



# Nursing

# in TOKYO

会報「看護とうきょう」

Vol. 130  
2020. January



特集

スポーツのフェアプレイを支える  
アンチ・ドーピング活動

公益財団法人 日本アンチ・ドーピング機構 (JADA)

アール・ブリュット

Art Brut の世界へようこそ

ごあいさつ ..... 3

アール・ブリュットの世界へようこそ ..... 4

新会館での業務スタート! ..... 5

特集 スポーツのフェアプレイを支えるアンチ・ドーピング活動 ..... 6

チーム医療の現場から ..... 8

施設めぐり 八広はなみずき高齢者支援総合センター ..... 10

保助看のページ ..... 12

みんなのひろば ..... 14

国際交流事業 ソウル訪問 ..... 16

中堅保健師コンサルテーションプログラム研修報告 ..... 17

委員会活動 災害対策委員会 ..... 17

海外ボランティア研修 ..... 18

看護学生看護研究学会報告 ..... 18

図書室だより ..... 19

訪問看護ステーションから ..... 20

委員会活動 子育て支援委員会・感染対策委員会 ..... 21

東京都ナースプラザだより ..... 22

会員係からのお知らせ ..... 23

事務局からのお知らせ ..... 24

※「看護とうきょう」は協会ホームページにも掲載しています。

## 未入会の方に入会をすすめましょう

2019年度東京都看護協会会員数 **49,054名** (2019年12月16日現在)

	保健師		助産師		看護師		准看護師		計
	女	男	女	男	女	男	女	男	
就業者数	3,762名		3,792名		104,744名		13,476名		125,774名
会員数	406名	17名	2,234名	0名	42,458名	3,352名	536名	51名	49,054名
入会率	11.2%		58.9%		43.7%		4.4%		39.0%

就業数は平成28年12月31日現在の「東京都における看護師等業務従事者届集計報告」による

### 東京都看護協会会員数の年度別推移

年度別会員数の推移 (人)

● 会員数



# ごあいさつ



公益社団法人 東京都看護協会  
会長

やまもとけいこ  
山元恵子

あけましておめでとうございます。元号が令和に変わり初めての新年を迎え、令和2年スタートしました。そして、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会が開催される記念すべき年でもあります。今年は、東京にいてグローバルな体験や活動を身近に感じることでできる一年となるのではないのでしょうか。会員の皆様にとりまして、幸運な2020年となりますことを祈念いたします。

また、2020年はナイチンゲール生誕200年を迎えます。看護職が持つ可能性を最大限に発揮し、人々の健康の向上に貢献するための世界的キャンペーン「Nursing Now」を、国内で大きく花開かせましょう。国内の看護職が一つのチームとなり、健康課題への取り組みの中心となって、「健康な社会の実現」に寄与できるよう取り組み、看護職の存在意義をアピールするチャンスOfYearとしましょう。

当協会は昨年4月、飯田橋から現在の西新宿の新会館に移転し、当地での初めての新年を迎えることができました。新会館では以下の取り組みをスタートさせました。

1. 「看護の知の拠点」となるよう3つの看護職能団体と協働する。
2. 新しいシンボルマークを会員との絆にし、「命と向き合うあなたを支えたい」という思いを実現する。
3. 地域包括ケア委員会を立ち上げ、「地域の課題解決」に向けて活動する。

以上の推進に向け、本年も皆さまの変わらぬご支援をどうぞよろしくお願い申し上げます。

## 専務理事 渡邊千香子



平成から令和へと元号が変わる年に、ここ西新宿の地に新会館を建築移転し、無事に新しい年を迎えることができました。会員の皆様および関係者の皆様には多くのご支援を賜り深く感謝申し上げます。

少子高齢化が進展する中、健康の価値観の変化を捉え、「繁栄」の年といわれる「子年」の今年は、新会館にふさわしい事業拡大へ邁進してまいります。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。

## 常務理事（教育部担当）大橋純江



あけましておめでとうございます。教育部は昨年から研修のIT化の一環として、タブレット端末を導入いたしました。主に実務実践能力向上研修の一部とその評価、認定看護管理者教育課程（ファーストレベル）、医療安全管理者養成研修において活用をスタートいたしました。

今年度も活用範囲を広げ、受講者からの発信をスムーズにし、より主体的に研修できる環境を整備してまいりますので、多くの看護職の皆様のご参加をお待ちいたしております。

## 常務理事（事業部担当）黒田美喜子



あけましておめでとうございます。令和に元号が変わり、医療・福祉は2025年、2040年に向けて地域包括ケアシステムの構築、さらに地域共生社会への躍進の年となります。そのためには地域、在宅看護の質を今以上に向上させることが求められています。患者さん・利用者さんのケアはもちろんのこと、生活全般まるごとケアができるよう応援していきたいと思っております。

また、会員の皆様が未永く新会館をご利用できますよう、そしてさらに一人でも多くの看護職がご利用いただけるよう施設訪問を通して皆様のニーズをうかがっていきたく思っておりますので、今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

# アール・ブリュットの世界へ ようこそ

現在、特定非営利活動法人キャンサーリボンズの「サンクスナース」プロジェクト活動のご支援と社会福祉法人愛成会のご協力を得て、東京都看護協会会館内に「アール・ブリュット」作品を展示しています。「サンクスナース」プロジェクトの活動コンセプトである「アートとケア」は、ナイチンゲールが提唱した「アートとサイエンス」にも通じています。折しも2020年はナイチンゲール生誕200年であり、それを記念して、現在、世界的にNursing Nowキャンペーンが展開されているのはご存じの通りです。

アートと呼ばれるものの中には、時には言葉にならないような感情や陰影が織り込まれており、それをどう感じ取るかには答えがありません。受け手が曖昧さを曖昧さのまま受容するといった面で、アートとケアは非常に近いところがあります。その意味で、アートに接することはケアの神髄に触れることであり、より豊かなケアにつながるアプローチの一つであると考えています。



看護はとても心を遣う仕事です。医療が高度に専門化した今だからこそ、より豊かな感性が求められているということもできるかもしれません。

看護職の皆様が展示を通して人々の多様性やさまざまな生き方に触れ、豊かな心で看護を実践できる力を満たす、そのような癒しの空間としてこの新会館は存在したいと考えています。

令和元（2019）年11月より第2期の展示が始まりました。素晴らしい作品をどうぞごゆっくりお楽しみください。

（本誌編集事務局）

## アール・ブリュット Art Brut とは

フランス人画家ジャン・デュビュッフェ（Jean Dubuffet, 1901-1985）が1945年に提唱した概念である。Artは「芸術」、Brutは「（加工していない）生の」という意味を持ち、「生（き）の芸術」と表されている。専門的な美術教育を受けていない人が自発的に生み出した、既存のモードに影響を受けていない絵画や造形作品を指している。アール・ブリュット作家の中には、知的または精神などの障害のある作家も多く含まれ、人の普遍的な創造の可能性や豊かさを伝える芸術分野として今、国内外で注目を集めている。

