

# まろり 看護学生

2019年 **2** **3** 月号

「神戸・越冬ボランティア」に医系学生21名が参加しました。ボランティア活動後、交流会を聞きました。



02・03 看護の現場より — 迫 亜伊子さん(尼崎医療生協病院)

04・05 奨学生交流会「学びと交流で学生生活を応援!」

06 ナースの休日 — 上山 紀晋さん(神戸協同病院)

07 ほっとStation

08 奨学金説明会のご案内

## 看護の現場より

看護学生みなさんに、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。

### 外来看護のやりがい

尼崎医療生協病院  
外来看護師 迫 亜伊子さん



#### ■ はじめに

社会人経験後、専門学校に入学し、尼崎医療生協病院に新卒入職しました。病棟勤務を3年、現在外来勤務3年目です。

#### ■ 病棟と外来の違い

病棟では24時間切れ目ない看護があり、療養上の世話が中心のため、患者様との関わりが身近に感じられました。一方、外来での診察は数分～数十分がほとんどです。私自身、身体が丈夫で病院にかかることがなかったこともあり、看護師は医師の診察介助をし、患者様と話すことはあまりないようなイメージでした。しかし外来で働くことになり、はじめて診察介助だけでなく受付、問診、電話での症状相談、検査説明、患者指導、患者会の企画・運営、未来院患者様のフォローなど、多くの業務があることを知りました。

異動してすぐの頃は、症状があり来院→診察→検査→診断・処置→帰宅や入院という展開の早い外来業務についていくことや、医師の指示をこなすことに精一杯でしたが、少し経つと、体調が悪くなったときに来られる患者様だけでなく、定期的に通院される患者様との関わりが多くあることに気づきました。そして今は、自宅で療養・通院される患者様をサポートすることも外来看護師の重要な役割であると日々感じています。

#### ■ 担当科での取り組み

現在私は、外科、整形外科、リウマチ科、皮膚科の外来担当をしており、リウマチ科は専門外来として看護師が1名、医師の診察に付き、患者様のフォローに当たっています。

関節リウマチは特定疾病に指定される病気の1つで、関節の破壊の進行を遅らせ、ADL(日常生活動作)を維持するためには、病気に対する正しい知識、確実な服薬、リハビリテーションが欠かせません。そのため患者様自身が納得して治療を受けられるようにすることが重要です。リウマチ科外来には約360名が通院しており、登録リウマチケア看護師を中心に気になる患者様をピックアップし、情報共有や患者指導を行っています。

関節リウマチの患者様は年齢層が幅広く、治療には生物学的製剤を含め、多種多様な薬剤を使用します。中には高額なものもあり、1ヶ月の薬代が10万円を越すような方もいます。経済的なことや、女性の妊娠出産などは治療を続けていく上で注意が必要です。しかし、通院時の短時間の関わりでは、患者様の本音を知ることは難しく、尋ねにくいこともあります。そのため普段の会話の中から少しずつ患者様の性格や生活背景を理解し、何でも話しやすいと感じられるような信頼関係を築いて、治療における問題の糸口をつかめる

ように心がけて接しています。また最近では高齢化に伴い、1人での通院が困難になってきた方や通院日を忘れてしまう方などもみられるようになってきました。そのような場合、通院日に電話連絡をしたり、介護制度の利用や地域との連携を考え、MSW(医療福祉相談員)などの他職種へつなげるなど、コーディネーターの様な役割を担うこともあります。患者様の抱える問題は様々ですが、短い来院時間でも患者様の変化を気にかけることで、継続した治療を受けられるように支援しています。

## ■ おわりに

病棟では治療中心の療養生活ですが、自宅では生活の一部に通院があります。病気を抱え生活している患者様に関わり、その人がその人らしく暮らしていけるよう、健康の側面を支えていくことは、看護師としてとても責任のあることだと感じています。また、どの病気も治療は日々進歩し、社会制度も変化しています。患者様に正しい知識の提供と指導ができるよう学習することが大切だと感じ、患者様との関わりだけでなく、自分自身のスキルアップとしてもやりがいを感じています。

