

光と緑の風通信

発行/2022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)

安達太良山

看護学部長 坂本 祐子



ご卒業おめでとうございます。

卒業生の饒の言葉のタイトルが何故「安達太良山」なのか。それは、私が本学に勤務し、何年か過ぎた頃でしょうか、友人に誘われ安達太良山に登山したことに端を発します。今ではもう想起できないのですが、当時の私は何かに行き詰り、冴えない表情で毎日を過ごしていたのだと思います。

決してアウトドア派ではなく、普段なら断るはずの登山の誘いに応じ、登ったのは8月の晴天の日でした。頂から観た眼下は、どこまでも厳かで、清涼で、広大で、何もかもが「リセット」され「無」になり、気力と活力がチャージされ、前を向いて進もうという気持ちになりました。

皆さんの年齢より長く看護の世界に身を置く私は、何度か壁に当たり看護職を辞めよう、看護の世界から離れようと思ったことがあります。それでも、友人や同僚の支えや余暇等で「リフレッシュ」したり、職場を替えたり、大学院等の進学等で自分を「リセット」したりして、看護から離れることなく、今に至っています。4月から皆さんは、学生という守られた立場から、看護職として社会人として、自分で社会の風に向かい、耐えながら時を過ごすようになります。自分なりに、心を穏やかにし、パワーチャージができる「リフレッシュ」と「リセット」の方法を見つけ、看護職として頑張ってほしいと願っています。いつでも遊びに来てください。

(さかもと ゆうこ)

ともに前へ

看護学研究科長 高橋 香子



看護学研究科修了生の皆さん、修了おめでとうございます。

大学院生として過ごした数年間、自らの看護を問い続け、その先にある答えを探し求めて努力され、学位記を手にした喜びは大きいことと思います。手にした成果は、他の看護職者らと共有し、ぜひ日常の看護実践やこれからの看護教育・研究に還元していかれることを期待します。

「看護」を通して私たちは多くの人々に出会い、その人生に触れ、その人の生きる力、生活する力を引き出し、支えることをしますが、人々も、人々を取り巻く環境も同様ではなく、常に「その人」や「その環境」にあった看護のあり方を探求し続ける必要があります。看護専門職として、さらなる看護実践の質向上のために、研究科で修得した知識や技術を磨き、健康上の課題を有する人々がみなその人らしく生きていくことを支え続けていってほしいと思います。

今年は36年に一度の五黄の寅年。寅年生まれの人には強い正義感と信念を持ち、困難を克服する強い意志と行動力があると言われています。私は寅年生まれではありませんが、看護職としての信念をもち、看護を必要とする人々のために、「今ここにいる自分」の役割を模索し果たせるようにしたいと思います。修了生の皆さん、ともに前に進んでいきましょう。

(たかはし こうこ)

修了・卒業生から



4年間を振り返って

看護学部4年 大竹 莉央

大きな希望を胸に入学した大学での生活もあつという間に4年が過ぎ、卒業を迎えようとしています。3、4年生の2年間は新型コロナウイルスにて思うような学生生活を送ることができませんでした。大学生活は学部・部活動での経験や出会いにより、とても充実したものとなりました。私は最初の実習で、患者さんにそばにいたいことしかできず、私ができることは何だろうと迷うことがありました。しかし、最終日に「辛いときにあなたがいてくれたから頑張れたよ。」と言って頂き、何かをすることだけが看護ではなく、患者さんに真剣に向き合い寄り添うことが大切であると学びました。

大学生活は楽しい時も辛い時もありましたが、患者さんや友人、家族、先生方の支えがあり乗り越えられたと思います。多くの方や出会いに感謝し、自分を忘れず立派な看護師になれるよう精進していきたく思います。在校生の皆さんも出会いや初心を大切に、学生生活を楽しんでください。

(おおたけ りお)

在校生から



卒業生の皆様へ

看護学部3年 山内千絵美

ご卒業おめでとうございます。私たちが入学した3年前、何も分からない私たちにに対し、先輩方は優しく声を掛けてくださいました。月日が過ぎるのは早いもので、先輩方の卒業が信じられず寂しさが込み上げてきます。私たちは今まで、勉強をはじめ、部活動や学校行事など様々な活動をして先輩方の姿を見てきました。そして、多くのことを学びました。改めて、先輩方へ感謝の言葉を申し上げます。

最後に、皆様のご多幸と更なるご活躍を心よりお祈り申し上げます。

(やまうち ちえみ)