参考：ヨーロッパ巡回展「Art Brut from Japan」日本事務局 ウェブサイト

### 表紙の作品紹介

作者 木村 全彦  
(Masahiko KIMURA)  
1984年生まれ 京都府在住  
作品名 『東京タワー』  
制作年 2014年（平成26年）  
材質等 パネル、紙、色鉛筆  
寸法(タテ×ヨコ) 1167×910mm  
撮影 大西暢夫



木村の絵には、不思議な模様がびっしりと描き込まれている。その正体はわからないが、この唯一無二の様式は、光の粒をそのまま目にしているような、強烈な視覚効果がある。

京都市にある、京都市ふしみ学園のアトリエやっほう!!で、木村は現在も盛んに創作活動に励んでいる。窓から心地よい日差しが注ぎ込む一角が、彼の創作スペース。同学園に来た当初、陶器の線彫りの下絵を描いたことが、現在の絵画作品のきっかけとなったという。はじめは比較的小さな作品をつくっていたが、現在ではカンヴァスを2枚つなぎ合わせた大作を描くまでに至る。

作品の題材は支援員が彼と一緒に選んだ写真で、木村は写真とカンヴァスを交互に見比べながら書き写していく。木村にとって絵を描くことは、写真の景色を紙面に交換することであり、その過程であの模様が出現する。模様で画面を埋める行為は、輪郭の線を引いたり、彩色するために面を塗りつぶしたりといった、ごく当たり前の基本的な画法と変わらないものであるようだ。

木村には世界はこのように見えているのかもしれない。もしそうならば、木村の作品と対峙するということは、彼の内観世界を覗き見る体験であると言える。

協力：特定非営利活動法人キャンサーリボンズ、社会福祉法人愛成会

新会館に寄せられた  
声をご紹介します

# 新会館での 業務スタート!

平成31(2019)年4月1日にオープンした新会館。看護職のための活動拠点として日々整備を進めています。快適で過ごしやすく心地よい環境の中で、仲間が集い成長できる自由な空間というコンセプトのもとに設計。インテリアや設備も徹底的にこだわって選定しました。西新宿のこの地に移転してからはや10ヵ月、ご来館の皆様にご満足いただけるよう、日々進化しています。新会館での活動の様子と、皆様から寄せられた声をご紹介します。

4階  
ラウンジ  
と図書室

窓が大きく明るくて開放的、研修の合間の気分転換になりますね。図書スペースも利用しやすいです。



椅子に荷物置きがあるのがgood! キャスター付きで移動もラクラク! グループワークの議論もしやすい。



1階

サブモニターも設置された大研修室

スクリーンが大きくていいですね。画面も見やすく設備が整っていて研修に集中できる研修室です。



1階コミュニケーションウォールで情報収集



大好評の  
1階洗面所

洗面所がキレイで手洗いが乾燥機能付きで便利。トイレが清潔で数も多く気持ちよく利用できます。



新会館で初めて実施した避難訓練。職員約80人が参加しました。危機管理室を新設し、日頃から防災に対する危機意識を高める取り組みを行っています。



避難訓練

2階から4階までの吹抜けが広がる空間。自然光が差し込むことで暖かく、明るい空間になります。研修の合間に、くつろぎを感じる時間を過ごしてみたいはいかがでしょうか。

2階  
開放的な  
吹き抜け

5月30日落成式典でのオーケストラ演奏



西新宿4丁目から「看護の知の拠点」として看護職の存在価値を広く社会にアピールしていきたいと考えています。

皆様のご来館をお待ちしております!

# スポーツのフェアプレイを支える アンチ・ドーピング活動



公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構（JADA） 専務理事 事務局長 **浅川伸氏**

いよいよ今年の夏に開催が迫った、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会(東京2020大会)。すべての選手が公正に競い合えるよう日本オリンピック委員会（JOC）と共に活動しているのが、日本アンチ・ドーピング機構（JADA）です。東京2020大会に向けて募集・育成が進められているドーピング検査員の中には、100人を超える看護職も含まれています。アンチ・ドーピング活動の意義と取り組みについて、JADA 事務局長の浅川伸氏に伺いました。

## 社会的役割を持つスポーツを守るために

多くの日本人にとって身近なスポーツですが、実はさまざまな「社会的役割」を持っています。例えば、災害復興支援の一環としてアスリートが被災地の子どもたちとスポーツを楽しんだり、全国各地のマラソン大会が町おこしの観光イベントとして根付いていたりします。

スポーツはまさに“ソフトインフラ”、人類の貴重な財産になっています。それ故にスポーツを“あるべき姿”にしておくことが強く求められています。それは常にクリーンで公正なフィールドで競い合える状態にしておくこと。そして、それを阻むのがドーピングなのです。

ドーピングとは「スポーツにおいて禁止されている物質や方法によって競技能力を高め、意図的に自分だけが優位に立ち、勝利を得ようとする行為」のこと。言うまでもなく、ドーピングは選手自身の努力やチームメイトとの信頼関係、競い合う相手に対するリスペクト、スポーツを応援する人たちの期待を裏切る不誠実で利己的な行為です。禁止薬物を意図して使用することはもちろん、定められたルールに反するさまざまな方法やそれらの行為を隠すことも含めてドーピングです。たとえ、禁止されている成分が含まれていると知らずにうっかり市販薬を服用してしまった場合でも、処分の対象になります。

## 「教育」と「検査」が活動の二本柱

1990年代、スポーツ界でドーピングが多発しました。そこで、スポーツのあるべき姿を守ろうと1999年に創立された

のが世界アンチ・ドーピング機構（WADA）です。日本国内でも、2001年に日本アンチ・ドーピング機構（JADA）が誕生しました。

私たちの活動は大きく分けると「教育」と「検査」の二つです。一つ目の「教育」とは、主にスポーツにおいてドーピングが起これないように予防するための活動です。スポーツ庁と連携しながら、選手やコーチ、監督らへの教育・啓発活動を実施しています。

海外では貪欲なメンタリティと情報ネットワークで組織的にドーピングを行う悪質な事例が目立ちますが、国内では不注意や認識不足によってルール違反となる成分を含んだ薬やサプリメントを使用した結果、アンチ・ドーピング規則違反となる事例が多くなっています。これを予防するためには、アスリートに薬を使用する際には細心の注意が必要だということを選手や競技関係者だけでなく、薬を処方する側である医師や薬剤師、看護職の方にも認識を深めていただきたいと思っています。

一方、「検査」はドーピングをゼロにすべく行われている活動です。アスリートから尿と血液の両方、もしくはどちらか一方の検体を採取して検査します。JADAが認定したドーピング検査員が検体を採取、WADA認定のラボに搬送して分析してもらうまでが私たちの仕事です。競技会毎に立てられる検査計画に沿って行いますが、競技会場で行われる検査以外に自宅やトレーニング先で突然行われる抜き打ち的なものもあります。もちろん選手にとっては負担になりますが、フェアな状態で競い合うためのものだという事は彼らも十分承知しているため協力的です。いわば、飛行機の安全を守るために搭乗前に全員が受ける保安検査のようなものです。



