北海道看護協会　釧路支部ニュース

きんれんか

第４５号
発行日/平成２９年１月

釧路支部会員数
（平成 28 年 12 月）

保健師	86 名
助産師	58 名
看護師	1, 752 名
准看護師	94 名
総 数	1990 名

―支部活動の振り返りと年頭の思い―

北海道看護協会釧路支部
第一副支部長　**渡部　明代**

北海道看護協会釧路支部の活動に対し、日頃より皆様のご理解、ご協力を賜り、心より感謝申し上げます。お陰様で平成 28 年度の事業は順調に遂行しております。

北海道看護協会の重点事業は 1.地域包括ケアシステムの構築と推進　2.働き続けられる職場づくりの推進　3.キャリア開発の支援と看護職の質の向上ですが、釧路支部においても、「地域包括ケアシステムにおける医療・介護の連携のあり方」について会員懇談会を開催しました。活発な意見交換を行い、顔の見える関係性の構築につながったと思います。

その他にも、「終末期を迎える認知症患者と家族看護」「周産期医療とこころの看護」「地域医療へのチャレンジ、保健師がつくった訪問看護ステーション」「病院等施設間交流研修」などの研修会や講演会をはじめ、医療安全ネットワーク会議、看護合同研究発表会を開催し、看護の質向上に取り組んで参りました。多くの皆様にご参加頂いたことは支部役員・委員の大きな励みとなりました。重ねてお礼申し上げます。

さて、昨年 10 月よりナースシップがスタートしました。手続きはお済みですか? これはナースとメンバーシップを組み合わせた造語ですが、看護協会の会員であることに誇りを持ち、看護職として人々の健康な生活の実現に貢献するという想いが込められています。

国内の会員数は 70 万人を超え、道内は 42,410 名です。釧路支部は 1,990 名で入会率は 56.52%であり、全道の入会率（51.99%）を上回っています。新しい年を迎え、会員の皆様のニーズに応えられるよう、気を引き締めて支部運営を行いたいと思いますので宜しくお願い致します。

これからもより多くの看護職が手を取り合い、地域住民の健康の維持増進、安全・安心な医療・看護の提供、住み慣れた地域で暮らせる在宅支援などに向けて、それぞれの力を発揮していきましょう。

この一年、皆様にとって健康で明るい年となりますことをお祈り申し上げます。

高校生一日 看護体験

HZ8. 9. 27

一日看護師体験アンケート結果

＜体験学習では何を体験できましたか？＞

血圧測定	AED の使い方	患者さんとのコミュニケーション	足浴
酸素療法	ストレッチャー体験	赤ちゃんとの触れ合い	救急法
食事風景の観察	シーツ交換	三角巾の当て方	手浴
模擬採血	手術室の見学	高齢者疑似体験	車いす

＜ほかに体験してみたかったことはありますか？＞

他の科の体験	赤ちゃんや小さいことの触れ合い	患者さんともっとお話ししてみたかった
注射	ストレッチャー	小児科の見学
手術見学	ベッドのシーツのとりかえ	血圧測定
満足した	注射の器具を触りたかった	ナースステーションの事務的な仕事

＜実際に看護師に接してみてどうでしたか？＞

■見えないところでも患者さんのために動いている姿に感激しました
■とても優しく仕事もテキパキとこなしていてこんな看護師になりたいと思いました
■ただ優しいだけではなく周りに気を遣い患者を第一に考えている姿を見て感動しました
■大変さも伝わりましたが、それ以上にやりがいがあるんだと感じました
■とてもタメになり、自分がなりたい看護師像が見えてきました
■笑顔で優しく接してくれてやっぱりすごいなと改めて感じました
■看護師だと言うことに誇りをもっていて、患者に真剣に向き合ってかっこよかった

■大変なお仕事だと思ったけれど笑顔で明るく患者さんと接していて尊敬しました
■楽しそうで看護の仕事をして後悔している人はいなそうだった
■怖そうなイメージだったけどみんな優しくて緊張が解けました
■自分の仕事を誇りに思っていてしっかりしている人が多いなと思いました。
■関わった看護師さん全員熱心で優しく真面目だったので今後の目標にしたいと感じられた
■予想以上に大変な仕事でしたがそのような仕事を普段からしている看護師さんに改めて強く憧れました

