

# 黒潮

和歌山県看護協会 会報

平成28年10月発行

第137号

## 発行所

公益社団法人 和歌山県看護協会

〒642-0017

海南市南赤坂17

TEL:073-483-1005

FAX:073-483-1266

<http://www.wakayama-kangokyokai.or.jp>

## 発行人

古川 紀子



「根来寺」

写真提供：野上厚生総合病院 看護師

## CONTENTS

- 地区支部だより ..... 2～3
- ふれあい看護体験 ..... 4～5
- 訪問看護ステーションだより ..... 5
- 保健師のコーナー ..... 6
- 助産師のコーナー ..... 6
- 看護師のコーナー ..... 6
- 専門・認定看護師のコーナー  
（トピックス2016） ..... 7
- 地域連携のコーナー ..... 7
- 医療安全数珠つなぎ ..... 8
- 私の〇〇 ..... 8
- リレーエッセイ 友達の輪 ..... 8
- 施設だより ..... 9
- 男の時短料理 ..... 10
- 自施設での禁煙への取り組み ..... 10
- プレゼント ..... 10
- 和歌山県看護協会の動き ..... 11
- 「日本看護協会全国准看護師制度  
担当役員会に出席して」 ..... 11
- ワーク・ライフ・バランス推進  
ワークショップに参加して ..... 11
- 看護師職能 I News ..... 12

## 和歌山県看護協会 会員数

平成28年9月26日現在

会員総数	5,609名
名誉会員	1名
保健師	130名
助産師	199名
看護師	5,081名
准看護師	198名

# 地区支部

## 伊都地区支部

支部長 西山 登志子

平成 28 年度地区支部集会・看護研修会を、7月2日に開催しました。伊都振興局健康福祉部・総務健康安全グループ主査による「橋本医療圏における地域医療構想」について、講演していただきました。

- (1) 2025 年に向けた医療提供体制の改革
- (2) 橋本医療圏の現状
- (3) 病床機能と医療需要の推計
- (4) 医療需要と必要病床数
- (5) 患者流入と受療動向
- (6) 地域の実情と地域医療構想の策定

患者の状態に応じた適切な医療を、地域において効果的かつ効率的に提供する体制を整備し、患者ができるだけ早く社会に復帰し、地域で継続して生活を送れるように支援していかなければならないと思いました。



## 那賀地区支部

支部長 大久保 まさ子

平成 28 年度地区支部集会及び研修会を7月2日に開催しました。日本音楽療法学会認定音楽療法士による「医療・福祉現場での音楽療法の可能性について」の研修に、81名の参加がありました。音楽を用いた治療的アプローチに関心が高かったです。今回は、「認知症について」を10月に開催予定です。

今後も、多職種・他施設の方々との交流の機会を設け、連携強化に努めていきます。



## 和歌山地区支部

支部長 松尾 文美

5月21日にセントラルシティオークワで「まちの保健室」を開催し、一般参加者64名でした。6月25日に地区支部集会と第1回研修会を、日赤和歌山医療センターで開催しました。「認知症をもつ人は看護職の正しい理解を必要としています」をテーマに米田認知症看護認定看護師による講演を行い、118名と参加が多く関心の高さが伺われました。現在、9月24日の「まちの保健室」と11月12日の第2回研修会「患者をつなぐ看護」を企画中です。



5月の「まちの保健室」の様子

## 海南・海草地区支部

支部長 清水 多津子

地区支部長の役を受けさせていただき2年目になります。平成28年度は7月2日(土)に地区支部集会、研修会をおこないました。テーマは「認知症と認知症患者の対応」とし、講師に「和医大紀北分院、認知症看護認定看護師、岸田悦子先生」をお招きして行いました。具体的なケースを示して頂いた講義はとても好評でした。海南海草地区支部は研修参加者数が多いことが強みです。今後も爽りある研修を企画していきたいと思っています。



# だより

## 有田地区支部

支部長 西原 均

平成 28 年 7 月 2 日 (土)、有田地区支部集会及び研修会を開催しました。「結核と感染予防策～あなたの結核対応は大丈夫?～」と題して感染認定看護師に講演いただき、73 名の参加がありました。

