

## 新人さんと看護局との6つの約束

### 人はそれぞれ違うもの

- 人は、それまでの経験に由来して物事を判断し、行動を選択する。
- 同じことを学んでも聞いても、反応は異なる。

自分も他者から見ると“それぞれの一人”なのです。

**約束1. 人の成長過程はそれぞれです。自分と比べ過ぎないこと。**

**“分かる嬉しさ”“できる喜び”は、心の余裕と比例して沸いてきます！**

- 現場に配属になったら、待たないで判らないことや不安なことばかりに出会います。

これは、当然のことです。仕方のない事実です。学生の知識や体験だけで大刀打ちできないのは普通！

**約束2. 分からないことが当たり前。“奈落の底まで”落ち込む必要もない。**

**“患者さんの最新情報”は、患者さんと話し、観察することから得られます！**

- 初めから短時間で情報収集ができる看護師はいません。
- 闇雲に情報を読み漁る行為は時間を浪費するだけです。

実地指導者の情報の取り方をみましょう(見て学ぶ) 各部署の情報収集リーダーから学びましょう。

**約束3. 入院時からの情報を読んでも、今の患者の問題には程遠い。更に混乱するだけです。情報収集のための早出勤は禁止です！**

**絶対にルールには意味がある！**

- 一見、無意味に見えたり、思えることも、実は、重要な理由があります。
- 基本は、最も重要な動脈です。

分からないことは、声に出して聞きましょう。

**約束4. 基本をおろそかにしないこと。手を抜かないこと。**

**看護師は、何より体力！！**

- 体力が低下すると同時に気力も低下します。この反対もしかりです。

自分では普通のつもりでも“落ちてる”こともあります。

**約束5. ちゃんと食べて、しっかり寝る！新人は、まず、看護師としての体力作りを仕上げる！勉強は二の次でもよい！**

- 看護師の仕事は、人間の生きざまに向き合い、その方の人生そのものを左右する現場に立ちながら、何がベストなのかを一緒に考え、サポートする専門職です。

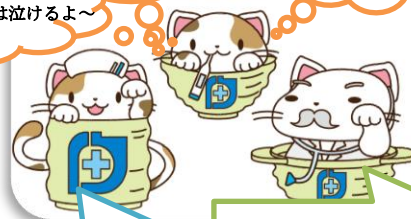
故に、肉体的だけではなく、精神的にも“きつい”仕事なのです。

**約束6. 語り合える、支え合える仲間と共に成長し合うこと。**

4月～6月は、基本の基を必死で学んでいます。余裕ゼロ～！

まだまだ、緊張の日々にゃん・・・(・\_・)

詰め込み指導は泣けるよ～



そろそろ疲れがたまる頃ね～。無理させないようにサポートしなきゃ。

就職して1ヶ月になるが、新人にゃんこ達、諸君！元気にやっとなるかにゃ～？



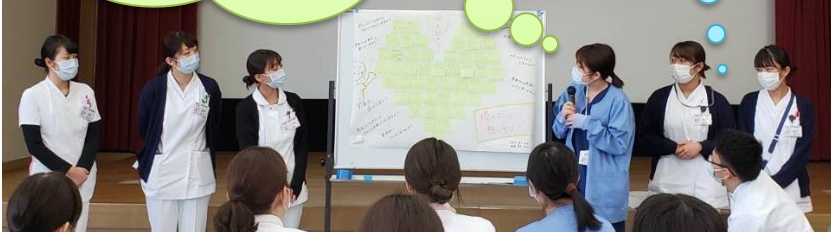
まずは手順を覚えて、復唱しながら、繰り返し練習します。努力は結果につながります！



正しい清拭の準備と手順を学びました。その後で『自分が患者だったらどんな清拭をしてほしいか』をみんなで考えてみました。

清拭は入院生活でホッとできる瞬間です。患者さんと一緒に過ごすこの時間を大切に、患者さん本意の温かいケアを実践します。清拭で「あ～気持ちよかった。生きえったよ。」と言ってもらえるように腕を磨きます！

清拭で“がんばって”とエールを送りたい！



At home

新聞

May

第42号



公立陶生病院  
看護局通信



声出し確認！

指さし確認！

## 新看護師長のご紹介



5N:丸尾 深雪 7E:大徳屋 令枝 ERICU:土田 美香 がん診療部:金子 智美

丸尾 深雪 一人では病棟を支えることはできません。スタッフと共に働きやすい職場環境を整えます。コミュニケーションを大切にし、同僚やスタッフの意見に耳を傾け、患者中心の看護を病棟全体で実践できるように働きかけます。また、スタッフ自ら考え、行動できるように支援していきたいです。

大徳屋 令枝 スタッフの話聞き、現場の声や意見を看護局に正しく伝えます。スタッフが安心して働ける環境は、温かい看護を生むと考えています。質の高い看護を提供するにはスタッフが幸せでなければなりません。一人ひとりを大切にし、一緒に成長し、師長として精進します。