アスリートを含むすべての人が、心からスポーツを楽しめるように

## 東京2020大会におけるアンチ・ドーピング活動

この夏に開催される東京2020大会でももちろん、アンチ・ドーピング活動が行われます。初めてオリンピックでドーピングによる死者が出たのは1959年のローマ大会。自転車競技に出場した選手が心臓に負荷のかかる薬を大量に摂取して命を落とし、IOC（国際オリンピック委員会）で議論されるようになりました。IOCが初めてドーピングを定義し、対処することを活動の中に据えたのが64年の東京大会の時。さらに、その4年後のグルノーブル冬季大会、メキシコシティ夏季大会で正式に薬物リストが定義され、ドーピング検査が実施されるようになりました。

どの種目でも検査は実施されますが、その内容やポリシーなどはオリンピック、パラリンピックの場合はそれぞれのイベントオーガナイザーであるIOC、IPC（国際パラリンピック委員会）が決定します。私たちはその計画に沿ってしっかり検査を実行できる体制や人材を準備しなければなりません。東京2020大会での検体数はまだ明確ではありませんが、リオ・デ・ジャネイロ大会やロンドン大会を踏まえて予想すると、かなりの数になることは確かです。通常JADAでは年間6000検体程度を採取していますが、それと同じくらい、もしくはそれ以上の検体数をオリンピックとパラリンピックの開催期間中に採取することになると思います。

### 看護職の技術と経験を活かせる検査員

JADAでは検査員を定期的に募集しています。検査員にはアスリートのプライバシー保護に十分配慮し、信頼性の高い検査を実施してもらわなければならないため、規定の講習会を受講した後に大小の競技大会で経験を積んでもらっています。東京2020大会では、おそらく採尿だけでも400～450人の検査員が活動する予定です。

採尿を担当する検査員は私たちが実施している講習会を受講してもらえればなれますが、採血を担当する検査員は国家資格を持っていることが前提条件になります。東京2020大会では看護協会にご協力いただき、100人以上の看護職の方に新たな検査員として活動していただくことになっています。

採血と採尿、いずれの検査もアスリートとの身体的スペースが比較的至近距離で行うものですが、オリンピックなどの大きな大会の試合前後のアスリートは心身ともにたいへんなーバスです。そういう状態の選手に検査を行うわ

けですから、当然高いコミュニケーション能力が必要になってきます。さらに採血の場合には「体調はどうか」「針を刺すことで過去に問題はありましたか」などの軽い問診も必要です。こういったことは、看護職の方々にとっては普段からやっていらっしゃるのだと思います。ただし、それを英語やフランス語などの外国語で対応できるようになっていただかなければなりません。東京2020大会にはJADAで手配する検査員だけでなく、各国のアンチ・ドーピング機構からも多くの検査員の方が参加されます。競技だけでなく、大会運営もさまざまな国の人たちが一つのチームとなり、協力し合って実施していく。それがオリンピック、パラリンピックの醍醐味でもあると思っています。



スポーツのあるべき姿とアスリートの健康を守る、アンチ・ドーピング活動の柱は「教育」と「検査」

### みんなが心から楽しめる東京2020大会に

東京2020大会に向けた準備はもちろん大変ですが、競技に参加する選手はもちろん、観戦する人たちみんなが何の疑いもなく、心から楽しめる大会を私たちのアンチ・ドーピング活動が下支えしているのだ、という自負を持って尽力しているところです。

検査員は看護職としての技術や経験を活かせる仕事だと思えます。残念ながら東京2020大会に向けた募集は終了していますが、競技会は他にもたくさんあります。実はスポーツイベントは観戦するのも楽しいけれど、運営に関わってみるとまた違う魅力があります。そのライブ感は参加してみないとわかりません。JADAのホームページでは定期的に検査員の募集をかけていますので、少しでもアンチ・ドーピング活動に興味を持たれた方はぜひ参加していただきたいですね。

#### 浅川伸（あさかわ しん）

1969年、群馬県生まれ。筑波大学体育専門学群を卒業。約9年間の商社勤務を経て、2003年に日本アンチ・ドーピング機構事務局へ入局。07年から事務局長、11年から専務理事として検査や教育・啓発活動など、日本国内におけるアンチ・ドーピング活動全般の統括を行っている。日本スポーツ仲裁機構理事、嘉納治五郎記念国際スポーツ研究・交流センター理事。



## 災害医療拠点病院

独立行政法人国立病院機構 災害医療センター 看護部長

いっけ じゅんこ  
一家 順子



### 災害医療センターの設立目的とその使命

災害医療センターは、旧国立王子病院と旧国立立川病院を統合し、広域災害医療の基幹施設として、平成7（1995）年7月1日に開院しました。病院の位置する立川広域防災基地は、南関東地域（東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県）に広域的な災害が発生した場合に、人員・物資の緊急輸送の中継・集積拠点として、災害応急対策活動の中枢を担う拠点となっています。

東京消防庁関係施設、海上保安庁（海上保安試験研究センター）、内閣府（政府災害対策本部予備施設）、警視庁関係施設、防災要員宿舎、日本赤十字社関係施設、自衛隊航空関係施設（陸上自衛隊立川駐屯地）と独立行政法人国立病院機構災害医療センターで構成されています。

災害医療センターは、全国の災害医療ネットワーク施設ならびに都道府県指定災害拠点病院の

中心的役割を担っています。このため、平常時から広域災害時に重要な三次救命救急医療と高度総合医療を実践していますが、それとともに、わが国の災害医療対応能力の向上に貢献できるよう、災害医療に関する臨床研究、医療従事者の教育研修、情報発信に努めています。また、地域医療の中核病院、地域がん診療連携拠点病院という特徴をもつ455床の高度急性期病院でもあります。

### 災害医療センターが実施する災害訓練

近年、地震や台風等で自然災害による大規模な被災状況が増えています。令和元（2019）年も8月には九州北部豪雨、9月は台風15号による千葉県の被害状況が毎日テレビで伝えられました。今回の誰もが予測していなかった災害を目の当たりにして、訓練の重要性を改めて感じる機会となりました。

当院の災害訓練は年2回実施しています。本年度看護部では災害対策委員会メンバーを34名と増員しました。また昨年からは災害リンクドクターを設置し、看護部とともに新設部門の勉強会開催や、各部門のBCPマニュアル作成・修正に携わることになりました。全職員対象の事前説明会では、本番の訓練と同様に動きの確認を行うなど、皆で考え、行動する訓練を行いました。当日は、東京医療保健大学の学生も患者役として参加協力してもらい、病院職員全体で災害訓練が行うことがで



災害医療センター看護師長会

## 第2回 災害訓練

# NATIONAL DISASTER MEDICAL CENTER

運ばれた患者をトリアージ



通常は外来フロアが災害訓練時には黄色エリアへ

きました。

また本年度は、災害訓練翌日に政府訓練（大規模地震時医療活動訓練）を実施しました。訓練内容は、地域医療活動訓練の実施（本部運営、域内搬送、参集拠点設置、SCU 運営等）DMAT の参集・活動訓練実施、広域医療搬送訓練等を行い、大規模災害時の実践経験をすることができました。今後は東京都主催の北多摩西部医療圏図上訓練、NBC 災害訓練等が計画されています。

