

# 光と緑の風通信

発行/2017年3月3日 編集/福島県立医科大学看護学部 〒960-1295 福島市光が丘1番地 Tel.024-547-1111 (代)

## 看護の面白さ

看護学部長 畠山 とも子



ご卒業おめでとうございます。皆さんと“看護の対象となる人々の理解”の実習に行ったときのことが昨日のことに思い出されます。老健施設で回を重ねるごとに深くさまざまなことを学んでいました。4年間、先生方や指導者、患者さんとそのご家族ほか多くの方から看護職にとって必要なことを学んできたことと思います。

看護は実践の中で磨かれていきます。単なる処置としての看護ではなく、何かを発見しようと行動すると宝の山です。私は若い頃にはまさか自分が看護師として一生働き続けると、考えてもみませんでした。おそらく私の両親や周りの人たちも。しかし、看護の面白さにはまってしまったのです。深くてやりがいがあるので、実践すればするほどまだまだだなどと感じます。

私はこの大学に入ってから近隣の病院のコンサルテーションをさせて頂いてきました。しかし今はその時間が取れる環境にありません。定年退職後、またどこかの臨床で患者さんやご家族とのかかわりを持たせていただきたいと思っています。

看護職の役割は多様です。皆さんも自分に合った職場で自分を生かせる働き方をしてください。一人でも多くの方が看護の面白さにはまってしまふことを祈っています。そして、何年か後に会ったときにそれを語ってください。

(はたけやま ともこ)

## 学びの実践

看護学研究科長 後藤 あや



修士課程修了おめでとうございます。

本年度のはじめにも書きましたが、保健医療従事者にとって生涯教育は大変重要です。大学院を出たら学びが終わるのではなく、大学院で実施した研究の発展、そして学びの現場への応用を、是非とも計画・実施してください。私自身が修士を修了した時に持った感覚として覚えているのは、「頭が重い」感じです。知識と技術は沢山詰め込んだので、それをアウトプットしたい衝動がありました。そして、その時にはじめて知識と技術の応用が、現在の研究と地域活動に結びついています。忙しい業務の中でも、インプットとアウトプットを意識して繰り返すことにより、個人としての更なるスキルアップだけでなく、職場全体のサービスの向上につながると考えます。

皆様のご活躍をお祈りいたします。

(ごとう あや)



### 4年間を振り返って

看護学部4年 善方 悠香



大学に入学し、4年間があつたという間に過ぎ卒業を迎えるようになりまし。入学してから尊敬できる先輩や先生、楽しい友と出会い、充実した幸せな生活を送ることができました。また、4年次での統合実習では興味ある分野を学ぶことができました。自身の課題に悩み、患者様へ良い看護ができたのかと辛く泣きたい思いを経験しながらも、励ましてくれた仲間や親身に相談・指導をして頂いた先生、看護師の方々の支えにより、患者様の為の看護の一端を担うことができたと思います。在校生の皆さんに伝えたいことは、辛いことを溜め込まず、自分自身の力を信じ、仲間



### 大学院生活を振り返って

大学院看護学研究科2年 四家 智恵



私はがん看護CNSコースで2年間、大学院で学んできました。入学当初、大学院はどこなのか、授業はどのように進めていくのかわからず、同級生や先輩方に聞きながら、試行錯誤してプレゼンの準備などをしていくことを思い出します。また、がん看護専門看護師の授業や実習を進めていく度に、この道を選んで本当によかったのかと自問自答していました。修士論文の作成には、自分の書く文章が読み手に伝わるにはどうしたらよいかと迷いながら書いていました。幸い、私は職場か

ら休職をいただき、勉学に集中できる時間を与えられていました。しかし与えられた時間を有効活用する為には、自分自身に打ち勝つ強い意志が必要であることを実感しました。このように迷いだらけの2年間でしたが、無事修了をむかえることができたのは、私の周りにいるすべての方々のおかげだと実感しています。在校生の皆様も迷ったり、悩んだりした時には、隣にいる誰かに話しかけてみてください。きっと、次のステップを踏み出せるヒントをくれるはずです。(しげ ともえ)



