



# 看護 とちぎ



華巖の滝（日光市）

## CONTENTS

- 2 会長あいさつ
- 3 理事あいさつ 新年の抱負
- 4 2021(令和3)年度理事会の動き
- 5 令和3年度栃木県四師会協議会 開催
- 6・7 令和2年度地区支部活動報告
- 8 第21回栃木看護学会学術集会実施報告
- 9 認定看護管理者教育運営委員会事業報告  
訪問看護教育委員会活動報告  
実習指導者講習会委員会活動報告
- 10 看護大会準備委員会事業報告  
新人看護職員応援研修委員会活動報告
- 11 研修受講者の感想
- 12・13 一般の方へのコーナー  
新型コロナウイルスとこころの健康
- 14・15 ナースセンター通信
- 16 お知らせ・味自慢・わたしのon-off・編集後記

**Nursing now**

看護の力で健康な社会を！

会員数 12,373人 (R3.12.31現在)

# 新年あいさつ



公益社団法人栃木県看護協会

会長 朝野 春美

栃木県看護協会の会員の皆さま、新年明けましておめでとうございます。日頃より看護協会活動にご支援とご協力を賜り心より感謝申し上げます。併せて、この度の新型コロナウイルス感染症へのご対応にあたり、医療・保健・福祉・教育現場の最前線で日々ご尽力いただいている皆さまへ感謝申し上げるとともに敬意を表したいと思います。昨年の8月の第5波では、医療提供体制が逼迫した中でも、皆さま方のご協力のもと乗り越えることができました。どのような状況下でも創意工夫して対応する看護職の底力を感じました。

2020年度から「新型コロナウイルス感染症感染拡大防止対策指導支援事業」の活動を行っています。この事業は、感染制御の医師や薬剤師・感染管理認定看護師等で構成した感染管理専門チームを組織して施設を訪問し、支援を行いながら体制整備を行うものです。精神科医療機関、老人保健施設、児童養護施設等を2020年度は33回訪問し、各地での研修会も15回実施しました。

特に、医療施設とは違う生活の場である施設での支援の難しさも感じました。それぞれの施設の方々が、感染予防や感染拡大を防ぐ方法を自ら考え実施できるように支援することが当協会の役割と痛感しました。

また、2021年には、200床以下の病院に感染管理認定看護師の施設訪問の意向調査を行い、27施設から訪問の依頼をいただきました。感染管理認定看護師等が訪問することで、実施していることの振り返りができ、安心したという感想をいただいています。各施設に従事する感染管理認定看護師の組織化においては、各施設の看護の代表者の皆さまのご協力が必要ですので、更なるご支援をお願いいたします。

現在2025年問題から2040年を見据えた看護の課題が話題になっていますが、2040年を支えるためには質の高い看護職の確保が重要になります。看護職を希望する方への支援、現在働いている看護職が働き続けられること、働いていない方が働きたいときに働けるように支援することを、今後も着実に続けていきたいと思っております。

今年は、いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会が開かれます。この大会の開催には看護職の皆さまのご協力が必要となりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

結びに、会員の皆さまのご多幸とご健勝を心から祈念し、当協会に、更なるご支援・ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。



# 理事あいさつ

## 「新年の抱負」

### 副会長 山口 久美子

みずのえとら

壬寅は『厳しい冬を越えて、芽吹き始め、新しい成長の礎となるイメージ』で運営に貢献します。

### 副会長 増淵 美樹

日々の積み重ねが、明日の助けになることを信じ、健康に感謝しながら出来ることを着実に進めます。

### 常任理事 渡邊 芳江

逆境に負けない強さを持ち、決断力と才知の象徴と言われているトラ。寅年に相応しいように精進したいと思います。

### 助産師職能理事 佐藤 君江

その人らしい出産育児がサポートでき、助産師がいきいきと働き続けられるように活動してまいります。

### 理事 駒場 悦子

自分を大切にするために、恥や失敗を恐れず、チャンスの神様をつかまえて離さない努力をしたいと思います。

### 理事 杉本 友子

コロナ禍で、看護職が目立っている今、働きやすく、働き続けられる職場づくりを目指して活動していきます。

### 理事 福田 裕美子

2022年は壬寅の年、厳しい冬を越えて芽吹くことを意味します。コロナという厳しい冬の先にある芽吹きを信じ頑張ります。

### 理事 片寄 典子

カリキュラム改正で新たな科目が加わりました。社会のニーズに応え患者に寄り添える看護師育成を頑張ります。

### 理事 酒巻 佐和子

過去に虎（とら）われず、仕事にプライベートに新しいことに虎い（トライ）します。

### 理事 山口 美奈子

ひとつひとつの物事や課題を真摯に受け止め、焦らず丁寧に向き合っていくことを心がけたいと思います。

### 監事 大柴 幸子

明るく元気に笑顔で過ごせる一年にしていきたいです。皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします。