### 今後の課題と目指すもの

災害訓練を実施する度に、問題点・課題等がみえてきます。看護部では災害看護研修を教育プログラムに導入しており、新採用者の研修から始まり、被災地看護まで4段階の研修を実施しています。現状では組織図やマニュアルは作成されていますが、災害に対する知識や実践力が弱い新採用職員も増えたことで、災害看護研修の重要性はますます高まっています。災害時に力を発揮するためには、日頃から看護の基礎能力を確立し、高度

な専門的知識を身につけることが必要になります。日々の業務の中から専門的知識、観察力、臨床判断能力等を養うことができれば、平常時のみならず災害時にも力を発揮することができます。

当院の強みは、日本 DMAT や東京 DMAT、JICA 国際緊急援助隊等に登録し、災害時に自ら率先して行動したいと思う看護師が多く所属していることです。災害派遣に行く多くの職員を送り出すことができるのは、病院を守る看護師がいるからこそ積極的に派遣することができるのだと思います。派遣に行った看護師は、派遣後活動報告会を開催しています。病院を守る看護師に対する情報共有や将来災害現場で活動したいという目標につながっていると感じています。

2020 年は東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会が開催されます。災害医療センター看護師は、「変化に柔軟で主体的に考え行動する看護師」になれるよう研修を行い、刻一刻と変化する医療現場に対応できる、自律した看護師をめざしていきたいと思っています。

# 八広はなみずき 高齢者支援総合センター (地域包括支援センター)

住み慣れた地域で健康に暮らし続けるために。  
“高齢者の総合相談窓口”



東京スカイツリーを間近に臨む、墨田区の「八広はなみずき高齢者支援総合センター」。この日は、介護予防のためのフォークダンスが行われる時間に合わせて地域の高齢者の方々が続々と集まってきていました。入ってすぐのロビーでは折り紙を楽しんでいるグループもあります。

墨田区の高齢者支援総合センターとは、人々が住み慣れた地域で元気に、安定した生活を送れるよう支援する地域包括支援センター（以後「センター」）のこと。墨田区では、高齢者本人や周囲の人が何でも相談できる窓口であることをよりわかりやすく区民に伝えるため、区内8カ所のセンターをすべて「高齢者支援総合センター」と呼んでいます。“高齢者の総合相談窓口”ともいえる存在です。

居の老親の生活が心配という相談、高齢の患者さんの退院後の環境調整に関する病院からの問い合わせなど…。とはいえ、すべての問題をセンターで解決するわけではなく、相談内容に応じて各専門職や行政の担当部署、地域のコミュニティにつなぐことも大切な仕事です。高齢者がワンストップで様々な困りごとを相談できる仕組みがあることで、制度を横断的に、しかも継続的に支援を受けられるのです。

センターでは主に、こうした相談業務をはじめ、虐待や成年後見などに関する権利擁護業務、介護に関するケアマネジメント支援、そして介護が必要になる可能性がある高齢者や要支援の高齢者を対象とした介護予防業務を行っています。

## 様々な相談をワンストップで受ける

そのため、相談の内容は多岐にわたります。たとえば健康に不安を抱えている高齢者本人からの相談、独

## 医療連携の要となる保健師

センターでは保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員が地域の方々からの相談を受けています。保健師の勤務先としては、保健所など行政機関のイメージが強いかもしれませんが、近年、センターの保健師の重要性はとみに高まっています。高齢者が長期入院せず、在宅で医療や介護を受けながら生活することが求められるようになった現在、地域における病院と介護現場との連携がますます必要になり、医療を深く理解した上で介護の現場との橋渡し役ができる保健師はとりわけ欠かせない存在となっているからです。

八広はなみずき高齢者支援総合センターにおいて、こうした医療連携や相談業務で活躍しているのは、看護師としての臨床経験を経て保健師になった遠藤順子さん。

「病院勤務時代、患者さんを看護していてこんなに悪くなる前になんとかできなかったのか、と残念でないことが多くて。なにより大事なのは予防だと思い、保健師資格をとったんです」

そんな遠藤さんが特に力を入れているのは、介護予



施設の奥に見えるのは東京スカイツリー。

施設に入ると、相談受付の案内とともに、地域の様々な活動について知らせてくれる。



笑顔で迎えてくれる、八広はなみずき高齢者支援総合センターの職員の方たち。



施設内には地域の方々の作品が数多く展示されている。



防のための活動。運動が必要な人には定期的に体操をする自主グループへの参加を勧めたり、ひきこもりがちだが体操は気が進まないという人には手芸のグループを勧めたり。既存のグループにその人が好むものがなければ、何か別のテーマで自主グループを作って運営してくれそうな人を探して働きかけ、活動場所の確保にも奔走します。

「人と人をつなぐ仕事なんです。“人”が好きな人に向いていると思います」

### その地区特有の問題を見つける視点も

病院の看護師が目にするのは患者さんの「病気」ですが、地域で働く看護職がみるのはお一人お一人の「生活」、と遠藤さんは言います。

また、一人ひとりの生活を長期的に見るといって訪問看護とセンターの保健師の業務は共通していますが、センターの保健師はその上に「地域」という面の視点も求められます。たとえば墨田区には一階を工場、二階を住居とする家も多くあり、そうした家では階段を毎日昇り降りできないと生活が成り立たないため、下肢筋力を維持・回復する訓練は他の地域よりも切実に必要とされています。

「そうした『地域』の視点と個人個人の生活をみる視点の両方から相談者さんの困りごとを突き止め、仮に疾患などを抱えていてもその人なりに生活が回っていくように支援していくのが私の仕事です」

### 人間力で複雑な問題に向き合う仕事

時には、介護予防が必要な状態でも自主グループに参加したがない人もいます。そうした人に対してはどうするのでしょうか。

「その時は無理に誘わず、いったん引きます。その方

が本当に助けを必要としている時に来てもらえる関係を保つことも大事ですから。ただ放っておいて手遅れになってはいけなくて、心配な方については『高齢者みまもり相談室』に定期的に様子を見に行ってもらっています」

センターでは主に来所した方への支援業務を行っていますが、地域には、来所していないが支援を必要としている人、またその予備軍が多く、高齢者みまもり相談室では、そのような方が支援の網の目からこぼれてしまうことのないよう、こちらから訪問して相談受付や支援を行っています。

一人ひとりの生活や好み、考え方にフォーカスして丁寧に話を聞き、地区特有の事情を考慮しながら、どうしたら元気にその地域で長く暮らし続けられるかを考えるのは、時間のかかる仕事ではないでしょうか。