土田 美香 看護の質を向上するためには、まず、働きやすい職場環境の整備が重要と考えます。スタッフと積極的にコミュニケーションをとり、一人ひとりと向き合い、考えや思いを聞きます。少しずつ信頼関係を築いていきます。スタッフと一緒に「看護って楽しい」と感じられる取り組みをしたいです。

金子 智美 経験を重ね看護管理のスキルを磨きます。スタッフの力を引き出し、一緒に成長します。そして、若いスタッフが「あんな看護師になりたい」と、憧れる看護師を育成したいです。スタッフ同士が互いを大切にし、教え合い、高め合える風通しの良い職場にしたいと思います。

新人ちゃん「つぶやき」に回答します。 Q「社会人になると何が変わるの？」

A 第1に、社会人になると“自分で自分を管理する”ことが求められます。学生時代は自分中心の生活でしたが、社会人は組織の一員としての行動や言動が求められます。特に、時間管理と健康管理は、社会人として基本中の基本です。第2に、仕事の対価として報酬を得ます。研修や現場で学び経験を重ね、少しずつ看護技術を身に付け、判断・行動できるナースに成長することが求められます。第3に、人間関係が大きく変わります。気の合う仲間だけと付き合っていた学生時代から、ナースになると幅広い年代の患者さんや家族、医療チームの様々な職種と関わります。そのときに最も重要なのはコミュニケーション能力です。勇気を出して自分から挨拶し、同僚関係を築きましょう。また、『社会人基礎力』という言葉聞いたことがありますか？これは「職場や社会の中で多様な人々と協同する上で必要な基礎的力」と定義され、社会人の要素です。具体的には、基礎学力と基礎知識を活かす「前に踏み出す力」「考え抜く力」「チームで働く力」の3つの力を指します。焦らず、人と関わることから逃げず、人間性豊かな生活を営み、温かく、丸く、大きく成長しましょう。(先輩NSより)

## <<看護師の9K今昔物語>>

- |            |               |       |
|------------|---------------|-------|
| 1位 きつい     | 2位 汚い         | 3位 危険 |
| 4位 休暇が取れない | 5位 規則が厳しい     |       |
| 6位 化粧がのらない | 7位 薬に頼って生きている |       |
| 8位 婚期が遅い   | 9位 給料が安い      |       |

バブル崩壊の時期、1992年 江尻尚子（えじり ひさこ）さんが、「看護師の9K」で流行語大賞を獲得したことを知っていますか？と、尋ねても1/4のスタッフさんは生まれてないですね（笑）。当時、看護師の過酷な労働環境がセンセーショナルに報道されました。「看護師には、平成の世に至っても“お礼奉公”が存在する！」「看護師は、日勤が終わって“仮眠1時間で深夜勤務入り”が当たり前！」「高熱は座薬で解熱して働く。勤務交替はできない！」って塩梅です。このような時代を乗り越え、看護師の労働環境が見直され、現在に至るわけです。2006年度の診療報酬改定では“患者7名に対して看護師1名の7対1看護配置基準”が定められました。医療の歴史の中で初めて、重症度や看護の質を看護師の配置人数と関連付けた改定でした。また、疲労がインシデントや離職に関連しているデータも示され、夜勤労働時間を72h/月に定めることができました。

また、医療系のテレビドラマも面白い変遷がありました。1997年バブルの崩壊以降、堅実な仕事として医療職が持て囃され「ナースのお仕事」や「おたんこナース」が話題となり、続けて「Dr コトー」「ドクターX」「コードブルー」「チームパチスタ」「コウノトリ」「ラジエーションハウス」と、かっこよく、使命感に燃え、チームで活躍する医療人のドラマが高い視聴率を稼ぐようになりました。その結果、医師や看護師をめざす学生が増加し、現在の医療を支える人材、我々の仲間になってくれたのです。皆さんの中にも、少なからず影響を受けた方がいるのではないのでしょうか？

当時の陶生病院は、病床数736床、稼働率82%、平均在院日数25日、現在と比べるとゆったりとした印象ですが看護師不足は深刻でした。それから少しずつ労働環境を整え、年休取得を上げ、勤務間インターバルを確保し、超勤を削減し、応援体制を整備しました。また、ベッドコントロールミーティングを導入し、公平な病床管理に取り組んでいます。その他、SPDの導入、ベッドパンウオッシャーやエコムシューなどの業務サポート機器も整備しました。また、パルン挿入物品を一元セット化したり、安全機能付き留置針やカテーテルプラス、分注デバイスを導入し、看護業務の効率化も図ってきました。そして、全職員で命を救うスキルとしてBLS等を学び、Dr コールが整備され、AEDや救急カートも統一されました。今後は、さらにRRTの活躍も期待するところです。

