

“地域とつながる”
病院看護師が訪問看護ステーションへ出向



多田院長 井上会長 野澤看護師 新澤病院管理者



TOPICS

- ◆ 新年を迎えて
- ◆ 山形県看護研究学会・セカンドレベル教育課程
- ◆ 保健師・助産師・看護師Ⅰ・Ⅱ職能だより
- ◆ 今年の抱負
- ◆ 山形・庄内支部活動
- ◆ 訪問看護ステーション4ブロック会議

平成29年度「日本看護サミット」

● 期日:平成29年6月6日(火) ● 場所:千葉県 幕張メッセ

平成29年度「日本看護協会通常総会・職能別交流集会」

● 期日:平成29年6月7日(水)～8日(木) ● 場所:千葉県 幕張メッセ

平成29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29年6月16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。

機種によってはアクセスできない場合があります

山形県看護協会



平成28年度会員数
(1月17日現在)

保健師	386
助産師	364
看護師	6,616
准看護師	215
計	7,581

会長あいさつ

平成29年を迎えて

職場を越えた看護のつながりを大切にして
ネットワークをつくろう

公益社団法人山形県看護協会 会長 井上 栄子



新年あけましておめでとうございます。年頭にあたりまして一言ごあいさつ申し上げます。日頃より、山形県看護協会の事業にご支援とご協力をいただき、無事に新しい年を迎えることができましたこと、心から感謝申し上げます。

山形県看護協会は、平成28年度日本看護協会の3つのモデル事業に取り組んでおります。1つ目は、「都道府県看護協会地区支部等における高齢者および認知症者支援のための看護職連携モデル事業」です。庄内地区において看護管理者ネットワーク会議の設立をサポートし、団体の活動を事業として展開しています。地域包括ケアシステム構築に向けて看護管理者のネットワークを強化し、地域での看護職連携・多職種連携で「暮らしと医療」を繋いでほしいと思います。

2つ目は、「県医療勤務環境改善支援センターと連携したWLB推進モデル事業」です。この事業は、人材確保が困難といわれる200床未満の中規模病院等が対象で、当県では3つの病院が参加しています。3施設は看護職だけでなく医療機関に勤務する全職種を対象にしたインデックス調査の結果をベースに、課題解決のアクションプランを立案し、目標達成に向けて取り組んでいます。質の高い人材を確保するには働き続けられる環境の整備が不可欠であり、当協会は今後も勤務環境改善を推進していきます。

3つ目は、「訪問看護における人材活用試行事業」です。この事業は病院看護師が訪問看護ステーションに在籍出向する試行事業で、現在一人の看護師が出向しております。地域で看護人材を育成し活用するには、出向システムを継続できるような仕組みづくりが必要と考えています。

平成28年9月、山形県において、2025年の高度急性期から慢性期に至る4つの医療機能の需要を推計し病床数を整備する地域医療構想（ビジョン）が策定されました。医療機関は今後の少子高齢多死社会の進展を踏まえ、病床機能の見直しが図られ、将来どのような機能を有するのかあらためて組織の理念やビジョンを確認する事に迫られています。また、効率的な医療サービスを提供することはもとより、地域の特性や課題をとらえ、地域包括ケアシステムの構築に積極的に参画する活動の展開が求められています。

今年は看護職全体として、地域を見据えた看護の継続と職場を超えた看護のつながりを大切にしたネットワークづくり、地域包括ケアの推進と地域の看護力強化を図っていききたいと思います。会員の皆さまにも、地域でのネットワークづくりに挑戦していただければ幸いに存じます。

最後に、皆さまにとって良い年でありますようにご祈念申し上げ新年の挨拶といたします。



山形県看護協会における研修受講料値上げのお知らせ

当協会では、平成10年度よりこれまで、一般研修の受講料を値上げせず運営して参りました。しかし、消費税の値上げ等もあり、一般会計における収支の厳しい状況が続いております。平成28年度通常総会の場におきましても、会員より運営改善の対応策が必要とのご意見をいただき、検討を重ねてまいりました。

この度、第8回理事会において、安定した財務運営を図るための一方法として、平成29年度より当協会企画の一般研修の受講料値上げについて諮り、承認をいただきましたことのお知らせ申し上げます。受講料の金額につきましては、他都道府県看護協会を参考にし、「研修受講料一覧」のとおりになりますのでご覧ください。

皆様にはご負担をおかけいたしますが、ご理解とご協力をいただきますようよろしくお願い申し上げます。

※山形県委託による研修、認定看護管理者実践報告会他、資料代のみ受講者負担となる一般研修もあります。尚、上記開始は、平成29年4月1日からです。

分 類	会員・非会員	(現)受講料	(新)受講料
一般研修（1日） ※公開講座を含む	会 員	2,500	3,500
	非 会 員	5,000	7,000
一般研修（2日）	会 員	5,000	7,000
	非 会 員	10,000	14,000
一般研修（午前：半日）	会 員	1,000	1,400
	非 会 員	2,000	2,800
一般研修（午後：半日）	会 員	1,500	2,100
	非 会 員	3,000	4,200
一般研修（1日：看護トピックス）	会 員	3,000	4,000
	非 会 員	6,000	8,000
教育課程ファーストレベル（27日間）	会 員	129,600	現行通り
	非 会 員	194,400	〃
教育課程セカンドレベル（33日間）	会 員	183,600	〃
	非 会 員	275,400	〃
教育課程セカンドレベル聴講	会 員	5,000	〃
	非 会 員	7,500	〃
医療安全管理者養成研修（7日間）	会 員	40,500	〃
	非 会 員	81,000	〃
山形県看護研究学会	会 員	3,000	〃
	非 会 員	5,000	〃
	学 生	1,000	〃

