

Kagoshima Nursing Federation

renmei



No.65

February
2020



働き方を変化させる 考え方とアイデア

畑中 勇二 (訪問看護ステーションさくら)

会長あいさつ・新年のあいさつ・研修会報告



徳永 龍子 鹿児島県看護連盟会長

謹んで令和初めての新年のお慶びを申し上げます。

今年は、鹿児島県看護連盟創立60年、ナース・ナゲル生誕200年に当たり世界的にNursing Nowキャンペーンが展開される年です。この目標は、日本看護協会、日本看護連盟の目標と一致します。看護職が変化に対応し活躍するには、看護職が適切に評価され、法律の制定や改正、制度にして国家予算にするなどの条件や環境整備が必要です。

現在、国会には看護職のことを説明できる議員が衆・参両議院に2人ずつ計4人います。7月の参議院選挙で2期目の当選を果たした石田昌宏議員、2期目高階恵美子参議院議員、阿部俊子衆議院議員、木村弥生衆議院議員が、国政の場で大活躍いただき「働き方改革関連法」、「循環器疾患対策基本法」、「受動喫煙防止法」などが成立しました。

会員の皆様から寄せられた現場の声が、制度創設につながっています。看護師の特定行為研修制度、看護職者の届け出制度、22年ぶりの夜勤手当の増額、慢性期病床の看護職員配置の充実と夜勤加算の創設、訪問看護推進等による在宅看護の充実や看取り推進のための看護師による死亡確認の推進、看護

記録や入退院等の手続き等の簡素化、認知症ケア加算の創設、精神科アウトリーチの評価の創設による地域精神ケアの充実など多岐にわたります。

現在の重点政策は

1. 看護基礎教育制度改革の推進
2. 地域包括ケアにおける看護提供体制の構築
3. 看護職の働き方改革の推進
4. 看護職の役割拡大の推進と人材育成、です。

今年は診療報酬改正の年です。

看護の未来にとって大きな力となる成果は、全国の看護連盟会員の皆様が、国会議員の役割を十分理解し、「現場の声」を届け看護連盟活動に参加協力いただいた賜物と感謝いたします。

鹿児島県看護連盟は、令和二年度、大島敏子日本看護連盟新会長の講演会や研修会を通して看護職の教育・環境改善や診療報酬などの国政の動向などを現場に届けていただきます。

また、現場の看護職と国・県・市議会議員の方々と意見交換し現場の業務・制度改善に繋がる研修をいたしますので、参加協力をよろしくお願いいたします。

新年のご挨拶



大島 敏子 日本看護連盟会長

謹んで新年のお慶びを申し上げます

昨年は、全国各地にもたらされた台風や大雨に心を痛めた一年でした。また、第25回参議院選挙では、組織代表の石田まさひろ参議院議員が、二期目の当選を果たし力強い結果を残すことが出来ました。ひとえに皆様のお力と感謝しつつ、会員数だけの得票が得られないことに力不足を覚えております。

令和を迎えた日本看護連盟は、創立60周年となりました。先輩看護職が時間をかけて築いてきた職能活動は、24時間365日ベッドサイドで病める患者と共にありました。今年は新たなスローガンとともに、臨床と看護政策を結ぶ情報発信にも力を入れていきます。

子年は、新しい生命力が想像される文字をあらわし「子孫繁栄」をもたらすそうです。人生100年時代を迎えるなか、看護連盟は会員を増やし、看護協会と共に今後とも国民の誰もが安心して暮らせる社会保障のあり方を構築しつつ、看護職の地位向上をめざして、さらなる政治参加に邁進して参りましょう。



田畑 千穂子 鹿児島県看護協会会長

連盟とともに Nursing Now !

