

まらり 看護学生

2021年 **02****03** 月号



02・03 | 看護の現場より — 福貴 友見さん(共立病院)
04・05 | コロナ禍における看護学生アンケート結果
06 | 看護師国家試験対策セミナー(WEB)開催しました!!

07 | ナースのおすすめ — 矢作 大輔さん(神戸協同病院)
08 | ほっとStation

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。

「自宅で過ごしたい」 思いに寄り添って ～退院後訪問グループの誕生～

姫路医療生活協同組合 共立病院
福貴 友見さん



■ はじめに

共立病院は、1病棟40床の小さな病院です。外来診療は内科と整形外科のみですが、訪問診療は管理件数が500件ほどあり、施設診療も含めると多くの在宅医療を行っています。

病棟に入院される方は、何度も入退院を繰り返される方が多く、ご本人やご家族の「自宅で過ごしたい(過ごしてほしい)」に寄り添って、日々看護をしています。

もともと私は外来看護師として訪問診療を担



当し、医師と一緒に患者さまのご自宅を訪問していました。4年前に病棟看護師になり、訪問診療で見てきた患者さんの自宅での様子を、病棟スタッフに口頭で伝えたのですが、なかなか伝わりませんでした。そんな折、病棟師長より「在宅での様子を見てこよう」と提案があり、月に1～2回、他の看護師を連れて退院後訪問を始めました。(退院後訪問グループの誕生)

■ 在宅のようす

退院後訪問は、退院されてから1か月以内に訪問し、久しぶりに懐かしい顔が見られてお互い笑みがこぼれます。

入院中、言葉数が少なかった方が家族に囲まれて笑っていたり、食事がほとんど進まなかった方が慣れ親しんだ施設スタッフの介助でパクパク食べていたり、たくさんの驚きがあります。

また、日本語がほとんどわからず、目もぼんやりとしか見えていなかった外国の方の訪問では、ご自宅の手すりやポールなどを使ってトイレまで行かれている姿を見ることができました。実



際に訪問することで知れる情報も多く、訪問した看護師が生き生きと他のスタッフに伝達していることを嬉しく思いました。

■ コロナ禍でのいま

昨年までは毎月1日、退院後訪問の日を作り、2～3名の方を訪問していました。

コロナが流行してからは、「入院患者さまへの面会もお断りしているのに、病棟看護師が退院後訪問に出かけるのはリスクがある」という声もあり、訪問しづらくなりました。しかし、“ご自宅の様子はどうな感じだろう？”“どんな生活をされているかな？”と気になることが増えてきました。そんな時は、リハビリスタッフや地域連携室と相談し、感染対策を徹底した上で、退院前の家屋評価のための訪問に同行して情報を得るようにしています。

退院後訪問グループ会議では、訪問する患者さまの選出をします。今後の課題として、3点があげられます。



- 《1》「退院日より1か月以内」や「退院後訪問指導料の算定基準にあった方」など制約がある中で、スムーズな選出ができるようにマニュアル化すること。
- 《2》訪問する日を決め、勤務表に組み込んでもらえるように計画を立てること。
- 《3》事前に訪問することを退院調整時に家族に伝え、スムーズに許可が取れるようにマニュアル化すること。

コロナが落ち着けば、「医師と訪問する外来訪問診療」とは違った、「病棟看護師の目線での退院後訪問」を再開したいと考えています。

コロナ禍における 看護学生アンケート結果

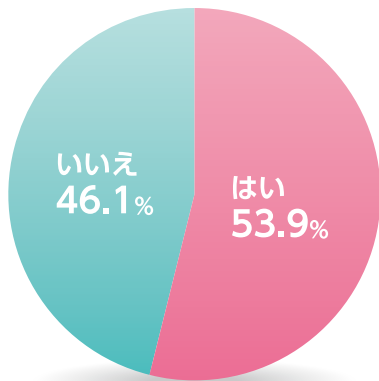


このアンケート調査は2020年9月に実施しました。民医連加盟の看護学校に通う学生を中心に、全国の計1,127名が応じてくれました。そのアンケート結果を報告します。

