



# 看護とちぎ

ーナースセンターニュース合同号ー



「今宮神社」

「まちの保健室」

提供：県西地区支部

## CONTENTS

- 2 会長あいさつ
- 3 理事あいさつ 新年の抱負
- 4 平成25年度理事会の動き  
平成25年度地区支部活動報告
- 6 第44回日本看護学会ー小児看護ー  
学術集会開催報告
- 8 看護教員養成講習会報告  
看護師確保対策「WLB推進委員会」活動報告
- 9 平成25年度新人看護職員応援研修事業報告  
医療安全管理者研修報告
- 10 研修受講者の感想
- 12 看護職のワーク・ライフ・バランス推進ワークショップ
- 13 「訪問看護師養成講習会」のお知らせ  
訪問看護ステーション経営サポート事業
- 14 看バック！再就業応援プログラム事業
- 15 平成25年度看護職員再就業支援研修
- 16 看護職員イメージアップ対策PR事業  
ナースバンクにご登録ください
- 17 こんな活動しています シリーズ6  
私たちは看護師さん達をサポートしています
- 18 私の職場の好きなところ シリーズ41
- 19 一般の方のコーナー
- 20 味自慢・ペット自慢・お知らせ・編集後記

※黒字は看護協会のページ、青字はナースセンターのページです。

会員数 10,627人 (H25.12.1現在)

保健師	493人 ( 11人)
助産師	311人
看護師	8,892人 (651人)
准看護師	931人 ( 70人)

男子は( )で再掲



# 新年あいさつ



公益社団法人栃木県看護協会  
会長 河野 順子

皆様 あけましておめでとうございます。  
皆様には、よき新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

栃木県看護協会は、会員皆様のご支援、ご協力により平成 25 年度の事業が滞りなく進んでいるところでございます。日頃のご支援を厚く感謝申し上げます。

昨年は、7月に看護研修センターの増改築工事が終了し、協会の教育・研修が毎日のように行われてまいりました。受講された皆様には、研修環境が整い、喜んでいただけたものと思っております。

公益目的事業として、平成 25 年度は下記の事業を進めております。

## 1. 看護職の労働環境等の改善および雇用の質の向上等確保定着事業の推進

平成 23 年度からワークライフバランス（以下 WLB という）・ワークショップを開催し、平成 25 年度までに 11 医療施設が参加され、たいへん大きな成果を上げています。

WLB の実現度を施設調査と職員調査から数値化・図表化することにより施設の強み、弱みが明確化し、具体的かつ効果的に取組み・改善・見直しにつなげていける事業です。

また、平成 24 年度から県の委託事業として継続している「看バック」事業が好評であり、有益な事業として多くの施設が利用しています。これは、離職した看護職個々の状況に合わせ、研修プログラムを作成し研修を実施することにより、職場への円滑なカムバックを支援する事業です。雇用者に対しては、勤務研修期間中の人件費が助成されます。

## 2. 看護の安全性・専門性の向上と実践能力の強化

看護研修センターを研修の拠点の場に、精力的に会員の皆様が研修企画に参画しています。受講者の積極的かつ真面目な取り組みには、心強さが感じられます。

## 3. 在宅ケアの推進と支援

昨今、「在宅ケア」の言葉は、その幅広い必要性ととも常に耳にするようになりました。看護・介護を提供でき、訪問・通所・宿泊にも対応できる「複合型サービス施設」への期待が高まっています。いまだ、協会ではそこまで拡充した在宅ケアに届いていませんが、地域のニーズはあるものと思います。現在は、居宅施設で働く看護職や介護職との連携を大切にしています。

## 4. 看護の啓発、県民への健康づくり支援

看護の日をはじめ、「看護体験」、「出前講座」、「まちの保健室」等で、多くの県民に看護を知っていただきました。特筆すべきは、9月の日本看護学会小児看護学術集会の開催です。一般公開講座では、特別講演の尾木直樹先生（通称「尾木ママ」）をはじめ、獨協医科大学の福島啓太郎先生等に講演をいただき、有意義な学会が開催できました。

今年も皆様にとって、また栃木県看護協会にとってよき年であることを願ってご挨拶いたします。





# 理事あいさつ

## 新年の抱負



### 副会長 石川美知子

今年は午年、凛々しくまっしぐらに駆け上る年。栃木県看護協会も会長を中心にアクティブに歩んでいきたいです。

### 副会長 山口順子

今日という1日、自分や周りの仲間を大切に、職業婦人として目標とした最後の年を充実していきたいと思います。

### 常任理事 馬込公子

謙虚にひたむきに、周囲の方々に感謝して執務に精進いたします。

### 助産師職能理事 寒河江かよ子

助産師の未来を託して、クリニカルリーダー普及に全力を挙げて対応できるよう頑張っていきたいと思います。

### 保健師職能理事 小林智子

あけましておめでとうございます。保健師職能委員会は、保健師の資質の向上と会員拡大を目標に活動します。

### 理事 久保智子

今年こそ「断捨離」の実行を目標に、執着から離れゆとりある健康な生活ができるようにしたいと思います。

### 専務理事 菊池園江

趣味の登山で、海外の山に登ることです。(日程的に無理かな、体力的には今年が一番若いのだけ)

### 理事 上杉みつえ

毎年、新年は箱根駅伝と共に始まります。走っている人と共に今年の抱負は「現状を受け入れ、少しでも前に進む」です。

### 理事 水戸美津子

地区支部長とともに支部活動の活性化と福祉分野の看護職の研修参加率向上に向けて一層の努力をしたいと思っています。

### 理事 関根照代

今年も健康第一！看護職の皆様のために、少しでも役に立つよう活動したいと思います。

### 看護師職能理事 渡邊カヨ子

病院領域、介護・福祉関係施設・在宅等領域のすべてにおいて「看護のコア」を見つめながら前進していきましょう。

### 理事 五月女幸子

草木の成長期が終わり、衰えの兆しを表す午年。自らにあてはめ、これから歩む道について熟考の年にしたいと思います。

### 理事 朝野春美

今年も会員の皆さまと共に、栃木県看護協会のさらなる発展のために歩んでいきたいと思っています。

### 理事 大関京子

午の年は変動のある年と言われるので、脳細胞の活性化に励み、与えられた理事の役割を地道にこなしていきたいと思っています。

### 理事 山口久美子

いろいろな意味で「変革」が求められる年、午年にちなみ元気に明るく前進できればと思います。

### 理事 村上充子

理事になり2年目。健康を第一に、自分のワークライフ・バランスも考えつつ、楽しく活動したいと思っています。

### 理事 小澤伸子

今年が午年です。何事にも前進あるのみ。働きやすい職場環境作りのために課題解決に全力で取り組んでいきたいと思っています。

### 理事 谷田貝理恵

失敗を恐れず目標に向かって、今よりも3歩前に進んだ位置にいられるようにする一年にしたいです。

### 監事 齋藤由利子

福島正伸さんの名言「人を育てなければ、自分が成長することを楽しむこと」をモットーに今年も頑張ります。

### 監事 荒木 剛

今年は、何事にも積極的に取り組み、健康管理にも気を付けて、公私ともに充実した年にしたいと思っています。

### 理事 坂上和江

年の初めにあたり、先年の反省と共に、日々の安全を願い、何事にも悔いのないよう努めていきたいと思っています。





# 平成25年度 理事会の動き

専務理事 菊池 園江

## 第1回理事会 平成25年5月20日(月)

### I. 協議事項

- 平成25年度通常総会について
  - 平成25年度通常総会の進行について
  - 役員を選定について
- 平成24年度決算報告・監査報告について
- 看護協会研修センター運営規程の一部改正について