「ええ、人間力をフルに使う仕事です。それがやりがいでもあるんです」

遠藤さんは今日も、満面の笑顔で高齢者の方々をセンターに迎え入れています。

包括支援センターは、地域に密着した仕事をしています。勤務先のひとつとして考えてみませんか。



楽しく、生き生きとフォークダンス。



地域の高齢者を支える、保健師の遠藤順子さん。

# 保 助 看 のページ

～これから看護職を目指すあなたに～

看護師

## 自分の目指す看護師へ一歩ずつ

国立国際医療研究センター病院

高野 由以



### 憧れの看護師として働くこと

私は、患者さんにいちばん近い存在として、心身ともに支えることができる看護師に魅力を感じ、この道を選びました。今は初めてのことや多くの患者さんとの関わりの中で不安で戸惑うことも多いですが、先輩にひとつひとつ相談にのってもらい、また励まされて日々頑張っています。そしてそのような日々の中にも、学生時代の実習では見えてこなかった看護師の魅力を感じることができています。

### 新人への理解がある環境

当院では、1年目の看護師は黄色いストラップをしており、他病棟の職員や多職種にも新人であることが一目でわかります。以前、病棟から生理検査室にストレッチャーで患者さんを移送中、医師や他病棟の看護師がストレッチャー移送を手伝ってくれました。病棟内でも先輩が「大丈夫？ 困っていることはない？」と毎日声をかけてくれます。私はいつも見守られている安心感が、「自分も、もっともっと頑張ろう」というモチベーションにつながっています。

### 未来の看護師の皆さんへ

私は、看護師になって学ぶことが多い毎日ですが、先輩に相談し新しいことを学ぶ充実感を感じています。いつでも相談でき、見守ってくれる先輩に支えてもらいながら、私が目指す“患者さんにいちばん近い存在”として心身ともに支えることができる看護師になれるよう、頑張っていきたいと思います。



患者さんの身近な存在に

保健師

## 保健師 2年目に入って

荒川区保健所健康推進課保健相談

野崎 愛美



### 入職して2年目の今

私は、荒川区に入職して2年目の保健師です。母子保健事業に従事しながら、地区活動を行っています。

私が保健師を目指したのは、住み慣れた地域で、その方らしく健康に暮らし続けられるようにお手伝いしたいと思ったからです。しかし、仕事を始めてみると、果たして本当の支援となっているのか悩むことが多くなりました。

そんな中、精神疾患のあるお母さんを緊急訪問した時に、「保健師さんに来てもらってよかった」と涙ながらに言われたことが、今でも忘れられません。臨床現場と異なり、支援が本当に有効なのが見えにくい保健師の仕事ですが、区民の言葉が、私の原動力になっています。

### 保健師 3年目に向けて

もう1つ印象に残っている事例があります。それは、近隣の苦情から対応を開始した精神疾患の方で、治療中

助産師

## 子育てを温かく支える 助産師を目指して

ばお助産院

ささき みゆき  
佐々木 美幸



### 温かな心のこもった助産師ケアを

私は現在、開業助産師として活動しています。助産所名の「ばお→包」には、助産師の温かいケアでお母さんと子ども達・家族を包み込むように支援したい、という思いが込められています。

平成16年に出張開業し、平成30年から現在の有床助産所を開業、産後ケア入院、乳房ケア・育児相談などを行っています。助産師免許を取得し、平成元年から大学病院の産科病棟・NICU・看護学校で勤務しましたが、当時の看



育児相談の様子

護部の理念“温かな心のこもった看護”は新人助産師だった私の目指す看護となり、現在の助産所の理念にも掲げています。

### 開業助産師として目指すもの

病院勤務での出産から退院までの関わりでは、お母さん達が地域でどのように子育てをしていくのか把握できていませんでした。私自身の出産の際、地域で活動する開業助産師に出会い、そのケアの心地良さや的確なアドバイスで不安が解消し、育児に前向きになれました。将来は、出産時期だけでなく育児期全般もサポートできる助産師になりたい！と、地域に出る目標をもらった出会いになりました。

現在の助産所にも、「産後の家族支援が得られない」、「相談できる人がいなくて不安…」というお母さん達が来られます。今後も助産師として専門的な知識と経験を磨き、お母さん達の背中を温かく後押しできる関わりを目指し、活動していきたいと思っています。

断があり、当初は法律に基づく入院措置が必要ではと考えられていました。私は、本人の意思を尊重した対応ができないかと考え、内服再開に向けてできることは何か、本人と対話を重ねました。その結果、経済的困窮が原因で、食事の内服も滞っていることがわかりました。生活保護担当等と連携し、本人を中心にしてお処法を模索し、今は自宅で落ち着いた生活を送られています。この事例から私が学んだことは、区民や関係機関との対話の大切さです。

これからも、対話を大切にしたい保健師活動を実践していきたいと考えています。



いつも支えて頂いている皆さんと

## 癒しの空間 その19



### 人とつながり自然を楽しむ、ゴルフの魅力

医療法人財団 立川中央病院

看護部長 **伊東 恵美子** Emiko Ito



私の休日には、ゴルフが欠かせません。休日はゴルフの練習をします。ラウンドといって、ゴルフ場でプレーをするために練習をします。ラウンドしない日は、テレビでゴルフ観戦です。最近では渋野日向子さんが海外で優勝したことや、石川遼さんの復活優勝にとっても感動しました。

私が行く練習場は、とても広く大きい練習場です。広々として解放感のある中で、ドライバーといわれるクラブで思いっきり振りぬき、ゴルフボールがまっすぐ飛んでいく快感はとても気分がいいです。目標に向かって打ちますが、なかなか上手くいかないことが多いです。自分のスイングのどこが悪いのかと分析をしながら、約150球打ちます。時間にすると1時間ぐらいいい汗をかき、“運動した”という実感がわきます。

「ゴルフの魅力は何なのか、どうしてやりたいと思うのか」を考えてみました。私はゴルフを通して色々な方と知り合いになりました。乳がん患者さんの会など職場関係から、地域のゴルフ好きの方などと知り合えるきっかけになりました。世代や職業も違う人との関わりはとても楽しく、視野が広がり、自分も成長できます。ゴルフは老若男女の誰でもできるスポーツです。家族でも夫と85歳の父とラウンドし、家族内で競っています。人とのつながりが

もてるのが楽しいです。

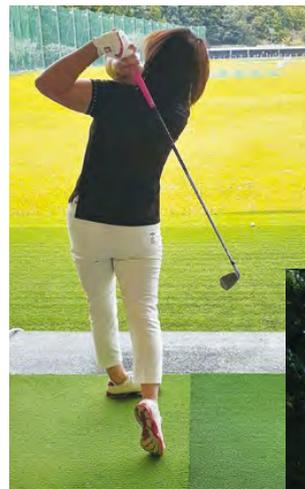
自然の中でスポーツができることもゴルフの魅力の一つです。森林浴でリフレッシュできます。四季折々の自然を満喫し、時にはタヌキと遭遇することもあります。一度はカラスにボールを持っていかれたこともありました。天気の良い日はパノラマでスカイツリーや遠くの山脈が見えることもあります。

自分の打ったボールが、いつも良い位置から打てる訳ではありません。時には難所から打つこともあります。悪いショットは全て自己責任です。個人競技なので、自分との闘いがまた心地よいと思っています。

皆さんも是非、Let's do it playing golf.



