

Willnext

[ウィルネクスト]

Magazine

vol.2 No.2号 Contents

- 巻頭特集「島で看護師として働くということ」
長崎県上五島病院の取り組み P2-P4
鹿児島県立大島病院の看護師さん P5
Willnext magazineインタビュー
「ジャバパンハート」 P6-P7
- 素敵な先輩からのエール P8-P9
- 「私の3.11」番外編 P10
- 事例分析とアドバイス
(弁護士編) P11
(リスクマネジメントのエキスパート編) P12-P13
- 看護師の悩みと回答 P14
- チャートで知るコミュニケーションのコツ P15
- 看護の現場で役立つ外国語会話～問診～ P16
- 海外訪問・見学ツアー 募集案内 P17
- 「眠れない」を解消 第4回 P18
- アロマで応援「サンダルウッド」 P20
- とくとく情報 P21
- とくとくプレゼント情報 P22
- 保険Q&A「がん保険」 P27
- 今後予定している企画のご案内 表4



vol.2 No.2号

島で看護師として 働くということ

— 日本看護学校協議会共済会は
離島の看護師さんをずっと応援します！ —

離島
レポート
その1

長崎県上五島病院の取り組み

自信を持ってオススメし 島の看護力。

「島」では「何でもする看護師」が
当たり前なのです。看護部長 本村ひづるさん

取材日の前日、佐世保港に着いた取材班を待ち受けていた「離島」の洗礼は、「本日の上五島行きの便は全て欠航」という貼り紙でした。慌てふためくこちらに対し、島民と思われる方々は泰然自若。「島」で暮らす人にとっては驚くに値しないことだったのです。輸送手段が船頼みの「島」では、天候次第で人も物資も届かない、孤立無援状態になってしまいけれど、その事実を受け入れて、島で暮らしている人たちがいる、当たり前のことかもしれません、改めて「離島」が置かれている現実を突きつけられたように感じました。

ですから、翌日、看護部長の本村ひづるさんから、満面の笑顔で開口一番「今は仕事が楽しくて仕方がないのです」という言葉を聞いたときには、少し耳を疑ったものです。「島」の医療現場ではあんなことが大変、こんなことに困っている、という話ばかりと想定していましたので、嬉しい誤算でした。しかしながら、長崎県上五島病院は面積214km²弱、人口21,500人強（平成26年1月1日 新上五島公式情報より）の新上五島町で唯一の総合病院のため、一般外来には1日500人もの来院があり、なおかつ、一般132床（ICU4床）、療養50床、感染4床の病棟患者さんと、僻地医療拠点病院として、24時間の救急外来を、限られた医療スタッフで受けているのですから、現実は大変でないわけはありません。



常に患者さんとより身近に接していくから、と、
本村看護部長は、毎日午前中は受け付けにいるそうです。

都市部ではどうしても専門性が先行してしまう看護職ですが、限られたスタッフであらゆる患者さんへの対応が求められる「島」では好むと好まざるとにかかわらず、看護師にはオールマイティさが求められ、それが外からのナースには新鮮に見えたのでしょうか。この外部からの刺激が、さらにその後の看護師不足を解消するための様々な取り組みにつながっていったといいます。とはいえ、看護スタッフが頑張っただけではなかなか組織は動きません。新たな取り組みには、地域を巻き込んで島の医療改革を行っている、八坂貴宏院長の尽力が大きかったそうです。



佐世保港は島への入り口の一つ。

「実は5年ほど前までは、本当に大変だと感じていました。きっかけは平成9年に、ジャパンハート（関連記事P6-P7）のナースが研修で来てくれたことです。看護師がたった一人増えただけでも、夜勤のシフトが大分楽になり、なによりも外部から看護師が入ったことで、他の看護師たちへの刺激になったことが大きかったと思います」と本村看護部長は続けます。

ギリギリのスタッフで何とか切り盛りしている離島という医療環境では、看護スタッフが島外の研修などへ参加することは他のスタッフへの負担等も考えると難しく、それまでは島以外の看護の現状を知る機会がなかったため、自分たちの看護に自信が持てなかつたそうです。

「上五島病院の看護師は、誰でも助産以外のすべての科で対応ができます。誰かが、急にどうしても休まなければならなくなつた時のことを考えれば、当たり前のことでした。そうした自分たちにはごく当然のことを、研修で来てくれたナースに「すごいことです」と評価され、初めて、自分たちの看護はこれでよかったのだ、と思うことができたのです。物理的には今も看護師不足が解消されているとはいえないが、それを機に看護師一人ひとりのモチベーションが上がり、今はとてもいい雰囲気で仕事ができるようになっています」と、『今いる人でやれることから始める』が信条の本村看護部長は、本当に嬉しそうに話してくれました。



スタッフとのコミュニケーションはお茶を飲みながらの
ミーティングが一番と本村看護部長。頭島利江子副看護部長と。

小笠原諸島(東京都)の西之島付近の噴火活動で出現した新しい島が「島」に成長するかが話題になっていますが、「第60回 日本統計年鑑(平成23年)」(総務庁統計局)によると、現在日本列島には6,852の「島」があり、そのうち人の住む島は437あまりとされ、ほとんどが船でしか移動のできない小さな島です。こうした島では近年過疎化と高齢化が進み、加えて医師や看護師の不足が深刻なため、住民の医療の確保が厳しくなっているといいます。今回の特集ではそうした状況下でも頑張っている看護師仲間の姿を通して、離島における医療の現状を取り組みを知り、看護の原点を改めて考えるきっかけにしていただけたらと思います。

長崎県

上五島

ます。

長崎県は都道府県別では最も島の多い県であり、行政が比較的早くから離島医療に関しての取り組みを行ってきている地域といえるでしょう。その中でも特に、五島列島の長崎県上五島病院は看護師不足対策として、独自の取り組みを展開し、成果を上げています。今回は実際に病院をお訪ねし、その取り組みについて伺わせていただきました。看護師不足は離島だけの問題ではありません。また、「島は超高齢社会の縮図」ともいわれていますので、どこの地域の医療者にとっても、今後の医療や看護のあり方のヒントになるのではないかでしょうか。

島の看護師だからこそ 培われた看護力があるのです。

院長 八坂貴宏さん

八坂院長にそのあたりのお話を伺いました。

「ジャパンハートのナースが来てくれたことが功を奏した頃、ちょうど独立行政法人国立病院機構長崎医療センターの院長と会う機会があり、その話をしたところ、では『当院の看護師を期限付きで派遣しましょう』というご提案をいただいたのです。そこからトントン拍子に話が進み、翌年の春には、長崎医療センターの看護師が2名、「派遣ナース」として1年間来てくれることになりました」。

この取り組みは「アイランドナースネットワーク事業」という名のもとに、国立と県立という違った自治体同士が行った事業としても注目され、マスコミでも報道されました。『離島の看護師不足を補うことはもとより、派遣する側の長崎医療センターにとっても、看護師が、これまでの高度専門医療を目指す看護だけではなく、長期にわたり患者と接し、患者を深く理解していく必要のある、島での看護体験をすることが、地域医療や老人医療を理解する素晴らしい機会となり、その後の看護にも必ずや役立つだろうという、双方にとって、メリットのあるプロジェクトだ』と、ニュースは言っています。八坂院長の一言がなければ、こうした大きなプロジェクトの門戸は開かれなかっただといっても過言ではないでしょう。

八坂院長はまた、

「私は東京や他の病院で働いた経験もあるのですが、以前から当院の看護師は他と比較しても優秀だと思っていました。ただ、皆そのことに気付いておらず、もっと自信を持って欲しかったのです。実際、アイランドナースを経験した看護師からも、ジャパンハートの研修ナースと同様の高い評価をもらい、最近は少しずつ看護師たちの意識が変わってきたような気がします」といい、本村看護部長と同じように職員の活気を肌で感じているようでした。

八坂院長から、「外部から訪ねてきた人に必ず言われるのが、『病院のスタッフが皆さん、笑顔ですね』なのです」と伺い、改めて働いている看護師さんそれぞれの笑顔を覗いてみると、その向こう側に確かに「凛とした自信」が見える気がしました。



上五島病院は
長崎県五島列島の
上五島町にあり、本土からの
アクセスは船だけです。



地域医療としての取り組み

「島」だからといって医療は待っていてはだめ。出していく医療が必要なのです。

自らは長崎県対馬の出身で、ずっと離島医療の研究に携わってきたという八坂院長ですが、「島」と一口に言っても、それぞれ島民性が違うといいます。五島列島でも上五島は特に、人が優しいそうです。それは歴史で学んだ、キリストianの島であり、今でも島民の4分の1がカソリックであるからだと、八坂院長は分析します。

地域医療はそうした島民性を理解した上で、行われるべきものでしょう。上五島では癌の罹患率が高く、それは検診率の低さを物語っています。島民に検診受診の大切さを知つてもらおうと、病院が

終わってから、夜も八坂院長は島内の各所へ出向いて、役場や地元の保健師と協力して、「健康道場」を開いているそうです。

「島の医療は患者を待っていてはだめ。こちらから出向いていく医療が求められるのです」。八坂院長のこの言葉は、近い将来、都市部でも高齢化が進み、病院に行くこともできない患者が続出する状況になったとき、生きてくるような気がしました。



地域に根ざした医療を自らが実践している八坂院長。



新五島町の公民館で、「健康道場」を開催。
この日は実習生の筑波大の医学生も講師として参加。



島民が大好きな五島うどんは、塩分が高いので、
食べる時には汁まで飲まないで欲しい、と伝えます。

Take Action !!



行動を起こしたい方のための
インフォメーション

興味のある方は

長崎県上五島病院のホームページ
<http://www.kamigoto-hospital.jp/>

看護師不足解消に向けて、次なる取り組みをスタート

長崎県上五島病院では、今後は島の看護師としての総合力を「島力」として、外にアピールしていくこと、新たに「SHIMAナース研修プログラム」という企画を立ち上げました。2年間上五島病院で様々な仕事をこなしていく、終了時にはいつの間にか「島力」の付いた看護師になっている、というプログラムです。終了後はもちろんそのまま島に残ってくれれば、看護師不足の解消にもつながりますし、島外へ行ったとしても、その経験は間違いなく、看護師としての成長につながるはずです。

「SHIMAナース研修プログラム」はスタートしたばかりの、新たな離島看護師不足対策の取り組みですが、すでに数名の希望者から連絡があったといいます。「待っているのではなく、もっと攻める医療を」がモットーの八坂院長と、「島の看護」という仕事を愛して止まない、熱い思いを持つ本村看護部長が中心となり、看護師になったら、一度は経験したい、そんな研修プログラムに発展していくに違いありません。日本看護学校協議会共済会はずっと応援し続けたいと思います。

離島
レポート
その2

島で看護師として働くということ

島で生まれる命を 一緒に守りませんか？

渡島 佳奈さん
(鹿児島県立大島病院)



建設中の救急センター棟が開設されると、よりたくさんの島民の命を救うことができるでしょう。

奄美大島

鹿児島県は島の数が長崎県に次いで多く、その離島医療の中核になっているのが奄美大島にある、県立大島病院です。そこに勤務するWII卒業生の看護師仲間に、「島で看護師として働くこと」について伺いました。



目の前に海が広がる、素晴らしいロケーションの奄美看護福祉専門学校。

「いつの頃からかははっきり覚えていないのですが、気が付いた時には「看護師になる」と決めていました」という、渡島佳奈さんは、生まれも育ちも奄美大島だそうです。

「母が看護師で、島で介護関係の仕事をずっとしていましたので、その背中を見ていたからだと思います。いつか、自分も島で母のような働き方ができたらな、と、迷うことなく選んだ仕事です」。

とはいっても、渡島さんの卒業した、島で唯一の看護師養成施設、奄美看護福祉専門学校看護科の大庭梨香先生は「卒業生の4割は島外の病院へ就職を決め、なかなか島内の看護師不足を補えない」という現状を訴えます。その理由の一つとして、学生が島を出たいという気持ちが強く半数以上は島外に就職してしまう、ことが挙げられるそうです。そうした実情の中、島出身の渡島さんが、島内の病院で頑張っていることは、受け入れ側の医療機関にとっても、送り手の看護師養成施設にとっても喜ばしいことといえるでしょう。

そんな渡島さんも、実は卒業後は一旦島を離れたといいます。

「いざれは島で働くと決めていましたが、高度専門医療も学びたいと、卒業後は東京郊外にある、循環器専門病院に就職し、忙しい毎日を送っていました。仕事は充実していましたが、2ヶ月に一度は奄美大島に帰ってのリセット時間が必要でした」と、バイクで島を走るのが趣味の渡島さんは、2年ほど経験を積んで、島へ戻って来たのです。