### ご卒業 おめでとうございます。

看護学部3年 星 光里

看護学部16期生のみなさま、ご卒業おめでとうございます。みなさまのご卒業がこんなにも早く来るとは、信じられないような気持ちと共に寂しさが込み上げてまいります。何事にも真摯に取り組みみなさまの姿に刺激を受け、部活動や学校行事などを通じてみなさまと学びの多い時間を共有できたこと深く感謝しております。大学生活では、講義や実習、部活動、学校行事、アルバイトなど様々なことがあり、楽しい思い出も悩んだ経験もたくさんあると思います。(ほし ひかり)



### 修了 おめでとうございます。

大学院看護学研究科1年 毛塚 良江

この度、修士課程を修了された先輩の皆様、おめでとうございます。毎日、遅くまで研究に取り組む先輩方の姿を見て私自身励みになりました。大学院生活にはたくさんの課題があり取り組み方を迷っていると、必ず先輩方が声をかけてくださり、先輩方のアドバイスを頑張って努力なしでは先に進めないことも学びました。先輩方とのディスカッションを通して考え方や価値観などを見聞きし、多くのヒントを頂きました。私自

身4月からこの大学院に通い始め、先生方をはじめ、先輩方、同級生、また地域の皆様と出会い、学業では大変なことも多くありますが、福島の生活は充実しており(観光気分がまだ抜けない状態ですが...)感謝の毎日です。修了された先輩方におかれましては、益々のご活躍を期待し贈る言葉とさせていただきます。(けづか よしえ)

## 実習を

### 通っている学び



### 看護の対象となる人々を理解する実習を通して

私は今回の実習を通して2つのことを学んだ。まずはコミュニケーションについてである。初めの頃は緊張してしまい会話を続けることに精一杯で、対象者を理解するところまで考えることができなかった。しかし、徐々に自然なコミュニケーションがとれるようになり、対象者一人一人に合ったコミュニケーションをとることが大切であると理解した。また、対象者を理解するには生活のプロセスを知ることが必要であるとわかった。生活のプロセスは、趣味の話や過去の話、見解には関係なさそうな話でも違った見方をすれば理解に繋がるのがわかった。



看護学部1年 佐藤 里奈

次に、カンファレンスの重要性である。他の人と意見を交換することで自分とは違う考えや学びを知ることができ、それぞれの悩みを共有することで「解決策を考える」↓実践↓反省↓新たな解決策を考えるというサイクルで共に成長することができた。最後に、今回の実習で学んだことを今後になし、課題は一つずつ減らしてさらに成長していきたいと思う。(さとう りな)



### 基礎看護学実習Iでの学び

看護学部2年 加藤 万葉

看護学部2年次に行われる基礎看護学実習Iでは、対象を身体的・心理的・社会的側面から理解することが実習目標であった。一人の対象を受け持たせていただき、その人の人生に寄り添うように観察し交流をはかることで、対象の性格や心理的側面が徐々にみえてきた。身体的側面は治療や日々の生活から読み取れることが多様であった。加えて、入院を機に対象の日常生活には無かつ



### 地域を理解する実習を通して学んだこと

看護学部2年 富樫 美和

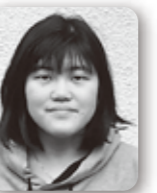
今回の実習では、実際にその地域を目で見て、耳で聞くことで地域を理解する意義を学ぶことができた。私たちは事前に、実習地の概要を学習して実習に臨んだが、実際に実習地に赴くと、事前学習では見えてこなかった地域の特性や健康問題を知ることができた。実習中は、健康問題を見つけるのに必要なデータがなかなか見つけられないなど行き詰まってしまうことも多々あった。それでも、実習担



