Happy-Hamakan-News

浜医看学発 2014.11 月

臨 時 増 刊 号　　秋

浜田医療センター附属看護学校

2 年生老年・小児看護実習 I 特集

浜田医療センター附属看護学校情報誌

目次

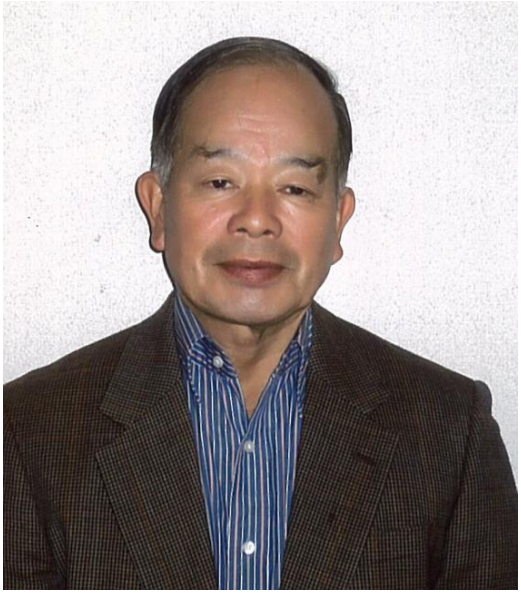
■[お便り]　老年看護学実習でお世話になった方からお便りを頂きました・・2
■[老年看護学実習]　自らの人生を変える機会を頂きました・・・・・・・・・・・・・4
■[老年看護学実習]　私の人生観の考え方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
■[老年看護学実習]　高齢者の方とのコミュニケーション　その方の生き方にそう・・6
■[小児看護学実習]　小児とのかかわりについて・・・・・・・・・・・・・・・・・7
■[小児看護学実習]　子どもの成長と発達にふれて小児を看る眼　（視点）・・・・・・9
■[お知らせ]　編集後記・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・11

独立行政法人国立病院機構
浜田医療センター附属看護学校
697-8512 島根県浜田市浅井町 777－12
0855-28-7788
mail：hiyoko1@lime.ocn.ne.jp
http://www.hamakan-nh.jp/

発行責任者　石黒眞吾
編集責任者　中田佳代子
編集　花子紀子、田儀千代美、藤井光輝、隈部直子
小田川良子、畑中美保、豊福瑞穂、三家本八千代
沖田哲美、郷原章
岩成美樹、松野由香、金山和正

老年看護学実習でお世話になった方からお便りを頂きました

浜田市在住　山田隆介



このたびはシルバー人材センターにおいて私ども高齢者との交流会では御校看護学生さんには大変お世話になりました。

今回で私は 3 年連続して出席させていただいていますが学生さんの工夫、努力で内容が毎年進化しているなー、との実感が持っています。準備が大変だったのではと感謝しています。

今回は特に「健康クイズ」「インフルエンザ予防」などで私が今まで常識と思っていたものが実はまちがいだったり、これは認知症チェックゲームなのかなーと、内心思いながらの「記憶ゲーム」や集中力アップの遊びかなー、と思いながらの「魚釣りゲーム」など色々な遊びは大変楽しかったです。実用的日常の医学知識をわかりやすく、楽しく説明していただいてとてもよかったと思っています。

「話し合い」の中でもいろいろ本音で話ができて大変有意義でした。

私個人は平素貴医療センターでお世話になり、また今年の 3 月には癌の手術で 40 日以上入院させていただきました。入院生活の中や通院で見聞き、感じたことをお話したり、お願いもいたしました。

私が学生さんたちにお願いしたことは「よく、患者の心に沿った医療」と言われます。非常にいい言葉ですが、具体的にどのような言葉、態度、行動としてあらわすのか、常にじっくり考えていっていただきたい」でした。

