たいせつ

北海道看護協会上川南支部ニュース

No.32

発行 令和元年10月31日

発　行
北海道看護協会
上 川 南 支 部

編集責任者
原口 眞紀子

ごあいさつ

災害対策と地域のネットワークづくりを目指して

公益社団法人北海道看護協会上川南支部
支部長　原口眞紀子

秋冷の心地よい季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。日頃より上川南支部事業の推進にご協力とご支援を賜り、お礼を申し上げます。

昨年9月6日に胆振東部地震と北海道全域にわたる停電（ブラックアウト）が発生しました。この停電により多くの医療機関、訪問看護ステーション、介護保険施設、社会福祉施設では、患者さんの生命や生活を守るための対応、安否の確認に追われたことと思います。その中で、多くの方々が災害発生時に向けた日頃の準備や、施設における災害対策の在り方について考えたのではないでしょうか。そこで今年度、上川南支部では、災害対策に関する研修と講演会を企画しました。

6月22日（土）に、「災害の備えと災害時の支援を考える」をテーマとした三職能合同集会を開催いたしました。70名の方に参加いただき、災害時に備えた準備や災害時の地域連携などについて学び、参加者からは、自施設のＢＣＰの作成に活用できるなど意見をいただきました。特に、災害時のネットワークの活用はとても重要であり、日頃からの顔の見える関係づくり、情報共有と情報収集ふくめ地域を知ることの重要性を改めて学ぶ機会となりました。10月12日（土）には、「災害対策の基礎知識～災害に備える～」をテーマとした災害研修会を開催いたします。大規模停電から学んだ教訓を、上川南支部の災害対策活動に活かすとともに、災害時における地域の看護職の連携について取り組んで行きたいと思います。

上川南支部の会員数は、7月末現在で3748人となっております。今年度の入会目標は3807人で目標達成率は98.45％、入会率は46％です。今後も多くの看護職の皆様に入会していただけるよう、魅力ある支部運営に努めてまいります。会員の皆様は元より非会員の皆様におかれましてもご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。

特集 医療的ケア児の生活を支える支援

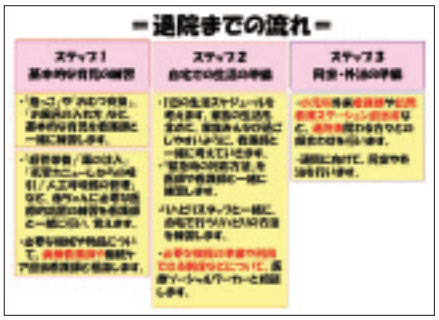
＊２施設の取り組みの紹介＊

1 旭川医科大学病院 小児在宅移行支援チーム「ぽぽの会」

旭川医科大学病院　周産母子センター NICU看護師長　本村　勅子

ぽぽの会

当院は、医療的ケア児の在宅移行支援のために、NICU・GCU・小児科・地域医療連携室の看護師、新生児科医師、ソーシャルワーカーがメンバーになり「ぽぽの会」を立ち上げ活動しています。「ぽぽ」とは、アイヌ語で赤ちゃんという意味をもちます。2012年に結成し、月1回の話し合いを継続しています。「ぽぽの会」の目標は「家族と一緒の生活」「この子らしい生活」への支援です。親が退院しても大丈夫と思える、助けてくれる人がいるという安心感を得られるために、医療機関としてできることを検討しています。これまで院内共通の新生児・小児用ケア指導手順とパンフレットの作成、ケア指導から小児科病棟での退院前同室・試験外泊までの流れと多職種や地域とのカンファレンスをプログラムした在宅療養移行計画書の作成、退院前訪問のシステム化などを行いました。



家族用パンフレットの一部

道東・道北地域は、小児の入所施設や活用できる資源が少ない地域特性の中で、医療依存度の高い児の在宅療養を支援しなければなりません。大学病院から他施設、訪問看護ステーションやデイサービスなどへ勉強会や実技講習会開催などの働きかけや発信が今後の課題です。

