Happy-Hamakan-News (HHN)

浜医看学発　第 4 巻　第 3 号

2018 年 1 月号

浜田医療センター附属看護学校

学校祭・・・1P～2P
国立病院機構総合医学会（香川）・・・7P～9P
精神看護学術集会・・・11P～12P
ナーシングセレモニー・・・3P～6P
基礎看護学実習Ⅱ・・・10P
第 107 回国家試験に向けて・・・13P～14P

1 年生（65 期生）

ナーシングセレモニー！！！

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
TEL0855-28-7788
mail：kanri-t@hamakan.nh.jp
http://www.hamakan-nh.jp/

発行責任者　石黒眞吾
編集責任者　髙下智香子
編集　田儀千代美、隈部直子、小田川良子、畑中美保、崎本美子、山岡富美香、福嶋洋子、三家本八千代、岩成美樹、松野由香、金山和正

～学校祭2017～

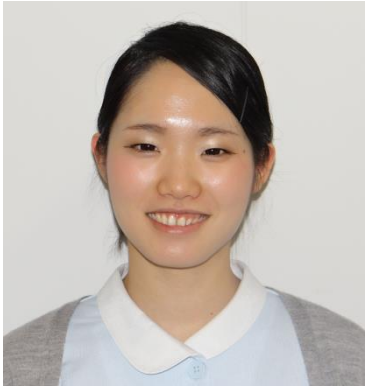
２年生　前森　陽二郎

今年の学校祭は「つなぐ」というテーマのもと、地域とのつながりを考えたり、学生・教員間のつながりを一層深めたり、７月に九州地方と浜田を襲った豪雨に対する募金活動を含む学校祭となりました。そのため例年からの変更点も沢山あり、準備の段階では悩むこともありましたが、全学年積極的に行動し取組むことができ、当日には来場者 1978 名という沢山の方々に来ていただくことが出来ました。また、今年の学校祭は各係りが思考を重ねて幅広い年齢層の方々に対応できるように、進路相談や食事メニュー、イベントでの催し物や各フロアの物品配置や案内など工夫し本番を迎えることが出来ました。学校祭当日も、来場者の皆様から「楽しかったよ。」「笑顔がとてもよかった」などのお言葉を頂くことができ、改めて地域とのつながりがとても深い看護学校であると感じました。最後になりますが、地域の皆様、医療関係者の皆様、教員・学生の皆様のご協力があり学校祭を運営することができました。有難うございました。

音楽講師
真田節子先生と浜田少年少女合唱団による合唱

老年保健講師
肥塚由美子先生と紫幸会による太鼓演奏

県立大学生によるよさこい燈蘭



２年生　山上　萌菜

私は、学校祭で学校紹介を担当させていただきました。昨年に引き続きこのブースを担当させてもらっていましたが、昨年は来場者が少なかったため、今年の学校祭は「入学希望者だけでなく地域の方にも来場いただき本校の学校生活や地域への取り組みを知ってもらおう」ということを目標に準備を進めていきました。昨年得た改善点とそこから考えた工夫点を取り入れました。

昨年の改善点として、スライドショーをパソコンの画面で上映したが見る人がいなかった、何の会場なのか入り口に記載していなかったということがあげられました。これらの改善点から学校生活や地域への取り組みを紹介したスライドショーをスクリーンで上映することとポスターの作成、入り口に「学校紹介」と大きく記載しました。工夫点としては、看護技術に関する教材を昨年より多く展示し、実際に来場された方に体験してもらうことにしました。また、本校の学校祭は浜田駅北医療フェスタという浜田駅と医療センターのイベントとともに開催されるため、そのイベントで企画されたスタンプラリーを学校紹介の会場に設置させていただきました。その結果、地域の方の来場の増加とスタンプラリーの効果から子供たちにも来場していただくことができました。子供たちは心臓の音を聴診器で聴くことや車椅子に乗る体験にとても興味・関心を持ってくれました。また親子連れの場合、妊婦体験も人気があり子供だけなく男性にも体験してもらうことができました。