贈る言葉



大学院での思い出

大学院2年 星 絵美子

臨床で17年看護を実践し、ある程度患者さんを見る事ができるようになったと思っていた頃、若くして亡くなる肺がんの患者さんや、壮年期に長期の入院を余儀なくされた術後合併症を発症した患者さんとの出会いによって、看護とは何か、看護師の自分には何ができるのか、を考え大学院の門をたたきました。

過去の論文を読み、未知の社会学にも触れ、自分の無知を思い知った3年間で、この間、経験豊富な同級生、慈愛に満ちた先生方、自信に満ちた先輩方との貴重な出会いがありました。講義中のディスカッションでは、自分の看護に対する考えや思いを存分に話しても許される空気が心地よく、とても楽しい貴重な時間を過ごすことができました。

在学中は菅野先生をはじめ諸先生方、職場の皆様にも多大なるご支援を賜りました。心より感謝申し上げます。また、両親にも支えてもらい無事に通学することができました。ありがとうございました。これからも恩師の教え「命を守り、暮らしを支える」看護を実践できるよう精進してまいります。

(ほし えみこ)



修了生の皆様へ

大学院1年 磯上 茜

修士課程修了おめでとうございます。修士論文を書き上げるまでの長く険しい道のりに気がきつた今、それを成し遂げ、晴れて卒業の日を迎えられた先輩方の偉大さを改めて実感しています。

感染拡大に伴い、ZOOM講義と対面講義を織り交ぜた学生生活という特殊な環境で、例年とは違う形での学生生活は私の想像以上に大変だったかと思えます。そのような中でも、看護への熱い情熱を胸に研究をさしてきた先輩方への尊敬の念は尽きません。

時折先輩方と話した際には、励まされていたり、アドバイスをいただいたり、振り返ると感謝することばかりです。例年より関わりが少なかったかもしれませんが、声をかけてくださった方や、パソコン室や研究室で研究に励まれている姿を見て、私も頑張ろうと勇気をいただきました。

最後に、皆様のご多幸と更なるご活躍を心よりお祈り申し上げ、贈る言葉と致します。

(いそがみ あかね)

実習を通しての学び



【領域別実習】



【領域別実習】 母性看護学実習を 通しての学び

看護学部3年 星 萌加

母性看護学実習を通して、個別性のある支援と、不安や変化への適応など精神的な支援が重要であると感じました。私は特に不安の緩和に焦点を当ててお話をさせていただきました。

妊娠・出産を経験し、退院後の生活について不安を感じることは多く、その内容は人それぞれです。不安の内容を知るために、十分に話を伺い、どのような支援が必要か、どのような不安を抱え、どのような生活を送っているのかを、当事者の今までの生活背景や価値観と照らし合わせながら考えることが大切だと考えました。

身体の変化や環境の変化など、母親にとって大きな分岐点になる出産に真摯に誠実に向き合い、その方の状況に沿った看護をこれからも考え、実施していきたいと思えました。(ほし ももか)



【領域別実習】 患者さんを理解するための 大切な視点

看護学部3年 佐々木 円

慢性期看護の特徴は、疾患が完治して退院するのではなく、退院後も自宅での闘病が続いていくことがあげられます。そのような中、患者さんは慣れない入院生活、疾患への恐怖、治療やそれに伴う副作用、今後の生活に不安を抱えていることや、その受け止め方とその表出の方法は人それぞれであるということを、患者さんと関わりを通して改めて感じました。(ささき まどか)



【領域別実習】 小児看護学実習での 学び

看護学部3年 大里 辰光

私が今回の小児看護学実習で学んだことは、入院している子供に看護をすることはもちろんですが、家族に対する看護介入も非常に大切であることです。特にNICUやGCUに入院している新生児を看護するにあたって、家族を視野に入れたうえでの看護の重要性を強く感じました。それは、退院後に育児をするのは医療者の私たちでなくその家族であるからです。2時間という面会制限がある中で、おむつ交換や授乳などの育児参加を促したり、体重などの成長具合を伝えることの大切さを感じました。

また、観察を日々継続して行うことも大事な看護であり、その子にとっての目標が達成できるように一つひとつのケアが繋がっていることを感じました。看護は日々の積み重ねであり、その小さな積み重ねが目標達成や良い結果をもたらすことを学びました。

(おおさと たつみ)