平成28年度山形県看護研究学会

「地域でつなごう看護のちから」を終えて

学会委員長 関 亦 明 子

平成28年11月10日（木）に、山形県看護研究学会を開催しました。本年度より山形県看護協会単独での開催となり、どの程度みなさんに参加していただけるのか心配もありましたが、参加者は学生を含む297名で、25組のグループによるレベルの高い研究発表が行われました。

学会のメインテーマは「地域でつなごう看護のちから」であり、在宅での療養者が増加する今後、看護職と地域の関連職種がどのように連携していくのかを考える良い機会となりました。特別講演もこのような状況から、東京大学大学院医学系研究科医学教育国際研究センターの孫大輔先生から、「対話からはじまる市民参加型ヘルスプロモーション」という題で講演いただきました。孫先生とフロアーの熱心な議論が展開され、みなさんの関心の高さがうかがえました。

本年度は認定看護師のみなさんにもご協力いただき、特別企画「Certified Nurse Cafe」を開催しましたが、おかげさまでこちらも大変好評でした。今後も参加者のみなさんが楽しみながら情報交換ができる企画をいろいろ考えて参ります。学会委員会ではみなさんの研究のレベルアップに貢献していきたいと思っておりますので、毎年

研究学会や研究助言の機会をぜひどんどん利用していただければと願っております。

最後になりましたが、なによりも臨床で日々の業務に追われながら研究に取り組み、その成果を発表されたみなさん、お疲れ様でした。



認定看護管理者教育課程セカンドレベルを受講して

鶴岡協立リハビリテーション病院 五十嵐みづほ

前期・後期合わせて33日間の研修では、『看護組織管理論』『人的資源活用論』『ヘルスケアサービス管理論』『医療経済論』『統合演習』それぞれについて学びを深め、自身の看護管理者としての実践を理論的に振り返ることができました。

『統合演習』での看護管理実践計画書の作成では、講義での学びを深めながらグループディスカッションやコンサルテーションを通し、自身の課題分析や目標の明確化、理論に基づいた課題解決のための方策立案等、実践計画の方向性を見出すまでにかかなり苦戦しました。しかし、最終日に行われた実践計画のプレゼンテーションでは、現場に戻ったらすぐに実践可能な改善計画を発表することができたと実感し、達成感を得ることができました。今回の研修で学んだ概念や方法論を活かして現場で実践し、『認定看護管理者実践報告会』で報告できるよう取り組んでいきたいと思っています。

最後に、今回の受講を通して私にとって一番大きな収穫は、受講者37名とネットワークが構築されたことです。研修開始当初は、緊張と重圧に耐えられるか不安で一杯でしたが、同じ看護管理者として共通の悩みや問題を共有し合い、課題解決に向け一緒に取り組む中で、和やかな雰囲気の中で楽しく受講することができました。研修後期には、レポート課題に追われる一方で、研修が終わってしまうことに寂しさを感じていましたが、今回のセカンド受講で構築したネットワークを財産に、常に前向きに看護管理と向き合っていきたいと思っています。

医療職のワーク・ライフ・バランス
推進フォローアップワークショップ
開催のご案内2月10日(金)
10:00~15:30
どなたでも参加をお待ちしています！

参加病院

みゆき会病院・北村山公立病院・日本海総合病院酒田医療センター
最上町立最上病院・町立真室川病院・寒河江市立病院

平成28年度は、医療職のWLB推進ワークショップに取り組んだ3施設、医療勤務環境改善支援センターと連携したWLB推進モデル事業に取り組んだ3施設が、これまでの取り組みについて報告し、情報の共有、意見交換を行います。また、4年目の取組みについても看護職の立場からと事務職の立場からの報告もあります。勤務環境改善に興味のある方、どなたでもご参加ください。

保健師 職能だより

第2回保健師職能研修会報告 保健師人材育成研修会～保健指導ミーティング～

テーマ：「保健師のための行政学入門」

日時：平成28年11月12日(土) 10:00～16:00

場所：山形県看護協会 訪問看護会館

参加者：46人

講演：「保健師のための行政学入門」 東京医科大学医学部看護学科地域看護学准教授 吉岡 京子

保健師に行政学が必要な理由や法律に基づいて施策、事業、業務の位置づけを明確にし、地域の健康問題を把握し、問題解決に向けて取り組むことが大切であること。また、保健師の存在が試されているこの時に、行政に雇用されているその意義を考えて頂きたい、と厳しい中にも時折ユーモアを交えながらのお話でした。



実践事例 発表

1.高島町における母子保健の取り組み 健康増進係長 嶋倉 淳子

今までの母子保健の取り組みを体系化することで、課題や今後の取り組みに必要なことが明確になったこと、ワンストップサービスの拠点となる「子育て世代包括支援センター」を設置しての、妊娠・出産・育児の切れ目のない支援についてご紹介いただきました。

2.最上町ウエルネス健康ポイント事業の取り組みについて

課長補佐兼保健師長 菅原 美智子

町のウエルネスタウン構想に基づいた健康ポイント事業で、健康教室参加数の増加や健康に対する意識の高まり・意欲の創出、集落での自主的な健康づくり・介護予防への参画など効果がみられたこと。今後は地域づくりや地域での役割創設に発展させていきたいとのお話がありました。

3.庄内地域禁煙サポートプログラム～子育て期～の取り組み

庄内保健所地域保健主幹 武田 世津

「20～30歳代」の女性の喫煙率及び妊娠時喫煙率も高いという庄内地域の健康課題を解決するための取り組みについて、母子保健事業を実施する市町村との連携、普及啓発を行うためのリーフレットの作成などについてのお話がありました。

グループ ワーク

実践事例発表を受けて感じたことや課題解決のための事業等の取組みの紹介、他職種との連携や保健師の役割と責任について意見交換を行いました。今回の研修会は助産師職能の皆さんの参加もあり、特に母子保健事業については、「同じ悩みを持っていることがわかった。互いの活動を知る機会になり良かった。」との声が聞かれました。