### 高齢者への看護学実習 対象を人生全体から捉えるということ

看護学部4年 菅原 千秋

わたしは、高齢者への看護学実習を通して対象の歩んできた人生や持っている力を生かし、対象の楽しみを大切にするという考え方が重要であると学びました。高齢になると、多くの人が何らかの疾患を抱えて生活することになるのが現実です。そこで看護師として大切なことは、対象が望む生活や健康を対象の人生全体から捉え、必要な社会資源を取り入れて疾患と上手に付き合いつながりながら生活



### 地域における看護学実習で学んだこと

看護学部4年 福田 真希

私は平田村役場健康福祉課で実習をさせていただきました。私はこの実習以前から保健師になりたいと考えていたので、大きな興味と関心を持ち臨んだ実習でした。実習では、住民の健康を幅広く支える保健師の役割や、介護予防、母子保健、精神保健など多くのことを経験し学ぶことができました。また、私自身が多くの住民の方と関わらせていただく中で、病院ではなく住み慣れた地域で暮らす喜び・楽し

# 卒業生近況報告



## 近況報告

助産師 昆野 真弓 (旧姓:阿部)

医大を卒業してから7年間、助産師として働いています。卒業後、横浜にある総合病院で5年間勤め、その後夢であった青年海外協力隊としてグアテマラへ行き、今年の1月に帰ってきました。そして、今は堤式の

乳房管理を学ぶため、働きながら学校に行っています。様々な経験をを通して、母乳育児支援を通して産後ケアに関わりたいと考えています。核家族化が当たり前となり、退院



## 第67回 解剖慰霊祭が執り行われました

去る10月26日に、本学講堂において解剖慰霊祭が執り行われました。今年度の慰霊祭は、約870名の方の御参列をいただき、医学教育、学術研究の進展のために御献体いただいた276名の御霊(系統解剖72体、病理解剖21体、法医解剖183体)の御冥福をお祈りさせていただきました。看護学部では、教職員と伴に一年生全員が参列し、医療に携わるものとしての決意を新たに、献花を捧げました。厳粛な雰囲気の中で式が進行し、岡山看護学部長が閉式のこたばを述べて会が終了しました。

(文責:看護学学生部長・本多たかし)

# 実習を 通しての 学び



## 領域別実習

### 母性看護学実習の学び



看護学部3年 高橋 菜津音



私はこの実習で初めて新生児や褥婦さんと関わり、最初はどのように接したらよいか悩んでしまいましたが、助産師さんや先生のアドバイスのもと学びの多い実習となりました。実習では新生児と褥婦さんの両方の状態を観察することが難しかったです。新生児の成長は早く、褥婦さんの変化も目に見えて分かり、日々退院に向けて変化していることが分かりました。その変化に戸惑う褥婦さんに対して、声かけを行ったり退院指導を行ったりしている助産師さんの姿が印象的でした。そのケアによって褥婦さんは子育てに対する不安が軽減されて、退院後も続く親子の関係が良好になるための要因になっていると感じました。対象の不安に寄り添った声かけやケアは看護職者にとって重要な役割であると考え、そのことを忘れずに今後に生かしていきたいと思っています。

(たかはし なつね)



### 場の共有という コミュニケーション

看護学部3年 二階堂 礼菜



精神看護学の領域実習では患者さんの心の動きに目を向け、それに寄り添うことの重要性を学ぶことができました。私は精神に健康障害を持つ方と実際に話すのは初めてで、最初はどのように接すればよいのか解らず、お互いに沈黙してしまうことを避けていました。しかし、『沈黙の場を共有する』ことも患者さんのペースを尊重することだと気がついてからは、患者さんと共に過ごす沈黙も穏やかな時



### 慢性疾患を持つ人への 看護学実習での学び

看護学部3年 藤成 希



私は、慢性疾患を持つ人への看護学実習を通して、患者さんが必要があると思います。それらの情報と統合して、患者さんの状態を全体的に理解することが重要であるということ学びました。慢性疾患をもつ人は、長い期間、疾患を抱えながら生活を送らなければなりません。そのため、病態や身体状況だけでなく、患者さんの性格や本人が持つセルフケア能力、自宅での生活の様子など、様々な方