新しい年を迎え、皆様に謹んでお慶び申し上げます。超少子高齢化社会を迎え、増大する県民の医療ニーズに、公共性の高い専門職である看護職には健康を支え側としての覚悟が求められます。人的資源の偏在を解消しながら「あらゆる場、あらゆる人に対する良質な看護の提供」を行う体制の構築は急務であります。

2020年はナイチンゲール生誕200年を迎えます。日本の看護界は世界の仲間とともに、「看護の力で健康な社会を！」と掲げ、「Nursing Nowキャンペーン」に取り組んでおります。本会も県看護連盟とともに県内で展開していきます。2020年5月14日の看護の日には“未来の看護”を語り合うシンポジウムを計画しております。多くの県民の皆様に看護の大切さを届けてまいりましょう。

今年も、県看護連盟とともに、日看協の重点政策の実現に向け、連携の強化を図ってまいりましょう。どうぞ宜しくお願いいたします。

鹿児島県看護連盟の皆様、



阿部 俊子 衆議院議員

お健やかに新春をお迎えのことと存じます。
新年の清々しい空気に、国会議員としての
初心が熱く思い起こされます。昨年の自由民
主党新人事では国会対策副委員長を拝命いた
しました。診療報酬改定など、社会保障改革
の節目となる年に、縦横無尽に活動できる役
職を頂きましたのも、貴連盟のご支援あって
のことと、感謝申しあげます。

日本の医療、社会保障は大きな転換期を迎
えており、看護職自体の働き方についても変
化を求められています。看護の世界も、他の
分野同様に、AI やIoT を活用したデジタル化
が進んでおりますが、患者とその家族に温も
りを届けるという、看護職の役割を忘れるこ
とはできません。今年も、患者を中心とする
多様な看護のあり方を常に考え、看護に誇り
を持てる職場環境の整備に尽力して参ります
ので、忌憚らないご指導を何卒よろしくお願い
申し上げます。

皆さまのご健勝と貴連盟のご発展を心より
お祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。



高階 恵美子 参議院議員

年頭にあたり、謹んで初春のお慶びを申し
上げます。鹿児島県看護連盟の皆様におかれ
ましては、ますますご清祥のことと存じます。
平成から令和への御代がわりを経て今夏には
東京オリンピック・パラリンピックが開催さ
れるとあって、日本はいま世界で最も注目さ
れる国となっています。

国政においては、国民に寄り添う豊かな成
熟社会を実現するための2040年に向けた新
たな社会保障制度設計の議論が進められてい
ます。これからの看護職が地域の様々な場所
で個性と専門性を活かして活躍できるよう制
度整備することや、貴重な看護人材を育てる
基礎教育の充実と一人ひとりの生涯を通じた
キャリア形成支援の仕組みを整えていくこと
など、私たちが取り組むべき政策課題は無限
にあります。看護の可能性のさらなる拡がり
を信じ、各々の笑顔が輝く未来に向けて、お
互い支え合い力を合わせてがんばりましょう。

皆様のご健勝とご繁栄を心から願い、幸多
き一年となることを祈念申し上げ、ご挨拶と
いたします。本年もよろしくお願いいたしま
す。



石田 まさひろ 参議院議員

今年は夏のオリンピックが56年ぶりに日本にやってくる大きな年。2020年がすばらしき一年となりますよう心からお祈り申し上げます。

昨年は皆様のお力を頂き、二期目の当選を果たすことができました。選挙期間中は17日間で47都道府県を回らせていただき、皆様から温かな声援を頂戴しました。一票一票の重みをしっかり感じながら、自らの行動で皆様の期待に応えていく所存です。

昨年9月には、参議院において二度目の厚生労働委員会筆頭理事を拝命いたしました。他の会派（野党）との調整を行う、緊張感の高い役割を再び務めることができるのは、身の引き締まる思いです。議論をしっかりと前に進めていけるよう、鋭意、力を尽くしてまいります。

また、自民党においては副幹事長という役割も拝命しました。党の運営には欠かせないポジションですので、しっかりと努めて参ります。そして当選直後から再び全国を飛び回っております。皆様からの温かい言葉、そして「現場の声」は私の活動の原点です。その声を国政に届け、看護職が「今日も良い看護ができた！」と実感できる環境づくりのために、この六年間、再び尽力してまいります。

