

# ひだまり 看護学生

2022年 06 07 月号



- 02・03 | 看護の現場より — 細井 奈々絵さん(介護老人保健施設 ひだまりの里)
- 04・05 | 新入職員研修、元気にスタート!
- 06 | ナースのおすすめ — 廣利 佐和さん(神戸協同病院)

- 07 | ほっとStation
- 08 | 看護学生のための  
奨学金制度のご案内

## 看護の現場より

看護学生のみなさんに、私たちが日々看護を実践している現場での奮闘ぶりや、看護に対する熱い思いをシリーズで紹介します。

### 老健の知恵をしばって 希望を叶える他職種チーム連携

介護老人保健施設 ひだまりの里  
細井 奈々絵さん



#### ■ はじめに

介護老人保健施設(以下、老健)ひだまりの里は、利用者様が在宅復帰するために病院から継続してリハビリを行う所です。医師、看護師、介護士によるケア(食事・入浴など)はもとより、作業療法士や理学療法士、言語聴覚士によるリハビリテーション、管理栄養士による栄養管理などの日常サービスを提供しています。

利用者様一人ひとりの目標に合わせたケアプランのもと、専門スタッフがケアを提供し安心した生活を送ることができる施設です。

#### 事例①

#### 膀胱留置カテーテルからの解放



食事介助の様子

入院中に尿閉の診断を受けたAさんは、膀胱留置カテーテル(以下、カテーテル)を留置した状態でひだまりの里へ入所されました。認知症のためカテーテルを留置している自覚がもてず、尿意を訴えてはトイレへ行きたい焦燥感にかられる日々。ADLが向上するに従い、ベッドへの移動時に無意

識にカテーテルを自己抜去してしまうことも増えました。ご家族様もカテーテル管理に不安を抱かれ、在宅復帰が叶わずにいました。

また、特別養護老人ホームへ入所するとしてもカテーテルが留置されていることは入所

判定時の大きなハードルとなってしまうので、医師に相談し泌尿器科の専門医へ紹介。その結果、投薬・指示のもとカテーテル抜去を試みることになりました。抜去をしてみると尿意の訴えはむしろ減り、失禁することなくトイレでの排泄も成功しました。数回のお試しののち、正式に抜去することができました。カテーテル留置中は浮遊物などで詰まるほど尿の混濁がひどかったのですが、抜去してからはきれいな尿が出るようになりました。夜間はオムツを使用することで長時間の睡眠が確保できるようになりました。カテーテルに行動を制限されることがなくなり、ストレスも軽減された様子で行動範囲が広まり、ADLもUPしました。このように、他職種と連携し利用者様の将来を見据えて対応し、QOLの向上を目指すことも老健の重要な役割のひとつです。



PPEの脱ぎ方を介護職へ伝授



クリスマス会の様子

事例②

## 将棋の駒を口の中へ異食！ 対策は急務

入所時から徘徊して過ごすことが多かったBさん。趣味が将棋とわかり、対局相手の利用者様が出来てからは暇を惜しんで将棋に取り組み、ご家族様もその姿をとっても喜んでおられました。ところがある日、Bさんの口の中から将棋の駒が見つかるというアクシデントが起きました。最悪の場合、窒息にもつながりかねない事態です。

ひとまず将棋は片付けられましたが、将棋をしていないとBさんは廊下を徘徊し続け、疲労から転倒するという問題も抱えていました。そこで看護と介護のスタッフで4センチ角の立方体の木材を使い将棋の駒

を作ることにしました。それに合わせて将棋盤も大きなものに作り直しました。Bさんは窒息する心配のない手作りの駒でその日からも将棋を続けることができました。

安全を理由に利用者様の楽しみや生きがいを取り上

げる結果にならずに済んだことが嬉しく、何よりも利用者様の笑顔が見られたことで、私たちスタッフも笑顔になれた出来事でした。



お正月の初詣をしました。

外へ行けないコロナ禍、リハスタッフの力作です



## ■ 看護学生のみなさんへ

多くの方が在宅復帰を目指される中、看護師として健康や安全を守るだけでなく、生きる目的や目標、意味をともに探し求めることはとても大切です。利用者様の笑顔が私たちの笑顔の源であることを、利用者様が教えてください。日ごろの経験や体験から得た知識や知恵を活かして、どんな小さなことでも希望や願いをともにかなえる、そんな看護師と一緒に目指していきたいでしょう。現場でお待ちしています。

