YAMAGATA★IBUKI Vol.128

山形いぶき

YNA　夢・ナーシング・愛

TOPICS

- 会長あいさつ・理事会報告
- 教育計画・「まちの保健室」事業
- 各職能だより
- 2015年 今年の抱負
- 支部活動
- ナースセンターだより
- 健康お役立ち情報

平成26年度会員数
（1月30日現在）

保健師	388
助産師	353
看護師	6,397
准看護師	240
計	7,378

Photo：飛島の夜明け

平成27年度「日本看護協会通常総会・職能別交流集会」

●期日：平成27年6月9日(火)～11日(木)
●場所：兵庫県　神戸国際展示場

平成27年度「山形県看護協会通常総会並びに職能研修会」

●期日：平成27年6月19日(金)
●場所：山形県看護協会会館・看護研修センター　3階第1研修室　他

山形県看護協会ホームページ

http://www.nurse-yamagata.or.jp

県ホームページ「すまいる山形暮らし情報」からもリンクできます。

山形県看護協会

機種によってはアクセスできない場合があります

会長あいさつ

平成27年の年頭にあたって

公益社団法人山形県看護協会　会長　**川　村　良　子**

平成27年の新たな年を迎え、皆さま方には保健・医療・福祉・在宅・教育の現場で、看護業務に精励していただいておりますことに心より感謝申しあげます。

特に、今年は新年より大雪でしたので、皆さまには通勤はじめ日常生活において、雪の多さにご苦労されているのではないかと案じております。しかし、真っ白い雪で覆われた風景をみますと、気持ちが洗われ、心を落ち着かせる機会にもなっております。どうぞ、皆さま方には、雪を楽しむ“ひととき”がありますようにと願っております。

職員一同：今年もよろしくお願いします

また、全国各地で発生しております山の噴火・地震・豪雪などの自然災害によりお亡くなりになりました方々に対しお悔やみを申し上げますとともに、被害にあわれた方々に対し、私たちは何ができるかを考え、忘れることなく支援の輪を広げていかなければならないと考えております。

さて、山形県看護協会においては、昨年の８月に山形県看護協会会館の東隣に「訪問看護会館」が新築完成し、９月には山形市内にある３つの訪問看護ステーションを合併・統合し、活動を行っております。更に10月２日・３日には「日本看護学会―在宅看護―学術集会」を山形テルサにて盛会に開催することができました。会員の皆さま方、ＯＢの方々はじめ関係各位の皆さま方からのご支援・ご協力をいただいたおかげと深く感謝しております。

現在、山形県看護協会では次年度に向け、重点事業(案)・事業計画(案)・予算(案)などの最終の作業に取り組んでおります。特に、今年の10月より始まります離職者のナースセンターへの届け出制度に関しましては、看護職はじめ各施設の方々のご協力をお願いすることになりますので宜しくお願い致します。看護職は、心身が健康であれば“生涯現役”として、お一人お一人に合った看護活動ができますことも併せて周知のほどお願い致します。また、平成27年度はサードレベル教育課程が開催されます。どうぞ対象となられる方々には、ふるってご参加いただき、各施設におきまして看護管理者としての役割発揮をしていただければと思っております。

最後に、会員の皆さま、ＯＢの方々はじめ関係各位の皆さまにとりまして、今年もワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)に心がけ、健康で充実した一日一日であります様にと願っております。山形県看護協会は、看護職皆さま方が気軽に活用していただけるために今年も活動していきますので宜しくお願い致します。更に、山形県ナースセンターは、会員・非会員問わずどなたでもご利用できますので、看護職の方々、これから看護職を目指したいと思っている方もお気軽にいらして下さい。お待ちしております。

理事会報告

平成26年11月27日(木)　第８回理事会

＜主な審議事項＞
1．平成26年度上半期の事業報告＜承認＞
2．平成26年度上半期決算報告・監査報告＜承認＞
3．当協会における公益社団法人日本看護協会長表彰候補者推薦規程(案)について＜承認＞
4．広報紙「山形いぶき」の発行日の変更(案)について＜承認＞
・１月下旬　・５月中旬以降　・７月下旬　・11月上旬

平成26年12月18日(木)　第９回理事会

＜主な審議事項＞
1．平成27年度山形県看護協会重点事業(案)について＜承認＞
2．平成27年度山形県看護協会教育計画(案)について＜承認＞
3．平成27年４月～６月の理事会・監査日の日程(案)について＜承認＞

11月中旬から12月の山形県看護協会事業実施状況について

- 平成26年11月８日(土)
  避難者相談・交流会(山形)での「まちの保健室」開催
- 平成26年11月８・９日(土・日)
  福祉の仕事フェアへの参加
- 平成26年11月13日(木)
  支部長会議
- 平成26年11月15・16日(土・日)
  やまがた健康フェアでの「まちの保健室」開催
- 平成26年11月18日(火)
  上半期会計監査・支部会計担当役員との打ち合わせ会
- 平成26年11月21日(金)
  看護連盟との合同研修会
- 平成26年11月22日(土)
  「医療安全やまがたフォーラム」
- 平成26年12月17日(水)
  日本看護協会助成金事業実施監査の受審
- 平成26年12月20日(土)
  平成27年度山形県看護協会教育計画に関する懇談会
- 平成26年12月25日(木)
  山形県看護協会役員・支部役員及び日本看護協会代議員・予備代議員の選出に関する打ち合わせ会議