鹿児島県立大島病院では婦人科・産科・小児科が一緒になった病棟のNICUに勤務している渡島さんですが、東京の看護との大きな違いを、「特に、循環器の専門病院だったということもあって、急性期の患者さんが多かったため、治療が終わったらすぐに退院となり、患者さんとの接触時間が非常に短かったのですが、島では、患者さんとのつながりがもっと深い感じがします。それに加え、東京では重篤な患者さんばかりを見てきたので、今は、生命の誕生にたずさわることが楽しくてしかたありません」と、抱いていた、生まれて間もない同僚の赤ちゃん、手嶋ゆいかちゃん（表紙の写真）を優しく見つめながら話してくれました。



奄美の大自然が癒してくれます。



奄美群島の新しい命を支える、牧枝師長と同僚。

奄美群島には奄美大島以外に大小あわせて7つの島があり、大島病院はその医療の中核病院としての役割も担っています。特に、産科の病院がない島や、小児科の入院施設は唯一ということもあります。他の島からヘリコプターで妊産婦や赤ちゃんが搬送されるなど、渡島さんが働く職場は、奄美群島の新しい命を支える、最後の砦になっているといえるでしょう。

そうした現状の中、島では今助産師の不足が深刻になっています。大島病院の今古川則子総看護師長は「奄美大島は自然に恵まれています。またマリンスポーツも楽しめます。若い助産師さんに島に来て頑張ってもらいたい」と切実な声を上げてくださいました。

渡島さんのように、たくさんの島で生まれる命と一緒に守って行きたい、そう考える看護師さんや助産師さんが増えることを、願って止みません。

Take Action !!
行動を起こしたい方のための
インフォメーション



大島病院は県立病院のため、助産師、看護師とともに職員の採用は鹿児島県立病院局（ホームページ<http://hospital.pref.kagoshima.jp/recruit.html>）に委ねられています。募集は、基本的に新年度に合わせ一度となっているようですが、施設によっては年度途中での採用もあるようなので、島の医療を担う手伝いがしたい、と強く思われた方は直接大島病院に問い合わせてみてはいかがでしょう？

興味のある方は

鹿児島県立 大島病院のホームページ
<http://hospital.pref.kagoshima.jp/oshima/index.html>
TEL:0997-52-3611

Willnext インタビュー

地域発 輝いている先輩 No.4

東京都台東区

特定非営利活動法人 ジャパンハート 研修部長・看護師 武内 三恵さん



医療領域においてキラッと輝く人に注目するWillnextインタビュー。

今回は特集の巻頭、長崎県上五島病院(P2-P4)の看護師さんに強い影響を及ぼしたという、ジャパンハートの活動を紹介しながら、自らも上五島病院へ研修に赴いた経験をお持ちで、現在はジャパンハートの研修部長でもある、看護師の武内三恵さんに、お話を伺います。

離島の看護師不足解消へ向け大きな一歩

折しも、今回の取材直前(2013年11月16日)、離島の看護師不足解消に向け、上五島病院の母体団体である長崎県病院企業団とジャパンハートが、職員の相互交流に関する協定「長崎発 海外医療パートナーシップ推進事業」を締結したという嬉しいニュースが飛び込んできました。

協定の内容は、ジャパンハートの看護師が海外ボランティア研修に向かう前後の半年間、上五島病院など、長崎県病院企業団の病院で国内医療研修を行

行う。長崎県病院企業団の職員は、ジャパンハートが医療ボランティアを実施している海外で、1週間程度の研修を行い、視野を広げる、というものです。

ジャパンハートの吉岡秀人代表は「長崎から発信し、取り組みが全国に波及していくべき」と、コメントしています。

離島天国ともいえる日本において、今後の離島や僻地の医療者不足解消への突破口となるに違いありません。
(資料:2013年11月16日長崎新聞)



■世界中、誰の命の重さも変わらないはず

ジャパンハートの研修部長として、取材時もミャンマーの研修サポートから帰国したばかりの武内三恵さんが、海外での活動を考えたのは、看護学生の時だったといいます。

「旅先のインドで、道端に亡くなった人がごろごろ転がっている光景を見て、日本との違いに驚き、どこに生まれようと、人の命の重みに違いがあってはいけない、と感じたのです。そして、私が看護師にならきっと何かをしてあげられる、と思い込みました」

しかしながら、当時は途上国がおかれている医療の現状もまったく理解しておらず、その'思い込み'が思い上がった考えと気付くまでには、かなり時間を要したと、武内さんは振り返ります。

名古屋の大学を卒業し、そのまま大学病院のICUで順調ともいえる看護師の道を歩んでいた武内さんでしたが、5年ほど経験を重ねた頃、ふと、これでよかったのかしら、と学生時代に芽生えた、看護師として海外で活動したい、という気持ちが蘇り、情報をインターネットで探したそうです。溢れかえる情報の中で武内さんの気持ちを惹きつけたのが、小児外科医で、ジャパンハートの代表でもある吉岡秀人氏のブログ <http://japanheart.exblog.jp/> だったといいます。

■日本の看護師の高い能力を 世界中で発揮してほしい

「ミャンマーでの日々の医療活動のことや当時の吉岡の思いが綴られたブログだったのですが、その中で『日本の看護師は繊細で丁寧で、なによりホスピタリティがある。能力が高いのに、日本の医療環境の問題もあるのだろうが、医師の指示のもとに動く考え方を拭えず、その能力を発揮できていないのは、とてももったいないことだ。今自分が途上国の活動をしている中で、看護や医療の原点を見つめながら、そうした能力を十分に発揮して欲しい』という、看護師の能力を評価し、期待するコメントに出会い、このフィールドなら自分の可能性を引き出せるかもしれない、と思い、2008年、ジャパンハートの国際看護長期研修に参加したのです」

それは同時に武内さんが学生の時に描いた'思い込み'が思い上がりだったと気付かされる機会にもなったようです。

■看護師として、人として 成長するための一歩を踏み出したい

「それまで、機器も薬もスタッフもすべてが整っていた医療環境の中で働いていましたから、現地に赴いたときは、無い無い尽くしに驚くばかりでした。実際に看護師として現地ですることは、看護師として日本ではないことばかりだったのです。しかしながら、そのことは、少ない人材の中で多くのスキルを得られることを意味していました。それは、その後赴いた、国内の僻地や離島の研修においても、通じることです。ジャパンハートで経験を積むうちに、いつの頃からか、看護師として何かしてあげるのではなく、患者さんのそばにいて、自分ができることをする時に、たまたま看護師としての能力が使えばいい、と考えるようになりました」

満ち足りた医療環境から一歩踏み出し、敢えて厳しい環境に自分を置いた武内さん。限られた人材の中で看護師としてのスキルを磨きたい、その強い熱意は、看護師としてというより、むしろ人としての成長を促す大きな一步になつたのではないでしょうか。



ジャパンハートって、どんな活動をしているの？



「医療の届かないところに医療を届けたい」。 そんな、一人の医師の強い思いから始まりました。

小児外科医の吉岡秀人氏は、葉加瀬太郎のテーマ曲でも知られる毎日放送が制作する、人気ドキュメンタリー番組『情熱大陸』に、これまで3度も取り上げられるなど、医療関係者ならずとも一度はその名前を耳にしたことがあるのではないかでしょうか。1995年、ミャンマーに赴き医療活動に携わった際、日本では助かるはずの命が、医療が届かないところではどんどんなっていく現実を目の当たりにし、それ以来、ミャンマーを拠点に、現在も無償で医療活動を続けていることが知られています。

その吉岡氏が、志に賛同する医療者に声を掛け、2004年に立ち上げたのが、国際医療ボランティア団体ジャパンハートです。

東京事務局広報の関口有未さんは、「首都ヤンゴンから飛行機で1時間、そこからさらに車で1時間半ほどワッヂという村に、僧侶の支援を受け、寺院の一角を借りて病院を構えたのが始まりでした」と現在もジャパンハートの主たる活動拠点である「ワッヂ慈善病院」開設の経緯を話してくれました。

現在はカンボジアとラオスにも拠点を広げ、日本から来た看護師をはじめとする医療者はそこを拠点に活動しているそうです。

また、日本国内でも、離島や僻地への看護師研修を通じ、東日本大震災の被災地へは医師や看護師を派遣し、ジャパンハートの、すなわち吉岡氏の理念である「医療の届かないところに、医療を届ける」を実践し続けています。



Take Action !!



行動を起こしたい
方のための
インフォメーション



海外でも日本国内でも、まだ医療が届かない地域がたくさんあることを知ってください。そうした場所に「私も医療を届ける手伝いがしたい」と思われた方は、ジャパンハートに連絡してみませんか？ 短期ボランティア、長期研修など様々な活動プログラムがあるので、自分ができる医療支援がきっと見つかるはずです。

特定非営利活動法人 ジャパンハート

<http://www.japanheart.org/>
〒110-0016 東京都台東区台東1-33-6 セントオフィス秋葉原10階
TEL 03-6240-1564 FAX 03-5818-1610

私たちも応援!! 元気になる先輩からのエール PartIV

ようこそすてきな先輩

本ページでは毎回、看護教育のエキスパートからのエールをお届けしてきましたが、
今回は、豊富な臨床経験を持ち、たくさんの看護師さんを指導し、
現在は束ねる立場でご活躍の臨床看護のエキスパートからのエールです。
どこの看護現場でも看護師さんの離職は気になるところではないでしょうか。
素敵な二人の先輩が、「皆高い志で選んだ看護の仕事ですから、
とにかく辞めないです」と続けてほしい」と、辞めない、辞めさせない、
それぞれの取り組みなどをお話しくださいました。

学んだ看護教育を医療現場でも生かしている

高橋 千晶さん (社会福祉法人 恩賜財団 済生会山形済生病院 看護部長(認定看護管理者))

**失敗も成功も、経験を振り返り、一緒に考え、
乗り越えることができれば、看護職が大好きになると思います。**

当院はそれほど新人看護師の離職率が高い方ではないと思います。それは新人看護師には先輩看護師が1年間付いて指導にあたるというプリセプターシップをとっており、メンタル面を含めて先輩に相談しやすい環境が整っているからだと考えています。新人看護師が相談しやすいように、2~4年目の若い看護師がプリセプターになっています。プリセプターも新人の頃に同じような体験をしているので、緊張するような場面の前にはメールで励ましたりしているようです。そして、そうやって育てられた新人看護師は、自分も2~4年目にはプリセプターになるということを目標にしています。看護師を続けていけるかどうかは、一つひとつの経験や体験を、

どのように自分の中に取り入れていくかだと思います。私自身も、1年目の時にヒヤリハットした経験があります。その時には、「怖かった」という気持ちだけだったのですが、それから経験を積み重ねていって、その時に何が問題だったのか、このような体験を新人看護師させないためにはどうしたらいいのか、ということを考えることができました。

大切なことは、その体験を「怖かった」という思いを抱くだけではなく、なぜ起きてしまったのか、どうすればよかったのかを振り返り、考えることだと思います。その時に、一人で乗り越えることは難しいことなので、先輩や上司がサポートしていくことが必要なのです。「怖かった」体験を乗り越えるためのもう一つの支えは、看護師になりたいという強い気持ちでしょう。その気持ちが強くないと、医療事故などの辛いことに対面した時に、なかなか乗り越えられず、看護師を続けられなくなることがあるように思います。

私は、はじめは臨床看護師を続けたいという気持ちはそんなに強くなかったように思います。しかし、28歳の時に看護教育を学ぶために1年間ほど臨床から離れた時期があったのですが、その時に、また臨床に戻りたいと強く感じ、自分は看護の仕事が好きなのだと実感しました。

ただ、最近の傾向として、看護職を選んだ理由が、自分が看護師になりたかったというより、親や周りの人達が看護師にさせたかったということが増えているのも事実です。例え看護師を目指すきっかけが違っていたとしても、臨床の現場での体験を周りのサポートを受けながら乗り越えていくことができると、自信ができます。医療現場では成功体験も大事ですが、失敗体験も重要なのです。そのままにしておかないようにすることが肝心でしょう。

看護師は今も昔も、自分が悪かったと自分を責めて我慢してしまうところがあります。そこで、院内研修では、グループワークなどで自分自身の体験を話して、メンバーと一緒に考えていくということを多く入れています。成功も失敗も一人だけの体験とせず、皆で共有していくことが大切だと思うからです。

新人看護師にはプリセプターが付いています。プリセプターにはアソシエイトプリセプターが付き、その上には主任・副主任が付いているという、屋根瓦方式教育により、「新人看護師は皆で育てる」という体制でかかわっています。その中で、どの立場の人達も看護師を続けていき、いつしか看護職が大好きになってくれればいいなと思います。

※取材協力 社会福祉法人 恩賜財団 済生会山形済生病院



グループ内の6,000人の看護・介護職員を束ねている

本田 民子さん (一般社団法人 TMG(戸田中央医科グループ)本部 看護局 看護局長)

