

http://www

Happy-Hamakan-News (HHN)

浜医看護学発 第8巻 第3号

2021年 秋号

浜田医療センター附属看護学校

67期生(3年生)統合看護技術演習・・・1P～2P
ちょっと気になる食事の話・・・4P
68期生(2年生)就職活動に向けて・・・7P
68期生(2年生)学年紹介・・・9P

69期生(1年生)看護基本技術演習の様子・・・3P
69期生(1年生)基礎看護学実習Ⅰ(その1)・・・5P～6P
68期生(2年生)基礎看護学実習Ⅱまとめの会・・・8P
67期生(3年生)看護研究発表会・・・10P



69期生(1年生)看護基本技術演習中!

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
TEL0855-28-7788

〒697-8512 島根県浜田市浅井町 777-12

mail : kanri-t@hamakan.nh.jp

—「資料請求」は公式HPから—

<https://hamada.hosp.go.jp/kango/school-prospectus.html>

※その他ご不明な点などありましたら、お気軽にお問い合わせください。



スマホを
ご利用の方は
こちらから

発行責任者
編集責任者
編集

飯田博
花子紀子
隈部直子、畑中美保、
崎本美子、岡本諭、
山岡富美香、前田こずえ、
平田洋子、三家本八千代、
尾川ひとみ、岩成美樹、
岩本悦子、木屋佳奈恵、
金山和正



～67期生（3年生） 統合看護技術演習～

3年生 漆迫 優花

統合看護技術で複数受け持ちの演習を行いました。私は、リーダーナース役とメンバーナース役をしました。リーダーナース役では受け持ち看護師が困ったとき、病室を訪室し協力しましたが、その他の対応が滞ってしまいました。また、メンバーナース役では何をどこまで協力してよいのかわからず、何も行うことができませんでした。患者さんへ必要な援助を提供するために、看護師間で情報を共有することの大切さがわかりました。また応援を要請するときに相手が困らないようにするために、何をどのように伝えなければならないのか振り返ることができました。

複数受け持ちをするとき、優先しなければならないことを考えるためにも疾患を十分に理解し、状況を迅速に判断できるように学習を重ねていきたいと感じた演習でした。



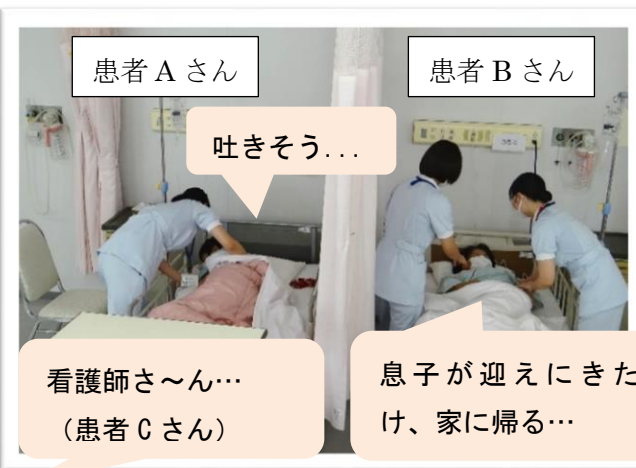
3人の患者さんを受け持つ看護師が患者さんの状態から優先順位を考え、どのように行動するかを観察者に説明しています



朝9時に検温のため4人部屋に訪室します。



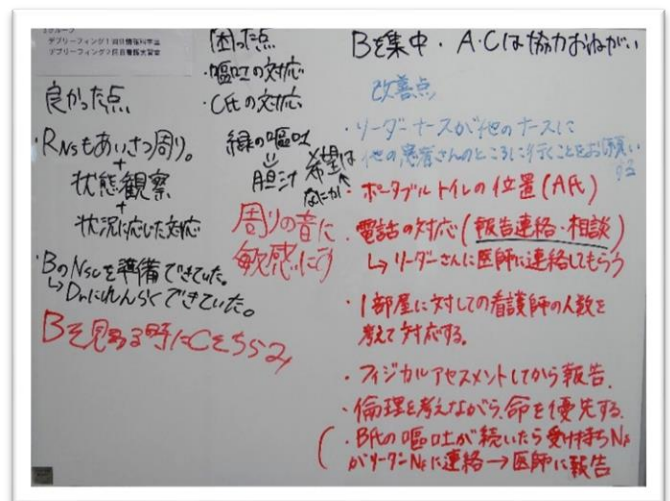
患者Bさんのところにいると患者Aさんのほうから苦しそうな声が聞こえます。



同じタイミングで患者A・Bさんともに対応が必要になりました。患者Cさんからも声が……

統合看護技術の演習をとおして、複数受け持ちをすることはとても大変だと思いました。一人の患者さんの症状観察をしているときに他の患者さんに呼ばれたり変化が現れた場合、今行っていることを続けた方がよいのか、一旦中止して駆けつけた方がよいのか迷いました。