平成27年度教育計画について

― 認定看護管理者教育課程サードレベルを開講します ―

常任理事　**井　上　栄　子**

看護職には、保健・医療・福祉のニーズの変化に対して柔軟に対応できる役割が期待されています。看護職として常に最善のケアを提供するためには、必要な知識・技術・態度の向上が求められています。それを支援するため、平成26年度の研修は、73コース(76回)を実施しました。今年度は、日本看護学会―在宅看護―学術集会があり、その参加数も含めますと、約7,200人の参加者数でした。

さて、平成27年度教育計画（案）に関する懇談会を12月20日（土）に開催いたしました。県内の病院の看護管理者、教育担当者にお集まりいただき、研修に対するご意見をいただきました。ありがとうございました。

平成27年度は、69コース(71回)の研修を計画しております。第２回認定看護管理者教育課程サードレベル（１回目平成24年度）を開講します。ぜひ看護管理者のかたのご参加をお待ちしております。

新規の研修としては、在宅医療推進に向けての研修や、特定分野の実習指導講習会（仮題）等を企画しております。

またインターネット配信〔リアルタイム〕、衛星通信研修に関しては山形県看護協会で開催しますが、研修時間、研修費等を考え、インターネット配信〔オンデマンド〕の14の研修コースは施設又は個人での受講申し込としました。ぜひ施設で内容を検討され、ご活用していただければありがたいです。

平成27年度の研修も、多くの看護職のかたが参加され、ご活用していただければと思います。

「まちの保健室」開催しました。

「まちの保健室」in とびしま

山形県看護協会事業課　**遠藤志津子**

平成26年11月５～６日、「まちの保健室」in とびしまを開催しました。

当初の計画であった10月17～18日が中止になったため、今回予備日の開催となりました。飛島総合センターでの健康チェック、健康相談、ハンドマッサージ、白衣体験、栄養士による栄養相談と味噌汁の試食と塩分濃度チェック、理学療法士による痛みの相談、介護予防のための体操など非常に盛り沢山ではありましたが、皆さん興味津々で大変楽しく行うことができました。

介護を受けない体づくりをめざして

健康相談に次々訪れ賑わった

今度は、是非６月に来てほしいという声もあり、今後検討する方向でおります。

やまがた健康フェアでの「まちの保健室」

「まちの保健室」推進委員長　**岡野恵美子**

平成26年11月15日～16日に山形国際交流プラザ「ビッグウイング」で開催されたやまがた健康フェア2014において、「まちの保健室」を実施いたしました。これは県民の健康や介護への意識の高揚を図り、健康長寿日本一になることをめざして開催されたもので、延べ300名の参加者がありました。一人一人にかかる時間が長く相談を待っている方もおり、皆さん健康に関心が高いことが伺えました。また、高校生の進路相談や白衣試着にも人気がありました。

県と関係団体が連携・協働することにより、県民一人ひとりが健康に対して主体的に取り組みを継続していけるようサポートしていければと思います。

あこがれの白衣でパチッ！

保健師 職能だより

第２回保健師職能研修会報告

平野かよ子氏の講義

初体験のワールド・カフェによる事例検討

テーマ：保健指導ミーティング
～地域･職域につなげる保健活動スキルアップ～
開催日：平成26年11月22日(土) 10：00～16：00
会　場：訪問看護会館２階会議室
参加者：62名

山形県と共催し、日本看護協会の保健指導支援事業（保健指導ミーティング）を活用しました。定員を超える人数が集まり、急遽、訪問看護会館に会場を移し開催しました。

午前中は長崎県立大学　特命教授　平野かよ子先生から「今、求められるソーシャルキャピタルの視点～保健師として地域・職域をつなぐ～」の演題で①今、ソーシャルキャピタルが提唱される背景　②地域保健対策の推進に関する基本的な指針の改正の中での「ソーシャルキャピタル」③これまでの保健師の地区活動とのつながりづくり　④これからの保健師に期待されること等について講演をいただきました。また、保健師が「つながりづくり」から「地域づくり」へ、どれだけ地域に出る活動を拡大できるか、どれだけ地域の関係者とつながりを創れるかが課題であり、公衆衛生活動はすべての人の社会的な健康を高め、多くの住民が自ら地域の支え手になる地域づくりの重要性を強調されました。

午後は長井市健康課の石川翔太氏　米沢市福祉協議会地域包括支援センターの鈴木崇文氏　全国健康保険協会山形支部の川名真由美氏の方々から保健師の本質「地域をつなぐ活動」の実践事例報告を受け、その後、山形大学医学部看護学科助教森鍵裕子氏がコーディネーターとなりワールド・カフェによる実践事例の検討を行いました。４人１グループでコーヒーなど飲みながらリラックスムードでカフェ・トーク「明日からどんな活動をしたいと思いますか」を３ラウンド展開、最後に参加者全員輪になって一人ひとり決意表明を発表し余韻を残し終了しました。多くの参加者がワールド･カフェによる事例検討が初体験でしたが、「顔をみて話し合うことができた」「話しやすい雰囲気だった」等の声も聞かれアンケートの記述も「楽しかった」等好意的記述が多かった。