保健師の職業に危機感を持ち、「誰のために、何のために。」を常に頭に置き、業務に当たる必要性を感じた一日となりました。

看護師 職能Ⅰだより

今年度の委員会の活動は、日本看護協会の看護師クリニカルラダー運用に関する周知活動、地域包括ケアシステムにおける病院看護師の役割発揮、勤務環境改善の推進の3つを柱に県内の状況について情報収集と課題発見、研修会の開催等の活動を行っています。

研修会「地域包括ケア病棟の役割と機能について学ぶ」を開催

9月24日(土)「地域包括ケア病棟の役割と機能について学ぶ」の研修会を開催しました。参加者は82名でした。内容は、午前に地域包括ケア病棟の導入の現状、地域包括ケア病棟の役割と機能についての講義、午後は県内の3つの施設より地域包括ケア病棟の事例について、看護部長・病棟師長・退院支援看護師のそれぞれの立場からの発表でした。

地域包括ケアシステムの中で、職員一人一人がそれぞれの立場でより良い病院づくりに努め、経営参画し患者さんに良い医療を提供することが求められます。研修参加者は、急性期病棟、地域包括ケア病棟等勤務場所は様々でしたが、それぞれの立場で出来ることを考え、組織の



ミッション・ビジョンに向かって、連携していく事の大切さを学びました。

研修参加者からは、「他職種の協働、全職種で取り組むことが重要。」「生活の場に出向き生活環境を把握し退院支援へ結びつけ、早期に退院へ結び付けたい。」「地域に戻ることを念頭に、看護ケアをしていきたい。」等の意見や感想が寄せられました。

助産師 職能だより

平成28年度は助産師実践能力の強化に向けた支援と母子の地域包括ケアシステムの構築において助産師の役割を推進できるよう研修会を開催しました。多くの方にご参加頂きありがとうございました。今後も研修会開催、助産師職能に関する情報の発信に努めてまいります。

第2回助産師職能研修会 平成28年8月6日(午前)開催 参加人数14名

テーマ：新人助産師研修「助産師のキャリア」

講師：山形県立保健医療大学 保健医療学部看護学科教授 遠藤恵子

内容： 「同年代の助産師と意見を共有できとても良い経験となった。」「頑張ろうという思いが強くなった。」「同年代で交流の場を持つことで助産師としての意欲の向上に繋がりました。



第3回助産師職能研修会 平成28年8月6日(午後)開催 参加人数44名

テーマ：CTGの判読・産科ショック

講師：山形済生病院 岸あき子氏

内容： C L o C M i P レベルⅢ申請の必須研修として開催しました。助産師実践能力の強化に向け、演習や実技を交えて実際のC T G判読およびショック時の対応を学ぶことができました。



第4回助産師職能研修会 平成28年9月24日開催 参加人数45名

テーマ：県内における院内助産と母性の地域包括ケアについて考える

シンポジウム：米沢市立病院・日本海総合病院・山形市立病院済生館・山形済生病院

講師：東邦大学看護学部家族・生殖看護学研修室教授 福島富士子

内容： 前半は県内の4病院から院内助産の現状や産前産後ケアなどの取り組みについての発表があり、その後グループワークで意見交換や情報交換を行いました。後半は地域包括ケアシステムの構築と推進に向け、妊娠・出産・子育ての切れ目のない支援について学びました。「うちの病院でも取り組みたい。」「助産師として地域に繋げるケアをしたいと改めて思った。」という声が聞かれました。

平成28年度、 山形県の助産師クリニカル ラダーレベルⅢ認証者72名

県内のアドバンス助産師が、平成27年度の認証者と合わせると163名となり、助産師の就業者315名に占める割合は51.7%で全国一となりました。アドバンス助産師の今後の活躍に大きな期待が寄せられています。

看護師 職能Ⅱだより

看護師職能Ⅱは**介護・福祉関係施設・在宅領域で働く看護師の活動**を支える委員会です。

少ない会員数ですが、現場からの率直な意見を取り上げながら、介護領域や地域で働く看護師のスキルアップを目指して活動しています。今後も皆様からのご意見、ご協力をよろしくお願い致します。

看護師職能Ⅱ研修報告

平成28年8月23日(火)に山形県の委託事業「看護職の認知症対応力向上研修」を開催しました。講師に、東北福祉大学認知症介護研究・研修センター長加藤伸司先生をお迎えし、「認知症の人との関わり」というテーマのもと、認知症の理解、支援のあり方についてご講義いただきました。参加者は演習も取り入れた内容で楽しみながら学び、自分が実施している日頃のケアを振り返る機会となりました。

また、平成28年11月1日(火)には、継続開催の要望の多かった高齢者ケア施設看護管理者交流会を、テーマ「多職種との連携における看護管理者のリーダーシップ」として開催しました。講義・事例発表・グループワークと盛りだくさんの内容で、参加者からは「多職種連携の大切さを感じた」「今回と同じテーマで再度開催してほしい」などの声をいただきました。

今後も実践に活かせる研修を企画していきます。皆さん、ご参加ください。



2017年 今年の抱負



人生の財産

山形大学医学部附属病院 押切 夏美

看護師になり7年がたちました。プリセプターやエルダーを経験し、後輩の成長に喜びを感じると同時に、私を育ててくれた先輩方への感謝の気持ちを忘れず、つながりのある看護ができていと実感する毎日です。今年度は念願の看護実習指導者講習会に参加し、人生の財産ともなる素晴らしい仲間に出会い、最高の学びを得ることができました。2017年は研修での学びを活かし、自ら看護師としての誇りを持った実践モデルとなり、学生と病棟看護師との架け橋となって、看護のやりがいや喜びを共有し深めていきたいです。



