

Kagoshima Nursing Federation

renmei



No. 70

November
2021

私のワークライフバランス

- 看護師としての自分、生活の中の自分 -

森田芳考 (社会福祉法人恩賜財団 済生会川内病院)

令和 4 年度

県政に対する友好団体要望
並びに意見交換会

濱崎 廣子 (副会長)



研修報告

看護記録研修会に参加して

フレッシュナース研修レポート

ボディメイク講習会 - リバウンドしにくい身体を作る -

<https://k-kango.net/>

Cover by simnote and rawpixel.com

会長あいさつ

来年7月の
参議院選挙で、私達の代表を
国会に送り出すために



鹿児島県看護連盟 会長

吉崎 和子

KAZUKO YOSHIKAZI

晩秋の候、皆様におかれましては、お元氣でご活躍のこととお喜び申し上げます。平素は、鹿児島県看護連盟の活動にご理解とご支援をいただきありがとうございます。今年の夏は、猛暑と長引く残暑で、「あつい夏」でした。やっと、涼しくなってきました。

長期化している、新型コロナウイルス感染症ですが、現象傾向を辿っており、収束の兆しが見えてきましたが、まだまだ油断なりません。気を抜かず、継続した感染対策を実践していきましょう。

さて、鹿児島県看護連盟の活動も、後期に突入致しました。通常総会・青年部主催の研修・看護記録研修など、予定した行事を、恙なく開催することが出来、ほっとしております。開催できた研修の内容を掲載いたしておりますので、どうぞご覧ください。

後期のイベントも、盛沢山予定しております。その都度、広報誌やホームページに掲載いたしますので、楽しみにしてください。研修は、リモートと集合で行います。

昨年からのスローガン「届けよう看護の声を。私たちの未来へ」のもと、鹿児島県看護連盟は、看護協会としっかりとタッグを組み、パイプを太くし、双方の力を結集しながら活動ができております。協会の政策を実現するために、連盟が丸となって後ろ盾になり目的達成を目指しているところです。もともと、一緒だった組織です。昭和34年に誕生した看護連盟の基本方針を忘れずに、活動していきます。

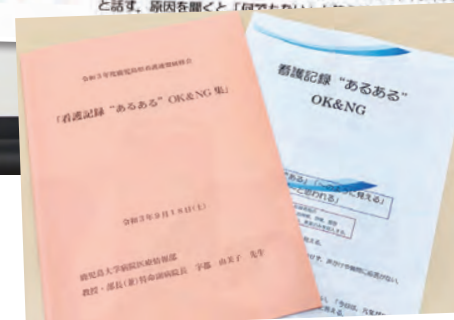
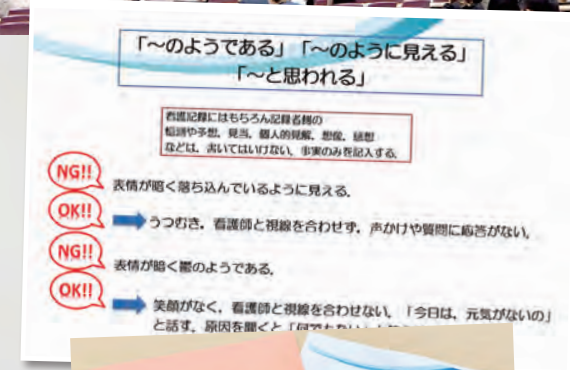
もうすぐ、来年度の会員さんを募集する時期です。お一人でも多くの会員さんをお待ちしております。自分たちだけのことと考えず、次の、またその次の世代の看護職の皆さんのために、今、持っている力を、十分に発揮し、看護の力が熱伝導していけるよう努力していきます。私達の力は無限大です。看護の現場が、少しでも働きやすい・誇りの持てる職場環境になるために、知恵を出し合っていきましょう。

これから、来年7月の参議院選挙で、私達の代表を国会に送り出すために、いろんな活動をして参ります。どうぞ、看護連盟の活動を理解していただき、絶大な支援をお願い申し上げます。

看護記録研修会に参加して



写真：宇都由美子先生



日時 令和3年9月18日(土) 10時～16時
会場 鹿児島県市町村自治会館 4階大ホール
演題 「看護記録“あるある”OK & NG集」
講師 鹿児島大学病院医療情報部教授・部長(兼)特命副病院長 **宇都由美子先生**
参加者 会場参加 会員26名・非会員29名
Web参加 会員41名・非会員58名 (56施設)