このように昨年からの改善点を活かすことで普段、体験できないことや本校により興味・関心を持っていただく良い機会となりました。また、車椅子に乗る体験をしたことで「車椅子に乗っている人ってこんなに大変なんだ。」「ちょっとの段差を上るのもこんなに大変なんだ。」という声が聞かれ、楽しく体験できたことだけでなく、車椅子で生活する方の気持ちなども知る良い機会となったと考えます。

来年の学校紹介でも、地域の方、子供たちにどうしたら看護について興味・関心を持ってもらえるのか探求し、より良い学校祭にしていきたいと思います。

久保田浜田市長へ募金を直接お渡ししました。

10 月 16 日（日）に開催した学校祭では、2000 名近くの方にご来場いただき、たくさんの募金をして頂きました。また、バザーや模擬店の収入も合わせ、総額：196,839 円は全額、浜田市役所（福祉課）と日本赤十字社に募金いたしました。ご協力、ありがとうございました。

～ナーシングセレモニーを終えて～

平成 29 年 12 月 6 日、65 期生（1 年生）のナーシングセレモニーが行われました。式の目的は、看護を目指す意義について考え、当日の誓いを今後の学校生活に生かすことです。また、これまでお世話になった方々へ、感謝の気持ちを込め、式を企画・運営していきました。今年も 65 期生らしい式典になったようです。

65 期生ナーシングセレモニーのテーマ

「新色～新たな 1 ページに自分たちの色を～」

今まで先輩方が作ってこられた伝統を受け継ぎつつ、ナーシングセレモニーを機に看護師になりたいという大きな目標の中で自分たちの色(個性)を見つけ、目指す看護師像になれるように志す。

石黒学校長　式辞

坪倉看護部長　お祝いの言葉

ナーシングセレモニーのひとつの山場は、檀上に上がった学生全員で看護の道に進むという意思を示す「誓いの言葉」です。私たちはクラス全員からキーワードを集め、誓いの言葉を作成しましたが、もっとも多かったのが「信頼」でした。私たちは患者の心に寄り添うことが信頼関係の構築につながると考え「患者の心に寄り添い信頼関係を築きます」という言葉を最初の一文に入れました。

信頼関係を築くには、自分の言動に責任を持つ誠実な姿勢、個別性や自立支援を意識した相手を尊重した関わりが必要です。また、正確な知識・技術がなければ患者や家族の信頼は得られないと思います。それゆえに私たちは看護の道に進むことを支援してくださる全ての人に感謝しながら、看護の対象を愛し、愛され、信頼される看護師になるための自己研鑽を続けていきたいと考え次のような「誓いの言葉」を作成しました。

誓いの言葉

看護師を志すものとしての人間性を大切にし、患者の心に寄り添い信頼関係を築きます
患者や家族の立場に立ち、嘘偽りなく関わり自分の行動や言動に責任を持ちます
患者の尊厳を尊重し、個別ケアや自立支援を行い充実した療養生活を送れるように支えます
正確な知識・技術を提供していくため自己研鑽し、日々成長していける看護師を目指します
私たちを支えてくださる全ての人々に感謝し同じ夢を持つ仲間と共に患者に笑顔や幸せを届け
愛し、愛される看護師になります

ナーシングセレモニーでは、私たちの気持ちを表現するための BGM も重要です。今回はジブリ映画で提供されていた「テルーの唱」（ゲド戦記）、「時には昔の話を」（紅の豚）、「やさしさに包まれたなら」（魔女の宅急便）、「ふたたび」（千と千尋の神隠し）や NHK 朝のドラマの主題歌「365 日の紙飛行機」等をオルゴール調に編曲されたものを BGM として使用しました。

ジブリの主人公のように純粋で素直になり、どんな困難も立ち向かって自分の意志をしっかり持てるように気持ちをこめました。また、「365 日の紙飛行機」はサビの部分には、“その距離を競うよりどう飛んだか、どこを飛んだのかそれが一番大切なんだ”とあります。私たち 65 期生が将来看護師となる時、信頼される看護師になりたいという共通の思いはありますが、それぞれの個性を活かすという意味で、48 人がそれぞれを大切にして頑張っていきたいと思い、これらの曲を選びました。