その状況を判断して対応するためにはやはり病態を知っていなければなりません。普段から起こりうるリスクを考えるトレーニングも必要だと思いました。患者さんの安全を守るためには、気がかりな情報を看護師間で共有したり、自分だけで判断したり行動するのではなく、メンバーで協力することの大切さが分かりました。この学びを残りの実習で活かしていきたいです。



振り返ってみると・・・

今までは一人の患者さんを受け持っていたけど、3人の患者さんを受け持ってみると、一人では対応できないことが出てきました。同じチームの看護師に依頼をしますが…。誰に何を依頼するのか、自分は何を責任もってしなければならないのか、どう行動するのかを考える機会となりました。

～69 期生（1 年生） 看護基本技術演習の様子～

1 年生 松尾 麻裕美

浜田医療センター附属看護学校に入学し、早いもので半年が過ぎました。今回は授業内で行っている、看護技術演習について紹介したいと思います。

1 年次の講義には、看護基本技術や生活援助技術があり、講義の他にいくつか演習を行いました。学校内には実習室が設けられ、病院で使用するベッドや用具があるため、実際に実習で患者さんに対して看護技術を行う前に学生同士で練習することができます。前期は、衛生的手洗いやベッドメイキング、車椅子移乗の実技試験がありました。試験は緊張しますが、一人一人の実技に対し、先生方から細やかなアドバイスを貰えます。また、実習室で練習をしていると、先輩方からアドバイスを受けることもあり、学校全体で学んでいるという印象を受けました。

私の好きなあるスポーツ選手も本番で力を発揮できるよう、練習から本番のように取り組むことが大切と述べていました。実際の現場では、想定外の場面に出会うこともあり、今後仕事を行う上では臨機応変な対応が求められますが、応用は基礎がしっかり身につけていないと行えません。実際に実習に行った時に患者さんに安全・安楽な看護ができるよう、演習を通じて主体的に学びたいと思います。

食事介助の様子



滅菌物の取扱い・個人防護用具の装着の様子



管理栄養士
木屋佳奈恵の
ちょっと気になる食事の話



Vol. 2

アンチエイジング（美容）に関する食物

皆さん、老化はなぜ起きるのか知っていますか？老化とは体を構成するタンパク質と糖が結びつく「糖化現象」で進行するといわれています。体を糖化させるタンパクを「AGE」といい、この「AGE」をコントロールすることで老化を妨げる可能性があります。AGEが多く含まれる食物としては、焼いたり揚げたりする物・高温で長時間調理した物が挙げられます。なので、AGEを増加させないように低温かつ短い時間で調理した物（蒸し料理や煮物）を食べるのが良いといえます。

ここで、アンチエイジングにオススメな食品を一つご紹介します。それは、ささみです。ささみは低脂肪というだけでなく、ダイエットや美肌、疲労などに効く栄養が豊富で日々食べ続けたい食品の一つです。今回は、この鶏ささみを使った簡単に作れるレシピも一緒にご紹介します。