また退屈で死にそうな入院生活の中で巡回にこられたある医師が「山田さん、一日一日が薬ですから」といわれて、「ああそうなのか、何とかがんばろう！」という気力が出た、との実例もお話いたしました。ぜひ患者さんにこの言葉を使って励ましていただきたいとお願いしました。患者は不安、心配でいらいら、ぴりぴり、しています。医師や看護師に当たり散らしたり、文句を言ったり、愚痴をこぼしたりしています。この言葉は私にとってはマジックパワーがありました。病気と戦っているのは患者だけでなく、医師、看護師は一緒になって戦っている「パートナー」であると思えるような言葉や態度が大切であるとも私の経験からお願いしておきました。

これは学生さんには話していませんが、あるとき受診に行ったとき待ち時間が長く疲れたので長椅子に横になって休んでいた時に 1 人の看護師がそっと、「これを使ってください」と枕を差し出してくれました。大変楽になりました。あとでお返しするときに「これ大変なサービスですねー」と冗談交じりに言ってしまいました。あとでその言葉に後悔したのですが、その看護師は「サービスじゃありませんよ」とにこやかに返事されました。この心使いはある意味で「患者の心に沿う医療」の具体的な一例ともいえるのでは。また 2 時の受診のアポが 4 時近くになってやっと呼ばれて入室したときに医師が「お待たせしました。」と言われました。それまでほかの病院、医院で医師からそのような言葉をかけられたことがなかったのでビックリしました。「いいえ、先生こそお疲れ様です」と言いましたが、これも「患者の心に沿う医療」の具体的一例と言えるのでは、と思いました。

これは直接医療行為とは関係はありませんが私はずっと以前から「会計で名前で呼ぶのやめてもらえませんか。ここに来ていることを知られたくない人もいるはずですから。番号で呼んでもらえませんか」と何度もお願いしていたのですが、費用がかかるとか、いろんな理由で改めていただけませんでした。今年 2 月医療センターの会計に行ったところ番号で呼ばれることがわかって「やっと番号で呼んでもらえるようになったのですねー」といったところ。「一ヵ月前からそうなりました。」とサラっといわれました。私が問題提起をしてから 2 年以上かかっていました。これは「患者の心に沿う医療」とは直接関係はないかもしれませんが患者の嫌がることを長く継続してきたことは人権意識の問題にもかかわることでもありましょう。

今回交流会に来られた学生さんたちの姿を見て非常に誠に頼もしく、うれしく感じました。これから先いろんな失敗、苦しみ、悩み、挫折、などを経験されるかと思いますが以前放送されてた NHK の連続朝ドラ「花子とアン」に出てくる修和女学校のブラックバーン校長先生の言葉を送りたいと思います。The best thing is never in the past,but in the future.（一番よいことは決して過去にあるのでなく未来にあるのです）。

今回の交流会に参加してくださった学生の皆様によろしくお伝えください。ありがとうございました。

老年看護学実習Ⅰを終えて

自らの人生観を変える機会を頂きました

61 期生　石倉悠

この実習で老年観について学んだことは、高齢者の日々の過ごし方についてです。実習に行くまでは、イメージとして自分の部屋に食事と風呂以外はずっとおられる印象がありました。しかし、実際に実習にいくと日々のスケジュールを時間刻みでつくり、アクティブに過ごされている方がいたり、共有のスペースに自ら出かけてオセロなどの媒体を利用して大人数でコミュニケーションをとられている方がおられることに驚きました。自分の部屋で気持ちがふさぎ込むのかと思っていましたが、活発的に他者との交流を求めておられる方もいるのだと学びました。また、忙しいと楽しいと言われる方もいれば、ゆっくり過ごしたいと思われている方など考え方は様々であり、高齢者がどう過ごしていきたいのか寄り添って思いを知ることも大切であると感じました。

実習では、コミュニケーションの際にこれまでの苦労話を聞かせていただくことが多く、どう乗り越えてきたのか質問すると、「何とかなると思って、前向いてきた」や「人生で苦労はあるものだけぇ」といった返答がみられた。困難な場合に陥っても試練だと思って前を向いて踏ん張る大切さを学ぶことができた。私自身、困難なことが目の前に来た時「どうようや」や「しんどい。やめようかな」などマイナスにしか考えられず、言葉にすることも多いと感じます。しかし、言葉・思考を切り替えプラスに自分から考えていかないと患者・対象者を看護することが難しいと思いました。話を聞かせていただく中で自分自身の人生観を変える機会を与えて頂いたため、今後もプラス思考を忘れないようにしていきたいと思います。