学生が主体となる数少ない行事の中で多くの人をまとめるという貴重な体験ができ、自分の成長にもつながったので良かったです。このﾅｰｼﾝｸﾞｾﾚﾓﾆｰで体験した経験をいかせられるよう頑張りたいです。

進行ﾘｰﾀﾞｰ：森脇

ﾘｰﾀﾞｰとして同じ係りの人をまとめるのは大変だったけど、協力し合いよいﾅｰｼﾝｸﾞｾﾚﾓﾆｰにすることができたと思いました。この体験を通して学んだ協力すること、伝え合うこと、計画をしっかりたてることの大切さをこれからの学校生活や実習につなげて頑張っていこうと思いました。

しおりﾘｰﾀﾞｰ：細見

BGM のﾘｰﾀﾞｰをさせてもらって、みんなのやる気や式に対する気持ちを充分に引き出せたのではないかなと思います。このことをこれからの人生に活かしていきたいと思います。

BGM ﾘｰﾀﾞｰ：小室

今回、案内状のﾘｰﾀﾞｰをして、みんなをまとめるのは大変で、でもそういう体験をしたことで、終わった後の達成感も大きかったです。もう少し早く始めていればよかったと思うところもありましたが、成功に終わってよかったです。

案内状ﾘｰﾀﾞｰ：山﨑

早めに物品の確認ができたのは良かったですが、先生に提出する文書が本番ぎりぎりになってしまいました。でも、成功して良かったです。入学して 8 ヶ月がたち、新たな決意を胸にこれから看護師になりたいという気持ちがよりいっそう強くなりました。

物品ﾘｰﾀﾞｰ：梅田

48 名一人ひとりが思う看護師像をまとめ、誓いの言葉をつくることは難しかったですが、しっかりと思いを込めて作ることができました。気持ちを新たにこれからも頑張っていきたいと思います。

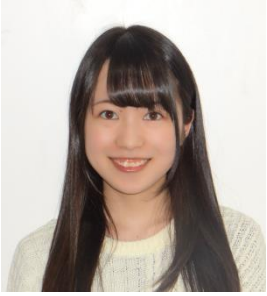
誓いの言葉ﾘｰﾀﾞｰ：長谷

～第 71 回国立病院総合医学会　65 期生（1 年生）～

第 71 回国立病院総合医学会に 65 期生（1 年生）が参加しました。
全国の国立病院機構に勤務している医療者の研究成果を発表する場で、看護職者に限らず多職種が集う学会で、規模の大きなものでした。今回の学会には「学生シンポジウム」が演題としてあり、参加した学校の代表者がテーマにそって発表をしました。当校は 1 年生の視点で発表を行ないました。

学生シンポジウムを終えて

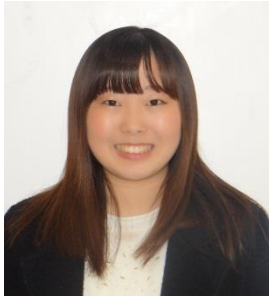
学会シンポジウムは、代表者（金山由佳さん・木村愛実さん・高野莉子さん・曽田綾実さん・高井絢菜さん）が、1 年生 48 名のレポート内容をまとめながら 10 分間の演題として作成しました。その代表者の感想です。



１年生　高井　絢菜

総合医学会に参加するにあたり各自が住んでいる医療問題について調べることになりました。夏季休暇にクラス全員が地域の医療について調べ、レポートを提出しました。今回は、代表となった五人でそれをまとめ発表することになりました。この発表で一番大変だったのは、何について発表するか内容を絞ることでした。話したい内容はたくさんあり、どれもみんなに周知したいことでしたが発表時間である十分間に収まりきらず、また五人でまとめていたこともあり意見が合わないこともありました。一人でやっているときは、自分の気になっていることや興味ある分野だけを調べればよかったため、グループワークの難しさを感じました。同時に、グループワークの利点も発見しました。それは、自分とは異なった視点からものを見ることができるという点です。みんなが書いてきたレポート中には初めて知る島根県の医療問題があり、グループ学習をしたからこそ知ることができ、新たな発見がありました。