看護職の皆様、現場の皆様と共に手を携え活動してまいりますので、今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



木村 やよい 衆議院議員

謹んで新年のご挨拶申し上げます。

昨年9月の第4次安倍第2次改造内閣において、総務大臣政務官を拝命しました。これまでの厚生労働行政とは違う分野での就任となり、身の引き締まる思いがいたします。副大臣、政務官ともに高市早苗大臣をお支えしてまいり所存です。

私は情報通信、放送行政、郵政行政、郵政民営化などを担当します。人口減少社会のわが国の社会保障を持続可能なものにしていくために、情報技術の活用が期待されます。情報弱者とされる高齢者や障害のある方たちが取り残されることなく、活躍できる、そんな社会の実現に努めます。

総務省ホームページ、動画チャンネルで日々の活動をご覧いただけます。

これからも女性、母親、看護職の視点を生かし、「誰もがより健康で活躍できる社会」を目指し、看護の代表の一人として、看護と政治をつなぐ役割を果たしてまいります。

本年も、ご指導ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。

今年も宜しく
お願い致します

特集

Feature.04

働き方を変化させる 考え方とアイデア

畑中 勇二

訪問看護ステーションさくら



Profile

畑中勇二 はたなかゆうじ

1971年広島県生まれ、薩摩川内市在住。川内市医師会立川内看護専門学校卒業、看護師。現在、鹿児島県いちき串木野市で訪問看護ステーションさくらの所長として勤務。看護協会、看護連盟、訪問看護ステーション協議会、在宅医療介護連携推進事業、看護学校非常勤講師等の活動も積極的に行っている。モットーは「とりあえずやってみる」お問い合わせは右記QRコードよりお知らせください。  Twitter @yuji_hatanaka



ワークとライフと私

看護師という仕事、うん、仕事なんですけど、仕事とプライベートの違いは何だろうと考えた時に、給与が発生するかどうかという答えが返ってきてそうです。しかし、自分を語る上で、仕事をしている自分を省いては語れないことに気づきます。私は、ワークライフバランスよりワークアズライフ*の方に共感しています。また、松浦弥太郎氏※が言うように仕事をしている8時間だけでなく、その他の16時間にも給与が支払われている。だから、その他の16時間であっても体調管理し、生活を楽しむことが大事である、そして勤務時間の8時間で与えられた仕事をする。と、まずは私をかけがえのない存在として大切にすることが働くために大事だと勝手に解釈していますが、とてもしっくりきています。

