



目次

1. 合同研修報告
○災害研修
2. 新人さん成長記録
～私たちこんなに成長しました!～
3. 第43回愛媛看護研究学会で発表しました
4. 「育休復帰後看護職員・既卒看護職員のためのキャリア支援ガイドライン」発行
5. 「アサーティブコミュニケーション」のススメ
編集後記

1年間おつかれさまでした。研修シート評価も終わりましたね。自分の立てた計画を実践できましたか？成長や達成感、やりがいを感じる事ができたでしょうか？これからも「まなび」を続けていきましょう！



1. 合同研修報告～風景～公開研修「災害研修」



令和5年12月8・9日に開催し、38名が参加しました。今年1月1日に発生した能登半島はマグニチュード7.6で内陸部で発生する地震としては日本でも稀な大きさの地震でした。亡くなられた方のご冥福をお祈りしますとともに、被災に遭われた皆様にお見舞い申し上げます。私たちも明日にも起きるかもしれない南海トラフ地震を自分事として感じ、地震に備えて何かの行動を取ったのではないのでしょうか？病棟で災害時の対応や訓練の大切さ、また自宅での防災と備え、看護師としてどのように行動する必要があるか、全員が真剣に研修に取り組みました。



CSCATTT鉄則です！

発災時の病棟編成リーダーを中心に病床編成を考えています。

リーダーは災害本部長に病棟の状況を説明しに行きます。ホワイトボードに書き出し情報を共有します。

8人入院患者さんを受け入れるように指示されたよ！どうしよう。今病棟ナースが支援に来てくれた、何をしよう？



2. 新人さんの成長記録 ～私たちこんなに成長しました!～

新居浜病院新人看護師 成長記録



心身をリフレッシュさせ、意欲的に仕事を続ける活力を養うことを目的に新人リフレッシュ研修を開催しました。また多職種（医事課・リハビリ・薬剤・検査）の新人との交流を持ち、人脈が広がりました。グループで穴場スポットを検索し、スライドでプレゼンテーションを行いました。多職種と協働してグループの意見をまとめることができ、社会人基礎力育成に繋がりました。現任教育委員会と新人で優秀賞を決めました。



令和6年2月15日 新人Ⅳ期研修開催!!

新居浜病院新人9名が1年間の成長を振り返り、印象に残る看護場面について発表しました。看護部長・副看護部長・看護長・現任委員会が見守る中、発表しました。フィジカルアセスメントの重要性や、排尿自立支援の援助、退院を見据えたりハビリ介入など、様々な看護実践ができるようになっていきます。一人一人の成長を認め、参加者がフィードバックすることで自信に繋がりました。

南宇和病院

入職当初は不安や緊張からコミュニケーションが上手くとれず患者様を不安にさせてしまうこともありました。日々、先輩方の患者様と話す姿を間近で見ながら技術を学び取っていきました。そうすることで徐々にコミュニケーションに自信がつき積極的に患者様と接することができるようになりました。

現在の病棟では、内科、整形外科、泌尿器科、皮膚科など様々な疾患を抱えた患者様が入院されています。疾患の勉強は幅広く大変ですが安心感を与えられる看護師になるため、さらに疾患に関する学習とコミュニケーション技術に磨きをかけ、今後も多くの知識と技術を身に着け看護していきたいと思えます。

目指す看護師像に向かって
積極的に取り組むことが
できました



今治病院 令和5年度 基礎Ⅰ－Ⅲ期研修



令和5年度新人看護職員4名が、11月16日（木曜日）に基礎Ⅰ－Ⅲ期研修を行いました。

一つ目の研修目標は「6ヶ月間の看護を振り返り、自分をみつめなおすことができる」として、印象に残った看護場面について発表しました。自分の看護の良かったことや悩んだこと、この経験を今後の看護にどのように活かしていくと良いか意見交換を行いました。さらに、意見交換から学んだ内容をみんなで共有し、看護の場面の共有を図るとともに互いの成長を分かち合うことができました。

なるほど

肺音はどうだ？

いい経験だね

印象に残った看護場面の共有

シミュレーション

研修目標2「看護に必要な情報収集の仕方がわかる」

肺炎のテスト患者を用いてシミュレーションを行いました。二人ペアで情報収集のすり合わせを行い、観察する内容や看護介入の検討を行いました。検討した看護介入を実践し、医師・先輩看護師へSBARで報告を行い、看護計画に沿ってSOAPで記録を行いました。また、SOAPで記録した内容を研修生全員に発表し、患者さんの変化に気づくことの大切さや安楽な療養生活を送るための看護介入について学ぶことができました。