## ■ 外来では、さまざまな患者サポートがあり、資格を目指すこともできます！



### リウマチ患者会(年2回)

歯科衛生士さんと協力し口腔ケアをテーマに勉強会を開催しました。



### 禁煙外来

健康や経済的負担の軽減といった目的をもった患者様のサポートを行っています。禁煙支援士という資格もあります。



### 往診

通院できない患者様の体調変化や生活状況を確認するため、医師と一緒に訪問し、診察の介助をします。住み慣れた家で過ごせるようサポートしています。



### 生活支援

一人暮らしの男性、特に40代～70代の男性を中心に、社会からの孤立や孤独死を防ぎ、社会と関わりをもつことで生き甲斐を見出せるように支援していきます。月に一回、患者様とボランティアさん、他の医療スタッフも集まり食事会を行っています。菜園で野菜を作り、収穫したものを料理に利用しています。



### フレイル

セラピストが中心となり行っている企画で、高齢者の身体機能維持のため運動療法を行います。看護師も参加し、測定を手伝ったり、一日でも長く健康で元気に歩けるように患者様に声をかけながらサポートしています。



### DM特診

糖尿病療養指導士の資格をもつ看護師を中心に、糖尿病患者様の生活背景に応じて、問題解決に向けてのサポートを行います。医師の診察とは別に、看護師外来という時間を設けて個別で対応し、患者様の気持ちに寄り添いながら関わっています。

# 学びと交流で 学生生活を応援します!

## 奨学生交流会

昨年末、兵庫民医連の3つの病院で看護奨学生の交流会を開催しました。それぞれの病院で企画された学習会、奨学生同士や先輩看護師との交流を通して、充実した時間を過ごしました。

### 尼崎医療生協病院

12月27日(木)に奨学生15名と、スタッフ11名の総勢27名で行いました。絵しりとりやアイスブレイクでは、他のグループメンバーはうなずいているのに、後続の人が首をひねって時間がかかったり、書いた絵の数だけ、「え〜?何?」「アレ!アレ!」「わかった!」などの声上がり、手をたたいての爆笑で大いに盛り上がりました。

リフレクション学習は「学校での授業の復習になった」「アセスメントに活かしたい」「看護において大切なものになってくる」などの感想で今後に活かしてくれそうです。

原水禁学習は「平和なくして看護はできない!」との参加理由にうなずき、今年度の参加者の報告を聞いて、「平和に感謝したい」「参加して体験談を聞きたい」「私たちの世代が学習して語り継いでいかなければならない」などの感想があり、学生が原爆に向き合っていく気持ちを持ち、企画側としても嬉しく思いました。

昼食は近況報告をしながら、スタッフ手作りの2種類のカレーライスとアイスクリームを食べました。

ゲームのワードウルフは他者への伝え方、言葉の引き出し方、表情を見抜くなど、コミュニケーションや観察能力が試されました。最後は国家試験受験者に激励の応援グッズを手渡し、終了しました。

『♡国試全員合格♡春の入職を待っています。ガンバレ~!!』



### 神戸協同病院

今回の奨学生交流会は、当院の慢性心不全認定看護師による「国試対策 心疾患について」からスタート!国試を控える卒年生はもちろん、低学年の学生も「実習で心不全の患者さんを受け持ったので、とてもいい復習になりました」など、大変好評でした。

勉強した後は、3種類の鍋でランチタイム☆トマト鍋、中華鍋、よせ鍋をみんなでグツグツ...!締めもパスタ、ラーメン、おじゃ...といろんな味を楽しみながら、ワイワイにぎやかにしゃべり☆先輩看護師から、1年目の研修がどんな風に進んでいくのかや、職場の雰囲気、今だから笑える新人の時のエピソードなども飛び出しました。

参加学生からは「とても楽しいので毎回楽しみにしています」「同期だけでなく先輩看護師とも話することができてよかったです」「同期全員で入職したいので、国試に向けて全力で頑張っていきます」という感想でした☆

神戸協同病院の奨学生たちはとっても仲良し!集まると毎回大笑いしながら話に花が咲きます\*こうして学生のうちから同期と仲良くなれ、就活がない分実習に集中したり国試勉強に時間を使えるのが奨学生のメリットです!