※ワークアズライフ：寝ている時間以外はすべて仕事でありその仕事が趣味であるという考え（落合陽一氏提唱）

※松浦弥太郎：「暮しの手帖」前編集長、COW BOOKS 代表

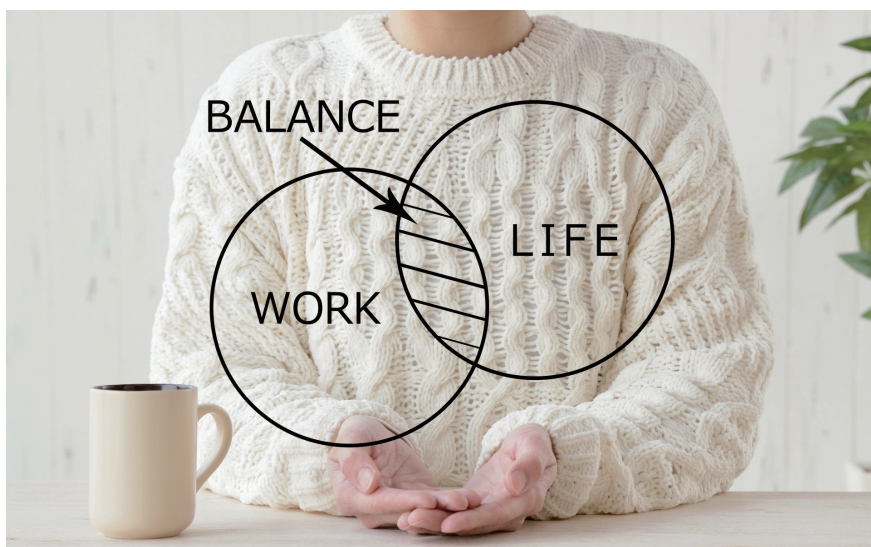
そもそも何のために働くのか、仕事とは何か？

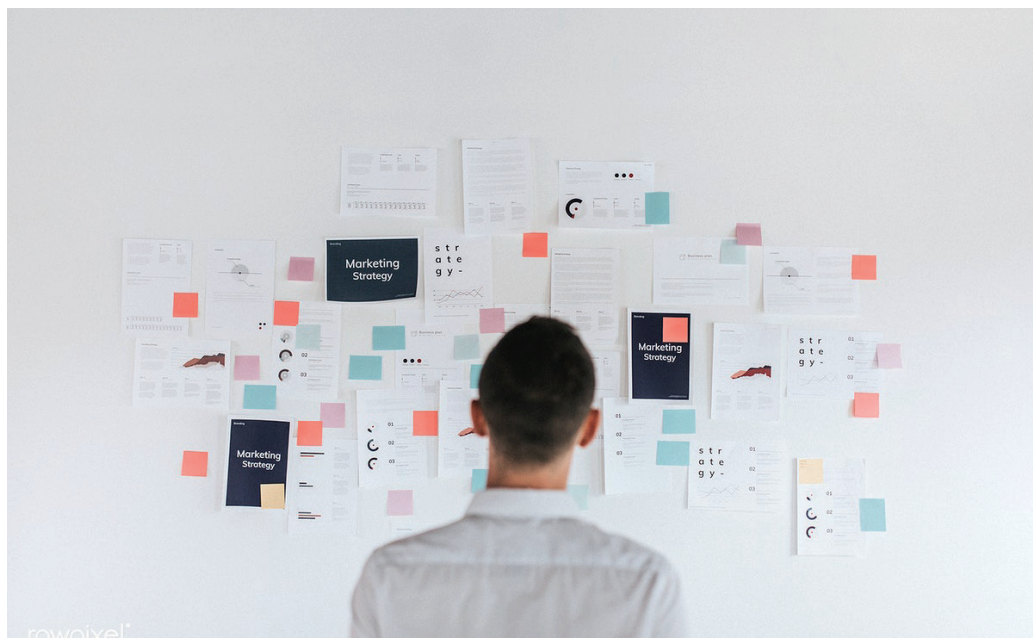
組織では、ビジョンの共有が大事といいますが、ビジョンの共有で個人のモチベーションが上がるとは限りません。各人が個人のビジョンを持ち、

大切にすることを推奨する方がモチベーション高く働けると思います。松浦弥太郎氏は、「仕事とは、自分自身を社会に役立て、人に幸せを届けること」だと言っています。組織のビジョンも大事ですが、「社会に役に立つ私」、「人に幸せを届ける私」になるためにどう働くかをじっくりと考える時間と行動する力が大事です。その上で、組織としては、「我々は～」とビジョンやミッションについてシンプルに伝えることが重要なのだと思います。

「組織の問題」と「個人の問題」を混同しない

時間外労働が多い、仕事に対するモチベーションが上がらない、それは組織の問題だということも事実ですが、そこには、「組織の問題」と「個人の問題」が存在します。それを混同しては課題が見えなくなります。組織の問題に取り組みながらも、個人の問題を解決していくことを同時に進める必要があります。大げさにいうと、組織が変わらないとしても、ひとりひとりの働き方の課題を解決していくと大概の問題は解決します。個人の働き方を変化させることは、個人のPDCAサイクルを実践していくことに他なりません。PDCA実践を個人で進めることができる人は、結果としてチームの中でも改善を推進していける人材になるということです。