交流会では、寄り添いながらコミュニケーションをとり、対象者全体を理解することで対象者に合った看護を提供できるのだとこの実習で学ぶことができました。一人一人思っていることは異なり、なぜそういうように思っているのか、対象者の背景や過去の経験などから成り立っていると分かりました。思いの裏側にある理由を知らなければ、よりよい看護にはつながっていかないと感じました。また、相手に寄り添うことは、医療・福祉の場においても同様であると考え、臨床の場でも寄り添いながら理解し、看護をしていきたいと思いました。

高齢者のケアの在り方では、傾聴しながら相手の思っていることを知ることでもケアになるのだと学びました。周りに話す人がおらず、話しをしたい欲求を抑えて生活している高齢者もおられました。学生と話すことにより欲求を満たし、笑顔になられたため、欲求を満たすケアの大切さを学ぶことができました。その人が今何のケアを必要としているのか注意深く観察していかなければならないと感じました。実習でお世話になった方々に感謝いたします。

老年看護学実習Ⅰを終えて

私の人生観の考え方

61 期生　坂根春菜

今回の実習を通して、自分が持っている老年観が変わりました。今までは、身体機能が衰えてくることに日々悩まされているという自己の老年観がありました。しかし、対象者の方々は、そのことを受け入れ健康でいるために様々な努力をしていることを知りました。

自分のこれから先の夢を叶えるためにも第一条件として、自分が健康であることというのを対象者が共通して話していました。夢については、好きなことをやっていたいや孫の成長がみたいという自分以外の人についてのことということでした。今まで生きてきた人生は自分にとって満足している人がほとんどで、今現在の生活はとても恵まれていると思っている人が多いことが分かりました。戦争を経験され非常に苦しい思いをしたり、家族・配偶者の死というつらい経験を乗り越えてきたという話が多く、そのことが自分の人生に影響されているという人もおられました。自分は対象者の 3 分の 1 もしくは 4 分の 1 以下ほどしか生きていないので経験も浅いし、楽しかったことや辛かったことも対象者と比べて少ないです。若いときに苦労している人は今の生活がとても良いと言われる方が多く、助言として若いうちに苦労をすれば良い経験になったり、今後の人生が楽になったりと、身体的や精神的にも影響するということが分かりました。辛い経験を多くしてきた人ほど、身体的や精神的も強く、物事を広い視野から考えることができるということを知り、自分が思っていた人生観も変わりました。看護観について一番に考えたことは、対象者が自立できるように関わりを持っていくことが大切だと思いました。身体機能が低下してきているから、日常生活行動に制限をかけてしまうと認知症の発症や臥床時間の増加により、筋力低下に拍車をかけるという原因になってしまうと思ったからです。自分で出来ることは自分でやってもらうということで、認知症の予防や筋力低下を防いだりしているのだと思いました。近年では高齢化が進んでおり、高齢者の人口が増加しているため看護を必要としている人が多くいます。その方々に生活を元に戻すためには、自分のことは自分でしてもらうということが一番なのではないかと考えます。今回の実習を通してみて、看護観については対象者の ADL の自立についてのことを一番に考えました。

今回の実習を通して自己の老年観・人生観・看護観について考え方を変えることが出来ました。健康な人が対象であったため、次回の実習ではこのことを活かしながら対象者の状態を把握し、今何を望んでいるのかしっかりと向き合い、ADL の自立に繋いでいけるような援助ができれば良いなと思いました。

