

# はまなす

公益社団法人 北海道看護協会  
札幌第4支部だより

■発行所：公益社団法人 北海道看護協会札幌第4支部 編集責任者 市戸理恵

HOKKAIDO NURSING ASSOCIATION **HAMANASU**



## Contents

- 令和6年度 札幌第4支部 研修報告
- TOPICS 施設紹介 社会医療法人 耳鼻咽喉科麻生病院
- 会員募集 他



# 令和6年度 札幌第4支部 研修報告

札幌4支部合同 看護管理者懇談会

## 第1部 「看護の動向」

## 第2部 「コーチングから学ぶ！相手が納得するコミュニケーション」

■日 時：2024年10月5日12:00～16:15

■場 所：ANAクラウンプラザ札幌

■参加人数：105名(1部のみ:21名 2部のみ:5名 終日:79名)

■講 師：第1部 北海道看護協会 副会長 亀畑 祥子 氏  
第2部 合同会社友歩 代表 上前 拓也 氏

### 第1部「看護の動向」

第1部の「看護の動向」では、専門職能団体として行動する看護職、保健・医療・福祉及び看護の動向、看護職員の養成・確保定着、看護職のキャリア開発、看護の責務についての講義をして頂いた。

### 第2部「コーチングから学ぶ！相手が納得するコミュニケーション」

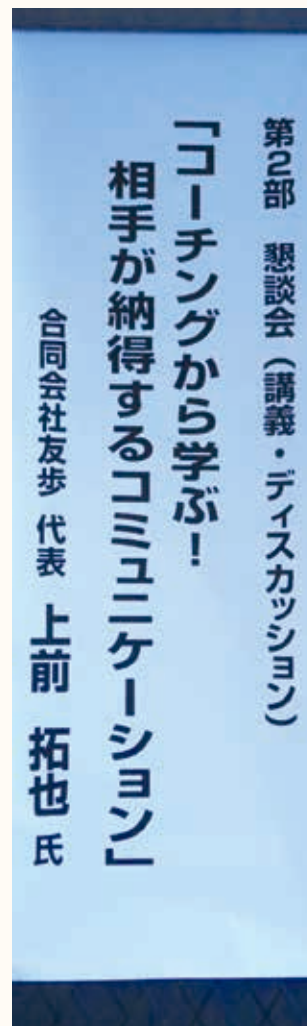
第2部の「コーチングから学ぶ！相手が納得するコミュニケーション」では、上前先生よりディスカッションを交えながらの講義をして頂いた。

コーチングは、相手が望んでいる目標を自ら達成することを目的としたコミュニケーションであり、相手の持っている個人的な特性や強みを活かして、相手はその能力と可能性を最大限に発揮することを目的としている。そしてコーチングは、いかなる時も相手の能力を信じぬく気持ちを持ちながら、コミュニケーションを行うことが必要である。

コーチングとティーチングはいずれも、教育や指導において使われる手法であるが、コーチングは、相手の気づきを引き出し、自己成長を促すために使われる。一方でティーチングは知識やスキルを伝え、実行してもらうために使われるといわれている。そのため、新人教育においては、まず初めにティーチングで答えを与えてから、コーチングを行ったほうが効果的である。

コーチングスキルには①傾聴②承認③質問がある。

①傾聴とは、相手の話に耳を傾けて熱心に聞くという意味であり、自分が知りたいことを訊くのではなく、相手が話したいことを受容して共感することである。傾聴を行うことで、相手は考えや感情を理解されている安心感から、こちらの意見に対して前向きにとらえてくれるようになり、納得し



てもらいやすくなる。

②**承認**とは、相手の行動・考え発言を認め、支持することであり、承認していることを声にして相手に伝えるという行動である。また結果だけではなくその過程や成長度合いを認めることで、相手は自らの考えや行動に責任を持ち、自発的な成長につながる。そのスキルとしては、YOUメッセージとIメッセージ、WEメッセージがある。

YOUメッセージは「あなたはすばらしい」「あなたはよく頑張った」というように、メッセージの主体が「あなた」となる。特徴としては、「あなたは〇〇だ」ということで、そこには評価の気持ちが込められている。そのため言われ続けると、相手は居心地が悪くなってしまうことがある。誉め言葉を伝えても「そんなことはない」と否定されてしまえば、効果はなくなってしまう。

Iメッセージは「私は嬉しかった」などのように、メッセージの主体が「私」となる。特徴としては、私はこのように感じているというメッセージであり、メッセージを受け取った相手は充実感や達成感を感じやすい。YOUメッセージとは違い、Iメッセージには批評や評価の気持ちは含まれない。

WEメッセージは、「部長も喜んでました」「会社としても名誉だ」などのように、メッセージの主体が「組織」となる。特徴としてはIメッセージよりも更に高い充実感や達成感を感じやすいメッセージ方法である。それは、伝える人からの承認と伝える人以外からも承認されているということが表現されているからである。

