# 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２副支部長　中村千夏子

新春を迎え、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。新元号となり、新しい時代の幕開けとなった2019年の活動を改めて振り返りますと、5月に看護の日の記念行事を皮切りに7月開催の看護管理者懇談会では予想を超える82名が参加し、感想からも管理者同士のつながりを求めるニーズは高いと認識した次第であります。

9月の看護職確保を目的とする「高校生一日看護体験」では昨年より5名多い90名が参加、同じく9月実施の「終末期を迎える患者・家族の退院支援に必要な看護師の連携」研修では52名が、また数カ月に及ぶ施設間交流研修では15施設にて58名が学び、退院支援における多職種連携の重要性や様々な現場の実際を見て視野を広げる良い機会となりました。このほか、地域の健康づくりに資する事業として釧路市・釧路町の健康まつり、フェスティバルにおいてたくさんの住民に対し手洗い体験、子どもの事故防止の普及を行い大盛況でありました。

各職能につきましても、近年の災害多発を意識して防災を取り上げたほか、多岐にわたるテーマでの研修・集会を行い、それぞれ有意義な内容だったとの報告が得られております。11 月の看護研究合同発表会は口述10 題、ポスターセッション7題と学び多き機会となり、また多くの渉外活動により地域における役割を担ってきたところでもあります。このように多くの支部事業を滞りなく行えましたのも、会員の皆様のご支援とご協力があったからこそと感謝申し上げます。

2020年は東京オリンピック、パラリンピックを迎えると同時に4月1日からは受動喫煙防止を強化する改正健康増進法が全面施行となり、事業者のみならず、国民にとっても従来のマナーからルールに変わるなど法が大きく健康に寄与する記念すべき年になります。少子化、超高齢化社会においてすべての人々がより健康で幸せな人生を送ることができるよう、今後も国や道の動向を踏まえ、看護職が担うべき方向性をしっかりと共有しながら、支部活動を展開して参りたいと考えております。

新しい年が皆様にとりまして有意義な年となりますようご祈念申し上げまして、年頭の挨拶といたします。

北海道看護協会　釧路支部ニュース
きんれんか
第 51 号
発行日
2020(令和 2)年 2 月

釧路支部会員数
(令和 2 年 2 月末)

| | |
|---|---|
| 保健師 | 88 名 |
| 助産師 | 48 名 |
| 看護師 | 1,798 名 |
| 准看護師 | 66 名 |
| **総数** | **2,000 名** |

# 高校生
# 1日 看護体験

今年度の「高校生一日看護体験」は9月24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、釧路東高等学校、厚岸翔洋高等学校の7校で、参加人数は1～3 年生の90名（女子81名、男子9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、釧路三慈会病院、東北海道病院、星が浦病院、町立厚岸病院の 11 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。