レシピ：蒸し鶏としめじの胡麻和え

◆材料◆ 2人分

- 鶏ささみ…2枚
- 酒…大さじ1
- しめじ…1/2パック
- 青じそ…お好みの量

【味付け】

- すりごま…大さじ3
- 砂糖…小さじ1
- しょうゆ…大さじ1

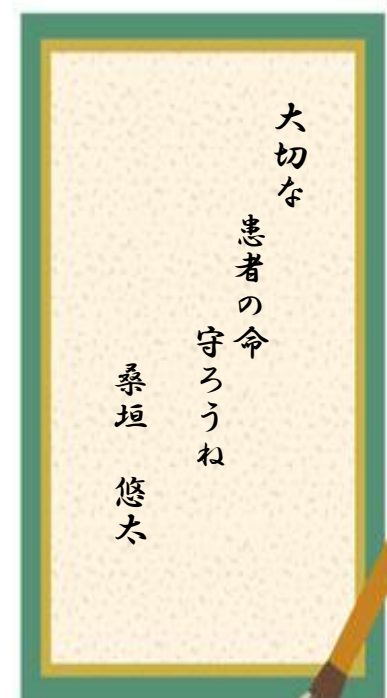
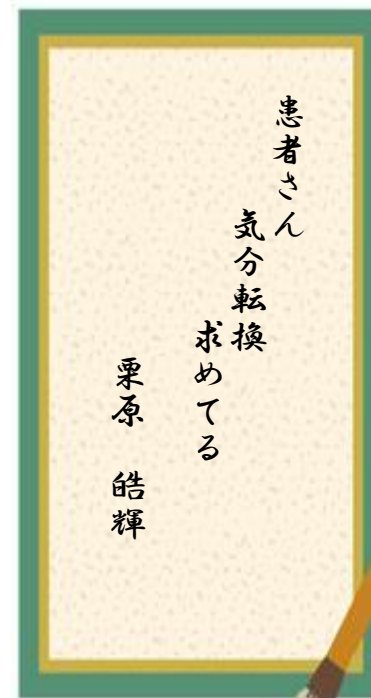
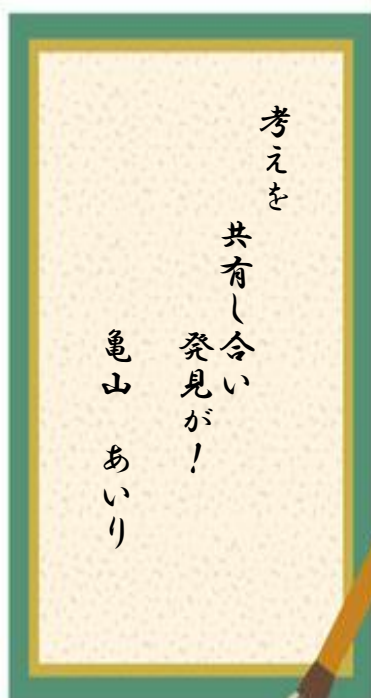
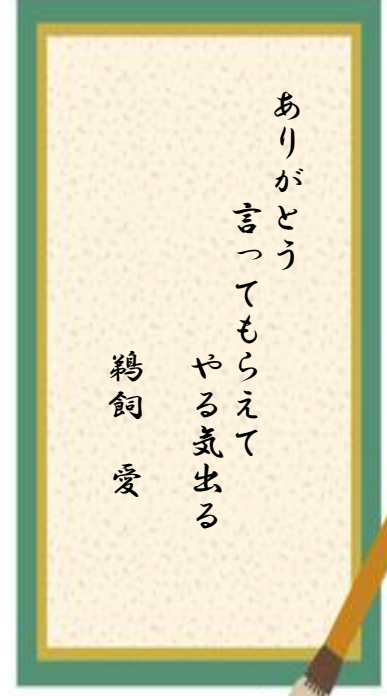
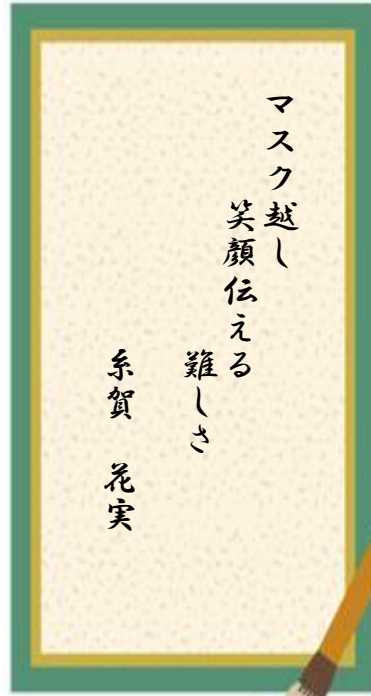
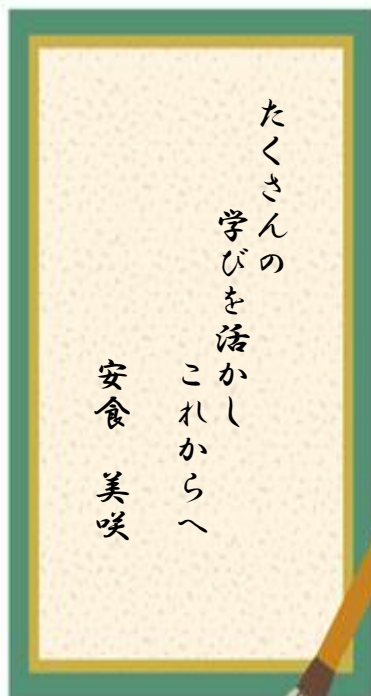


◆作り方◆

1. 鶏ささみは耐熱容器に入れて酒を振り、ラップをかけて電子レンジ（600W）で3分程加熱する。裏返してさらに2分程加熱する。蒸し汁につけたまま粗熱を取り（急ぐときは冷蔵庫へ）、手でほぐす。
2. しめじは石突きを取ってほぐし、耐熱容器に入れる。水（分量外・大さじ1程度）を振ってラップをかけ、電子レンジで2分程過熱する。粗熱が取れたら、水気を軽く絞る。
3. ボウルに味付けの材料を混ぜ、1、2を加えて和える。器に盛り、青じそをちぎってのせる。