計画は実行

山形県立保健医療大学看護学科 助教 樋口 礼子

ずっと働いていた山形に高知から戻ってきて、今年は2年目になります。昨年は環境が変わり、新しいことを覚えて慣れることで精いっぱいでした。今年はそこから前進して、研究を進めたり、いのちの学習にも挑戦し、高知で学んできたことも還元していきたいと考えています。久しぶりの山形の冬、「こんなに寒かったっけ?!」と感じます。代謝の悪さも日々痛感。体力と筋力をつけ、今日より若い肉体を手に入れたいと思います。



今年の抱負

川西湖山病院 大淵 愛

私は療養型病院に勤務しています。昨年は共に地域を支える他病院の看護師の方々や県立保健医療大学の先生方と交流し、学び合うことができた1年でした。今年はその経験と学びをもとに、地域における病院の役割と看護師の力を最大限に活かすことができるように、さらに自分自身を磨く1年にしたいと思います。そして、今年こそはまだ見たことのない「富士山」を見に行きたいと思います。お天気に恵まれますように。



日々成長を!!

米沢市立病院 戸田 直親

本人(中央)
昨年は全国における救急医療業務実地修練、一昨年は県の臨床指導者研修とこれまでも多くの研修受講の機会をいただきました。現在は、循環器・心臓血管外科病棟で毎日慌ただしく勤務していますが、若手の多い職場で活があります。これからも幅広く自己研鑽に励みながらも、学びや経験を職場で共有し、先輩・後輩から多くを吸収しながらお互いに切磋琢磨していきたいです。また、我が家に2人の娘がおりますが、沢山の経験をチャレンジし、遊びも一緒に親子共に成長していきたいと思っています。

実りある一年になりますように…

山形県置賜保健所 山崎 彩子

今年3回目の年女。ふと酉年の由来や特徴を調べてみると、由来は果実が極限まで熟した状態、そこから、物事が頂点まで極まった状態とのこと。また、特徴として、好奇心や観察力に優れ、転んでもただでは起きないとのフレーズも。昨年は、4月に6年ぶりに現職場へ勤務地が変わり、担当業務を覚えるのに必死な年でした。今年は、「転んでもただでは起きない」粘り強さの精神で、仕事もプライベートも充実した一年にしたいと思っています。



新年明けましておめでとうございます

寒河江市西村山郡訪問看護ステーション 後藤 眞由美

ステーションでは2年前より病院看護師との双方向の交流も始まり職場の雰囲気が変わってきたを感じております。看護協会の在宅推進委員会を担当し包括的な視点で看・看連携の取り組みを行ってきました。在宅では家族もチームの一員です。多職種と連携しながら日常生活をイメージし、看護師の目線で医療管理、予防支援を行っています。訪問看護の利用は寝付いてからではなく先を予測して予防することが重要になり早期の利用を働きかけています。訪問看護連絡協議会でのブロック会議では各病院連携室の方々と相互研修する事ができお互いを理解し一歩進んだ関係性が築かれています。看護師の意識は変化しつつあり今後は2025年をみて地域での訪問看護活動を行いながら住民への周知活動実施し、1人でも過ごせる、という思いを根付かせたいと思っています。



実り多き1年に

鶴岡地区医師会鶴岡准看護学院 齋藤 千鶴

今年度より病院勤務から准看護学院へ異動となり、新たな一歩を踏み出しました。同じ看護師でありながら全く違う道への転身で、戸惑うことも多い毎日です。しかし先輩教員に教わりながら、また学生との関わりの中からも学びを得て充実した毎日を送っております。来年度は看護教員養成に出講予定であり、貴重な学びの機会をいただきました。「打たぬ鐘は鳴らぬ」という言葉にもあるように、自ら行動を起こさなければ得られる成果はないことを心にとめ多くのことを吸収できる1年にしたいと思います。



6年目の抱負

町立金山診療所 栗田 静香

今年で山形に来て6年目、町立金山診療所に就職して6年目になります。それまで病棟での勤務経験しかなく、外来と病棟の日替わりの勤務は様々な事に戸惑い分からない事だらけでした。診療所スタッフ皆から支え助けてもらい、育児に追われながらも続けてこれました。今年は先輩方のように診療所を利用する患者さん一人一人とのコミュニケーションを大事にして、個別性のある看護を提供できるようにしていきたいと思っています。



2017年 色ドリのある1年に

日本海総合病院 村岡 史子

私は日本海総合病院の産婦人科病棟で助産師として働き7年になります。学生時代に骨盤ケアに出会ってから興味を持ち、学び実践しています。病棟で関わっているのは、出産後の腰痛や恥骨痛で困っている褥婦さんです。出産後痛みで辛いお母さんが、ゆとりを持って育児ができるよう積極的に骨盤ケアに取り組んでいきたいです。今年は、ツーリングに出掛け素敵な写真を撮り、プライベートも仕事も充実した日々が送れるように張り切っています。



笑顔の1年に 最上町健康福祉課 矢口 彩華

一昨年に育児休暇をいただき、昨年1月仕事復帰しました。仕事に育児に家事に…両立に慣れず、平成28年は目が回るような1年で顔が引きつることが度々。今月で2歳になる息子がにこにこ笑顔で「ママ、ママ」と声をかけてくれる姿を見て、昨年の自分に反省しています。昨年の反省から今年は、【仕事もプライベートも笑顔で】が目標です！息子の笑顔を見習って、仕事もプライベートも笑顔いっぱいの1年にしたいと思います！！



目指せ! 片付け上手

順仁堂遊佐病院 佐藤 真紀

結婚し嫁いできた時、たくさんの荷物を持ってきました。いつか片付けよう…と思いつつ日々過ぎていき、かれこれ何年も経ってしまいました。今では子供の物も増え、家の中には物があふれています。今年こそは、いる物いらない物を整理し、すっきりした部屋にしたいと思います。