和歌山県は、結核罹患率がワースト3位であることから、結核とその対応についてわかりやすい講義を受け、日頃の感染予防対策の重要性を再認識する機会となりました。

11 月 6 日 (日) には老人看護月間行事として、広川町健康祭りに参加を予定しています。



## 日高地区支部

支部長 空山 直子

平成 28 年 5 月 14 日 (土) オークワロマンシティ御坊店で「1日まちの保健室」を開催し、一般参加者は 91 名でした。今後は、第 1 回研修会を 9 月 24 日 (土) に国立病院機構和歌山病院で「認知症看護」をテーマに開催予定です。また、11 月に日高川町で開催される「ふれあい祭り」に初めて参加する準備を進めています。地域住民との交流や研修会等の活動を通して、連携を深めていきたいと思ひます。



## 田辺地区支部

支部長 山根 八栄子

7 月 2 日 (土) に南和歌山医療センターに於いて、報告会と第 1 回研修会を行いました。

テーマは会員から希望が多かった救急看護で、「いまさら聞けない BLS」です。講師は救急看護認定看護師 2 名と、演習協力者 6 名で、参加者は 48 名でした。

CPR を早期に実践する必要性や一時救命処置、心肺蘇生法の目的・方法などの講義の後、BLS 人形を使用して演習を行いました。参加者全員が真剣に、また楽しく取り組んでいました。



## 新宮・串本地区支部

支部長 佃 瑞穂

5 月 14 日に、イオン新宮店の一画をお借りして「1日まちの保健室」を開催しました。178 名の方々にお立ち寄りいただき、血圧・体脂肪測定、健康相談を行いました。

7 月 9 日には、平成 28 年度第 1 回研修会を開催し、「認知症患者の理解と看護」のテーマで、認知症看護認定看護師の米田恭子先生にご講義いただきました。認知症についての理解を深めることができたと共に、日頃の認知症の方への関わり方を振り返る機会となる講義でした。



# ふれあい

## 西岡病院

**参加者の感想** 耐久高校 畑中 こゆき

看護師はどういう仕事をするのかを実際に目で見てみて、入院中の患者さんの状態を見る人や、お世話をする人、リハビリをする人などたくさんの仕事を知る事ができました。どの看護師さんもお大変そうでしたが、協力し合って仕事をこなす姿はとてよかったです。どの仕事にも大切なのは患者さんへの気づかい、コミュニケーションだという事を学びました。病院にも患者さんへの配慮がたくさんされていました。エレベーターについている鏡は車いすに乗っている人が安心できるように患者が過ごしやすい環境でした。またぜひふれあい看護体験に参加したいです。

**施設側の感想**

初体験のことに驚きは多いようでした。演習や介助では、根気よく恐れず頑張っていました。二名とも色々なことに興味があり熱心に体験されスタッフにはハキハキとした態度で、患者さまには笑顔で話され好感がもてました。将来、看護師となり活躍してもらいたいと思います。 堺 良子

**施設側の感想**

患者様の清拭や食事介助と一緒に実施した時、実習生がとても嬉しそうな表情を見せたのが印象に残りました。二人とも実際、看護師を目指してこちらの説明にも真剣に聞き入れてくれている様子が伺えました。 津島 圭子

## 中谷医科歯科病院

**参加者の感想** 桐蔭高校 野尻 奈那

今まで全く知らなかった看護師さんの仕事内容を知ることができて、看護師になりたいと思いました。実際に仕事を体験してみて、患者さんが笑顔になったりしたのを見ることができたときは、とても嬉しかったです。車いすに乗ってみて、患者さんが実際にどのくらいの速さを感じるのかやスロープがあるときはどうするのかなど学ぶことができてよかったなと感じます。患者さんと接する時、どのようなことに注意するのかということも知らないことばかりで、驚くこともあったけれど、とても勉強になりました。

病院の方々もとても優しく接してくれたので、安心して、体験することができて、嬉しかったです。将来看護師になれるように頑張ろうと思います。1日忙しかったけれどとても楽しかったです。

## 名手病院

**参加者の感想** 貴志川高等学校 林 あり彩

自分が思っていた以上にたいへんな仕事だと感じました。名手病院は白衣が自由ということを知り、将来就職するときに、ここに来たらなあーと思いました。看護師さん同士も上下関係があまりはげしくなくて、みなさん仲よしの印象を受けました。院内保育もあるということで自分がもし子供を産んで仕事をしたら院内だと安全に見てもらえることができ、夜遅くまで見てもらえるので夜勤もしやすいのかなと感じました。自分は今高3なのですが、仕事風景を見て、なぜ看護師はずっと勉強しないといけないのか改めて解った気がします。