### 専務理事 五月女 祐子

今やるべきことは何か、自分には何ができるのか…を常に自分に問いながら、前を向いて歩いていきたい。

### 保健師職能理事 田沼 かおり

寅は「決断と才知」の象徴。先を見据え、今何をすべきか問いかけながら、しなやかな活動を心がけたいです。

### 看護師職能理事 小倉 佳子

新年おめでとうございます。今年も看護職の問題解決につながるよう元気に活動を進めていきたいと思っています。

### 理事 穂高 律子

新型コロナウイルス感染症対応から学んだことを忘れず、地区支部看護職の連携強化を推進できるよう活動を行っていききたいと思います。ご協力よろしくお願ひします。

### 理事 勅使河原 由江

「感謝」を忘れず笑顔で働き続けるためにも、健康第一で頑張ります。

### 理事 三橋 明美

寅年は春が来て種から根や茎が生え成長する年です。皆様と共に成長していけるよう励んで参ります。

### 理事 井上 文子

本年も、笑顔で前向きに、東北地区支部の活動ができるよう頑張ります。よろしくお願ひします。

### 理事 向田 千津

多くの看護師が災害時の自分のミッションを考えることができるよう、災害研修の受講を広報したい。

### 理事 相田 奈津江

～ソーシャルディスタンスからフィジカルディスタンスへ～人と人とのつながりを大切にして頑張ります。

### 監事 佐々木 隆

あきらめなければ必ず道はあるという言葉を胸に多くの方を支援し、「元気」を提供する。



# 2021(令和3)年度 理事会の動き

専務理事 五月女 祐子

## 第1回理事会 令和3年5月24日(月)

### I 協議事項

なし

### II 報告事項

- |                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| 1 令和2年度定例監査報告について | 4 委員会及び地区支部報告        |
| 2 会員数の報告          | 5 その他                |
| 3 日本看護協会理事会報告     | (1) 令和3年度理事会等の日程について |
|                   | (2) 第35回栃木県看護大会について  |

## 第2回理事会 令和3年6月19日(土)

### I 協議事項

- 1 役員の選定(案)について
- 2 常任委員会及び特別委員会の委員(案)について
- 3 役員報酬及び退職慰労金(案)について
- 4 公益社団法人栃木県看護協会定款細則の一部改正(案)について

### II 報告事項

- 1 いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会について
- 2 新型コロナウイルス感染症にかかる当協会への支援・寄付について
- 3 その他
  - (1) 規則集及び公益法人の各機関の役割と責任(携帯版)の配布について(新役員)

## 第3回理事会 令和3年9月6日(月)

### I 協議事項

- 1 2022(令和4)年度事業執行方針について
  - (1) 重点政策・重点事業(案)
  - (2) 事業計画・予算編成スケジュール(案)
- 2 2022(令和4)年度栃木県看護協会通常総会の日程(案)について

### II 報告事項

- 1 県への要望事項について
- 2 令和3年度補正予算について
- 3 令和3年度事業報告(令和3年4月～令和3年6月)について
  - (1) 公益目的事業
    - I-1 看護の安全性・専門性の向上と実践力強化に関する事業
    - I-2 在宅医療の推進に関する事業
    - I-3 看護職の労働環境等の改善及び雇用の質の向上等確保定着事業
    - I-4 看護を普及啓発し、県民の健康づくりの支援に関する事業
  - (2) その他の事業
    - II-1 公益法人事業の展開と組織力強化に関する事業
- (3) 第1四半期会計報告
- 4 日本看護協会理事会報告
- 5 委員会及び地区支部報告

## 第4回理事会 令和3年12月6日(月)

### I 協議事項

- 1 第36回栃木県看護大会・第32回「看護の日」記念行事の開催について(案)

### II 報告事項

- 1 令和3年度補正予算について
- 2 令和3年度事業報告(令和3年4月～令和3年9月)について
  - (1) 公益目的事業
    - I-1 看護の安全性・専門性の向上と実践力強化に関する事業
    - I-2 在宅医療の推進に関する事業
    - I-3 看護職の労働環境等の改善及び雇用の質の向上等確保定着事業
    - I-4 看護を普及啓発し、県民の健康づくりの支援に関する事業
  - (2) その他の事業
    - II-1 公益法人事業の展開と組織力強化に関する事業
- (3) 第2四半期会計報告
- 3 日本看護協会理事会報告
- 4 委員会及び地区支部報告
- 5 2021年度地区別法人会員会報告
- 6 令和3年度四師会協議会報告
- 7 その他
  - (1) 友納理緒参与の来県について



# 令和3年度栃木県四師会協議会 開催



当協会は、「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のための支援活動の実際」について報告

栃木県四師会協議会(医師会、歯科医師会、薬剤師会、看護協会)が、令和3年11月16日(火)午後6時から宇都宮東武ホテルグランデで開催されました。当協会からは、朝野会長、山口副会長、増淵副会長、五月女専務理事、渡邊常任理事等が参加しました。



朝野春美会長

今年度の各団体からの検討テーマは、3団体が新型コロナウイルス感染症関連のテーマとなりました。県医師会は「本県における新型コロナウイルス感染症を振り返って～栃木県医師会としての活動～」、県歯科医師会は「新型コロナウイルス感染症における口腔ケアの重要性について」、県薬剤師会は「向精神薬の重複投薬への対策について」をテーマにそれぞれ発表しました。

当看護協会は「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のための支援活動の実際～感染管理認定看護師等支援活動について～」をテーマに朝野会長が発表しました。

実際に、医師、薬剤師及び看護師等がチームを編成し、高齢者施設、身体障害者施設、精神科病院等、33施設を訪問し支援活動をした結果として見えてきた課題は、医療施設とは違う生活の場である施設における感染対策の難しさでした。施設に入所されている方にとって、施設は生活の場となるため、それぞれの施設に合わせた感染対策が行えるように、看護協会として支援していくことが重要であると説明しました。県医師会や県薬剤師会からは、施設ラウンドや研修会と一緒に参加したいとのご意見をいただき活発な意見交換となりました。

昨年度に引き続き、今年度も新型コロナウイルス感染症対応のため、参加者を減らし、短時間での開催でしたが、コロナ禍が長引く中、感染管理は、栃木県四師会の大きなテーマであることを確認し閉会しました。今後も四師会の連携を強化し取り組んでまいります。

## 新型コロナウイルス感染症感染拡大防止対策 指導支援事業実施

目的：

社会福祉施設や病院等における新型コロナウイルス感染症への対応力を強化するため、**感染管理認定看護師等**が社会福祉施設や病院等に対して実施する感染拡大防止対策の指導活動等の支援。