**辞めると決断する前に、
サポート体制があることを教えてあげたい。
見落としがちな中途入職者へのフォローも大事なのです。**

私たちのグループでは、毎年約1,100人の看護師をはじめとする、スタッフが新たに入職し、そのうちの300人弱が新人で、それ以外は中途採用ということになります。そして、常勤、非常勤も入れてですが、年間800人弱が辞めています。ただ、最近は新人の離職率は減っており、それは、新人一人ひとりのサポートができる体制が整ったからだと思います。カウンセラーを置くなど、メンタルサポートも含め、多方面から、早めの対応を心掛けるようしているのです。

しかしながら、民間病院ということもあります、中途入職者や非常勤の看護師が多いのも特徴で、この人たちが年間270人近くも、1年末満で辞めていくことが、本当にもったいないと思います。こうした現状を考えると、中途採用の人にも、新人同様の厚いサポートが必要なのだということが見えてくるのです。ただ現実としては、新人がいるところに中途採用の人が入ってくると、指導者はどうしても新人にかかわりがちになり、中途入職者への対応が手薄になってしまいます。中途入職者は、様々な環境から入ってきてています。例えば、特養から頑張って急性期をやってみようという人や、その逆もありますし、それまでの病院によっては色々な進め方も違っているはずですから、入職していきなり「あなた、できるでしょ」と言われてしまう状況が、中途採用者離職の一因だと考えます。中途採用者の場合、新人のように一つひとつ丁寧にという教育の必要はありませんが、相手の能力を見ながら、きちんと指導していくことが大事なのです。

また、多くの中途採用の人が、グループのキャリアアップ、保育体制、時短など様々な支援体制を知らずに辞めてしまうのも残念なことだと感じています。そこで、現在は、エリア別に自ら出向き、1年末満の中途入職者を対象に、グループの内容や、医療に関する国の方向性などを交えて、話しをする機会を設けています。すると、「今まで知らなかったので、聞いてよかったです」「非常に勉強になりました、先々は〇〇で頑張りたい」など反応がよいのです。新人は、各種の研修などを通じ、直接会ってグループや看護教育の話をする場面も多いのですが、中途採用者の場合は、敢えて機会を設けることが、つくづく大切なだと実感しました。私のような組織の立場の者の考えを聞くことにより、組織がどういう方向に向かっているかを知り、「そういうチャンスも開かれているのだ」という、将来のイメージを描けるようになってくれれば、と期待しています。

最近、グループ内で転勤をする人が増えてきました。現状を無理だと感じても、辞めずに、働く場所を変え、キャリアアップを目指す方法もあることを説いてきた効果が、少しずつ現れてきているかもしれません。

中途採用者に限らず、誰でも、自分の性格に合う科や、管理コースを目指すかなど、何回かその選択の帰路に立たされることがあると思います。その時には、少し離れて自分を見てみたり、もっと全体を見ることのできる人の話を聞いてみることが大切なのではないでしょうか。

※取材協力 戸田中央医科グループ、(株)日本白十字社

Willnext会員限定の相談窓口には
看護教育のエキスパートに質問、答えてもらえる
「ベテラン先生に聞きたい！」
(Web:<https://www.e-kango.net/will-connect/>)
電話:0120-541713)を設けていますので、
ぜひご活用ください。



(聞き手 石原裕子(事務局))

私の「3.11」その後

応援の輪が広がっています。

学園祭のフリーマーケットの売り上げを 被災地の義援金にしたい！

日本看護学校協議会共済会は東日本大震災後の被災地を応援し続けます、をテーマに、平成25年度定期総会は宮城で開催、翌日女川・石巻の被災地見学を実施いたしました。

(詳しくはWillnext magazine vol.2 No.1 P6-P7をご覧ください。Willnext magazineのバックナンバーはホームページ <https://www.ekango.net/>からもダウンロードできます)。

その報告を聞き「自分たちもできることをしたい！」と立ち上がってくれた皆さんがあります。鹿児島県の学校法人希望が丘学園鳳凰高等学校の生徒たちです。



校長の言葉が生徒たちの心に響きました。

日本看護学校協議会共済会の代議員のお一人である鳳凰高等学校校長の西美継先生は、被災地見学後、学校の全体朝礼で約1,000人の生徒たちに向かって、女川の子供たちによる太鼓演奏の話や石巻の現状などを、訪問時に支援も兼ねて購入した、太鼓の会「轟会」のロゴが入った手ぬぐいやTシャツを見せながら、20分以上もかけ、熱く語ったそうです。その話を聞いた生徒会・ボランティア部の生徒たちは、すぐに、「文化祭で行うフリーマーケットの売上金を女川の子供たちに贈りたい」と申し出くれたといいます。

早速、西校長は訪問時に太鼓演奏してくれた「轟会」代表の斎藤茂子さんを通じ、女川町立女川小学校の高橋良一校長に生徒達の思いを伝えたところ、とても喜ばれ、実現に至ったといいます。



斎藤さんと子供達の太鼓の音が
女川小学校の体育館全体から全身に響きます。



足浴のコーナーでは
看護学科の小野原さんに、
足浴後マッサージをしてもらいました。



手作りのアルバムも一緒に。

平成25年度の鳳凰高等学校文化祭は11月2日(金)～3日(土)に開催。一般公開の3日は曇天にもかかわらず、様々な模擬店は大勢の来場者で賑わいました。フリーマーケットのテントも多くの人であふれかえり、その対応に生徒も指導教員も大忙し。嬉しい悲鳴といった感じです。生徒会とボランティア部が中心となって7月から用意した品物が、あっという間に完売しました。「義援金と一緒に贈りたい」と用意した大きな白い布には、女川小学校の子供達へのメッセージが次々に書き込まれ、文化祭の終盤にはもう余白がなくなるほど、たくさんの人達の温かい言葉で埋まったのです。手作りの募金箱を持ち、声を枯らしてお願いに歩き回っていた生徒がとても印象的でした。

フリーマーケットの売上金・募金合計は予想をはるかに上回る10万円強の金額になったとのこと。それらすべてを義援金として、また、たくさんの応援メッセージが書き込まれた布と、今回の準備段階からの写真などを綴ったアルバムと一緒に、11月末、女川小学校に贈ったそうです。

鳳凰高等学校のある鹿児島県南さつま市からは、東日本大震災の被災地へ容易に出かけて行ける距離ではありません。しかしながら、例え被災地に足を運ばなくても、今、自分たちにできることを精一杯考えた、生徒たちの行動に心温まる思いがします。

12月末、鳳凰高等学校に嬉しい便りがありました。女川小学校から「感謝」の寄せ書きと、年間行事を紹介したアルバムが届いたそうです。校長室前掲示板に貼られた寄せ書きの前には、休み時間のたびに、多くの生徒たちが集まっているといいます。心の交流の実現——素敵ですね。日本看護学校協議会共済会も、さらに被災地の応援の輪を広げるお手伝いをし続けよう、と強く感じました。



一字一句聞き漏らさないと、撮影する西校長。



鹿児島県鳳凰高等学校

女川小学校へ応援メッセージを届けます。



鳳凰高等学校へお礼のメッセージが届きました。

今号では、女川をもっと応援しよう！と「轟太鼓」のロゴ入りTシャツ等をプレゼントいたします。詳しくはP22「プレゼント情報」をご覧ください。



Willnext magazine では、医療の現場で皆様が安心して業務に従事できるよう、医療安全に関するページをシリーズでお届けしています。今号も前号に引き続き、「起きてしまった事故は、次の事故を起こさないための再発防止マニュアル」という考え方に基づき、専門家が実際に起きた事例を分析し、そこから学ぶべきことをアドバイスしてくれます。今号では、特に患者確認の重要性がテーマにあがりました。

医療過誤・医療事故に詳しい弁護士による事例分析と見解

患者取り違え事件から学ぶ

常にプロフェショナルとしての緊張感や責任感を持つことが必要

取り違え患者さん相手では、いかなる医療行為も正当な業務になる余地は全くありません。

「入院患者識別バンド」の着用が一般化した契機ともいわれる事件があります。



●医療過誤事例: 患者取り違え事件(横浜市立大事件)

事件の概要

看護師Aは、心臓手術(僧帽弁形成又は置換)を予定していた患者甲と肺手術(開胸生検・右肺上葉切除・リンパ節郭清)を予定していた患者乙を乗せた2台のストレッチャーを一人で同時に押しあるいは引きながら、ストレッチャーのアンダーバスケットに入れられたカルテ等と共に病棟から手術室交換ホールへ搬送した。看護師Aは手術室の看護師Bに「イチゲの甲さん、乙さんです」と言ってこの2名の患者を引き渡し、看護師Bは、患者甲と患者乙を甲・乙取り違えて引き渡しを受けました。

手術に関与した医師らは、患者甲を担当する予定であった執刀医C、同じく麻酔科医D、患者乙を担当する予定であった執刀医E、同じく麻酔科医Fでした。

それぞれの手術に際して、それぞれの手術室の医師・看護師らは、それぞれの患者に再三「甲さん」あるいは「乙さん」と名前で声掛けしたが、患者らはいずれも名前を間違えて呼ばれているのに、気付かず返事しあるいはうなづく等しました。

執刀医Cは、術前での経食道心エコー検査で患者甲の従前の検査データと著しく異なる検査結果を確認し、麻酔科医Dからそれらの疑問の指摘を受けながら、そのまま肺手術予定の患者乙に対し、心臓手術を行った。

麻酔科医Fは、手術の準備として長さ10cm、幅8cmのフランドルテープ(経皮吸収型虚血性心疾患治療剤)が患者甲の背中に貼付されていたが、何の疑問も持たずにこれを剥がし、執刀医Eは、患者乙の主治医であったが、容貌の違いにも注意を払わず、そのまま手術を開始、開胸して現れた患者甲の肺が術前のCT画像などで予想された所見と異なっていた等の状況に気付きながら、なお確認をせず、そのまま肺の手術を行った。

刑事事件・判決

検察は、書類送検された医師10人、看護師8人の合計18人の中から、A、B、C、D、E、Fの6人を業務上過失傷害罪で起訴しました。第一審の横浜地方裁判所は、麻酔科医Dを無罪。A、C、E、Fに対し罰金刑を、手術室の看護師Bに、禁錮一年(執行猶予3年)を言い渡しました。検察・弁護双方からの控訴を受け、東京高等裁判所は、麻酔科医Dに罰金25万円、その他の全員に罰金50万円を言い渡しました。

横浜市大事件から学ぶリスクマネジメント

一審で、看護師Bに禁錮一年(執行猶予3年)が言い渡されたことについて考えてください。看護師Aの罰金30万円と比較すると、裁判所の見る目の厳しさが分かると思います。

確かに、看護師Bが患者さんを取り違えて引き渡しを受けたことが、本件事故の始まりです。そこで基本に忠実に受け渡しが行われてさえおれば、本件は起り得なかった事故ということは確かでしょう。看護師Bは、公判廷で「間違って手術室に搬送しても誰かが気が付くだろうと思った」と述べたようです。チーム医療に起りうる「誰かが気が付くだろう」という安易さです。そしてこの安易さが、両方の手術に関与した医師や看護師全員に蔓延していたことが、この重大な事態を招きました。その観点で見れば、高裁が麻酔科医Dを除き、全員に一律罰金50万円としたのもうなづけます。同時に起訴されなかつた他のチームメンバーの責任も忘れてはなりません。

正確な医学知識・薬剤の知識をしっかりと身に付けることは医療者の前提ですし、手技の熟達のための修練は医療者に必須のことです。しかし、そもそも治療診察をするべき相手の患者さんを取り違えていては、医療は成立しません。

メス等で身体を侵襲することは、医療者の医療行為だからこそ正当業務行為として処罰されないのであります。取り違え患者さん相手では、いかなる医療行為も正当な業務になる余地は全くありません。それは単なる犯罪です。

プロフェショナルとしての緊張感や責任感が問われているのです。

アドバイザー・弁護士

安福 謙二(やすふく けんじ) 安福法律会計事務所

昭和47年 東京大学経済学部卒業。

昭和53年弁護士登録(第二東京弁護士会所属)。

以来、多くの医療事故、医療過誤事件に携わる。

昭和59年安福法律会計事務所を開設。

主な取り扱い事件

板橋わいせつ事件……………最高裁 逆転無罪判決

榮高・銀行預金返還請求事件……東京高裁 逆転判決

県立大野病院事件……………福島地方裁判所 無罪判決

リスクマネジメントのプロによるリスク回避のポイント

最近の医療過誤事例から学ぶ no.2

再発防止のために、自分の施設の現状を確認してください

職場で医療安全活動を実践していくために役立つと思われる事例を紹介し、そこから医療安全におけるポイントを挙げていますので、ぜひ、看護実践における医療安全に生かしてください。