学びをシェアするという考え方

常に勉強は必要であることは、誰にでも分かっていると思います。この問いに対して、「はい、勉強しています」と胸張って言える人でありたいと思います。勉強していない事を不安に思わないことは怖いことです。自分でなかなか勉強できない、していない場合には、勉強できる環境に身を置くことをお勧めします。そうすることで自然と勉強できるものですし、新しい学びがあると人に話したくなるものです。そうして、学びをシェアすることができる集団であることは「学習する組織」への変容の第一歩です。

朝5分で1日をデザインする。

タイムマネジメントは、時間管理というよりも行動管理をメインに考えるとスッキリします。どの時間に何を何分でするか、という作業に対しての時間の見積もりをすること、これを時間軸で計画を立てます。私は、朝5分ほどで一日の計画を立てノートに書きます。今日のタスクは何か、何を何分でするのか、どこに隙間時間があるのか、今日は何時に退社予定かなどです。それでも計画通りにいくとは限りません。電話や飛び込みの仕事などが入った場合でもその都度、計画を修正しますが数秒しかかかりません。常に計画ありきの状態にあることが成果を生む鍵となります。

タスクは分割し、隙間時間を活用する

60分かかる仕事を、60分の空き時間を作ってから

作業を始めようと思うと、時間外労働になります。私は、5分時間が空いたら必ず今日しなければならないタスクを実行していきます。会議まであと5分あるから、ちょっとお茶でも飲んでとか、トイレを済ませてなんてことは絶対にしません。もし60分かかる仕事を5分すれば1/12は済ませたことになり、仕事は確実に進んでいきます。人の集中力は、数分でピークに持っていけます。隙間時間を見つけ、5分を大事にしていくと時間外労働はかなり減らせます。ひとつのタスクを分割して、少しずつでも済ませることができるとかなりの効率化になります。

80%を意識する

資料作成、看護記録、この作業を何分で終わらせるかを決めて（計画して）いますか？例えば、資料作りに関しては、完成するまで何時間かかるか分からない状態で、作業に入ることはありません。この資料を30分で作ると計画したら、必ず30分で作ります。100%のできだと思っても、翌日に確認と必ず手直ししたくなります。よって100%のできの資料は存在しません。70%~80%ぐらいのできでいいと思って作業することで、計画した時間で終わらせることができます。また、私はひとりの患者に対しての看護記録は2分と決めて必ず2分で書き終えます。このように計画を計画通りに実行することこそ、働き方を変えることになります。計画し集中して仕事をする環境に自分を置くと、仕事の質も向上していきます。

過剰品質を避けると時間は確保できる

これは一つの例ですが、資料作成のコツとしては、何が記載されていればいいのかを明確にすることで、資料作成を依頼すると、数値的な表に加えてカラフルでかっこいいグラフまでつけてくる人がいます。過剰品質を避けることは、最も大切な効率化の考え方です。その資料に必要なデータが載っていればいいのですから、わかればいいというレベルで考えます。資料の依頼元が何を求めているのかをちゃんと聞く必要があります。私は、数値的な報告が欲しいときには、「〇〇の数字が欲しいから、手書きのメモで、いつまでに下さい」と依頼します。

そうすると、だいたい数時間中に手元に届きます。ただ、「〇〇の数字が欲しい」と伝え、何時間もかけた綺麗な資料が数日後に手元にくることになります。依頼の仕方と曖昧な依頼をされたら具体的にどのレベルの資料が必要なのか、それを何に使いたいのかを聴取してから作業にかかることが過剰品質を避けて、無駄な時間を消費しなくてすむのです。

仲間を信じて働く

困ったときに、「一緒に働く仲間がきっと助けてくれる」と信じて働く。実際の場面では、助けることが

できない場合も多いと思います。しかし、気持ちや体が軽くなる感覚というのは、信じ合える仲間がいることではないでしょうか。相手へのリスペクトや信頼がいかに大切であり、協働やコラボレーションの促進が大きな成果への道筋です。