### II. 報告事項

- 会員数の報告
- 日本看護協会理事会報告
- 業務執行理事報告
- 委員会および地区支部報告

## 第2回理事会 平成25年6月15日(土)

### I. 協議事項

- 役員を選定について
- 副会長の順序について
- 理事の業務分掌について

## 第3回理事会 平成25年7月6日(土)

### I. 協議事項

- 役員報酬および退職慰労金について
- 災害看護委員会規約改正について  
(災害看護支援ネットワークについて)

### II. 報告事項

- 専決事項について  
(認定看護管理者ファーストレベル研修の受講者数変更について)

## 第4回理事会 平成25年9月2日(月)

### I. 協議事項

- 平成25年度事業報告(7月末)について
  - 健康普及啓発・人材育成事業
  - 訪問看護・居宅介護・予防管理事業
  - 資金収支予算実績比較

### II. 報告事項

- 日本看護協会理事会報告
- 理事報告
- 第44回日本看護学会-小児看護学術集会の開催概要
- 平成24年度ナースセンター事業実績報告
- 栃木県在宅医療チーム等構築支援事業実施要綱の制定について

## 第5回理事会 平成25年10月21日(月)

### I. 協議事項

- 平成26年度予算編成方針について
  - 予算編成方針(案)について
  - 教育計画の方向性について
- 看護師養成施設の新設について
- 県への要望について

### II. 報告事項

- 日本看護協会理事会報告
- 理事報告

# 平成25年度 地区支部活動報告

## 宇都宮地区支部活動報告 平成25年度 宇都宮地区支部活動報告

宇都宮地区支部長 穂高 律子

### 1. 研修会

- |                           |                             |
|---------------------------|-----------------------------|
| 1) 7月5日(金) 「正しく学ぼう感染防止対策」 | 2) 8月22日(木) 「スキンケア 基礎編」     |
| 3) 9月7日(土) 「乳がん」          | 4) 10月3日(木) 「看護師職能委員会との交流会」 |
| 5) 11月16日(土) 「平穏死という選択」   | 6) 平成26年3月中旬 「口腔ケア」         |

### 2. まちの保健室

偶数月を宇都宮地区支部、奇数月は他支部と協力し、毎月第3土曜日に宇都宮F K Dにおいて健康相談を実施しました。4月から10月までの相談者は498名であり、60代・70代の女性の相談者が多くありました。現在の健康状態や生活や食事について、診療科の選択、内服中の薬について、介護についてなど幅広い相談内容があり、相談員研修の重要性を感じました。

## 県西地区支部活動報告 地域に根ざした地区支部活動を目指して

県西地区支部長 齋藤 浩子



県西地区支部は、役員との連携を大切に、地域に根ざした活動を意識し研修会を企画しています。



行って来ました 私たちのつべんに!!  
県西地区支部 リフレッシュ研修にて  
撮影者:日本看護協会

平成25年度は、主催研修として皮膚・排泄ケア認定看護師による「スキンケア」の研修会を行い、非会員の方の参加も多数ありました。スキンケア研修への関心が高いことがわかりました。また鹿沼・日光市民を対象に、元氣アップ講座を行い158名の参加がありました。参加者からは「また、研修に参加したい」などの意見もあり、地区支部活動への理解も深めていただけたと思います。共催研修は、看護の質向上のために「医療安全研修会」を実施し、1月には「交渉術」2月には「緩和ケア」の研修会を予定しています。リフレッシュ研修は、日本看護協会を見学し身の引き締まる思いと他施設との親睦も図れました。まちの保健室活動は、地域活動を広めようと今年度から町のイベントなどに参加し160人以上の方に利用していただいています。

今後も専門知識を深め、地域住民の健康と福祉の向上に役立つ活動を行っていきたく考えています。

## 関東地区支部活動報告

### 医療、保健、福祉の連携と資質向上を目指して

関東地区支部長 大野みゆき



平成 25 年度は、下記の研修会等を開催しました。①6月「救護活動報告—東日本大震災—」関東地区は、県内でも最も被害が大きかった地域であり、参加者は当時の状況を振り返りながら、危機管理対策の重要性を再確認しました。②8月「スキンケア」③9月「感染対策の基礎知識」関東地区の看護、介護関係職員の資質向上を目指し、介護保健施設に参加を呼びかけ、業務に直接活用できる基礎知識を身に付けていただきました。④10月「小児救急と予防接種」関東地区の保育施設に参加を呼びかけ、保育士や小児科の看護師、医師等の参加により活発な意見交換を行いました。

真岡市の健康フェスティバルにおいて、まちの保健室を実施し、住民に看護活動の普及を行いました。12月には益子焼体験をとおしたリフレッシュ研修を実施し会員の相互交流や連携強化を図ります。

関東地区支部は、これからも住民への健康づくりの普及啓発や、医療・保健・福祉の連携と資質向上を目指し、広く関係者を巻き込んだ研修会等を実施していきたいと思ひます。

## 栃木地区支部活動報告

### 栃木地区支部の取り組み

栃木地区支部長 田中 京子



今年度の栃木地区支部活動は、①支部会員が求める専門知識・技術を高める②会員間で情報交換を行い部署の発展に向けた発想ができる③非会員の看護協会への入会を促進する④地域住民の健康の保持増進に関する知識の向上に貢献することを目標に活動しています。

研修会としては「スキンケア（基礎編）」・「認知症看護」について認定看護師の方々に講師として開催し、「こころの健康講座」は県健康福祉センターと共催で一般市民や多職種の方の参加を得て実施しました。



「まちの保健室」活動は、大学祭の場で地域住民の方々に多数お越しいただき健康支援として活動することができました。今後は2月に下都賀庁舎にて「笑いヨガ」の研修会・「まちの保健室」を栃木市市民環境まつりに実施する予定です。