尼崎医療生協病院 急性期病棟 濱田 紡<sup>つむぎ</sup>

新入職員研修では、医師・看護師・理学療法士など総勢16名で、尼崎医療生協の歴史や地域とのつながり、活動を1日目から2日目にかけて講義を受けました。その中でも、1グループ5名の4グループになり、尼崎医療生協病院と繋がりのある診療所へ見学に行ったことが印象に残っています。多職種で協力してスケジュール管理・パワーポイント作成・発表など楽しく研修期間を過ごすことができました。職種に関係なく話す時間があったので、同期の繋がりができてよかったです。

看護部研修では、採血や点滴・注射の準備の方法を、先輩看護師さんに丁寧に教えていただきました。社会人マナーや電子カルテの操作方法など、基礎も一から教えていただき研修期間でより看護師として働く意気込みも強まりました。

配属病棟での研修は、看護補助者さんと入浴介助やナースコール対応など行いました。コロナの影響で実習の時に患者さんとお話する時間が少なかったため、患者さんとお話できる機会があって少し緊張もほぐれました。

里帰り研修の診療所では、直接患者さんの居宅に訪問し、体調や薬の管理を見学しました。健康診断が多い診療所だったので、採血や血糖測定・心電図も実施しました。患者さんとの会話もできて、診療所特有の温かい雰囲気でした。

研修期間でアドバイスや教育していただいたことをこれから身につけて、なりたい看護師像に近づきたいです。



神戸協同病院 内科病棟 市川 将誉<sup>まさたか</sup>

こんにちは。私はサラリーマンや介護職を経て医療に関心を持ち、そこから看護学校へ通って看護師資格を取得しました。

4月の中旬までは看護部での集合研修がありました。基礎的な技術の復習や、地域の組合員さんにご協力いただいて問診の練習をさせていただいたり、注射や点滴の練習をしたりして、毎日とても緊張しました。しかし、同期のメンバーは全員奨学生の時から面識があるので、協力して研修を受けることができます。

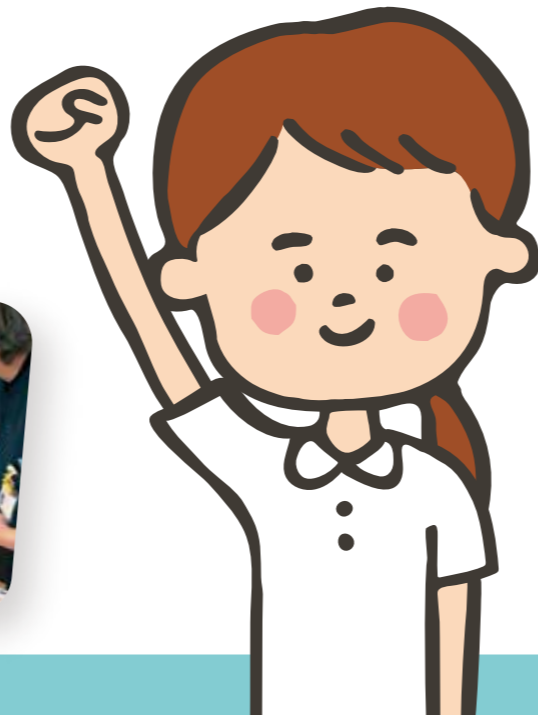
神戸協同病院は「長田」という地域に密着していて、どんな患者さんであっても診て関わっていく医療や介護を行っている神戸医療生協の病院です。素敵な組織だと思います。

私もその一員となり、患者さんの入院中だけでなく、その後の生活やご家族のことも考えながら看護が提供できるよう努力していきたいです。



# 新入職員研修、 元気にスタート!!

がんばるぞー!!