【領域別実習】 急性期看護学実習での 学び

看護学部3年 相馬 舞花

私は術後1日目からの患者さんを受け持たせて頂きました。患者さんは術後回復に伴い退院の兆しが見え始めた頃、創部痛が残存したまま退院する事に不安を訴え始めました。これに対し、私は患者さんが望んでいる退院後の生活行動一つひとつに添って痛みをコントロールするための具体的な方法を共に考えていきました。

退院後の生活はイメージが湧きにくい部分であると考えます。急性期看護では術後合併症を起こさないように観察や管理を徹底していく事も重要ではありますが、在院日数も短い現在、患者が退院後に疼痛管理や創部管理を不安なく行えるように入院中に共に考えていく事も重要な看護となると学びました。

(そうま まいか)



【領域別実習】 精神看護学実習を 通しての学び

看護学部3年 鈴木 京

精神看護学実習を通して、精神の健康障害をもつ人をセルフケアの視点からアセスメントし、援助へつなげることの重要性を実感しました。

実習1週目は霧の中にいるような感覚で、何をアセスメントしたらいいのか、なぜセルフケアが重要なのか、分かんず、もどかしさを抱えて過ごした。ケースカンファレンスで、症状があることが問題ではなく、その症状によって生活が障害されていることが問題」という言葉を聞き、故に生活を構成するセルフケアに目を向ける必要があるのだと分かり、一気に霧が晴れた。実はこれは授業で何度も言われていた内容であったのだが、実際に自分で経験することでようやくその意味を理解し、今できる最大限で実践することができた。

今回学んだセルフケアの視点は看護実践の基盤となるため、ぜひ今後活かしていきたい。

(すずき みやこ)



老年看護学実習を 通しての学び

看護学部3年 沼沢 桃花

私は、高齢者への関わりとして、生活史を伺い本人が大切にしている価値観や習慣を踏まえた看護をすることの重要性を学びました。

その患者さんは加齢変化に加えて、疾患や入院による環境の変化により、活動量が少なくなっていました。患者さんとのコミュニケーションを通し、ご本人が大切にしている時期を振り返ることで、笑顔となり「妻を喜ばせたい」と今後の明確な目標についても語る様子が見られました。その会話を機に、日常生活活動に対する意欲が向上し、「本当はおしゃれだったんだよ」と洗面所で身だしなみをするまで活動量が変化しました。

私はこの実習を通し、長年の人生経験から確立された個性や価値観を尊重し、習慣を活かした援助がQOLの維持・向上に繋がることを学びました。
(ぬまさわ ももか)



基礎看護学 実習Iでの学び

看護学部1年 阿部 里美

今回の実習は、様々な背景を持つ対象の理解について考えを深めることができた貴重な体験となりました。実習を通して大きな学びとなったのは、「ケアの対象者」ではなく「生活を営んでいる個人」として対象の方を営んでいる「個人」として対象の方と接することで、初めて看護の基本となる「対象の理解」が可能になるということでした。このような意識を持つたうえで、対象の方の「健康」について



基礎看護学 実習IIでの学び

看護学部2年 菅野 百花

今回の実習では、患者さんを受け持つこと、看護過程を実際に考えることなど、ほとんどが初めてで、正直模索しながらの日々でした。しかし、その中で看護についての考えが深まり、より明確なものになったと感じています。

看護するとは、患者さんのために何か行動を起こさなくてはという意識がどこかでありましたが、そうで

考える際、病気の症状に焦点を当てるのではなく、会話や観察から得られる事実をもとに把握していく必要があることを学びました。対象との会話、観察を大切にすることが、看護過程を展開するうえで「気づき」につながるのではないかと考えます。今回の実習を生かし、さらに考えを深めていきたいです。
(あべ さとみ)



精神的苦痛を抱える 高齢患者に対するケア

看護学部4年 柳沼 桃花

私は前立腺がんの高齢者を受け持たせていただきました。受持ち時にはがんに対する効果が乏しく、今後は緩和ケアに切り替えることが決まっており、予後の不安や死への恐怖から悲観的な発言が見られていました。担当看護師からアドバイスを頂き、身体状況に加えて患者の精神状態にも着目し、不安の表出を促したり、適度に訪室することで安心感を与えるような関わりを意識して

看護ケアを実施しました。実習期間中に関わりを続けていくことで、自身の思いを表出してくれるようになりました。高齢者への看護学実習を通して、対象の思いを理解したいという思いを持ち、患者と接することで、精神的苦痛を感じる患者に対して安心感を与えることができ、それが寄り添う看護に繋がることが改めて学ぶことが出来ました。
(やぎぬま ももか)