看護記録の研修のテーマに興味を持ち参加させていただきました。

看護記録は看護実践を証明するものであり、診療記録の一部であり保険診療に欠かせないものであることは理解していました。しかし、診療報酬改定からみると入院基本料及び特定入院料の算定要件に係わるものです。看護記録の効率化として全ての記録を記載するのではなく、実施入力をする、記載する必要は無い、看護記録が処置の記録と連動すると処置実施が自動展開する、何回も同じ記録を行うと相違が出てきて、問題が表出するため、効率化はまだまだできることだと思いました。

看護必要度の記録はB項目の根拠となる記録は不要となっていますが、まだ記載をしているところがあることから、このような無駄は省き、入院時と変化があった時に記載をすれば良いとのことでした。看護記録は患者記録であるため、チームのみんなが読みやすく、

他の医療従事者の記録との整合性が問題になるため正確な記録が求められます。正確な記録とは①事実のみを客観的かつ正確に記録する②誤解のない表現を用いる③患者・家族への説明や、やり取りも必ず記録する④記録を修正する場合は、院内の取り決めに則った方法で行う⑤記録の途中で行を空けない⑥記録者の責任を明確にするために、記録を終えることに、記録者氏名と日付、時刻を確認することです。

患者側が自分のエピソードを時系列で記載する事が大事であり、生活者としての患者の記録が必要であることが理解できました。

宇都先生の講義は、明るく分かりやすく、大事なところはポイントを押さえて、時代の流れまで感じる事ができます。今後の展望をお話いただき、今の自分たちに何が必要なのかご指導頂きました。来年も又受講したいと思いました。

森さおり (いづろ今村病院)

令和4年度 県政に対する友好団体要望 並びに意見交換会



鹿児島県看護連盟は、支部設立以来、鹿児島県看護協会と連携を図りながら政策を実現するため、活動を推進してきました。

その中で、毎年次年度予算獲得のため、県看護協会が作成した要望書を、県知事および自由民主党県連へ提出しています。さらに、県連とは、医療・介護・福祉・看護学校などの実態や現状を把握してもらうための意見交換会を実施しています。今年は、8月30日に開催されました。出席者は、自由民主党政調会長・幹事長ほか議員が15名、国会議員事務所関係6名、田畑千穂子看護協会会長・看護連盟から、吉崎和子会長・濱崎が出席しました。

看護協会の令和4年度の予算獲得のための要望事項は、以下の4点でした。

1. 看護師の確保・定着支援
2. 看護の質向上について
3. 在宅医療の推進（訪問看護提供体制の強化）
4. 看護師等養成所運営事業補助金の配慮



意見交換の中の重点項目は、
県下全般に渡って問題となっている人材不足についてでした。
このことは、コロナウイルス感染症下に関わらず、これまでも慢性的に議論されてきた問題です。

看護職の不足は、

- ① 看護師養成者数と県内就業者数の関係
- ② 継続的に、長期にわたり働き続けられる環境の整備や福利厚生
- ③ 僻地や、離島における人材確保の困難さ
- ④ 看護職に求められる多様なニーズへの対応

今回、特に強調して要望し、議論されたことは以下のとおりでした。

- ① 看護学生県内定着に対する経済的支援（奨学金助成）、看護の魅力発信と各教育機関のIT化推進および臨地実習に代わるシュミレーション教育の充実
- ② 看護職確保定着に向けた、就業支援（子育て世代の母親の育児支援、潜在看護師の再教育と再任用、ナースセンター事業の強化とハローワークなど他事業所との連携）
- ③ 保健師不足に対する、プラチナ保健師の活用および採用年数の引き上げ
- ④ 看護の多様性（在宅や高齢者、地域包括ケアなどに関するもの）や質向上が求められる中での看護学生教育支援体制の強化と看護教員の育成

その他、看護連盟が行った「コロナウイルス感染症流行期におけるアンケート調査」2回分を配布。

自由記載にあった「看護職への中傷」なども議題に上がりました。県は、「県民が健康で長生きでき、安心して医療が受けられる、みんなが元気の鹿児島」を基本理念としています。私たち看護職は、その負託に応えられるよう研鑽を重ねてゆきたいと思います。