今年も、勉強や実習に頑張る看護学生さんを全力でサポートしていきたいと思います。



### 東神戸病院

東神戸病院では年2回奨学生交流会を開催しており、18名の奨学生が参加しました。今回の学習会テーマは「診療所から見た民医連看護」について生田診療所の鈴木師長さんから、診療所の紹介と役割、事例を通して大事にしていることを教わりました。

60歳代女性Aさんが、8月体調不良で受診。高血圧と熱中症で1週間点滴をしても改善しない。気になって自宅を訪問すると...大きな冷蔵庫と洗濯機があるだけでエアコンも扇風機もない。いろいろ生活を見ていくと、日課がない。用事がない。お金がない。楽しくない。症状コントロールだけでなく日課づくりも大事な看護の仕事。診療所が毎月行っている「あそびりの会」に参加することで、その後笑顔で外来通院を続けられています。

生活まるごとみる力、センスを磨くことが看護師には必要だと教わりました。交流会の最後に、国家試験合格を祈願して応援グッズを卒年生に送りました。さくら咲く春にまた会いましょうね!





# ナースの休日



神戸協同病院  
混合病棟  
上山 紀晋さん



## パパになりました

看護学生のみなさん初めまして。4年目看護師の上山です。私はこの夏、初めての子どもが生まれ父親になりました。もともと子どもは好きですが、自分の子どもとなると格別です。

最初の1ヵ月程は慣れない子育てに妻とあたふたしていましたが、最近は4ヶ月に突入し少しずつですが慣れてきました。泣いていてもなんとなく何で泣いているのかわかるようになってきました。泣いていてもとても可愛く愛おしいです。

最近では父親であることを認識してくれているのか、顔を見ると満面の笑みを振りまいてくれます。いくら疲れていても娘の笑顔を見ると疲れも吹き飛びます。赤ちゃんの笑顔のパワーは凄いです。

これからも父親として、そして看護師として、娘からパワーをもらいながら成長していけるように頑張りたいです。

パパ炸裂の記事ですが、上山さんは看護の現場でもとっても頼りになる先輩です！いつも丁寧な指導をしていただき、私たち初期ナースたちは、上山さんのような患者さんのことをしっかり考えられるナースをめざしています！

混合病棟  
2年目看護師  
西山 摩耶さん





## 読者の声



宝塚市立看護専門学校に合格しました!!これからナースになれるよう日々勉学に励みます!!  
(高校生・N)

おめでとうございます!!夢への第一歩をつかみ取りましたね!4月から看護学生…ドキドキですが、Nさんのことみんなで応援しています(^O^)

12・1月号の「ナースの休日」を読んで、私も伊勢神宮が好きなのでまた行ってみたいと思いました。(看護学生・??)

私も行きたい!!プチ旅行でも、十分に日頃の疲れを癒すことができますよね!その土地の美味しいものを食べたら元気モリモリです!

推薦入試に合格しました!!まだ本命はセンター試験なので、気をひきしめてがんばります。(高校生・ゆう)

ゆうさん!合格おめでとうございます!本命合格めざして、最後まで頑張ってくださいね☆応援しています!!

