

さん SUNひろば

VOL.28

北海道看護協会 札幌第3支部

働き続けられる職場づくり

令和5年7月8日に「ストレスとの上手な付き合い方」と題して、感涙療法士（涙活という手段を使って、ストレスを抱えた人の心の健康をサポートする）の吉田英史先生（通称なみだ先生）を講師に迎え、zoomによるオンライン研修が開催され、40名の方が参加しました。

普段工作中に悲しいことや辛い場面に遭遇することも少なくないと思いますが、涙をグッと我慢して仕事を進めることがほとんどだと思います。そんな皆さんが絵本の読み聞かせや動画視聴、なみだ作文などを交えながら進められた講演では、ハンカチを片手に涙活をしながら受講しているのが大変印象的でした。そして午前中からたくさんの涙を流した皆さんの顔は最後には大変スッキリしているように感じました。

情動の涙を流すことで、泣いたらスッキリして1週間はストレスが溜まりにくくなるそうなので、自分の涙のツボを見つけて、週1回の涙活をストレスケアのひとつとして取り入れていきたいと思います。また周りにも涙活について伝え、泣き言セラピーや涙活カンファレンスなどやってみたいなと感じました。

なみだ先生そして主催者である働き続けられる職場づくり推進委員会の皆さまお疲れ様でした。

広報委員 高橋 香織里

はぁ～ すっきりした～
明日もがんばろう！



助産師職能委員会

札幌4支部合同『助産師職能研修会多職種連携のシンポジウム～母子の安全を求めて～』が、令和5年7月22日（土）4人の講師を迎え、アスティ45ビルにてハイブリッド形式で開催され、オンライン53名、会場は14名の方が参加しました。

実際の事例を通してハイリスクの妊産婦への支援について多職種との連携。FASTを取り入れ、情報共有や継続支援を通し助産師として対象者との関わり方とサポートの実際。児童相談所の役割、虐待の実態、早期発見のための通告についてなど、各種相談や保護内容、虐待の数などを聞き、実際に学びました。法律でも学校や医療機関など通告の義務があること、また虐待や保護を必要と疑いがある時点での通告。「要対協（要保護児童 対策地域協議会の略）」は、支援を行うための準備と関係機関調整をする場であること。また、若年妊婦への対応にも活かされているとのことでした。全数把握や経過、個別の背景に適した対応、中でも「ネウボラ（妊娠出産から子育て期まで保健サービスと子育て支援サービスが一体となった切れ目のないサポート体制）」を取り入れて活用しているなど、事例を通して、地域での葛藤などについても知ることができました。

妊娠・出産・産後の女性（特に産後ケアニーズは高い）、新生児の健康、問題を抱える児童やその家族を支援する様々な関係機関との連携の必要性。個別ケースの検討会議により、情報を集約・共有することで、地域・行政と連携をスムーズにすることが重要であると学びました。

講義後の質疑応答でも自分だけで判断せず、周りに相談やネットワークを活用して取り組むよう講師の方々からの助言も印象的でした。

講師の皆様、主催された助産師職能委員の皆様、お疲れ様でした。

広報委員 金子雅隆 福田真希



教育委員会

札幌第3支部教育委員会主催『令和5年度看護研究発表会』が、7月29日(土)札幌看護医療専門学校(厚別区)で開催されました。新型コロナウイルス感染症の影響により昨年までオンライン開催となっていた当発表会ですが、4年ぶりに参集型での開催となり、当日の札幌は真夏日という猛暑の中、15名が参加し8演題の看護研究が発表されました。

病院などの施設での看護活動・看護実践の研究のほか、院外での看護実践報告もあり、看護職の役割の多様性を再認識しました。参集型の発表会であり、各演題の発表後は活発に質疑応答が交わされ、各施設の看護の現場における取り組みをより深く知る貴重な機会になりました。発表者の方々は聴講者がいることにより緊張感があったと思いますが、取り組みの成果を多くの方に発表することができ、達成感があったのではないのでしょうか。

来年度以降もより多くの施設に看護研究発表をしていただき、近隣の施設の活動を知り自施設の活動の向上にも活かしていける機会になることを期待します。

看護研究に取り組まれた施設の方々、発表者の皆様、また教育委員会の方々、お疲れ様でした。
広報委員 秋林美穂



研究 発表 お疲れ様でした



札幌第3支部 役員

令和5年7月30日(日) ラソラ札幌 Btown 1階 エスカレーター付近において、札幌第3支部役員主催の『看護の日 健康フェア』が開催され、人体模型展示、血圧測定、体重・体脂肪チェック、血管年齢チェック、ストレスチェック、脱水チェックがおこなわれました。

『看護の心をみんなの心に』とバックプリントされた北海道看護協会のカラフルな法被、アットホームな優しい声掛けに、老若男女問わず60名以上の方が足を止めて下さり、大盛況でした。

今年度は本州並みの蒸し暑さと気温、コロナ禍明けの地域に密着した久々のイベントということもあり、フェアに訪れた方々に健康の関心を持っていただけたのではないのでしょうか。また、人体模型はお子様にも人気で、将来看護職への関心を持ち未来の人材確保のきっかけとなっただけだったら嬉しい限りです。

次回はマスクをはずし、笑顔で接することができる世の中になっていることを願っています。

札幌第3支部役員の皆さま、準備・開催お疲れ様でした。

広報委員 花田法恵



編集後記

今年の夏は北海道とは思えないほどの暑さが続き、8月下旬以降も35度を超える猛暑日となったのも、観測史上初めてのこととなりました。

以降は酷暑も和らぎ、さまざまなレジャーや趣味を楽しめる秋がやって来ます。「五感」をフルに活用して、秋の夜長を有意義にお過ごしください。

広報委員 花田法恵