今回、来るのを迷っていたのですが、来てよかったと思いました。職場がどんな場所なのか患者さんとの接し方など知れたのでよかったと思いました。

大切な1日になりました。よりいっそう看護師を目指そうと思いました。

**施設側の感想**

病棟の紹介や案内の時には目を輝かせ一生懸命話を聞いてくれました。白衣に着替え、血圧測定や車椅子への移動も行いました。看護師になりたいと希望をもった学生さん達の夢を叶えるお手伝いができたなら嬉しいです。 寺田 優子

名手病院



古梅記念病院



**施設側の感想**

真面目で清潔感のある初々しい学生さんたちでした。当院のスタッフもついつい色々教えてあげたくなるような可愛らしい方たちでした。スタッフと患者様もよい刺激になったと思います。 東頭 美季

## 古梅記念病院

**参加者の感想** 和歌山県立北高等学校（北校舎） 衛藤 菜音

よい経験ができてよかったです。患者さんとのふれあいや普段、看護師さんがどんな仕事をしているかがわかったので、ふれあい看護体験に参加してよかったです。将来は看護師さんになれるように勉強を頑張ります。初めて胃カメラで胃の中を見せてもらったのでとてもびっくりしました。古梅記念病院に来て色々なことを教えてもらったので、将来いかせるように頑張りたいです。

# 看護体験

## 堀口記念病院

堀口記念病院



### 参加者の感想

那賀高校 中口 開登

今日は朝からどんな1日になるのかとドキドキしていたのですが、いざ体験に来て見ると看護師さんや他の人たち、患者さんもみんな優しく色々なことをわかりやすく説明してくれたり、様々な話を聞かせてもらえたのでとても良い体験になりました。なかでも患者さんの1人から聞いた話がとても印象に残っています。その患者さんは足をケガしてしまい、もう歩けないと言われていたのですがこの病院の看護師さんやリハビリの人たちが「絶対に歩かせてあげる。」と言っていろいろんことをしてもらったおかげで歩けるようになったそうです。その話をとてもうれしそうに話すので自分も患者さんに最終的にはこんな笑顔になってもらえるような看護師になりたいともう一度強く思えました。

### 施設側の感想

最初は緊張していた5名の高校生。しかし体験時間が進み終る頃には全員が「楽しかった」「看護師になりたい気持ちが強くなった」と笑顔で話してくれました。関わった私たちも昔を振り返る有意義な時間となりました。

宮本 由香

西岡病院



## 新宮病院

### 参加者の感想

近畿大学附属新宮高等学校 大谷 菜穂

私は、実際に病院に行って看護師の体験をしたことがなかったので、どういう感じかなと思っていただけ、今回初めて1日看護のふれあい看護体験に参加して、やっぱり看護師という仕事はとてやりがいがある仕事だと思いました。患者さんとコミュニケーションを取って会話したり、一緒に物を使って遊んだりして、とても楽しくておもしろかったです。看護という仕事は大変そうだけど、患者さんと毎日話をしたり、コミュニケーションを取ったり、楽しい仕事だと思いました。今回はいろいろな体験をして、今まではただ忙しくて大変な仕事だというイメージがあったけど、今回の体験でどんなに忙しくて大変でも生きがいのある仕事だと思いました。

### 施設側の感想

こちら側の問いかけや言葉に対する学生のリアクションが少なかったので普段より雑談をふやして緊張を減らそうとしました。なかなかその後もかわらず、最後の患者さんとの紙ふうせんバレーの時に積極的に絡んだり、笑顔がでていたのでホッとしました。(結果的に患者さんの力かなと思いますが)リアクションが少ない学生が来た場合のすすめ方を勉強するいい機会になりました。看護師に対するイメージがネガティブな言葉からポジティブな言葉へ変わったので嬉しく思います。

須川 真一郎

中谷医科歯科病院



新宮病院



## 訪問看護ステーションだより

訪問看護ステーション海南 下前 ゆかり

当ステーションは、訪問看護制度が創設されて間もない平成5年4月に開設しました。当初は手探り状態で業務していたことが懐かしく思われます。現在、看護スタッフ8名と補助スタッフ1名、そして兼務のリハスタッフ2名で活動しています。色んな疾病や障害を抱えた方をはじめ、人工呼吸器を装着した小児やALS療養者・がん末期や終末期の方に関わっています。常に相手の立場になって自分ならどんな人に訪問してもらいたいのかを考え行動しています。そして訪問したら利用者や家族に「来てもらって良かった、また来てもらいたい」等、『安心感』という“おみやげ”を1つ置いてくるような看護を提供しています。どのスタッフもやりがいを持って楽しく仕事しています。今後、在宅療養者は増え、重症化かつ多様化・複雑化してくると思われそうですが、その人が安心してその人らしく生活できるようにスタッフ一同、心のこもったケアを提供していきたいと思っています。