事例 1

【薬剤投与で患者間違え】

深夜、看護師が入院中の患者Aに、ベッドが隣同士の患者Bの抗生剤を誤って投与した。患者Aはアレルギー反応を起こし、血圧の低下が翌日まで続いた。病院は看護師が患者氏名の確認を怠ったことが原因として、与薬時の患者確認を徹底することにした。

(2012年7月13日報道より)

医療安全における Point

1. 患者確認はすべての行為の基本です。病院の患者確認方法をマニュアル等で再確認し、病院で決められている患者確認方法を守りましょう。
2. 患者、家族、来院者に病院の患者確認方法を伝えてください。
職員が患者の氏名を呼ぶだけでは、別の患者が返事をすることもあるので、患者自身にフルネームを言ってもらい確認する方法が確実です。
3. 患者さんにフルネームを言う意味を伝え、協力してもらいましょう。



事例 2

【病室で窃盗】

病院で過去10カ月に入院患者の財布などが盗まれる被害が5件あった。このとき、看護師が不審者を病室で目撃した。その後、不審者に似た人が再び病院に現れたため、窃盗の疑いで容疑者が逮捕された。

(2012年11月16日報道より)



医療安全における Point

1. 病院内では、患者や来院者に挨拶をしましょう。特に見知らぬ人を見かけたら必ず声を掛けてください。声掛けは防犯上とても大切です。
2. 面会者には病院のルールにそって面会していただくように促します。
例えば、面会者がバッジを付けるルールになっている病院では、バッジを付けていない人に声を掛けるようにしてください。
3. 施錠すべき出入り口が施錠されないまままで、職員や患者・家族が通行していることはないでしょうか。
施錠のルールを守り鍵の管理をしてください。
防犯上問題だと感じることがあれば、上司や病院の管理者に伝えてください。

リスクマネジメントのプロだから教えられる、実践的なリスク回避方法 患者間違えゼロを目指して

患者確認の重要性

患者確認は、すべての医療を行う上でもっとも基本となることです。どのように熱心に医療を提供しても誤った患者に実施すれば全く意味をなしません。それだけではなく、重大な傷害をもたらしかねず、患者の医療者への信頼も大きく損ないます。

例えば、採血では、誤った患者から採血をしたり、他の患者の氏名が書かれたスピッツを誤使用したりすると、誤った結果が診断や治療方針に影響を与えます。異型輸血事故が起こる恐れもあります。また、誤った患者への配膳が誤嚥による窒息やアレルギーによるショックにつながる場合もあります。

リストバンドの活用

皆さんも日本の医療安全の取り組みが1999年の手術患者の取り違え事故がきっかけになったことを知っておられると思います。肺の手術の患者と心臓手術の患者が、手術室入室時に取り違えられたまま誤った手術が行われてしまいました。

1999年当時、日本ではリストバンド(ネームバンド)が使われている病院はほとんどなく、手術時はカルテで確認をしていました。上記の事故では、カルテが患者とは別に手術室内に運ばれたため、その患者が手術を受ける患者本人であることを確かめることができなくなってしまいました。

この事故によって、患者の体から離れないリストバンドの必要性が認識され、全国の病院にリストバンドが普及しました。皆さんもリストバンドの意義を改めて意識して、リストバンドを用いた確実な患者確認を行いましょう。



患者との協同で

病院では、医療者が「〇〇さん」と呼び掛けたときに別の患者が「ハイ」と返事をしてしまうことがあります。呼び掛けに対して返事があったからといって患者確認ができたと考えるのは危険です。「医療者が患者にフルネームを尋ね、患者がフルネームを言って確認をする」という「患者と医療者の協同によるフルネーム確認」を行うことが必要です。また、書類やラベルに書かれた氏名も、患者自身であれば誤りを容易に発見できるので、患者に見てもらって確認することは大変有用な方法です。ただし、患者には自分が氏名の確認にかかる必要性がまだ十分に理解されていません。医療の方も、患者に何度も名前を尋ねたり書類の氏名の確認をしてもらったりすると患者が嫌がると考えて遠慮することがあります。入院時に患者確認への協力を依頼したり、院内にポスターを貼ったりして患者に理解をしてもらいましょう。確認時には「ご一緒にお名前の確認をしてください」「確認のためお名前を教えてください」と声を掛けて協力を依頼しましょう。



アドバイザー
東京海上日動メディカルサービス(株) メディカルリスクマネジメント室

<http://www.tokio-mednet.co.jp/>

医師、薬剤師、看護師など医療専門職の視点から、また法律学や心理学の視点から医療現場に向けて医療安全に関するコンサルティングや研修などのサービスを行っている、リスクマネジメントのエキスパート集団です。

患者さんに関する悩みにお答えします。

「Willnext」ご加入の方なら誰でも弁護士、社会保険労務士、司法書士、公認会計士などの専門家に無料で相談できる窓口を設けています。
今回は、最近増えている訪問看護等、移動で車の運転を伴う業務に関する、実際にあったご相談事例をアレンジし、弁護士の回答とともに掲載いたします。
法的視点での回答は、他の事例にも当てはめて考えることもできるので、ぜひお役立てください。



教えて！弁護士さん

●車の運転を伴う業務についての相談

Q: 訪問看護の業務には車の運転が伴うため、これまで車の運転になれた看護師が行つきましたが、次年度からはペーパードライバーの看護師も従事させると病院側から言われました。採用の際、自動車運転免許については必須ではなく、「業務に車の運転を伴う」という説明もありませんでした。

1. 事故を起こした場合の責任の所在はどうなりますか？
2. 運転業務を拒否することはできますか？
3. 運転業務に手当を要求できますか？
4. 運転業務命令はパワーハラスメントに該当しますか？



A: 1. 従業者が事故を起こした場合、被害者との関係では運転者が不法行為責任を負うと同時に、使用者である病院(医療法人)も使用者責任を負うのが通常です。使用者が使用者責任に基づいて損害賠償金を支払った場合、従業者に対して求償権を有しています。しかし、この求償権については「損害の公平な分配という見地から信義則上相当と認められる限度において」なし得るとして損害額の4分の1に限定した裁判例があります(最判昭51年7月8日)。

なお、従業者が就業中の事故によりケガをした場合は、原則として労働災害となり、労災保険の適用による保障があります。

2. 労働者がなすべき業務内容は、基本的には労働契約に基づきます。しかし、労働契約では、労働条件について詳細に定める例はほとんどなく、「使用者の指揮命令に従って就労する」というような内容になっているのが通常です。この条項を根拠として使用者は労働者に対する業務命令権を有しており、労働者は正当・適法な業務命令には従う義務があることになります。もちろん業務命令権の行使は、労働契約において労働者がその労働力の利用を使用者に約したと解される合理的な範囲内で行われるべきで、この範囲を超える場合は業務命令権の濫用であり無効となります。

不当・違法な業務命令については、犯罪行為の実行を命令する場合が挙げられますが、他には強制労働の禁止(労基法5条)、危険有害業務の就業制限(労基法62条、64条の5、安衛法61条)などがあります。

安衛法61条は、クレーンの運転等の業務については資格を有する者でなければ、その業務に就かせてはならないと定めています。これに対し、普通乗用車の運転については特段の規定はありません。普通乗用車については、国民の間に相当普及していること、日常生活にも使用されていること、世代や障害の有無に関係なく普通免許保有者がいることなどから安衛法の対象とはされていないと思われます。

上記のとおり、クレーンの運転等についても免許などの「資格」を有していれば業務命令として運転を指示することは禁止されています。

そうすると、普通免許については免許を有している者に対して普通乗用車の運転を指示することは業務命令の範囲内と解することができます。もちろん個別の事情により当該労働者が免許を有していても実際に運転することにより具体的な危険が発生することが明らかに予想される場合には業務命令権によっても当該運転手に運転を命ずることは権利の乱用になると考えられます。しかし、単に交通事故の恐れやペーパードライバーだからというだけの理由では命令を拒否する根拠にはならないでしょう。

病院が訪問看護を行うことは在宅医療が国の政策としても積極的に推進されている今日、通常予想されることであり、かつ看護師が車を利用して患者宅を訪問することは特殊なことではなく、労働契約上合理的な範囲内であると解されます。

3. 運転業務に手当を支給すべき義務はないので、使用者との交渉次第になります。
4. パワーハラスメントの行為類型の一つとして「過大な要求」が挙げられます。業務上明らかに不要なことや遂行不可能なことの強制、仕事を意味するため、運転業務命令がこれに該当することになれば、パワーハラスメントにあたると考えられます。

(弁護士/吉岡謙治)

吉岡弁護士はWillnext会員限定の相談窓口 「法律等の専門家に聞きたい！」
(Web:<https://www.e-kango.net/will-connect/> 電話:0120-541713)の相談員
です。看護業務に関することはもとより、日常生活において法的問題で困っていることがございましたら、ぜひご活用ください。



自分の性格タイプを知って、医療現場でのコミュニケーション能力をアップさせませんか？

看護職は、患者さん、患者家族、他の医療スタッフ等、とにかく多くの人とのかかわりがあり、

コミュニケーション能力を求められる職種といえるでしょう。そのような中で、

「自分の思っていることがうまく伝わらない」と感じたことはありませんか？

今号では、医療職などのメンタルヘルスにも詳しい専門家が、看護師さんの性格タイプによって、コミュニケーションのコツをアドバイスしてくれます。

上手に活用して、これまで以上によりよいコミュニケーションをとっていただき、よりよい看護援助の提供につながればと願っています。



弁護士さん

社会保険労務士さん

公認会計士・税理士さん

司法書士さん

臨床心理士さん

さまざまなその道のエキスパートが回答します！

教えて！ 臨床心理士さん

まずは、以下のチャートで自分の性格タイプをチェックしてみましょう！

あなたはどの性格タイプですか？

Yes → No →

START!

お節介だと周囲から
言われることが
ときどきある。



デートの場所を
決めるとき、
相手に任せるより、
自分からリードして
いくほうだ。

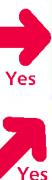


困っている人を見ると、
黙っていられないで、
つい声を掛けてしまう。



**サービス
タイプ**

何か失敗をしたとき、
冷静に原因を考えるより、
自分はダメだなあと
思ってしまう。



買い物をするとき、
個性的で、
ユニークなものに
つい目がいく。



電車が遅れて、
約束の時間に合わない！
必死に駆け付けても
遅刻は遅刻、と
焦らず開き直るほうだ。



**自由
タイプ**

問題が発生した時、
周囲の人の気持ちよりも
合理的な解決を
一番優先する。



いきなり、
残業をしなければ
ならなくなつた！
素直に従うなんてイヤ。
まずは文句を言う。



周囲の人が沈黙して
空気が暗くなるのは
どうにも苦手、
そんなときはつい
「冗談」を言う方だ。



**協調性
タイプ**

**論理
タイプ**

**厳格
タイプ**

このチャートによる性格タイプはあくまでも、
自分の性格の傾向に気付いたためのものです。
気楽な気持ちでトライしてください。

自分の性格タイプが見えてきたら、専門家による、それぞれのコミュニケーションスキルアップのコツをチェックしてみてください。

あなたの傾向

厳格タイプ

あなたは仕事をきっちりしたいタイプ。曲がったこと、
いい加減なことが嫌いな看護師さんタイプです。周
りから信頼される一方、厳し過ぎると思われるこ
ともあるでしょう。

サービスタイプ

あなたは困っている人を見るとそのままにはできませ
ん。サービス精神がいっぱい、周りの人たちにいつも
温かい心で接する白衣の天使タイプです。

論理タイプ

あなたは物事を合理的に割り切って行動できるタイプ
です。周囲からはとても優秀で頭がよいと思われます
が、その冷静さが少し冷たく見えてしまうかもしれません。

自由タイプ

あなたは人を楽しませることが好きな明るいタイプ。
病室内でも周囲に笑いを振りまいています。物事を柔
軟に捉えて、いろんなアイデアもわいてきます。

協調性タイプ

あなたはいつも周囲の人の気持ちを意識して、少しぐ
らい嫌でも周りの人に合わせて行動しがち。周囲から
は協調性のある人、よい人に見られているでしょう。

アドバイス

完璧さを求めるあまり、周囲と意見が対立したり、スト
レスをためることがあるかもしれません。うまくいか
ないこと、理想通りにできないこともありますと、気持ちに
余裕を持つことも大切です。

優しいあなたの気持ちが、ときには「おせっかい」に見え
ることもあるでしょう。また、現実との矛盾にストレス
を感じるかもしれません。遠くから見守る気持ちも大
切です。

医療にかかる仕事では冷靜さは欠かせません。感情
に左右されにくいことも大切ですが、一方では理屈で
は割り切れないこともありますたくさんあります。気持ちを優
先させる場合もあってよいでしょう。

思ったことがつい口から出てしまい、失敗してしまう
こともあるのではないでしょうか。TPOは大切です。周
囲の空気に合わせることも意識してみてください。

看護という大変な仕事の中で、要望ばかり聞いている
と身が持ちません。協調性も必要ですが、ときには自分
の気持ちを優先されることも大切です。あえて「NO」を
言うことも必要です。

シーン別

今すぐ看護の現場で使える外国語会話



2020年に東京でオリンピックが開催されることが決まります、外国人の訪日が増えそうです。

医療関係者も対応できるように、今からしっかりと準備しておくことが叫ばれています。

今回は、初めて来た外国人患者さんの、病歴を正確にとるために欠かせないフレーズをご紹介いたします。

現在は、外国人向けの問診票がどこの医療機関でも用意されているという状況ではありません。

その場合は、患者さんに代わって問診票を作成しなければならないこともあるでしょう。ぜひご活用ください。

※英語、中国語(繁体語・簡体語)、韓国語をそれぞれ色分けしてご案内しています。

問診～その①

①今まで大きな病気にかかった(何らかの手術をした)ことはありますか?



