のスタッフの仲立ちとなることが、在宅療養支援室の看護師の役割です。また、在宅療養支援室の看護師は、24時間365日医療を途切れさせないために、電話対応も行っています。夜間に患者さんの体調に変化があれば電話で状態を確認し、必要であれば何時であっても、医師と訪問し診察や処置を行います。

訪問診療の難しいところの一つとして、毎日の状態を専門的に把握することが難しいことも挙げられると思います。病棟であれば、出勤すれば必ず患者さんの状態を医療的知識を持ったスタッフが記載したカルテで把握できます。基本的に月2回の訪問診療のため、その間の状態は訪問看護師が入っているところであれば、訪問看護師から情報を得ることができそうですが、入っていないところであれば医療的な知識が少ないご家族やケアマネジャーからしか得られません。また、自分の目で見ることができないため、病状を把握するための情報収集や予測する能力が問われます。どの情報を以て医師への報告が必要か否かの判断力も求められます。

在宅療養支援室に配属されてから、あの判断はあれで良かったのか？自分の知識不足で円滑に進まなかったな、などと悩む日々が続きました。部署の先輩方が「ここの仕事きちんとわかるまで時間かかるから、焦らなくてゆっくりでええよ」と声を掛けてもらい、どっしり構えてくれているおかげで何とか続けられていると思います。

■ 在宅療養をされている 患者さんやご家族の言葉から

色々悩んでいることや、難しく感じていることばかり書いてしまいましたが、最近はようやく自分の仕事がきちんと患者さんのためになっているんだな、と実感したり、嬉しいことややりがいを感じることも出てきています。病棟で働いていたとき、生死を彷徨って長期間入院していた患者さんに「患者」という役割ではなく「家族の一員」としてお会いできることはとても嬉しいですし、その家庭全体を医療の面から支えていくことは、一番のやりがいだと感じています。

また、終末期で亡くなられた患者さんのご家族から「しんどい時に、すぐに点滴をしてくれたり、こまめに先生と来てくれて嬉しかった。癌があっても、家で過ごすために先生や看護師さんがこんなにも対応してくれるのは知らなかった。最後まで仕事をすることができ、本人らしく生き抜けたのはみなさんのおかげです」という言葉をいただいた時、ご家族や本人の不安に寄り添い、苦痛を取り除くために日中夜問わず対応したことが繋がったと実感しています。

これからも、病気に罹りながらも自宅で過ごしていく方々の支えになれるように頑張りたいと思います。



往診車です。
車椅子ごと乗ることができます



往診鞆です。検査に使う道具から、
傷の手当てに使うガーゼまで、その場で
必要な処置ができるようになっています



窓口には患者さんが作ったツリーなど季節的なものを飾っています

1年目
看護師の

研修

奮闘ダイアリー part.5

1年間の
研修を終えて。



兵庫民医連・看護部
Instagram
始めました!



看護師さんのこと、病院の日常、その他
さまざまな高校生&看護学生向けの
企画の紹介をしています★
ぜひフォローしてね♪



尼崎医療生協

訪問看護ステーション はるかぜ 諸木 祐佳



4月～6月は病院の研修で、看護技術やそれぞれの部署の役割について学び、7月から訪問看護ステーションはるかぜで勤務が始まりました。訪問看護では、様々なご自宅で創傷処置や、便処置、医療処置などを行います。最初のうちは物品の場所やゴミの捨て方など利用者様やご自宅のルールに混乱し、訪問時間内で処置を終わらせることに必死になっていました。半年が経ちそれぞれのご自宅でのケアの方法や必要物品の配置等、工夫してできるようになりました。利用者様やご家族の気持ち、なぜ訪問看護が必要なのか徐々にわかり1回の訪問で何を見るのが大切か、バイタル測定による数値だけでなく家の状態やその人のルーティン、家族との関係などを総合的にみて健康状態を把握する事が大切だと学びました。私たちの訪問で、ご自宅でその人らしく過ごせるように日々奮闘しています。