期間：

2020年10月9日から2021年3月31日

\* 2021年度継続事業

Tochigi Nursing Association

## 研修会等の実施と件数

研修会等の実施：15回

研修概要	件数	講師等
医師会研修会	2	医師・薬剤師・看護師 等
老人福祉施設協議会	3	看護師
ケアマネジャー研修会 等	5	看護師
社会福祉法人経営者研修会	1	看護師等
高齢者福祉施設等職員研修会	1	医師・薬剤師・看護師
精神科病院研修会	1	医師・看護師
精神科病院 PPE研修会	1	看護師
新型コロナウイルス感染症治療に関する研修	1	医師

Tochigi Nursing Association

## ラウンド実施施設と件数

ラウンド実施施設：33施設

類型	件数	ラウンド実施者
乳児院	1	医師・薬剤師・看護師・県担当者 等
児童養護施設	1	医師・薬剤師・看護師・県担当者 等
知的障害者施設	2	医師・薬剤師・看護師・県担当者 等
身体障害者施設	2	医師・薬剤師・看護師・県担当者 等
介護老人保健施設	3	医師・薬剤師・看護師・県担当者 等
特別養護老人ホーム	6	薬剤師・看護師 (県担当者)
有料老人ホーム	3	薬剤師・看護師 (県担当者)
医療機関 (一般)	3	看護師
精神科病院	5	看護師
訪問看護ステーション	7	看護師

Tochigi Nursing Association

## 支援活動を通しての課題

施設に入所されている方にとって施設は生活の場となるため、それぞれの施設に合わせた感染対策が行えるように、看護協会として支援していくことが重要である。

Tochigi Nursing Association



# 令和3年度 地区支部活動報告



## 宇都宮地区支部活動報告

### コロナに負けない看護職間連携を目指して

宇都宮地区支部長 穂高 律子



2021年は、コロナ対応2年目の年でした。昨年は「新型コロナウイルス感染症」の影響で中止や延期になる企画もありましたが、今年度は、Webによる研修会を実施しました。集合参加型の研修が当たり前でしたが、企画側・参加者共にWeb研修の機会を重ね、Web環境が整備できたことは「新型コロナウイルス感染症」のプラス効果と言えると思います。

今年度の研修は、1. 感染対策の現状について、県立がんセンターと済生会宇都宮病院の感染管理認定看護師富井氏・小島氏の講演、2. 保健センターとの共催で、コロナ禍の在宅ワークが増える傾向の中で、「実は怖い座りすぎ」と題して、早稲田大学スポーツ学術科学院の岡教授の講演、3. 高齢化の中で増える心疾患への対応について、済生会宇都宮病院の循環器内科医長上野医師の講演会を実施しました。どの研修会もトピックスであり講演終了後、活発な意見交換が行われました。

奇数月の第3土曜日にFKD宇都宮店で「まちの保健室」を実施していますが、まだまだ人流は少ない印象です。新型コロナウイルス感染症により、日常の当たり前が大きく変化し、さまざまな影響がでています。時には少しだけリフレッシュしながら、引き続き感染対策を継続していきましょう。

今後3月までに、地域包括支援センターとの交流会、女性の健康作り講座、看護管理者会議では「気になる新採用者への対応(仮)」など3つの研修会を企画しています。会員の皆様是非ご参加ください。



## 県西地区支部活動報告

### コロナ禍で強化された地区支部の団結

県西地区支部長 駒場 悦子



昨年度は、コロナの影響を受け活動がままならない状況にありました。その反省を踏まえ、令和3年度は計画の時点から役員が一丸となり、一念発起して未知なるオンライン研修をとり入れることに決めました。

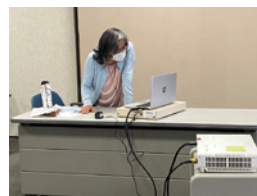
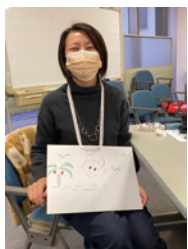
共催研修では、緊急事態宣言下の9月に「県西地区の新型コロナウイルス感染症の今」と題し、地域内の迅速で正確な情報提供を受けたことをかわきりに、10月にはフレイル予防をテーマとし、「食べる」「動く」「繋がる」ことの重要性を共有しました。今後、2月には災害看護の研修も控えています。

主催研修では、医療従事者が互いにエンパワメントすることの意味に着目し、一人ひとりが生き生きと働くことや、連携に信頼が加わることは、患者や利用者、地域住民を支えるうえで有効であるという考えの基、「エンパワメント」を学びました。

どの研修も会員施設や団体、看護協会のご協力を得られなければ実現できないものでしたが、成果は著しく、今年度は地域課題を見据えて計画した全ての研修会を終了することができそうです。

まちの保健室に関しては、鹿沼市、日光市共にイベントの中止を余儀なくされ、開催することができませんでした。このことを踏まえ、次年度は開催方法の変更を検討しているところです。

会員の皆様に満足して頂けるよう今後も役員一同頑張っ参ります。どうぞよろしくお願いたします。



## 県東地区支部活動報告

### コロナ禍でも前を向いていこう

県東地区支部長 三橋 明美



県東地区支部は、18施設・個人会員を含め会員数530名の地域です。令和3年度は、COVID-19の感染状況を見ながら、研修会の開催時期・開催方法を検討し実施しました。6月に「在宅移行に向けた退院支援の実践」として、療養病棟からの退院支援・調整の事例を病棟管理者・退院支援看護師・理学療法士の立場から発表していただき、参加者との意見交換を行いました。患者・家族に寄り添い何度も検討を重ねた事例であり、学びの多い研修会となりました。7月には、「新型コロナウイルス感染症最新情報と感染対策」として、第5波を直前にして学ぶことができました。11月・12月は研修方法をWeb研修に変えて、認知症ケア・在宅における緩和ケアの研修会を開催しました。Web研修にすることで、多くの多職種の方々にも参加していただくことができました。しかし、顔の見える関係づくりという点においては、参集での研修会が効果的であると思います。今年度の経験を生かして、研修目的に沿った開催方法を検討していきたいと思っております。また、10月にはドラッグストア内にて「まちの保健室」を開催いたしました。残念ながら参加者が少なく、「早く買物を済ませて帰宅する」という生活様式の変化を感じました。今年度は「今できることをしよう」と役員の皆様と検討を重ねてきました。今後も、地域のために会員の皆様と前を向いて行きたいと思っております。