今治病院 現任教育委員会

中央病院



入社してから緊張の毎日であり、わからないことばかりで戸惑うことが多かったです。わからないことはその日に調べることを心掛けました。研修や部署での経験を積み重ね、先輩方のサポートにより看護師として成長できています。まだまだ未熟な面は沢山あるので、日々の積み重ねを大切にしていきたいです。またチームとして報告・連絡・相談を忘れず、患者さんが病気や治療と向き合うことができる看護を行いたと思います。

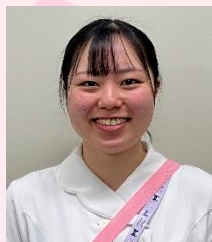
夢であった看護師の仕事を始めて1年が経とうとしています。この1年間、初めてのことで辛いこともありましたが先輩方の手厚いフォローのおかげで少しずつ自立してできる看護技術が増え、患者さんやご家族とのコミュニケーションも図れるようになったと感じています。これからも周りへの感謝を忘れずに患者さんやご家族、スタッフとのコミュニケーションを大切に自分が目指す看護師像へ近づけるように頑張っていきたいです。



この1年は業務の中で何か一つでも看護技術を体得しよう、治療による合併症について勉強し看護ができるようにしようと、常に自らに課題を提示しそれが達成できるよう努める日々でした。現在は自部署で取り扱うことの多い内視鏡治療の患者を一人で責任をもって受け持つことが増えていますが、その反面責任の重さや自分の知識不足を痛感することもあります。これからも知識・技術を身につけながら個別性に配慮した看護ができるよう意識して患者さんと関わっていきたくたいです。



1年を振り返ってみると、できる看護技術が増え、糖尿病や腎疾患の患者さんを担当できるようになりました。その中で患者さんやご家族への接し方を学び、「ありがとう」と言われることも増え、自分が目指す看護師へ近づいていると実感できています。まだ自分の仕事で精一杯になることもあります。個々の患者さんに応じた看護ができるように学習し、今後も積極的に関わっていきたいと思っています。



ICU配属となり消化器外科の術後看護のほか現在ではより重症度の高い患者さんを担当できるようになりました。アセスメントに悩むこともあります。が、「報・連・相」をしっかり行い、先輩方のサポートのおかげで個別性のあるケアができるようになりました。患者さんにとってどのような看護が最善かを常に考えながら看護提供していくことを心掛けています。今後も様々な患者さんとの関わりや経験を通して自分の看護観、知識を養っていきたいです。



4月撮影

3. 第43回愛媛看護研究学会で発表しました。

地域共生社会の実現へ～地域をつなぐ看護のチカラ～

祝

祝



テーマ「高度急性期医療を担う病院の手術室ベテラン看護師が見出す看護のやりがい」

令和4年度 看護協会研修
看護研究Ⅰ・看護研究Ⅱ
を受講しました。

テーマ「緊急帝王切開を受けた母親の出産体験振り返りの効果」

令和3年度合同研修
「看護研究の基礎」を受講しました。



若手スタッフも頑張っているからと自分を奮い立たせ、育休から時短勤務を経てフルタイムに戻った年に臨んだ看護研究でした。カテゴリー化では言葉をつむぎ出すことに、抄録では論述する難しさに苦勞し、それでも実践することでは学べないことばかりでした。共同研究者や上司の支援のお陰で成し遂げることができ、学会では研究で明らかとなった手術室看護のやりがいや手術室看護への熱い思いが届くようにしっかり発表することができました。

中央病院 ○木村奈々

緊急帝王切開を受けた7人のお母さん達にご協力いただき、術後の出産体験振り返りの効果について研究しました。この研究は、1人1人とゆっくり向き合う事で、出産体験振り返り時の看護の示唆を得ることができる、貴重な機会であったと考えます。

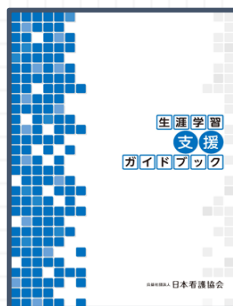
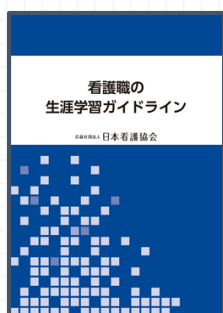
現在、妊産婦のメンタルヘルスが重要視されており、これからも臨床現場で1人1人のかけがえのない出産体験を大切にしていだけるようサポートしていきたいと思っています。