仕事では地域医療連携室の看護師としてチームで地域医療を支えられるよう、雄大な鳥海山を眺め、時には息抜きしつつ日々頑張りたいと思います。

性の健康を支援するネットワーク会員

石澤瑠美さん（山形県立新庄病院助産師）にインタビューしました。

Q1 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 私が中学生の頃、助産師をしている友人のお母様が私たちのクラスに性教育に来てくれたことがあります。その時に、「助産師さんって凄いな」と憧れを抱いたことがあります。実際、助産師として働くようになり、「性教育なんて夢のまた夢」と自分には縁がないと思っていたのですが、当時、大変お世話になっていた先輩助産師矢口佳奈さんに誘われ見学から性教育の勉強をさせていただいたのがきっかけです。

Q2 「性教育出前講座」を行ってみての感想をお聞かせください。

A 性教育を行うにあたり、対象となる中高生の家庭環境は例年複雑化しているため、さまざまな面に配慮して構成を練っていかねばなりません。また、学校側のニーズに対応しつつ決められた時間の中で構成を練る必要があるため、性教育駆けだしの頃は「自分が何を一番伝えたいのか」がぼんやりとしていたように感じます。しかし、経験を積む中で、命の現場で働いている助産師だからこそ伝えられることがあることに気が付き、今はそこに重点を置いてお話するように心掛けています。生徒さんのリアルな反応に一喜一憂しながら、とても有意義な時間を過ごさせていただいています。



山形支部

活動状況

研修会と「まちの保健室」を開催して

山形支部長 高野 俊子

山形支部では7月23日第1回研修会として、井上会長より「山形県看護協会の今後の活動」についてお話いただき、「普段聞けない情報が聞けて良かった」「もっと聞きたかった」などの感想が寄せられました。第2部は、ターニャ先生より「ベリーダンスでインナーマッスルを鍛えよう!」という内容でリフレッシュ研修を開催しました。男性看護師の参加も多く、腰を振るとシャリシャリと音のする腰飾りを身に着け、賑やかで楽しい研修会となりました。参加者からは「ベリーダンスについていくのは大変だったが、楽しくリフレッシュできた」「リフレッシュになる研修は継続してほしい」との意見がありました。

第2回研修会は11月19日、鈴木美雪先生より「ストレスケアについて」の講演をしていただきました。バランスセラピー学や自己ストレスチェックをし、ストレスケアの実践も行いました。感想として、「自分のストレスに気づくことができて良かった」「自分にも身近な人にも学んだことを実践してみたい」などが聞かれました。

「まちの保健室」は、毎月15日の常設型(げんキッズ・ベにっこひろば)と、年2回のイベント型を開催しました。7月は花咲かフェアin寒河江、11月には山辺温泉保養センターで血圧・体脂肪・骨密度・血管年齢・ハンドマッサージ・栄養相談なども行いました。11月は土曜日で「いい風呂の日」と重なり、参加者が100名を超え大盛況となりました。

今後とも会員の皆様の意見が反映され参加できるような研修会の開催と、地域に貢献できる支部活動をしていきたいと思います。



お風呂帰りに健康チェック

庄内支部

活動状況

「汗を流して楽しく! そして実践につながる庄内支部研修会!!」

庄内支部長 佐藤 喜恵 教育委員 長谷部 良恵

10月1日(土)に、かんぼの宿酒田において、「ウォーキング」についての講義を聴き、秋晴れの外に出て汗を流し楽しく、また日々の看護実践につながる庄内支部の第二回研修会を開催しました。会員のリフレッシュと日々の看護実践に活かせる内容で、若い世代にも気軽に参加できるような企画としました。研修には20代から50代までの会員・非会員が61名参加しました。

「いつまでも生き活きと働ける体力作り」～ノルディックウォーキングを知ろう～をテーマに、日本市民スポーツ連盟会長である川内基裕氏を講師にお招きし、講義と実際にストックをもって体を動かし体験しました。ノルディックウォーク指導員4人と協力メンバー8人のサポートをいただき個別に指導を受けた後、さわやかな秋晴れの中、屋外に出てウォーキングを実践しました。



準備体操! しっかりと!!

参加者からは「楽しかった」「天気も良くリフレッシュできた」「実践で活かすことができそうだ」とのお声を頂き、みんなが気持ちのいい汗を流しました。

笑顔いっぱい楽しい時間をみんなで過ごすことができ嬉しくなりました。今後もすべての看護職が心も体も元気で、質の高い看護をつないでいけるような支部活動ができるよう、更なるご協力をお願いします。



歩くって難しいけど、看護に活かせる!



笑顔でいち! に! いち! に!



ストレスケア実践中!



インナーマッスルを鍛えています

訪問看護における人材活用試行事業—2—

～11月より在籍出向開始～

訪問看護総括理事 鈴木 郁子

県立河北病院の看護師野澤美奈さんが11月から協会訪問看護ステーションやまがたに在籍出向、訪問看護の現場で研修を積み、訪問看護の理解を深め、患者へのトータルケアに役立てるための取り組みが開始された。11月は訪問看護師と同行し専門知識や支援方法



医療依存度の高い小児への訪問

等の実際を学び、12月からは単独訪問を実施。11月には医療保険22件、介護保険31件、12月には医療保険22件、介護保険27件の訪問、退院支援会議や自宅でのカンファレンスにも参加している。看取りやエンゼルケア等も経験し自信も持った様子。「情報を事前に収集し訪問するが、実際に訪れると対応が変わる。在宅では限られた医療品をうまく活用するか等対応能力が求められる。戸惑いを感じながらも、回数を重ねる毎に利用者や家族とのコミュニケーションが取れるようになり、訪問看護のやりがいや楽しさが感じられるようになってきた。」と笑顔で話す。コーディネーターとともに、月1回県立河北病院に状況報告しているが、病院では訪問看護の経験を活かし、地域医療支援部での活動を期待している。