日頃、臨床や福祉・介護の現場など、実態に触れることの少ない議員さん方に、現状を知って頂くことは、意義のある時間でした。

<副会長 濱崎 廣子>

フレッシュナース研修

2021/7/10 土

鹿児島市立病院

長元 史郎（看護部）

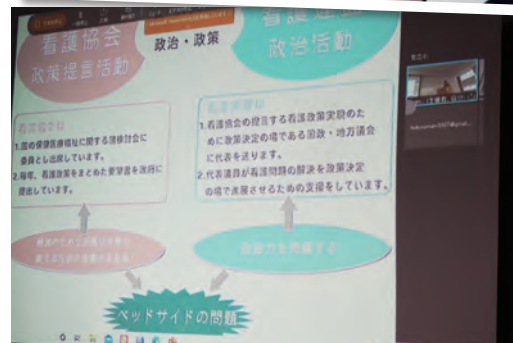
入 職3年目までを対象とした、「フレッシュナース研修」を毎年開催しています。

今回は、連盟青年部より長元が「看護連盟と協会の関係性」、福元、中村が「私は変わる」をテーマに熱く暑苦しく講義をさせていただきました。また今年度からは、会場とオンライン（Webex）のハイブリッド形式で多くの看護職の方にご参加いただきました。

受講者からは「他人を変えられないため自分が変わって職場の雰囲気をもっとよくしていきたい」「少しでもポジティブに物事を考えようと思いました」「仕事での悩み、考え方の視点を変えることで前向きな気持ちになれることを学びました」「先輩との接し方の考え方が変わりました」などの前向きなご意見、ご感想をいただきました。

毎年青年部での研修はClicaを使った受講者参加型の研修を行っています。人前では話せない悩み、不安を共有する機会となり会場も盛り上がり楽しい研修となりました。次回も、「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ます。

多くの方のご参加をよろしくお願いします。



ボディメイク講習会 ～リバウンドしにくい身体を作る～



仮屋 大志（青年部）

今年もコロナウイルスの影響により活動の制限がありましたが、なんとか今年は青年部主催の研修を1回は行いたいと委員長を中心に企画した青年部独自の研修を無事に実施する事ができました。タイトルからは連盟活動をイメージできないと思います。青年部の意図として「若い看護師に連盟の事・青年部の事を知ってもらいたい」という思いがあります。

若い方や看護師に興味がありそんなことを企画しました。今回の研修はハイブリッド研修で行い、来場参加者は5名とオンライン参加が41名でした。看護職というのは生活環境が不規則になりがちだと思います。そこで今回の講師にダイエット検定1級・プロフェッショナルアドバイザーの経歴を持つ福元先生に研修を行っていただきました。福元先生は青年部委員の弟さんでもあります。2人とも本当に魅力的な方々です。顔は弟さんの方が個人的には好きです。講義はわかりやすくまずは自分を知ることから始め、継続して行くことが自分の理想の身体になっていくんだということ

を感じました。運動や食生活は継続することが難しいと感じてしまいましたが、継続できるようなアプリの紹介ややってはいけないことも聞くことができ、私は研修終了後すぐに実行しています。講義だけでなく、運動では実践形式で正しいスクワットを参加者と行いました。正直きつかったですが皆ですること楽しく汗を流すことができました。最後の質疑応答では時間が足りないくらいオンライン参加者から質疑があり、参加していただいた方も興味があったんだと感じる研修ができたと思います。青年部に入って8年になりますが今でも感じる事は色々な方との出会いや新しい事を学べる事は自分自信の成長にも繋がっていると思います。

今回の研修では会場参加者にオリジナルのエコバックを進呈しました。今後の研修でもエコバックの進呈があるかも…。最後に鹿児島県看護連盟ホームページに研修風景や講義資料の閲覧もできますのでぜひホームページに足を運んでください。

ボディメイクステップ



私の ワークライフバランス

森田 芳考（社会福祉法人恩賜財団 済生会川内病院）

私が看護師となるまで

正直なにかきっかけは覚えていません・・・。

鮮明に覚えているのは中学生のとき某高校（2校）に連絡したところその当時、男子学生の応募はなく断られたのは覚えています。普通に高校を卒業し看護学校に進学しました。

卒業してすぐに結婚、そして第一子誕生。卒業後は准看護師としてクリニックで10年勤務（勤労学生も含めると12年）。クリニックで働いているときに地域密着といいますか、在宅診療に行く機会があり、訪問看護に興味をもち、看護協会主催の訪問看護研修に参加しました。その研修で准看護師は私1人、専門的知