アルバイトについて

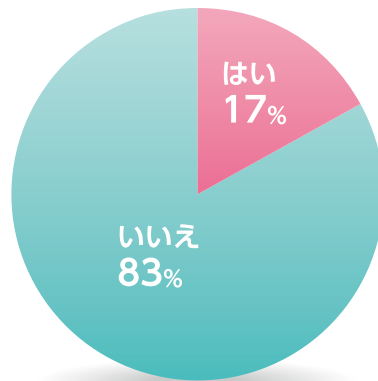
アルバイトをしていますか？

1,116件の回答



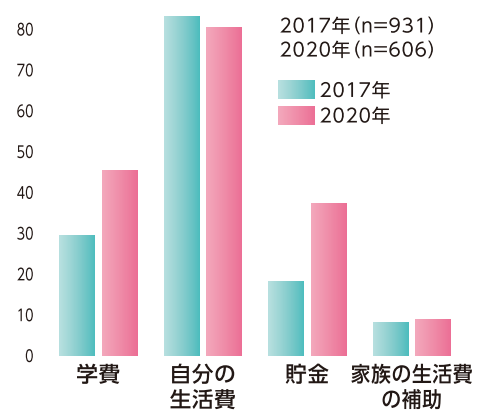
実習時にアルバイトをしていますか？

599件の回答

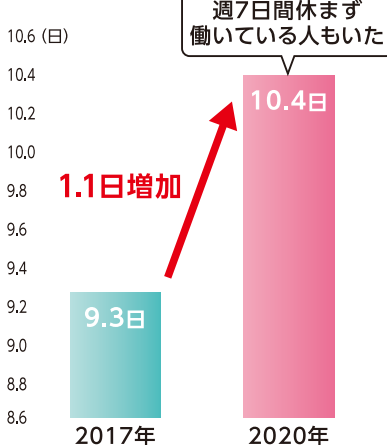


アルバイトの目的について (複数回答)

90 (%)

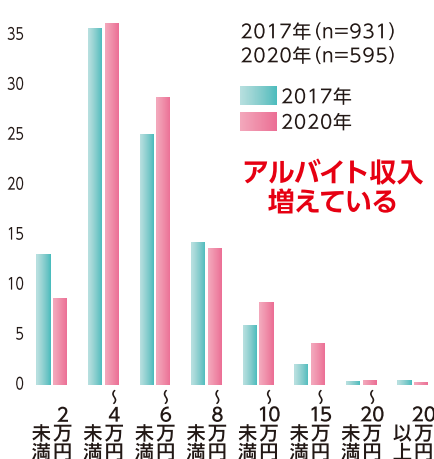


アルバイトの日数について (月平均)

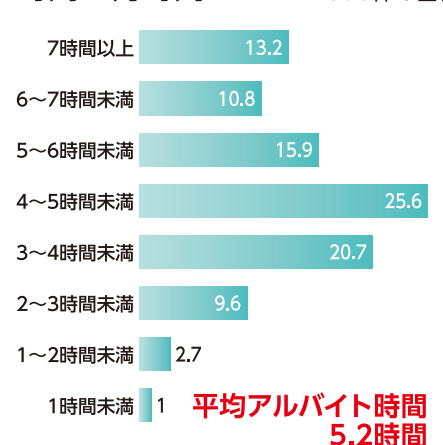


アルバイト収入 (1ヶ月)

40 (%)



1日のおおよその平均アルバイト時間は何時間ですか？ 593件の回答



実習中にもアルバイトをしないと生活できない学生が17%いたことや、実習中はアルバイトに制限がかかるので貯金をするためにアルバイトを掛け持ちする学生がいることがわかった。

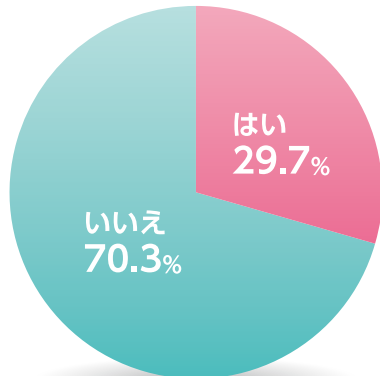
1日8時間以上のアルバイト経験者(ほぼフルタイム)が4割、22時以降までのアルバイト経験者が7割おり、全体的に労働日数が増え、遅くまで働いている傾向にある。