訪問看護ステーション 4ブロック会議開催

村山
ブロック

認定看護師と訪問看護との連携

在宅リハビリ看護ステーションつばさ 大宮 京子

訪問看護は在宅療養の中心的な役割が求められます。病院との連携、認定看護師との連携強化などの目的に訪問看護ステーション村山地区ブロック会議が11月11日に看護協会訪問看護会館にて開催されました。13ステーションの管理者と県立中央病院緩和ケア認定看護師安孫子さとみ氏、山形済生病院皮膚排泄ケア認定看護師黒木ひとみ氏を迎え意見交換がなされました。認定看護師からは事例紹介と連携室の状況や課題をお聞きし、訪問看護ステーションからは、現状報告と緩和ケアチームとの連携ができたケースの紹介がされました。又、連携をしていく中で認定看護師に相談する方法、利用の手続きがわからないという意見が多くありましたが、この度の会議で認定看護師に相談したり、病院によっては同行訪問もできることを知り、心強く感じました。

今後、よりいっそう連携を深め、課題を整理し検討を重ねていきたいと思います。

置賜
ブロック訪問看護職員定着
置賜ブロック会議を終えて

南陽訪問看護ステーション 菊地 誠

10月18日午後から、公立置賜総合病院・研修室1で会議が開催されました。看護協会・訪問看護総括理事を始め、置賜広域病院組合の副看護部長、師長等と訪問看護事業所の管理者等が参加しました。

第1部・講義『小児看護の基礎的知識・技術について／小児事例検討』。第2部・『置賜広域病院組合との連携会議』二本立ての会議を行いました。第1部の小児の講義は、当地域では小児の受け入れ体制が脆弱であるという課題があります。その理由が、訪問看護師の小児に対する知識と技術が不十分で受け入れが不安、との声が現場から上がり今回の講義に至りました。講義での学びをきっかけに在宅への小児の受け入れ促進が図れればと期待したいです。また、第2部では在宅医療の現状と課題を病院側と協議する場を設け意見交換出来たことは大変有意義でした。置賜の地域医療構想の構築のため、今後も病院側と共同作業を進めていけるよう、我々置賜の訪問看護事業所同士でも将来に向け更なる努力を重ねていきたいです。

最北
ブロック

連携を強める 一顔の見える関係づくり

青空訪問看護事業所 山泉 泰子

地区ブロック会議の推進により、他職種との連携と訪問看護の役割、機能を強化していくことを目的に、去る10月22日(土)に訪問看護ステーションむらやまにおいてブロック会議が開催されました。前年度ブロック会議の『看・看』連携に引き続き、今年度は地域を広げて、山形方面の病院連携室との連携を培うべく山形大学医学部附属病院、山形県立中央病院、山形市立病院済生館よりソーシャルワーカーの方や連携室担当看護師の出席を頂き、病院から見た訪問看護ステーションとの連携の現状と課題、各ステーションから見た病院との連携の現状と課題について活発な意見交換が行われました。日頃は電話や文書などで済ませていることが多いが、今回のように一堂に会し情報交換ができたことは『顔の見える関係づくり』となり、連携を強める有意義な時間を共有することができました。

また、山形県立河北病院地域医療支援部からも出席頂き、「病院活用型訪問看護サービス創出事業」の一環として、平成27年度より行われている同行訪問看護及び病院見学実習について報告がありました。実習体験によりお互いの仕事内容の理解と学びができ、利用者が医療を中断せずに暮らしの場を変えずに住み慣れた地域での生活を継続出来るために何が必要かつ大切なことを考える機会となっています。

鈴木総括理事より、「看・看連携は今後ますます重要となります。私たちは何処を向いて仕事をしているのか、利用者、家族、地域を向いて仕事をしているのか等、自分の立つ位置を考えながら支援していくことを忘れずに今後も活動していきましょう。」のエールを頂き、身を引き締めています。

庄内
ブロック訪問看護職員定着
庄内ブロック会議を開催して

訪問看護ステーション にこ 川俣 沙織

庄内地区ブロック会議が11月5日(土)鶴岡市総合保健センターにて開催されました。

はじめに、第56回全国国保地域医療学会にて口演発表された「このまま家で看ます 兄弟で決めた父親の最期」について、訪問看護ステーションやわたの小松理恵氏より発表していただきました。利用者様・ご家族様の希望を叶えるために、その時々利用者様・ご家族様の気持ちに寄り添うこと、多職種で様々な方向からアセスメントすることの大切さを改めて感じました。

その後、「病院連携室と訪問看護との意見交換会」を行いました。各病院と訪問看護ステーションより現状や問題点について挙げて頂き、温かな雰囲気の中で活発な意見交換ができました。今回をきっかけに顔の見える関係づくりを継続し、今後さらに病院と在宅の連携強化を図っていかれると思います。



ナースセンターだより

平成28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 終了しました

訪問看護ステーション実習を各地区で実施、緩和ケア実習先に河北病院が追加され、充実した実習となりました!!