2 重度障がい児支援「花色」

株式会社湧心代表取締役　齊藤　由紀

重度障がい児支援　花色は重症心身障がい児（重度の肢体不自由と重度の知的障害を重複した児）の通所児童デイサービスです。

それぞれ症状や医療的ケアが異なります。側弯や体の変形がおこり、肺炎も起こしやすく、７割の方がてんかん発作を持っています。花色は９割のお子さまが胃ろうから「いただきます」をして、ミキサー食等を注入します。すると口や舌を動かします。ちゃんとお食事がわかっているようです。たとえば、レスピレータをつけているお子さまは登校できず、先生が訪問しています。しかし、子どもですから一歩外に出て遊ぶ時間はかけがえのないものです。花色は看護師・保育士・ＰＴ・ＯＴ・ＳＴがおり遊びのなかで将来、意思を伝えるキッカケを結び付けようと心から向き合い笑顔で過ごしています。もちろん主治医、学校等の連携なくしては、日々の安全性と未来への選択肢を広げることはできません。

運動能力

知能指数	走れる	歩ける	歩けない	座れる	寝たきり
70-80	21	22	23	24	25
50-70	20	13	14	15	16
35-50	19	12	7	8	9
20-35	18	11	6	3	4
-20	17	10	5	2	1

絵本

お散歩

私達は母性性を大事に、ノンバーバルな子ども達がどんな風に何を伝えたいかを感じ取ることを大切にしています。嬉しいとき笑顔でコミュニケーションをとってくれる優しさあふれる子ども達です。

会員の声 ～支部事業・研修に参加して～

保健師・助産師・看護師合同職能集会に参加して

北海道富良野保健所　工藤　康子

いざという時に、住民の命を守るための体制づくりや、発災時の迅速な対応力向上のため、職能集会（講演「災害に備えること」～平時から準備するべきこと～）に参加しました。

講師の鈴木幹子救急看護認定看護師は、千歳市役所に所属され、胆振東部地震発生時の市民対応や、厚真町への支援経験等から必要な能力等お話ししてくださいました。

発災時の迅速な対応には、日頃からのハイリスク者の把握・啓発が重要であることや、避難所での水、トイレ環境の確保、破傷風等、医療の知識を再確認でき、平時から、どのような事態が生じ、そのとき何が必要になるのか、具体的にイメージを高めておくことが大切だと感じました。

災害はいつ発生するかわからぬ昨今。災害が発生した際には、被害が大きいほど、情報は入らず、刻々と状況は変化するとの学びを忘れず、看護師、助産師、保健師間の顔の見える関係を日々意識しながら、自身の準備性を高めていきたいと思います。

上川南支部夏期研修会に参加して

医療法人社団　shindo旭川リハビリテーション病院　看護師長　藤原　理恵

（7月18日）「私への医療・私への終末期はこうしてほしい 医療事前指示書」をテーマに夏期研修会が開催されました。自身の親の高齢化に伴い、「最期をどのような形で迎えるのがよいのだろうか」と思うことが多くなっていたこともあり、今回のテーマに惹かれ参加させていただきました。スーディ神﨑和代先生の話はわかりやすく、考えされられる内容でした。特に「医療事前指示書」がとても細かく、具体的で、自分が意思表示できなくなっても自分の意思を伝える重要な手段となることを知りました。講演のなかで先生が「みなさんなかなか最期の話は『縁起でもない』と言ってしたがらないですよね。」とおっしゃっていましたが、まさにその通りで、家族でも最期の話が話題に上ることはなく、まして病気になったときには余計に話しづらい状況になってしまいます。しかし、医療に携わる私がそれではだめで、むしろきちんと説明できる立場にならなければならないと改めて感じました。『機会は自分で作るもの』、周囲の人たちと最期の話をする機会をつくっていこうと思います。