これからも協会員及び地域住民のニーズに則した研修会を企画し活動して参ります。皆様のご理解とご協力をどうぞ宜しくお願いいたします。

## 小山地区支部活動報告

### 平成 25 年度小山地区支部活動報告

小山地区支部長 渡井 恵



小山地区支部は 28 施設 2017 名の会員（平成 25 年 6 月現在）で構成されています。活動の柱は、各種研修会の開催とまちの保健室への参加です。

平成 25 年度は、褥瘡予防の基本・臨床でのコミュニケーション能力の向上・認知症看護・脳卒中リハビリテーション看護・摂食嚥下のアセスメントとケア・自殺対策におけるゲートキーパーの役割について等、幅広く臨床に役立つ研修会を開催し好評を得ました。看護協会の企画している研修会には希望者が多く、参加できないこともあるようですが、地区支部では研修を受講できない看護職や介護職の方々にも、興味を持って参加してもらえるような研修会を企画し、会員増加にも貢献したいと考えています。また、まちの保健室の活動については、毎年地域健康都市おやまフェスティバルと上三川町健康福祉まつりに参加し、住民の健康支援を行っています。

小山地区支部の活動目標である①研修の充実②看護協会への加入促進活動の実施③保健活動の強化ができるように各施設の役員が連携して活発な地区支部活動を展開しています。

## 県北地区支部活動報告

### 平成 25 年度県北地区支部活動報告

県北地区支部長 北山 幸子



県北地区支部は、会員 1700 名で施設数は 47 施設です。協会の加入率は全体の 4 割程度かと思いますが、診療所や施設等小規模のところの参加は少ない状況です。

今年度は、研修会担当、まちの保健室担当、交流会担当に分かれて活動を進めています。

県北から中央の研修に参加することは難しい事もあり、地区支部の研修を充実させて会員非会員を問わずできるだけ多くの看護職が自己研鑽の機会を得ることができるよう企画しております。また、専門的研修の他、会員同士の交流を深めたり、リフレッシュするための研修会を企画しています。今後も機会ある毎に様々な施設に声をかけ、会員の拡大を図っていききたいと思います。



## 安足地区支部活動報告

### 地域に根差した活動を目指して

安足地区支部長 亀田 優子



安足地区支部は 32 施設 1163 名と個人会員 9 名で構成されています。公益法人となり 2 年目に入り地区支部の活動が今まで以上に重要になった事を実感しております。

平成 25 年度の研修は、「リラクゼーション研修」「スキンケア」、講談看護師による「創作講義 烈々女フローレンスナイチンゲールと大関和」まで終了し、12 月には一般住民に呼び掛け「うつの理解」の研修を開催しました。

まちの保健室では、8 月・12 月を除き毎月第四土曜日に佐野イオンショッピングモールで健康相談を実施しております。今年度は、栄養士と共催でまちの保健室を実施いたしました。イオンの 10 周年イベント、佐野健康祭りにも参加等しております。栄養士と共催したことで充実した活動になりました。今後もコメディカルと協力し、地域に根差した活動に努力していきたいと思ひます。



佐野健康祭り、栄養士さん、  
歯科衛生士さんと

# 第44回日本看護学会—小児看護—学術集会 開催報告

## 学術集会長よりご挨拶

学術集会長 河野 順子



平成25年9月12・13日、宇都宮市文化会館を会場にメインテーマ「健やかな子どもの成長・発達のために—その子らしさを支える小児看護」として、第44回日本看護学会—小児看護—学術集会を日本看護協会との共催で開催いたしました。参加者は延べ2000名を超え、盛大かつ小児看護の探求ができましたことをご報告いたしますとともに多くの方々にご協力をいただき感謝申し上げます。皆様もご存じのように小児看護学術集会のスタイルは、領域変更（統合・再編成）により今年度が最後となります。この記

念すべき本学術集会の特別講演に「尾木ママ」こと教育評論家 尾木直樹先生のご講演をいただきました。公開講座は、市民の皆様にも参加していただき、2階席まで会場いっぱいとなりました。ありがとうございました。

## 準備委員長より一言

準備委員長 朝野 春美

平成24年9月、第1回準備委員会を開催し9名の委員と検討を重ねてまいりました。ご参加いただきました皆様、いかがでしたでしょうか。特別企画として特別講演、教育講演2題、シンポジウム、セミナー、交流集会、論文作成支援講座と盛りだくさんの企画となりましたが、どの会場も満員御礼となり会員皆様の熱意を強く感じました。2年間の特別委員会でしたが、厳しい中でも楽しく運営ができました。日本看護協会学会企画課をはじめ抄録選考委員、協力員の皆様ご協力ありがとうございました。

## 学会概要

と き：平成25年9月12日(木) 13日(金)

と ころ：宇都宮市文化会館

研究発表：□演72題 示説70題

特別企画：

- 特別講演 尾木直樹(教育評論家、法政大学教授 教職課程センター長)
- 教育講演Ⅰ 福島啓太郎(獨協医科大学医学部 小児科学講師、同感染制御センター講師)
- 教育講演Ⅱ 林芙美(千葉県立保健医療大学健康科学部栄養学科講師)
- セミナー 石井裕子(NPO法人日本クリニックラウン協会理事)
- シンポジウム講師5名 ●論文作成支援講座

参加人数：2,440人(2日間のべ人数運営関係者含)

## 研究発表

□演・示説発表は第2～4会場で行われました。第1群から32群142題は看護技術・業務改善、家族援助、退院支援、プレパレーションの効果、看護師のスキル向上、看護師の思い、事故防止等多岐にわたり、発表者、参加者が一丸となり質疑応答も活発に行われました。参加者から有意義な内容であったとの感想が多く寄せられました。示説では1題5分程度のプレゼンテーションの時間を設けました。これは研究内容を伝えるのに有効であったとの評価でした。





## 教育講演 I 小児の予防接種の現状と課題

獨協医科大学医学部小児科学 講師 福島 啓太郎 先生

予防接種の始まりから現在に至る経緯と、現在の予防接種の問題や、近年実施されるようになった肺炎球菌ワクチン、ロタウイルスワクチン等について具体的にお話しいただきました。

## 教育講演 II 食育から子どもの成長・発達を考える

千葉県千葉保健医療大学栄養学科 講師 林 芙美 先生

現在、一般市民にも周知されている「食育」。構えるものではなく、日常の子どもとのかかわりの中でできることであり、生活の中で育てていくものであると再認識しました。また、研究データをもとに子どもと食事の関係性についてお話いただき、食育の重要性を実感しました。

## セミナー 子どもの健やかな成長を願い笑顔をもとめて

特定非営利活動法人日本クリニックラウン協会 理事 石井 裕子 先生

入院生活をしている子どもたちが笑顔になれる環境をつくれるよう子どもの成長・発達にどうかかわっていたらよいか考えることができました。先生のユーモアあふれるお話に引き込まれ会場が笑顔になりました。

## シンポジウム 生まれる前からの子育て支援

真岡市役所	高橋 信子 先生	中央児童相談所	鈴木 悦子 先生
那須赤十字病院	野澤美枝子 先生	養徳園	福田 雅章 先生
星の家	星 俊彦 先生		
	座長 自治医科大学附属病院	朝野春美	黒田光恵