開催期間：平成28年6月22日(水)～11月18日(金) 修了者：19名



閉講式にて

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。

ステーション実習先として、協会4ステーション、訪問看護ステーションワゴンに加え、今年度から、湖山病院訪問看護ステーション、訪問看護ステーションハローナースよりご協力いただき、各地区で実習することができるようになりました。また、緩和ケア実習も、県立中央病院、三友堂病院の他、県立河北病院からもご協力いただき、充実した実習となりました。

受講者からは、eラーニングについて、在宅看護に必要な知識を広く学べた、資料のダウンロードができ、振り返りができてよかった等の感想がありました。実習についても、各地区での実習が可能となり、地域に密着した実習が行えたのではないかと思います。

訪問看護に関心のある方、知識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。

「訪問看護eラーニング」とは… (公益財団法人 日本訪問看護財団HPより)

◆eラーニングとは

eラーニングは、インターネットを使ってパソコンの画面を見て学習する方法です。

職場や自宅にインターネットが利用できるパソコンがあれば、どこでも、いつでも学習できます。仕事や家事など自分の生活スタイルを活かして進められます。

◆どのようなことが学べるの？

訪問看護eラーニングは、訪問看護の基礎的知識が学べる内容になっています。



図表や写真・動画を用いた教材で、訪問看護の経験がない方でもわかりやすいようになっています。教材には各章ごとに確認テストがあるので、確実に知識が自分のものになります。

項目	内容
訪問看護概論	訪問看護の定義や歴史、介護保険や諸制度など
訪問看護対象論	訪問看護の対象者(個人・家族・地域など)
訪問看護展開論	訪問看護過程と実際、チームワークケアなど
在宅ケアシステム論	ケアマネジメント、病院と地域の連携など
訪問看護技術論	在宅終末期ケア、医療処置別看護技術、フィジカルアセスメントリハビリテーション、認知症・小児・難病看護など
訪問看護管理論	訪問看護ステーションの経営管理、質の評価、記録、リスクマネジメント、感染管理、災害時の対応など

information

第3回 ナースカフェ ～看護職みんなで話そう～

日 時：平成29年2月15日(水) 10:00～12:00

開催場所：山形県看護協会会館 2階 第3研修室

対 象 者：看護職どなたでも

内 容：①ナースセンターについて
②届出制度について
③履歴書・職務経歴書の書き方について
(講師：ハローワークやまがた 介護労働専門官 伊藤 秀人 氏)

どんな疑問にも
お答えします!!



- ・1日だけのイベントのお仕事したい!!
- ・復職したいけど採血・注射の技術が不安…
- ・届出するとどうなるの? など

お申込み：山形県ナースセンター
TEL:023-646-8878 までご連絡ください

平成29年度 看護師等職場説明会

県内病院等の魅力をPRする場を設定し、一人でも多くの看護学生に県内定着を促し、県内病院等の看護職員確保対策を支援いたします。

日 時：平成29年4月1日(土) 13:00～16:00

開催場所：山形テルサ アプローチ

対 象 者：最終学年の看護学生、未就業の看護職

内 容：①病院等の紹介・個人面談
②相談コーナー(介護・福祉分野)

平成29年度 看護学生フレッシュ説明会

県内病院の特色や魅力を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29年8月12日(土) 13:00～16:00

開催場所：山形テルサ アプローチ

対 象 者：看護学生1・2年生(看護大学は3年生で)

内 容：① 病院紹介・個人面談 等

来場者
特典

①最新号「山形県看護職の就職ガイドブック2017」 ②スタンプラリーですてきな景品プレゼント!!

届出しましょう!!



退職を予定されている看護職のみなさん、未就業の看護職のみなさん

「看護職の届出制度」とナースセンターの支援について

保健師・助産師・看護師・准看護師の免許をお持ちで、お仕事されていない方や退職を予定されている方は、「看護師等の人材確保の促進に関する法律」に基づき、都道府県の「ナースセンター」へ届け出ることが努力義務になっております。

方法1 離職者および未就業者本人が届出

【パソコン・スマートフォンから届出】

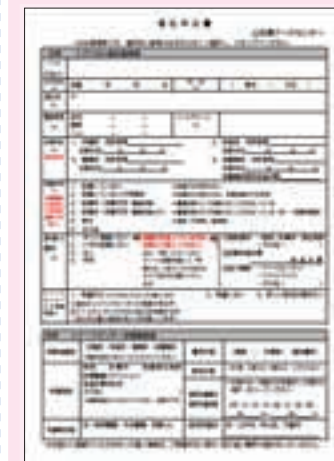


とどけるん

検索

【届出票に記入し、ナースセンターに郵送または来所により届出】

方法2 施設が離職者に代わりナースセンターに届出



- ① 離職者に施設で「届出申込書(山形県Ver.)」をお渡しし、離職者は記入する。
- ② 施設代表者は取りまとめ、ナースセンターへ届け出る。
- ③ ナースセンターが代行届出する。

※届出票、届出申込書(山形県Ver.)等の用紙は、山形県看護協会HPナースセンターの「看護師等の届出制度」よりダウンロードできます。

届出後の支援について

定期的にメール・郵送で看護に関する情報を発信しています

- ・ハローワークでの「看護の仕事相談会」のお知らせ
- ・ナースセンター・看護協会開催の研修会・説明会等(看護師等職場説明会、看護学生フレッシュ説明会、潜在看護師等復職研修、ナースカフェ、WLB推進ワークショップ、看護技術研修等)
- ・福祉施設の施設見学会のお知らせ
- ・機関紙「山形いぶき(ナースセンターだより合併号)」の送付(年3回)
- ・ハローワーク主催等面接会開催のお知らせ
- ・「まちの保健室」ボランティア募集のお知らせ
- ・イベント・救護求人のお知らせ など

仕事をしていないが
求職中・すぐに働きたい
あなたには、ご希望に合わせた就職支援を行います!!