## 栃木地区支部活動報告 「まちの保健室」活動で見た役割

栃木地区支部長 福田 裕美子



栃木地区支部は、個人会員を含め 1,935 名で構成されています。コロナの影響で開催できなかった昨年の反省を踏まえ、どのような方法にすれば開催できるかを考え企画しました。まず「まちの保健室」は、開催場所を老人福祉センター泉寿園にしました。コロナ禍により、園での行事等が開催できない現状や受診控えの風潮から高齢者の健康相談ができる場があればとの要望をいただいた経緯がありました。これまでの活動場所では、呼び込みをしてもわずか数名が立ち寄る状況でしたが、園での開催は、数十名の健康相談を受けました。この結果にニーズのあるところに出向くことが、まさに「まちの保健室」活動に求められる役割だと再認識するとともに、やりがいを強く感じることができました。活動場所は少しずつ拡大しており、栃木図書館や都賀図書館での開催も実施・予定をしています。



次に研修会においては、初試みとして ZOOM による開催を 1 月予定としています。上手く進められるかどうか、非常に不安を抱えています。失敗があってもご愛敬でお許しください。前向きに新たな形を模索しながらできる限り開催できるよう努力していきます。

最後に、次年度計画では昨年開催できなかった映画「ぼけますから、よろしくお願ひします」の上映を再企画しております。多方面から上映への期待があったこともあり、是が非でも…と考えました。ご案内できることを楽しみに待っててください。

## 小山地区支部活動報告 地区支部主催研修を終えて

小山地区支部長 山口 美奈子



6 月から地区支部長を拝命いたしました。小山地区支部は 30 施設、個人会員を含め会員 2596 名で構成されています。

令和 3 年度の主催研修は、「優しさを伝えるケア技術：ユマニチュード®」をテーマに計画を立てました。昨年同様コロナ禍での研修は、集合研修から Zoom を利用したオンライン研修に変更となりました。事前準備として、役員が Zoom 会議での打ち合わせをしていきました。そして参加者の皆様へ、ネットワーク環境の確認や Zoom アプリのお知らせを配布し、Zoom 繋がりテストの参加をお願いしました。繋がりテストは、①繋がるか。②ビデオオンで画面が見えるか。③表記を名前＋施設名にできるか。④オーディオオンで音が聞こえるか。⑤ミュート解除で発言が相手に届くか。⑥ネットワークの安定性の 6 項目を確認しました。研修会参加者は 53 名でした。ユマニチュードの DVD を視聴し、グループワークで意見交換をした後、本田美和子先生に講義をしていただきました。Zoom でのグループ分けと、グループ毎の PC 上での発表等、初めての試みでしたが、役員や参加者の皆さまの積極的な参加で、滞りなく終了することができました。今後もオンライン研修を実施する機会が多くなると思いますが、役員間で協力して学び、向上心を持ち続けて進歩していきたいと思っています。



## 県北地区支部活動報告 県北地区支部の医療・介護・福祉の連携の強化を図るために

県北地区支部長 井上 文子



県北地区支部は、大田原地区・矢板地区・南那須地区の 3 つの地区を合わせた広範囲な地区支部です。60 施設と個人会員を合わせ、1997 名で構成されています。「医療・福祉の連携強化」、「看護力の向上」、「地域住民への健康相談・看護の普及啓発」を柱に活動を行っていますが、今年度も、新型コロナ感染症の影響を受け、地域住民への健康相談などはできませんでした。しかし、中でも、できる研修方法を工夫し、地域の連携強化を図れるよう取り組むことができました。地区役員の要望の多い「フィジカルアセスメント研修」もリモートではありましたが、ポイントを押さえた分かりやすい講義を開催できました。交流会研修の「人生最終段階の医療・ケアを地域で支えるための情報共有」も、リモートではありましたが、多く参加申込があり、講義と、グループワークを行い、充実した研修ができました。コロナ禍であることから、ZOOM を用いたリモート研修にも慣れてきておりますが、やはり顔の見える場での意見交換や、研修が早くできるようになると良いと思います。今後は、上手にリモートを活用しながら、感染対策をした上での研修も組み入れながら活動をしていきたいと思っています。皆様のご支援とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

## 安足地区支部活動報告 「With コロナ」で新たな研修スタイルに挑戦

安足地区支部長 勅使河原 由江



安足地区支部では今年度役員 8 名のうち 3 名が変更になり、7 月の役員会で顔を合わせることができました。昨年度は役員会も研修会も、まちの保健室活動もほとんどといってよいほど中止となってしまいました。コロナ禍で何もできないと思い込んでいたことを反省し、今年度は紙面開催の役員会や、集合での感染管理研修会、集合 + web のハイブリット開催の足利市看護師会との共催の講演会と色々な形での開催ができたことは



感染管理研修会の演習風景 防護服の着脱  
手指消毒後の手袋装着  
足利市看護師会との共催の講演風景

With コロナで新たなことへの挑戦につながるのではないかと思います。今後も感染対策をしっかりとて気を緩めずコロナとうまく付き合っていきたいと思っています。

何事も「できない」とあきらめるのではなく、色々な角度からどうしたらできるかを考え、ポジティブに皆で知恵を出し合って地区支部活動を行っていききたいと思います。



## 『第21回栃木看護学会学術集会』実施報告

栃木看護学会企画委員長 山口 久美子



5年ぶりの開催のため対面開催を予定していましたが、最終的にはWeb開催への変更を余儀なくされました。初めてのWeb開催でしたが、皆様のご協力を戴き無事に終了することができました。厚く御礼申し上げます。