ハヴュー エヴァハッド エニイ スイリィアス イルネスイズ(オペレイションズ)

Have you ever had any serious illnesses(operations)?

ヨウ シェングオ ダービン マ? (ヨウドングオ ショウシュウマ?)

繁 有 生 過 大 病 喚? (有 動 過 手 術 喚?)

簡 有 生 过 大 病 吗? (有 动 过 手 术 吗?)

チクムカジ クンビヨンエ コリン チオギ イッスムニカ

지금까지 큰 병에 걸린 적이 있습니까?

②現在治療中の病気はありますか?

アユー カレントウリィ アンダーゴーイング エニイ メディカル トワリットメント

Are you currently undergoing any medical treatment?

シェンヅアイ ヨウ ヴァイ ツーリヤオ デ ビン マ

繁 現 在 有 在 治 療 的 病 喚?

簡 现 在 有 在 治 疗 的 病 吗?

ヒヨンジエ チリョチュンエ ピヨンウン イッスムニカ

현재 치료 중의 병은 있습니까?

③現在服薬中のものはありますか?

アユー テイキング エニイ メディケイションズ

Are you taking any medication?

シェンヅアイ ヨウ フーヨン ヤオウ マ

繁 現 在 有 服 用 藥 物 喚?

簡 现 在 有 服 用 药 物 吗?

ヒヨンジエ ポギヨンチェンエ ヤグン イッスムニカ

현재 복용 중의 약은 있습니까?



④アレルギーはありますか?

ドゥユー ハヴァ エニイ アレジイズ

Do you have any allergies?

ヨウ グオミン マ

繁 有 過 敏 喚?

簡 有 过 敏 吗?

アルレルギヌン イッスムニカ

알레르기는 있습니까?



⑤何に対してアレルギーを持っていますか?

ウワット アユー アレジック トウ

What are you allergic to?

ドウイ シエンマ グオミン ナ?

繁 對 什 麼 過 敏 呢?

簡 对 什 么 过 敏 呢?

ムスン アルレルギルル カジゴ イッスムニカ

무슨 알레르기를 가지고 있습니까?

⑥ご家族に高血圧(糖尿病)の方はいらっしゃいますか?

ダズエニイワン イニュア ファミリィ ハヴ ハイ ブラッドプレシャー(ダイアビーティス メリトウス)

Does anyone in your family have high blood pressure(diabetes mellitus)?

ニンデ ジャレン ヨウ メイヨウ ヨウ ガオシェヤ (タンニヤオビン) デナ

繁 您 的 家 人 有 没 有 有 高 血 壓 (糖 尿 病) 的 呢?

簡 您 的 家 人 有 没 有 有 高 血 壓 (糖 尿 病) 的 呢?

カゾクチュンエ コヒョラベ(タンニヨビヨン)ブヌン ケシムニカ

가족 중에 고혈압(당뇨병)의 분은 계십니까?

⑦週に何回お酒を飲みますか?

ハウ メニイ タイムス ア ウイーク ドゥユー ドゥリンク

How many times a week do you drink?

イーツオウ フー ジーゞー ジョウ

繁 一 周 喝 幾 次 酒?

簡 一 周 喝 几 次 酒?

ハンチウエ ミョッポン スルル マシムニカ

한주에 몇 번 술을 마십니까?



⑧一日にどのくらいお酒を飲みますか?

ハウ マッチ ドゥユー ドゥリンク アデイ

How much do you drink a day?

イーティエン フー ドゥオシアオ ジョウ

繁 一 天 喝 多 少 酒?

簡 一 天 喝 多 少 酒?

ハルエ オヌ チオンド スルル マシムニカ

하루에 어느 정도 술을 마십니까?

⑨タバコは一日に何本吸いますか?

ハウ メニイ スイガレツ ドゥユー スモウク アデイ

How many cigarettes do you smoke a day?

イーティエン ツオウ ジーゲン シャンイエン ナ

繁 一 天 抽 幾 根 香 菸 呢?

簡 一 天 抽 几 根 烟 呢?

タンベヌン ハルエ ミョッケ ピウムニカ

담배는 하루에 몇 개 피웁니까?



⑩職業を伺わせていただけますか?

マイアイ アスク ウワット ユア オキユペイション イズ

May I ask what your occupation is?

ニン デ ジーイエ シー シェンマ

繁 您 的 职 業 是 什 麼?

簡 您 的 职 业 是 什 么?

チギオブル ムロド ドエケッスムニカ

직업을 물어도 되겠습니까?

日本看護学校協議会共済会では 平成26年度 台湾医療関係施設 訪問・見学ツアーを企画いたします。

日本看護学校協議会共済会では、海外交流事業の一つとして、平成25年度、台湾の医療関連施設の訪問・見学ツアーを企画、参加者を会員に広く募り、実施いたしました。参加者は大学、専門学校、高等学校の教職員と看護現場での教育指導者等、看護の様々な分野でご活躍されている方です。台湾の医療事情を知るよい機会になっただけではなく、参加された方同士の意見交換をする、貴重な時間になったと確信しております。

団長でもある、当会の山川美喜子副会長(岩崎学園 横浜実践看護専門学校準備室)は、訪問したご縁で、平成25年9月27日に高雄市の美和科技大学で行われた、台湾南部地域の学術集会に招かれ、「日本における認知症施策と基礎看護教育」というテーマでお話しをされてきました。会では、せっかくできた、交流の糸を今後もしっかりと紡いでいきたいと考え、平成26年度も台湾の訪問・見学ツアーを企画、下記のスケジュールで実施する予定です。訪問先の詳細は4月頃決定いたしますので、HP(<https://www.e-kango.net/>)をご確認ください。



講演のお礼にと
「感謝状」をいただきました。



昨年度の訪問・見学でいただいた感想なども参考にし、平成26年度は日程を2泊3日と、少しコンパクトにし、臨床現場で働く方も休みを利用し、参加しやすいように企画いたしました。また、訪問先は、昨年同様に、大学、病院に加え、行政院教育部(日本の文科省にあたる行政機関)、台北市政府衛生局を予定しています。

多く方のご参加をお待ちしております。

一般社団法人日本看護学校協議会共済会 平成26年度 台湾医療関係施設訪問・見学ツアーのご案内

今年度も全会員に向け、台湾訪問・見学旅行を企画いたします。個人ではなかなか難しい現地の看護養成施設、病院の施設見学をしたり、意見交換会の場も設けています。また、今年度は日本の文科省にあたる行政院教育部を表敬訪問する予定です。台湾の看護教育事情を知るだけではなく、日本の看護教育事情を伝える、情報交換のよい機会となります。専門の通訳が同行いたしますので安心です。最終日、会が用意した、台北「欣葉101」から夜景を見ながらの夕食会は、参加者の皆さんのがれられない時間になることでしょう。多くの方のご参加をお待ちしております。

<概要>

- ツアーナー: 平成26年度 台湾訪問・見学ツアー
- 募集定員: 15名 ※定員になり次第募集は終了します。
- 最小催行人数: 11名 ※定員に満たない時は中止となる場合があります。
- 費用: 1名 88,000円

※但し、参加人数の変更により代金が変更になることがあります。尚、台北101「欣葉」の懇親会費用など、一部は日本看護学校協議会共済会の国際交流事業として、会が負担しています。

旅行取扱会社: 名鉄観光サービス株式会社 横浜支店 観光庁登録旅行業第56号

日時	月／日	都市名	時間	交通機関	摘要	食事
1	8月25日 (月)	羽田発	10:50	BR189	羽田空港よりエバー航空にて空路台北・松山空港へ向けて出発します。 到着後、専用車にて移動します。	朝:x
		松山着	13:30	専用車	表敬訪問	昼:機内
			午後 夕刻		ホテルへチェックインします。 シェラトンまたは同等クラスのホテル(泊)	夕:x
2	8月26日 (火)	台北	午前		ご朝食: ホテルにて 専用車にて移動します ☆交流会(学校交流)	朝:○
			午後		☆交流会(病院交流) ご夕食: 台北101 欣葉にて 同上(泊)	昼:x 夕:○
3	8月27日 (水)	松山発			ご朝食: ホテルにて 朝食後、専用車にて移動します。 ☆表敬訪問(台北市衛生局)又は病院見学 昼食は鼎泰豊にて エバー航空にて帰国の途へ	朝:○
			16:00	BR189	羽田空港に到着 入国手続き・税関検査終了後、解散	昼:○
		羽田着	19:55			夕:機内

☆ 上記行程表は、利用交通機関の時刻変更などで変更が生じる場合がございますので、予めご了承ください。

☆ 利用予定航空会社: エバー航空

☆ 利用予定ホテル: シェラトン台北または同等クラスのホテル

☆添乗員: 添乗員は同行いたしませんが、現地係員がガイドとしてご案内



「眠れない」

一見「眠っている」状態でも、案外脳は活動しています。

記憶力を高める睡眠があるという方はご存知ですか？今回はそんな睡眠のパターンをみていきましょう。

第4回 睡眠の基礎知識～その3

1. レム睡眠とノンレム睡眠

① 睡眠は性質の異なる2つの眠りの繰り返しです。

眠りに入ってしまうと、一見静かな休息状態にある睡眠ですが、夜、目を閉じている間も脳内は想像以上に活動を続けているのです。そして同じ性質の睡眠がずっと続いているものと思われがちですが、実はそうではなく、私たちの眠りはレム睡眠とノンレム睡眠という異なる2つの性質の睡眠から成り立っています。

■金縛りのなぞ

意識はハッキリしているのに、手足を動かそうと思ってもまったく体が言うことをきかない、という状態から、古くは心霊現象だと幽霊のたたりや呪いだと考えて恐れられていた金縛り。最近では医学的に睡眠麻痺といい、睡眠障害の症状の一つだと考えられています。レム睡眠中は体が眠っていて脳が起きている状態です。この時に目が覚めると、体がすぐには動かない現象が生じ、この現象が金縛りであるといわれています。

② ネコの姿勢からも睡眠の状態が分かります。

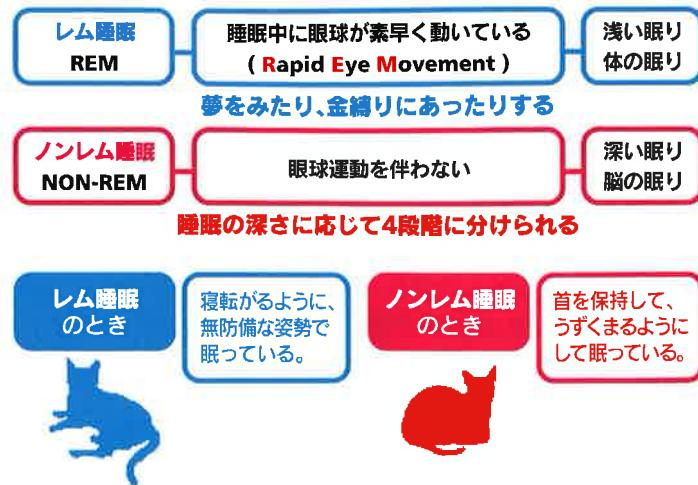
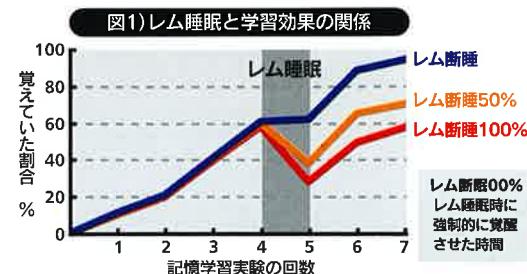
レム睡眠とノンレム睡眠のパターンはヒトだけでなく、恒温性を確立している高等脊椎動物にはみられます。身近なネコではどうでしょう。