アルバイトが禁止されたり、アルバイト先が無くなる中で、それでも学費と生活費を稼がなければならない状態に追い込まれていることがわかった。

コロナ禍での生活の変化

ご自身の生活環境で
困ったことはありますか？

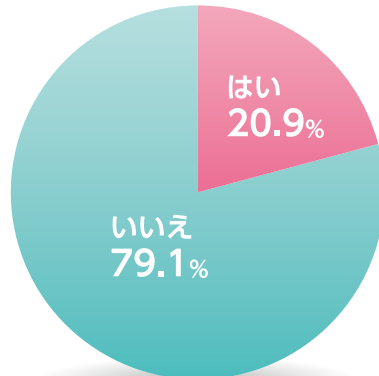
1,114件の回答



どのようなことを困っていますか？ n=336
 ①ストレス 257名 ②アルバイト禁止 214名
 ③運動不足 139名 ④体調不良 73名
 ⑤その他 38名

家族の生活環境で
困ったことはありますか？

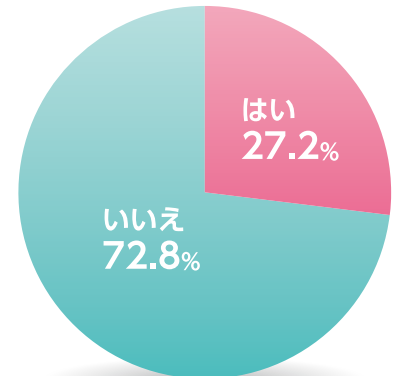
1,119件の回答



どのようなことを困っていますか？ n=230
 ①コロナのリスクが心配 136名
 ②家族の給料の減少 129名
 ③マスクが手に入らない 61名 ④その他 34名

授業料やその他、学業のための
支出に影響はありますか？

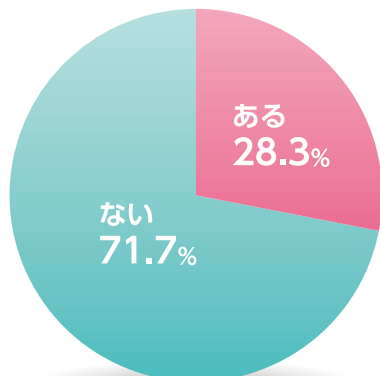
1,108件の回答



どのような影響がありましたか？ n=293
 ①生活費 234名 ②授業料の支払い 85名
 ③教科書などが買えない 21名
 ④交通費 5名 ⑤コピー代 4名

新型コロナウイルス感染症の広がりを受け、
自身の医療観や目指す看護師像に変化はありますか？

1,115件の回答



がんばりたい
力をつけたい
役割再認識
90%(284人)
不安・迷い
10%(32人)

自身の医療観や目指す看護師像で
変化したことは何ですか？ 245件の回答

- 看護師の役割の大きさと重要性を再認識
- はやく看護師になり役立ちたい
- もっと**力**をつけたいと感じた

正しい知識、苦慮している人に寄り添える力、感染対策、精神力、体力、自身の健康管理・メンタルヘルス、切迫した状況下でも俊敏な判断力、落ちついた対応力、災害対応力、自己管理能力

- 大変な業務、将来働くことへの不安、漠然と不安
- 感染リスクが怖い、命の危険が高まった、危険な仕事というイメージ、偏見差別を受けることは悲しい
- 看護師になるかどうか迷う
- 看護師は完璧を求められている

家族の給料の減少やアルバイト禁止で生活と学業に困難をきたしている看護学生が3割いた。しかし、このような困難な事態の中で、看護職に就くモチベーションをさらに高めている学生が存在することがわかった。

このような厳しい事態にあっても「患者さんのために役立てる看護師になりたい」と志を強くしていることがわかった。この想いを何としても未来につなげたい。

全日本民医連では、このアンケート結果から看護学生の実態を明らかにし、2021年1月12日に文部科学省と厚生労働省に要請書を提出、記者会見を行いました。

要請事項

1. 「学生支援緊急給付金」は9月末に終了したが、支給要件を緩和して改めて給付することを求めます。
2. 国の教育予算を増やし、学費無償化・補助金の拡充、看護学生への給付型奨学金の創設を求めます。
3. コロナ禍での看護職養成のために、養成校への必要な助成を求めます。

未来の看護職がひとりでも多く誕生できるように、しっかりと声を出して運動していくことが、コロナ禍を乗り越えることにつながります。学生のみなさんも一緒に頑張りましょう!!

看護師国家試験 対策セミナー(WEB) 開催しました!!