- ・届け出た内容に変更が生じた場合は、「とどけるん」ページよりログインし変更いただくか、ナースセンターへご連絡をお願いします。ナースセンターが代行して変更します。
- ・定期的にメール・郵送で情報発信しておりますが、メール・郵送が不要の場合にはナースセンターまでご連絡をお願いします。

3月末で病院の退職を予定されている皆様へ

今年度もナースセンターでは、3月末で病院を退職される皆様へ「離職者実態調査」をお願いしております。締め切りを**平成29年4月末**としておりますので、ご協力をお願いいたします。

山形県ナースセンター(山形県看護協会内)

☎023-646-8878(直通) FAX023-643-5727
e-mail:yamagata@nurse-center.net



健康お役立ち情報

シリーズ
10正月太り
解消法

正月太りの原因

1、食べ過ぎ

正月は美味しいごちそうとお酒、そして体を動かさず食べる機会が増えるので、脂肪も付きやすく太りやすい。「食べて、吞んで、寝て」この繰り返しですから、太るのも当然といえ当然です。また塩分が多い食事も多いため、水分が多い状態となりむくみ状態になりやすい。

2、運動不足

食べ過ぎの他に、運動不足も正月太りの原因と言えます。

1月月は寒い時期であり、できる限り外に出たくなくなり、家にこもりがちになります。普段の生活と比較しても半分以下の運動量になることも珍しくなく、消費カロリーも減ってしまいます。

また、動かないとリンパの流れが悪くなってしまうのですが、流れが悪くなるとむくみやすいです。むくむと見た目でも太って見えますが当然体重増加もしてしまうので非常に短時間でもかなり太ることもあります。

3、気温

気温の低下も正月太りの原因です。寒さによって、気温が低下してしまうと体は代謝を低くしてしまいます。その結果、基礎代謝が下がってしまい運動不足での代謝低下と併せて消費カロリーが大幅に低下してしまいます。

解消法

1、食事の量に気を付ける

正月中は高カロリー、高塩分な料理を食べ過ぎる傾向があります。そのため正月太りの解消法としても食事による方法が有効と言えます。消化が良くカロリーが低いものを中心にしばらく食事をするようにしましょう。

また食べる順番を工夫することで、食後の血糖の上昇を抑えることができます。糖質を多く含む食品は血糖値を上げやすいため、先にごはんから食べると胃で分解されたブドウ糖がどんどん血液中に送られるため血糖値は急激に上がりやすくなります。先に食物繊維やタンパク質や脂質をとっておくと、それらが胃や腸でバリアードになってブドウ糖の吸収が緩やかになります。

食事を食べる順番は、野菜（サラダなど）、汁物、タンパク質（メインのおかず）からにして、糖質（ごはんなどの主食）は最後に食べましょう。

2、運動

運動不足も正月太りの原因となっていますので、少しでも歩く、動く習慣を持つように心掛けましょう。また、初詣や初売りなどイベント等を見つけて外に出ることも楽しく、運動するコツです。

3、ダイエットでなくむくみ対策

体重が急に増えてしまうのは、体内にある塩分を調節するために、水分を多く取り込みすぎ、そのためによる体重増加が原因です。特に目立つ下半身にはリンパマッサージなど効果があります。ふくらはぎのリンパに沿って、足首から太ももに向かってマッサージをしましょう。

また、サウナやスパで汗をいっぱいかいて、体内の余分な水分を出すことも、むくみの解消につながります。リフレッシュするメリットもあります。

4、防寒対策をする

体の冷えはダイエットの大敵です。代謝が落ちて痩せにくくなり、体は脂肪をため込むようになってしまう。しっかり防寒対策をして体を冷えから守りましょう。

(広報委員作成)

理事会の開催報告

平成28年11月15日(火) 第8回理事会

主な
審議事項

1. 上半期の事業報告 <承認>
2. 上半期の決算並びに監査報告 <承認>
3. 平成29年度各委員会委員の選出について
平成29年1月より常任理事が調整を行うことについて<承認>
4. 一般研修の受講料値上げについて<承認>

平成28年12月15日(木) 第9回理事会

主な
審議事項

1. 平成29年度重点事業（提案）
2. 平成29年度教育計画について（概要案）<承認>
3. 常任委員会「まちの保健室」推進委員会と「看護の心」普及推進委員会の統合について
（答申案）<承認>

平成28年11月～12月の山形県看護協会事業実施状況について

- | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|-------------------------|
| ・平成28年11月1日(火) 高齢者ケア施設の看護管理者交流会 | ・平成28年11月11日(金) 訪問看護村山ブロック会議 | ・平成28年12月7日(水) |
| ・平成28年11月5日(土) 訪問看護庄内ブロック会議 | ・平成28年11月17日(木) 訪問看護ステーション運営会議 | 「福島県外避難者心のケア事業」支援者意見交換会 |
| ・平成28年11月5・6日(土・日) 全国看護セミナー | ・平成28年11月26日(土) 医療安全やまがたフォーラム | ・平成28年12月17日(土) |
| ・平成28年11月5・6日(土・日) やまがた健康フェア | ・平成28年11月26日(土) 山形県母性衛生学会学術集会 | 平成29年度教育計画に関する懇談会 |
| ・平成28年11月9日(水) 平成28年度第1回監査 | ・平成28年11月29・30日・12月1日(火・水・木) | ・平成28年12月22日(木) |
| | 災害支援ナース派遣調整合同訓練 | 訪問看護ステーション運営会議 |

information インフォメーション

「ナースシップ」における外字廃止に伴う代替文字の置換について

★ナースシップでは外字の使用を廃止し、第2水準までの漢字で登録いたします。代替文字がない外字を使用している会員様の氏名は、すべてカタカナで登録させていただきます。

例 高→高 崎→崎 静→静 堰→堰

例を4つほどあげましたが、氏名変更等いただいても変換できない場合もありますので、ご了承の程お願い申し上げます。

年末の大掃除で、研修室の机がピカ☆になりました！

★毎年、1年間の締めくくりとして12月28日に第1・2・3研修室の机を磨いています。皆様が気持ちよく学習できる環境を整え、今年もお待ちしています。

平成28年度
会館建設積立金
納入状況

(平成28年12月31日現在)

納入人数

3,036

金額

15,280,000

満額納入者

70名

皆様のご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申し上げます。

編集
後記

新年あけましておめでとうございます。
皆様がいばたける一年になりますように。