③ それぞれの睡眠には役割分担があります。

ノンレム睡眠時は脳代謝量が低下し、脳温も下がり休息状態となります。入眠後の深い睡眠時には成長ホルモンが分泌されることから、ノンレム睡眠時には能動的に組織の増殖や損傷に対する修復を計っていると考えられます。カラダの休養だけであれば、誰しもレム睡眠は不用で、ノンレム睡眠だけで十分と思うはずです。ではなぜレム睡眠が必要なのでしょう？未だレム睡眠の存在事由は明らかではありませんが、いくつかの理由が推察されています。

④ 記憶力アップにはレム睡眠を味方にしましょう。

記憶に深い関係があるといわれているのはレム睡眠の方です。脳の完全休息状態のノンレム睡眠時に対し、レム睡眠中は脳は目覚めかけているものの体が眠っているため、脳は体に対して余計な指令を出さなくともよく、情報整理に集中することができます。そこで記憶や感情を整理し、その固定や消去を効率よく行っているのです。レム睡眠と学習効果の関係を調べるための研究では、同一の記憶学習を繰り返し行い、途中で睡眠をとらせる実験を行ったところ、レム睡眠の割合が多い程、記憶していた割合も多い結果でした。(図1)



- 1 睡眠中、大脳の働きが低下し過ぎないように、大脳を時々覚醒に近い状態に保つ。
- 2 眠るという外敵から攻撃されやすい状態となるべく減らす。
- 3 レム睡眠を何度か繰り返し、脳全体を少しずつ覚醒させていく朝の目覚めをよくする。
- 4 レム睡眠期に、その日に得た大脳の莫大な情報の整理を(不用、不都合な物を処理)する。

■レム睡眠の効果

- レム睡眠中に記憶を整理、固定する。つまり 学習や記憶の効果を上げるにはレム睡眠の確保が重要。
- レム睡眠をとらないと技能の習得が遅い。
- レム睡眠が増えた人は語学の習熟が早い。

※レム睡眠とノンレム睡眠の役割と状態を表1にまとめてみました。

表1) レム睡眠とノンレム睡眠の役割と状態

分類	レム睡眠	ノンレム睡眠
役割	<ul style="list-style-type: none"> ・カラダの休息 ・記憶の整理、固定 ・技能の習熟 	<ul style="list-style-type: none"> ・脳の休息 ・体組織の修復 ・成長ホルモンの分泌 ・エネルギーの節約 ・免疫機能の増強
状態	<ul style="list-style-type: none"> ・眼球がキヨロキヨロ動く ・身体の力が完全に抜けている ・呼吸や脈拍が不規則 ・夢を見る 	<ul style="list-style-type: none"> ・入眠直後に現れる ・身体を支える筋肉は働いている ・眠りが深くなるに連れて呼吸数と脈拍数が安定し少なくなる ・夢はほとんど見ない

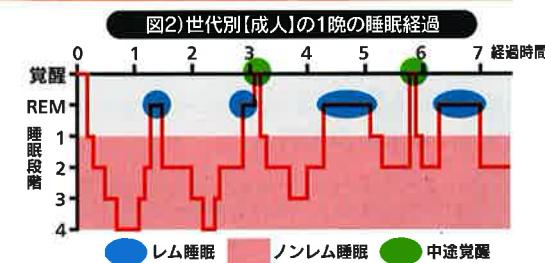
2. 自分の睡眠パターンを知っておきましょう

睡眠にはレム睡眠とノンレム睡眠があることが分かりました。眠りに就くとまず一気に第4階の深睡眠(ノンレム睡眠)になります。その後脳は覚醒の方向に向ってレム睡眠に状態になり、その後また深いノンレム睡眠に向かい、またレム睡眠へ戻るのです。約90分周期でこの2種類の睡眠構成を4~5回繰り返して朝の目覚めを迎えます。

一般的に、第3・4段階の深い睡眠は前半に多く、レム睡眠は後半に多く出現します。

睡眠パターンは時間の経過だけでなく、世代によっても変化。子供の場合では深く質の良い睡眠となっていますが、年齢と共に深いノンレム睡眠が減少し、高齢者の場合では浅いノンレム睡眠が多く、中途覚醒が目立っています。また、レム睡眠も減少しています。(図2)

⇒ 自分の睡眠パターンを知って眠るコツをさぐりましょう。



おはようの未来へ

ぐっすり眠れた、朝の「おはよう」から

今日という未来が始まります。

毎日の未来の積み重ねが、輝くあなたをつくります。

あなたの輝きが、喜びです。

東洋羽毛の羽毛ふとん

Since 1954



Filia フィーリア

 **TUK 東洋羽毛工業株式会社**

〒252-0206 神奈川県相模原市中央区淵野辺2-26-5

ヨイオハヨオ

お客様相談室 **0120-410840**

www.toyoumo.co.jp



アロマで応援！

アロマセラピーは洋物だから、
香りが苦手という人にもオススメ！
今回は、実は日本文化に根ざしていたアロマ、
「サンダルウッド」をご紹介します。

サンダルウッド ＝ビャクダン(白檀)

学名 *Santalum album*

[ビャクダン科]

抽出部位：心材

抽出方法：水蒸気蒸留法



◆サンダルウッドはガビガビ肌ケアの強い味方です

冬は空気が乾燥している上、暖房器具の長期、長時間使用、長時間入浴などで、お肌にどっては過酷な時期です。こうした外的要因に、寒さゆえ家にこもって運動量が低下し、肌を乾燥から守る、私たちが本来生まれ持っている“天然の保湿クリーム”成分である皮脂や汗の分泌量が減るという、内的要因が加わります。また、新陳代謝が低下するため、肌の新陳代謝であるターンオーバーも遅れがちになり、たまに、肌に白く粉が吹いたような人を見かけますが、それは古い角質が肌の表面にカラカラに乾いたまま残ってしまっているからです。お肌の乾燥がひどくなると痒みをともなうこともあります。痒みの原因は、皮膚内の角質細胞間脂質と皮脂が少なくなることで、皮膚からの水分蒸発を抑制する力が低下し、皮膚から水分が蒸発する際の刺激に対する痒みの閾値が低くなって起こります。冬の乾燥肌を防ぐには、肌に十分に水分を与え、その潤いをしっかりと逃さないことに尽きるでしょう。サンダルウッドはそんな乾燥気味お肌対策の一助になってくれる精油の一つです。

◆どこか懐かしい香りはなぜ？

日本には古くから香道という文化があり、サンダルウッドは、私たちにとっては「ビャクダン」といったほうがなじみ深いかもしれません。深い、爽やかな甘い芳香を放つ香木として知られ、主にインドに生息し、サンスクリットでcandana(チャンダナ)と呼ばれ、『日本書紀』によれば、671年の天智天皇の時代に、中国より(漢語では音写されzhantan：栴檀)持ち込まれたとあります。紀元前5世紀頃にはすでに高貴な香木として日本にも伝わり仏像や仏具の材料として珍重されていたのです。お線香の原料にも使われ、古今東西の宗教や宗教儀式に深く関与し、その香りには鎮静作用があり心をリラックスさせるほか、男性の汗に含まれるフェロモンに似た成分が含まれているため女性には催淫作用があるともいわれています。

◆香りばかりではありません

オリエンタルな香料のイメージが強いサンダルウッドですが、古来より薬としても重要でした。最古の医学ともいわれるインドのアーユルヴェーダ、チャラカ経典には、サンダルウッドの効果・效能として、「火傷や日焼け、皮膚のひりひり感を和らげ、ピッタ体質(熱さをよく出すようなヒト)。強い食欲、柔らかい便、汗かき気味、怒りっぽく、知識面では鋭い)の緩和、解毒、身体の痛みや痒みをおさえる」とあり、シユシュルタ教典には、「木材を碎いてペースト状にしたものを使えば、体臭や体のシミが消え去るだけでなく、体が新鮮になる。顔に使えば、ニキビやシワから無縁になり、ロータスの花のように華麗になる」と記されています。漢方でも今でこそあまり薬用として利用されていないものの、理気(気の流れをよくする)・止痛の効能があり、胸が苦しい・胃がつかえる・食欲がない・冷えて胸や腹が痛むときに使われていました。

◆4,000年という歴史の科学的裏付け

伝承療法としての評判は、現在では科学的にも証明されつつあります。特有の香りは精油に含まれる成分によるものです。その精油の主成分、santalolには抗菌、抗炎症作用があり、特に最近では皮膚がんに対する活性の予防を示す研究報告がいくつか発表され、抗腫瘍物質としても注目されています。また、皮脂バランスを整えてくれることから、乾燥肌～脂性肌までの肌トラブルに効果的とされていますが、それは4,000年も続くアーユルヴェーダでの実績が物語っているでしょう。スキンケアに取り入れれば、ロータスの花のような美肌が手に入れられるかもしれません。ただし、肌の手入れに関する精油の役目は補助的と考えるのが得策でしょう。なぜなら、きめの細かい肌は皮脂バランスのみで決まるものではないからです。あくまで潤いを補った上で、それを閉じ込めることが基本と考えてください。

◆手作りコスメで美肌と安寧まで手に入れて

では折角のサンダルウッド精油は日常の乾燥肌の手入れにどう取り入れたらよいのでしょうか？洗顔後、まずは手持ちの化粧水をたっぷり肌に浸透させます。その際、大き目のコットンや専用のシートなどを使ってパックする感じで行うとより効果的です。ポイントは軽くタオルドライしたらなるべくすぐ行うことです。次に、足してあげた水分を逃がさないよう膜を作つて覆いましょう。膜役になるのが油分。手持ちのクリームでもよいですし、もし入手できるなら、アボカドオイル、ホホバオイルやシアバターなどはそれ自体が保湿成分を含んでいるため乾燥する季節には最適です。これらの油分を媒体にしてサンダルウッドの成分をお肌に届けます。簡単に言いますと、これらのクリームやオイル、あるいはバターに精油をブレンドし、お肌に塗布して保湿しましょう、ということです。ブレンドの目安は各10mlに対して1滴と考えてください。ほんのり肌から漂う心安らぐ香りが自分はもちろん周りの人へも間違なくアロマ効果をもたらします。抗菌作用と、痰を取り除く作用もあるので、風邪シーズンには嬉しい副産物効果も期待できそうです。

他にもHPでは、アロマセラピーのメカニズムや精油ガイドなどを掲載していますので、ぜひご参照ください。

アロマな相談室

アロマセラピーや
ナチュラルライフに関する
ご質問にaromarukoがお答えします。

相談内容を見る&質問する

Willnextの加入者はHP

<http://www.e-kango.net/selfcare/aroma/index.html>

からパスワード入力でアロマな質問もできます。
英国の資格を持つ
アロマセラピストが
答えてくれるので、Let's Try!!



加入者
限定

福利厚生サービス とくとく情報

日本看護学校協議会共済会では、会員の皆様の生活全般を応援するために、様々なサービスの提供を目指し、ご案内しています。今回は新たに加わった、2つのサービスをご紹介いたします。Willnextご加入者だから受けられる特典付きですので、ぜひご活用ください。

詳しくは日本看護学校協議会共済会HP▶ <https://www.e-kango.net/>をご覧ください。

また、今号では、この2つのサービスのスタートを記念して、さらに素敵なプレゼントがあります。詳しくはP22の「プレゼント情報」をご覧ください。

休日はセンスのよい雑貨に囲まれて過ごしませんか？

コレクターを唸らせるアメリカンカントリー雑貨のお店

COUNTRY STORE BROWN*VINE (カントリー ストア ブラウン バイン)

JR横須賀線の東逗子駅から歩いて10分ほどの「COUNTRY STORE BROWN*VINE」はアメリカンカントリー雑貨コレクターには知られたショップです。春には花見で賑わう桜山公園に向かって進むと、瀟洒な住宅地の一番奥に、まるで公園全体を庭のようにして構える一軒家。その一角だけがまるでアメリカのTVドラマ「大草原の小さな家」に来てしまったかのようで、看板を見つけた瞬間小走りしたくなるに違いありません。一歩店内に入ると、アメリカンカントリーを感じさせるセンスのよい雑貨が所狭しと並んでいて、特に女性はあれがいい、これも買いたいと、何時間も過ごす方が多いといいます。

オーナーの阿部圭子さんは「皆さん、家のどこに飾ろうか、どんな風に置こうかと、シミュレーションしているようです」と、冬の暖炉のように暖かな笑顔で話してくれました。阿部さんの人柄も手伝って、ショップの空間があまりに居心地がよいからに違いありません。仕事帰りの看護師さんや介護関係の方などの常連さんも多いらしく、庭に出て周りに聞き取れるぐらいの深呼吸をする人がいるというのも、頷けます。本物に拘った雑貨達と、そんな阿部さんに会いに行ってみませんか？ショップから出てくる時には、皆幸せな笑顔になっているはずです。この度「BROWN*VINE」では、Willnext加入者証の提示で商品を10%割引してくれることになりました。また、今号では新たな会員サービスのスタートを記念して素敵なプレゼントも提供していただいている。(詳細はP22「プレゼント情報」をご覧ください)