2020年12月5日(土)京都民医連主催、武田看護教育研究所 三井明美先生講師による「看護師国家試験対策冬季セミナー」を開催しました。例年だと京都に集まるのですが、今年は新型コロナウイルス感染拡大のため、各県連単位で集まったの開催となりました。

様々な看護学校に通う兵庫民医連の内定者9名が、神戸健康共和国の会場(東神戸病院の別棟)に集まり受講しました。

三井先生はオリジナルの「2020重点整理テキスト」を使用し、解剖生理～関連法規など、幅広い分野にわたり、わかりやすく講義してくださいました。



看護学生からの感想

自分の苦手分野をさらに知ることができた。

暗記ではなく、身体の機能から理解し、記憶を定着させていくことが大切だと感じた。再度、形態機能の本を見直していこうと思いました。

問題の解説だけでなく、傾向や時事についても教えてもらったのでわかりやすかったです。

他の事業所の奨学生と一緒に講義を受けることができ、とても励みになりました。

わからない用語もしっかり調べて解釈する大切さを知った。治療に用いる器械についても学び、実習に行けていないが、知識が深まった。

言語で理解しようとする、と難しいことも図と一緒に解説していただき、わかりやすく納得して次の問題にすすめた。

自分の得意分野・苦手分野がより明確になった。

勉強のポイントをつかむ有意義な貴重な1日となりました。

看護学生のみなさんは、とても熱心に講義を受けていました。国家試験に向けて「自分に厳しく!絶対合格!!」、「全員で合格して、素敵な看護師になる!」との言葉を聞くことができました。決意を新たにすることが出来た1日になったようです。

この新型コロナウイルスは学習面にも大きく影響していますが、その逆境に負けないで今春に花を咲かせられますように…。

看護師国家試験の全員合格を職員一同応援しています!!

神戸健康共和国 東神戸病院
看護学生担当
内村ひとみ



ナースの おすすめ



神戸協同病院・緩和ケア病棟
矢作 大輔さん



京都のランイベント

真夏の特訓！
ユニホームそろえて気合十分!!



神戸マラソンで3時間切り♪
厚底シューズで跳びました(笑)



仲良しランニングメンバーと田陣!



看護学生のみなさん、こんにちは。コロナ禍で勉強や実習がイレギュラーで大変な毎日、本当にお疲れ様です。そんな中で、みなさんはどんなふうに過ごしていますか？私はストレスフルな時こそ趣味に没頭します。数年前からハマっているランニングで気分転換しています。

ランニングは無理しなければ、百利あって一害なしです(笑) 走ることで体力がつくので、体調を崩しにくく元気になります。カロリーを消費して太りにくいし、ダイエットに最適です。そして走り終わると前向きな気持ちになり、生産性やモチベーションを高くして看護に向き合えます。いいことづくしですね(笑)

ランニングすること自体も今の私にとって大切なことですが、ランニングを始めて一番よかったと思うことは、楽しいことを一緒に共有できる仲間ができたことです。それは院内をはじめ、他県の方々とも交流する機会もでき、仲間が広がりました。

2020年はコロナ禍で実行できなかったですが、2019年には神戸協同病院の副院長も含めた院内のメンバーでリレーマラソンに参加し、一致団結して好タイムを出すことができました。



協同病院のメンバーでリレーマラソン☆
みんなで勝ち取った好タイム!

42.195kmの距離をメンバーと交代して走り、“全員で完走する”という一つの目標に向かうことで自然と一体感が生まれ、ゴールしたときに最高の達成感を全員で味わうことができました。

また、茨城県の水戸までマラソン旅行にも行き、ここでも副院長が同行してフルマラソンを一緒に走りました。また、観光のために東京や神奈川まで行って皇居ランや江ノ島を楽しみ、年代の垣根を超えて親睦を深めることができました。

私は自身の所属しているランニングクラブを通じて、数々のランイベントに参加していますが、その中でも最も印象に残っているのが、2019年の神戸マラソンです。馴染みのある神戸の街を目一杯走ることができ、それだけでも十分なのに、あんなに沿道の方たちが一生懸命応援してくれる。要所で応援してくれる神戸協同病院の職員の方々、ランニングクラブの親しい友人達とハイタッチもでき、素晴らしいパワーをもらって私は最大の目標であった、フルマラソン3時間切りを達成することができました。このときほど応援の素晴らしさとその力の強さを感じたことはありません。この上なく嬉しい出来事でした。

マラソンは人と人との繋がりやその温かさを感じることができます。この経験があるから、日々しんどいことがあっても、頑張っ看護師を続けていられるのだと思います。みなさんもお忙しいと思いますが、軽いランニングから始めてみませんか？

読者の声

ありがとうございます。引き続き、皆さんの参考になる情報をのせられるように頑張りますね。

いつも看護師について役立つ情報で楽しく読ませてもらっています！（高校生・コップ）

進路決まっているから早く看護師になりたいです！（高校生・Alice）

Aliceさん一緒に看護師として働くことを楽しみにしています。勉強頑張ってくださいね。

kikiさん、患者の気持ちに寄り添う…本当難しいことですが、「その人らしさ」を大切にしていきたいですね。

認知症の人は全てができない、理解できないと思ってしまうのではなく、入院前に行ってた習慣など患者の気持ちに寄り添ってケアすることが大切なんだということを改めて理解できました。（大学生・kiki）