③**質問**とは、通常の質問の目的は、質問する側の「情報収集」であり、質問する側の為に行われる。しかし、コーチングにおいては、質問される側の「気づき」を促す等、相手の為に行う。質問のスキルには

- 1) 特定質問と拡大質問
- 2) 過去質問と未来質問
- 3) 否定質問と肯定質問

があげられる。

特定質問は「はい」「いいえ」で即座に答えられる質問であり、拡大質問は答えを考えたから答える質問である。相手に深く考えてもらうときには拡大質問を意識する必要がある。

過去質問は過去に起こった出来事に対して聞く質問であり、未来質問は未来の目標達成や改善に向け、支援していくことを目的として聞く質問である。否定質問は、否定的な言葉を使って行う質問で、肯定質問は肯定的な言葉を使って支援していくことを目的として聞く質問である。

これらのコーチングスキルについて講義を受け、改めて人間対人間のコミュニケーションにおいて大切なことが何かを学ぶことができた。コミュニケーションは一人では行えず、独りよがりになってはいけない。これからも様々な場面で、今回の講義の内容を実践していけるようにしていきたいと感じた。

(記：宮部)



看護師職能委員会

## 働きやすいチームづくりのためのコーチング

- 日 時：2024年10月19日(土)13:00～16:00
- 場 所：TKPガーデンシティ札幌駅前 ホール2D
- 参加人数：28名
- 講 師：国際医療福祉大学小田原保健医療学部 看護学科  
在宅看護学 講師 石村 珠美 氏

今年度、看護師職能委員企画の第1領域の研修は、「働きやすいチーム作りのためのコーチング」をテーマに演習も取り入れながら参加できる研修を企画しました。

「働きやすいチーム」の条件として、心理的安全性が高いチームについて参加者で共有し、コーチングの基本である「認める」「聴く」「質問する」の演習を通して学びを深めるとともに、活発な意見交換ができました。また、事例を通して自身を振り返る機会となり、石村講師から研修のまとめとして、「うまくいかなかった経験こそが成長につながる大きな学び」「自分自身がWell-beingな状態でありますように!」「コーチングをしている人ではなく、している人になりましょう」とメッセージがあり、元気を分けていただいた研修であり、現場で活かせる研修でした。



保健師職能 4支部合同研修

## ケアラーを取り巻く課題とこれからを考える～家族を丸ごと支援する視点を学ぶ～

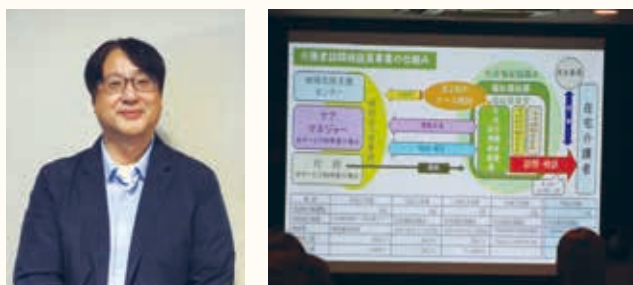
- 日 時：2024年10月26日(土)14:00～16:00
- 場 所：TKPガーデンシティ札幌駅前 ホール2B
- 参加人数：42名
- 講 師：中村 健治 氏

ケアラー、ヤングケアラーの当事者の方々は、自分がケアラーだ、という自覚がないため、窓口があっても相談に来ない、また、自分の家のことを話したくないという人が多く、なかなか支援に繋がらないという現状があります。介護における殺人、自殺は、月に3件あるといわれており、介護は他人事ではないのが現状です。そして、日本は家族がするもの、という考え方が強いです。

ケアラー、ヤングケアラーとはどんな人か?を考えるグループワークがありました。

家に介護が必要な祖父母、父母、子供がいる人、老々介護、夫婦のどちらかが病気、親・祖父母・兄弟の介護をしている子供、介護のために部活・遊びができない子供、在宅・施設にいる人に関わっている人すべて、家事をしている子供、などなど様々な意見が出ました。昔は横のつながりが多く、地域住民の支えがあったため、制度がすべて縦割りでなんとかなっていました。しかし、現在は、地域のつながりが薄く、孤立が進んだこと、働いているのに貧困である人が増えた等の理由により、自殺者が3万人を超えており、縦割りの制度では上手くいってなくなってしまっています。

ケアの始まりは、病気や障害です。ケアラーは様々な問題で困っているため、チームでケアできる仕組みが必要です。自分の職場で、専門職として何が出来るかを考えていく必要があると感じました。