保健師同士がつながって仕事などの想いを共有する場をもつことの大切さを確信した保健指導ミーティングでした。

「保健師の活動基盤に関する基礎調査」への参加ありがとうございました。

８月２６日～１０月２６日までの２ヶ月に渡り保健師を取り巻く現状や課題を明らかにし、保健師が保健師らしく働き、成長できる体制や環境整備に活かすために実施された「保健師の活動基盤に関する基礎調査」の回答率は山形県が５８％（３２６人回答）で全国４９．７％（２３，０００人回答）の回答率を大幅に上回りました。結果は、全国版、都道府県版に分けてお届けする予定とのことです。今しばらく、お待ちくださいませ。

助産師 職能だより

研修会報告

直井亜紀氏の講義

実演して共通理解を！

テーマ：「お母さんと赤ちゃんに
優しいケアを目指して」
開催日：平成26年11月15日(土)
参加者：55名

今回は「お母さんと赤ちゃんに優しいケアを目指して」と題し埼玉県で開業されているさら助産院の直井亜紀先生をお招きして研修を行いました。県内各地の新人からベテラン助産師まで多数の参加をいただきました。

午前中の講義ではさら助産院での日々の活動や地域での活動の紹介があり、地元の小中高校で学校のカリキュラムに命の授業を取り入れた活動をしていることや母親学級、両親学級、祖父母学級での活動、ベビーマッサージの講義の様子について伺いました。

午後からは実際に出産経験したお母さんの手記から問題提起し、自分たちの言葉や態度をみなおす必要性があることを再確認し、グループワークを行い実演して共通理解を深めました。研修後のアンケートでは日々の関わりに活かせる学びが多かったととても好評でした。

◆助産師職能より◆

平成 27 年８月より助産師ラダーⅢの申請が始まります。助産師が自らのキャリア発達の可能性を可視化でき助産師としての専門性・自律性を高めるために開発したキャリアパスクリニカルラダーです。自分の助産実践能力を全国共通レベルで適切に評価することで、より質の高い助産実践につなげるための活動です。

詳しく日本看護協会のホームページからもダウンロードできます。一人でも多くのエントリーお待ちしています。

看護師 職能Ⅰ（病院領域）だより

11月29日(土)研修会を開催しました

テーマ：「働き続けられるための職場作り
～ＷＬＢを推進して～」
参加者：77名

松月みどり氏の講義

グループワークも盛り上がった

松月みどり常任理事の講義は大変わかりやすく、勤務環境改善のヒントを得ることができました。また、３施設の事例報告では、勤務環境改善の成果をお聞きし、取り組むことの意義や重要性を実感することができました。

【午前の内容】
「夜勤・交代制勤務のガイドラインの活用」
「看護職のＷＬＢ推進
ワークショップの推進について」
「ＤＩＮＱＬの説明と活用方法」
日本看護協会 常任理事　松　月　みどり

【午後の内容】
１．勤務環境改善の事例報告
「勤務改善への取り組み～ＷＬＢ推進
ワークショップ参加から１年～」
順仁堂遊佐病院 看護部長　信　夫　松　子
「ＷＬＢプロジェクト推進発表」
篠田総合病院 看護部長　川　窪　のり子
「公立高畠病院における
ＷＬＢ２年目の取り組み」
公立高畠病院 看護部長　竹　田　和　美
２．グループワーク
・テーマ：“勤務環境改善で実現可能なこと、どうしたら実現するか”

参加者の感想

- 他の施設の現状を聞くことができ大変興味深かった。
- 勤務環境改善、できることから始めていきたい。
- モチベーションをあげる方法を具体的にあげ取り組んでいきたい。
- “カエルちゃんバッチ”の導入を提案したい。

看護師 職能Ⅱ（介護･福祉･在宅領域）だより

看護師職能Ⅱは、在宅･介護施設で働く看護師のための委員会活動です。

まだまだ会員数も少ない状況ですが、現場から意見を発信していただき介護領域で働く私たち看護師が、安心して働き続けられる環境作りと専門性に基づいた看護の質の向上のために看護師職能委員会Ⅱは活動をしていきます。皆さんのご意見、ご協力よろしくお願いします。

川島孝一朗氏の講義

看護師職能Ⅱ研修

平成26年９月27日「看とり」を支えるテーマで仙台往診クリニック　院長　川島孝一朗氏をお迎えし、「看とりを支えるということ」･「自然の死」｢死生観」について熱く語っていただきあっという間の２時間でした。資料もたくさんいただきました。お時間があるとき仙台往診クリニックのホームページにアクセスしてください。

午後から特養、老健、訪問看護施設より「看取りの取り組み」の実践報告、その後グループワークをし意見交換会を行いました。207名と参加者も多く７割近くが病院勤務の看護師でしたが、在宅側と病院側のそれぞれの現状なども活発な意見交換が行われ充実した研修でした。

活発な意見交換会

参加者の声

- 看取り事を説明できるように努力します。
- 終末期のという定義が成り立つのか？の言葉にとても共感した。
- 良い看取りをするのではなく、最後までどう生きるか生き方を支援していくことが大切。
- 情報交換ができて有意義だった。
- 看とり・日頃のケアの場面でも私たちが患者さんの生活空間に入っている事を意識した。

平成27年度看護師職能Ⅱ研修速報

27年度は「介護施設等の看取りの研修プログラム」を現場の実践に伴った研修を企画しています。
ご期待ください!!　　参加お待ちしています!!