訪問看護ってなかなかイメージが浮かびにくいと思います。利用者様のご自宅へ一人で訪問する、それだけでプレッシャーに感じることもあると思います。諸木さんは持ち前の元気と明るさで利用者様と関わり、日々奮闘中です。リアルタイムに変化する病状に対し、関係機関とどのように連携していけばいいのか、今必要なことは何か、他にどのようなことが出来たのか分からないと悩んでいた時もありましたが、今では訪問先で判断し、必要な連携や相談が積極的に出来るようになったと思います。利用者様やご家族は住み慣れたご自宅で過ごしたい、最期を迎えたいという想いがあります。「その人らしさ」を大切に、利用者様の笑顔が溢れるよう、これからも走り続けてください、応援しています。

プリセプター 中迎 美加



共立病院

地域包括ケア病棟 森本 美七海



入職してもうすぐ1年が経過します。最近リーダー業務が始まり、不慣れな業務に四苦八苦していますが、先輩方の支えのもと少しずつ慣れてきました。リーダーをしてから、アセスメントをより深くするようになり、とても勉強になっています。情報の整理や他職種との連携など、まだまだ不安なところが多いためこれからも頑張りたいと思います。

宇治 菜月さん



入職した時に比べてできることが増えており、自身で考えて行動する姿に日々成長を感じています。課題に対しては期限内にこなしている所や、教えてもらったことはメモをとりノートにまとめている所に感心しています。現在は日曜日勤や、リーダー業務で覚えることが多く大変な時期だと思いますが頑張ってください。

プリセプター 宇治 菜月

東神戸病院

回復期リハビリ病棟 加藤 七海

4月から看護師になり気がついたら1年が経とうとしています。この1年は社会人1年目として看護だけでなくいろんな方に助けをもらいながら看護師2年目に入るところです。実感はなかなか湧かず、最初は日々の業務をこなすことしかできなかった自分も最近は患者さんとコミュニケーションをとる時間を作れたりと少しずつ看護師として働いているかなと思っています。これからも積極的に看護や医療に参加していきたいです。



夜勤業務も慣れ、1人で独立してできる技術が増えてきました。初めは技術にも緊張しながらも果敢に取り組み、習得できるよう頑張っている姿は印象的でした。しっかり今は習得できているように感じます。

入職当時から、変わらず患者さんに元気で丁寧な声掛けができ、積極的に関わる姿をみて、患者さん自身にもいい影響を与える素敵な子だと思います。

現在はケーススタディでアセスメントに取り組んでいますが一緒に頑張っていきましょう!

プリセプター 清水 愛歌



神戸協同病院

回復期リハビリ病棟 森本 彩花

まだまだ日々の勤務に追われる毎日ですが、4月に比べると心に余裕を持って仕事ができるようになってきました。毎月、勤務後に行われる学習会に参加し、新しい知識を吸収できるよう努力をしています。

先日、事例発表会のため受け持った患者様が無事に退院されました。約3か月近く関わらせていただいたので少し寂しさもありましたが、笑顔で退院され嬉しい気持ちになりました。

昨年は、新型コロナやインフルエンザの流行で勤務体制が整わず、普段より患者様を多く受け持つなど、忙しく過ごす日がありました。しかし、病棟一丸となって支え合いながら勤務ができ、無事乗り越えることができました。



私生活では12月末に娘が3歳を迎え、休日に誕生日会やクリスマス会を行い、家族でゆっくり過ごすことができました♪



2階はベテラン看護師が多く、緊張することやしんどい日々もたくさんあったと思います。しかし、弱音を吐くことなく毎日頑張っていて、私も見習うところがたくさんありました。これからも丁寧な看護ケアと優しい声かけで、患者さんを安心させて下さいね。

プリセプター 藤塚 佳子



ナースのおすすめ



姫路医療生活協同組合
訪問看護ステーション
共立ひめじ
窪 恵理子さん



看護学生のみなさんこんにちは。
私は2015年に訪問看護ステーション共立ひめじに入職し、訪問看護師として働いてきました。入職してから結婚・妊娠・出産を経て生活様式やリズムも変化し、それに伴い働き方も随分と変化しました。
現在は週2日勤務とさせていただき、子どもふたりの育児に追われる日々を過ごしています。
そのため休日にはもっぱら子どもの遊び場巡り!(どこが楽しめそうかなど調べるのも楽しんでいます(*´ω´*))公園はもちろん、季節ならではの遊びやテーマパークなど、親も一緒に楽しんでいます。
また子どもを主人にみてもらい、念願のライブ参戦!大好きな米津玄師さんの世界観、歌に感動しました。時には自分の時間を大切に、リフレッシュすることも大切だなあと改めて感じています。
現在出勤数が少ないですが、同じ職場で快く働かせてもらえることに感謝しつつ、今はたっぷり子どもと過

ごす日々を大切に、今後も働き方を考えながらやりがいのある大好きな訪問看護を続けていけたらと思っています。
みなさんも今後人生で様々なイベントがある中で、その時々働き方やリフレッシュ方法を見つけて、夢に向かって頑張ってくださいね。



読者の声

ありがとうございます!このようないいコメントは、編集委員の私たちが頑張ろうという気持ちになります!!

