

## 🌀実は私はこんな人！（〇〇師長編）

いつも忙しそうにしている師長さん・主任さん・・・管理者の皆さんにこんな質問をしてみました。  
実はお宅の師長さん・主任さんはこんな人なんです！（毎号連載予定）

- Q1 出身地はどこですか？ A：大阪府（交野市）  
Q2 兄弟は？ A：2人兄弟で3つ下の弟がいます  
Q3 血液型は？ A：B型  
Q4 好きな食べ物（人生最後に食べたいものは？）  
A：色々あって迷いますが「信玄餅」です。黒蜜ときなこがとてもおいしいです！  
Q5 最近はまっていることは？  
A：YouTubeの猫の動画を見ることです。かわいくて飽きません♪ いつか猫を飼いたいと思っています。（黒猫かキジトラが良いです）  
Q6 看護師になった理由は？  
A：小学生の時に叔母が入院し、お見舞いに行ったときに白衣の看護師さんを見て「かっこいい」と思ったのがきっかけです。  
Q7 看護師として大切にしていることは？  
A：自分の家で過ごしたいという高齢者の思いに寄り添ってケアをしていきたいと思っています。「人生最後までトイレで排泄する」ことを目指しスタッフと共に頑張っています。  
Q8 最後に部署アピールをお願いします  
A：老健は利用者様にとって生活の場です。お一人お一人の利用者様が、その人らしく元気に楽しく日常生活が送れるようにお手伝いすることが私たちの役割です。高齢者ケアが好きな方興味のある方はぜひ一緒に働きましょう！



## 🌀私のペットを紹介します！

誰より癒してもらえる・・・大切な家族の一員を紹介して頂きます。（毎号連載予定）

白柴犬 名前は「きなこ」10月で9歳になる女の子です。  
生後6カ月の売れ残りで我が家にやってきました！うちのきなこは、一般的なアレルギーの他に、じゃがいもとエンドウ豆のアレルギーがあり、フード選びにとっても苦労しています。肉球の臭いはトウモロコシ系、性格は柴犬特有のツンデレ系、誰にも媚びないきなこです。  
きなこのおかげで癒されている分、きなこも幸せを感じる様にお世話していきたいです。 外来：T.K



♡ 紹介して頂けるペットを募集中です！ 紹介して頂ける方がおられましたら部署長までお声掛け下さい。

## 🌀ナラティブ研修を受講して

教育委員会では、毎年「ナラティブ研修」を実施しています。今年度は7月22日に開催しました。参加者より感想を聞かせていただきました。

♡ 今回のナラティブ研修にあたり、自分の看護経験の中で人に語れるエピソードがあるのか悩みました。現在老健勤務のため病院スタッフとの関りはほとんどありませんが、それぞれの「忘れられない看護」の発表を聞いて、現場が違っても同じ看護師として共感できるものばかりでした。また新しい気づきを得ることが出来ました。教育委員の司会も話しやすい雰囲気作りをされていてメンバー同士対話しやすい研修でした。 カリタス東香里 U.T



♡ 今回ナラティブを経験できたことで、看護師になって自分の看護を振り返り看護実習で体験したことを改めて思い出すことができました。看護をやりたいという希望や大切にしていきたいという思いは、真に実習の時の私の礎となりました。そしてそれは今も変わらず自分の中にあると思えました。日々慌ただしい病棟の中ですが、先ず患者様が安全に安心して過ごせるように、これからも患者様に思いを寄せて看護していきたいと思えます。 3E 病棟 N.H



## 🌀日本サイコネフロロジー学会に参加して・・・

日本サイコネフロロジー学会とは、腎疾患・家族及びその医療に関わる人たちの精神・心理・社会的課題を扱う学実団体です。腎疾患早期から腎代替療法（人工透析・腎移植）終末期まで包括的医療の発展、普及に資することを目的に活動しています。

7/22 に日本サイコネフロロジー学会へ参加し「コロナクラスターの状況下における看護」という演題で発表を行いました。会場は岐阜県大垣市で、看護部長・柴崎師長に聴講して頂きました。今回発表した内容は2023年1月に精神科病棟で新型コロナのクラスターが発生した際に行った透析患者への対応についてでした。陽性になった透析患者様の搬送は、陰圧の車椅子やストレッチャーで順番に搬送しなければならず時間を要しました。普段に比べ長時間となった待ち時間により、患者の精神状態に変化が見られたことから、そこに焦点を当て検証し発表しました。院外での発表は久しぶりで、非常に緊張しましたが無事に終わることができました。発表後ホテルに戻る途中で看護部長・柴崎師長と共に大垣城を観光し、城は小さいながらも迫力がありません。また夜は院長がねぎらいを込めてお店を予約して下さり、美味しい料理に舌鼓を打ちました。今回学会に参加し透析についての知識は少ないですが、色々な演題を聞いて学びを深めることができました。このような機会を頂きありがとうございました。 3E S.H