2015年　今年の抱負

今年の抱負

山形県立中央病院 助産師　吉田　智美

助産師になって２年目が終わろうとしています。初めは分からない事だらけでしたが、周囲の人に支えられ少しずつできることが増えてきました。今年はこれまでの経験を振り返り、技術・精神面ともに成長していけるよう頑張りたいです。たくさんの笑顔に出会えるように、初心を忘れず患者さんとのコミュニケーションを大切にしていきたいと思います。また自分の生活も振り返り、健康に過ごせる一年にしていきたいです。

寄り添い、温かい看護を

山形済生病院 助産師　沼澤　彩子

産科病棟に勤務しています。「お母さんや赤ちゃんに寄り添い、温かみのある看護をすること」をモットーに、命の誕生の感動と、命を預かる責任を感じながら、助産師として修業の日々です。これからも、お母さんや赤ちゃんとの出会いを大切にし、多くのことを教えて下さり導いて下さる先輩方や、同じ意識をもった仲間たちと働けることに感謝しながら、日々励んでいきたいと思います。

常に学びの姿勢で

尾花沢病院 看護師　森　俊和

新年あけましておめでとうございます。私事ですが昨年11月に第３子が産まれ、昨年は慌ただしい１年でした。今年は初めて育児休業も取得する予定です。

昨年は山形県看護実習指導者講習会に参加して、多くの仲間に出会い、共に学ぶことができました。その学びを活かし、今年も常に学びの姿勢をもち、スキルアップに努めていきたいと思います。

４回目の羊年

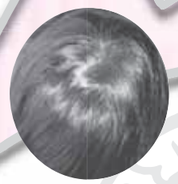
本間病院 看護師　市町　有紀

新年明けましておめでとうございます。今年で３度目の年女！今年の抱負ですが…昨年、認定看護管理者教育課程ファーストレベルを受講し、先日修了証明書をいただきました！ぜひこの学びを活かし、主任として看護師として日々成長していきたいです。またプライベートでは、娘がソフトテニスを頑張っているので、母としていちファンとして応援をがんばります。めざせ全国大会制覇！最後に、今年こそ産前の体型に近づきたい!!

今年こそ“メタボ”よさらば！

公立置賜南陽病院 看護師　多勢　澄子

私は長年透析室で勤務をし患者様へ様々な指導をしてきましたが、実は、自分の体重や検診の結果はさておいて、まぁ一偉そうに指導を行って来たのでした。透析の皆様は、私の白衣サイズが年々上がっていくのを見ています。そんな看護師から指導を受けても頑張る気持ちになれなかった方もいらしたかもしれません。私は今年こそ、透析の患者様と共に日常生活を見直し、理想の体重を手に入れることを宣言します。



今年は「ヒツジ」のように…

鶴岡市健康課 保健師　芳賀　千春

私の娘は、寅年生まれで頭につむじが２個ある「ワンパクで頑固」な娘。なかなか手ごわい…。「ヒツジ」は？調べてみると…、「競争や争いごとといったトラブルを嫌う、チームワークを好む、暖かく包む」とのこと。私も同じかも…と思う反面、いや、娘に似ているところもあるぞ…とも思いながら眺めていた。今年の私は、「ヒツジ」のように職場・家庭でもチームワークを大事に「団結」して、楽しく前向きに、また、寅の娘も暖かく包むように過ごせたらと思っています。みなさんご指導よろしくお願いします。

「生涯現役で…」

青空訪問看護事業所 看護師　山泉　泰子

幸福の木(ドラセナ)の花を見たことはありますか。ある待合室の隅、開業して以来初めての開花とのこと、甘い花の香りが漂っており、一時の癒しを受けてきました。忙しい日々の中でも四季折々の息吹を楽しむ「気づきと心の余裕」を持ち続けたいと思います。

さて、今年は『青空訪看　創立６周年』です。医療現場から在宅看護を目指して一からの出発、早や６年が過ぎて、私もめでたく？年女です。一つの区切りとして、しっかり振り返りを行い、これからも頼もしいスタッフに支えてもらいながら、生涯現役の気持ちで在宅看護の醍醐味を味わいつつ、地域に花を咲かせていきたいと欲張りに願っています。

『保健師活動の大切さを再認識』

米沢市健康課 保健師　髙橋さき子

昨年私たちは、市民の健康課題の実態に沿った保健師活動を実施するため、年度当初から分析チームを設置し、健診・医療･介護データから見える健康課題の分析を行いました。分析結果から、保健師活動の大切さを再認識し、事業や組織体制の見直しの提案を行い、より市民の実態に沿った保健事業の実施に向けて、準備に取り掛かっております。

～チャレンジ精神いっぱいの
素敵な仲間たちと共に～

目指せ！　断捨離

介護老人保健施設あづま 看護師　川口　宏美

私は昔から片付けが苦手です。いつか着るかもしれないから、いつか使うかもしれないから…と物が捨てられず、家の中には物があふれています。数年前の引越しの時の荷物もダンボールのまま押入れに入っていたりします。

今年は必要な物、不必要な物を整理して不必要な物はスパッと捨てて、すっきり片付けたいと思います。

今年の抱負

訪問看護ステーションむらやま 看護師　高橋香緒里

訪問看護に携わり４年が経とうとしています。利用者様の在宅生活とそれを支えるご家族様との関わりの中で色々迷うことが多いですが、職場のスタッフや利用者様、ご家族様からの感謝の言葉を頂くことが支えとなり続けることができました。