COUNTRY STORE BROWN*VINE
TEL:046-827-7252
住所:神奈川県逗子市桜山5-12-18
<http://brownvine.blog110.fc2.com/>

「看護師さんは、PC操作が苦手」というイメージを払拭しませんか？

一人ひとりの理解度に合わせマンツーマンで指導してくれます

パソコンスクールMTC

近年は電子カルテを導入する病院やクリニックも増え、看護師さんもパソコンに触れる機会が多くなりました。「私は苦手」と避けてもいられない状況になっているのではないか？また、まだ電子カルテが導入されていない医療機関で働く看護師さんも、いざ導入した時に慌てないために、普段からパソコンに慣れ親しんでおくのが得策です。

パソコンスクールMTCでは「すべての人のためのコンピュータ」を理念に、これまで、3歳のお子さんからビジネスマン、主婦、ご年配まで幅広い層の方々が受講され、家庭に・学校に・職場にと、実用的に使いこなせる技術を学んでいただいている。

特に、MTCの教室では、個別指導またはマンツーマンスタイルの個人指導を中心のため、ビデオ学習などの単なる自習形式とは違い、必ずインストラクターが一人ひとりの理解度に合わせて丁寧に指導してくれます。理解度は個々違うのは当たり前です。理解できるまで何度も同じ質問を繰り返しても、答えてくれます。PCスクールで学習したい内容も、個々違います。受講前のヒヤリングや体験レッスンで、しっかりと学習目標を立て、確実に身に着くようにアドバイス。希望すれば、カリキュラム内容をプランニングし、日々修正してくれることも可能なので、まずは相談してみませんか？

受講期間が終了してもインストラクターがずっとフォローしてくれる安心です。

この度パソコンスクールMTCでは、Willnext加入者証の提示で右記のサービスを提供してくれることになりました。また、今号では新たな会員サービスのスタートを記念して素敵なプレゼントも提供していただいている。(詳細はP22「プレゼント情報」をご覧ください)

MTC パソコンスクール エム・ティ・シー

会員向けサービスの例

無料の体験レッスン(初回のみ)

入会金 50% OFF

(例)通常¥5,000のところ、¥2,500(税抜)

または

受講料 20% OFF

(例)月額¥12,000のところ、¥9,600(税抜)

※金額には別途消費税がかかります。※各教室ごとに、ご優待の内容は異なりますので、詳細はお近くの教室にご確認ください。※各教室とも事前に予約が必要です。※お近くに教室がない場合は、提携スクールをご紹介させていただきます。

パソコンスクール エム・ティ・シー
Webサイト <http://www.mtcnet.jp/>
株式会社リオ MTC事業本部
TEL:03-3526-5710
FAX:03-3526-5721

※お問い合わせの際には「日本看護学校協議会共済会の会員」である旨をお伝えください。



Willnextご加入の方だけへのお得なプレゼント情報を届けいたします。
お見逃しのないようにチェックしてみてください。

1 確定申告、青色申告ソフトを各5名様に

新たに会員様への割引サービスをご提供いただいた、パソコンスクール エム・ティ・シー(P21参照)を展開する㈱リオでは、各種の申告ソフト開発、販売もしています。例えばマンションを購入した場合は、確定申告、副業や訪問看護のお仕事をしている場合は青色申告が必要になるでしょう。忙しい看護師さんにとっては、その書類を作成する手間暇が惜しいありません。このソフトで、簡素化を試みませんか? 各ソフトを各5名様にプレゼントいたします。



3 羽毛足首ウォーマーを10名様に

毎号、人気のある「眠れない」ページ(P18-P19参照)に情報を提供してくれている、眠りの専門、東洋羽毛㈱ですが、布団以外にも、看護師さんの悩みを解消する商品を開発しています。立ち仕事が多い、看護師さんの一番の悩みは足の冷えムクミです。「冷え」のツボが集中する足首を効果的に温める、羽毛足首ウォーマーはすぐには在庫切れになるほどの人気。今回は10名様にプレゼントいたします。



5 女川応援グッズを10名様に

平成25年度定期総会後の訪問時に、太鼓演奏とお話を伺い、参加者それぞれが東日本大震災を考えるきっかけとなった女川潮験太鼓囃会(代表 斎藤成子さん)。日本看護学校協議会共済会では「被災地をずっと応援し続けます」をできる事から実行していく所存です。今回はロゴ入りグッズを購入することで、囃会の活動を支援したいと思います。ロゴ入りTシャツや手ぬぐいを10名様に。(関連記事P10)※種類、色、柄などはお選びいただけません。



2 心温まるメッセージが入った刺繡フレームを3名様に

ショップで買い物をすると、会員割引きの恩恵が受けられる、そんな素敵な提供をしてくれた、カントリーグッズのお店「BROWN+VINE」(P21参照)からは、刺繡フレームを3名様にプレゼント。心温まるメッセージを一針一針に思いを込め、丁寧に手縫しています。仕事を終え、帰宅した部屋で眺めると、その言葉に一日のストレスが癒されそうです。※種類はお選びいただけません。



4 「自信がつく! 医療安全Mybook」を10名様に

日本看護学校協議会共済会の医療安全に関するアドバイザーであり、当誌でも、毎号リスクマネジメントに関するコラムなどで(P12-P13、表4参照)ご登場いただいている、東京海上日動メディアカルサービス㈱メディアカルリスクマネジメント室が執筆・監修している「自信がつく! 医療安全My Book」が日本看護協会出版会より出版されました。記念して、10名様にプレゼントいたします。



6 アロマルームランプを3名様に

「アロマで応援!」(P20)の監修、英国のアロマセラピスト資格を持つaromarukoさんから、ストレスフルな看護師さんへ、ワーク・ライフ・バランスの実現をお手伝いしたいと、精油を落として香りを楽しめるアロマランプを3名様にプレゼント。朝は元気での香りで気持ちを鼓舞し、夜は一日の疲れを取り除く香りでリラックスしませんか? ルームランプとしてもムード満点ですから重宝します。

※色、柄はお選びいただけません。



プレゼントの応募方法

官製はがきに

- ①希望の商品
- ②今号のWillnext magazineでよかったと思われた記事
- ③今後Willnext magazineで取り上げて欲しいテーマ
- ④住所、氏名、年齢、メールアドレス
- ⑤会員番号(会員証に記載)

をご記入の上

〒104-0033 東京都中央区新川2-22-2 新川佐野ビル6F

一般社団法人日本看護学校協議会共済会 とくとく係
宛て、お送りください。

締切は2014年6月30日(消印有効)

尚、応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。

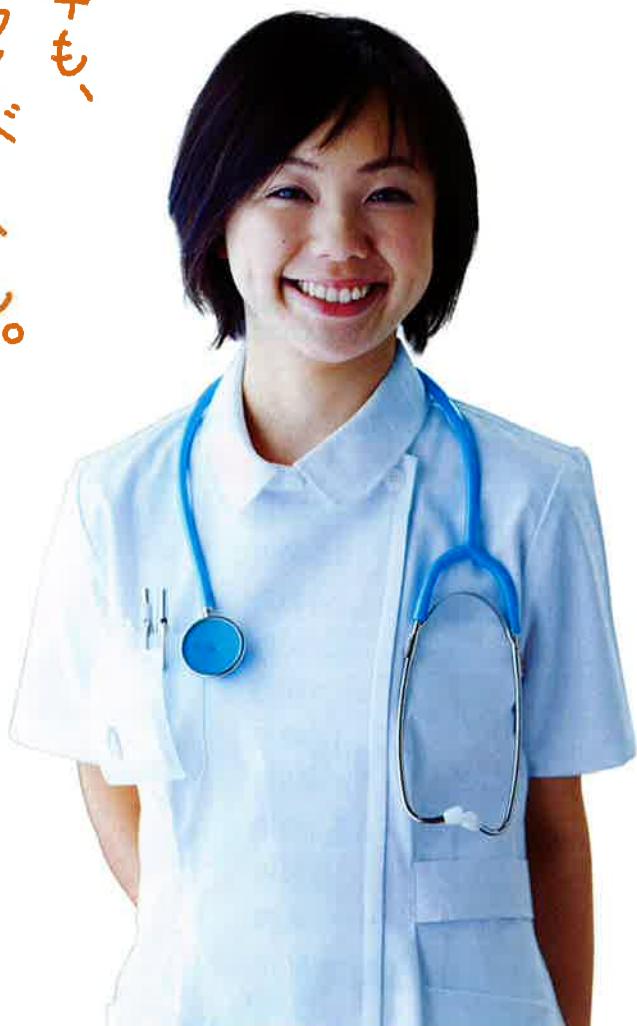
また、当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせて頂きます。



看護職の皆さんへ



仕事も、
プライベートも。
私たちは、安心です。



看護職の皆さんを、割安な保険料でトータルにサポート。

◎月単位で中途加入できます!

Willnext

仕事中のもしもに備えた「看護職賠償責任保険」(20%割引)や、仕事やプライベートでのケガを補償する「普通傷害保険」(約68%割引)をはじめ、「医療保険」「がん保険」「団体長期障害所得補償保険」に、日本看護学校協議会共済会の会員数19万人を活かした団体割引等による割安な保険料でご加入いただける「Willnext」。法律・税金・労務・メンタルケアなどの専門家による共済会相談窓口*もご用意して、皆さまの毎日に確かな安心をお届けします。ぜひこの機会にご加入ください。

*保険に付帯されるサービスではありません。

看護職賠償責任保険

20%
割引

普通傷害保険

約68%
割引

医療保険

約65%
割引

がん保険

約65%
割引

団体長期障害所得補償保険

30%
割引

「看護職賠償責任保険」は20%、「普通傷害保険」は約68%割安な保険料を実現

▼どちらか一方のみ、ご加入いただくことも可能です。▼

看護職賠償責任保険

お仕事での、もしもをサポートする、安心の補償です。

補償内容	Aプラン	Bプラン
対人事故 (基本契約)	1事故 5,000万円 保険期間中 1億5,000万円 (免責金額なし)	1事故 1億円 保険期間中 3億円 (免責金額なし)
対物事故	1事故・保険期間中 30万円 (免責金額なし)	1事故・保険期間中 100万円 (免責金額なし)
人格権侵害	基本契約に同じ (支払限度額については、対人事故(基本契約)と共有となります)	
初期対応費用	1事故 500万円(免責金額なし) (うち、対人事故発生時の見舞費用は1被害者あたり10万円限度)	

普通傷害保険

業務中もプライベートも、しっかり手厚く補償します。

保険金	
死亡・後遺障害 保険金額	225万円
入院保険金日額	5,000円
通院保険金日額	3,000円
手術保険金	入院保険金日額の10倍(入院中の手術) または 5倍(入院中以外の手術)
賠償責任(特約)の お支払い限度額	1事故につき 1億円 (免責金額なし)

保険料

(月単位でいつでも中途加入いただけます)

ご加入日	Aプラン	Bプラン
平成26年3月31日 年間	2,880円	3,340円
平成26年5月1日	2,640円	3,070円
平成26年6月1日	2,400円	2,780円
平成26年7月1日	2,160円	2,510円
平成26年8月1日	1,930円	2,230円
平成26年9月1日	1,680円	1,950円
平成26年10月1日	1,450円	1,680円
平成26年11月1日	1,200円	1,390円
平成26年12月1日	950円	1,110円
平成27年1月1日	720円	840円
平成27年2月1日	480円	570円
平成27年3月1日	250円	280円

保険料

(月単位でいつでも中途加入いただけます) 職種別:A

ご加入日	保険料
平成26年3月31日 年間	6,180円
平成26年5月1日	5,660円
平成26年6月1日	5,160円
平成26年7月1日	4,630円
平成26年8月1日	4,110円
平成26年9月1日	3,610円
平成26年10月1日	3,100円
平成26年11月1日	2,570円
平成26年12月1日	2,070円
平成27年1月1日	1,550円
平成27年2月1日	1,030円
平成27年3月1日	520円

本契約は平成26年3月31日午後4時～平成27年3月31日午後4時を保険期間とする1年契約です。

中途加入につきましては、毎月25日までに申込書類が届いた場合、翌月1日前0時からの補償開始となります(補償終了は、平成27年3月31日午後4時)。

◎「医療保険」(約65%割引)、「がん保険」(約65%割引)、「団体長期障害所得補償保険」(30%割引)もご用意しております。パンフレットをお取り寄せください。

一般社団法人日本看護学校共済会年会費として、加入する保険種目数に関わらず、保険料の他に一律20円/年を申し受けます。

*保険金をお支払いする場合、お支払いする保険金、保険金をお支払いできない主な場合について、詳しくはパンフレットをご覧ください。

お問い合わせ・パンフレットのご請求は



(株) メディクプランニングオフィス

0120-847861

9:00～17:00(土日祝を除く) 携帯電話からもご利用になれます

FAX 0120-035466

(下記にご記入のうえご送信ください)

willnext@medic-office.co.jp



ホームページは
こちらから

お名前	勤務先	送付先ご住所	電話番号
		請求する物に <input checked="" type="checkbox"/> して下さい	<input type="checkbox"/> 看護職賠償責任保険 パンフレット <input type="checkbox"/> 普通傷害保険、医療保険、がん保険、団体長期障害所得補償保険 パンフレット