## ? 高校生１日看護体験 アンケート結果 ?

### -どんな体験ができましたか？-

清 拭

手 浴

# 清 潔 体 験

足 浴

車いす体験

小児科 見学

食事配膳

トロミをつけた
水分試飲

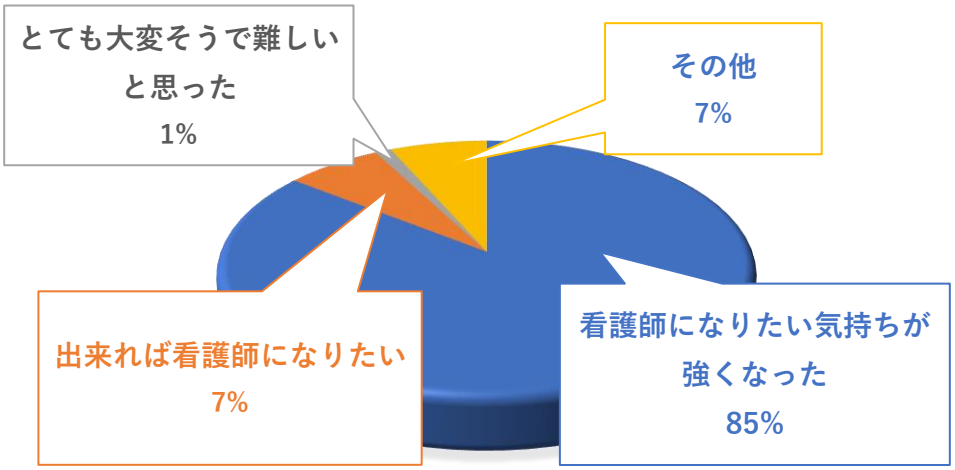
ドクターヘリ見学

# -実際に看護師と接してみて、どうでしたか？-

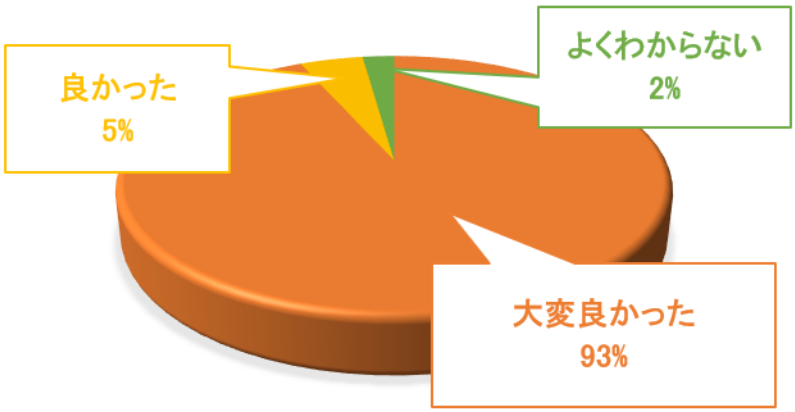
■みんなキラキラしていて自立した女性という感じがして憧れました。
■忙しい中でもやさしく笑顔で教えてくれてうれしかった。
■言葉使いなど一つ一つの気遣いが素晴らしいと思った。
■もっとピリピリしている人が多くと思ったが、優しい人が多くてビックリした。
■忙しい中でも患者さんとのコミュニケーションを大切にしていて凄かったです。
■患者さんへの声掛けや対応が温かく、自分もこの仕事に携わりたいという気持ちが強くなりました。
■患者さん一人一人としっかり向き合い、寄り添う姿を見て、改めて看護師の魅力を感じることが出来た。

■見たり、体験したのは一部でしたが、看護師は本当に忙しい仕事だと思った。その中で素早く正確な動きをする場面を目の当たりにしてすごいと思い、自分もそうなりたいと感じた。
■改めてとても大変な仕事なんだなと感じた。
■責任感や志・思いやりの強さがすごいなと思いました。

## 《看護体験を終えて、進路についての心境の変化はありましたか》




## 《今回の１日看護体験に参加して、良かったと感じましたか》



## 《 体 験 に 関 す る 感 想 ・ 意 見 ・ 希 望 な ど 》

■ お忙しい中、私たちのために時間を作っていただきありがとうございました。1 日看護体験を振り返って、看護師は心がけることがたくさんあると感じました。患者さんに不安感をもたれないために一つ一つの行動に優しく声をかけたり、患者さんをよく観察して、入院する環境をより快適にするために考えたりすることを学びました。私は看護師になりたいと考えているので普段の生活でも、言葉使いや思いやりを大切にしようと思いました。

■ ストレッチャーや車椅子体験ができ患者さんの目線になって見ることで「進みます」や「曲がります」などの声かけの重要性を改めて知ることができました。また、洗髮体験などからどんな工夫や話をすると患者さんが安心して気持ちよく過ごせるかをとても考えさせられました。

■ 入院しているおじいちゃんと話すことができて楽しかったです。「頑張れ」って言ってもらったので、頑張らなきゃいけないと思うことができました。

■ 脳神経外科の見学で相手が何を言っているかわからなかったが、看護師が笑顔で優しく話しかけていて魅力を感じた。患者の笑顔が見る事が出来たとき自分も嬉しくなった。

■ 患者さんと会話するという機会を持つのは本当に良い経験だと思った。コミュニケーション能力が大切なのは知っていることだが実際に行うとなると凄く難しく、寄り添えた会話になっていたのか相手に気を使わせてしまったのではないかと思う。相手が心ひらいていただけるよう声かけや心に寄り添えるよう勉強していきたいです。「1つ1つの自分の言葉に責任と心を持ち」を込めようと思った。

■ 今回の体験は今までしたことのない経験をたくさんすることができて良い機会でした。ICU についてあんなに深く知ることができることなんてなかなかないと思います。患者さんの頭を洗わせていただいたり、体を拭かせていただいたりして、実際に人の命に触れ向き合う責任や緊張感を味わうことができたし、患者さんにお礼を言われる喜びも感じることができました。また、心電図をつけたりストレッチャーに乗ったり患者さんの気持ちになれました。

