

2024 vol. **21**

Kangoの ひろば

ご自由
にお持ち帰り
下さい。

特集 **1**

あなたのそばに看護職！

特集 **2**

「自宅で過ごす」を叶える訪問看護

トピック

災害支援ナースをご存じですか？！

特集 **3**

地域の病院紹介 一看護部からの発信一

白石城益岡公園



2024.3

公益社団法人 宮城県看護協会

あなたのそばに看護職！

くらしの中で気軽に健康相談してみませんか？

石 巻

皆さんと共に歩んできたまちの保健室

石巻まちの保健室コーディネーター 阿 部 泰 子

私がまちの保健室に携わるようになってから10年以上が過ぎました。これまでのべ2万人程の利用があり、開設当初から現在まで毎月訪れている人もいます。

そんなリピーターの1人であるAさんは、東日本大震災により家族や友人など親しい人をたくさん失いました。初めはまちの保健室を訪れても毎回泣いてばかり。生きる気力がなくなると、車の運転免許証も返納したと言います。スタッフ間で情報を共有し、Aさんにはできるだけ同じ保健師が対応できるように配慮して、傾聴を続けること数年。いつの間にか笑顔が戻り、自分からたくさん話してくれるようになったのです。そして10年以上が経過した今、

Aさんは運転免許証を再取得し自分の運転で訪れるまでになりました。これは、その人の気持ちを真摯に受け止め、常に寄り添い関わり続けたことがもたらした変化ではないかと考えます。

病院に行く程ではないがちょっと話したい、聞いてみたいと思う人たちにとって、このように看護職が身近にいて、気軽に立ち寄れる場所があるのはとても貴重です。加えて、今は健康な状態の人であっても、何がきっかけで心身のバランスを崩すことになるかわかりません。そんな時、ふと足を向けたくなる場所があったら……救われるような気がしませんか。



気仙沼

街中での健康相談

世話人代表 芳 賀 礼 子

月一回、10時になるとイオン気仙沼店の正面玄関にピンクののぼり旗が掲げられます。医療機関や行政等を退職した保健師・助産師・看護師等がボランティアで行っている「まちの健康相談室」です。メンバー8名ほどが出迎え、受付、血圧、体脂肪、血管年齢等の測定を行うと最後は個別の相談となります。

健康相談は快適な店舗内、気軽さも好評です。混んでいたら先に買い物と……と順番をめぐるトラブル





ルもなく、また相談が1時間に及んでも複数が対応しているためじっくり腰を落ち着け「話」ができます。このことを知っている方は『常連さん』として毎回、或いはたびたび来所、男性が多いのも特徴です。

「話」は健康チェックの結果はもとより、日常生活習慣病予防や老後生活等全般に及びます。相談者から元気の秘訣や生きがいを教えて頂くことも多く、感動あり、ためになることばかりです。

5時間に及ぶ健康相談は和やかな雰囲気で行われていますが、時として深刻な問題が持ち込まれることもあり気を緩めるわけにはいきません。商業施設ならではの雑踏が、あの話を語ってみようか…と背

中を押してくれているのではないかと考えています。年齢等の制限もなく、また困っていることばかりでなく、どのようなことでも気軽に語って頂ける何でも健康相談なのです。

退職した看護職が街中で活動しているそもそものきっかけは13年前の震災です。被災者支援の一環として開始した健康相談は6年間で終了となりましたが、復興事業終了後も続けていきたいと新たなスタートを切ったのです。現在3年目となりますが、メンバー17名が長年の経験を活かしながら、交代で地域活動をさせて頂いています。学びや交流を続けながら活動していることは、自分たちの生きがいでもあり、今後の可能性も模索しているところです。



