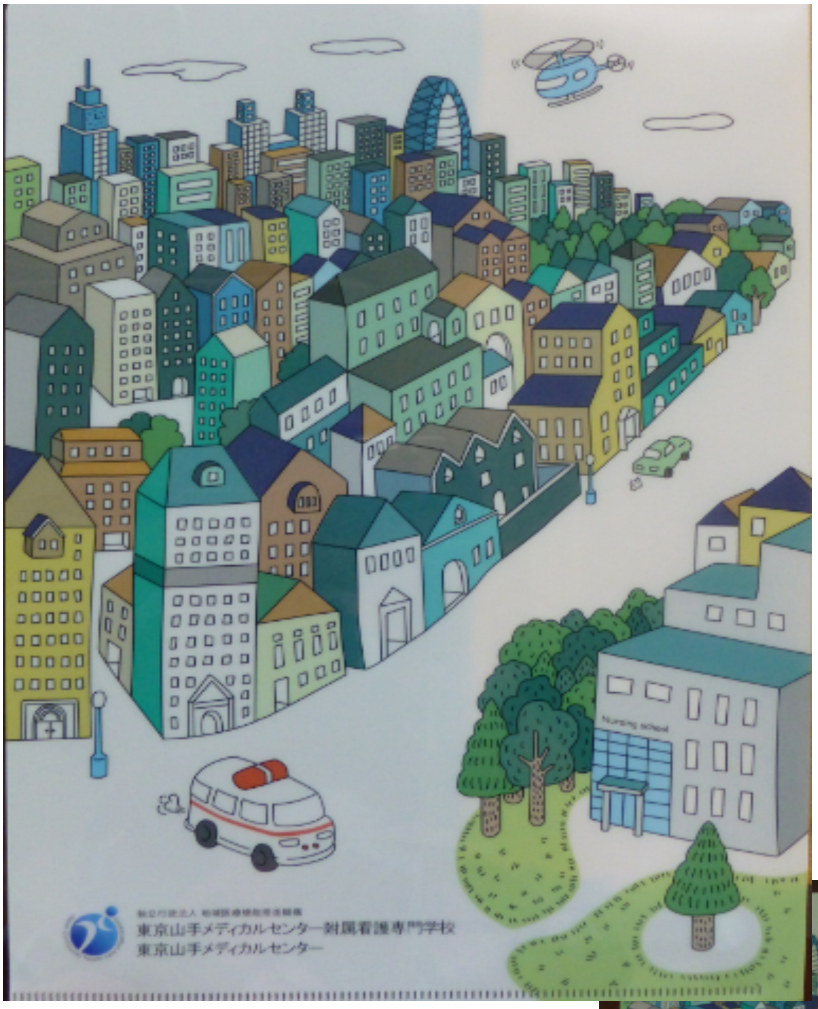
ほほえみ日和



広報活動の一環として、学校のクリアファイルができました！！
卒業生（2期生）に依頼し、イラストを描いてもらいました。

ほほえみ日和

編集/JCHO
東京山手メディカルセンター
附属看護専門学校
発行/平成30年3月
〒169-0073
東京都新宿区百人町3-22-8

学校長　万代恭嗣

看護のこころ
ー学校長の退任にあたってー

平成30年3月31日をもって、東京山手メディカルセンターを退職することとなり、同時に附属看護専門学校の校長も退くこととなりました。平成21年4月に学校長に就任しましたので、病院とはまた違った思い入れのあった9年間でした。

学校長としての任務は、重要行事である入学式、戴帽式、卒業式に加え、始業式と終業了式などで生徒の皆様と直接に接してまいりました。その折々で、挨拶をしてきましたが、私の心のなかで一貫していたのは、生徒の諸君を応援したい、過程を無事終了して卒業し、国家試験にも合格して、晴れて看護師になってもらいたいとの強い思いでした。学業半ばにして、種々の理由から看護の道を諦めざるを得ない人も多くおられ、そのような人たちには、なんとかして続けてもらえる方法はないのか、と教員の方々とも考えてきました。なかでも強調したいのは、何事もまずは初めからおわりまでを通覧しておおよそでよいので全体像を掴んでください。そのあと最初に戻って重点的に興味のありそうな所を深掘りしてください。そして、その個所を徐々に増やしていって下さい、とのことです。というのも、もの事を習得するとき、もし最初で躓くとそこから進まなくなってしまうことも多いと思うからです。

とはいえ、看護を目指す方々にとってなにより重要なのは、人である患者さんを思いやる心でしょう。式典の都度斉唱される校歌を皆様とともに歌ううちに、歌詞はそらんじるようになりましたが、あるとき突然「みとり」のこころを短い言葉で、ここまで適確に表現した校歌は少ないのではないかと気づきました。さらに、60年以上前に下賜いただいたとは思えないほど、現代の医療や看護に通じる内容をもつことです。看取りと書けば、高齢社会における人生の最終段階の取り組みとなりますが、秩父宮妃殿下は看護全体を通じて「みとり」とされたのだと解釈しています。