私の大事なゴルフパートナー



週末の練習風景。ナイスショット？



真夏の富士山を見ながらラウンド

## 東京の名所を巡る、はとバスツアー

日本大学病院

看護部長 **木澤晃代** *Akiyo Kizawa*



私は、千代田区の大学病院で看護部長をしております。周囲には、桜の綺麗な九段、昼も夜も賑わう神保町、アクセス便利な東京駅などがあり、都会を満喫できる素敵な場所です。

さらに、今年はオリンピック・パラリンピックが開催されることもあり、都心は徐々に整備されています。そんな都心しながら、わりと都心の良さについては知らないことが多いと思いました。

そんな折、地方から上京してきたスタッフへの都内の紹介、世代を超えた看護部職員交流のため、近場の遠足「夜の東京をオープンバスでドライブしよう!! はとバスツアー」を開催しました。意外と都内出身の人ほどはとバスに乗る機会はないと思いますが、日比谷公園 = 霞ヶ関 = 国会議事堂 = 虎ノ門ヒルズ = 東京タワー = レインボーブリッジ = お台場 = 豊洲 = 勝鬨橋 = 築地 = 歌舞伎座 = 銀座 (車内観光) と巡り、

締めは丸の内で和食buffetと飲み放題を楽しみました。2階建てバスで、オープンエアだったのでいつも見る景色とはかなり違いました。

また、高速道路も走るので、道路標識が図上すれすれに通るスリルを楽しみ、オリンピックに向けて発展していく「The Tokyo」を目の当たりにし、みんなの顔も生き生きしていました。みんなが喜ぶ顔が部長の原動力です。buffetでは、新人スタッフの前に積み重ねられたお皿の数に驚き、その食べっぷりに感服、頼もしくなりました。仕事はきっちり、遊びは楽しく、職場のコミュニケーションも円滑になっています。次は屋形船かも!?



東京タワー、これぞとうきょう!



東京タワーを撮る集団を隠し撮り



外苑の並木は都内のオアシス。注目のスポット!



看護部スタッフの集合写真。Go! Go! ドライブ!

# ソウル特別市看護協会との交流事業報告

東京都済生会向島病院 看護部長 佐久間 あゆみ

서울특별시간호사회  
Seoul Nurses Association

▶ソウル特別市看護協会

目的：ソウル特別市看護協会と東京都看護協会との交流および視察

期間：令和元年9月1日(日)～9月4日(水) 4日間

訪問者：東京都看護協会 会長を含め9名

(会長・副会長・専務理事・職能理事・地区理事(副支部長を含む)・英会話教室修了者)

見学先	ソウル特別市看護協会
	江南区痴呆ケアセンター
	ソウル・アサン医療センター
	ジュング ヘルスケアセンター



◀意見交換

9月1日より4日間、ソウル特別市看護協会へ東京都看護協会から9名が参加し、交流と視察が行われました。韓国と日本は、高齢化という共通の課題を抱えています。今回は、地域包括ケアと看護職の役割や活動についての紹介と、意見交換が行われました。

まず、ソウル特別市看護協会会長より韓国における看護政策の推移とソウル特別市看護協会の取り組みをご紹介いただいたのちに、山元会長から「地域共生型社会を目指して」と題して、地域包括ケアシステムが作られた背景や、「病院完結型医療」から「地域完結型医療」へ変わり行く中で看護師がどのように役割を果たしていくべきか」についてお話いただきました。その後、佐川副会長から精神疾患を有する患者への支援や、自殺予防などを中心に、行政保健師の役割や活動が紹介されました。実践事例として中野看護師職能理事から、病院と地域との繋がりを強化し、在宅療養支援病院としての取り組みを、具体的な場面や、関わる職種に焦点をあて意見交換が行われました。

韓国においても、高齢化に伴う慢性疾患や疾病の複雑化から、経済的負担が増大しており、地域包括ケア(コミュニティケア)システムを構築することで、予防可能な疾患への継続的介入と、再入院や悪化の防止につなげていきたいと考えているとの事でした。

しかし、病院から在宅への移行期のケアに対する認識の低さや専門家間の連携、地域包括ケアで活躍する看護

師育成やその役割の強化、住民の理解を得るための取り組みなど、さまざまな課題が存在していることも日本の課題と似ていると感じました。認知症への取り組みにおいて大変興味深かったのは、江南区痴呆ケアセンターでの活動でした。このセンターでは、認知症のスクリーニングや、高齢者を対象に生活スタイルを変化させていくことで認知症の発症リスクを少なくする取り組みを積極的に行っていました。具体的には、認知症に関する住民への情報提供やスクリーニングにとどまらず、音楽・運動・絵画・園芸など多岐に渡っていました。

ソウル・アサン医療センターでは、在宅での療養が出来るように積極的に訪問看護(韓国では家庭看護)が行われ、全体の40%は病院から看護師が自宅に向かうという活動をしていました。さらに専門的な教育を受けた看護師は、日本における特定行為のような医療処置を自宅でも行っているとの説明がありました。

ジュング ヘルスケアセンターは、保健所として衛生、住民の健康管理、精神保健や認知症への対応も行っていました。住民の高齢化により慢性疾患患者の増加とともに、区ごとの健康格差も多く、国として取り組みを進めているということでした。

日本と韓国が抱える課題は類似していますが、解決への道は一つではなく、地域の特性をふまえ地域ごとの課題にあった支援ができるよう柔軟な対応が求められるのだと改めて感じました。



▲記念品交換



▲佐川副会長による実践報告



▲記念撮影

## 「中堅保健師コンサルテーションプログラム」 研修（保健師職能委員会企画研修）を受講して 「木を見て森を見る」

北区十条台高齢者あんしんセンター センター長 ひろかわ きみよ 廣川 君代



私は、地域包括支援センターに勤務し5年目になります。初めはこの仕事にやりがいを感じて臨んでいましたが、決められた事業をこなすばかりになり、仕事の喜びを見失いかけていたように思います。そんな時このプログラムの案内が職場に届き、是非参加したいと思い申し込みさせていただきました。この研修は、地域のデータを集め、その中から「自分が行う事業の対象者がどのような方で、その方々にどうなっていたらいいのか」という課題を明確にし、その事業のタイトルを決めるところから始まりました。その後、著名な講師の先生方やコンサルタントの先生方のご指導の下、PDCA（計画⇒実行⇒評価⇒改善）サイクルを回す意義や、具体的な方法について講義やアドバイスをいただき、改めて事業に対する取り組み方を学ぶ好機となりました。

また他区の包括の保健師の方や行政保健師の方と共に学べる貴重な機会にもなりました。講師の先生から教えていただいた「木を見て森を見る」この言葉は深く心に残り、この研修を受講させていただいたことで、保健師としての仕事の魅力を再発見する機会となり、また今、これから多様に変化する地域の中で、責任と役割が果たせる保健師になれるよう努力していきたいと、改めて強く感じております。