(ふじなり のぞみ)



### 急性期にある人への 看護学実習での学び

看護学部3年 志賀 麻寿美



急性期にある人への看護学実習を通して、周手術期の全ての過程を実際に経験し、周手術期における看護について学ぶことができました。術前には特に患者様が抱えている不安などの心理面やご家族の心理面にも配慮し、関わるのが重要であり、術中においては手術を安全かつスムーズに行うことができると準備、サポートを行うことも看護師としての大切な役割です。

(しが ますみ)



### 健康障害をもつ子どもへの 看護学実習での学び

看護学部3年 阿部 優真



私は今回の実習で、子どもを理解するために行動や言動、表情などを観察していくことが大切であるということ学びました。今回の実習まで、私は子どもと関わる機会がなく、子どもとの関わり方がわからない状態でした。そのため、精神的に余裕がなく、子どもの意思を確認しないまま子どもに対してケアを行ってしまうこともありました。しかし、実習を行うにつれて子どもにも意思はあり、確認することや理解しようとする

(あべ ゆうま)



## 看護師になって1年

看護師 佐藤 有香里

4月から看護師として働き始めて早1年が経とうとしています。私は今、福島県立医科大学附属病院の手術部で働いています。手術看護では看護学部で学んだ看護技術を実践する機会は少ない

最近では、手術前訪問を行うこと

(さとう あかり)



## 近況報告

保健師 丹山 ももこ

私は4月から郡山市の行政センターへ配属され地区担当保健師として働いています。地域で生活する乳幼児から高齢者、健康な人から病気や障がいを抱える人等、あらゆる

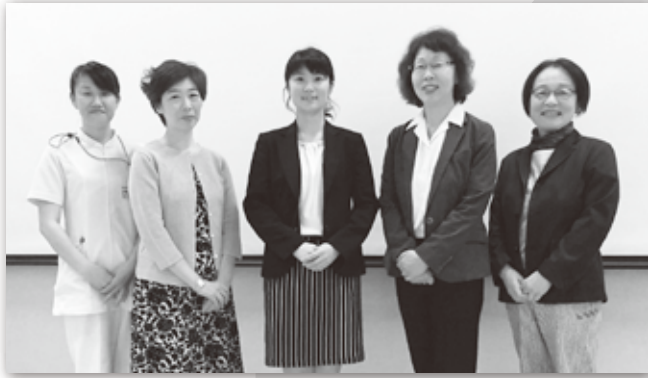
念願の保健師になれた訳ですが、自分の知識不足と人へ伝えることの難しさを痛感する毎日です。いまだに赤ちゃん訪問に行く際なども、講義の資料を何度も読み返しており、講義や実技演習、実習で学んだことの大切さを実感しています。学生でいれる時間は短いです。今の時間を大切に頑張ってください。

(ふなやま ももこ)

後一人不安を抱えながら子育てをしなければならぬお母さんたちが増えていきます。そんなお母さんたちを笑顔にしたいと思っています。

年月は経ちますが、いまだに実習で気づいたことや学んだことは覚えていてます。医大で出会った先生方や友人にみなさんのこれからの活躍も楽しみにしています。

(このの まゆみ)



# TOMODACHI J&J 災害看護研修プログラム 報告会&災害看護勉強会

～災害から学ぶ・看護活動の重要性について～

去る10月6日、TOMODACHI J&J災害看護研修プログラムの報告会と、東日本大震災時に活動された本学の講師3名による勉強会が、看護学部3年の藍原さん主催により開催されました。その内容の一部をご紹介します。

## TOMODACHI J&J 災害看護研修 プログラムを終えて

看護学部3年 藍原 みく

このプログラムは、東北の災害医療を専攻する看護師の能力育成を図るため、宮城・岩手・福島の見学および現地の専門家との交流を図るという研修を受け、日本でその学びを共有するものでした。

