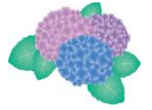


さっぽろ第2支部 支部だより

あじさい 第3号



「それぞれのレジリエンス～自分を知って、心の回復力を高めましょう～」働き続けられる職場づくり推進委員会研修会

平成 28 年 9 月 3 日(土)

東京ドームホテル札幌にて「それぞれのレジリエンス～自分を知って、心の回復力を高めましょう～」というテーマで研修会を開催しました。各支部から 130 名の方の参加があり、皆さんのレジリエンスに対する関心の高さを感じることが出来ました。

看護職は、人と接することの多い職業であり、様々な対人関係に悩むことも少なくないと思います。研修会は、レジリエンスを学ぶうえで最も大切な「自分を知ること」から始まりました。《柳に風》のように、しなやかに困難から回復する力を身につけるための話を伺いました。目の前で起きた出来事をどのように感じてどう行動するか、感じ取るフィルターは人それぞれ違うことや、いいこと探しなど今までの自分の凝り固まった考え方を前向きに転換できる良い機会となりました。寝る前には、今日 1 日で良かったことを考えて寝ると目覚めが良くなるという興味深いお話もありました。アンケートでは 98%の方が、今後の自身のメンタルヘルスケアに役立つ内容であると回答しました。今回の研修が皆さんの生活の一助となることを願います。最後には、軽い運動も行い終始和やかなムードで研修会が終了しました。青盛眞知子先生の楽しく、そしてパワフルな体験談も聞くことができた貴重な研修会となりました。



「輝いて働くためのセルフコーチング活用法」

保健師職能研修会（札幌 4 支部合同）

平成 28 年 10 月 22 日(土)

今回の研修会ではセルフコーチングを行う上で、自分のコミュニケーションスタイルと価値観について把握したうえで、ミッションを書き上げるワークを行いました。

人のコミュニケーションスタイルは4つに分けられ、支配・主導型のコントローラータイプ、促進・社交型のプロモータータイプ、支援・友好型のサポータータイプ、分析・観察型のアナライザータイプで、自分のスタイルを客観的に知る機会になりました。また、価値観は 100 個ほどの単語の中から自分が日頃大切にしている言葉などを 10 個選び、更に 5 個、最後に 3 個に絞っていくことで見えてきました。参加者同士で比べてみても全く違い、自分の価値観を自覚できたと共に、人にはさまざまな価値観があることを再認識する機会になりました。これらを行ったあとで、連想ゲーム的にミッションを書き上げるワークを行いました。このたびの研修会ではワークが多く、二人一組で話し合ったりしながら、和気藹々とした雰囲気の中で時間が早く進んで行きました。

交流会については、3 つのテーブルに分かれて自己紹介を行い、道の保健所、市町村保健センター、訪問看護ステーション、健康保険組合（産業保健）、教育機関などで働く保健師が現場の課題などを話し合い、和やかな中で交流が進みました。



東京ドームホテル札幌において札幌第2・第3支部合同医療安全交流会が開催されました。第2支部は36名、第3支部は35名が参加し、講師に NTT 東日本関東病院医療安全管理室から中尾正寿先生をお迎えして、進行に合わせた数回のグループワークをはさんでご講演いただきました。

JCI とは国際的な評価基準で「質の改善」「患者中心」「安全確保」を3つの柱とし、14カテゴリー、1146項目の基準が定められています。先生は、厳しい基準ではありますが、基準の主旨や細かい測定項目が示されていることで、自施設に何が足りないのかを考えることができるとお話しされていました。グループワークでは国際患者安全目標の中で、自施設の現状と課題について情報共有を行い、その後今後の取り組みについて共有することができました。患者を正しく識別する事、転倒に関する事が多くあげられ、どの施設でも共通の課題であると認識することができました。

講義の最後、先生がお話していた「看護だけが頑張っても解決しないので、院内全体で取り組む必要があります。」という言葉と「日常の不具合をそのままにしない事。仕方がない、忙しいではなく、何が出来るのかを考えていくことが大切。JCI ではあなたの側にいる患者を真剣に守りなさいと言っているのです。」という言葉が深く印象に残りました。冷たい風が吹く日でしたが、休憩時間も話が尽きない熱い一日となりました。



お知らせ



平成29年度 札幌第二支部大会

日時：平成29年2月18日（土曜日）13：00～（受付開始12：30）

場所：東京ドームホテル札幌 B2F



支部大会同時開催 三職能合同交流会



テーマ：「医療現場を笑顔に！新感覚の対人スキル

「ツッコミュニケーション」

講師：篠原 克彦（篠原FP事務所）

※参加は札幌第2支部会員に限ります。

※交流会のみの参加はご遠慮申し上げます。