若年性認知症カフェでのランチ▶



▲北区十条台高齢者あんしんセンター主催  
若年性認知症カフェ「ハーモニー」

### 委員会活動 災害対策委員会

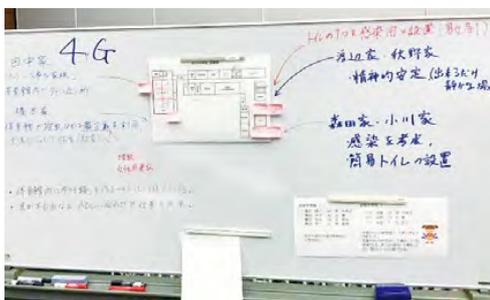
## 今、備えましょう

災害対策委員会 都立広尾病院 しみず みどり 清水 緑

当たり前で電車に乗って仕事に出かける、いつものことが奇跡かもしれないと思いませんか？ 今、私たちは「いつでも」「どこにいても」災害に遭遇する国に住んでいます。

これまでは地震がクローズアップされてきました。しかし、地震だけではありません。ゲリラ豪雨、台風など自然災害は年々その被害を大きくしています。災害対策委員会では災害時に「災害支援ナースとして被災地の医療施設等で活動できる実践能力を習得する」目的で災害支援ナース研修を企画・運営しています。災害に関する基礎知識から派遣時の心構えなどを学び、実際に派遣された看護職によるワークショップでは具体的な活動内容を共有しています。研修はワークショップをはじめグループワークや避難所体験など演習も多く取り入れています。避難所の床の硬さや冷たさ、畳1枚のスペースを実際に体験し避難所の劣悪な環境を知る演習です。

また、支援に向うだけでなく支援を受ける立場では何が必要か、今できる準備は何かなど「受援」に関する研修も新たに取り入れています。いつか来るその日のために災害支援ナース研修と一緒に学び、今、備えましょう。



▲演習 机上シミュレーション



▲「健康体操」熊本バージョンラジオ体操

# 第2回 海外ボランティア研修企画 平成31年度ハワイ教育研修報告

いしかわともこ  
教育部国際交流事業係 石川智子



▲ハワイ大学で修了証を授与され満面の笑顔

目的：看護職の海外ボランティアおよび研修希望者への支援のための企画運営  
日時：令和元年10月22日(火)～10月27日(日) <4泊6日>  
場所：アメリカ合衆国 ハワイ州 ホノルル市 (ハワイ大学シミュレーションセンター他)  
参加人数：10名 (英会話研修受講者)  
内容：【研修】ハワイ大学 看護学部 シミュレーションセンター (1.5日間)  
【特別研修】ハワイ薬剤師協会 前会長 齋藤ひろみ氏による講演およびQ&A (半日間)

昨年に続き、初日からハワイ大学シミュレーションセンターを訪問。Jet Lag (時差ぼけ) にも負けず、センターの概要、医療機器等の説明を受けました。2日目はいよいよ英語で Hands-on Training (実地訓練)。2チームに分かれ、2つのシナリオを体験しました。患者および家族役に扮した俳優さんを相手に「英会話研修」で培った英語を駆使してリアリティに満ちた経験ができました。緊急時の日米の家族対応や医療保険の違い等についても学び、最後は全員、満面の笑顔で修了証を授与されました。3日目はハワイ薬剤師会前会長の齋藤ひろみさんから「日米の医療事情の違い」「ハワイ州のチーム医療における薬剤師の役割・活動内容・看護師との連携」「医療安全対策」「医療訴訟」「看護職の雇用」等のお話を伺いました。質

疑応答も活発でもっとお話しを聞きたいという声がありました。今回の研修で、受講者全員が、語学力の必要性をますます実感し、英語学習継続のモチベーションアップになりました。当協会は今後も「英会話研修」で学んだ看護英語 (INPUT) を OUT PUT (実践) する場を提供していきます。



▲ハワイ薬剤師会  
前会長 齋藤ひろみさん  
による講演 & Q&A

▲ハワイ大学  
シミュレーションセンター研修

# 第52回 看護学生看護研究学会報告

なりた  
学生学会ワーキンググループ 成田みゆき

日時：令和元年11月25日(月) 12:00～16:00  
会場：文京シビックセンター  
参加者：1,538人  
研究発表：口演8題 誌上10題  
交流ひろば：2題  
展示：「喫煙・受動喫煙の真実を知ろう」東京都看護協会

平成31年度第52回看護学生研究学会は、11月25日文京シビックセンターで開催されました。口演発表8題、いずれの演者も練習を重ね本番に臨んでいて、口

演内容をわかりやすく思いを込めて伝えることができていました。発表後には会場や座長から質問が出され、質疑応答も活発に行われました。特別講演

は、太成学院大学の田村玉美先生を講師にお招きし「パラリンピック選手が力を発揮するために-選手の現状と看護師としてできること-」をテーマに障がい者スポーツの歴史、パラリンピックの現状についてご講演いただきました。障害者の健康をサポートするには、専門職として看護の学術的な検証と検討が必要です。多くの看護学生がパラリンピックを観戦し、障がい者、障がい者スポーツを理解してほしいと話される先生に、会場から大きな拍手があがりました。



# 図書室だより

## ～論文・レポートのための文献引用方法～

論文・レポートにおいて、自分の意見と他者の意見を分けて記載すること、そのために引用した文献を明記することは大切なルールです。引用文献の記載が無いまたは不正確な場合は、せっかく執筆した論文・レポートそのものの信頼性が失われてしまいます。今はまだ論文の投稿やレポート提出予定が無くても、日頃の研究・学習の際に、文献リスト作成の習慣をおすすめします。

### ◆文献リスト作成の3ステップ

- ①引用する資料を集める
  - ②投稿規定・執筆要領を入手し熟読する
  - ③投稿規定・執筆要領をもとに文献リストを作成する
- リストの作成には上記3つのステップがあります。その際に必要な情報は「著者名、出版年、論文名、雑誌名、巻(号)、ページ数」です。これらをもとに作成した文献リストの例を以下に示します。

### ◆APAでの文献リスト

看護分野では大きく分けてハーバードスタイルとバンクーバースタイルの2種類の引用スタイルがあります。日本看護科学学会や日本看護研究学会など多くがハーバードスタイルの代表例である、アメリカ心理学会によるAPA(American Psychological Association)を採用しています。そのため、投稿したい雑誌の投稿規定をもとに作成するのが一番ですが、APAでの文献リスト作成をおすすめします。

### ハーバードスタイル APAによる文献リスト

著者名	出版年	論文名	雑誌名	巻(号)	ページ数
筒井真優美,	(2018),	アクションリサーチの意義と魅力,	看護研究,	51(4),	288-301.