～69期生 基礎看護学実習Ⅰ（その1）～

初めての実習が終わって一句！！



療養生活を送る患者さんの環境や気持ちを知る実習でした。また、実際に看護師さんの姿を目の当たりにし、理想の看護師を目指す第一歩となりました。緊張と嬉しさの1日間でした。

実習で
学んだことを
活かしたい
近本 聖空

患者さん
寄り添う心
大事だな
中村 光輝

看護師の
夢に向かって
日々努力
藤井 えみ

患者さん
安心看護
笑顔の輪
藤澤 ほのか

環境が
大事と分かった
初実習
山根 夏実

実習で
初めて分かった
患者の気持ち
吉田 ほのか

～68 期生（2 年生） 就職活動に向けて～

2 年生 檜垣 ひなた

マイナビによる「就職活動に向けて」の特別講義を受講しました。講義では看護職の話であったり、進路についての説明がありました。その中で私がとても印象に残っていることが二つあります。一つ目は、講義の中で長所短所診断を行ったことです。私は色々なことに挑戦したいという性格ではなく、一つの事を継続して行きたいという性格です。この診断結果でも、とことん物事を続けていくタイプという診断が出ました。また、専門看護師が向いているということも書いてありました。私は専門看護師という詳しい内容を知らなかったため、講義終了後に調べてみました。そこには、看護師として5年以上の実践経験を持ち、必要な単位を習得した後に専門看護師認定審査に合格することで取得できる資格と書いてあり、13の専門看護分野が記載されていました。私は元々、がんについてとても興味があり、がんセンターでの就職も考えていました。その中で、がん看護の専門看護師があることを初めて知り、私はその日から専門看護師を目指すことにしました。進路を決めるということは、まず自分の将来像、自分の性格、価値観なども踏まえながら考えていくことの大切さを同時に感じることができました。今後は就職先の資料請求を行い、自分に合う就職先を考えていきたいと思います。

二つ目に、SNSでの使い方です。看護学生は、実習がありそこで得た情報を漏らさない守秘義務を守らなければいけません。過去には、看護学生がSNSに患者さんの情報を書き込み、処分された例もありました。看護学生として、ひとりの人間として個人情報を漏らさないということは徹底しないといけないと感じました。また、SNSの情報全てが正しいとは限らないことも聞きました。そのため安易に拡散したり、無断転載しないなどといったことを学び、とても印象に残っています。私もSNSを活用しているため、個人情報につながる情報や学校生活・実習のことなどを載せないようにするなど今後の使用について心がけていきたいと思います。

～54 期生の皆様から学生の皆さんへ～

10月22日（金）に54期生の皆様から扇風機5台を寄贈していただきました。

新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、教室内の効果的な換気をするために大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

贈呈式



皆さんベテラン看護師・助産師さんになりました～！そしてお母さんに……。今日来られなかった方々も認定看護師になったり、各地で大活躍されているそうです。頼もしい♡昔話に花が咲きました。

～68期生（2年生） 基礎看護学実習Ⅱまとめの会～

2年生 澄川 理音

私たち68期生は、基礎看護学実習Ⅱに取り組みました。前半後半に分かれて、7月1日～7月13日、7月14日～7月26日の7日間ずつ病棟へ実習に行きました。今回の実習では、患者さんと関わる中で病気や症状について情報を収集し、患者さんに必要な援助を考え、実践するという看護過程の展開を行いました。

実習終了後のまとめの会では、自己の行った看護を振り返り、看護理論と結び付け、自分たちが今後どのような看護を行っていきたいかを考えました。個人で考えるだけでなく、先生方の意見を頂いたり、学生間で意見交換を行うことで、自分の看護を整理し、深めていくことが出来ました。また、クラス全員が今後行いたい看護について発表を行うことで、自分の経験だけでなくクラスメイトの経験も今後の自分たちの看護に活かしていくことが出来る学びの会となりました。今回振り返ることで、一般論をそのまま使用するだけでは患者さんにとっていい看護とは言えないので、理論に加え、患者さんの個別性も考えていくことが重要だということも学ぶことが出来ました。