今治病院 ○森田美紀



素晴らしい研究発表、おめでとうございます。達成感がありますね！
看護研究に取り組み、皆さんも是非チャレンジしてみませんか？

4.「キャリア支援ガイドライン～育休復帰後看護職員・既卒看護職員のための～」発行



ファンネルにUP
しています！
見て下さいね



日本看護協会にて2023年6月に発行された、「看護職のための生涯学習ガイドライン」を読みましたか？
「・・今後も、看護職が人々の期待に応え役割を発揮するためには、それぞれの看護職が、変化する社会やニーズに合わせて新たな知識や技術を学び直し、継続的な学習に主体的に取り組み、その能力の開発・維持・向上を図り続けることが重要です。同時に看護職員一人ひとりが看護職として活躍し続けるためには、各自のライフイベントや価値観に応じて、仕事の生活の調和を図りながら自律的に学ぶことが求められます。」（はじめに、から一部抜粋）ガイドラインでは看護職としての継続的専門能力に焦点化した学習を意味しています。「生涯学習」「生涯学習支援」「キャリア形成」「キャリア形成支援」の定義や考え方が掲載されています。（日本看護協会HPにPDFあり）この考え方を基本に、「キャリア支援ガイドライン～育休復帰後看護職員・既卒看護職員のための～」作成しています。現在、数年間の育休取得後に復帰する全ての看護職員が、仕事と子育ての調整を図りながら育児短時間制度を活用しています。その間のキャリア形成支援が整っていない事もあり、キャリアの停滞を招いている現状がありました。また他院で経験を積んで再就職した既卒看護職員のキャリア形成支援もスムーズにできていたでしょうか？改定したガイドラインの特徴は、看護師個人と部署の支援者が活用しやすいよう工夫されています。復帰前から具体的な学び直しの提案や、部署支援の方法などを盛り込みました。スムーズに職場に復帰し、看護職一人ひとりが自身のキャリアビジョンに沿って学び続け自律してキャリアUPを図ることができるよう、是非このガイドラインをご活用ください。

5.「アサーティブコミュニケーション」のススメ



多くの参加をお待ちしています。

「セルフマネジメント」研修を受けたことはあるでしょうか？今年からサブテーマ：より良い職場コミュニケーションの実践～アサーティブコミュニケーション～として企画しました。キャリアラダーのセルフコントロールする力とチームを運営する力にも関わっています。研修の目的は「アサーティブコミュニケーションを活用しお互いを尊重しながら相手と良い関係を築くことが出来る」。研修では①感情の特性②コミュニケーションの質を橋上させよう③アサーティブとは④アサーティブコミュニケーションについてです。チーム医療の中で、今や多職種連携をスムーズに行うのに必要なスキルの一つです。アサーティブとは、自己主張すること。職場の解決すべき問題の場面では、相手（医療スタッフ、患者、家族）とWin-Winのコミュニケーションを図り、解決できる場面が多くあります。自分の感情や他者を尊重し、我慢や無理をしすぎず相手の気持ちや権利を考えながら、自分の要求や意見を誠実に素直に表現すること。（講義より）スキルを活かし看護専門職として誠実に素直にしっかりと意見してみましょう。看護師は感情労働ともいわれます、意識してこのスキルを普段から活用してみませんか？「使わないと身につかない。さあ今からやってみましょう！」先生からのエールです。



合同研修「セルフマネジメント」KKハートセラピー杉山修先生

編集後記：4年間、合同研修の企画運営を担当させていただきました。皆様のご協力・ご支援に感謝いたします。ありがとうございました。その間Covid-19感染流行に伴い合同研修開催が危うくなりそうでしたが、WEBで4病院を繋ぎ研修することも出来るようになりました。「研修支援ガイド」の有効活用や「学びの成果」でもある「研修シート」の活用についてお伝えしてきました。これからも皆さんのキャリアUPと成長の支援は続きます。よろしくお願います。「変わっていくこと、それが学ぶということ、知ることです。自分が変わっていなかったら、何も学んでいないと思えばいい～養老孟司～」 「どんな仕事をしたいのか実際に学ぶことができるのは現場においてのみである～F. ナイチンゲール～」 （学びの名言集）なるほど、本当にそうですね。ともに楽しく「学び」を続けていきましょう！



愛媛県立病院看護職員
研修新聞 第19巻第4号
2024年 3月発行
連絡先：愛媛県立中央病院
合同研修担当看護長
嶋屋順子
電話：089-947-1111（代表）