市町村の母子保健事業の取り組み、児童相談所の役割、虐待防止のシステム構築、社会福祉では補いきれない子どもと家族の現状、親の養育や支援が届かない子どもたちの現状など、事例を通し具体的にお話しいただき、子どもと家族の支援について考えることができました。



### 学術集会準備委員会

委員長…朝野 春美  
副委員長…仁戸部富恵 渡辺 先子  
委員…大橋 純子 黒田 光恵  
越沼 幸枝 佐々木裕美  
野澤美枝子 馬込 公子  
(五十音順)

### 学術集会抄録選考委員会

委員長…水戸美津子  
委員…小林八代枝 齋藤由利子  
鈴木 純恵 手塚真由美  
福島 道子 本多有利子  
丸山 邦枝 横山 由美  
渡邊カヨ子 (五十音順)

## 看護教員養成講習会報告 — 看護教員になるための学びをとおして —

栃木県看護教員養成講習会事務局 松井 町子



栃木県看護教員養成講習会は、2年目を迎えました。今年度の受講生は28名です。講習会の教育内容は、前年度同様、1年間38単位951時間の科目を履修します。

看護教育に必要な知識・技術を学ぶために講義のみでなく、演習に多くの時間を割いています。グループ全員で成果品を作り発表し、共有していく過程を体験しています。また、看護教育実習では、学生の前で講義するために指導案作成などの準備します。また、臨地実習では学生1人を受持ち、学生の実習指導を行い、看護教員としての姿勢やあり方など、より多くの学びをさせていただいています。講習会最後の演習では、看護学校を想定し、理想の看護学校づくりを行います。

講習会を履修された皆さんには、県内の看護学校・養成所でこの講習会で学んだことを生かして、ご活躍されることを期待しています。



## 看護師確保対策「WLB推進委員会」 ～より魅力的な職場環境に～

看護確保対策（WLB）推進委員長 高崎 至子

本事業は3年目に入りました。社会経済福祉委員会との共同連携事業として開始し、事業の充実を図っています。今年度も県内4施設が9月の5・6日の2日間、ワークショップを行い、向こう3年間の取り組みを開始しました。3年目を迎えた1施設・2年目を迎えた4施設の経過報告と成果が発表され、他職種と連携し、組織として働きやすい職場環境づくりが推進されています。ミッション（組織の存在理由）、ビジョン（組織が目指す将来像）に向け、全職員でWLB推進体制を作り、看護部組織はそのデータを基に活動し、多くの成果を見いだすことができています。

現在の活動は看護部としての取り組みの域を超え、病院組織としてのWLB活動に至っています。一人でも多くの会員がこの事業に関心を持ち、働く環境をよりよく整える行動をしていただけることを願います。

平成26年2月7日（金）フォローアップワークショップを公開で行います。多くの皆さま方の一般参加をお待ちしています。よろしくお願いいたします。





## — 平成25年度新人看護職員応援研修委員会活動報告 —



新人看護職員応援研修委員会委員長 那須中央病院 杉本 友子

当委員会は、平成22年度看護協会の特別委員会の中に企画委員会として設置されました。

今年度より、新人看護職員の離職防止、働きがいのある職場づくりを目的とし、栃木県の委託事業として設置されました。

委員は栃木県看護協会の馬込理事をはじめとし、9名で活動しています。研修は、「新人看護職員他施設合同研修」「研修責任者研修」「教育担当者研修」「実地指導者研修」に分かれており、全体で約340名の方が参加しました。

なかでも9月に開催された研修責任者研修では、新人看護職員研修の推進に関する研究の第一人者である佐藤エキ子先生をお招きし、「努力義務化から3年、見直すべきことは何か」と題してご講演いただき、66名が参加しました。参加者から、新人教育に対するモチベーションの向上につながったとのご意見をいただきました。

今後も皆さまのご意見を聴きながら、有意義な研修を開催できるように努めていきたいと思っております。



## 医療安全管理者研修を受講して — 医療安全を推進していくために —



地方独立行政法人新小山市市民病院 末光 正子

医療安全研修にはこれまで数回参加していましたが、今回は、医療安全委員という立場で参加しました。研修内容を私個人の知識として活用するのではなく、病院全体を考えたうえで医療安全委員として、今後どのように行動していかなければならないのかを考えることができました。

「医療事故は、ゼロにはならない」「人は間違える」。でも、誰一人として間違えようとしているわけではなく、結果が患者さんに不利となる影響を与えてしまっている現状もあります。患者さんに安全な医療・看護を提供することは当然のことです。しかし、ゼロにはならない報告に自分も気をつけようと思うだけでなく、なぜ起きてしまったかを分析し再発防止しなければなりません。そのためには、一人ひとりが「すべきことをする」「してはいけないことをしない」という安全文化の醸成と、コミュニケーションの重要性を伝えていきたいと思っております。



# 研修受講者の感想



## ファーストレベル

開催日／7月8日～10月30日  
修了者／78名

### ファーストレベル受講後の自己課題

石橋総合病院

高山 早苗

今年度のファーストレベルは、78名と多数の受講者で始まりました。当初混乱はあったものの、先生方の支援のもと、すべての受講生と会話をする機会を得ることができました。

それぞれに課題を持ち臨んだグループワークでは、病院機能は違うものの、問題とする本質は同じでした。他者問題が自己問題として捉えられ、多くの意見やアイデアが問題解決の糸口となり、生産性が高いものになりました。

医療界のなかで看護師の割合は他職種に比べて多く、その人材が存在するからこそ、様々なアイデアと生産性が生まれます。病院管理は多職種で行われるものですが、看護師の生産性は病院経営に大きく貢献できるものであると確信しました。

今後の課題は、明確になった解決策の実践です。学び実践することが管理者としての責務であることから、実践力につなげていきたいと考えます。

## スキンケア

開催日／10月4日  
参加者数／60名

### 「スキンケア」を受講して学んだこと

とちの木病院

稲葉 和子

スキンケアの大切さは、皮膚の生理機能を正常に保つということだけではなく、スキンケアをすることにより、褥瘡予防につながることを、改めて実感できました。

今回の研修では、演習で正しい洗浄方法やポジショニングをよりわかりやすく学ぶことがで

きました。さらに、ポジショニングを適切に行うことにより、褥瘡予防につながるということも、再認識することができました。

また、グループワークでは、短い時間でしたが、他の病院の方々の話しを聞くことができ、参考になりました。

今後、研修で学んだことを、他スタッフと情報を共有し、スキンケアを実践していきたいと思えます。



## 医療安全と事故防止

開催日／11月6日  
参加者数／110名

### 医療安全と事故防止を受講して

宇都宮第一病院

渡辺 麻衣

私は、医療事故防止委員の立場で研修に参加させていただきました。医療機器や電子カルテの導入、フルプルーフ等により医療ミスの発生しにくい環境になってきています。しかし、ヒューマンエラーやコミュニケーションエラー等、様々な要因が重なり事故に繋がることもあります。