看護管理者懇談会に参加して

旭川赤十字病院　看護副部長　脇田美穂子

8月3日、午前は北海道看護協会、荒木美枝専務理事から「看護の動向」の講義がありました。2019年度の重点事業ならびに、保健・医療・福祉及び看護の動向について最新の情報を得ることができました。パネルディスカッションでは「看護職の勤務環境改善に向けた取り組み」をテーマに４名のパネリストから発表がありました。北海道医療勤務環境改善支援センター医療労務管理アドバイザー山口民枝様から、「働き方改革の必要性と関連法」について具体的でわかりやすいお話がありました。続いて、旭川医科大学病院、河地範子副看護部長から、「承認実感」が得られる取り組み、くにもと病院、新野さゆり看護部長から、「人を大切にする組織づくり」の取り組み、旭川地域訪問看護ステーション、峰木裕子所長から、「勤務環境を整える」ための取り組みが発表されました。どの発表も大変興味深い内容でした。看護管理者として医療と看護を取り巻く環境の変化に対応し、安全で質の高い看護を持続的に提供するためのヘルシーワークプレイス（健康で安全な職場）の推進に取り組む必要性を実感いたしました。

あいえるおー

働き続けられる職場づくり推進委員会

働き続けられる職場づくり学習会

働き続けられる職場づくり推進委員　阿部　美紀

7月20日（土）講師に株式会社モロオ　弥永利津子先生をお招きし「職場内におけるハラスメントの確認」というテーマで学習会を行いました。非会員4名を含め52名の方が参加して下さいました。

講演ではハラスメントを取り巻く社会の動きをふまえ、職場で発生するハラスメントについて「どこからがハラスメントなのか」「パワハラになりやすい要因」などハラスメントの知識の重要性を事例をまじえて大変解りやすくお話していただきました。特にパワーハラスメントにつながる言葉や行動については参加者同士で話し合う時間もあり各々の考え方を共有することができました。職場の業務を円滑に進めるためには受け手の気持ちに配慮した行動「良い関係をつくるには互いの努力が必要」であるともお話があり多くの参加者が頷きながら聞き入っていました。

研修終了後も先生を囲んで相談や質問をされる参加者が数名おり、有意義な時間となったようです。学習会参加後のアンケートからは、「今、パワハラはクローズアップされている問題であり、とても興味深く参考となった。機会があればまた参加したい」「具体例も多く改めてハラスメントを学ぶことができた」「新人指導やスタッフ間のコミュニケーションに活用できそう」「自分の行動を振り返る機会となった」等の意見がありました。今回の学習会で、働き続けられる職場にするために何かが変わるきっかけになれば、企画した委員としても大変嬉しいです。

禁煙しませんか？

禁煙には自分に合った禁煙方法を選ぶことです。

①方法～医療機関で禁煙治療を受ける

お勧めのタイプ～
- ニコチン依存度が中等度～高い人
- 禁煙する自信がない、禁煙して禁断症状が強かった人
- 薬剤の選択など、禁煙にあたって医師の判断を必要とする人

②方法～薬局・薬店でニコチンパッチやニコチンガムを使ってやめる

お勧めのタイプ～
- ニコチン依存度が低い～中等度の人
- 禁煙する自信が比較的ある人
- 忙しくて医療機関を受診できない人
- 健康保険適応の条件を満たさない人

あなたなら、どちらの方法を選びますか？

看護職の働き方改革

― 働き方改革関連法施行で何が変わる？ ―

■看護職における『働き方改革』とは…

働く方々が、個人の事情に応じた多様で柔軟な働き方を自分で選択できるようにするための改革です。

『働き方改革』を止めることなく、看護職がいくつになっても働きたいと思える、働くことができる職場を創ることを進めていきましょう。

■働き方改革関連法の施行で何が変わるの…

1. 時間外労働の罰則付き上限規制が導入される
2. 年次有給休暇年５日の取得が義務付けられる
3. 労働時間の状況の把握の実効性確保のため客観的方法による労働時間の記録が必要

＊年次有給休暇年５日の取得の義務化は、2019 年４月１日からすでに施行されています。休暇を取ってリフレッシュし、よい看護ケアの提供につなげていきましょう。

看護職の働き方改革について、
詳しくは『日本看護協会ＨＰ』をご覧ください。

看護の心をみんなの心に

『看護の日』イベント、ふれあい看護体験の紹介

看護の日実行委員長　森　　倫子

5月12日は看護の日

5月12日（日）イオン旭川西において看護の日のイベントを行いました。今年は、「新しい時代へ～つなぐ看護のこころ～」というテーマで令和に変わって初めての開催でしたが、昨年同様多くの皆様の参加をいただきました。特にメインイベントのThe Soul Expressionによるゴスペルコンサートは、3階まで響く素敵な歌声が感動と癒しを与えてくれました。健康チェックコーナーでは、血管年齢や体組成計による筋肉量や推定骨量の測定等を行いました。測定値に合わせて随時、健康相談も行われていました。メモリアルコーナーでは、キッズが白衣を着て医師や看護師になりきって撮影をしました。ニプロのイメージキャラクター元気君の着ぐるみが人気で、一緒に撮影していた方も多く見かけられました。暑い中、ご協力ありがとうございました。