## 保健師のコーナー

保健師職能委員 井内 祥子



私は、昨年度から、委員長を始め他の委員の皆様にご迷惑をかけつつ、保健師職能委員を務めさせていただき、2年目を迎えています。

保健師職能委員会では、去る7月23日に「保健師職能集会」を開催し「地域保健活動で大切にしていること～個人や地域を見る力・PDCAサイクルの展開～」と題し、日本看護協会の橋本先生にご講演いただきました。

「地域や対人の支援なくして保健師活動なし!」「住民中心という意識、生活の眼の大切さ」「保健師は国家資格をもったプロ!アマチュアは自己満足。プロは他者満足!」等々胸に突き刺さる言葉を沢山いただきました。私は現在、行政で

保健師をしており、事務職の方々からも「PDCA」という言葉をよく聞くようになりました。保健師の役割も多岐に渡り、色々な活動を求められています。その中で「保健師活動の評価方法や活動の可視化をどのようにしていくのか」「統括保健師の役割と、その役割を果たすための活動方法」等々、できていないことばかりに目がいていた私に、活動の原点を思い出させてもらい、頑張るモチベーションを与えていただき、本当に感謝しています。

現在4年に1度のオリンピックがリオで開催されており、選手の方々のパフォーマンスに感動と勇気をもらっています。次の東京オリンピックの時には、もう少し自分で納得のいく仕事ができているように、様々なところから情報を吸収し、少しずつでも前進していけたらと思っています。

## 助産師のコーナー

助産師職能委員 宮本 真由美



今では月1回の委員会が楽しみであり、各施設の方々との交流により良い刺激をもらっています。

昨年度はクリニカルラダー・レベルⅢ認定の初年度であり、職能委員会ではその申請に向けて研修企画・開催を行った甲斐もあり、和歌山県で77名のアドバンス助産師が誕生し「自立して助産ケアの提供できる助産師」として活躍しています。今年度も引き続き申請の普及と啓発に向けて取り組んでいきます。

私の勤務している病院では、残念ながら現在産婦人科常勤

医師の減少に伴い、分娩を休止しています。しかし、平成26年10月から有田市の委託を受け「妊娠・出産包括支援事業」を開始し、「安心して楽しみながら出産・子育ての出来る街」をコンセプトに地域で活動をしています。病院の中では見えなかった問題が見え、一人一人に合った支援を行えることに大変やりがいを感じています。

今後も助産師として専門性を発揮し、地域の母児のために頑張ろうと思っています。今年度は新たに、助産師職能でも地域母子保健活動をテーマとして色々な研修を計画していますので、一人でも多くの方のご参加をお待ちしています。

## 看護師のコーナー

看護師職能Ⅰ委員 船野 真樹



看護師職能委員会Ⅰの活動に参加させて頂き、2年目になります。2025年に向け、医療提供体制が大きく変化しようとしている中、看護職へ期待される役割や責務がますます増大してきていると感じております。今年度の職能委員会Ⅰでは、

①外来に通院する患者が状態を悪化させることなく、在宅医療を継続するための看護師の取り組みについての現状把握及び課題発見②標準化された看護師のクリニカルラダーの理解と周知を課題として、活動を行っています。①については、9月17日(土)に開催される三職能合同研修会で、外来から在宅医療に携わる看護師からの活動報

告と「地域包括ケアシステムを実現させるための看護師の役割」について研修会を開催する予定です。②については、日本看護協会が開発を進めるクリニカルラダーにおいて、日本看護協会から講師を招いた研修会や和歌山県下の施設での現状把握のため、クリニカルラダー制度導入の有無や取得率について調査を行います。

また、昨年に引き続き准看護師研修会、男性看護師交流会を予定しています。前年度、皆様からアンケートで頂いたご意見を参考に、研修会内容の企画を考え計画していきたいと思っております。職能委員一同、多くの皆様の参加をお待ちしております。