シンポジウムのパワーポイントづくりは本当に大変でした。私は広島県出身のため、島根の医療についてほぼ知らないところからのスタートでした。少子高齢化が他の県より進み、人口が減少傾向にあるから、充分な医療が患者に提供できていないのではないかと思っていました。しかし、それだけではないということが分かってきました。電子カルテを導入したり、他の県よりもがんに対する取り組みを多くやっていることなど調べていく中で分かってきました。少子高齢化が進んでいるといっても、全国の出生率より島根県の方が上回っていると知った時には驚きました。でも、産む世代の20～30代の女性が少ないのです。働く場所が少なく、都会にでていくしかないということを知りました。しかし、第2子、第3子と産んでいる人の割合が多いことから育てる環境が良いということは分かります。このように島根の良い所、問題点について知ることができた良い機会でした。

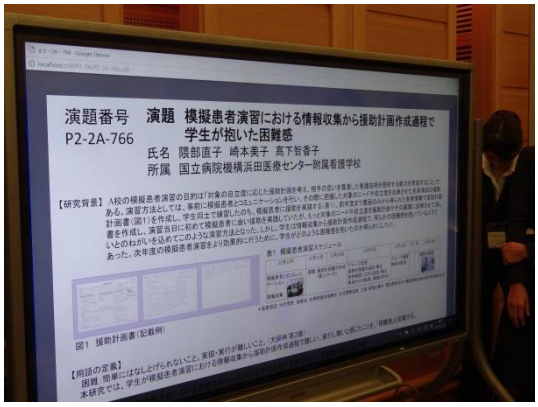


１年生　高野　莉子

今回私たちが学会に参加した理由は、学会の雰囲気を知る為だけでなく、自分達の暮らす地域の医療と看護を他の看護学生と情報共有をすることで知り、そして考えるためでした。そのため夏休みに自分達の住んでいる地域の医療や看護について48人各々で調べました。そして選ばれた5人が今回のシンポジウムの学校代表として発表をしてくれました。ホールに私たちと同じ看護学生や全国の国立病院機構の職員の方が沢山いる中、堂々と発表している友達の姿はとてもかっこよかったです。本番に向けて何度も練習や作り直しなど準備をしてきたと思います。5人に感謝したいです。本当にお疲れ様でした。

１年生　樋口　未歩

教員も学会発表



一年生は私たちの学校くらいでしたが、とても良い発表だったと思います。大きなテーマの中、座長の質問であったり、応答もすごかったです。自分がしっかり調べて、自信を持って、意見を交換している様子を見て、自分もいつか考えを多くの人と交換できるくらい、力をつけたいと思いました。自分とちがう地域に住む学生の発表は、それぞれの地域性を知ることができ、自分達とは違った観点で発表しており、とても刺激的でした。それぞれ抱える問題が違うため、中国・四国内でも意見が違い新鮮でした。生活習慣病に着目したり、地域の住人にアンケートをとったり、私は、自分の手の届く中でしか調べなかったので、これからは、自ら動いてデータや医療の観点からもみることができるようになっていきたいと思います。

１年生　岡本　麻緋

１年生　田中　優希

代表に選ばれた 5 人は、全員分の資料をまとめ、発表してくれました。48 人分の資料をまとめることは、私たちが想像する以上に大変だったはずです。私たちは 5 人に感謝しなければならないと思いました。特に、発表者の曽田さんはあの大きくて広い会場で落ち着いて発表していてすごいと思いました。それ以外でもすごいと思ったのが、座長と質問をする他校の学生さんでした。私たちと 1、2 年しか学年が変わらない先輩がスムーズに進行をしておられました。たった 1、2 年の違いかもしれないですが、その 1、2 年で経験し、学ぶことは沢山あるのだと思いました。そして、質問をしておられた人はただ質問をするだけでなく、なぜそう思ったのか、なぜこれが知りたいのか、という風に具体的に話しておられました。質問された側も自分たちが調べた中で答えを出しておられたので、あのような質問のされ方をすると、きちんと答えてあげようと思うのだな、と私は考えました。他校の先輩の発表はとてもかっこよく、私も 1、2 年後にはあんな先輩方のように発表できるようになりたいと思いました。