学校の校歌はだれもが誇りにして胸に抱きつつ、校歌斉唱のときだけでなく、日常でも触れるものである以上、そこで教え、学ぶ人のバックボーンとなるものでしょう。時代が変遷し、これからの日本は本格的な少子高齢社会となり、死亡者数も160万人レベルとなります。たとえ人口構成や疾病構造が変化しても、同じ学舎に暮らした皆様とともに、未来永劫変わることない「みとり」について考えたい、実践していきたい、と切に願っております。

【教員から】
「手術を受ける患者さまの看護」

成人看護学担当　三井　美恵子

わたしが担当している成人看護学という授業は、大人の方々を対象としている看護学です。青年期から向老期にむけて年齢を重ねるにつれ、人生の大きな決断をする時期でもあり、家族をつくり育てていく時期でもあり、仕事にプライベートに充実した時期でもありますが、様々な健康問題も生じてくる時期でもあり･･･学習する内容も非常に多い科目です。

ところで、みなさん、もしくはみなさんの家族が、何らかの病気になり「手術をうける」ということになったら、大変不安に思うかもしれません。成人看護学の『周手術期の看護』『成人看護学演習』という授業では、「手術を受ける患者の看護」について学習します。手術は大変有効な治療ではありますが、その反面、身体には大きな負担を生じ様々な影響を及ぼす治療なのです。

最近は在院日数が短くなり、手術の前日か前々日に入院する患者さまがほとんどです。手術への準備は外来での看護が重要になります。入院したら手術に向けた処置がはじまります。患者さまが「不安・心配がない」状態にはなかなかなれないと思います。不安な気持ちを持ちながらも手術に大きな期待を持ち臨む患者さまを、私たち看護師は身体面だけでなく心理面も支援できるように看護していきたいですね。そして、手術を終えた患者さまが順調に回復し、元の生活に戻れるように、より健康に過ごせるように･･･日々看護していきたいと思います。

患者さまの順調な回復を支えるには、根拠をもって先を予測する力が必要になりますね。日々の学習を積み重ねて実習に活かせるようにがんばっていきましょう。

学びの窓

日常生活を整える看護実習を終えて

繪野沢美紀

私たち１年生は１月に日常生活を整える看護実習を無事終えることが出来ました。今回の実習は６日間、1人の患者様を受け持たせていただく実習でした。カルテから情報収集し、患者様とのコミュニケーションを通して、前日に計画を立てて実際に援助するという、看護技術が求められる内容であったため緊張しました。校内実習で行う看護技術には、あらかじめ決められている変わらない事例があり、手順書通りに行えました。また、友達同士で援助しあうため看護師役が行いやすいよう患者役が配慮してきた部分があったと思います。しかし実習では、患者様に合わせた援助が求められ、なかなか計画してきた援助通りに行うことが出来ませんでした。実習では受け持たせていただいている患者様の状態に合わせた看護技術が求められ、状態によっては臨機応変な対応が必要になると感じました。私が受け持たせていただいた患者様は動くことですぐにSp02が低下してしまう方でした。その方への清拭の援助の際、普段通りの方法ではSp02が低下し、患者様の苦痛になると考えました。そのため、清拭は患者様のSp02を適時確認し、時間のかからないように拭ける範囲を1度に複葉機心ががけました。その結果、清拭時に患者様のSp02が安定したまま行うことができ、患者様も満足してくださり、とても嬉しかったです。

今回の実習を通して、患者様の個別性を理解することの重要性を理解しました。患者様ひとりひとりに個性があり、同じ援助内容でも１つとして同じ援助はないということを感じました。今後の実習では患者様とのコミュニケーションを通じて個別性を取り入れた看護援助を引き出せるようにしたいと思います。

日常生活を整える看護実習③を終えて

下島小百合

1月に「日常生活を整える看護実習」を行い、１週間患者様を受け持って入院生活の援助をさせていただきました。充足、未充足な点を把握し、考え、計画を立て援助をしました。学校では解剖整理、実技を学び、看護過程を学習し始めたところです。まさに、1年間の学習を活かして応用するという実習でした。

学校の実技では、若く健康な人へのケアでしたが、病棟では９０歳代の高齢の患者様を受け持ち、身体の動きや皮膚、何もかもが違い戸惑いました。Ａ氏は疾患に加えて、入院生活によって活動機能、認知機能が低下し、こちらからの呼びかけがないと目を閉じて過ごしていることが多い方でした。そこで、Ａ氏に何か興味をもってもらい、起きている時間を有効に使えないかと考えました。３日目に散歩で、入院生活では浴びることの少ない日光を浴びました。そこでのＡ氏は、顔色が良くなり、言葉も流暢になって、これまで見てきたＡ氏とはまるで違う方のようでした。水分を渡すとゴクゴクと一気に飲み干し、汗をかいていました。それからＡ氏は、疲れて欠伸をし、眠ってしまいましたが、普段の眠りとは違った質の良い睡眠だと感じました。日光浴によって日内リズムを整えることや、五感を刺激することが、人にとってこんなに影響があることなのだということを目の当たりにしました。解剖生理の教科書に書いてあることが目の前でおこったようで、改めて解剖生理の学習が患者様の援助に活かすことができるのだと実感しました。