共立病院 地域包括ケア病棟 渡邊 亜沙美

私は老人保健施設で、長く介護福祉士として働いていました。もっと専門的医療知識と技術をもって、患者さんを支えたいと看護の道を目指し大学に進学し、看護師となりました。私は老年看護学、在宅看護学、ターミナルケアに特に関心があったので、共立病院の地域包括ケア病棟に入職しました。

新人研修では、姫路医療生協の歴史と理念、法人方針、事業経営活動、組合員活動、就業規則や諸制度、コンプライアンス、ビジネスマナー、感染対策の基礎知識について学びました。講師の方々の講義はとても丁寧でわかりやすく、資料も見やすく、よく理解できました。今後も、この学んだことを踏まえ、日々の仕事

に励んでいきたいです。

初めての病棟入りでは、緊張と不安を抱えた私にスタッフのみなさんが手を止め、笑顔で温かく迎え入れてくださり、とても嬉しかったです。いつも新人の私に丁寧にゆっくりと優しく関わってくださり、安心して色々な看護技術を実践することができ、毎日がとても充実しています。日々の学びを大切に、感謝を忘れずに、優しい心で患者さんの思いに寄り添える看護を、実践していけるよう励みたいです。



東神戸病院 看護学生委員長 横山 知子

新人研修が始まりました。今年は新人看護師6名でスタートです。

約2週間の集合研修では、リハ科の新人さんと感染防護の着脱トレーニングを行ったりしました。注射、採血、点滴、教科書だけでの世界が現実になる瞬間。ドキドキの瞬間です。でもこの研修がなんだか一番、看護師になったあ…って実感するんですね。

看護師として一歩踏み出した新人さん！リラックス！





# ナースの おすすめ



神戸協同病院  
回復期リハビリテーション病棟  
ひろかが さわ  
廣利 佐和さん



## 今日のお弁当メニュー

### 簡単!「豚こまの生姜焼き」レシピ

- ①豚こまに片栗粉をまぶしてから炒めてね。柔らかく仕上がるし、汁気を吸ってくれるからお弁当にも入れやすいよ。味付けは、醤油とみりんを同量、チューブ生姜をちょこっと入れておきました。人参、玉ねぎ、ピーマンも入れて炒めましょう!
- ②トマトとブロッコリー、ゆで卵のサラダで完成!

つつい忙しいとインスタント食品やコンビニに頼ることも多くなりがちですが、身体はやっぱり食べた物でできているから、手作りの料理をあまり力いれずに作って食べてほしいなと思います。

## 作り置き弁当で元気100倍!



看護学生さんの中には、親元を離れて一人暮らしをしている人や、実家暮らしでも節約のために手作り弁当を作って頑張っている人もいます。私も節約と健康のために毎日お弁

当を作っています。

毎日作るのって大変ですが、休みの日に野菜の下処理をしておいたり、肉の下味をつけておけば、貴重な朝の時短お弁当作りができますよ☆



の保存袋に入れて冷凍します。ミニトマトはヘタを取って洗っておく。キッチンペーパーを敷いて保存容器に入れて冷蔵室に入れておけば、お弁当の隙間や彩りにも活躍してくれますよ。ブロッコリーは小房に切り分け、スナップエンドウやアスパラは少ないお湯で蒸し煮にしておきます。



茹でるより蒸した方が、味も栄養も抜けないのでおすすめです。肉は下味をつけて、1回分ずつ冷蔵か冷凍して火を通せばよい状態にしておくと勝手に味がしっかりとついて効率的です。



私は、買い物をしたら一度に下処理をします。人参はせん切りに、ピーマンは5ミリくらいの半月切り、エノキやしめじは根元を落として半分にしてほぐす。小松菜、ネギ、豆苗は、しっかり洗って5センチくらいに切る。どれも冷凍用

ここまで下処理しておけば、10分でお弁当はもちろん普通の食事でも出来ちゃいます♪

良かったら真似してねー。





## 読者の声



最終学年になりました。より一層、自分の行動に自覚と責任をもって残りの学校生活を楽します！  
(専門学生・るー)

新年度のただならぬ決意を感じます…！そうですね、何事も楽しみながら、仲間とともに進んでください☆

とうとう来月は就活・面接です。こちらで看護体験に参加して助産師の道をめざしたので、良い報告ができるようにがんばります。  
(大学生・藻)

