



公益社団法人 北海道看護協会 釧路支部ニュース

きんれんか

VOL.62/2026.2

Contents

- P1～ 副支部長挨拶
- P2～ 高校生1日看護体験
- P3～5 研修報告
- P6～ 北海道看護協会 釧路支部会員総数/入会ご案内

2026年2月発行 ■編集発行/公益社団法人 北海道看護協会 釧路支部
■編集責任者/金森 美香
■編集担当 働き続けられる職場づくり推進委員会 ■第62号



1.副支部長 挨拶

釧路保健所企画総務課
健康推進係長

川島 由香里



新年、明けましておめでとうございます。

会員の皆様方には、日頃から釧路支部の活動にご理解と、ご協力をいただき誠にありがとうございます。

さて、2026年の年頭にあたり、今年度の釧路支部の活動をいくつか振り返ってみたいと思います。

8月に中学生を対象に「ふれあい看護体験」を実施しました。看護学校を会場に父母も同伴での開催とし、フライトナース、助産師、手術室看護師からの話を聞き、実際の看護師の仕事の体験も行いました。参加した生徒からは、「普段できないような体験ができた」などの感想が聞かれ、同伴した父母からは、看護学校の学習環境を理解することができて良かったとの声が聞かれておりました。この事業は、看護職に興味を持っていただく貴重な機会となっております。

9月に「看護管理者懇談会」を開催しました。講義「看護の動向」、講義「想定外を想定し、地域の看護力を高める」と、グループワークを実施し、43名の方の参加がありました。講義「看護の動向」では、

「北海道の看護職の現状がわかった」「今後の看護、介護、医療の課題や方向性を再確認することが出来た」とのご意見がありました。また、講義「想定外を想定し、地域の看護力を高める」では、日頃の業務を通じて感じていたことがデータで改めて確認され、これからの人口構成や世帯構成、疾病構造等の地域社会の想定外の変化を想定して考えることの必要性を学びました。グループワークでは、他機関の看護職同士の交流が活発に行われ、顔の見える関係づくりの構築に一役かかっていました。

次に毎年ご好評いただいております「施設間交流研修」についてです。研修実施期間は、令和7年8月～12月、12施設、19分野（在宅看護・施設看護・緩和ケア・訪問診療・褥瘡予防・入退院支援・救急集中ケア・摂食嚥下等）で、50名の方にご参加いただきました。参加することで、他施設の方と情報交換ができ、学んだことを所属での業務改善につなげることができたのご意見をいただいております。

最後になりますが、2025年が過ぎ、これから益々高齢化が進み、少子化に伴う人材不足が深刻化し、私たち看護職にとっても想定外の事態が待っております。そのような状況でもこれからも住み慣れた場所でその人らしい生活が送れるように、それぞれが働く所属で、看護の力を発揮できるように研修会等を企画してまいります。これからも釧路支部活動をよろしく願いいたします。

2.高校生1日看護師体験

今年度高校生1日看護体験では湖陵高等学校、江南高等学校、北陽高等学校、明輝高等学校、商業高等学校、東高等学校、武修館高等学校、標茶高等学校、白糖高等学校の9校から51名参加していただきました。看護師の仕事の疑似体験、交流を通して看護師の仕事を知ることができ、進路について考えるきっかけになる体験となりました。受け入れしていただいた施設の皆様、ご協力ありがとうございました。

1日看護体験で一番印象に残ったこと

病院説明の話	病院案内	施設見学
看護師の話（座談会）	看護体験	看護師の仕事をしている姿



3. 研修報告

地域医療を支える看看連携

「地域医療を支える看看連携」に参加して

釧路赤十字病院 米澤 真智子

8月23日に開催された支部研修に参加させていただきました。講師は訪問看護ステーションはまなすの川上京さんでした。特定行為である「在宅慢性期領域パッケージ」を終了されており、日頃からより専門的なケアの実践をされている川上さんのお話は、具体的でとても参考になりました。

講義では地域における看看連携の必要性や課題について理解し、実際の支援方法について学びました。釧路医療圏は広大です。介護保険サービスの利用についても、地域によって差がある現状があります。限られた資源の中で、どのようにスムーズな情報共有をしていくかが重要になってきます。そんな中で現場で実際に使用している情報共有ツール「MCS」についての情報を教えていただき、ICTツールを積極的に利用することでのメリットを学びました。

グループワークでは、入院中の患者さんの事例を用いて、退院に向けた準備や情報共有方法についての検討を行いました。日頃なかなかお会いすることのない他病院や施設の看護師さんでしたので、様々な視点からの話題となりました。立場は違っても同じ看護師として、患者さん（利用者さん）がより良い生活を送れるように連携していくことの意義を感じました。こちらの一方的な意見ではなく、相手の立場に立った思いやりのある連携を心掛けたいと改めて思いました。