おもちさん!実習大変だと思いますが、いろんな人との出会いをエネルギーに頑張っている様子が浮かびます☆1年1年があつという間…!ですね(^\_^)

実習中です。いろんな患者さんや看護師さんに出会って勉強になってます!!もう3年生!!“早すぎる”  
(看護学生・おもち)

国試に向けて焦る毎日ですが、先輩方の話を聞いて私も頑張ろうと思いました。絶対に夢を叶えます!  
(看護学生・三ニー)

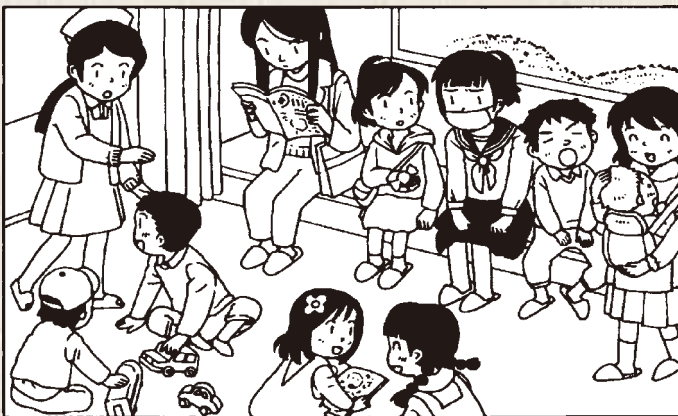
三ニーさん!刻一刻と近づいてくる国試…焦りますよね。桜咲くまでもう少し!春に仲間と一緒に笑えますように(^-^)

座学も実技実習も始まり、大変さを身にしみて感じています。「きらり看護学生」に看護師体験でお世話になった方の写真を見つけました。あのころの気持ちを思いだして、頑張ろうと思いました。また集まってお話しできる機会があればなあと思います。(看護学生・ゆず)

ゆずさん!とってもうれしい投稿ありがとうございます(^O^)ぜひ、夏のナーシングセミナーで現場ナースに会いに来てくださいね!!お待ちしております☆

看護学校の合格が決まりました。合格まで不安だったけど頑張ってきてよかったです。4月から看護学校生活も頑張っていきたいです。(高校生・ぼてと)

ぼてとさん!合格おめでとうございます!!“努力は裏切らない”ですね☆4月から学校生活も夢に向かって一歩一歩進んでいってください(^O^)/

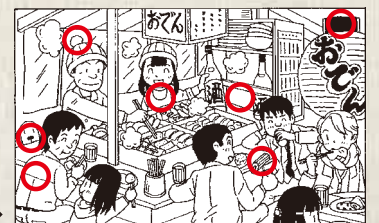


## 7つのまちがい

【問題】上の絵と下の絵では7つのまちがいがあります!どこでしょう?(作・野上和彦)

前回のまちがいがしあがしの答え→

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!**4月10日(水)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。



## 編集後記

お正月もあつという間に過ぎ、慌ただしい毎日に戻って早1ヶ月。さら看が届く頃は受験シーズン真っただ中ですね。“人生で最大級に勉強している”という学生さんも多いことでしょう。そして卒業、就職、進級…など、人生の大きな節目を迎える大事な季節でもありますね。読者のみなさん全員、良い結果につながりますよう祈っています。(H)

看護学生のための

# 奨学金制度のご案内



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！

## 卒年次のみでもOK！

実習や国家試験に向けての勉強などで大変になる最終学年を、奨学金制度で安心して勉学に集中できるように、1年間のみでも受けることができます。

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。

## 2019年度奨学金説明会の日程

尼崎医療生活協同組合  
尼崎医療生協病院

**2月23日(土)**  
**9:30~11:30**

〒661-0033  
尼崎市南武庫之荘12-16-1  
TEL.06-6436-1701  
管理室：中川(担当)

神戸健康共和会  
東神戸病院

**3月9日・4月6日(土)**  
**10:00~12:00**

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

神戸医療生活協同組合  
神戸協同病院

**3月2日・4月6日(土)**  
**10:00~12:00**

〒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

随時行っています

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

※上記日程以外でも随時受け付けています。

—— 詳しくは各担当者までご相談ください! ——