今後の課題としては、患者と関わる際に、先入観を持って決めつけずに、機能を低下させないようどうすべきなのか。また、援助をしすぎるのではなく、できることは自ら行い、その人の持っている機能を奪わないように関わっていこうと考えました。

この1年は挑戦し続け、たくさん失敗をした１年間でした。先生方の熱心な指導や、仲間の頑張りに刺激されて、乗り越えられたと感じています。引き続き、解剖生理や疾患を理解し、より根拠に基づいた援助ができるよう努力していきたいです。

1年後の国家試験に向けて

2年生　齋藤　美紀子

３年生が国家試験に向け追い込みをかけています。私たち２年生もあと一年のカウントダウンです。全員合格へ向けた取り組みとして、勉強法の習得を目指した勉強会を開いています。モチベーションをあげる貴重な時間になっています。

健康障害のある高齢者の看護実習に向けて思うこと

2年生　　大谷風雅

2年時の集大成となる健康障害のある高齢者の看護実習が目前となった。患者様と関わりを持ちながら、指導者をはじめとした看護師の先輩方の働く姿を間近で見て自分の糧にしたいと考える。患者様の疾患がどのように健康を障害しており、そこに加齢の変化が加わるとどうなるのかを身体面、精神面、社会面から捉えて看護上の問題を挙げ、患者様がその人らしい生活が送れるようなケアを提供したい。

実習に対する思い

2年生　竹内　理依

実習期間中は、患者様に接する緊張と膨大な記録に追われ辛いと感じるときもあります。しかし、同じように実習を行っているクラスメイトと不満や悩みをぶつけ合ったり、わからないことをアドバイスしたり、実習であった面白い出来事を話す時間が楽しく、次の日の活力になっています。これからもみんなと一緒にいろんな経験をし、たくさん話し、実習が辛かっただけではなく充実したものにしていきたいと思います。

大先輩達からの学び

今年度の前期、同窓生と一年生の交流会を実施しました。旧社会保険中央看護専門学校の2回生、17回生、58回生、59回生の卒業生と今年度入学生の交流会です。諸先輩方の時代の学校生活、看護の歴史や、看護の将来のビジョンについて、幅広くお話を伺いました。看護に対する大先輩の熱い思いに心を打たれました。

♥　あかちゃん先生からの学び　♥

「赤ちゃん先生✿とともに学びました♪」

小児看護学担当

専任教員　鈴木　諭子

2年生で学ぶ「小児看護学演習　小児の看護技術」の科目の中で、「NPO法人ママの働き方応援隊」の皆さんにご協力いただき実際の赤ちゃんとママとの関わりを通して学ばせて頂きました。

当日は、４組の赤ちゃん先生とママにご協力いただき、少しお互いが馴染めるように自己紹介や手遊び歌からスタートしました。その後、グループに別れ、赤ちゃん先生とママのお話を伺いました。実際の妊娠中の様子、出産時の様子や想い、その後の育児の様子や赤ちゃん先生の日々の様子がわかる写真や日記などをお持ちいただき、母になっていく気持ちや思いなどをお話して頂きました。

お母様の成長記録や日記など、また妊娠・出産・お子様が病院を受診する際の看護師や医師の関わりなど、お

母様の話を興味深く、熱心に耳を傾け、母の子どもに対する思いを知る体験ができたようです。また、赤ちゃん先生に話しかけたり、抱っこをさせて　頂いたり、一緒に遊んでみたりすることで、子どもとの関わりの難しさと楽しさを体験できていました。

後半は、乳幼児のバイタルサインの測定（体温・心拍・呼吸音）、身体計測：頭囲・胸囲・身長・体重、日常生活の援助技術：衣類の着脱・おむつ交換を体験させていただきました。実際の小児との関わりから、身体計測やバイタルサインの測定を行うことは、なかなか経験できにくく、すばやく安全に技術を実施することの難しさやコツを身に付けることが必要と理解できとても貴重な体験ができました。

赤ちゃん先生とママとの関わりから、実際の妊娠・出産・育児の様子を理解するだけでなく、自分が母親になったら・・・父親になったら・・・と自己の育児観を考えるきっかけとなる機会となりました。

赤ちゃん先生とママとの交流は今回で４回目となりました。初年度担当して頂いた、赤ちゃん先生は、当時まだよちよち歩きだった１歳ころ♪その赤ちゃん先生も今は幼稚園に通園中のお姉さんです。また、３年間毎年ご協力いただいた赤ちゃん先生とママもいらっしゃいます。学内での学習ではなかなか実際の乳幼児やお母さんと関わる機会を設けることが難しい中、長年にわたりご協力をいただいていることに心より感謝しております。