私がプログラムに応募したのは、将来看護師として国際的な活動をしたいためです。



今回、報告会には先生方や学生が多数参加してくださいました。今後他の学生を巻き込みながら、い刺激を与えられるよう、アクションを起こしていきたいと思います。

(あいはら みく)

## 東日本大震災 発生後の対応 附属病院でおきたこと

家族看護学部 加藤 郁子

私は東日本大震災の時に、この光ヶ丘でおきた出来事の一部を紹介しました。

震災直後、病院では外傷患者対応の体制が組まれました。しかし福島第一原発事故により、避難指示区域の入院患者受け入れに、体制が変化していきました。

震災3日後、看護学部の実習室にも59名の患者さんが自衛隊ヘリや警察車両で搬送されてきました。患者さんはマジックで腕に名前が書かれ、ガムテープで病衣に

という目標があり、アメリカで災害看護を学ぶことは自分に大きな変化をもたらすのではないかと思つたことがきっかけでした。そして何より、このプログラムへの参加は、東日本大震災での自身の被災体験を振り返り、自分を見つめ直す機会となりました。私は自分の中で東日本大震災の記憶が風化してしまつていることに気づき、看護師を目指す学生として故郷である福島の医療にもつと目を向けるべきであるという思いに至りました。

貼付けられた茶封筒の中には、診断名と内服薬が記載された紹介状。対応した看護学部の教員や看護師は、限られた情報と観察技術を使い、患者さんの身体状況を把握し、遠方への搬送が可能かを判断しました。

災害看護は特別なことではなく、学生時代に学ぶ知識や技術が基本。災害の場をどのように応用できるか、その力をも身につけていくことが大切なのだと考えます。

(かとう いく)

## 相双地域における 精神科医療の充実を 図るために

家族看護学部 大川 貴子

相双地域においては、東日本大震災後、原発事故により精神科病床を有する5つの病院すべてが避難することとなり、精神科医療が崩壊するという事態に陥りました。医学部神経精神医学講座と看護学部精神看護学領域が協働し、福島県立医科大学心のケアチームとして、この地域への支援活動を行いました。心のケアチームの活動は継続していく必要があるということで、2011年 11月に「NPO法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会」を立ち上げ、現在は、「相馬広域こころのケアセンター」なごみ、「訪問看護ステーション」なごみ、「地域活動支援センター」なごみ「CLUB」を運営し、メンタルヘルスに関する予防的な取り組みから、精神障害者の地域での生活を支える訪問サービスに至るまで、様々な活動を行なっています。

(おおかわ たかこ)

### 看護学部カレンダー

- 3月24日(金) ■  
学位記授与式
- 4月3日(月) ■  
在校生オリエンテーション
- 4月5日(水) ■  
入学式
- 4月5日(水)～6日(木) ■  
新入生オリエンテーション
- 4月19日(水) ■  
就職ガイダンス(4年次生)
- 6月18日(日) ■  
開学記念日
- 7月2日(日) ■  
オープンキャンパス(予定)
- 10月14日(土)・15日(日) ■  
光翔祭

### 編集後記

本誌であるこの看護学部二コース・レター「光と緑の風通信」も第52号を迎えました。

今年度、本学では復興に向けた医療の拠点となる「ふくしま国際医療科学センター」が設立されました。先端診療部門であるみらい棟は、救急医療、災害・被災者医療、子ども・女性の医療などを担い、学生にとっても学び多き実習の場になるとも思います。

看護学部では、この3月に16期生が卒業し、県内各地、そして全国へと巣立ちます。卒業生の医療人としての旅立ちはこの福島県立医科大学からはじまります。皆さまが本学で学んだことに誇りを持ち、県民として人々の健康に対して広く貢献して活躍されることを期待しています。

最後に、お忙しい中寄稿していただきました皆様に深く感謝申し上げます。

齋藤 史子

### 編集委員

- 本多たかし
- 佐藤 郁美
- 高田 香苗
- 田中 啓子
- 田村 達弥
- 森 美由紀
- 山崎久美子
- 齋藤 史子