## 🌀自己診断をやってみよう（アサーティブコミュニケーション研修より・・・）

院外研修に参加してきました！

アサーティブコミュニケーションの研修に行ってきました。アサーティブコミュニケーションとは、お互いが率直に素直に自分の気持ちや考えを伝え合い聴き合うことです。また自分の気持ちと考えを大切にしながら、相手の気持ちと考えも尊重することを言います。アサーティブコミュニケーションを図れると職場の人間関係もうまくいくと思いませんか？

アサーティブコミュニケーションをとることで、職場の心理的安全性（自分の考えや気持ちを誰に対してでも安心して発信できる状態）が高まり、人間関係の構築や意欲の向上につながります。研修の中で自分のアサーション度（相手と対等な立場に立って自己主張するためのコミュニケーションスキル）チェックを行いました。なるほど！と興味をもって確認できる内容でしたのでご紹介します。ぜひ自己診断を行ってみてください。（チェック表は別紙で配布します）

透析 Y.S

## 🌀私のお勧め・・・（本・映画・ドラマ・YouTube などなど）

### ♡精神科医 Tomy の気にしない力：本

作者は「気になる」とは「何をしても、ある考えが頭の中にわいてストレスを与える状態」と定義され「気にしない」＝「自分軸がある」自分がやりたいことを意識して大切にすることが大切と語られています。心が少し疲れたなと思うときにさらっと目を通すと何となく元気が出る・・・そんな一冊です。

### ♡豆柴すみすみ：YouTube

すみすみは黒柴のワンちゃんです！飼い主さんが、すみすみが多分言っているであろう？言葉をアフレコしている動画です。とてもユニークで笑える動画で癒されます。犬好きの方、そうでない方も必見です。

### ♡ミステリーと言う那かれ：映画

連続ドラマが映画化！友人に「おもしろかった」と勧められ、時間があつたので映画（現在上映中）を見てきました。内容はネタバレになるので載せませんが、映画を見て私もドラマが見たくなりました。ドラマはアマゾンプライムビデオで視聴することができます。



## 🌀大人のなぞなぞ

ホットひといき・・・頭の体操をしてみませんか♪ 答えの分かった方は部署長まで・・・

【1問】1回目と2回目はお金がかかりません。しかし3回目はお金がかかるものは何でしょう？

【2問】本を読みながら、本のページを1枚・2枚と数えていく時、最後のページは何枚になるでしょう？

【3問】就職活動をしているAさんが使っている交通手段は「飛行機・船・電車・車」のどれでしょう？



【ヒント】

体の一部です

【ヒント】

終わりの別の言い方で

【ヒント】

英語にしてみると？

## 🌀看護部からのお知らせ

♡第11回 大阪府看護学会が12月2日(土)9:00~16:00 大阪府看護協会ナースングアート大阪で開催されます。今年のテーマは「看護がつなく共生社会~集い・笑い・語り合う~」です。看護部では第1回から毎年演題登録し学会発表を行っています。興味のある方はぜひ聴講してみてください。

♡当院において看護大学・看護専門学校からの実習の受け入れを行っています。今年度より12月と1月に四條畷学園大学看護学部、2月と3月に大精協看護専門学校の「老年看護学実習」の受け入れを2W病棟で行います。日々のケアに忙しい毎日ですが御協力よろしくお願いたします。

### ♡外来から

新型コロナが5月から5類になりましたが、10月から新型コロナ経口ウイルス薬(パキロピッド・ゾコーバ等)は自己負担なしから保険適応となります。ちなみに3割負担で¥9,000ととても高額でびっくりしています。



## 🌀編集後記

### 「看護部通信」第2号を発行いたしました。

今年の夏はとても長くいつまでも暑い日が続いていましたが10月を前にやっと涼しくなってきました。朝晩と日中の気温差が大きいと体が疲れやすいです。しっかり睡眠をとって、そして美味しいものをたくさん食べて体調管理をしていきたいですね。新型コロナ・インフルエンザがダブルで流行していますが、大阪府は「プール熱」も流行しているそうです。手洗い・うがい・マスクの着用の継続をお願いします。

今回「看護部通信」第2号を発行いたしました。発行担当者は、少しでも興味をもって楽しく読んで頂ける内容としていきたいと思い悪戦苦闘しています。

原稿協力して頂いた皆様ありがとうございました！