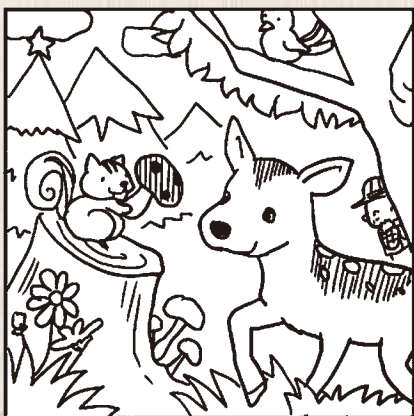
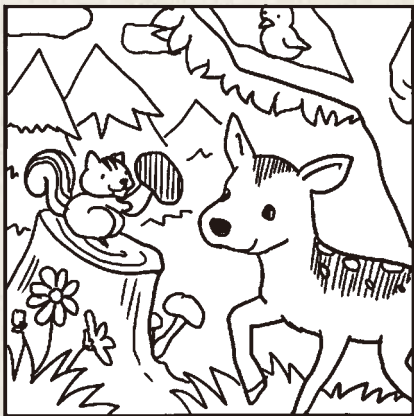
藻さん！看護体験に来てくださったのですね!!これから助産師の実習もあるかと思いますが、ハードな一年になりますね。良い報告を心待ちにしています♪

お祖父さんを自宅で看取られたのですね。かけがえのない出来事だったと思います。今後の看護師人生の支えとなってくれる思い出として、おかゆさんの心に残るのだろうなと感じました。

私の祖父が訪問看護師さんに大変お世話になりました。いろいろアドバイスしていただき、祖父を自宅で看取ることができました。感謝、感謝です。(大学生・おかゆ)

私はいま看護学生2年目ですが毎日毎日新しいことを覚えるばかりで大変です。夢にむかってがんばります。  
(専門学生)

看護学生さんは、たくさんのことを覚えなさいといけなくて本当は大変だと思います…！自分へのご褒美をたくさん用意しながら、頑張ってくださいね(^-^)



## 8つのまちがい

[問題] 上の絵と下の絵では8つのまちがいがあります!どこでしょう?

同封の返信ハガキに答えを書いて応募してください。応募いただいた正解者に抽選で図書カードをプレゼント! 7月11日(月)



必着。当選の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

←前回のまちがいがしらの答え

### 編集後記

運動不足を解消したいと思い続けてかれこれ〇年…。昨年は思い切ってホットヨガの体験に行っただけで、滝汗かいて心も体もスッキリする気持ちよさにハマリ現在も続けています♪ここ最近、憧れのランニングを始めたいなと思っていますが、ハードルが高く足踏み状態。まずはウォーキングから初めてみようかな!笑  
運動する(運を動かす!)ことで、何か自分自身の中にプラスの変化を求めている…そんな今日この頃のHです☆(H)



# 奨学金制度のご案内

看護学生のための

奨学金制度で、あなたの学生生活、しっかり応援します！

## 奨学金の金額

月額 **40,000円** または **60,000円** の選択制です

## 学年途中からでも大丈夫！

奨学金制度は年度ごとではなく、月ごとに開始できます。学年の途中からでも受けることができるので、気軽にご相談ください！

## 奨学生になったら？

実習や国家試験に向けての勉強などで大変になる時期も、奨学金制度で安心して勉学に集中できます。

また、就職前の不安を解消するために、現場の先輩看護師からのアドバイスや学習会・交流会など、心強い支援が受けられます！

## 奨学金制度の主旨

この奨学金制度は、卒後に兵庫民医連の病院で働き、地域住民のみなさんと共に、よりよい医療・看護を進めたいと考える看護学生を対象に、充実した学生生活を送るため、そして学生生活を支えるために設置された修学資金援助制度です。

## 2022年度奨学金説明会

下記4病院で開催しています。

—— 詳しくは病院のwebサイトもしくは各担当者までご相談ください！ ——

尼崎医療生活協同組合  
**尼崎医療生協病院**

〒661-0033  
 尼崎市南武庫之荘12-16-1  
**TEL.06-6436-1701**  
 病院管理室：  
**黒田・小林(担当)**



神戸健康共和会  
**東神戸病院**

〒658-0051  
 神戸市東灘区住吉本町1-24-13  
**TEL.078-841-5731**  
 看護師長室：  
**横山(担当)**



神戸医療生活協同組合  
**神戸協同病院**

〒653-0041  
 神戸市長田区久保町2-4-7  
**TEL.078-641-6211**  
 看護師長室：  
**堀内(担当)**



姫路医療生活協同組合  
**共立病院**

〒670-0822  
 姫路市市川台3-12  
**TEL.0792-85-3377**  
 看護師長室：  
**清瀬(担当)**