■ ディスカッションで看護師に自分の悩みを親身になって聞いてもらえ参考になった。

■ 看護師以外の職種の見学も出来チーム医療の大切さを知った。

■ 大学と看護学校の違いについて学べたので良かった。

# 頑張るナース　― 特定行為の活動 ―

釧路労災病院　中村　公子

私は、2017 年に日本看護協会研修学校において特定行為研修を修了しました。その内容をお伝えする機会を頂きましたので、特定行為の制度をふまえ、現在の活動をお伝えしたいと思います。

**壊死組織除去**

2015 年 10 月、厚生労働省により「特定行為に係る看護師の研修制度」が施行されました。
特定行為は、実践的な理解力、思考力及び技術が特に必要とされるものとして、厚生労働省令で定められたものです。特定行為研修を受講できる対象は、看護師経験が 3 年～5 年以上とされていますが、日本看護協会は、認定看護師を対象に特定行為研修を行っています。

認定看護師に限定している理由は、「認定看護師の能力を強化し、在宅にまで活動場所を拡大させることで、認定分野の特徴を生かした専門性の発揮とさまざまなニーズにこたえる看護師の育成が期待できる」としています。私は、皮膚・排泄ケア認定看護師として活動していた中、より専門性を求め質の高い看護を提供したいと思い受験し、研修を受けました。

**陰圧閉鎖療法の処置中**

特定行為には 21 区分 38 行為があり、私はその中の「創傷管理（壊死組織の除去・陰圧閉鎖療法）」、「創傷ドレーン管理（創部ドレーンの抜去）」「栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連（持続点滴中の高カロリー補液量の調整・脱水症状に対する補液の補正）」を修了しました。

研修修了後の現在は、主に創傷に係る区分のコンサルテーションを受け実践しています。例えば、手術創離開の治療に関して医師からコンサルテーションを受けます。創傷治癒促進に関して陰圧療法が選択された場合は、その際、患者の状況が特定行為の手順書の範疇かを判断しなければなりません。その判断は、特定行為のみを行うのではなく、病態の変化、患者の背景などを包括的にアセスメント・判断し、看護を基盤に考え「できる・できない」を医師に伝えます。「できる」と判断した場合は、患者に説明し「同意」を得た上で、治療開始になります。

治療開始に関しては、患者・看護師のスケジュールに合わせ、タイムリーに行う事ができるのが利点の一つです。このように活動できるのも病院の方針と看護部・医師の協力があってのことと感謝しています。

# 【 研 修 報 告 】

## 〈支部担当研修に参加して〉

釧路孝仁会記念病院　田垣　一直

9 月 21 日、支部研修「終末期を迎える患者・家族の退院支援に必要な看護の連携」に参加しました。講師のさいた訪問看護ステーション今田眞智子所長より、病院から在宅へと継続した看護提供のために必要な看護師連携、自宅で終末期を迎える患者・家族との関わりなどについて講義を受け、その人らしい生き方をつなぐことを学びました。

また、所長より提供された事例でグループワークを行い、退院調整について意見交換しました。私は手術室と透析室での看護経験のため、退院調整は未知でした。グループには、退院調整看護師の参加者がいて、入院直後から退院を見据え介護度や介護支援サービス利用状況の確認、退院前の家屋調査、本人と家族に必要な支援を病院と地域包括ケアセンターや訪問看護ステーションと情報共有し、療養生活をサポートするという貴重な話しを聴き何事も情報共有が大事であることを再認識しました。

## 〈看護研究合同発表会に参加して〉

釧路赤十字病院　北川　恵

11 月 16 日、釧路労災病院で行われました看護研究合同発表会に参加し、「抗がん剤治療による手足症候群が患者の ADL に及ぼす影響」について発表させていただきました。今回は、１７演題の口述・示説発表があり、急性期看護から終末期における関わり、在宅療養に向けた取り組みなど様々なテーマでの発表がありました。

抗がん剤治療は近年、入院で行っていたものが外来で継続していく治療に変わりつつあります。副作用症状や ADL への影響をタイムリーに把握し、患者のセルフケア能力を高めていけるような支援が外来看護師に必要であると考えます。発表後の参加者からの質問や意見は、今後の外来での取り組みに大変参考になるものでした。