## 看護師のコーナー

看護師職能Ⅱ委員 井上 加恵



今年度より看護師職能委員会Ⅱの活動に参加させて頂いております。私事、訪問看護として地域に出るようになったのは平成7年、訪問看護ステーションとしての歩みは平成8年から、看護職歴の大半が訪問看護になりました。2000年、介護保険制度が開始され、他職種による地域での活動が始まりました。医療・介護ともに制度改定を繰り返して、2018年には医療・介護のダブル改定があります。新しい医療連携体制の構築と、地域包括ケアシステムづくりに向けて、医療も看護も大きな転換期を迎えています。

地域包括ケアシステムの構築について、団塊の世代が75

歳以上となる2025年を目途に、重度な要介護状態となっても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が包括的に確保される体制の実現がされようとしています。また今後、認知症高齢者の増加が見込まれることから、認知症高齢者の地域での生活を支えるためにも、地域包括ケアシステムの構築が重要となってきます。

地域包括ケアシステムの実現には、医療と介護の連携強化が不可欠であり、在宅療養生活を支えるために医療・保健・福祉への「つなぎ」が必須となってきます。今後ますます病診連携・看々連携・他職種連携の推進・強化を図っていくことの重要性を感じています。

## 訪問看護認定看護師の地域での活動について

社会福祉法人高陽会 訪問看護ステーション麒麟 訪問看護認定看護師 平岡 桃重



平成 28 年の診療報酬改定で訪問看護は、退院支援看護師との同行訪問、通所介護との連携など地域での多職種との連携が評価されました。これからの訪問看護は、地域の中で医療と介護、施設間、多職種間の連携の要となると思います。そのような制度、方針の中で訪問看護認定看護師の役割についてお伝えしたいと思います。

毎日の訪問では、医療処置の必要な場合、終末期、認知症、神経難病等々と多岐にわたる在宅での医療ケアを「どう工夫したら、どのようにしたら暮らしに折り合いをつけていけるか」を考え看護します。困難事例では在宅療養の問題になっていることに対応し、「その人らしく」を尊重し訪問看護師としての役割モデルになるよう努めています。療養の場を移行するときには、病棟看護師やソーシャルワーカー、介護職と連携を図りスムーズに自宅へ帰れるように継続看護・支援します。このように認定看護師の役割である「実践・指導・相談」をしています。

私の勤務する訪問看護ステーション麒麟は、那賀圏域にあります。この地域では、住民の意識への取り組みとして「メッセージノート」を作成しました。訪問看護の立場から多職種の方と協働で作成に携わらせていただきました。また、訪問看護師と介護職との交流会なども定期的に行われ、訪問看護の役割の啓発と多職種連携に努めています。今年からは、退院支援・調整し在宅療養に移行した療養者について、自分たちのおこなった看護はどうだったか、施設を超えてよりよい看看連携となるような振り返りに取り組んでいます。重症身体障害児者の相談員との交流会も始めます。地域ケア会議にも出席し、地域の課題に対して事例検討に参加しています。このような地域の活動の中で訪問看護認定看護師として私は何が出来るか何を提供できるかを考え実践するようにしています。そして、私自身が地域のリソースになり役割を果たしていけるようにしたいです。

## 地域連携のコーナー

### 地域連携室の活動

国保野上厚生総合病院 地域連携室 向 理恵



国保野上厚生総合病院の地域連携室は、平成 26 年 11 月に開設し、看護師 1 名・社会福祉士 1 名が担当しています。病院内はもちろん僻地の中核病院としての役割を果たせるよう、窓口の一元化とできるかぎり顔の見える連携に心がけています。

国保野上厚生総合病院を取り巻く環境は厳しく、紀美野町の高齢化率は 46% 超え、少子高齢化が進み、人口減少・過疎化がいつそう進んでいます。高齢者の独居・老老介護・認知症など在宅療養を継続するには困難な要因が多く、中でも認知症患者への退院には困難を要します。不穩、介護抵抗、転倒転落等が原因で、退院先の選択（在宅・施設）と受け入れ体制の調整をはかるには、入院時からチームで連携を図り環境を整えていく事が重要となっています。症状の安定化をはかる