基本の指差呼称を行う事で医療事故が6分の

1に減少することにとっても驚き、基本の大切さを実感しました。

グループワークでは、状況を適切に伝えるためのコミュニケーションスキル「SBAR」について学びました。状況・背景・判断・提案の順に簡潔に伝えることで必要な情報を確実に共有することができました。今回研修で学んだことを活かし、医療安全、事故防止に努めていきたいと思えます。



## 看護管理のための基礎理論

開催日／10月7日  
参加者数／110名

### 看護管理を学んで実践すべきこと

済生会宇都宮病院

上野 典子

私の勤務している病棟は、病床数50床の混合病棟です。入院患者数は月平均120名、平均在院日数9.9日です。今回、入退院数の多い中で看護の質を上げるためには、係長としてどのような役割発揮をしたらよいか学びたいと思い、この研修を受講しました。

S W O T分析による課題提案、意思決定時の視点、交渉術の基本姿勢の3項目の基礎知識について実践を通し学びました。いずれの場合も、まずは現状を客観的に捉えること、それを分析

し戦略的に取り組むには、「こうなりたい」という目標と強い意志が重要であることを再認識しました。問題解決を図るうえでは、時代のニーズも考えた新しい発想ができる柔軟な思考力と決断力が必要であり、それは私の理想です。交渉戦略におけるコミュニケーションにおいても、笑顔を戦略術の一つの戦法とし、これからも常に明るくポジティブに人と関わっていきたいと思います。この研修で学んだことを生かし、よりよい病棟づくりができるよう頑張っていきたいと考えています。



## リーダーシップ研修

開催日／10月25・26日  
参加者数／56名

### 「リーダーシップ研修」を受講して

獨協医科大学病院 看護師

渡部 直美

「職場における自己の役割を知り、リーダーシップを発揮する能力を高める」という研修目的に興味を持ち、2日間の研修に参加しました。

経験を重ねる中で、病棟や委員会でのリーダー等さまざまな役割を担っています。今回の研修では、リーダーシップの要素として、課題達成機能・集団維持機能の必要性を学びました。日頃の自分の行動を振り返り、リーダーとしての

自分の言動が、そのまま後輩に影響をすること、相手の気持ちを知り、相手の言い分を聞くことから始めなければ、課題達成のための問題解決能力を高めることはできないと感じました。

リーダーシップとは、目標を達成するための影響力の行使であり、リーダーとしての自分のタイプを知り内省することで、研修の学びがより活用できると思いました。



## 新人のためのフィジカルアセスメント

開催日／10月11日  
参加者数／107名

### 広い視野を持つ看護師を目指して

管間記念病院

小口 瑞希

今回、「新人のためのフィジカルアセスメント」を受講させていただきました。講義とグループワークを通して、私がポイントだと思ったことは、「広い視野」で患者さんを視るということです。たとえば、胸が痛いという訴えに対して、胸の痛みだけに注目するのではなく、精神的な面や環境にも目を向け、頭から足の先まで観察し、情報を得ることが重要だと学びました。あ

たり前のことかもしれませんが、その情報が患者さんの命を一早く救うきっかけとなるのだと実感しました。

今の私の目標は、新人看護師として知識と技術の習得に努めることと、今回の研修で学んだ広い視野で患者さんを視ていけるようにすることです。そして、患者さんに何が一番必要なかを考え、知識と技術を選択できる看護師になっていきたいと思っています。

# 看護職のワーク・ライフ・バランス推進ワークショップ

## ～ 3年目を迎えます ～



WLB推進ワークショップを初めて3年目になります。平成25年度新たに4病院が参入し、参加施設は11病院となりました。平成25年9月5日・6日に開催したワークショップでは、6月に各施設で実施したインデックス調査をもとに「働きやすい職場づくり」を熱く語り合いました。



### 次年度参加施設募集

看護職のワーク・ライフ・バランス実現のために、看護職の働き方に革命を起こす第一歩を踏み出してみましょ。あなたの思いを形にする。変わる・行動する。今がその時！

お問い合わせ先

公益社団法人 栃木県看護協会  
 ☎028-625-6141 FAX 028-625-8988  
 mail : info@t-kango.or.jp



いつやるの？



今でしょ！



## 「訪問看護師養成講習会」のお知らせ

近年、高齢化が進行し在宅看護や介護を多くの方々が必要としています。そのような状況に応じて看護協会では毎年、「訪問看護師養成講習会」や「在宅支援事業」に重点をおいて取り組んでいます。

平成26年度の「訪問看護師要請講習会」についても、年度当初より募集を開始していく予定です。看護協会員・非会員を問わず、訪問看護に興味のある方、就業希望の方々など多くの方々の参加をお待ちしております。

詳細は栃木県看護協会ホームページに掲載いたしますのでご覧ください。

お問い合わせ先

(公社)栃木県看護協会 在宅支援

☎028-625-6141 FAX 028-625-8988

mail : houmon@t-kango.or.jp



## 栃木県看護協会在宅支援では、今年度から 訪問看護ステーション経営サポート事業を始めました!!

- 訪問看護ステーションの開設を考えている事業者
- 現在訪問看護ステーションを経営している事業者 方々の相談に応じます

### 事業内容

#### ▶電話相談

訪問看護ステーション管理者や訪問看護事業に新規参入する事業者等からの事業所運営や請求事務等に関する電話相談に応じます。

電話相談日：火・水・金 9:00~16:00

#### ▶面接相談

訪問看護ステーション管理者や訪問看護事業に新規参入する事業所等からの事業所運営や経営に関する相談について、専門家による面接相談を行います。

面接相談日：第2・第4金曜日 9:00~16:00……予約制です。

#### ▶専門家の派遣

経営の安定化を志向する事業者に対し、専門家をアドバイザーとして派遣し、経営分析などの業務改善指導を受けることができます。……申込制です。

栃木県看護協会 会員・非会員を問わずご相談に応じますのでご連絡ください。



### お問い合わせ先

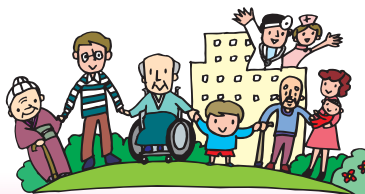
公益社団法人栃木県看護協会

訪問看護ステーション経営サポート事業コールセンター

TEL/FAX 028-625-1173

メールアドレス : supprt@houmon-nurse.org

実施主体 : 公益社団法人栃木県看護協会 ※栃木県より委託された事業です。





# 看バック!再就業応援プログラム事業

育児などで離職した看護職員の職場復帰へのスムーズなカンバックを応援しよう!!と昨年度から開始された事業で2年目となります。

昨年度は21施設の参加申請があり22名の方々が職場復帰され、今年度は24施設の参加申請があり12月現在35名の方々が職場復帰されています。

ご主人の転勤や体調不良等により、いたしかたなく退職された方も数名いらっしゃいますが、多くの方々が勤務時間を延ばしたりして元気に就業継続されています。

参加者にとりましては、久しぶりの看護現場復帰に「今の医療について行けるかしら?」・「患者さんと上手く接することができるかしら?」・「電子カルテは使えるかしら?」・「体力は大丈夫かしら?」など多くの不安を抱えての職場復帰ですが、雇用施設側が研修計画書に沿っての職場研修を進めてくださり、一カ月ごとの振り返りにて状況確認をしてくださっています。その結果、以前の看護業務感覚を思い出し楽しくスムーズな職場復帰につながっています。