今回のまとめの会を通して、自分がどのような看護を行えばより良かったのか、自己の課題を見つけることが出来たので、次回からの実習に活かして行きたいと思います。



～68期生（2年生） クラス紹介～

2年生 小西 夏鈴

みなさんこんにちは！68期生の小西夏鈴です。2年生は女子31名、男子2名の軽33名です。今年のクラス目標は「進取果敢」です。私たちのクラスは去年、行事などへの取り組みが消極的な人が多くいたため、今年は積極的に取り組めるようになろうとみんなで考えてこの目標になりました。

7月には感染対策のため前半グループと後半グループに分かれて約2週間の基礎看護学実習Ⅱに行かせていただきました。クラスの人数がいつもの半分になり少し寂しかったですが、みんなで病棟に行く前、「頑張ろう」など声をかけ、元気づけ合い、乗り越えることができました。現在はたくさんの課題とテストに追われる日々ですが、感染予防としてマスクの着用や手指消毒をすることで体調を崩すことなく学校生活を送っています。12月からは領域別実習も始まり、どんどん忙しくなっています。コロナウイルスが流行している中でも実習を受け入れてくださることに感謝し、支えてくださる先生方とクラスのみんで実習やテストを乗り越え、33人全員で3年生になれるように一致団結して頑張ります。



2021年度学校祭を振り返って

2年生 小林 愛海

今回の学校祭では「繋がる～密を作らないで社会との関わりを作る～」というテーマを掲げました。コロナウイルスの影響により、例年とは違い規模を縮小したものとなりましたが、学生全員が一体となって企画・準備し、全学年・教職員の自己紹介やマスクカバーの作成を行い、学校内という社会での繋がりをつくることができました。また、プルタブ、ペットボトルのキャップを集め、車イスやワクチンの資金の一部となるよう寄付することで、間接的ではありますが、少しでも地域との関わりを持ち、社会貢献につなげることができたと思います。みんな楽しそうで盛り上がっているのを見てとても嬉しかったです。今後も制限された生活が続くと思いますが、学生・教職員で協力して頑張っていきたいと思います。



～67期生（3年生） 看護研究演習～

3年生 澁谷 優衣

私は看護研究をまとめるにあたり、実習中の患者さんとの関わりや看護した場面をじっくりと思い起こしました。どのような状態のとき、どのような発言や行動があったのか、その時何を考えて援助を行ったのか、行った看護を振り返ると同時に自分自身を見つめなおすことができました。論文を作成するにあたって、教員に指導をいただきながら修正を重ねました。とても大変でしたが、文献を活用することや文章をまとめる力がついたと思います。研究発表会は、医療センターの研修室で行い緊張しましたが、パワーポイントを使用してプレゼンテーションしたこともよい経験となりました。また、他の学生の発表を聞き、多様な価値観を学ぶことができました。この看護研究で得た学びを、今後の実習や看護師になってからも活かしていきたいと思います。



実習先の指導者さんが
聴講しに来てくださいました

3年生 横田 晃一

9月にケーススタディの発表会を行いました。看護研究演習の科目として、臨地実習で実践した看護について先行研究などの文献を用いて看護に対する考えをまとめました。夏季休暇中も教員から指導を受けながら四苦八苦しながらまとめました。研究発表会では活発な質疑応答が行われ、発表者とは異なる視点からの意見や考え方から新しい気づきを得ることができたと思います。また、わかりやすく相手に伝えるという発表の技法についても学びを得る機会となりました。ケーススタディの作成を通して、実践している看護の根拠の重要性について考えることができました。今回得た学びや気づきを残りの実習や看護師になってからも活かしていきたいです。

学校説明会(WEB版)

今年度の学校説明会(WEB版)は終了しました。
たくさんの方々に参加していただきありがとうございました。

次年度をお楽しみに！

学校説明会での主な内容

1. 浜田医療センター附属看護学校に関する全体説明
2. 学科に関する説明、学内演習紹介
3. 実習に関する説明
4. 実習先の母体病院の紹介
5. 学校生活に関する説明 他



出願期間・試験日・合格発表日・入学手続締切

	特別推薦入試(指定校制)	一般推薦・社会人入試	一般入試
出願期間	2021年9月17日(金) ～ 2021年10月1日(金)	2021年10月18日(月) ～ 2021年10月26日(火)	2021年12月14日(火) ～ 2022年1月11日(火) 必着
			受付時間: 8:30～17:00 (土日祝日・年末年始は除く)
試験日	2021年10月21日(水)	2021年11月10日(水)	2022年1月20日(木)
合格発表	2021年10月13日(水)	2021年11月25日(木)	2022年2月10日(木)
入学手続締切	2021年11月4日(木)	2021年12月9日(木)	2022年2月18日(金)

※一般推薦・社会人入試選考にもれた場合は、一般入学試験を受けることができます。