には精神科との関わりも重要なポイントになります。

入院された患者・家族ができる限り安心してスムーズに地域へ戻れるよう、他職種との連携を強化し、退院前カンファレンスの充実をはかっていきたいと思えます。今後も介護保険施設、居宅介護事業所の方々と協働した情報交換・ネットワーク作りが重要と思われる。患者・家族が抱える多種多様な課題、院内外関係者からの相談業務充実にもより一層取り組んでまいります。

今後は「施設完結型」の医療から「地域完結型」医療への転換が重要になってきます。「住みなれた所」から離れることなく、地域で切れ目のない医療・介護・福祉が提供できるよう支援に努めてまいります。

## 医療安全

### 数珠つなぎ

## 富田病院



丸山 昌子

今年2月に着任したばかりですが、多くのスタッフの協力を得て、医療安全に取り組んでいます。

外部から講師を招いた研修や、スタッフ主催による研修を計画・実施しています。インシデント・アクシデント報告は、全体会議を経て各部署で検討、再発防止に努めています。個々の意識づけは

勿論ですが、声掛けしコミュニケーションを図ることで、危機管理の意識を高め、「和の医療」をモットーに、スタッフ一丸となって頑張っています。

次回号に紹介させていただく方は  
つくし医療・福祉センター 木村 晴美様です

## 私の



## 「私の趣味」

田辺市役所

露詰 公子



このたび原稿依頼をいただき、普段の自分の行いを反省しつつ、振り返ってみました。

私の健康法にしようか？いやいや、20年近く続けた片道5キロの自転車通勤もやめたし、ここところプールにも行ってないし、えっ？写真？水着姿？ムリムリムリ！大好きな温泉もご無沙汰やし困ったなあ。

仕方ない、行って来るか。ということで、巷はお盆ですがやって来ました大阪長居にあるキンチョウスタジアムへ、と云えばご存知の方もおられると思いますが、私の趣味はサッカー観戦です（やっと出た）。勝てばストレス解消負ければしばらくテンション低く、周りから「元気がないで、さては…」と言われつつもまた行ってしまいます。

## リレーエッセイ

## 友達の

## 輪

Vol.55

有田市立病院

竹中 紗恵



私はナースになって15年が過ぎます。新卒で就職した病院では、同期がたくさんいて、同じ病棟で育った仲間は、今でも連絡をとり集まる自慢の仲間です。

結婚・出産を経て再就職した地元の病院では同期はいません。しかし、同じ家庭環境で働く先輩ナースがたくさんいます。看護ケアに悩んだ時・育児に悩んだ時などにアドバイスをくれる先輩ナースたちは、私の自慢です。生まれ育った地元で看護ができ幸せです。

今回は、日本赤十字社和歌山医療センター 榎本 多恵さんをご紹介します。



## 施設だより

医療法人 稲祥会  
介護老人保健施設 かまやま苑



看護師長 半田 ツユ子

かまやま苑は、龜山神社の東側に位置し、周囲を田園に囲まれた閑静な場所にあり、平成2年に開苑し今年で26年が経ちます。

かまやま苑の理念は、利用者の「自立支援」「在宅復帰」「地域・家庭との結びつきを重視」で、それを実現する為に以下のような取り組みを行っています。利用者の意志及び人格を尊重し、常に利用者の立場に立ち個々の問題点を多職種の視点から見つめ、解決策を検討し実践しています。代表的なものが、ケアカンファレンスや朝のミーティングです。特に朝のミーティングは、毎日実施し全職種が参加して情報交換し、リアルタイムに問題点を検討、実践しています。これは処置やケアの方向性を見出すことや、課題について専門的な立場から指導や意見も聞ける大変有意義な場となっています。

地域との交流も大切にしている、三田小学校の夏祭りやつわぶき会の夏祭りにも参加しています。三田小学校には、例年ヨーヨーつりの出し物で参加し、ヨーヨー1,000個を2日で膨らませるのは大変ですが、祭り当日は多くの小

学生のお客さんが押し掛け、真剣なまなざしでヨーヨー釣りをしている姿にたまらなく癒されます。今年も職員の協力です事終了しました。

また、地域の方々の健康を守る一助になればと、「健康まつり」として血圧測定や健康相談、介護や介護保険についての相談も受けています。ほかには救急蘇生やAEDの使い方の講義も実施しています。

職員一同、職域を超え協力し合いながら、明るく笑顔で家庭的な雰囲気を感じ、親切第一をモットーに日々努力しています。



## 東洋羽毛の 無料!! コーヒーサービス

東洋羽毛では、お世話になっている方々に無料コーヒーサービスを行っております。院内での師長会議・主任会議・ラダー研修会・研究発表会・勉強会等、地域や支部での看護部長会・看護研修会等での休憩時にホッと一息つきませんか？