ご本人の努力はもちろんですが、雇用施設の方々の努力・協力があって勤務が継続されています。

今回は、そんな中から長い離職期間からカンバックしたケースをご紹介します。



## 18年の病棟看護のブランクを経て

那須中央病院 看護師 大谷 裕子

子育てがひと段落し、気持ちに余裕ができたことから病院看護師として復帰することを考え、勇気を出して就職することにしました。18年ぶりの白衣がとても懐かしく、白衣を着ると気持ちは若返ります。しかし、18年のブランクは大きく、現実には昔のように機敏には動けない自分がいました。何度も同じことを聞いてしまうこともあり、また、疲れも身に染みてしまい、しばらくの間は不安な日々でした。しかし、3か月間の計画に沿った研修期間と、病棟スタッフの暖かいご指導、ご支援により何とか続けることができています。毎日が新鮮で、患者様に接することで様々なことに感動や、やりがいを実感しています。医療進歩しても看護の心は変わらないと思います。現在看護の現場から離れている方にも勇気を出して看護の現場に復帰していただき、慢性的な看護師不足が少しでも解消されることを願っています。

## 長期のブランクのある看護師の現場復帰支援を経験して

那須中央病院 病棟師長 岩井 福子



看護部長から「看護師で18年ブランクがある方からパートでの就職希望があり、県の看バック再就業応援プログラム事業を使いながら採用したいと思うの。内科病棟でお願いできるかしら」と依頼されました。この事業についての説明を受け18年のブランクを少しずつ埋めるための指導計画を立て実施しました。しかし、18年のブランクは未知数でありまた勤務できる時間も少ないため、通常1か月で習得できる内容が3か月かかると予測されました。本人の強い意志と勇気を持ち続けてもらえるように、スタッフに協力を依頼して取り組みました。入職して9か月が過ぎ彼女は、「私なんかまだまだです。」とよく言いますが、年齢を重ね人生経験を積んでいる分、患者様に対する思いやりや接遇等で私たちに教えてくれることも多くあります。彼女のように看護を続けたいと思う気持ちと行動力があれば、ブランクは少しずつ取り戻せるので、この事業を使って多くの潜在看護師が復帰してくださることを願っています。

お問い合わせ先 (公社)栃木県看護協会 栃木県ナースセンター ☎028-625-6141 FAX 028-625-8988

mail : tochigi@nurse-centar.net プログラムの詳細は看護協会HPをご覧ください。





# 平成25年度看護職員再就業支援研修

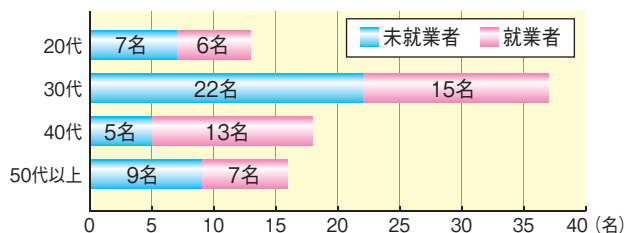
看護職の資格を有する未就業の方、就業中で再学習を希望する方を対象に、県内3か所の病院を会場として、年7回開催しています。今年度はうち6回が終了し、84名の方が受講されました。

## 受講者の傾向とアンケート結果 (対象84名 回収率100%)

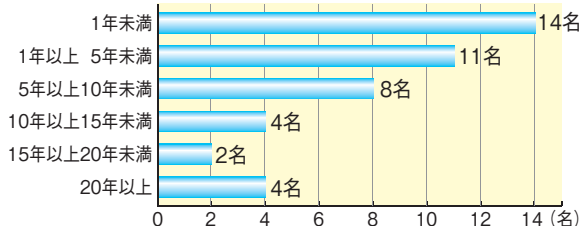
### 1. どこで研修を知りましたか? (複数回答有)



### 2. 未就業者と就業者の年齢



### 3. 未就業者43名の離職期間



## 「看護職員再就業支援研修」を受講して

獨協医科大学日光医療センター 柳原 伊津子



結婚、出産を機に医療現場を離れ約十年、その間に介護の現場でワークライフバランスに合わせて働いていましたが、子供が小学生となったのを機に、病院に復帰したいと思っていました。復帰するにあたり、ブランクの不安から看護協会で行っている再就業支援研修を受講しました。

研修は、認定看護師や作業療法士など専門の講師の方が、AEDを使用した心肺蘇生法、ボディメカニクスを活用した体位変換・移動の演習等、専門的にわかりやすく教えて下さいました。

また、一緒に受講した方々とは、情報交換や、知識の再確認により、楽しく充実した研修を受けることができ、復帰してもう一度頑張ろうという気持ちを持つ事ができました。

現在は病棟で働いていますが、まだ戸惑う事も多く、日々勉強の毎日です。常に感謝の気持ちを忘れずに、前向きに仕事に臨み、早く病棟のスタッフの一員として働けるように頑張りたいと思います。

### 受講者の感想

とてもわかりやすく本当に来て良かった。

忘れていたことを再学習するよい機会になった。

とても刺激になり、働きたいと強く思うようになった。

同じ看護職同士、知識や思いを共有でき、より学びを深めることができました。

ブランクが長く、とまどう部分もあったが、参加して良かった。

現場では質問しづらい基本的なことも聞けて良かった。

お問い合わせ先 (公社) 栃木県看護協会 ☎028-625-6141

<http://www.t-kango.or.jp>





みんなで話そう  
看護の出前授業

# 看護職員イメージアップ対策PR事業

## 佐野高等学校附属中学校に行ってきました!

公益社団法人栃木県看護協会 湯澤 淳



母校である佐野高等学校の附属中学校で行われた「看護の出前授業」に、講師として派遣させていただきました。とても新鮮で楽しい時間を過ごすことができました。その中でも、一番印象深かったのは「初めて患者さんが亡くなった時はどう思いましたか?」と質問されたことです。中学生にはネガティブなイメージをもたせてしまうかと思い、「血」や「死」というワードはあえて避けていたため、このような質問がくるとは予想していませんでした。しどろもどろになりながらも自分の体験を話したつもりですが、さとうまく伝わったでしょうか。

初めての講師という立場と、中学生を対象に看護についての話をするという事で、数週間前から「わかりやすく看護師の魅力を伝えるにはどうしたらよいか」と悶々と悩む毎日でした。力不足でどこまで看護の魅力が伝わったかは定かではありませんが、拙い話を真剣に聞いてもらえ、私自身が「看護」を問い直すよいきっかけになりました。

お問い合わせ先 公益社団法人 栃木県看護協会 栃木県ナースセンター  
☎028-625-6141 FAX 028-625-8988

## ナースバンクにご登録ください

(看護師等無料職業紹介所)

登録無料



看護の仕事をはじめませんか? ナースバンクに登録し、資格を活かしてみませんか?