１年生　山本　悠佳

午後には、「自分たちの暮らす地域の医療と看護－未来に向けて学生同士で考えようー」に 65 期生を代表して曽田さんと木村さんが発表を行いました。48 名のそれぞれの意見を照らし合わせ、総合し、まとめることは本当に大変であり、それを短期間で磨き上げていて、素晴らしいと思いました。質疑応答の際には、他の看護学校の方が質問を行っていましたが、その内容が私にとってレベルが高すぎてついていくことすらできませんでした。2 年半後には、このレベルについていき、さらに話題を発展することが出来るようにならなければいけないのだと実感することが出来ました。そのためには、今よりもさらに学びを深めるようにすることが重要であると考えました。

１年生　岩本　陸

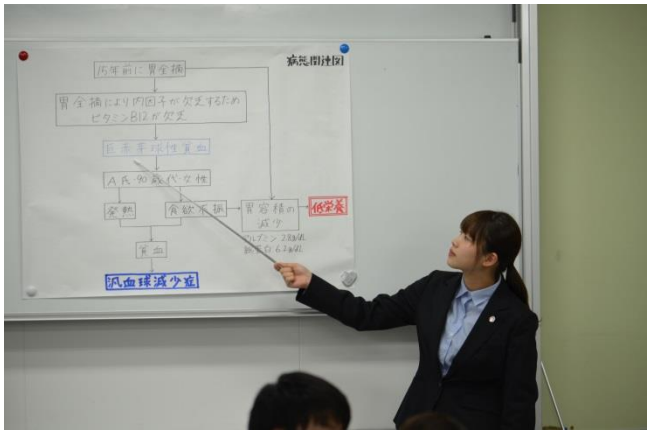
国立病院機構の職員の方々の発表を聞いて感じたことは自分の知識が少なく、それを理解することができず悔しかったです。また学会に参加させていただける機会があれば、次は少しでも理解できるように知識をつけて参加したいと思いました。自分達にも少し理解することができる話はとても興味深く感じました。医療が急速に日々発展しているということはその分、医療に携わる者は日々知識をつけ続けなければ進化していく医療に追いつけなくなってしまうということを再認識することができました。

学会は、多くの医療に関する臨床現場の知識を発表する場です。その場を体験したことで、今後の学習意欲となったようです。

～64 期生基礎看護学実習Ⅱまとめの会を終えて～

2 年生は、9 月 5 日（火）から 21 日（木）の 12 日間、基礎看護学実習Ⅱに取り組みました。初めての長期実習であったこと、1 年生の実習から半年以上が空いていたため、実習開始前は緊張と不安でいっぱいでした。しかし、いざ病棟に行き患者さんと関わると、「患者さんの苦痛を取るために、自分には何ができるか」を一人ひとりが考え、今できる精一杯の看護を実践することができました。

そして、実習での学びを自分だけでなく、グループメンバーやクラスメイト全員で共有する「まとめの会」を行いました。質疑応答の時間になると誰もが挙手をし、自分が学んできたこととクラスメイトが学んできたことを比べたり、共有したりすることでたくさんの質問と回答が飛び交っていました。限られた時間の中でしたが、とても有意義な会となりました。



Q：まとめの会を終えて、自分の行動で変わったと思うところは？

坂田　雅輝

まとめの会を終えて、資料作成を行う際には読み手の立場に立って文章構成を考えることが大切だと学びました。さらに教育主事が言われたように、分からなくなったときは教科書などを振り返り、一般論はどうだったかを考えることで、現状を当てはめ情報整理ができると学び、復習の重要性を改めて感じました。

竹下　舞

各グループの発表を聞きながら、「どういう意味だろう？」とか「この部分がもう少し聞きたい」と思ったことを積極的に質問することができるようになったと思います。

山口　桜羅

今までの自分は、質問されてもそれが理解できていない内容の時に、首を傾げたり曖昧な態度をとることが多かったのですが、分からなければその場で「分かりません」と言い、確認を取ってすぐ伝えるなど、時間の無駄が少し減りました。まだ目先のことしか考えられていないので、先を見据えて行動していきます。