どんな所でも無料で出張サービスさせていただきます



0120-88-2104



片隅にちょっとだけ、企業PRとしてお布団を置かせて頂いております。ご購入にも応じます。

東洋羽毛関西販売株式会社

お気軽に御利用ください。

## 男の時短料理

## 第4回

## 巻き豚しゃぶ

医療法人曙会 和歌浦中央病院 看護師 蛭子 雄介

### 材 料

- ・豚ロース薄切り 250g
- ・大根 200g
- ・人参 60g
- ・白ネギ 1本
- ・白だし 大さじ1
- ・水 100ml
- ・ポン酢 大さじ3
- ・ごまドレッシング 大さじ3
- ・貝割れ大根 適宜

### 作 り 方

- ★豚ロース薄切りは、大きめの脂身を取り除き、脂身についている細かい赤身は別に取り分ける。
- ★16枚入りの250gの肉のうち脂身50g、赤身25g程。今回巻くのに使った量は175gほどでした。細かい赤身は野菜と一緒に巻いても良いし、野菜炒めや豚汁に置いておいても良いです。
- ★野菜は細切りにしておく。
- ★豚肉を一枚広げて野菜をのせぐるくる巻きフライパンに巻目を下にしてのせていく。
- ★白だし、水をいれ蓋をして中火で5分。
- ★裏返して蓋をして弱火で5分。
- ★ポン酢大さじ3とごまドレッシング大さじ3、煮汁大さじ3を合わせてタレを作る。
- ★器に盛り付け、タレをかけ貝割れ大根を添える。



## 自施設での禁煙への取り組み

国保すさみ病院 宮崎 真理

当院は、平成18年7月1日から、禁煙外来が開設され敷地内禁煙となりました。そのため、喫煙している職員は、勤務中は我慢しても勤務時間外では喫煙しているようです。「健康日本21」では職場内禁煙が推進されており2020年までに受動喫煙のない職場の実現という政策目標が掲げられています。できれば当院でもこれを機に、自らの禁煙に取り組む職員が増えてくれることを期待したいです。

当院での取り組みとしては、町民の健康を維持するため、また健康についての知識をもってもらうために予防医療を目的として、2004年から「喫煙の害」について、(喫煙開始年齢が小学校3～4年と言われているため)町内や近隣の小学校4年生 6年生 中学生を対象に、

院長による出前講義を行っています。子どもたちに講義を受けてもらうことで、家庭でも禁煙について意識し、喫煙を減らすことにつながっていくのではないかと考えます。

これからの禁煙についての取り組みとしては、仕事に対するストレスなどでタバコ依存となっても、喫煙する職員を減らすため、喫煙のきっかけにならない環境を整え、喫煙への欲求を軽減させる方法が見つけられれば禁煙に向けてサポートしていけるのかもしれない。喫煙している職員がひとりでも、禁煙を実践できるよう根気よく気持ちの変化に対し支えていけたらと思っています。健康を取り戻すためにこれからも時間をかけて援助していきます。

第25回

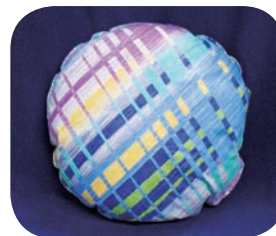
プレゼント!

はがきに ①希望の商品名 ②氏名 ③会員番号 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号 ⑥勤務先名 ⑦本紙へのご意見・ご要望を明記の上、11月25日(金)までにお送りください。

(消印有効・1人1通のみ)

抽選の上、当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

宛先 〒642-0017 海南市南赤坂17 和歌山県看護協会 「10月号プレゼント」係



「足まくら」を

2名様に!

どちらか1つ  
当たります!

「図書券」

1,000円分を

2名様に!