地域の皆様とのふれあいに感謝！

仙台東支部 広報担当 長尾 愛佳

令和5年度はCOVID-19が5類となり、対面でのイベントを行う機会が増えました。11月4日に開催された「まちの保健室」では体脂肪測定や血圧測定、健康相談・認知症テストで合計205名の方がブースに立ち寄り、地域の皆さまと直接触れる機会となりました。「よし、いつも通り」と確認したり、真剣に相談をされる姿から、地域の皆さまの健康づくりのきっかけとして、直接働きかけることの大切さを改めて感じることができました。11月9日ヤマザワ田子店で開催した「出張！健康相談室」では11名の来場があり、相談員の方と連携し、介護保険に関するの



相談対応も行いました。イベントをめぐって遠方からいらっしゃる方、買い物ついでに寄ってくださる方、様々でしたが、直接会ってお話しし笑顔を見ることで、こちらがたくさんのパワーをもらいました。

地域の方、看護・介護スタッフ、多くの方々とのふれあいができた年でした。看護・医療業界に目を向けると課題は山積みかもしれませんが、こうして地道に活動し、少しでも地域の皆様とふれあうことで、健康に対する意識の向上にむけてのお手伝いできればと考えております。また皆様のニーズに沿った楽しく有意義な企画を考えていきたいと思っておりますので、今後ともぜひご参加のほどよろしくお願いいたします。



「自宅で過ごす」を 叶える

訪 問 看 護

在宅で療養される方々が安心して生活できるよう、訪問看護師が自宅を訪問して一人ひとりにあった看護を提供します。その際、ご本人やご家族と話し合いながら、かかりつけの医師などと連絡を取り、看護計画を立てて進めていきます。

実際、訪問看護を利用されたご家族の方から、原稿を寄せていただきました。ご自身にとっても、ご家族にとっても「療養しながら自宅で過ごす」を叶えられる一つの方法が訪問看護です。

利用者様からの声

一緒に過ごした時間

高 橋 晴 美

私が両親を自宅で看取ることができたのは、訪問看護をはじめ様々な在宅療養を支援するためのサービスがあったからです。そうでなければ仕事との両立はできなかったし、父も母も寂しさを感じながら日々過ごすことになっていたと思います。関わっていただいた方々には、本当に心から感謝しています。

父はがんで、母は老衰で亡くなりましたが、訪問看護をお願いしたのは、症状が進み、医学的な支援が必要になったから。ケアだけでなく、薬のことや主治医とのやり取りについての相談相手が必要になったからです。心底ありがたかったのは、夜間・休日も相談や訪問の対応をしてもらえたことでした。はじめは24時間対応を掲げているけど、頼みにくいのではないかと考えていましたが、いつも快く、しかも適切な対策を講じてくれて頼もしい限りでした。「一人で抱え込まずに、周りの力を借りながら介護しよう」とよく聞きますが、その点で悩んだことはありませんでした。

そして、青葉訪問看護ステーションの看護師さんとの一番の思い出は、エンゼルケアを一緒

に行ったこと。母はお風呂が好きだったので、旅立つときはきれいにしてあげたかったし、叔母や姉、姪など身近な人たちと一緒にできたことも振り返ると良い思い出になっています。しんみりした感じはなくて、看護師さんに促されて、みんな普段通り、それまで母と関わっていたように、母の体を拭いたり、着替えを手伝ったり、リップクリームを塗ってあげたりしていました。今思うと、その時私自身は母が息を引き取ったことをまだ実感をもって受け止めていなかったように思います。