ライブ及びオンデマンド配信期間の総アクセス数は989でした。アクセス数の内訳は、会場1のライブ配信（集会長講演・ミニレクチャー・シンポジウム）296、オンデマンド配信（ミニレクチャー）226、会場2（一般演題）はライブ配信231、オンデマンド配信236でした。アンケート結果では、今後も継続を希望するが81%でした。意見としては、「集会長講演のオンデマンド配信がなかったのが残念であった。」「Web開催のため何度でも見られる、時間の拘束がなく気軽に参加できる」等でした。また、「発表者の背景が気になった、質問がタイムリーに返せなかった」等のWebならではの反省点もありました。今回の反省を次年度に活かしていきたいと思います。

最後にコロナ禍の厳しい現場状況にもかかわらず、ご発表いただきました皆様に感謝申し上げます。

**開催日時**：2021（令和3）年11月11日（木） 10時50分～16時15分

**場所**：Web開催（看護協会研修センター）

**メインテーマ**：看護実践の「見える化」を考える

**発表演題**：口演15題 示説8題

**集会長講演**：前自治医科大学附属病院 看護部長 大柴 幸子 氏

**ミニレクチャー**：初心者のための看護研究倫理

獨協医科大学 先端医科学統合研究施設/研究連携・支援センター

研究倫理支援室 上杉 奈々 氏

**シンポジウム**：コロナ禍における看護実践の「見える化」

座 長 前自治医科大学附属病院 看護部長 大柴 幸子 氏

シンポジスト 宇都宮市保健所 保健予防課 課長補佐 菅谷 寛子 氏

医療法人特真会真岡病院 看護部長 馬込 公子 氏

自治医科大学附属病院 看護師長 茂呂 悦子 氏

訪問看護ステーションたんぽぽ 統括所長 鮎沢みどり 氏

**表彰**：集 会 長 賞：済生会宇都宮病院 齋木 博 氏

研 究 奨 励 賞：芳賀赤十字訪問看護ステーション 廣澤真由美 氏

看護管理実践課題賞：日光市民病院 井上 和子 氏



集会長賞を受賞した齋木博氏（右）と共同研究者の中村高寛氏





## 認定看護管理者教育運営委員会事業報告

認定看護管理者教育委員長 金子 昌子



未だ新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の流行とその影響が続く中、本年度は各施設の責任者のご協力を頂き、徹底した感染対策の元でセカンド・ファーストレベル共に研修を開催することができました。

セカンドレベルは、19施設37名（平均年齢48.3歳）を対象に、令和3年5月26日～8月30日と令和4年2月4日の31日間で実施します。本研修は、看護管理に関するより広い視点と高度な知識・技術・態度を修得し、看護を提供する上での様々な問題を客観的に分析する能力を高めることを目指しています。本年度は通常の教育内容に加えて、施設における感染対策に関する学びも多くありました。

ファーストレベルは、38施設78名（平均年齢42.8歳）を対象に、令和3年9月6日～11月26日の21日間で実施しました。課題演習によって受講生それぞれが自らの課題と向き合い、ディスカッションを通して解決策を見出していくことで、より実践に活かせる生きた学修ができていると考えます。

認定看護管理者教育運営委員会では、様々な感染防止対策を講じながら受講生の皆さまが安心してご参加いただけるよう、現在も研修開催に向けて全力で取り組んでおりますので、ご理解ご協力の程よろしくお願いたします。



## 訪問看護教育委員会事業報告

訪問看護教育委員長 小菌江 一代



今年度も感染予防対策を講じながらの研修となりました。訪問看護師養成講習会は講義の内容も見直しを行い、前年度から管理栄養士や薬剤師に講義をお願いし、普段あまり業務の内容を見ることがない職種をすることができました。地域包括ケアシステムの中の多職種連携の中で、協力し合えるきっかけになったように思います。

訪問看護師養成講習会は29名、小児訪問看護研修14名、在宅人工呼吸器装着者等療養支援研修17名、在宅ターミナルケア研修21名とそれぞれ無事に終了することができました。研修後のアンケートでも新しい知識を得ることが出来た、気づきがあった、もっと知りたいと思ったなどの前向きな感想が寄せられました。

今後、ますます訪問看護の需要と期待が高まる中で、看護の質が問われるようになっていきます。受講生の皆さまに大きな学びが得られるような研修を計画していきたいと思っております。



## 効果的な実習指導ができる知識習得や技術向上を目指して

実習指導者講習会委員長 仁平 英恵



実習指導者講習会は、栃木県看護師養成所の運営に関する指導要領に定める実習指導者を養成し、看護教育における効果的な実習指導に資する目的で開催されます。今年度は、感染予防対策に努め講習会を開催することができました。講習会は、看護教育における実習の意義、実習指導者としての役割を理解し、効果的な実習指導ができるために必要な知識の習得や技術の向上が図られる内容となっています。30日間の計180時間に及び、県内20施設より37名が修了認定を受けました。特定分野においても、7日間の計39時間の講習会が実施され、11名が修了認定を受けました。実習指導方法演習のグループワークでは、各々がリーダーシップ、メンバーシップを図り、活発な意見交換がされました。最終日に、講習会の学びを発表し、改めて実習指導者の役割について振り返ることができました。

今後も、講習会で学んだことを実践の場で活かし、実習指導者としての役割を発揮し、質の高い看護師育成に繋がることを期待しております。

最後に講習会開催にあたり、ご協力いただきました皆様に感謝申し上げます。



## 「新たな開催方法と今後の方向性」

看護大会準備委員長 増淵 美樹



コロナ禍で迎える看護大会のあり方について、今年は看護大会と「看護の日」記念行事を別日に分けての開催といたしました。

看護大会は、看護業務に長年にわたり貢献した者を表彰する機会として、栃木県庁昭和館正庁を会場に式典を開催し、知事表彰・大会長表彰・感謝状表彰の計47名の表彰を行いました。初めての会場ではありましたが、厳かな雰囲気のある正庁での式典は、表彰にふさわしく落ち着いた中で進行できたと思います。