他施設での発表では、手術室や病棟など自部署で経験できない取り組みを知ることができました。科学的根拠をもちケアにあたること、事例を深く考察し看護の示唆を得ることの重要性を学ぶ機会となりました。

## 〈病院等施設間交流に参加して〉

市立釧路総合病院　平原　普子

私は、令和元年度施設間交流研修会「院内感染防止」の内容で、釧路孝仁会記念病院の研修会に参加させて頂きました。釧路孝仁会記念病院は、感染対策認定看護師２名が所属し、感染防止対策加算１を取得しており、感染対策におけるチームの活動や取り組み内容など学びの多い研修となりました。

環境ラウンドの内容や擦式アルコール使用における教育的関わりなど当院の活動と照らし合わせることで、お互いの良いところがわかり、今後に活かせることを得ることができました。また、当院の感染対策委員としての自分の役割を再認識することができました。

施設の規模に応じて、体制作りは同様に出来ないこともありますが、日々の悩みや課題は共通することが多く、同じ現場の看護師として励まし合うことができ、今後の活動に元気を頂きました。今後も継続して開催していただき、ぜひ多くの人に参加してもらいたいと思います。

# ・活 動 報 告・

## 【2019 年 釧路町健康福祉フェスティバル】

（第２書記　村岡　夕子）

2019 年 9 月 1 日（日）釧路町健康福祉センター あいぱーる で開催された釧路町健康福祉フェスティバルに参加し、58 名の来場者様に「手洗い体験と正しい方法の説明」「手荒れ防止のためのスキンケア方法」について体験後にアドバイスをさせていただきました。

手洗い体験は、親子づれや兄弟などお子様からご高齢の方まで年齢問わず楽しみながら体験されていました。また、来場者の中には肌荒れに悩んでいる方もおり、撥水効果や、保湿効果の高いスキンケア製品について説明を行い、参考にしていただける情報提供ができたと考えます。今後も地域住民と触れ合える機会を通して、看護協会の活動を地域の方々に伝えていきたいと思います。

# 【釧路健康まつり　2019】

（第 1 書記　大野　澄江）

健康づくりに関する事業として令和元年 10 月 6 日（日）釧路市国際観光交流センターで行われた「くしろ健康まつり 2019」に参加しました。釧路赤十字病院の小児救急認定看護師の杉田まゆみさんはじめ 3 名の協力員の下「こどもに起こりやすい事故の予防と手当」について来場された 152 名に健康教育活動を行いました。親子で来場されている方が多く、展示パネルを用いての説明に熱心に耳を傾けられていました。

また、同会場で 255 名に血圧測定を実施しました。家庭での血圧測定、血圧手帳の記載を行うことの意義を説明しました。なかには高血圧を自覚しながらも受診をしていない来場者もおり、早期の受診行動を推奨しました。

「くしろ健康まつり 2019」への参加は北海道看護協会釧路支部の事業を住民に紹介する貴重な機会とすることができました。

# 【助産師職能集会】

（助産師職能委員長　渡辺　江）

2019 年 8 月 24 日（土）市立釧路総合病院にて「新生児・乳幼児睡眠講座～睡眠の発達と睡眠問題（夜泣き）へのアプローチ」というテーマで助産師職能集会を開催し、28 名の参加がありました。「子どもの睡眠相談室ク―クールナ」代表川口リエ氏よりご講演をいただいた後、グループワークを行いました。

睡眠や睡眠問題に関しての基礎知識・月齢に応じた対処方法・環境調整等のお話は、保健師・助産師・看護師にとって深く学ぶ機会が少なかったため、とても有意義なものとなりました。また、グループワークでは、行政機関と医療機関との間で、保健指導に関する悩みや情報を共有する場となりました。今回学んだこと、感じたことを役立て充実した保健指導にしていきたいと思います。

# ※編集後記

　今年は、例年に比べ積雪が少なく暖かい正月になりました。インフルエンザの流行が早く、現在も続いていますが皆様体調はいかがでしょうか。
「きんれんか」では、今後もより多くの皆様の活動・活躍等をご報告し、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。
本年も看護協会へのご協力・ご参加いただきますようお願い申し上げます。

発行所:北海道看護協会釧路支部

編集責任者:服部 紀美子

担当／働き続けられる職場づくり推進委員会

編集委員／ 佐藤ふみ子 布施 由美子 齋藤 真人歌 栗本 芳 齋 麻美