ふれあい看護体験は、5月17日（金）に旭川、美瑛、富良野の26施設へ高校生318名の参加をいただきました。即位に伴う10連休があり例年より1週間遅れの開催でした。そのため、高体連と重なり欠席者が10名以上出たことが少し残念でした。参加動機は、「将来看護師になりたい、医療従事者をめざしている」がほとんどです。各施設、工夫を凝らした体験を企画していただき、患者・家族とのふれあいだけでなく看護師、医師、その他の医療従事者や保育士など多くの職種の方が働いているということを実感できたようです。感想の中で、コミュニケーションの重要性は毎年1番に上がりますが、今年は、多職種連携・協働という点での気づきが多く寄せられました。また、患者さん自身の力に驚かされた、患者さんのできるところをよく見てサポートしていたといった声も多く、日頃の皆様の看護の姿勢が伝わったよい体験ができたのではないかと思います。

最後になりましたが、半年前から準備を進めてきた看護の日実行委員の皆様、ふれあい看護体験の受け入れ施設、担当して下さった高校の教員の方々、看護の日協力員はじめイベント関係者の皆様に、この場をお借りして深く感謝いたします。本当にありがとうございました。

お知らせ

★北海道看護協会上川南支部大会・看護研究発表会

日時／令和２年２月15日（土）13:30～

看護協会入会ご案内

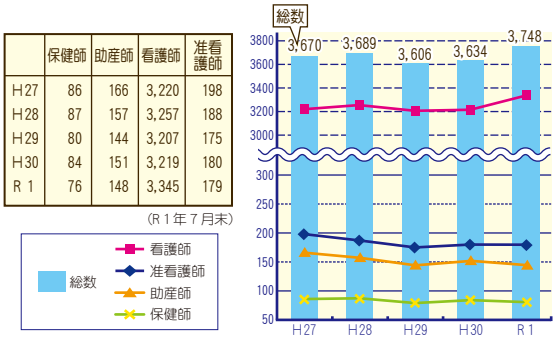
看護協会は全ての看護職の声を代表する専門職団体です。看護職の労働条件の改善や社会的地位の確立など行政に要望していくためにも、より多くの会員の力が必要です。未加入の皆さんの入会をお待ちしております。

＜連絡先＞
〒003-0027 札幌市白石区本通17丁目北3番24号
公益社団法人 北海道看護協会
電話011-863-6731㈹ FAX011-863-3204

上川南支部会員数推移

	保健師	助産師	看護師	准看護師
H27	86	166	3,220	198
H28	87	157	3,257	188
H29	80	144	3,207	175
H30	84	151	3,219	180
R 1	76	148	3,345	179

（R１年７月末）



編集後記

9月の台風 15 号、また史上最強勢力をもった 10 月の台風 19 号は、東日本を中心に甚大な被害をもたらしました。すべての被災者の皆さまに心よりお見舞申し上げるとともに、一日も早い復興をお祈り申し上げます。

さて、今年度も「たいせつ」と「ILO だより」を同時発行いたしました。お忙しいなか執筆にご協力いただきました皆様に心より感謝申し上げます。北海道看護協会と上川南支部の活動をより多くの方に知っていただき、興味・関心をもっていただけますと幸いです。今後とも上川南支部の活動にご指導・ご協力をお願い申し上げます。

＜広　　報　　委　　員＞　脇田美穂子・工藤　康子・日達　明子・日下　知子・阿部　美紀・鈴木　郁子
＜働き続けられる職場づくり推進委員＞　里吉　祐子・白川あさみ・仁平　智子・庄司　一恵・阿部　美紀・石井　珠美