老年看護学実習Ⅰを終えて

高齢者の方とのコミュニケーション　その方の生き方にそう

61 期生　山根加奈未

実習前は高齢者とは年齢と共に身体機能、知的機能、精神面的に徐々に衰退していき、引きこもりがちになってしまうのではないかと考えていました。しかし、実習に行って高齢者とコミュニケーションをとっていくうちに私の老年観や人生観は変わっていきました。今回、90 歳代の高齢者の方とコミュニケーションをさせていただく機会があり、目標は人に迷惑をかけずに生きるとのことでありました。初めに聞いた時はとてもシンプルで謙虚な目標だと感じていました。しかし、この目標に行きつくまでには相当の苦労と思いなど、私たちが計り知れない過去の経験があってのことで、きっと死への恐怖や不安や葛藤があり、現在はそれを乗り越えていたからこそ、死への良い意味でも覚悟ができ、このような目標に行きついたのではないかと考えます。言葉や行動の中にその人の考え方や、意味がきちんとはいっているため、私たちはその意味を本人の感情と近い意味をくみ取らなければ、その人を理解することは出来ないのではないかと思いました。看護の役割としては、高齢者の不安感情を取り除けるような関わりをしたり、ちょっとした変化にも気づき、対応したり、高齢者の苦痛を軽減されるような看護を行ったり、対象者の代弁者として関わっていくことも必要であると考えます。そして、ソーシャルサポートシステムについては、その方や、そのご家族の方に大きな影響を与えることがあるので、私たちは正しい知識と何がその方にとって一番いいのかふまえた上で情報を提供していかなくてはならない立場になるので、今のうちから力をつけておく必要があると感じました。利用者の方は、その日一日一日を大切に生きることを目標にしておられる方や、未来のことはあまり考えずに今この瞬間が大切だなど自分が昔から大切にしている価値観を述べてくださりました。このことも過去の経験から考え出たものなのかもしれないし、その人の生き方なので価値観を尊重して看護に繋げていきたいと考えました。また、病院に入院した際に退屈で気が滅入っていたが、医師の一日一日が薬ですという言葉から闘病しようという意欲が湧いたとおっしゃっていた方がおられ、その人に合った言葉かけや声かけの大切さを知りました。日常生活の中で楽しみがあって生きがいだと述べる方がおられたが、入院生活では楽しみのある環境を作り出すことが難しいため、入院生活の中でも楽しいと思えたり、生きがいとなることにちかいようなことを一緒に見つけていきたいと私も考えることが出来ました。

このようなことから、看護をしていくには高齢者と一対一の関係を築くことが大切であり、お互いの信頼や新密度が高まり、心を打ち解けやすくなるのではないかと考え、高齢者の時代背景を知り、触れていくことが大切であると考えます。看護していく中でコミュニケーションなどから情報収集して、その情報を多職種で共有して、その人の個別性に配慮した看護をしていきたいと思いました。

小児看護学実習Ⅰ（幼稚園・保育園）での体験
小児とのかかわりについて

61 期生
郷木萌絵

成長発達

実習前の事前学習で、幼児の年齢別で形態的特徴や運動機能などを復習し、Ａちゃんは一般論と比較して何ができるのか、どこの機能で得意なところ、不得意なところがみられるのかなど、一緒に遊んだりして観察することができた。今回複数の年齢の幼児とかかわっていくなかで、月齢の差で能力の到達度に差が出ることもあるが、その園児が興味を持っていること好きなことによってする遊びが異なることで発達する能力も違ってくるのだと観察をしていく中で感じました。また園児との会話や喧嘩などをしていく中で言葉の発達や情緒を育んでいくということも園児と関わっていくことで感じることができました。

小児とのかかわり方

幼児と関わっていく中、私たちの一つひとつの行動や言動を園児たちは常に観察しており、園児たちに良いところや悪いところがそのまま影響されてしまうので、そのことを考慮し園児たちの手本となるように座ったり手を合わせなければならないところはやってみせてでできていない園児には声掛けをしてするようにうながしたりするように心がけました。園児と関わっていくと自分がその子に思っていた印象と違う行動をとる場面が見られたことがあったので、その園児の性格や思いを一面から見て決めつけるのではなく、家庭環境や表情の動き、他の状況での言動や行動から子供をとらえていくことが大切であることを学びました。年齢が高い園児たちは自分の気持ちを言葉に表して相手に伝えようとすることが比較的に可能であるが、低い園児たちは言葉が足らず泣くという表現だけで自分の気持ちをうまく表せないので、なるべく自分から駆け寄り、目線を合わせて「どうしたの？」と園児から言葉を引き出せるように声をかけました。