また、「看護の日」記念行事としては、とちぎ健康の森を会場に、看護に興味のある中・高校生を対象に、心に残る看護エピソードの発表や進路相談、看護体験等に151名の参加がありました。会場いっぱいの学生さんが熱心にメモを取ったり、積極的に体験に参加したりと関心の高さを感じながら、将来に繋がる貴重な体験となったことを頼もしくも嬉しさを感じずにはいませんでした。

今後も看護職への理解と関心を深め、看護人材確保の一助とすることを目的にイベントを開催するとともに、より効果的な広報活動や啓発活動などに取り組んでいきたいと思っております。



## 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長 安西 典子



当委員会は、新人看護職員のリアリティショックの低減や看護実践力の向上を図り、新人看護職員の離職防止を目的に、新人看護職員と指導・教育を担当する看護職に対し、研修の企画運営を行っている。今年度の取り組みについて以下に示す。

### 1. 新人他施設合同研修（参加者100～105人）

新人看護職員のニーズに合わせ集合研修を3回開催した。第1回は6月に、不安や悩みを抱える新人看護職員同士の施設を越えた相互交流を通じて、コミュニケーション技術、メンタル不調の未然防止法を学び、職場への適応を促進する内容で企画した。第2回は8月に、臨床に役立つフィジカルアセスメントを企画した。第3回は1月に、1年を振り返り自己の成長を認識し、今後の課題や目標を見出す企画とした。

### 2. 2年目看護職レベルアップ研修（参加者54名）

2年目看護職に対し、講義と演習を通して相互交流を行い、知識・技術の習得と自己課題の明確化を図ることを目的に、企画運営した。第1回は「急変時のフィジカルアセスメント」第2回は「メンタルヘルスケア」であった。

### 3. 実地指導者研修（参加者37名）

新人看護職の指導と評価に必要な、知識・技術・態度の習得を目的として、体制整備など3つのテーマで開催した。

### 4. 教育担当者研修（参加者22名）

教育担当者として、指導者の実践と新人看護職員への教育的精神的支援の実践を目的に、教育者の役割など3つのテーマで開催した。



## 研修受講者の感想



### 看護現場がひとつになる！ スタッフの思考・行動をかえるプログラム研修

研修を受講して

開催日／10月12日  
参加者数／50名

とちぎメディカルセンターとちぎ所属  
小久保 佳昭

今回、スタッフの思考・行動を変えることで現場がひとつになるというテーマに興味を持ち、受講することで自分自身の行動を振り返り、現状と立場を見つめ直すことで行動変容に繋がるのではないかと思い参加させていただきました。好印象（信頼感&安心感）を与える挨拶として、挨拶の後の「続けて一言」が重要であること、相手に関心を持つことで観察力の向上やそのことによるメリットなど臨床の場で役立てられる知識を学ぶことができました。相

手を理解すること・承認のテクニック・効果的な伝達と質問の活用方法など自分自身に不足しているものや気づきも深まりました。好業績チームの特徴として「コミュニケーションがよいチーム」が挙げられています。積極的なスタッフとのかかわりを通して、部署のモチベーション、職場環境を変え活性化することで、スタッフの思考・行動が変わり患者家族により良い看護が提供できるよう努めていきたいと思っております。



## ナースのための ホリスティックストレスケア研修

開催日／10月18日  
参加者数／59名

### 自分らしさを生かしたより良い看護を目指して

医療法人社団亮仁会 那須中央病院所属  
鈴木 亜紀子

新型コロナウイルス感染症対応が長期化し、患者や家族への対応・さらにはスタッフ間でも、慢性的な疲労やストレスを感じる事が長期化しています。

この体験したことがない状況下で、自分自身を後回しにして対応しているスタッフも多いと感じること、自分自身もストレスケアに対して新しい学びを得たいと思い研修に参加しました。

講義の内容をもとに、グループワークと演習でお互いの思いや悩み・不安を共有し合う時間を持ちました。それぞれ状況が異なるメンバー間でも、共通する悩みがあり、お互いに共感することが思った以上に多くありました。

たとえ、ネガティブな感情であっても自己肯定感を持つことで、その気持ちを持っている自分が存在してもいいのだと思えるようになり、自分を否定しすぎないこと。

また、ポジティブなアプローチで相手の素晴らしいところ・好感を持てる所を積極的に伝えるように心がけたいです。

さらに、アサーションのスキル向上に努めることも今の自分自身には必要だと感じました。上手に相談したり、援助を求めたりすることで、自分自身のストレスをケアし、周囲にも気配りができるように行動したいと思います。



## 看護師・CA 経験者から学ぶ接遇マナー研修

開催日／11月15日  
参加者数／41名

### 看護師・CA 経験者から学ぶ接遇マナーを受講し学んだこと

宇都宮リハビリテーション病院所属  
関根 洋子

医療の現場には幅広い年齢層の感患者様がおり、その患者様のニーズに応じた接遇や対応が要求されます。その対応次第で患者様の満足度が向上したり、逆にクレームに繋がってしまいます。だからこそ大切なのが医療技術だけでなく安心・信頼がおける接遇であると思います。私は以下の4つを学びました。①印象を良くするためには、微笑み返したくなる笑顔、元気な挨拶、清潔感のある身だしなみ ②歩き方、立ち方、物の受け渡し方、お辞儀などの立ち振る舞い。

相手に対して誠実に、余裕を持った対応をする ③信頼される言葉遣いとコミュニケーション、敬語を使い声のトーンや大きさに注意し人格を尊重、敬意をもって話す ④自己の感情のコントロールをするアンガーマネジメントについてです。患者様にも自分自身にもプラスになるよう、この病院に来て良かったと感じてもらえるよう努力していきたいと思えます。