地域における 看護学実習での学び

看護学部4年 渡部 理恵

私は、磐梯町で実習を行わせていただきました。実習では、乳児から高齢者と幅広い年齢を対象とした健康事業や、新生児家庭訪問、健康教育の企画・実施などを経験させていただき、保健師活動の実際や、保健師の果たす役割について理解を深めることが出来ました。実習を行う中で、保健師は住民や関係機関と協働しながら活動を行っていることを学びました。

今後は実習で得られた学びを大切に、住民が安心して暮らせるような関わりのできる保健師を目指していきたいです。
(わたなべ りえ)



マネジメント実習での 学び

看護学部4年 吉田 葵

マネジメント実習は4年間最後の実習でした。今回の実習では、看護管理者が実践する看護管理の場面を見学することで、質の高い看護を提供するための組織運営や看護管理の在り方について学ぶことができました。看護管理者は、スタッフ一人ひとりが目標や意識を持って働けるように導き、それぞれが役割を果たせるような体制や環境を整える役割があること

を学びました。また、メンバーも目標を達成できるように、日々学び努力し続けることが大切であると学びました。スタッフ全員が同じ方向を向き、みんなで組織を作りあげること、質の高い看護の提供につながることを学びました。実習での学びを忘れずに、4月からは組織の一員としての自覚を持ち、自分の役割を果たせるように頑張りたいと思います。
(よしだ あおい)



地域看護学実習での 学び

看護学部2年 遠山 拓弥

私は郡山地区で実習させていただきました。実習では、妊婦さんへのデンタルケアや1歳6か月児健診等に参加しました。その中で保健師は対象の考えや背景、家庭環境などを尊重しながら適切な支援を提供していることを学び、対象に合わせた支援を行うことが最も重要であると改めて実感しました。また、年齢や健康状態、健康意識の高さを問わず、すべての地域住民が対象と

なるため、一人ひとりが自身の健康状態を把握し相談できるような環境作りのために、保健師がさまざまな機関や職種と連携しつつ保健活動を実施していることを学びました。今回の実習で得た経験をもとに、十分な知識を身につけ、幅広い分野の人々の価値観を知り、さらに積極的に学んでいきたいと思えます。
(とよやま たくみ)

卒業生近況報告



近況報告

看護師 中澤 奈津希

私は福島県立医科大学附属病院で看護師として働いており、入社して3年目になります。プリセプターという役割を与えられ、プリセプターの精神的サポートができるよう試行錯誤しながら日々関わっています。指導するうえで患者さんとの関わりを振り返ると、改めて看護とは何かと初心にかえることができ、プリセプティと共に自身の成長にも繋がっていると実感しています。

今でも自分自身のこと、精神一杯になつてしまつたり、精神的・体力的にも大変だなと感じることも多々ありますが、患者さんの笑顔や「ありがとう」「安心する」といった言葉にやりがいや看護の楽しさを感じています。

例年とは大きく異なる状況で大変だと思いますが、お身体に気をつけて学生生活をお過ごし下さい。
(なかざわ なつき)



近況報告

保健師 黒須 菜月

私は4月から、県の保健師として南会津保健福祉事務所で働いています。私の主な業務は感染症と難病支援です。感染症発生動向の報告、調査や、コロナウイルス感染症の対応、また難病患者さんへの必要な手続きの案内や家庭訪問などを行っています。1年目の私には相談内容や対応で悩むこともありましたが、職場の皆さんはもちろん、地域の方にも助けていただきながら、日々学びながら仕事をしています。

保健師となり1年が経とうとしている今、人との繋がりがや連携の大切さを日々実感しています。これまでの授業では習ったことのない知識や力が求められることもあり、勉強の毎日ですが、自分の中で土台となっているのはやはり、大学で学んだ知識や視点、考え方だと感じます。

学生生活はぎゅっと盛り沢山であつという間です。今の時間とともに学ぶ仲間を大切に、頑張ってください。応援しています。
(くろす なつき)



近況報告

助産師 古俣 紗由美

昨年春に福島県立医科大学を卒業し、現在は福島赤十字病院産婦人科病棟で助産師として働いています。この1年は自分のケアが正しかったのか、どういった関わり方をすればよかったのかと毎日考え、悩んだ1年でした。