仲間を増やす

メインの職場以外のコミュニティに積極的に参加をすることを強く推奨します。それは、自身を社会に貢献する私になることを推進することであり、自分磨きでもあります。看護師としての特性を活かすのもよし、興味があるものに取り組むのもよし、自分を変え、社会を変えることにチャレンジしていくことです。それは、地域の公民館活動や看護協会や看護連盟のような職能団体、ボランティア、クラブ活動的なものから、兼業や副業となり報酬を得る場合もあるかもしれません。

謝辞

この度、個人で取り組める事柄について書かせて頂きました。この記事を読んでも読んで頂いたことに感謝すると共に、記事を書かせて頂く機会を与えて下さいました鹿児島県看護連盟の皆様から感謝しています。



使用写真 : <https://www.rawpixel.com/image>

12/7 土

青年部主催研修

『看護師とお金とキャリアアップ』

SONY 生命保険の後藤大輔先生をお迎えして、「看護師とお金とキャリアアップ」をテーマにご講話頂きました。「女子会みたいな研修したいですね～」からはじまった初めての試み。キャリアアップや結婚、子育て、やっぱりお金は大切。お金をどう使うか、どう活用するか、自分への投資は？お金の価値が変化するってどういうこと？めったに聞けないお話と、会場として初めて使わせて頂いたmarkMEIZANも「おしゃれ」でお得感のある女子会みたいな研修でした。

(水迫 友和)

研修会 報告

11/24 日

鹿児島県ポリナビワークショップ

『温故知新 自分の未来を切り開け！』

ポリナビワークショップを開催しました。通称ポリナビとは「Politic Navigators' Network」の略で、「政治」「政策」の観点から日本の社会保障を学び、自分たちにできることを模索して、日本の看護・医療を今より素敵にすることを目指しています。今年度は、石田まさひろ議員、脳卒中リハビリテーション看護認定看護師の水迫友和先生、訪問看護ステーション管理者の末永真由美先生をお招きして『温故知新 自分の未来を切り開け！！』をテーマに開催しました。

石田まさひろ議員からは、看護師として働いていた時代の患者さんや看護スタッフとのエピソードが今の議員活動につながっ



ているとお話を頂き、私たちと同じ思いで議員活動をされていることが伝わりました。

水迫先生からは、認定看護師を目指したきっかけや、現在目標にしていることについてお話を頂き、「脳卒中医療に貢献したい」という志が、ぶれずに一つの志を持って看護に向き合うことの素晴らしさを学びました。

末永先生からは、現在取り組まれている、離島の精神障害者への訪問看護についてお話を頂きました。末永先生の情熱を強く感じるとともに、障害者さんたちの笑顔が増え輝いていることを実感できました。石田議員も末永先生の活動に感銘し、12月に与論島へ同行訪問を行ったそうです。末永先生の活動が、離島や地方の患者さんのための政策につながれば良いと感じた、まさにポリナビらしい研修でした。（飯屋 大志）



10/12 土 看護記録研修

「多職種連携がうまくいく看護記録の書き方と活用」

鹿児島大学病院医療情報部部長の宇都由美子先生に基礎から実践的な内容まで楽しく講義して頂きました。

テーマは、打合せで前任の岩井郁子先生の講義内容と疑問、感想から設定いただきました。鹿児島県自治会館に183名(会員111名、非会員72名)参加し、事例に基づく講義の後、小テスト、質疑応答と大変熱心に受講しました。

看護記録の意義や目的、法的な位置づけに始まり、記録の根拠からどのような患者記録の必要があるのか、リスクマネジメント・個人情報保護の観点も含めて事例をあげ具体的に学ぶことができました。

また多職種協働によるチーム医療が推進される中で、看護職に他職種が求める記録はどのようなものなのか、事例を交えながらわかりやすく説明して頂き看護記録への今後の課題が明確になったという多くのご意見がありました。多職種から読まれる意義のある患者記録として発信できるよう、看護の専門性＝アセスメント力を高めるための工夫が重要であること。また、病院経営上も指示、実施、記録、点数等と正確で効果的で価値のある記録の収集・蓄積が今後の医療・看護のAI活用等に反映される必要な情報であることを痛切に感じた1日研修でした。