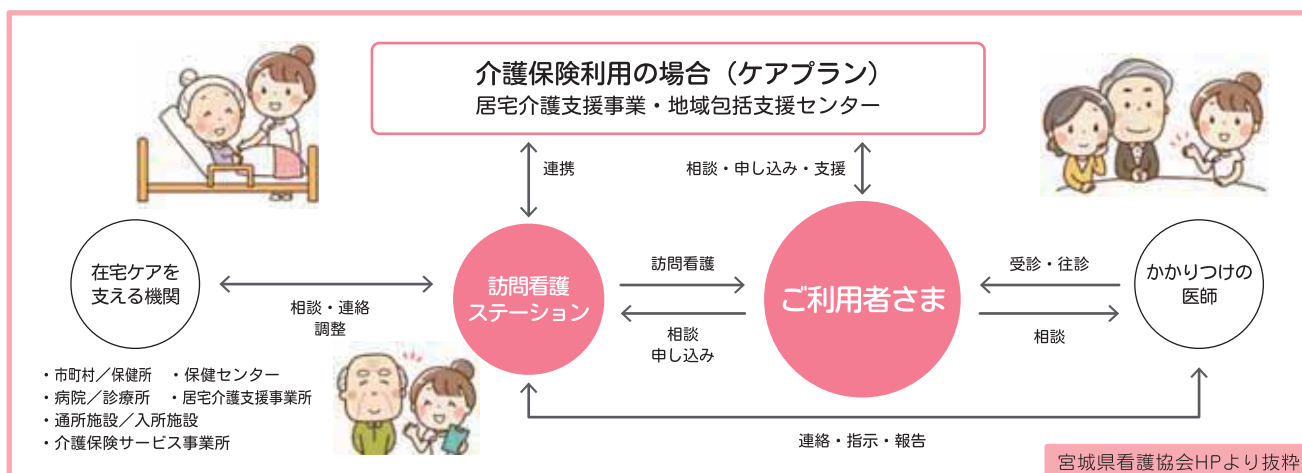
私は両親の最期を自宅で看取りましたが、それがだれにとっても良い方法だとは思っていません。父の時には、最後の最後に入院も考えました。介護を受ける方と、介護している自分や家族のことを考えて、迷いながら選択して行きたいところで過ごして良いのだと思います。

いろいろ考えると後悔することもあります。でも、それもひっくり返して、私は両親から親を看取る幸せをもらったと感じています。父や母と過ごした最期の時間は、私の人生を豊かなものにしてくれました。

宮城県看護協会 訪問看護ステーション 一 覧

- 大崎訪問看護ステーション (大崎 市 三 本 木) TEL 0229-52-5135
- 若林訪問看護ステーション (仙台市若林区荒井) TEL 022-352-3324
- 青葉訪問看護ステーション (仙台市青葉区柏木) TEL 022-219-1093
- こごた訪問看護ステーション (美 里 町 駅 東) TEL 0229-32-2296
- 栗原訪問看護ステーション (栗 原 市 築 館) TEL 0228-24-8151
- 柴田・角田訪問看護ステーション (柴 田 町 船 岡) TEL 0224-87-8788

◆ 訪問看護サービス利用の流れ



まずは、お近くの訪問看護ステーション、または、かかりつけ医にご相談下さい。

◆ 訪問看護の内容

● 血圧や体温等の健康状態の確認

● 療養上のお世話

(入浴介助、清拭、口腔ケア、食事介助や指導、排泄介助等)

● 医療処置・医療機器管理

(呼吸器管理、点滴、注射、インシュリン注射、カテーテル管理、吸引、排泄管理、腹膜透析管理、在宅酸素、床ずれ処置等)

● 認知症・精神疾患の看護

(利用者や家族からの相談、対応方法の助言、服薬管理)

● 終末期（ターミナル）看護

● 在宅でのリハビリテーション

(拘縮予防や維持、筋力低下予防、機能訓練、日常動作の練習・指導、福祉用具の選定や住環境整備の助言等)

● 介護者への支援

(介護方法の助言、不安やストレスの相談、介護用品の相談、地域の社会資源の相談、多機関との連携等)

トピック

「災害支援ナース」を ご存じですか?!