制度運営
一般社団法人
日本看護学校協議会共済会

お問い合わせ先・取扱代理店
(株) メディクプランニングオフィス
〒104-0033 東京都中央区新川2-22-6 SJIビル2F

引受保険会社
東京海上日動火災保険株式会社 (担当課) 医療・福祉法人部 法人第一課
〒102-8014 東京都千代田区三番町6-4 ラ・メール三番町9階
TEL: 03-3515-4143

*このチラシは、看護職賠償責任保険、普通傷害保険、医療保険(1年契約用)、がん保険(1年契約用)、団体長期障害所得補償保険の概要について紹介したもので、保険の内容はパンフレットをご覧ください。また、ご加入にあたっては、必ず「重要事項説明」をよくお読みください。詳細は契約者である団体代表者の方にお渡ししております保険約款によりますが、ご不明な点がある場合には、取扱代理店までお問い合わせください。

*お預かりしたお客様の情報は、ご依頼のあったパンフレット・加入書類の郵送以外に利用することはありません。なお、ご加入に当たっての個人情報のお取り扱いについては、お送りするパンフレットをご覧ください。

13-T-09335 (平成25年12月作成)

Willnext

一般社団法人日本看護学校協議会共済会の会員向け総合補償制度

◎例えば…
33歳・女性の場合、

「医療保険」

年間保険料 6,170円

（月額換算：約515円）
（＊1口加入・女性特約あり）

入院保険金 3.5万円

女性入院保険金 3.5万円

手術保険金 5万円

合計 12万円

帝王切開で
入院・手術。
7日間入院した。

◎例えば…
33歳・女性の場合、

「がん保険」

年間保険料 1,930円

（月額換算：約161円）
（＊1口加入・女性特約あり）

診断保険金

100万円

手術保険金 70万円

（がん女性特定手術保険金含む）

入院保険金 30万円

退院後療養保険金 10万円

通院保険金 15万円

合計 225万円

乳がんと確定診断され、
乳房切除術をうけ、
30日入院し、退院後30日通院した。



※お受取例は架空の事故例であり、
実際に発生したものではありません。

「Willnext」は、日本看護学校協議会共済会の会員19万人による団体割引等の適用により、

約65%も割安な保険料で加入できる総合補償制度です。手厚い補償に加え、

日本看護学校協議会共済会が提供する、法律・税金・労務・メンタルケアなどの

専門家による相談窓口*もご用意しています。

“もしもの場合の安心のために”ぜひともご加入ください。

*保険に付帯されるサービスではありません。

「医療保険」「がん保険」とも、団体割引等の適用により約65%割安な保険料を実現

医療保険

女性特約ありのタイプは
女性特有の疾病も、手厚く補償します。

補償内容(一口当たり)	保険金額
入院保険金 (1入院支払限度日数 180日)	1日以上入院された場合 1日 5,000円
手術保険金	重大手術 左記以外 疾病入院 入院中: 疾病入院保険金額の10倍 保険金日額の 40倍 入院中以外: 疾病入院保険金額の5倍
NEW 放射線治療保険金	傷害や疾病で放射線治療を受けた場合 5万円
退院後通院保険金 (1回の入院につき 90日限度)	日額 5,000円
先進医療保険金	技術に係る費用に応じて 入院保険金日額の 10倍~610倍 5万~305万円
葬祭費用保険金	保険期間中に、ご本人が傷害または疾病によりお亡くなりになったとき(実費) 100万円限度
女性特約 女性入院保険金	本人が所定の疾病(女性疾病等)により1日以上入院した場合、疾病入院保険金が 2倍
女性特約 女性形成治療保険金	本人が傷害または疾病により、所定のはん瘻形成術・変形形成術・乳房切除術のいずれかの手を受けた場合、手術の種類により 10万・20万円

がん保険

入院や手術費用をしっかり補償します。

補償内容(一口当たり)	保険金額
診断保険金	がんと診断確定されたとき、入院の有無にかかわらず一時金として 100万円
入院保険金	がんで入院されたとき、入院1日目から1日につき 何日でも 10,000円
手術保険金	がんで手を受けられたとき手術の種類に応じて1回につき 何回でも 10・20・40万円
退院後療養保険金	がんで継続して20日以上入院し生存して退院されたとき 退院後も 10万円
通院保険金	がんで継続して20日以上入院した場合で、入院前または退院後の所定期間に内に通院されたとき1日につき 5,000円
重度一時金	がんの症状が重度状態にあると診断確定されたとき 100万円
がん特定手術保険金	ご本人ががんで所定の手を受けられたとき 30万円
女性特約 がん女性特定手術保険金	ご本人が女性特有のがんで以下の手を受けられたとき ①乳房切除術(生検を除く)②子宮全摘除術③両側卵巣全摘除術 30万円
がん葬祭費用保険金	保険期間中に、ご本人ががんによりお亡くなりになったとき(実費) 万が一のときも 100万円限度

年間保険料(1口当たり)

※2口までご加入できます。	女性特約あり	女性特約なし
20~24歳	4,520円	3,200円
25~29歳	5,540円	3,470円
30~34歳	6,170円	3,760円
35~39歳	6,310円	4,250円
40~44歳	7,220円	5,150円
45~49歳	9,760円	7,100円
50~54歳	13,110円	9,670円
55~59歳	19,050円	14,310円
60~64歳	27,770円	21,220円

年間保険料(1口当たり)

※3口までご加入できます。	女性特約あり	女性特約なし
20~24歳	800円	770円
25~29歳	1,260円	1,170円
30~34歳	1,930円	1,760円
35~39歳	2,800円	2,540円
40~44歳	4,080円	3,720円
45~49歳	5,840円	5,370円
50~54歳	9,110円	8,570円
55~59歳	14,140円	13,530円
60~64歳	20,350円	19,740円

年齢は、保険期間開始日(平成26年3月31日)の満年齢をいいます。本契約は平成26年3月31日~平成27年3月31日を保険期間とする1年契約です。
毎月25日までに申込書類が届いた場合、翌月1日午前0時からの補償開始となります(補償終了は、平成27年3月31日午後4時)。

一般社団法人日本看護学校共済会年会費として、加入する保険種目数に関わらず、保険料の他に一律20円/年を申し受けます。

*保険金をお支払いする場合、お支払いする保険金、保険金をお支払いできない主な場合について、詳しくはパンフレットをご覧ください。

お問い合わせ・パンフレットのご請求は

(株) メディクプランニングオフィス

0120-847861 FAX 0120-035466

9:00~17:00(土日祝を除く) 携帯電話からもご利用になります

willnext@medic-office.co.jp



ホームページは



ふりがな		送付先ご住所	〒		
お名前					
勤務先		電話番号	-	ご請求部数	部

制度運営

一般社団法人
日本看護学校協議会共済会

お問い合わせ先・取扱代理店

(株) メディクプランニングオフィス
〒104-0033 東京都中央区新川1-22-6 SJIビル2F

引受保険会社

東京海上日動火災保険株式会社 (担当課) 医療・福祉法人部 法人第一課
〒102-8014 東京都千代田区三番町6-4 ラ・メール三番町9階
TEL: 03-3515-4143

*このチラシは、医療保険(1年契約用)、がん保険(1年契約用)の概要について紹介したもので、保険のご加入にあたっては、必ず「重要事項説明」をよくお読みください。ご不明な点がある場合には、取扱代理店までお問い合わせください。

*お預かりしたお客様の情報は、ご依頼のあったパンフレット・加入書類の郵送以外に利用することはありません。なお、ご加入に当たっての個人情報のお取り扱いについては、お送りするパンフレットをご覧ください。

13-T-09245 (平成25年12月作成)

Willnextの「がん保険」は、入院日数に上限なし、手術回数にも制限がありません。

「がん保険」は、名前の通りがんに特化した保険です。「医療保険」にご加入されていれば、もちろん“がん”も補償対象となります。また、「がん保険」の場合、診断保険金、重度一時金など「医療保険」にはみられない補償項目が備わっています。

「がん保険」のQ&A



Q: 「がん保険」の最大の特長は何ですか？



A: がんと診断確定された時に支払われる「診断保険金」(1口あたり100万円)が最大の特長で、医療保険には無い補償です。しかも、一度「診断保険金」を受領しても、継続契約をしていただいている間は、別のがんによる「診断保険金」や最初のがんが完治して1年以上経過した後に再発または転移と診断確定された場合も、改めて「診断保険金」が支払われます。その他「重度一時金」も「がん保険」に特有の補償です。



Q: がんで入院した場合、入院日数の上限は何日ですか？



A: Willnextの「がん保険」は、入院日数に制限がございませんので、日数を気にせず、治療に専念していただけます(医療保険の場合、180日限度)。また、手術についても回数に制限がありませんので、何度もお支払い対象となります(※1)。

(※1)回数に制限があったり、お支払い対象とならない手術もございます。



Q: 私はWillnextの「医療保険」の女性特約付きに1口加入しています。「がん保険」にも1口加入して、仮に乳がんで入院した場合、入院保険金は日額いくらになりますか？



A: 「医療保険」の入院保険金日額5,000円+女性入院保険金5,000円+「がん保険」の入院保険金日額10,000円で、合計日額20,000円になります。この他、手術が伴えば手術保険金が支払われます。



Q: 待機期間とは何ですか？



A: 「がん保険」に最初にご加入されてから90日間を待機期間として、この期間内はがんと診断確定された場合でも保険金をお支払いすることができません。その分初年度の保険料は安くなっています。



Q: 「医療保険」と「がん保険」に加入している場合、葬祭費用保険金は、両方から支払われますか？



A: 葬祭費用保険金は実費をお支払いする特約で、実費を按分してそれぞれの保険からお支払いすることになりますので、支払われる合計保険金=実費負担分となります。ただし、支払い限度額は合算されますので、各々1口ご加入の場合200万円(100万円+100万円)までの実費に対応できることになります。(どちらか一方のみ加入されている場合、支払い限度額は100万円です。)

詳しくは、パンフレットまたはホームページでご確認ください

<http://www.medic-office.co.jp/willnext/>

Willnext加入者に「医療安全ワークブック」と 「医療安全教育指導者のためのティーチャーズガイド」を お送りいたします。

平成19年度の改正医療法により、職員への年2回以上の医療安全研修の実施が義務付けられるなど、職員への医療安全教育がますます重視されています。会員の皆様より、医療安全について、分かりやすいテキストが欲しい、との要望が多くあります。そこで日本看護学校協議会共済会では、医療安全のエキスパート集団である、東京海上日動メディカルサービス(株)メディカルリスクマネジメント室に執筆・監修を依頼し、医療安全のワークブックを作成することにいたしました。医療安全に関する基本的な知識を広く網羅した内容で、最初に読んでいただき、簡単な問題に答えていくと、いつの間にか医療安全が身に付いている、という構成になっています。また、このワークブックをテキストとして活用し、職員への医療安全研修が実施できるように、指導者のための「ティーチャーズガイド」も同時作成しています。

Willnextご加入の方及び所属の施設様に配布を予定していますので、ご期待ください。



※最終版は異なる場合があります。

今後、シミュレーション教育に関する研修を バックアップしていく予定です。

米国を中心に医師や看護師を対象に、医療事故の減少のため臨床実習の前にマネキンや人体の部分モデルを使い実習を行うシミュレーション教育が実施されています。日本でも、看護基礎教育のカリキュラム改正や新人看護職員研修制度の導入で、ようやく医療・看護の分野で、シミュレーション教育の必要性が重視されるようになりました。日本



阿部先生のセミナーはすぐに定員がいっぱいになります。

■おきなわクリニカルシミュレーションセンター



様々な病棟の再現ができます。



15のクリニカルトレーニングルームを備え、全ての部屋がマジックミラーで確認できるようになっています。

看護学校協議会共済会でも、一般社

団法人日本看護学校協議会の協力を得ながら、シミュレーション教育の研修開催をバックアップしていくことを検討中です。

平成26年度は北海道自治体病院協議会が開催する、阿部幸恵教授(国内においてのシミュレーション教育の第一人者。琉球大学医学部附属病院 地域医療教育開発講座)によるセミナーに協賛団体として参加予定です。また、「おきなわクリニカルシミュレーションセンター」など、最新鋭の医療シミュレーション設備が整った施設を活用しての、シミュレーション教育も今後の検討課題としています。

最新の情報は日本看護学校協議会共済会のHP (<https://www.e-kango.net/>)にアップしていくので、ご興味のある方は、こまめにチェックをお願いいたします。