今年は研修等を通し、ますます人としても技術面も共にレベルアップし利用者様に返していきたいと思います。

ダイエットします！

介護老人保健施設徳田山 看護師　小笠原　聡

長年蓄積した脂肪とサヨウナラ。若い時の体重に戻したい。「身軽なデブ」同僚に言われてから、数十年、学生の時から大分体重が増えて、年を重ねるごとに動くことが辛くなり、体重の増加が切実な問題です。目標「夏までに10kgは痩せる」健康を維持すれば、もう少し仕事が頑張れるように思います。仕事においては、介護施設に勤務して、介護老人保健施設の退所後の受け入れ先がないために本来目的である「在宅復帰」が出来ない現状です。今、出来ることは、入所している利用者さんが健康で安心して少しでも楽しい入所生活が出来るように看護を提供すること。

最後に昨年、研修を受講して自身の看護師生活を振り返る機会があり、反省しなければいけないことを痛感させられました。年齢を重ね、知識や経験が増える程、驕らずに謙虚な気持ちを忘れないで地道に仕事とプライベートを充実させたい。でもまず痩せること！

気が付けば39年

大蔵村診療所 看護師　大竹　弘美

准看護婦で働きながら看護学校で学び、待望の看護婦試験に合格した時の喜びは今も忘れられない思い出です。結婚を機に故郷に戻って出産・子育てを経験し、今は人口が最も少なく老人が最も多い村で地域医療に携わりながら毎日を暮らしています。家族の協力を得ながら「気が付けば39 年」看護職として働く事が出来たことに感謝して、今年も地域医療に携わる一員として頑張りたいと思います。

支部活動

「山形支部の活動状況」

山形支部長　田代久男
教育委員　佐藤香奈子

第１回研修会「あめっかぜ」

第２回研修会「奥山美奈先生」

公益法人事業として支部活動の大きな柱には、「研修会」と「まちの保健室」事業があります。第１回研修会（７月）は、はじめに山形県看護協会川村良子会長より山形県看護協会の役割についてご講話いただきました。また、リフレッシュ企画として朝日町在住のフォークグループ“あめっかぜ”（代表：松田昌弘、他11名）より癒しをテーマに、オリジナル曲を含め心に響く歌をたくさん聴き共に唄うことができました。感動した、元気をもらった、癒された、心が軽くなった、心地よかった、明日からの仕事を頑張ろうと思った、などの感想や意見が多くあり、研修の主旨としていたリフレッシュできる良い機会となったと考えます。第２回研修会（11月）はＴＮサクセスコーチング株式会社代表取締役　奥山美奈先生（山形県出身）から、「対人力を磨き、看護力をUP↗」と題してご講演いただきました。看護師が抱える身近な事例を挙げ、参加者同士でロールプレイしながら、コミュニケーションスキルを学ぶことができ、即実践に活かせる講演内容でした。

「まちの保健室」事業は上山かかし祭り（９月）と中山町ゆらら温泉（11月）にて、健康チェック・健康相談・骨密度測定・血管年齢測定などを実施しました。まちの保健室は地域の方と直接触れ合うことができる公益活動です。今年度新たに地域住民の健康ニーズに応じようと、山形イオン北店に毎月15日に常設を設けることとなり、９月より活動しています。今後は、地域密着型の常設型まちの保健室事業が効果的な活動になるよう、近隣会員のご協力を得ながら企画を充実させていきたいと思います。

イオン北店でのまちの保健室

「あすか山訪問看護ステーション視察研修・訪問看護サミットに参加して」

訪問看護ステーションむらやま　鳥村順子

11月28日東京都北区「あすか山訪問看護ステーション」に山形県看護協会訪問看護ステーション４カ所の管理者と訪問看護総括理事、それに山形県訪問看護ステーション連絡協議会会長・副会長の７人で視察研修に伺いました。４月に機能強化型訪問看護ステーションとして運営しているので興味津々にビルの一階のドアを開きました。忙しい中やさしく丁寧な対応をしていただきました。まず驚いたのは、大きなテレビにサテライト赤羽の様子が写っていて、毎日のミーティングや必要時にテレビ電話を介して会話・伝達可能なこと。次にスマートホンで電子カルテを使用し、各自に携帯させて何処でもデータ入力と把握が可能なので、利用者約250名の情報共有がスタッフ全員で出来る事でした。ITを駆使して時間を有効に使い、週に１回は事例検討会や勉強会も行い、スタッフの人材育成を行っていました。機能強化型訪問看護ステーションの申請に向けて大変勉強になりました。翌29日は日本訪問看護財団主催の訪問看護サミットに出席しました。清水会長の挨拶と来賓の祝辞を頂いた後に、訪問看護の推進に尽力された方への表彰状贈呈がありました。山形県からは山形県看護協会訪問看護ステーション新庄管理者の柿崎由美子さん、前訪問看護ステーションべにばな管理者の徳田喜恵子さんが表彰されました。その後「在宅ケアの未来」と題した講演も大変興味深い内容で、今後の訪問看護事業をする上で活力とエールを頂くことができました。

表彰者を囲んでパチッ！

性の健康を支援するネットワーク会員の「リレー随筆」始めました。

性の健康を支援する委員会 委員長　齋藤万代子

性の健康を支援する委員会では、山形県の性の健康を守るために出前講座を行っています。平成25年度は、小・中・高校合わせて30件（3,415名）に出前講座を行いました。