## 研修テーマ：「アサーティブコミュニケーション」 支部独自研修

### テーマ：自分も相手も大切に自己表現法について学ぶ

- ・ 普段の自己表現を振り返ることで、自身の自己表現タイプを理解することができる
- ・ アサーティブな自己表現を阻害する要因と促進する要因について説明できる

■ 日 時：2024年11月16日(土)10:00～12:00

■ 場 所：札幌サンプラザ 玉葉の間

■ 参加人数：61人（参加者：53名 役員：7名 講師：1名）

■ 講 師：北海道医療大学 看護福祉学部 看護学科  
生涯発達看護学講座 中安 隆志 氏

昨年同様、中安隆志先生を講師としてお招きし、現場で抱える悩みの上位を占めるコミュニケーションに関する研修を開催いたしました。定員よりも多くの参加希望があり、札幌第4支部以外の参加者も多かったことから、ニーズの高いテーマであることが伺えました。

研修は講義だけではなく、個人ワークとグループディスカッションを取り入れ、2時間という短い研修時間ではありましたが、凝縮した内容で開催ができました。また、今回は研修申し込みの時点で日々の悩みごとを収集し、参加者全員にとって必要な回答を講師から得られる機会となったため、アンケートでも「大きな学びになった」という意見が多く、有意義な研修となりました。

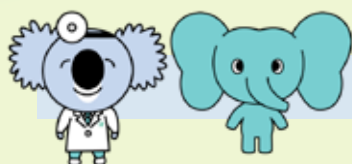




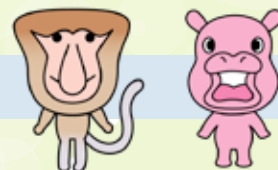
# Topics

## 施設紹介

社会医療法人  
耳鼻咽喉科麻生病院



### 社会医療法人 耳鼻咽喉科麻生病院について



当院は昭和62年1月23日、当時はまだ全国でも数少ない耳鼻咽喉科の専門病院として開院しました。平成4年4月から年中無休体制、平成7年4月から夜間診療を開始、地域の皆様の信頼を徐々に得て規模を少しずつ拡大し、平成27年の新築移転時に歯科口腔外科を開設しました。耳鼻咽喉科専門病院として、日常的な風邪症状から高度外科治療まで、耳鼻咽喉科領域のすべての疾患において対応が可能です。歯科口腔外科を併設することにより鼻・耳・喉・口・顎と頸部から顔面全体の形態や機能が回復できるよう治療を行っております。

当院が診療している耳鼻咽喉科・口腔外科は「聴く」「話す」「嗅ぐ」「食べる」「身体のバランス」など日常生活送るうえで重要な機能をつかさどる部位です。「病気に休みはありません。だから私たちも休みません。」の考えのもと皆様が気軽に、等しく受診する機会が得られることを目的に年中無休、夜間診療を行っているのが当院の大きな特徴です。



看護部では、幼児から高齢者まで幅広い年齢層の方々へ看護サービスを提供しています。どのような年齢層の患者さんに対しても、人生観や価値観、希望に寄り添うことを大切に、患者さん主体の看護提供が実践できることを日々の目標としています。

広報活動にも力を入れており、広報誌「4133 (よいみみ)」やレシピ冊子「麻生スマイルキッチン」を発行。レシピ冊子では、実際に提供されている病院食を紹介しており大変好評です。またプロモーションムービーには、みみ・はな・のどなど病気にちなんだ動物キャラクターも登場します。ぜひご覧ください。

社会医療法人 耳鼻咽喉科麻生病院  
〒007-0840 札幌市東区北40条東1丁目1-7  
<https://www.jibiazabu.or.jp/azabu/>





**会 員 募 集**

北海道看護協会札幌第4支部では、看護の質の向上をめざした活動や事業を行っています。また、看護職を取り巻く環境が大きく変化している今、多岐に渡る研修が準備されています。研修に参加して友達の輪を広げましょう。  
入会は、右記までご連絡ください。

**連絡先** 北海道看護協会総務課

**電 話** 011-863-6731

**会 費** 16,500円

**募 集 中 の テ ー マ**

**表紙写真**

季節の風景・看護の風景・ご自身の作品・ペット紹介など、なんでもOKです。

**施設紹介・スタッフ紹介**

自薦他薦かまいません（写真数枚、本文400字程度）

**連絡先**

札幌第4支部 広報委員会  
社会医療法人 耳鼻咽喉科麻生病院  
看護部 伊藤 こそ恵  
Email: ito-k@jibiazabu.or.jp

**編集後記**

記録的な暖冬と小雪のなか、あたらしい年を迎えました。まだ先のことと思っていた2025年問題本番の年です。

厳しいことばかりですが、各施設・会員の皆さま、それぞれ力を合わせて乗り越えていきましょう。

今年も「はまなす」では、第4支部の活動や会員施設の様子を広く知っていただけるよう4回の発行を予定しています。

次号は5月の予定です。よろしくお願いいたします。

（記：伊藤）



札幌第4支部会員数



第4支部HPはこちら

保健師：93名 看護師：4,574名

助産師：217名 准看護師：79名

2025年1月末会員数：4,963名

2025年度札幌第4支部目標会員数：5,090名