＜感想・意見・希望など＞

■会話が上手くできない高齢者の方が多く見られましたが、反応が得られなくても1人1人に丁寧に話し掛けながら病棟を回る看護師さんを見て今まで以上に看護職への憧れが強まりました

■看護師さんのコミュニケーション能力や要領のよさがすごくてとても驚きました。思っていた以上に大変だと思うことがありましたが実習体験によってもっともっと看護師になりたいと思いました

■看護体験で一番印象に残ったのは患者さんとのコミュニケーションです。私はその患者さんに「今は女性の看護師が活躍しているけれど男性の看護師も必要でとても頼りになる。だから頑張って！」と言ってもらいとっても元気になれました

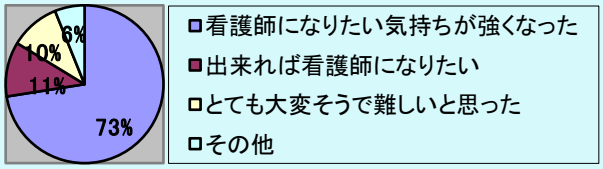
■体験してみて苦に思ったことは一つもないし、とても楽しかったです。どんな些細な事でも怠らいないことやあきらめない気持ちを持つこと、相手の事を考えてコミュニケーションをとることが学べてとても良い機会だったと思います

■身体的にも精神的にもすごく辛い中でやりがいを見つけ、楽しそうに仕事をしている人たちを見て、辛くてもこの仕事をやりたいなと思いました。役に立つ知識なども多くこの体験を通して看護が前よりも身近に感じ、なろうという気持ちが強くなりました

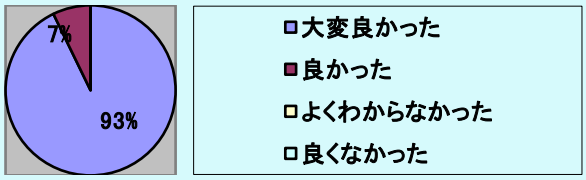
■会話だけがコミュニケーションじゃないことがわかった。目でみて判断して手で感じとる大切さ。

■手術室の中に入れて実際に手術しているところも見てとてもかっこいいと思った。患者さんの足を洗わせてもらって上手だねって言われた時は看護師をやっていたらやりがいを感じると思った

＜看護師体験を終えて、進路についての変化はありましたか？＞



＜看護師体験に参加して良かったと思いますか？＞



今年度の「高校生一日看護体験」は9月27日に実施されました。参加していただいた高校は釧路湖陵高等学校、釧路江南高等学校、釧路北陽高等学校、釧路明輝高等学校、釧路商業高等学校、釧路白糠高等学校、釧路霧多布高等学校、釧路標茶高等学校の8校で、参加人数は1年生～3 年生の98名（女子88名、男子10名）でした。受け入れ施設は、市立釧路総合病院、釧路赤十字病院、釧路労災病院、釧路孝仁会記念病院、釧路協立病院、太平洋記念みなみ病院、釧路北病院、釧路中央病院、釧路三慈会病院、東北海道病院、星が浦病院、町立厚岸病院の12施設でした。患者さんとの触れ合いや看護師との交流を通して、色々なことを感じ学べた体験でした。受け入れ施設の皆様、ご協力ありがとうございました。

かんばるナース

認定看護師としての活動

釧路ろうさい病院
乳がん看護認定看護師　小野　紫穂

乳がんは、40 歳前後が好発年齢であり、仕事や子育てなどに忙しい時期に発症します。
治療方法が手術・薬物・放射線療法を組み合わせる集学的治療を行なうため、治療の選択肢があり、患者さんの病気の理解や治療の意思決定が求められます。

私は乳がん患者さんと関わる中で、病理結果により治療方法が違い、自信を持って看護ケアができていませんでした。そこで、専門的知識と技術の習得を目的に乳がん看護認定看護師を目指しました。

私には子供が二人おり、家族の協力を受けて、半年間千葉大学大学院看護学研究科付属看護実践研究指導センターで乳がん看護認定看護師教育課程を受講しました。幼い子供たち（当時2歳と7歳）と離れ、不安と寂しさでいっぱいでしたが、全国から集まった仲間と共に学び合い、とても有意義な時間を過ごすことができました。