和久利　夏美

分からない部分があれば、まず教科書を開くようになりました。そして、付箋などを貼って、後から振り返りやすいようにするようになったので、今後の学習に活かせる良い行動変化が出来たと思います。

～64 期生精神看護学術集会に参加～

2 年生 35 名は、9 月 29 日（金）・30 日（土）に松江市で開催された学会に参加しました。精神看護については現在学習途中であるため、難しいと感じる発表内容でしたが、全国の病院で行われている精神看護について聴講し学びも多かったです。また、テレビ・ラジオなどでもご活躍中の精神科医師、名越康文先生の講演もあり、トークが面白く、楽しく聴講できました。2 年生は翌週のまとめの会に向けて、プレゼンテーション方法や司会者の役割についても学ぶことができました。

２年生　笹田　杏奈

名越先生のお話には引き込まれました。まじめなお話も分かりやすく診断形式にすることで、確かに、と言う納得と共に難しいと感じる心理学の分野が楽しいものへと変わりました。人には４つの分類で簡単に分けられるということで、自分の性格について確かに当てはまるものでした。その中で、やはり分かり合えない性格の人もいる中で、チームワークをとるには、それぞれの性格の傾向をお互いに知り、それに対する介入をすることが大切だと思いました。

発表者は、はきはきとした声で話すことがまずは大事だと思いました。話す内容は順序立てて考えられており、特に名越先生のお話には人を惹き付ける力がある話し方だと感じました。まじめなお話の中にもユーモアを入れることで楽しくお話を聴くことができました。また、座長は進行をしながらも発表の内容をしっかりと聞き、時間を考え、質疑応答がなければ自ら質問をするという様々な役割を担っており、難しい役割だと感じました。丁寧な言葉遣いも大切だと改めて学びました。

２年生　中村　彩花

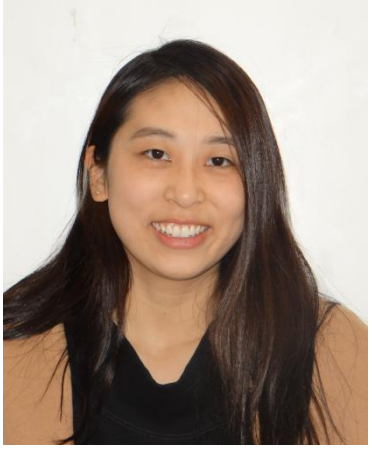
今回参加させていただいた学会では、全国の精神科での取り組みや災害時のケアや活動を聞くことができました。

２日間参加させていただき、様々な講演を聞いた中で特に印象深かったものがあります。被災地域住民の「こころのケア」～発災・復興・未来へ～というものでした。東日本大震災から７年目を迎え、現在は復興に向けて様々なことが進んでいますが、元の生活に戻るにはまだまだ時間を要する状況であることや、震災直後の市民の皆さんの心の反応や心の課題について聞くことができました。また DPAT（災害派遣精神医療チーム）の活動を通してのこころのケアを聞くことができました。震災後、３年目が一番自殺率が高く、それ以降は減少傾向にあること、避難所での精神疾患患者の症状悪化への対応や高齢者の方々の夜間せん妄への対応など、実際の状況を聞き、悲嘆の反応は個人差があること、悲嘆が強い場合は受診を勧めることもあるが、その人の思いやペースに寄り添うことが必要であること、傾聴することが大切であるということを学ぶことができました。また、「準備をしていても想定外は起こる。しかし、準備がなければ応用はできない」と聞き、普段から震災に対する準備が必要だと感じました。今回の学会参加は、様々な講演を聞けたことで今まではなかった学びができました。また、全国各地から学会に参加されている方々と同じ空間で過ごし、講演を聞くということだけでも大きな刺激であり、有意義な時間でした。今後の実習や日常生活で今回学んだ事を無駄にすることなく活かしていきたいと思います。