遊びや食事などの園児の日常生活を一緒に行い、Aちゃんを中心に他の園児たちと比較してできることできないことを把握し、教科書と照らし合わせ考えました。箸の使用などは年齢の違いで到達度が異なってきますが、園児が家庭でどのような教育を受けているのかによって能力の伸びが違い、家庭環境のよって個人差が生まれてくることが保育士の方のお話をしていくなかで学びました。また性格によってその時のモチベーションによってできることが異なることがあること、その子の能力や性格を把握し、出来たことはきちんと褒めながら声掛けを行うことが大切であると感じることができました。

保育園の環境を観察すると、園児たちは危険につながる行動をうまく制御できないので、園児たちの安全を守るために角を丸めたりするためのカバーが至る所につけていたり、園児が持つと危険が及ぶ可能性のあるものは手の届かないところにあったり置けられるようになっていた。また最近感染症が流行しているので、消毒や手洗いをこまめに行い、園児たちにも手洗いを行うことを促しました。記録では、ただ園児たちがしている行動を書くだけになってしまった場面もありましたが、その後園児たちの能力を引きだせるにはどのような関わりをしていくことが大切かを常に考え、個人の到達度に合わせた声掛け、介助をするよう心掛けました。

カンファレンスでは、自分が行っていない年齢の組の話を聞いて、自分の組と照らし合わせ、他の学生がやっていることで参考になりそうなことや良いと思ったことは実践をして試行錯誤をしながら園児に関わりました。様々な園児のエピソードを聞いて、一人ひとりの性格は違っているので、その子について知ったうえでかかわりを少しずつ変えていくことが必要であると学びました。これからはもう少し自分が感じたことや気になったことをほかの人と共有するために発表をどんどんしてより学びを深めていきたいと思います。実習させて頂き、本当にありがとうございました。

小児看護学実習Ⅰ（幼稚園・保育園）での体験

子どもの成長と発達にふれて小児を看る眼（視点）

61 期生
小林　彩美

私は、今回の実習を通して０歳児・１歳児・３歳児の順で小児の発達段階と共に見学することができました。

０歳児はほぼ全ての生活動作を手伝い、独り歩きできる子、つかみ立ちできる子・できない子など、その子の周囲の環境や生まれ持った体質・月齢によって影響されていることが分かりました。また、ご飯の時には、細かく切ってあり食べやすい形態になっているのを実際に見ました。人見知りがあって泣くことはあまりなかったけど、初めての時には、すごく珍しそうな顔で凝視されていました。

１歳児では０歳児よりできることが増え、自分でできることは自力でやっていました。１歳児は人見知りがあり最初のうちは近づいてこない子や、泣き出してしまう子もいました。少しずつ関わっていくことで、打ち解けて、近づいてきてくれたり、話しかけてくれたりしました。３日間同じクラスにいることで、徐々に甘えてくるようになり、自分でできることも「やって」と言ってくるようになりました。その時に、自分がやってしまうとその癖がつき、子供のやる気を消失してしまうことや、成長発達の機会を奪ってしまうことにつながるので、やる気を出させて、極力自分でやるような環境をつくることが大切だと感じました。

３歳児では、生活動作がほぼ全て自立しており、動作に向けての声がけを特に行いました。また、１歳児から３歳児に上がったことで、言葉の発達や身体機能の発達を実際にみて感じました。コミュニケーションの面では、子供同士で会話をしたり、会話の言葉に助詞・助動詞が入り聞き取りやすくなっていたりしました。また食事では、１歳児はスプーンを使っていたのに対し箸を使っていたり、茶碗についたご飯粒を自分できれいにとれていた子もいました。そして着替えの時には、１歳児はなかなか服を袋にしまうことが出来ていなかったけど、３歳では更衣に関して全て自立し、袋にも自分でしまっていました。また、３歳児では情緒的な関わりも増え、相手の気持ちを考え自分から謝ること、人のできていないことを子供同士で指摘しあっていました。