識を深めるチャンスと思い看護師を目指し退職。第二の看護学生生活、看護学生と無職の父親として肩身の狭い生活を送っていました（笑）。看護師取得後は現在の済生会川内病院にて勤務し8年目です。日々業務と子育てに汗を流しています。

今は皮膚排泄ケアに興味をもちスキルアップしたいと思っていますが娘も看護学校に進学したため、通帳とにらめっこしています。娘が日々学校生活を送り、成長する姿を楽しみながら過ごしているのが現状です。果たしてあと2年後新たなスキルアップに挑んでいるのでしょうか。

看護師としての私

2018年の広報紙「れんめい」で紹介されたように当院ではPNS導入をしています。

今年からグループリーダーを任せられるようになりました。自分は頼まれたことに対して、**まずはやる（依頼する理由が必ずある）がモットー**なので承認。グループやペア内ではもちろん先輩もいますし、多少のトラブルもあります。しかしそれも経験、グループリーダーを任せられていなければ体験できない訳ですから・・・いつもポジティブ思考で頑張っています。

病棟の中では雰囲気作りを大事にしています。相談しやすい環境や、互いに助け合うことが、仕事が円滑に行われ、ミスの減少に繋がり、安心・安全な看護の提供ができると考えています。忙しい時にスタッフからの文句が耳に入ることもあります。しかし、病棟が

落ち着いている時には「もっと仕事がしたい」という言葉を聞いた事はありません。ですから“忙しさも楽しさに変えて皆で協力して業務を行いましょう!!”という気持ちを発信しています（文句を言っても解決しない、悪循環は悪循環を呼ぶ）。こんな感じで仕事をしています。

済生会への入職後、当時の川薩支部長から、看護協会連盟青年部のお誘いの声が掛け、「少しだけやってみよう!」からもう7年経過しています。たくさんの仲間に出会い、刺激となり自己の成長の肥やしとなっていると感じています。いつの間にか広報委員にもなっていました。夜勤、残業、自己研鑽と楽しい日々は過ごしていますが、なにかしなくては・・・。

今の楽しみは野菜作りですね。畑をはじめました。



仕事だけではつまんない

もともと土は入っていましたが、予算の関係上 DIY となり、ブロックを購入、仕切りを作りながら上出来です。始めは自分がメインとしていましたが、家族も次第に協力してくれるようになりました。

最強のパートナー妻の登場です。妻も看護師として仕事をしています。私が疲れていそうときには、草取り、野菜の収穫と率先して行ってくれ感謝しています。妻の次には子供たちも参加です。小学生の2人は管理機に興味を持ち、私が他の事をしている間、畑を管理機で耕してくれます。家族で畑を耕し、種をまき成長を見届ける、食べきれないので近所や職場に持っていき、みなさん非常に喜んでくださいます。近所からはどこか市場に出すのかと思っていたようで野菜をお届けすると、かなり遠慮されましたが、そんな市場に出す予定もないことを説明し受け取って頂きました。

作る楽しさ、疲労感、みんなの笑顔が家族の活力に

なっています。今年はじゃがいも、なす、ピーマン、トマト、スイカを作りました。ニュースでもあったように雨の影響が・・・私の畑にも、たくさんの人にお届けする予定のスイカが収穫直前に10個以上腐ってしまいました（残念、無念・・・）。じゃがいも、ピーマンは沢山の人にお届けすることができたので、また一段と仕事に励むことができそうです。仕事もそうですが、それはさておき、冬野菜どうしようかな～と考えている状況です。

今の自分は、充実した人生を送れているような気がしています。現在、気分転換活動は野菜作りですが看護師としての仕事だけではなく、忙しい中でも何かを始めることで「刺激」や「やりがい」となり、仕事と私生活に活気が生まれています。



Profile

森田芳考（もりた よしたか）

1982 年鹿児島県生まれ 鹿児島市出身
川内看護学校高等過程にて准看護師取得、
その後出水郡医師会広域医療センター付属阿久根看護学校にて看護師免許取得、
現在済生会川内病院 消化器外科病棟にて勤務。3 人の父親として日々頑張っています。