(原田 昌子)

写真：「看護師とお金とキャリアアップ」mark MEIZAN 2F ユーティリティスタジオ

9/28 土 フレッシュナース研修

入職3年目までを対象とした、「フレッシュナース研修」を毎年開催しています。今年度は、連盟青年部の仮屋蘭が「看護連盟と協会の関係性」、畑中が「しごとのきほん」をテーマにお話をさせて頂きました。

多くの看護職の方にご参加いただき、受講生からは「看護連盟と協会の関係性について深く学べた」「看護師のために、患者さんのために連盟が必要なんだ」「仕事に対する意識が変わった」「自分の働き方について振り返る機会になった」と前向きなご意見、ご感想を頂きました。今回の研修では、バラエティにとんだ内容で会場も盛り上がり楽しい研修となりました。次年度も、「参加して良かった」と思っていただけの研修を企画していきたいです。

(水迫 友和)

12/3 火 2019年度リーダー研修III

日本看護連盟常任幹事長沢恵美子先生に「第25回参議院選挙を振り返って～石田選挙で有効であった活動について」の講演を聴講する機会を頂きました。

投票率低迷となる「亥年選挙」であったこと、期日前投票数は過去最多であったこと、医療・介護・福祉関連団体の候補者ではトップ当選であったことなどを報告されました。その中でも、若年層の投票行動変容や候補者本人を選択するための対策など今回見えてきた課題、また次回の選挙を楽しむための重点項目などを学ぶことができました。

連盟会員の役割は未来の看護を牽引する”自律”であり、看護職国会議員の高得票数の確保のために地域を巻き込んだ働きかけが必要であることを理解することができました。

(稲本 清美)

東洋羽毛

水と、空気と、睡眠と。

睡眠セミナー 無料サービスのご案内

よく眠った人には、かなわない。

＊—— 今よりもぐっすり、幸せな毎日のためのヒントがきっと得られるはずです ——＊

睡眠セミナー講師を無料で派遣いたします。



東洋羽毛イメージキャラクター 桃井かおりさん

東洋羽毛では「睡眠健康指導士」の資格を有した社員が講師を務める充実したセミナーをご用意しています。

正しい情報を得て睡眠習慣を見直し、イキイキと健康的な毎日を歩むお手伝いをさせていただければ幸いです。

《テーマ例》

- ★ 睡眠習慣を整え、キラキラ輝く私に
- ★ よりよく眠るためのヒント 睡眠 6 カ条
- ★ 体内時計を整えてよりよく眠る方法
- ★ よく眠れる、眠りのお話！？
- ★ 眠る門には福来る！
- ★ 早起き・早寝・朝ごはんがよい事いっぱい

◎医療安全対策研修、メンタルヘルス研修、学校保健委員会に対応した内容も行っています。

東洋羽毛九州販売株式会社 鹿児島営業所

〒890-0063鹿児島市鴨池1丁目64-25 TEL:099-813-5950 FAX:099-813-5953

☎ 0120-881125 URL <http://www.toyoumo.co.jp>



看護連盟青年部の
Twitter (@kago_renmei)
を開設いたしました。
ぜひフォローなど応援
よろしくお願いします！



Spring Fair

期間限定 1/6～3/31

連盟の会員さま特別価格にて販売いたします！

QRコードを読み取られるか、下のアドレスより専用パスワードを入力してアクセスしてみてください。



i Perna By. イッシン

www.iperna.com

定休日 - 水・日・

営業時間 - 10:00～18:

凛珠スルトップペンダント

K18 テュネルカバー

「凛珠」とは身につけると自然と胸が張りたくなるような清らかで美しいテリと称される輝きが優れている熟練の職人が自信を持ってお勧めできる高品質の真珠で

〒862-0920

熊本市東区月出8丁目3-52

フリーダイヤル

0120-32-2020

パスワード KAR201