2020年はたくさんの試験がありました。2021年も周りの支えてくれる人を大切に頑張ります。（大学院生・おもち）

おもちさん頑張りましたね。私たちも、一人では何もできません。周りの仲間と一緒に困難を乗り越えています。そのような仲間づくりを大切に、おもちさんならできる。応援しています。

コロナ禍が落ち着いたら、どこに行きましょう？早くあたりの生活にもどることを願っています。

「きり看学生」を読んでもまた旅行に行きたいなと思いました。（大学生・ちーず）

ハサンさん、不安わかります。今まで頑張ってきたことを信じて…ガンバレ。

いよいよ来日国試です。ずっと自宅での自習をしていますがとても不安です。コロナが拡大している中ですが、皆同じ状況なので最後の追い込み頑張りたいです!!皆もガンバレ!!（大学生・ハサン）

もう少しで国試です。コロナのため、友達と一緒に勉強することが出来ないため、電話などして問題を出し合ったりしています。（大学生・ゆにた）

コロナの中、工夫して頑張っていますね。体調に気をつけて、国試勉強頑張ってください。

コロナ禍で大変かと思いますが、仲間と励ましあいながら、体調くずさず、頑張ってくださいね。

1、2月から成人と老年の実習が始まります。実習中に体調を崩すことがないように感染対策や食事、睡眠をしっかりとって無事乗り越えられたらいいなと思います。（なかん）

国試まだ3年先ですが大変参考になりました。メリハリつけて勉強も息抜きも頑張ります。（大学生・おかゆ）

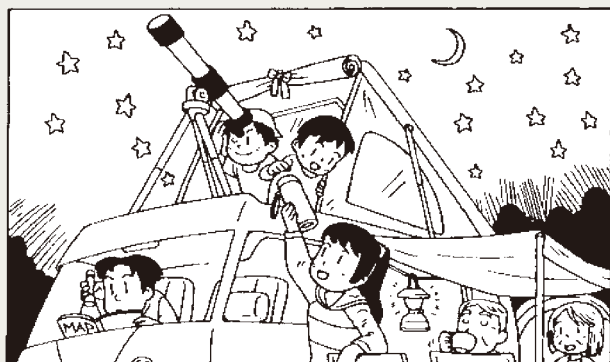
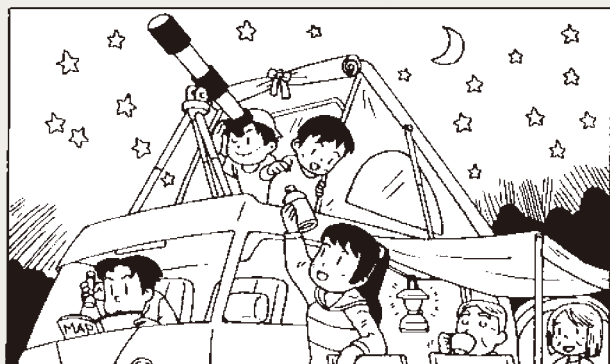
おかゆさん息抜きも大切(^ ^)、メリハリつけてコツコツと頑張ってくださいね。

様々な看護分野を知れるきっかけになるので、見ていて楽しいです!!（専門学生・ぶどう）

ぶどうさん、ありがとうございます。今後も楽しみにしてくださいね。

今回取り上げられていたものは、まさにチーム医療だなと思いました。軽い言葉の意味しか分かっていなかったのでこの話を読んで理解を深めることができました。（高校生）

ありがとうございます。日々、チーム医療の実践の難しさを感じています。

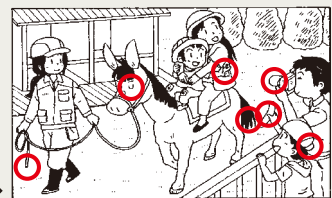


7つのまちがい

[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ごの答え→

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! 3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

みなさんの手元に届いたころは、国家試験は終わっているでしょうか? コロナ禍の中、みなさんが無事国家試験を受けられることを願うばかりです。コロナ禍を経験し、普段の当たり前の生活が送れることは幸せで、一日一日を大切にしないとけないと感じます。従来通りの授業や実習ができなかったかと思いますが、今できている事実を目をむけ、コロナにかからない…うつさない…を目指し感染対策頑張りましょう。(K)