すべて夢だった、そうであって欲しい、それは半分ホント。

目を閉じて、深呼吸して、次に映るのは、いつものテーブル、置かれたマスク。

僕は自分で決めることはできるけれど、選べなかったと奥歯がギリッと鳴った音が昔にみえて、今日もまだ飲み込めずにいる。

反芻をくり返す選びなおせなかった日も今日も、いつかは日々になっていく。

エコーチェンバーには見向きもせず、ひたすら事実と感情を切り離して生きていく

僕たちは、ちょっとバラバラかもしれないけれど、つま先は同じにしてぎこちなく、かわるがわる片足で飛び跳ねる。



畑中勇二

第70号広報誌編集後記

オンライン研修があたりまえの日々、会議もオンラインになり、余計な話をしなくなって会議が短く効率的になったという意見もちらほら。今後は、オンラインファーストになる可能性も高いかもしれません。オンラインでは、洋服の色や背景の色や柄が重ならないようにするのがコツらしいです。メイクはハイライトをしっかりと入れて、ネックラインのちょっとしたお洒落も忘れずに。それでも、会って話したい、やっぱり何か違うという人も多いと思います。あたりまえと特別が入れ替わって、会って話すことが特別と思う日も近いかもしれません。でも、特別なことからこそ、大切にしていけるということもあります。研修等の際には是非会場にも足を運んで下さい。お待ちしております。

広報委員：稲本・森田・畑中



令和3年度看護連盟会員を募集しております。

正会員 看護職の方

日本看護連盟会費	5,000円
鹿児島県看護連盟会費	3,000円
合計 年間	8,000円

賛助会員

賛助会員年会費 1,000円

鹿児島県看護連盟の活動に賛同いただける方はどなたでも加入いただけます。

◆問い合わせ先

鹿児島県看護連盟事務所

〒892-0816 鹿児島市山下町9番31号

第一ボクエイビル203

電話 (099) 219-5334

FAX (099) 219-5336

Eメール: office.kagoshima@kango-renmei.gr.jp

学生会員 年会費無料

看護師、保健師、助産師又は准看護師の資格を得るために学ぶ学生で、看護連盟の主旨に賛同していただける方

水と、空気と、睡眠と。

東洋羽毛 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きます。



東洋羽毛イメージキャラクター 桃井かおりさん

《お役に立てる主な研修》

- ★ 医療安全対策研修 睡眠不足とヒューマンエラーの関係や、交代制勤務における睡眠のコツなど
- ★ メンタルヘルス研修 労働者におけるストレスと睡眠の関係
- ★ 学校保健委員会 「学力」や「部活動」、「スマホ・ゲーム」と睡眠の関係
- ★ 高齢者の睡眠ケア 高齢者の睡眠マネジメントやこれだけは知ってほしい生活習慣

＊他、施設内研修などご相談承ります。

（事前にお打ち合わせにお伺いする事も可能です）

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の感染拡大の防止策、感染リスクの低減策に向けて、様々な取り組みを行ないながらセミナーを実施させていただきます。

東洋羽毛九州販売株式会社 鹿児島営業所 宮崎営業所

〒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>

◆セミナーに申しましては、下記のメールフォームよりお問い合わせください。
担当よりご連絡させていただきます。

<https://www.toyoumo.co.jp/seminar>



真珠の糸替えキャンペーン

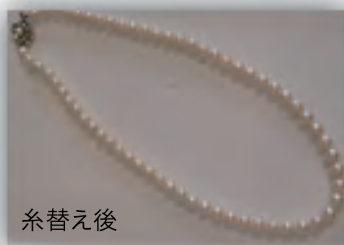
真珠のネックレスは、時間が経つにつれ糸が真珠の水分を吸収して自然と糸が弱くなったり、ゆるくなったりします。突然切れてしまう前に早めの糸替えが大事です。



留め金具（クラスプ）の片側を上を持ち上げてみてください。
ハッキリとしたすき間が見えたら糸替えの時期です。



※切れたネックレスの糸替え
珠足も承ります。



糸替え後

真珠の事ならなんでもご相談ください。

取扱商品

- アコヤ真珠 ● ベビーパール
- 黒真珠 ● 南洋真珠（白・ゴールド）



i.perna by イッシン

イッシン iS パール（同）

〒862-0920

熊本市東区月出8丁目3-52



0120-32-2020

営業時間 10:00 ~ 17:00

定休日 水・日・祝日