現在のネットワーク会員は52名(男性２名)です。出前講座に興味がある方、まずは見学から始めてみませんか？会員登録をお待ちしています。♥男性も大歓迎です♥♥♥

今回初めて実践した男性会員　高橋さんにインタビューしました！

Ｑ１：初めて「性教育出前講座」を行ってみての感想を、お聞かせ下さい。

Ａ：今回は私の母校でもあり、男子生徒限定だったため女子がいればできないような話題まで踏み込んで楽しく過ごせました。165名対象だったため受けての温度差を感じましたが、それを埋めるプレゼン能力等を身につける必要性も感じました。性＝いやらしいに結びつく思考にならないように出前講座を続けていければと思います。

Ｑ２：何がきっかけで「性教育」を始めてみようと思いましたか。

Ａ：看護師として十数年働き、何か行き詰まり感がありました。専門性を高めていくこともいいのですが病気や臓器に目が行き本質を見失っていないかと思い始めたりもしました。そこで、原点に立ち返ろうと思い、看護の原点は人間を見る事、人間の原点は“性”ではないかと考えて性教育の研修など参加し始めましたが、昨年出会った岩室先生の講演に感銘を受け、先生の言う性教育を手段として「人間関係の再構築」「生きる力をつける」「居場所の確保」などを若者に発信していきたいと思いました。
そのことで性＝心を生かすになると思います。ただ、私が性教育をやるというと“エロ”の方ではないかという同僚もいて少々困りますが…。

◆実際に出前授業を受けた学校の感想◆

性教育は今まで何回か聞いたことがあったが、今回が一番詳しく説明されていてとても勉強になった。自分の体のことだけでなく、相手の体のことも考えてしっかり配慮することも大切だとわかった。感染症などしっかり知識を身に付けて責任をとれる大人になりたい。

大人が変われば子どもも変わる。自分の経験談を多いに語っていきましょう。

なかなか好評でした！

♡年１回いぶき１月号では、リレー随筆としていろいろな方の出前講座体験をお伝えしていきます。
次回もお楽しみに♡

災害支援ナースに登録して共に活動しませんか！

災害看護対策委員長　青木実枝

11月27日・28日の２日間に渡り、災害看護―実務編―が開催されました。本研修は日本看護協会のシラバスに基づく研修で、災害支援ナース育成研修として位置付けられています。今回は段ボールトイレの実物とその作り方が展示され参加者の興味を引きました。グループワークは実際災害が発生したことを想定し、講師が様々な質問を投げかけます。参加者は真剣にディスカッションしていました。

11月29日・30日には、山形県が主催する平成26年度災害医療コーディネート研修に出席しました。他専門職者とゲーム感覚で体験を重ねながら、他専門職者の発想や強み・弱みも理解することができ、災害が発生した場合の協働者として参考になりました。なにより、看護協会の災害支援体制の充実を図るうえで、アドバイスを得られる仲間ができたことが大きかったです。本研修の知識は必ずしも災害医療調整本部のみの活用ではなく、看護協会災害支援対策本部において大いに活用できる内容でした。看護協会の災害支援体制の実効性をより高いものにするためには、このような研修への継続した参加と災害支援ナースの増員及びスキルアップが重要と考えております。当委員会では災害支援ナースの増員を図るために広報の強化、登録申請システムの検討、登録ナースの士気や資質の維持・向上の研修を企画し提案しております。是非、災害支援ナースに登録し共に学び共に活動してみませんか。

段ボールトイレの作り方、
支援ナースの派遣時の携行品を展示

ナースセンターだより

平成26年度『訪問看護eラーニング』を活用した訪問看護師養成講習会

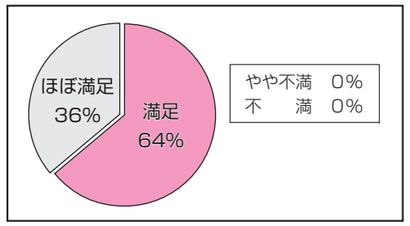
今年度は14名が受講しました。日本訪問看護財団の「訪問看護 e ラーニング」を活用した自宅学習と公開講座、訪問看護ステーションと緩和ケア病棟での実習等を組み合わせたプログラムで学びの多い講習会となりました。

アンケートの結果から、訪問看護の基礎、専門的知識と技術の習得、自身のスキルアップや今後の課題の明確化など、それぞれが学びを深め、お互いに共有できたことで、高い満足度にもつながったのではないかと思います。

次年度も内容を充実させ、参加しやすいプログラムを計画中です。訪問看護に関心のある方、知識の習得を目指す方など、たくさんの方の参加をお待ちしております。

開催期間　平成26年６月26日～平成26年11月19日
受講者数　14名
アンケート回収数：14　　回収率：100%

「e ラーニング」を活用した講習会の満足度



平成 27 年度の教育計画がお手元に届いたら、チェックしてみてね！

第２回公開講座「在宅人工呼吸器の使用の実際」

第３回公開講座「社会資源の活用」グループワーク

受講者の声

- 訪問看護師としてのあり方が基礎から学べ、日頃疑問に思っていたことが解決され、今後の看護実践に活かせる。
- 在宅へ向けての支援をしっかりと行い、訪問看護等のサービスへ繋げていかなければならないと思った。
- e ラーニングの学習は、日々の業務が忙しくなかなか進まないこともあったが、自分の自由な時間に、分からないところは何度も繰り返し学習ができ良かった。また月１回の公開講座の終了後に、受講者で進行状況を話したり情報交換もでき、共に受講している仲間がいてとても心強かった。
- 自分と同じ地域の病院・施設・訪問看護ステーションの参加者が多く、仕事をする上でも情報交換や人脈ができたことは大変心強く、うれしかった。