また、保育士の方の関わりとして、子供の話を聴くことや代弁すること、性格を把握し、その子に合ったやる気を出させる声がけなど、子供との信頼関係を気づくことが大切なのだと実感しました。また、アレルギーがあり食事の内容が一人だけ違う子・テーブルに一人で食べている子には、寄り添って食べることで、寂しさを与えないように関わっておられました。子供に愛情をもって接し、子供の思いを考えて接することの大切さを学ぶことが出来ました。また、信頼関係を構築できているからこそ厳しくいうべきこともあり、そういう気持ちのこもった言葉だからこそ子供に伝わることがあるのだと思いました。

みのり保育園でも実施されていたが、アレルギーのある子の遊び方には気を配ることや、栄養をバランスよくとるためにご飯を残さず食べること、身体測定での値の変動などは子供たちが健全に、安心して生活していくために必要なことです。その子の日常生活を知ることで、異変が起きたときの対処や原因を突き止めることにもつながると思います。そのため、その子の日々の生活を知るために、よく観察することや、記録に書いて比較できるようにしておくことが大切だと感じました。

今回の実習を通して、子供との信頼関係を構築すること、性格を理解し個性を生かしながら関わっていくことが大切であること、また、短い期間の中でも、子供に興味を持ち積極的に関わりを持とうとすれば、少しずつ心を開き、子供のほうから寄ってきてくれるようになると感じました。今後、子供たちと様々な場面で関わることがありますが、今回の学びを活かし、自分から積極的に関わる姿勢を持ち、性格などを理解しその子に合わせた対応をしていけるように関わっていきたいと思います。

今後の予定

11 月 11 日(火)	一般推薦入学試験
12 月 4 日(木)	3 年生学研看護師国家試験模擬試験
12 月 10 日(水)	ナーシングセレモニー
12 月 17 日(水)	災害訓練、病院クリスマス会
12 月 19 日(金)	終業式(～1 月 5 日まで冬休み)
1 月 22 日(木)	一般入学試験
2 月 22 日(日)	第 104 回看護師国家試験
3 月 4 日(水)	卒業式

編集後記

秋色に染まる

ぼちぼち浜田でも紅葉が始まっており、中国山脈の山々も見ごろを迎えていることでしょう。今年の紅葉は青空にはえ、中国山脈の山頂付近の紅葉は今週末が見ごろで、まだまだ周辺の山麓では紅葉を楽しめそうです。

世界に目を向けると、エボラ出血熱の流行に一刻も待たれているのが治療薬です。エボラ流行地のギニアでの臨床試験がフランス政府の主導によって来月から始まり、日本の富山化学工業の開発したファビビラビル（アビガン）など有力な候補になっているそうです。小笠原諸島で確認されたサンゴ密漁目的とみられる中国漁船が、500 キロ北上し伊豆諸島一帯でも多数操業しているのが見つかったとか。

当校では、9 月に 2 年生が保育園、幼稚園、老健施設、シルバー人材センターなど院外実習に行かせていただき、2 年生は大きな学びを得ることができました。学生は、各実習場で高齢者の方々や保育園幼稚園で小児と接し、健康教室を開催させていただきました。学生は、健康教室を開催するための計画を立てていくプロセスで、健康教室の必要性や意義を実感し、更に、人生とは、人が生きることとは、人間とはと模索し、自らの価値観や人生観を見つめる体験になりました。健康教室や交流会での体験が、学生にとって、相互に学ぶ意味を深め、自らの成長こそ相手の方の変化（成長）をもたらすこと、あるいは相手の方の変化（成長）をもたらすことを実感するということがケアであり、看護だということを見出す経験につながったと確信してやみません。更に学生たちは、10 月には学校祭の開催、3 年生のケーススタディの発表会など大きな行事を終えました。色々な行事の体験を通じ成長していく学生を頼もしく誇らしく思います。次回学校の大イベント学校祭やケーススタディ発表を特集しお届けできると思いますす。まだまだ未熟な私たち看護学校の成長を見守っていただき、この Happy-hamakann-news や HP をご覧いただけたらと願っています。充実の秋です。(KN)

オープンキャンパスや受験情報など詳し
いお問い合わせは

0855-28-7788

浜田　看護学校