当院には乳がん看護認定看護師が2名おり外来と病棟に配属されているため、情報交換を行ない継続した看護ケアを行なっています。
私は、外科外来で主にがんの告知後の心理的支援、術式選択の意思決定支援や、乳房の変形・喪失、脱毛によるボディイメージ変容のケアを行なっています。
また、昨年度から乳房再建術が行なわれており、患者さんへの情報提供やスタッフ教育を行なっています。

がん体験を分かち合い、互いに励まし合える、そんな場があってほしいとの思いから、2012年8月、道東で初めて乳がん患者会を発足しました。患者同士の情報交換や交流の場を設け、自立した運営ができるようサポートしています。また、乳がんの早期発見・早期治療の必要性を訴えるため、共に地域で行なわれるイベントに参加し啓蒙活動を行なっています。

今後も病院内だけでなく、地域で乳がん看護認定看護師として役割を発揮していきたいと思います。

研修報告

【病院等施設間交流研修に参加して】

釧路赤十字病院　在宅支援課　　米澤　真智子

平成 28 年 9 月 27 日に、病院等施設間交流研修会で、釧路町訪問看護ステーションへ行かせていただきました。

オリエンテーションでは、訪問看護ステーションの設置状況や、どのような疾患・背景の方が訪問看護を利用されているのかなど、現状を詳しく知ることが出来ました。

同行訪問では、小児やご高齢の方、様々な疾患や環境のご自宅へ行かせていただきました。

当院へ通院や入退院を繰り返しておられる方のご自宅へも伺い、ケアの見学や、ご本人・家族とお話をさせていただきました。

以前入院時に在宅療養支援者との連携をスムーズに行うために導入した、医療と介護の情報共有ツール（つながり手帳・試行期間中）の使用状況なども伺うことができ、大変学びの多い研修となりました。

看護研究報告

【看護研究合同発表会　示説発表の感想】

社会医療法人孝仁会　星が浦病院　成田　一彦

私は、今回看護研究合同発表会で示説発表に初めて参加させて頂きました。
1 時間の中で、ディスカッションの形で沢山の方にポスターを見て頂き、
大変学びの深い研究発表になったと感じています。

口述発表と違い示説発表では対話に近い形で意見交換や説明をすることができ、より詳細に内容を説明することができました。

また、質問して下さった方々からご意見を頂き、情報交換や交流の場ともなり、今後の検討課題に撃ったので有意義な発表となりました。

この様な示説発表は、緊張感が和らいだ中で自施設の取り組みを具体的に伝えることができ、良い方法だと思いました。

また、他の示説発表も拝見させて頂き、新たな観点や学びを得ることができました。

保健師活動

【釧路市の現状と禁煙対策について】

釧路市役所こども保健部健康推進課　若狭　節子

平成15年に施行された健康増進法により施設管理者に受動喫煙の防止が義務づけられ、禁煙対策が一層推進されることとなりました。

当市においても平成26年に策定した「健康くしろ21第2次計画」に基づき、様々な禁煙対策を進めているところです。

市では①がんによる死亡者が多い②男女ともに肺がんが第1位である③がん検診等の受診率が低いという現状から各種健診の受診勧奨や企業等への健康講座の開催、健診後の時間をかけた個別保健指導の実施等に取り組んでおります。

また妊婦の1割、そのパートナーの半数以上が喫煙していることから母子手帳交付時の面接では、胎児への影響等を含む禁煙指導を行っております。

煙草の煙から人々の健康が守られ、今そしてこれからの子どもたちが、きれいな空気の中で暮らし続けられるよう受動喫煙のない社会を目指して、これからも禁煙対策に取り組んでいきたいと思います。

働き続けられる職場づくり推進委員会委員長の三浦富士枝さんが、平成２８年１０月４日「釧路労災看護専門学校」で「たばこと看護学生対策」というテーマで講義を行いました。その際グループワークでキャッチコピーを２７個作成してもらいました。その中から２個ご紹介します。

その煙
あなたの未来を
曇らせる

SOS
あなたの肺がさけんでる

編集後記

厳しい寒さが続いていますが、皆さん体調はいかがでしょうか。
「きんれんか」では、皆様に興味を持って見ていただけるような内容を考えていきたいと思います。
今後もより多くの皆さんの活躍等をご報告していきます

発行所：北海道看護協会釧路支部

編集責任者：西村　由美

担当／働き続けられる職場づくり推進委員会

編集委員／三浦富士枝　齋藤希久代　菅谷聖奈　影山麻衣　菅原香織