プレゼント  
応募者の  
声

- 他職種連携について、どうしているか、他の病院の取り組みを知りたいです。
- 男の時短料理とても参考になります。
- 毎号楽しみに読ませていただいています。

# 和歌山県看護協会の動き

## 平成28年度第4回理事会

開催日時：平成28年8月17日（水）13：00～16：30  
会場：看護研修センター 会議室1

### 協議事項

- 1) 施設代表者会について
- 2) ナース章の推薦について

以上 承認

### 報告事項

- 1) 日本看護協会理事会報告
- 2) 各職能委員長会議報告
- 3) 県内関連団体会議参加報告
- 4) 会員数について
- 5) その他

## 「日本看護協会全国准看護師制度担当役員会に出席して」

黎明会介護老人保健施設和佐の里 玉置 佳代

平成28年7月14日（木）日本看護協会 JNA ホールにて、全国から准看護師制度担当役員、准看護師理事、本会准看護師理事、本会役員職員、約100名が参加し、准看護師制度に関する全国会議が開催されました。

午前中は、京都橘大学教授 野村陽子氏より「准看護師制度の歴史と課題

～これまでの政策過程から考える～」の基調講演があり、午後からは、宮城県、福島県、京都府、大分県の各看護協会の専務、常任理事さんより「都道府県看護協会の取り組み内容について」の事例紹介が

ありました。

その後、地区別に移動し、テーマ「准看護師のニーズに沿った事業展開と入会促進～データからみるターゲットとアプローチを考える～」について、グループワークを行い、活発な意見交換が行われました。

都道府県によって、准看護師入会率、就業看護職に占める准看護師の割合、年齢構成等は大きく異なることから、課題やアプローチ方法は地域の状況に応じて工夫する必要があると、役員会に参加させて頂き考える機会となりました。

## ワーク・ライフ・バランス推進ワークショップに参加して

有田市立病院 看護部長 森 一美

### WLB 推進ワークショップと共に成長

平成26年度離職率15% 平成27年度3.3%  
退職者が減った!!

残ってくれた職員と病院経営陣に心から感謝です。看護部長1年生が頼ったWLB推進活動の成果の一つと信じています。他施設の状況や取組に共感励まされ、支援者皆様にご指導頂き、褒められ「お互いさま精神」が芽生えた推進メンバーに成長を感じます。これもWLBワークショップ効果と思っています。2年目にトライ!



和歌山生協病院 総看護師長 太田 智恵

WLB参加2年目。子育てや介護から退職しなければならぬ状況がある事や、施設の状況把握、質の高い看護に繋がりたい思いから参加しています。1年目は管理者が同じ方向を向き、目的がぶれない様にWLBに何故取り組むのかを共通理解する工夫をしました。そして、様々な世代で構成したスマイル委員会を立ち上げ、看護部全体に取り組みを広げています。マスコット（わらびちゃん）も誕生しました。今年度も楽しみながら取り組みたいと思います。





# 看護師職能 I News

..... 《第17号》

いきいきと働き続けられる職場を目指して

## 他職種との協働した関わり

社会医療法人 三車会 貴志川リハビリテーション病院 中村 亜由美

貴志川リハビリテーション病院は①患者さまの安心と喜び②地域への貢献③職員の喜び（生き生きと働ける職場）を基本理念とし、日々、良質な医療介護サービスを実施する努力をしています。看護部は「大切にされたと感じられる看護・介護」を提供するため他職種と連携し、より質の高いリハビリテーション看護を目指しています。看護の提供とし、基本的な食に対すること、特に口腔ケアの充実に着目し、平成27年より看護部に歯科衛生士が3名採用されました。



口腔ケアは、高齢者の誤嚥性肺炎の予防、また人間の基本的欲求の食べるための環境を保つためにも重要です。口腔ケアのプロである歯科衛生士の関わりにより①口腔内の観察・アセスメント②個別性のある口腔ケアの実施③口腔ケアの指導（自己管理への指導）等を実践してもらっています。歯科衛生士の採用により、言語聴覚士とも連携し摂食・嚥下に関する情報交換も密になり、看護師の口腔ケアに関する意識も向上してきました。また、3度の口腔ケアの実施の一部を歯科衛生士に依頼することで、看護師は他の看護業務に時間を費やすことができるようになりました。このように、協働し個々の専門性を生かしたケアを実践することは、患者にとっても質の高い看護・介護を提供できることにつながり、また業務改善することでより働きやすい職場環境になったと考えます。



また、互助会のクラブ活動のひとつにみくるまファームがあります。主な活動はJA紀の里さんが企画する「鞆淵農家・黒豆作業体験」に参加し食物を植え、育て、収穫するという活動を楽しんでいます。他職員とも交流を図る機会が設けられ、仕事以外でリフレッシュすることができます。このような活動が生き生きと働ける職場づくりにつながっています。