平成26年度「潜在看護師等復職支援セミナー」

ブランクのある看護職の皆さん、もう一度看護の現場で働いてみませんか？

看護師等免許をお持ちで現在未就業の方を対象に、医療機関・介護施設・訪問看護ステーションなどの働く現場の最新情報や看護職の働き方などを学び、今後の就業活動等に活かすことを目的に復職支援セミナーを開催いたします。受講希望の方はお問い合わせください。

- 開催日時　平成27年２月28日(土)　13：30 ～ 16：00
- 場　　所　山形県看護協会会館研修センター
- 受講定員　30名
- 参 加 料　無料

※託児を希望される方は事前にご連絡ください。

未就業の方でお知り合いの方がいらっしゃれば、お誘いあわせのうえ、ご参加ください。

「最新基礎看護技術」ＤＶＤ

お貸しします !!

ブランクがあり、看護技術に不安のある看護職の皆さん、ご自宅で学習しませんか？

【貸出用教材ＤＶＤ】

- 感染管理（49 分）
- 採血・血糖測定（44 分）
- 点滴静脈内注射（58 分）
- 看護実習の心構えと実際（37 分）

＊貸出期間は１週間です＊

【お問い合わせ先】山形県看護協会　事業課
TEL：023-685-8033

退職を予定している
看護職の求人をみてみたい

看護職の皆様へ

看護職の方がこれまで培った経験・知識を、さまざまな分野で活かしてみませんか？

フルタイムでしっかり働きたい方、週に数回や一日数時間などの非常勤で働きたい方、普段は働けないけどたまには看護職として何か役に立ちたいという方、山形県ナースセンターは、皆様のお気持ちを大切にし、生活スタイルや体力に合わせた働き方をご紹介いたします。

特にこの時期は求人募集が増える時期です！　ぜひご登録を !!

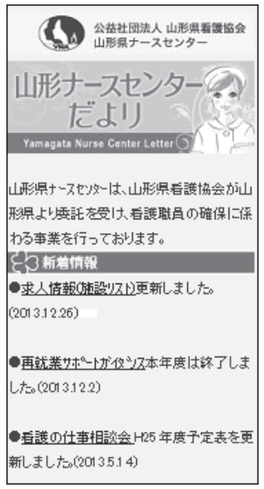
ナースセンターへの登録方法

無料 !!

スマートフォンからぜひご登録ください

山形県看護協会ＨＰから、登録票をダウンロードできます。郵送・ＦＡＸでも受付しています。

携帯サイトを活用しよう !!



ＱＲコードから求人情報をチェックしてみよう！

information ～今年も説明会を開催します！～

平成27年度 看護師等職場説明会

県内外の看護学校に在籍する県出身者と未就業の看護職を対象に、県内病院の魅力をＰＲする場を設定し、一人でも多くの看護学生等に県内定着を促し、県内病院の看護職員確保対策を支援いたします。

日　　時：**平成27年４月４日(土)**
　　13：00 ～ 16：00
開催場所：山形テルサ　アプローズ
内　　容：①病院紹介
　　・個人面談
　　②相談コーナー
　　訪問看護、介護福祉分野の就業相談

平成27年度 看護学生フレッシュ説明会

現在看護を学んでいる看護学生等を対象に、県内病院等の特色や魅力をＰＲし、早い段階から県内就職に対する意識付けを図ることにより、学生の県内定着を促進します。

日　　時：**平成27年８月８日(土)**
　　13：00 ～ 16：00
開催場所：山形テルサ　アプローズ
内　　容：①病院紹介
　　・個人面談　等

山形県ナースセンターにおける求職登録

職種別登録状況　　平成27年１月８日現在

職　種	保健師	助産師	看護師	准看護師	合計
登録者数	28	7	184	28	247

内訳（登録247 名のうち）
未就業登録者　120 人
就業中登録者　125 人
有資格学生登録者　２人
無資格学生登録者　０人

山形県ナースセンター（山形県看護協会内）
e-mail:yamagata@nurse-center.net　直通☎023-646-8878

山形いぶき YAMAGATA IBUKI
山形いぶき 第128号 編集／広報出版委員会 発行／平成27年1月31日 公益社団法人山形県看護協会 〒990-2473 山形市松栄1-5-45（アルカディアソフトパーク山形内）TEL023-685-8033

健康お役立ち情報 シリーズ4 冷え 冷え症

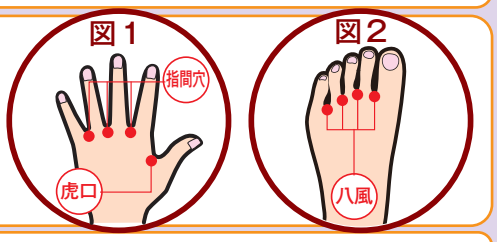
冷え性の原因は生活習慣の乱れが密接に関係しています。原因とその対策についてご紹介します。

原因①…ビタミン、ミネラル不足
加工食品に頼った食生活により体温のもとになるミネラル、ビタミンが不足してしまいます。

（対策）
ビタミン、ミネラルを含んだ食品の摂取。ビタミンC（いちご、みかん、ブロッコリー、芋類）ビタミンE（だいこん、かぶ、ごぼう等の冬野菜、豆類）ミネラル（肉類、いわし、チーズ、牡蠣）