今回の学びはすぐ実践できるものも多くありました。「患者さんのための、一方通行にならない共有に努める」ということを肝に銘じていきたいです。

ヘルシーワークプレイス研修

釧路孝仁会記念病院 鎌田 晶子

今回、看護協会主催のヘルシーワークプレイス研修に参加しアンガーマネジメントについて学ぶことで、自身の感情との向き合い方や、職場における感情コントロールの重要性を改めて認識しました。これまで忙しさや人員不足、急な対応が重なる中で、感情が先行してしまい、意図せず強い口調や知青土になってしまう場面がなかったとは言い切れないと思いました。研修を通して、「怒り」は自然な感情である一方、表現の仕方や対処の仕方を誤ることで、人間関係や職場環境に大きな影響を及ぼすことを学びました。

特に印象に残ったのは、怒りの背景には「～すべき」「～べきである」といった個人の価値観が存在しているという点です。自分の基準を無意識に相手に求めてしまうことで、怒りが生じやすくなることに気づき、まずは自分自身の思考の癖を知ることが大切だと感じました。また、怒りを感じた際にすぐ反応するのではなく、一度立ち止まり、感情を整理する時間を持つことが冷静な対応に繋がることも理解できました。

職場においては、上司や先輩の言動が職員の心理的安全性に大きく影響します。指導や注意が必要な場面であっても、感情に任せた対応は相手を萎縮させ、結果として報告や相談のしにくい雰囲気を生み出してしまいます。今後は、自身の感情を適切にコントロールし、相手の立場や背景を考えた伝え方を意識することで、安心して意見を言える職場づくりにつなげていきたいと思いました。

今回の研修で得た学びを、日々のコミュニケーションや新人指導、チーム運営に活かし、感情に左右されにくい、互いを尊重し合えるヘルシーワークプレイスの実現に向けて取り組んでいきたいと思えます。

「心不全看護研修会」に参加して

釧路労災病院 森山 恵

10月に行われた「心不全看護研修」に参加しました。研修会は市立釧路総合病院循環器外来本間渉看護師が講師となり「心不全の現状」「急性心不全と慢性心不全」「心不全患者の看護・セルフケア」「症状モニタリングと増悪時の対応」「心不全患者の療養生活支援」についての講義と、事例検討のグループワークを行いました。研修は講師の体験談を交えた説明でとてもわかりやすく、グループワークでは他病院の看護師と活発な意見交換ができました。

「心不全の現状」では「再入院率が高い（1年以内に27～29%が再入院）」「入院後、1年以内の死亡率は約20%」というお話がありました。心不全は一度発症すると何度も再発してしまうため、心不全を発症しないようにすること、そして再発をしないようにすることが大切であると学びました。そのためには、患者さん自身が心不全について興味をもち、知識を深めて、自己管理ができるようになっていただく必要があります。

研修では9月に行われた釧路市主催「くしろ健康まつり」に参加した話が紹介されていました。そのくしろ健康まつりには全体で約750名の来場があったそうです。「病院が嫌い」「何となく病院に行きにくい」等の理由で症状があっても受診せず、1人で悩んでいる方もおられることが紹介されました。このような場を設けることは、より多くの方々に相談の場が提供されること、そして心不全について興味をもつきっかけとなることが考えられるため、心不全の発症・再発予防に対して有効な取り組みであると思いました。

今回の研修で学んだことを日々の看護にいかし、心不全の発症・再発予防に対して少しでも貢献できるように頑張りたいと思います。

北海道看護協会釧路支部会員数1,731名（2025年12月末時点）

（保健師81名助産師49名看護師1566名准看護師35名）

★入会ご案内施設やご友人などで入会されていない方がおりましたら入会をお勧め願います。

<変更の手続きについて>

勤務先の変更や個人会員の方がお引越しをされた場合は変更手続きが必要です。

退職された場合は変更手続きをすることで個人会員の登録となり、それまで職場に送られていた研修案内などをご自宅へお送りします。（変更手続きがない場合には郵便物をお届けできません。）

又、施設代表者が代わられた場合にも変更手続きが必要です。手続きには数週間かかりますので早めの連絡をお願いします。

<入会申し込み・変更手続きなどの問い合わせ先>

公益社団法人北海道看護協会総務部総務課 T E L : 011-863-6731

編集後記

COVID-19、インフルエンザなど様々な感染症が続いており、会員の皆様におかれましては多忙な日々をお過ごしのことと存じます。感染に気をつけながら、今後も働き続けられる職場づくりに貢献できるような研修や情報を発信していけるようにしたいと思います。

編集委員/尾森大樹



発行：北海道看護協会釧路支部

編集担当：働き続けられる職場づくり推進委員会

甲斐節子（釧路労災病院）

鎌田晶子（釧路孝仁会記念病院）

尾森大樹（釧路協立病院）

辻川さおり（釧路赤十字病院）

青木加奈絵（市立釧路総合病院）