## イライラを笑顔に変える アンガーマネジメント研修

開催日／11月22日  
参加者数／111名

### アンガーマネジメントを受講して

南栃木病院  
木村 香

いろいろな職種がいる中で「意見が合わない」「なぜできないのか」など、イライラしてしまう自分に対して何か変化が起こればと思い受講させていただきました。

怒りの正体は、相手だけが悪いのではなく自分の理想の押しつけから起こってしまうということに驚きを感じました。自分の中で仕事なのだからこうするべき、それが当たり前だと思っていましたが、相手の考えや価値観なども共有しようと努力していく

ことで自分の怒りのコントロールをすると同時に、相手の感情のコントロールにもなると思えました。

世の中にはイライラしてしまう出来事がたくさんあります。家庭や子育てなどにも今回学んだことが役に立つと思います。家庭が円満なら仕事にも良い影響をもたらすと思います。怒りで後悔しないように、楽しいポジティブな人生となれるように、コントロール術を活用していきたいと思えます。

## 一般の方へのコーナー

# 新型コロナウイルスと

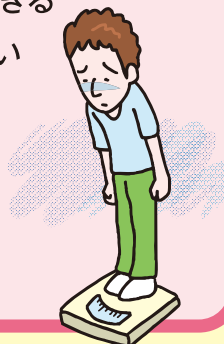
## こころの健康

### 【様々なストレス反応】

新型コロナウイルス感染症のほか、災害などの特殊な環境の中でストレスにさらされることで、私たちの体とこころに以下のような「ストレス反応」が出てくることがあります。

#### ① 体の反応

- ♥ 寝つけない、夜中に目が覚める
- ♥ 食欲がでない、食べ過ぎる
- ♥ 疲れやすい、体がだるい
- ♥ めまい、頭痛、肩こり
- ♥ 腹痛
- ♥ 吐き気
- ♥ 悪夢、同じ夢をみる



#### ② 気持ちの反応

- ♥ 不安
- ♥ イライラする
- ♥ おちこむ
- ♥ 何も感じない
- ♥ やる気がでない
- ♥ 孤独を感じる

新型コロナウイルスは目に見えず、明確な治療法が確立されていないため不安や恐れを感じやすく、そのことが差別や偏見につながる可能性があります。



#### ③ 行動の反応

- ♥ 落ち着きがない
- ♥ 怒りっぽくなる
- ♥ ひきこもる
- ♥ 場違いな言動をしてしまう
- ♥ 欲求が抑えられない
- ♥ たばこ、お酒の量が増える

#### ④ 考え方

- ♥ 集中できない
- ♥ いきなりその時を思い出す
- ♥ 思い出せない、忘れやすい
- ♥ 自分をせめてしまう
- ♥ 悲観的な考え方をする





## 【ストレス反応に対処するポイント】

私たちが、ストレス反応を起こしている場合に、それが治まるポイントと接し方をご紹介します。

### ストレス反応が治まるポイント

#### 安心・安全感

ホッとする、安心する、気持ちがなごむ時間や場所があると、心が楽になって元気が戻ってきます。

#### 気持ちを表す

話す、泣く、笑う、怒るなどの素直な気持ちを信頼できる身近な人に話してみましょう。

泣きたいのを我慢したり、つらいのに普通にしようとしなくても良いです。

身近に相談できる人がいない場合は、下記の相談窓口などにご相談ください。



### ストレス反応がある人への接し方

#### 安全・安心な環境で気持ちを受け止める

家族や身近にいる人が気持ちを受けとめることが大切です。ただし、無理に気持ちを聞き出そうとするのは逆効果です。

#### 叱咤激励は禁物

「弱音を吐くな」「もっとがんばれ」「早く忘れろ」など、つらい気持ちを表しにくくなる対応をとると、ストレス反応が長引きやすくなります。

#### 必要なら医療機関など専門家に相談を

ひどく混乱した状態になったり、1ヶ月ほど症状(特に不眠と食欲不振)が続く場合は、医療機関や健康福祉センター、精神保健福祉センターなどにご相談ください。

## 【こころの健康を保つためにできること】

私たちがこころの健康を保つためには、できるだけ次のようなことを意識すると良いでしょう。

- ①規則正しい生活のリズムを保ちましょう。
- ②食事や水分を十分にとり、エネルギーを補充しましょう。
- ③テレビやインターネットの見過ぎはやめましょう。正しい情報を手に入れましょう。
- ④お子さんの心配事について確認して、話に耳を傾けることで、安心感を持てるようにしましょう。
- ⑤お子さんが自分の力で自分を守れるように支援しましょう。

県では以下のような新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口もありますので、お気軽にご相談ください。

### 【こころの相談窓口】

#### SNS相談「こころの相談@とちぎ」

新型コロナウイルス感染症の影響によるこころの悩みに関する相談(チャット形式)

毎日15時～22時(受付時間21時まで)

こちらの二次元コードを読み取って、お友達登録してください。→  
(LINEアプリを使用します)



#### こころのダイヤル こころの悩みに関する電話相談

028-673-8341 (平日9時～17時まで)

### 【生活などに関する相談窓口】

#### 新型コロナウイルス生活相談センター

県民・事業者等に対する一般的な相談窓口(労働、経営などの各種相談窓口の案内)

028-623-2826 (平日9時～17時まで)



#### お住まいの各市町社会福祉協議会

新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた生活費に関する相談



<http://www.pref.tochigi.lg.jp/e01/welfare/chikikifukushi/zenpan/seikatuhukushishikintokurei.html>