原因②…血行不良
体をきつくしめつける下着やサイズの合わない靴をはくことで血液の流れを防げてしまいます。

（対策）
ゆとりのあるあたたかい衣服を心がけましょう。血行を促進するツボの刺激（一か所につき10回程度）図1、2



原因③…運動不足
血液を送る筋力を刺激しない状態が続き、筋力が低下することで冷え性を引き起こします。

（対策）
有酸素運動（ウォーキングや階段昇降<ゆっくり昇降する>）

豆知識

（しょうがの正しい摂取法）
冷え性対策として一般的に知られている「しょうが」ですが正しい摂取方法を知っていますか？　冷え性に「生しょうが」は禁物？
生しょうがは発汗を促し、体を冷やしてしまうので冷え性には逆効果です（風邪などの発熱時には有効とされています）。冷え性に有効なのは「乾燥しょうが」です。乾燥しょうがを紅茶に入れて飲むことをお勧めします。

（乾燥しょうがの作り方）１～２mmにスライスし、　方法１／室内放置　方法２／天日干し　方法３／蒸し器で完成！

「医療安全管理者スキルアップ研修」を実施して

医療・看護安全対策委員長　**高　橋　ひとみ**

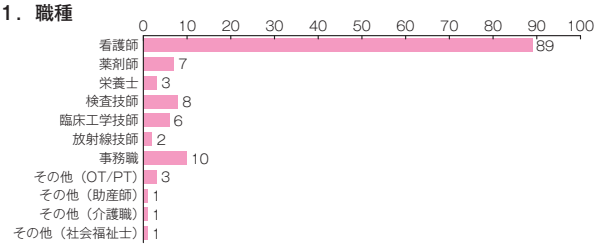
12月6日（土）立教大学教授大生忠義先生をお招きしTeam STEPPSについて研修を行いました。同先生の講義は2回目であり、今回は同施設から「多職種チーム」で参加を行い一日グループワーク・演習・ゲームを行っていくというものでした。多職種チームによるこのような形式は初めての試みで、記念すべき第一歩となったと思います。私たち運営側としても「どうなるべ…」といささか不安は隠しきませんでしたが、参加者は予定数をオーバーし139名と関心の高さが伺えました。アンケート結果も良好で、ゲームの体験学習は楽しく、体で覚える事に繋がり参加者にとっては新鮮に映った様子でした。

今回の研修では、患者の安全を第一に、“一人一人がチームの柱である”ことをしっかり自覚し、リーダーシップ、状況モニタ、相互支援、コミュニケーションスキルを磨いていくことが安全文化の醸成に欠かせないことを学び、“訓練”が必要であると実感しました。

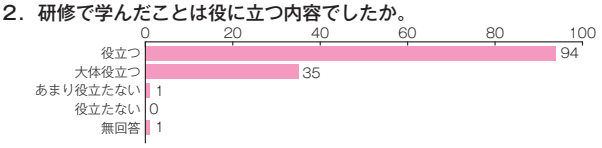
今後は、私たちの医療現場がもっと安全で安心できるようにチームワークとコミュニケーションの学習がどの施設でも普及されていくことがさらに求められてくると感じました。

アンケート結果

1．職種

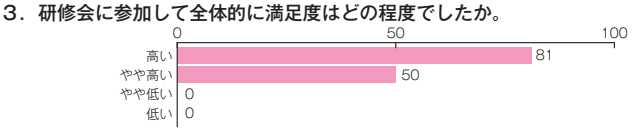


2．研修で学んだことは役に立つ内容でしたか。

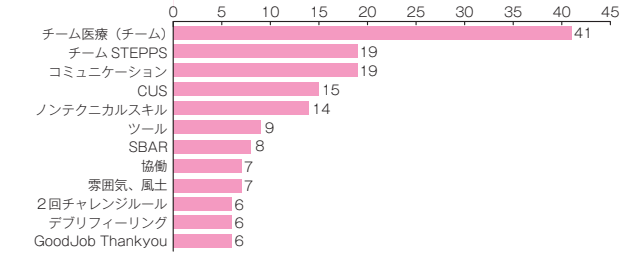


・各職種が何でも言い合える環境が大切で、コミュニケーションの大切さとチーム医療の大切さを学び再認識した。(21)
・多職種とチームを組んだ研修は、チーム医療にとってのコミュニケーションをお互い確認できて良かった。(15)

3．研修会に参加して全体的に満足度はどの程度でしたか。



4．今回の研修で得たこと・学んだことのキーワードをお書きください。



会員へのお年玉ニュース　湯野浜温泉「亀や」特別割引制度

内容：会員証提示で基本宿泊料の10%割引
５月の連休、お盆の期間、年末年始は除く（個人、ご家族、友人、同僚等での利用）
期間：平成27年４月１日～平成28年３月31日

※申込時に、「山形県看護協会の会員」と言ってください。　宿泊当日、忘れずにフロントで会員証を提示してください。
期日前の利用は、直接「亀や」にご相談ください。

平成26年度会館建設積立金納入状況

納入人数	金　額	満額納入者
3,010名	28,777,000円	237名

（平成26年12月31日現在）

皆様の多大なご協力ありがとうございます。今後ともよろしくお願いします。

編集後記

新年あけましておめでとうございます。皆様にとって健康な一年であります ように心より願っております。今年も興味深く見て頂ける「山形いぶき」を発信していきます。