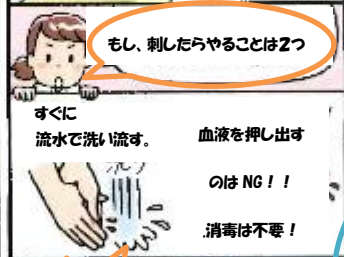
さて、現在は9Kから、どう変化したのでしょうか。まさか、「厳しい」「苦しい」「コロナ被害」と12Kと増幅してないことを願います。時代は変わっても看護の神髄は、何があっても“患者ファースト、優しさ、温かさ、思いやり”です。看護の仕事が辛いだけならガサガサ退職が増えるだけです。陶生には、9Kでも得られる“やりがい”“喜び”“達成感”があります。皆で9Kをはね飛ばして、充実した職場を作りましょう。こんな時代だからこそ、うつむかず、満ち足りた日々を送りましょう。

看護局長 亀島 加代

医薬品の取り扱い編

針刺し事故の対応編

5E：奥語千文 外来：高村忍 がん診療部：池田郁美 8N：徳井裕美



点滴薬剤は、特に注意が必要です。直接血管内に薬剤投与されるので患者への影響が大きく現れます。医師の指示はダブルチェックが基本です。また、薬剤の投与直前には、患者の病態、治療方針、薬剤の作用機序と照らし、理解した上で最終的に投与します。分からない時は、チームカンファレンスで先輩に確認してください。最終投与者は、医療事故防止の最後の砦です!!

スタンダードプリコーションの考え方を認識すること。すなわち「すべての血液・体液は感染のおそれがある」ということです。そして採血は自転車と一緒で繰り返しの練習をすれば、必ずコツが掴めます! 自信がもてます。安心して下さい! でも、鋭利な器材を使用する際の基本は守ること。トレイに必要物品や針捨てボックス等を万端整えて、落ち着いて臨むこと。万が一、針刺し事故の時は慌てず冷静な対応を!

現場で使える看護の知識 与薬の原則 6つのR

- 正しい患者(Right patient)・・・同姓同名、似た名前の患者さんと間違えないように注意
  - 正しい薬物(Right drug)・・・似た薬品名、形状、表示、同じ薬品でも濃度に注意
  - 正しい目的(Right purpose)・・・投与目的を理解すれば、間違いを気付くきっかけになる
  - 正しい用量(Right dose)・・・g, mg, μg, ml, mEq, U, IU, と、指示単位は要注意
  - 正しい方法(Right route)・・・IV, シリンジポン 投与, 自然滴下, 抜き差し, 投与方法に注意
  - 正しい時間(Right time)・・・指示通りの日時か 100ml/1h, 24h 維持等 時間投与量に注意
- 6Rは、3回実施!! 「指示受けのとき」「薬剤を準備するとき」「ベッドサイドで直前」のタイミングで行います。この思考・行動が自分の癖になるように身に付けましょう。

祝 新主任



ER：村田勇人 感染制御部：小林有里 ERICU：青山かおり

5E：奥語千文

外来：高村忍

効率化をめざして業務改善に取り組みます。今は、一部のスタッフですが、今後は、病棟スタッフ全員で心不全教室や退院前訪問に取り組めるように、スタッフと協力し合いながら、盛り上げていきます。

スタッフが同じ目標に向かって行動できるように、個々の個性を活かすマネジメントにチャレンジします。皆がやりがいを感じながら部署のめざす看護「つながる、つなげる外来」の実現に向けて、全力を尽くします。

がん診療部：池田郁美

ER：村田勇人

働きやすい環境を作りたいです。スタッフ一人ひとりに目を向け、頑張りを認め、やりがいにつながるようにサポートします。私の強みは観察力です。今まで以上に視野を広げてタイムリーに関わることをめざします。

スタッフ個々がモチベーション高く、今までの経験や能力を発揮できるように支援します。「自ら動けること」を意識させ、患者の信頼・信用・安心・安全につなげ、満足していただけるような ER にしていきたい。

8N：徳井裕美

陶生病院に勤務していることに誇りをもっています。どんなに忙しくても「看護が好き」「陶生が好き」と思える職場にしたいです。スタッフの意見をこまめに聞ける存在となり、スタッフが笑顔で患者さんに接することができる環境をめざします。

ERICU：青山かおり

感染制御部：小林有里

スタッフが持っている看護力を最大限に発揮できる環境作りに貢献します。思わぬ入院で不安やストレスを抱えている患者や家族の痛みを理解し、私たちの看護の力で安寧が得られるような実践をめざします。

リンクナースの意見を聞き、活動をサポートする姿勢を忘れずに主任として現場を支援します。そして、看護管理の視点と感染管理認定看護師としての視点を統合して、現場の感染管理の質・向上できるように尽力します。