令和6年4月1日から【災害支援ナース】に関する法律が変わります。

国内での災害発生時に看護ニーズに迅速に対応できるように災害支援ナースの養成をしています。

- ▶ 被災した医療機関における看護業務
- ▶ 避難所における心身の体調不良者に対する受診支援、医療チームへの橋渡し、救急搬送 など
- ▶ 避難所の環境整備や感染症対策

令和3年3月末現在、全国に10,251名・宮城県内は120名程います。

令和6年度より、感染症にも対応できるよう、現在養成研修を実施し、120名のうち60名弱が研修を修了しています。



地域の病院紹介

看護部からの発信



みやぎ県南中核病院看護部のご紹介

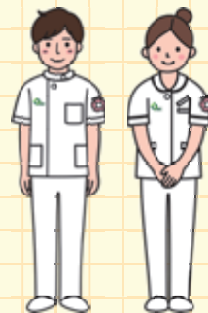
看護管理者 看護部長 大 桐 規 子

みやぎ県南中核病院は、仙南の桜の名所大河原町にある創立21年目の公立病院です。病床数310床の中規模病院ながら34の診療科があり、とくに救急、がんなどの専門医療を提供する急性期病院です。看護部の理念は、「患者に寄り添い、一人一人を大切にした看護を提供する」ことです。地域の皆様に信頼される、質の高い看護が提供できるよう、職員一人一人が日夜、丁寧に看護を積み重ねています。

当院の看護職員は、12月1日現在374名（うち看護補助者40名）です。患者さんの重症化、高度専門医療の進化などにより、この10年くらいで現場も相当忙しくなっています。安全な医療を提供し、やりがいをもって働き続けられるよう、この3年間で約40名の看護職員を増員しました。人材育成、働きやす

い職場づくりに取り組み、特に充実した教育研修が自慢です。近年、看護学生から新人看護職員研修で選ばれる病院となり、毎年25人前後の新卒者が就職しています。看護部キャラクターの桜太（おうた）さんと美桜（みお）さんのバッチをつけた新人さん達は、院内職員から手厚い指導、支援を受け、たくましく成長しています。

これからも、患者さんと住民の皆さんから「中核病院で良かった」と言ってもらえるような看護が提供できる人づくりと職場づくりを目指して参ります。



中核病院の桜太（おうた）、美桜（みお）です！

親切、テキパキ、そして笑顔！

仙台厚生病院 副看護部長 高 橋 亜 紀

「おはようございます」「お疲れ様です」。明るく、元気な挨拶が飛び交う、それが仙台厚生病院の特徴であり自慢の一つです。気持ちの良い挨拶は、笑顔を自然と引き出し、チームワークを良くする潤滑油のようなものです。医療の現場において、チームワークは必要不可欠なもので、「チーム医療」と言われています。チーム医療とは、「医療に従事する多種多様な医療スタッフが、各々の高い専門性を前提に、



手術数ランキング
東北6県9部門で上位を獲得

目的と情報を共有し、業務分担しつつも互いに連携・補完し合い、患者の状況に的確に対応した医療を提供すること」と定義されています。このチーム医療を存分に発揮することで、仙台厚生病院

は心臓血管・消化器・呼吸器の3つの分野において、手術数ランキング東北6県9部門で上位を獲得しております。勿論この成果は、地域の先生方から多くの患者さんを紹介して頂いたからに他なりません。

仙台厚生病院職員のポリシーは、「親切、テキパキ、そして笑顔！」です。毎日多くの患者さんが入院し、退院されていきますが、この病院に来て良かったと思ってくださる患者さんやご家族を増やしたいと思っています。私達看護師の原動力は、患者さんやご家族からの温かい声援です。親切を旨とし、どんな時でも笑顔を絶やさず、真摯に看護と向き合うことで患者さんやご家族のお役に立てればとてもうれしいです。



親切、テキパキ、そして笑顔！



目まぐるしく進化する医療に対応すべく、日々研鑽

目まぐるしく進化する医療に対応すべく、私たちは日々研鑽を積んでおります。優れた技術と知識を持つことで、私たちはチーム医療のキーパーソンとしての役割を最大限に発揮し、安心して安全な