### 〈対象者〉

- 保健師・助産師・看護師・准看護師の求職者・看護職取得予定の学生の方々
  - 病院・診療所・訪問看護ステーション・老人保健施設・社会福祉施設・看護学校・企業等の求人施設
- ※看護協会員・非会員問わずにご利用できます。

### 〈利用方法〉

- 場所：宇都宮市駒生町3337-1 とちぎ健康の森4階  
公益社団法人 栃木県看護協会 栃木県ナースセンター 看護師等無料職業紹介所
- 電話：ナースバンク専用ダイヤル **028-625-3831** ● FAX：028-625-8988
- eメール：tochigi@nurse-center.net

利用曜日 月～金曜日 相談時間 9時～16時 ※駐車場あり

休業日 土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始(12/29～1/3)、お盆(8/13～16)

### ● インターネット

インターネット登録：24時間利用可



<http://www.nurse-center.net/>

※QRコードは、スマートフォンのみ使用可能です。

相談風景



Q. 子供が小さいので寝ている間に仕事検索したい。 → A. e-ナースセンターより登録し、お仕事探し。

Q. インターネットが使えない(環境が無い)と無理?? → A. 来所登録できます。ナースバンクへお越し下さい。郵送登録もあります。ナースバンクへご連絡下さい。

ナースバンク事業は栃木県から委託を受け栃木県看護協会が運営しています。





# こんな活動しています シリーズ 6

— 私たちは看護師さん達をサポートしています —

那須赤十字病院託児所 志村 恵美

当院託児所は、職員の福利厚生・看護師確保を目的に昭和46年全国に先駆け、365日24時間体制の保育施設として開設されました。平成24年7月の病院新築移転に伴い、同敷地内へと移り、那須赤十字病院託児所は、ドラえもんの四次元ポケットから名称を“ポケット”とつけました。現在は、夜勤明けの希望者には15時までの延長保育も行っています。木の温もりが感じられる広い保育室や乳児室、そして病後児保育室があり、床暖房も完備されています。洗面所やトイレは、子供達に合わせた高さや大きさなど工夫がされ、子供達のロッカーも壁に埋め込み式とした安全設計となっています。また、保育室と乳児室の間の扉は、全開にすると1つのオープンスペースとして広く使え、子供達は伸び伸びと遊べ、クリスマス会等の行事の時に大活躍をしています。各部屋には、掃き出し窓とウッドデッキが付いており、景観がかわいいだけでなく、災害時の避難経路としても有効な設計です。また、そのウッドデッキからは、病院に時折発着するドクターヘリがよく見え子どもたちは興味を持って見上げています。

現在、女性医師や看護師の子供を中心に預かりをしており、平成25年11月現在の登録児数は、44名で、中には託児所から近隣の幼稚園に通園する子供達もあり、幼稚園の送迎バスが来てくれます。

0歳児から就学前までの子供が、昼夜を共に過ごすことで、自然と年上の子が小さな子の面倒を見ようとする姿や、遊びながら思いやりの心を育み、日々成長をしている姿が見られます。

託児所職員は、常勤務者が13名で、その内訳は保育士8名・看護補助者4名と、病後児を預かるにあたり看護職員1名が配置されています。

私たちは、子供達が健康で安全に過ごせるよう、安全な保育環境の維持に努め、子供達一人ひとりの心に寄り添った保育を心掛けています。また、お母さん方が安心して仕事ができるようなより良いサポート施設を目指し、今後も日々努力していきたいと思ひます。

# 私の職場の好きなおとところ

シリーズ

41

とちぎリハビリテーションセンター 伊藤 智子

## 回復期リハビリテーション看護師として大切にしたいこと



とちぎリハビリテーションセンターは、乳幼児から高齢者に至るまで幅広い年齢層に対応し、障害を持つ方の自立と社会参加を促進することを目的に平成13年

に開設しました。施設としては、主に回復期のリハビリテーション医療を行う病院部門、福祉施設部門、相談や判定を行う総合相談部門等があり、県民に総合的なリハビリテーションを提供する中核機関としての役割を果たしています。

私が勤務している回復期リハビリテーション病棟には、脳血管疾患や整形外科疾患による、運動機能障害や高次脳機能障害等の後遺症のため、セルフケア能力が低下した方が多く入院されています。突然の発症により生活が一変し、それまでご自分でしていたADLを他者に委ねなければならなくなったことへの喪失感や自尊心の低下は、回復への意欲を減退してしまうことがあります。

私たち看護師は、患者さん・ご家族の抱える不安言動を傾聴し、主体的にリハビリに取り組めるよう、入院時から退院後の生活に向けた支援を他職種とチームアプローチしています。中



でも、24時間患者さんの傍にいる看護師の役割は大きく、どのようにしたら「できる」という実感をもってもらえるのか、日々試行錯誤しながら看護を実践しています。

限られた入院期間でADLが向上し退院される姿を目にすると、機能回復への不安を抱え、セルフケア自立に向けて毎日リハビリを頑張ってきた患者さんの入院生活を思い返します。退院後も継続して地域での生活に生きがいを感じられることを願いながら、回復期リハビリテーション病棟の認定看護師として、その人らしいQOLの向上を目指し、地域連携を大切にこれからも支援していきたいと考えています。