しかし、患者さんや産婦さんからあなたがそばにいてくれて本当に良かったと言われた時には、この仕事を選んでよかったと思うことができ、学生の頃にどういった助産師になりたかったのか初心を忘れずに働いていこうと思えました。また、現場で命を扱う仕事に常に緊張感を持ちながらも、最近では少しずつ看護や助産ケアが楽しいなと思えるようになりました。

貴重な出産の場面に立ち合うことができ、いのちの重さやたくさん愛情を感じることができ、この仕事に誇りをもって、自分らしくこれからも働いていこうと思えます。
(こまた さゆみ)



第72回 解剖慰霊祭が 執り行われ ました

第72回解剖慰霊祭が、去る令和3年10月27日に本学講堂で、コロナ感染対策を充分に行ったうえで、執り行われました。今年度の慰霊祭には、ご遺族の方々や実習を行った看護学部学生など225名のご参列を頂き、学部学生の教育、学術研究の進展のためにご献体頂いた227名の御霊のご冥福をお祈りさせて頂きました。227体の内訳は、学部学生がかかわった系統解剖66体、さらに病理解剖27体、法医解剖134体でした。本学部からは実習を行った1年生の代表と学部長らが参列して献花や黙祷を捧げました。

(太田 昌一郎)



退職のご挨拶



退職のご挨拶

地域・公衆衛生看護学部 古戸 順子

私は、「保健師の育成に携わりたい」という思いで9年前に本学に着任しました。

保健所保健師としての経験を基にどう伝えるかが私の課題でしたが、講義前に「私は28歳です。皆さんがいくつになっても28歳です。」という、お決まりの自己紹介に失笑しながらも付き合い合ってくれ、就職等の相談に来てくれた学生の皆さんにパワーをいただいた

師の育成に携わ

9年間でした。

教員として初めて歩む私に、看護学部の先生方や、現場がとても大変な状況でも実習を受け入れて下さった県内の多くの保健師さん方の温かい助けがあり進んで来れたと心から感謝しています。3月末で退職しますが、皆様の応援があり教員として充実した日々を過ごすことができました。本当に有難うございました。

(ふるさと じゅんこ)

看護学部カレンダー (予定)

学位授与式

3月24日(木)

在学生オリエンテーション

4月4日(月)

入学式

4月6日(水)

新入生オリエンテーション

4月7日(木)、8日(金)

開学記念日

6月18日(土)

オープンキャンパス

7月2日(土)

光翔祭

10月8(土)~9日(日)

令和3年10月9日(土)・10日(日)

第24回 光が丘祭



第24回 光が丘祭 副実行委員長
看護学部2年 伊藤 芽生

本来であれば2年に一度の光翔祭の年でしたが、新型コロナウイルスの影響を考慮して昨年引き続き光が丘祭となりました。昨年と同様に動画配信という形で開催でしたが、一部大学講堂に観客を迎えて実施することができました。また、今年度より設立された保健科学部の1年生も実行委員に加わり3学部が一体となつて光が丘祭に臨みました。

「医風堂々」というテーマのもと、部活動・サークル等の参加者による発表は、会場を越え画面越しでもその盛り上がり伝わってくるようでした。社会情勢に合わせて、より徹底した感染対策を行いながら光が丘祭を開催できたことを大変嬉しく思います。(いとう めい)

本学では令和3年10月9日・10日に光が丘祭が開催されました。

編集後記

ダイバーシティという言葉、多様性、相違点といった意味でよく使われます。よく似た言葉でダイバーシティという言葉があります。これは似て非なる言葉です。ダイバーティは旅客機の着陸地変更の際に使われます。卒業生のみならず、これはこの2つの言葉を贈りたいと思います。患者さんと接するとき、ダイバーシティは重要になると思います。これは、もう皆さんは実習等から学んでいるかな。ダイバート、業務として人生に行き詰ったら思い出してください。太平洋を渡る航空機の機長は、急病人や機体のトラブルの際にどこにダイバートするか常に頭の中に置いているそうです。これから医療という大海原に漕ぎだす皆さんも似たところもあるかと思えます。でも、ダイバートを考えなくてもよい医療人としての人生を歩まれることを祈っております。ご卒業おめでとうございます！

編集委員

太田昌一郎
関亦 明子
高橋 香子
井上 水絵
佐藤 利憲
鹿俣 律子
橋本 尚美
亀岡 康子