先輩の体験された事が載っていますごく勉強になります。頑張ろうという気持ちになります。(大学生・だいこん)

きらり看学生が皆さんのモチベーションアップにつながっているとのこと、とてもうれしく思います!

「きらり看学生」を読むと、みんな頑張っているから私も頑張ろう!と気が引きしまります!!(大学生・ぎん)

けんおんさんの「看護師になります」という決意が心に響きました。メッセージありがとうございます!

私は看護師になりたいという夢の間で気持ちが揺れ動いていました。ですが今回ははっきりしました。私は看護師になります。(高校生・けんおん)



高3の妹が看護大をめざしてがんばっています。「きらり看学生」は姉妹でお世話になるかも。(ありす)

そうなんです!姉妹で同じ目標、素敵ですね(^.^)妹さんの合格を願っています!!そしてきらり看学生をぜひともシェアしてくださいね!

表紙のメッセージうれしかったです。ベストをつくしてがんばります。(大学生・おかや)

現場の看護師からのエールが届いたようでうれしく思います!おかやさん、最後の最後まで応援しています!!

看護系の大学への進学が決まったので、よけいに興味をもってよみました!(高校生・さとこんぶ)

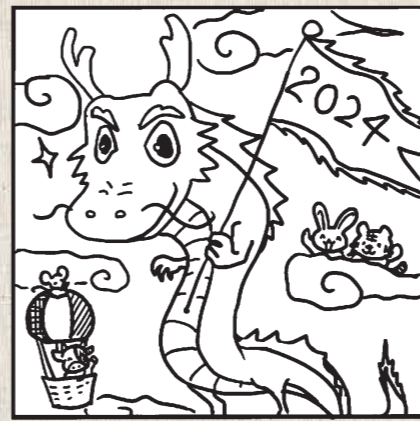
いよいよ国試が近づいてきました!がんばります!(大学生)

国家試験に向けて毎日勉強しています。体調を崩さず、合格目指して頑張ります!(大学生・ちーず)

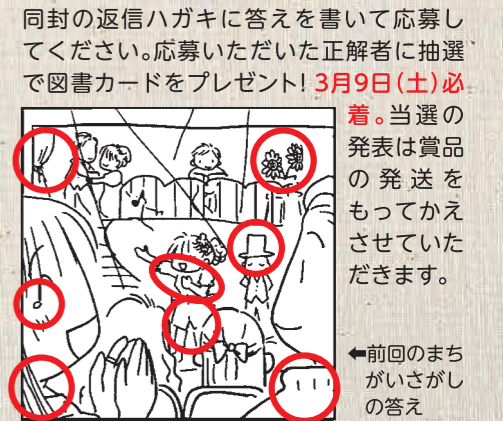
さとこんぶさん!合格おめでとうございます(^O^)!これからもぜひ、きらり看学生をプレイクタイムのお供にしてくださいね☆

国試が近づくと緊張すると思いますが、焦らず、慌てずにね!最後まであきらめないでファイトです(^_-)

ちーずさん!体調万全で本番、実力を発揮できることを祈っています!ファイト!!



8つのまちがい



[問題] 上の絵と下の絵では8つのまちがいがあります!どこでしょう?

←前回のまちがいがいさしの答え

編集後記

突然ですが、みなさんはどんな音楽が好きですか? 私は、最近ミスグリーンアップルにハマっていて、YouTubeでよく聴いています♪ミスはどの曲も歌詞が深く、聴けば聴くほど好きになります。特に「ケセラセラ」(なるようになるさという意味)は自分への応援歌として毎日聞いている大好きな曲です!いつかミセスのライブに行ってみたい!!これが今の私の夢です(^_-)(H)