**募集のお知らせ**

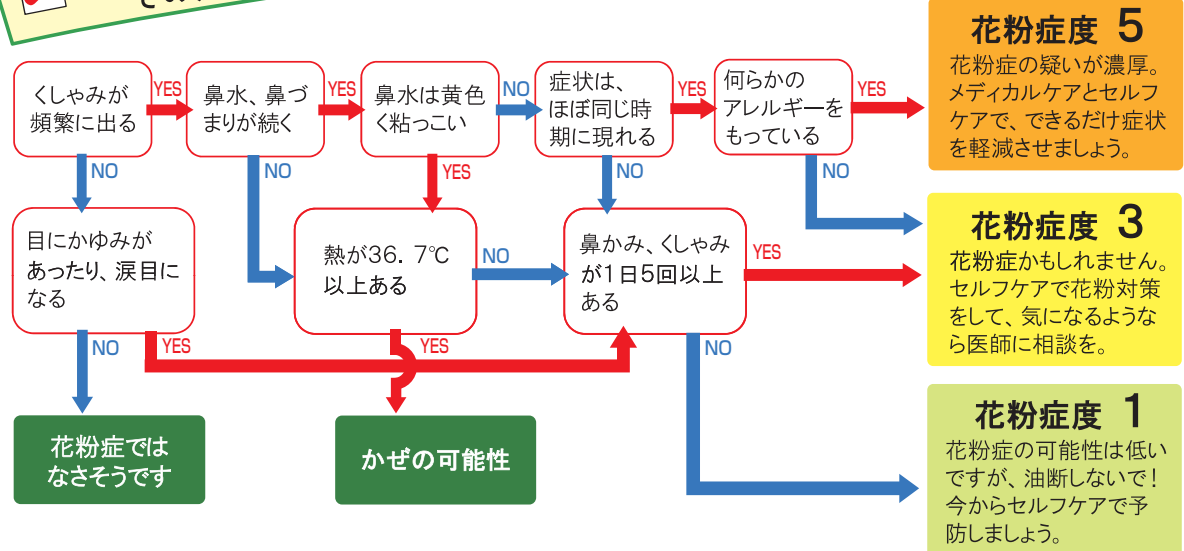
♥「私の職場の好きなおとところ」の原稿を募集しています。

〒320-8503 宇都宮市駒生町3337-1 とちぎ健康の森4F 栃木県看護協会 広報委員会宛



# 一般の方のコーナー

**かんたんチェック!**  
その症状はなぜ?花粉症?



資料: 大久保公裕監修「花粉症 的確な花粉症の治療のために」  
鼻アレルギー診療ガイドライン作成委員会「2005年度版 鼻アレルギー診療ガイドラインダイジェスト」

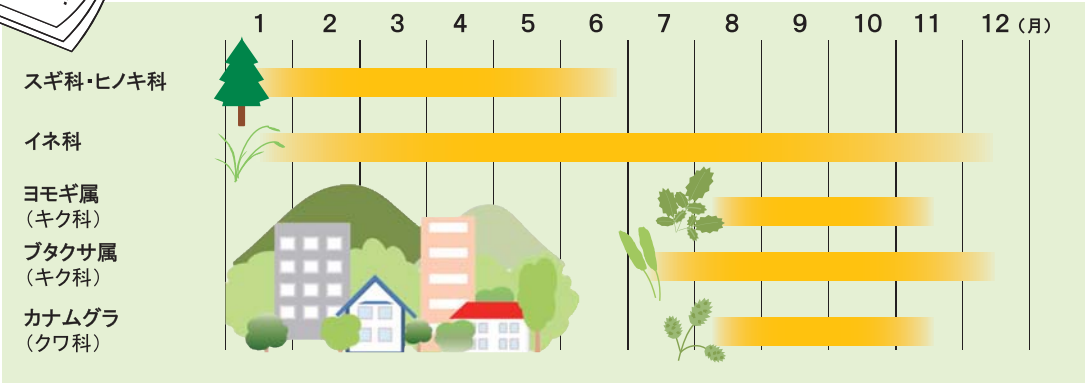
## 春だけじゃない 日常生活でも セルフケアで徹底抗戦!

花粉症の予防で最も重要なのは、とにかく花粉に接しないこと。また、正常な免疫機能を保つためには十分な睡眠と規則正しい生活が欠かせません。かぜをひかないことも鼻の粘膜を守るために大切です。

花粉症は春だけと思い込んでいませんか?  
自分の住む地域で、いつ、どのような花粉が飛んでいるのかを知ることが、セルフケアの第一歩です。



### 主な花粉症原因植物の花粉飛散時期



※ 花粉の飛び方は、地域やその年の気象条件によって変動があります。

# 味自慢

## ポットローストポーク



### ●材料(5人分)

豚肉(ロース又は肩ロース)ブロック	800g~1kg	【つけあわせ】	
玉ねぎ	2~3ヶ	じゃがいも	1ヶ
		ブロッコリー	1/2ヶ
		まいたけ	1パック

### ●作り方

- 1 豚肉をフライパンで全面焼きます。
- 2 玉ねぎは5mm位の薄切りにします。
- 3 玉ねぎは豚肉が入る位の鍋に入れ豚肉をのせてフタをし、弱火で1時間半~2時間蒸し焼きします。(途中、引っくり返す。)
- 4 さめたら1cm位の厚さに切って盛りつけます。
- 5 つけあわせは、ブロッコリーとまいたけはバターソテー、じゃがいもは5mm位に切ってオーブントースターで焼きます。
- 6 鍋に残った玉ねぎのスープでソースを作ります。さらに残ったソースにコンソメを加え、塩・こしょうで味を整えるとオニオングラタンスープができます。(お肉は岩塩・ホースラディッシュで食べてもおいしいです。)

料理提供者：岡本台病院 齋藤公子

## ペット自慢



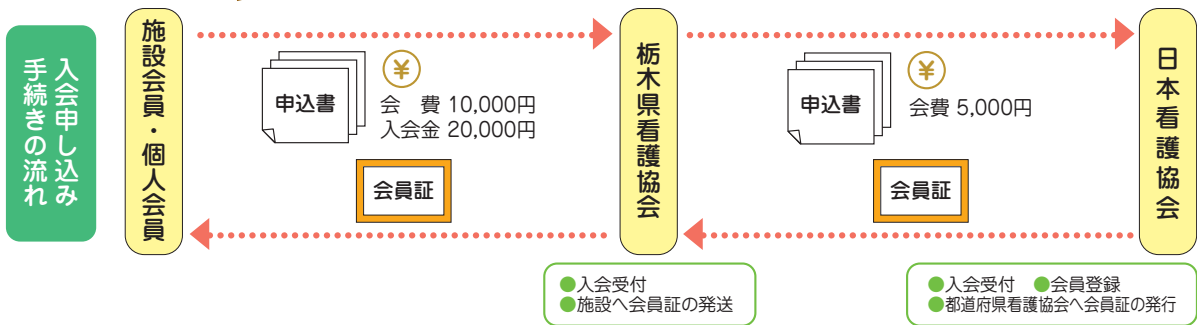
写真提供：石橋総合病院 古村ママ



## 「入会手続」のご案内



平成26年度の入会手続受付中です



会費納入につきましては**平成26年1月末日までに**日本看護協会へ前納いたしますのでよろしくお願いいたします。  
(日本看護協会から「入会および継続申請」の受付手続について受託しております。)

※県看護協会に入会申込書が届いてから、会員証発行までに1ヶ月~2ヶ月ほどかかります。  
※平成26年度会員証の送付は、3月以降となります。  
※送金後すぐに入会申込書を送付してください。

## 編集後記

今年は午年ですね。馬のようにすらりと伸びた足で目標に向かい駆け抜けたい...

ちなみに、午年の人は生命力が強く人生をしっかりと歩む力を持っているそうです。自分で何でもできる行動力があり、独立心が強いようです。弱点は細かいことが嫌いな点です。

今年も身近な広報誌となるよう努力してまいります。皆さんからの投稿をお待ちしております。(小林)