医療が提供出来るよう努めてまいります。

仙台厚生病院は、2024年5月には青葉区堤通雨宮町に病院新築移転を予定しています。新病院においてもこれまで同様、病と闘う人のため、病と共に生

きる人のために研鑽を重ね、地域医療への更なる貢献をいたします。



杜の都の次世代型先進病院を目指して
2025年5月初旬、移転

看護のちからで地域の皆さんが安心して生活できる一助に

大崎市民病院本院看護部長 氏 家 智恵美

大崎市民病院看護部は、「市民に信頼される看護の実践」を理念として、安心・安全で質の高い看護を提供できるよう地域に貢献できる人材の育成に取り組んでいます。

現在、看護部では、治療中の患者さんやご家族からのご相談やケアを行うための「看護外来」「看護師出前講座」「多職種によるチーム活動」を実施しています。専門看護師2名、認定看護師13名、糖尿病療養指導士9名、心不全療養指導士4名、リンパ浮腫セラピスト4名、腎臓病療養指導士1名が在籍し、ストマケア外来、フットケア外来、心不全外来、リンパ浮腫外来を行い、医師や多職種と連携しながら患者さんの生活をサポートしています。

「看護師出前講座」では、地域の医療従事者や市民の要望に応じて講座を開催しています。今年は心不全療養指導士による「心不全について」や皮膚排泄ケア認定看護師による「皮膚トラブル」を実施しました。ご依頼や問い合わせなどは当院のホームページをご覧ください。

また、多職種によるチーム活動として、新たな国民病と言われている慢性腎臓病（CKD）のサポートチームがあります。慢性腎臓病（CKD）は、成人の8人に1人、患者数およそ1,330万人と言われています。自覚症状がないため、ほとんどの患者さんは自分が病気であることを知りません。当院へ紹介される慢性腎臓病（CKD）の6割は、残念ながら中等度以上の受診です。早期治療において大切なことは、慢性腎臓病のサインである蛋白尿を放っておかないことです。慢性腎臓病（CKD）の治療については、

医師、薬剤師、管理栄養士と連携し取り組んでいます。ぜひご相談ください。

これからも、地域で活躍できる人材育成をすすめ、患者さんから看護で選ばれる病院を目指し努力していきます。



◀ストマケア
外来



◀フットケア
外来



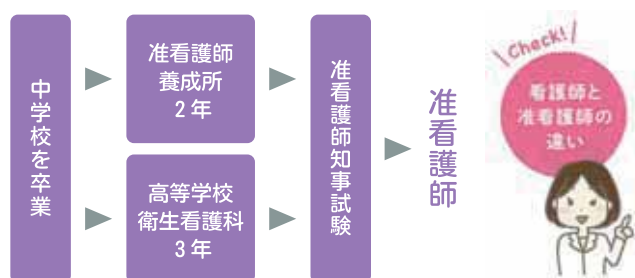
◀認知症
ケアチーム
ラウンド

看護師・保健師・助産師 になるには？

看護を選ぶ学校は、大学・短期大学・養成所などの種類によって修業年限が違い、カリキュラムなどもそれぞれの学校で特色があります。



准看護師 になるための進路コース



看護師とは

厚生労働大臣の免許を受け、傷病者若しくはじょく婦に対する療養上の世話又は診療の補助を行うことを業とする

准看護師とは

都道府県知事の免許を受け、医師、歯科医師又は看護師の指示を受けて、傷病者若しくはじょく婦に対する療養上の世話又は診療の補助を行うことを業とする



奨学金のある医療施設の詳細はこちら！

編集後記

「Kangoのひろば」を手にとっていただきありがとうございます。県民向け広報誌として宮城県看護協会が2回／年発行しています。県民の健康に関する情報や看護職の魅力、様々な資格や認定を取得して活躍しているナースを紹介しています。次回9月号もぜひご覧ください。(広報委員一同)