２年生　森脇　琢哉

私は、「退院した患者の再入院を減らす」というテーマの研究を聴講しました。研究内容は、最初に再入院された経験がある患者の実際の声を聞き、「実生活をイメージした生活指導・家族教育の配慮が少なかった」という問題を明らかにされていました。そして結論では、「患者の希望する退院支援は、看護師の行っていた退院支援とは相違があった」ということがあげられていました。私はこの結論を聞いて、自分たちの臨地実習中の関わりでも起こり得る可能性があると感じました。そのため、実習で患者と関わる時には、患者の思いを一番に考えることが大切だと思いました。そうすることで、患者のニーズに合わせた看護を考えることができるのだと思いました。この発表は、聴講者の看護実践にも活かしていけると感じ、研究発表の大切さを学ぶことができました。

～63 期生国試対策宿泊研修　サンレイク松江～



３年生　千原　みと

国家試験対策の宿泊学習を終えて、改めて自己の課題を見つめ直すことができました。研修 1 日目は、現在の実力を測るために模試を実施しました。今回の模試では、模試を受ける環境を変えることで、より国家試験に近い状況で模試を受けることができました。環境が少し変わるだけで落ち着かなかったり、集中できなかったりするため、心を落ち着かせて国家試験に臨めるような対策を立てていく必要があると思いました。

また、2 日目は東京アカデミーの講師の方に来て頂き、皆が苦手にしている脳・神経や内分泌の授業を 5 時間していただきました。授業中に病気の機序が分かったりすると、学生から「ああー」という声が上がったり拍手がおこり、苦手な分野でも全員が楽しんで授業を受けている様子が見られました。私も脳・神経の分野が苦手で、勉強をする気がなかなか起きなかったのですが、今回の授業を聞き「わかるとこんなに面白いんだ」と思いました。分からないことも病気の機序からしっかり学ぶことができれば、苦手な分野も好きになっていくのではないかと思いました。

国会試験まで残りの日数も少なく、その合間には実習や行事がありますが、クラス全員が国家試験に合格できるように皆で協力して、悔いの残らないように努力したいです。

１日目：環境を変えて模試を実施しました。

２日目：講師を招いて集中講義を行いました。

今回の宿泊学習で私たちは、国家試験に向けての模試と東京アカデミーの講師による講義を受けました。私たちは夏休みまでに領域別実習をほとんど終え、最後の領域別実習と統合実習を控えています。

模試では、国試を意識して時間配分を考えながら問題を解くようにしました。今までの模試では時間が余っていましたが、すべての時間を活用して解けるようになり、集中力が持続するようになりました。実習などを通して各問題を考えることが出来るようになり、1つの問題にかける時間の使い方が変わったと思います。

東京アカデミーの講師による講義では、脳神経や内分泌など学生が苦手に感じている分野を教えてもらいました。例えば、糖尿病の患者に起きる症状や必要とする薬の作用というように関連づけてわかりやすく教えてもらいました。関連づけることで勉強の幅が広がり、国試の状況設定問題の対策になりました。

３年生　佐藤　文哉

模試を受けてみて現在の自身の学力では、まだまだ国試合格には届かないと実感しました。今回の講義や振り返りを活かして、今後の実習や国試の学習を頑張っていきたいです。

今後の予定

１２月　２５日（水）	終業式（冬季休業）
１月　　９日（火）	始業式
１月　１８日（木）	一般入学試験
２月　１８日（日）	看護師国家試験
２月　２８日（水）	予餞会
３月　　２日（金）	卒業式
３月　１６日（金）	終業式（春季休業）

編集後記

今年の冬は去年よりも寒く、防寒対策が大変な年になりそうです。65 期生のナーシングセレモニーも無事終わり、2 年生は 1 月から臨地実習が始まります。風邪やインフルエンザに気をつけて頑張ってもらいたいです。3 年生は 2 月 18 日の看護師国家試験に向けて追い込みの勉強を頑張っています。次号では今年度の最後の様子をお伝えできればと思っています。今後もご愛読宜しくお願い致します。

アクセス

●山陰本線浜田駅より徒歩３分
●広島駅から浜田道高速バスで約１時間 50 分
●山口方面から
新山口ー（山陽本線）ー益田ー（山陰本線）ー浜田
●松江方面から
松江ー（山陰本線）ー浜田　特急　約１時間 40 分