#### お住まいの各市町の自立相談支援窓口

生活困窮者自立支援制度に関する相談

<http://www.pref.tochigi.lg.jp/e01/seikatusienn.html>



その他の相談窓口についても、

栃木県ホームページ「新型コロナウイルス感染症に関する情報」に掲載されていますので、ご覧ください。

栃木県保健福祉部障害福祉課  
栃木県精神保健福祉センター



# セカンドキャリア周知セミナー 受講者募集中!

受講料  
無料

## 個人向けセミナーⅡ「私らしく働こう！」

- ・看護職としての多様な働き方
- ・事例紹介「私のセカンドキャリア」、質疑応答・情報交換 等

託児あり

日時 2022(令和4)年2月19日(土)、10:00~12:00

会場 とちぎ健康の森 大会議室

- 対象
- プラチナナース(定年退職前後の看護職等)
  - セカンドキャリアを考えたい看護職
  - 再就業を希望する未就業看護職

- 申込方法
- 栃木県看護協会の「研修WEBシステム」から
  - 所定の申込書を記入の上、開催7日前までに栃木県看護協会へ

※詳細は、栃木県看護協会ホームページをご覧ください。<http://www.t-kango.or.jp/nurse9.html>

# 看護職のための就職相談会

2022(令和4)年2月19日(土) 13:00~15:00開催!

参加者  
募集中

求人票では得られない施設の詳細や勤務内容等を、担当者に直接、質問・相談できます。ぜひ、ご参加ください。

- 会場 とちぎ健康の森 多目的フロア
- 対象 求職者 30名程度
- 参加予定求人施設 15施設程度(200床以下の病院、診療所、介護施設等)

※詳細はホームページをご覧ください。<http://www.t-kango.or.jp/nurse6.html>

# 令和3(2021)年度 ハローワークにおける看護職の就職相談

無料

栃木県ナースセンターの看護職相談員による出張相談を行っています。  
就職や進学、仕事の悩み等のご相談をお受けいたします。お気軽にご利用ください。

相談時間 13時30分~15時30分(最終受付 15時15分)  
※相談時間は、お一人30分程度になります。(当日申込可、予約優先)

「看護職の就職相談」は失業保険の求職活動実績になります。

会場	相談日	申込先
ハローワーク宇都宮 (ナースセンター・ハローワーク連携事業)	2/16(水)	ハローワーク宇都宮 電話:028-638-0369
ハローワーク宇都宮 駅前プラザ	1/18(火)・3/15(火)	栃木県ナースセンター 電話:028-625-3831
ハローワーク大田原	1/26(水)・3/23(水)	
ハローワーク小山	1/19(水)・3/16(水)	

※詳細は栃木県看護協会ホームページをご覧ください。<http://www.t-kango.or.jp/nurse6.html>



# タ ー 通 信

※ 栃木県ナースセンター事業は栃木県からの委託事業です。  
 ※ 新型コロナウイルスの状況により、変更する場合があります。

## 心にのこる看護エピソード

看護にまつわる心温まるエピソードをお寄せ下さい。

看護する側、看護を受ける側、看護職を目指す方、それぞれの立場で体験した「心にのこる看護エピソード」を募集しています。

例えば…

「患者さんとの忘れられない思い出」「病棟・外来での出来事」「看護職を志望した動機」「看護という仕事のやりがい・魅力」等

お寄せいただいた中から、優秀作品の表彰をおこないます。（賞金あり）

※詳細は栃木県看護協会ホームページをご覧ください。

<http://www.t-kango.or.jp> (ホームページでは常時募集)



### 厚生労働大臣認可 看護師等無料職業紹介所

## eナースセンター

無料

<https://www.nurse-center.net/nccs/>

職業紹介、相談員によるアドバイス、復職の支援研修の案内が受けられます。ネット登録すると、自宅で求人票の検索・問い合わせ・応募が可能です。

求職者のトップページと求人施設のトップページを切り替えてご利用ください。



お仕事探しの  
**看護職の方**  
 はこちら

**求人施設の方**  
 はこちら



「看護職の離職時の届出」の際に、「eナースセンターへの登録を希望する」と、求職登録も同時に行う事ができます。

看護職の方はスマートフォンでもご利用になれます。▶▶



### 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 (受付：平日 9時～16時)  
 〒320-8503 宇都宮市駒生町3337-1 とちぎ健康の森4階  
 電話 **028-625-3831**  
 H P <http://www.t-kango.or.jp/nurse1.html>





## 第22回栃木看護学会学術集会の開催について

**開催日** 2022(令和4年)11月19日(土)

**会場** Web開催

詳細は、随時ホームページ等でお知らせいたします。

## 第36回栃木県看護大会の開催予定について

**開催日** 2022(令和4)年5月11日(水)

**会場** 栃木県庁昭和館正庁

第35回より、「看護の日」記念行事とは別日開催となります。  
また、表彰者のみの参加に変更となりますので、ご了承ください。

※コロナ等の状況により変更になる場合があります。



## 味自慢

### 鳥手羽煮 煮凝りも美味しいよ



#### ●材料

手羽	10本	★	(醤油	50cc	砂糖	8g)
			酒	25cc	水	700cc)

#### ●作り方

- 1 水を入れた鍋に手羽を並べて入れる。水から煮て灰汁を掬いながら25分煮る。
- 2 その後★を入れて更に25分煮る。
- 3 お好みで浅葱、しょうがを添えてください。
- 4 残り汁はタッパーに入れて冷蔵庫で冷やすと煮凝りになります。ゼラチンぷるぷるでお酒のお供にも丁度いいし、この煮凝りを入れて、鳥のひき肉を混ぜてご飯を炊くと鳥ご飯が出来ます。ぜひお試しください。

### わたしの on-off

#### ～私の作品～



後輩の結婚式用に髪飾りを作りました



全部紙です

提供者：国際医療福祉大学塩谷病院 鈴木

### 編集後記

2022年が始まりました。  
今年も皆さんに看護協会の情報をたっぷりにお伝えしていきますので、よろしくおねがいします。(大出)