### ◆Q&A

**Q.** インターネット上の情報を引用文献にするにはどうしたらいいの??

**A.** その情報が信頼性の高い情報かを確認し、APAでは以下のように記載します。

著者名	出版年, 月日	記事のタイトル	URL
Satalkar, B.	(2010, July 15).	Water aerobics.	Retrieved from <a href="http://www.buzzle.com">http://www.buzzle.com</a>

### ◆おすすめ参考図書

以下に紹介する3冊は、文献リスト作成におすすめの参考図書(すべて4階図書室にあり貸出可能)です。

<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60px; margin: 0 auto;">140.7</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60px; margin: 0 auto;">11994</div>	 <p>①『APA論文作成マニュアル』 第2版 APA ほか著 医学書院 2011 原著第6版(2010)の全訳書</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60px; margin: 0 auto;">N251</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60px; margin: 0 auto;">N</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60px; margin: 0 auto;">12515</div>	 <p>②『APAに学ぶ看護系論文執筆のルール』 前田樹海, 江藤裕之著 医学書院 2013 ①をまとめた入門書</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60px; margin: 0 auto;">N251</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60px; margin: 0 auto;">N</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60px; margin: 0 auto;">9156</div>	 <p>③『看護研究のための文献検索ガイド』 第4版増補版 山崎茂明, 六本木淑恵著 日本看護協会出版会 2010</p>
---	--	---	---	--	--

引用文献についてのご相談、資料の探し方など、ご質問は図書室までお気軽にお声かけ、ご相談ください。

## 公益社団法人東京都看護協会 看護研究助成

公益社団法人東京都看護協会では、看護職の資質向上に関する事業の一貫として、看護研究のレベルアップをはかり、看護の質を高めるために、会員の研究活動を支援しています。

看護研究の助成金の対象は、「先駆的研究」および「看護実践の向上や改善に役立つ取り組み」の2種類となっています。加えて、学術推進委員会推薦による「海外発表助成」も実施しております。

**応募資格:** 東京都看護協会会員歴5年以上を有する現会員で、臨床あるいは地域看護に従事している個人またはチーム

**募集期間:** 毎年 5月1日～8月1日

応募要件、助成金額、応募方法、審査・選考方法等、看護研究助成の詳細は、「研究助成金」ウェブサイトをご参照ください。

<https://www.tna.or.jp/nurse/education/subsidy/about/>

# 東京都訪問看護教育ステーションに なってから、1周年になりました

公益社団法人東京都看護協会 千駄木訪問看護ステーション城北事業所  
所長 竹内 里絵子

千駄木訪問看護ステーション城北事業所は平成30(2018)年8月より東京都訪問看護教育ステーションとして指定を受け、今年で1年半が経過しました。ここでは、訪問看護に関心のある看護職に対して、さまざまな事業を行います。職務体験や訪問看護師や地域の医療・介護職向けの勉強会の開催、医療機関との相互研修の企画、その他、さまざまな相談業務を行うものです。これまで、講師の方や病院関係者にたくさんのご協力を頂きながら、スタッフが丸となって取り組んでいます。その中で、今年度行った勉強会と医療機関との相互研修についてご紹介したいと思います。



## 今年度実施した主な内容

- 6月 輸液ポンプ勉強会
- 7月 医療機関との相互研修(順天堂大学医学部附属練馬病院)
- 9月 新任訪問看護師交流会(制度と報酬について)
- 9月 医療機関との相互研修(練馬光が丘病院)
- 10月 フットケア・爪のケア勉強会

## 【アットホームなお茶の間勉強会】

6月・10月の勉強会と9月の交流会は、ステーションの研修スペースで行いました。研修スペースといっても和室に座布団・リビングに椅子というスタイルです。「かしこまらず気楽に、家に帰ってきたような気持ちで受けていただきたい」「少人数で一人一人と顔を合わせて顔見知りになる機会にしたい」という私の思いがあります。受講生の中には何度も参加される方や、ステーションの研修を受講される方もいらっしゃいます。だんだん顔見知りになり、自転車をおいでしていると街ですれ違い「あ、あの時の…!」と気が付くことがあります。みなさんが頑張っている姿を見るととても嬉しく思います。



## 【相互研修で地域の連携を深める】

この研修は、訪問看護師は普段連携している病院で1日の体験実習を受け、病院の看護師で訪問看護に興味がある方は教育ステーションに体験研修に来るといふ、相互研修です。

これまで、2か所の病院にご協力いただき、合計13名の訪問看護師に研修を受けていただきました。この研修で興味深いと思うのは、訪問看護師の研修に看護師だけではなく、多職種(理学療法士や栄養士、地域連携部門の方など)が指導してくださることです。指導をする側もされる側もお互いに学びや発見があるようです。

研修の全日程終了後に、研修生・病院・教育ステーションで集まり合同意見交換会をするのですが、その時には多岐にわたる意見が挙がり、お互いに多くの学びがあります。研修生は、翌日からの業務に活かせること、または活かそうとしていること、そしてステーションの他のスタッフとも学びを共有する姿勢がわかり、教育ステーションの立場としてもとてもありがたく頼もしく思います。

私たちのステーションは教育ステーションとしてはまだまだ駆け出しで、迷ったりつまずいたり遠回りしてしまうこともあります。これからも地域に根ざしたステーションとしての成長を遂げていきたいと思ひます。

## 東京都訪問看護教育ステーション事業について

- 東京都では、地域包括ケアの中心的な役割を担う訪問看護師の確保・育成・定着を支援するため、平成25年度より「東京都訪問看護教育ステーション事業」を実施しています。
- 平成31年4月現在、都内13カ所の訪問看護ステーションを教育ステーションとして指定し事業を実施しています。事業の目的は、身近な地域において、訪問看護に関心のある看護職の方の訪問看護ステーション体験・研修(同行訪問等)や、訪問看護業務の相談に対する助言および情報提供の仕組みを整備することにより、訪問看護への就業意欲を喚起するとともに、訪問看護師の確保・育成・定着を図ることを目的としています。

出典：東京都訪問看護教育ステーションウェブサイトより

詳細は、東京都福祉保健局 東京都訪問看護教育ステーション事業をご覧ください。

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/smph/kourei/hoken/houkan/houkankyoiiku.html>

## 子育て支援イベント「すくすく広場」第1回開催！

子育て支援委員会 おだか だいすけ 尾高 大輔（小児専門看護師）

9月7日、第1回すくすく広場が開催されました。東京都看護協会の大研修室1Aにて、親子の健康や子育てに関する情報の提供や、親同士の情報交換やネットワークづくりの場を提供することを目的として行われました。

「よくある病気やけがの手当て」をテーマに講演が行われた後、「手形アート」「育児相談」「パパ会」の3グループに分かれての交流会、保健師・助産師・看護師の三職能による個別相談など、内容盛りだくさんで、あっという間の2時間でした。

参加者からは、「子育てについて、相談できてすごく良かったです（父）」「個別相談でもとてもいいアドバイスを頂け、心も軽くなりました（母）」などの声を頂きました。またお子さん達も、広い会場を動き回ったりお母さんとお父さんの間を行ったり来たりするなど、楽しく過ごせた様子でした。

今後は「感染症と予防接種」「睡眠と発達」「アレルギー」「家庭での事故防止」をテーマに、もっと皆さまに楽しんで頂ける会にしていきたいと思います。



▲すくすく広場講演



▲パパ会



▲個別相談



▲手形アート

## 冬の感染症対策研修を実施しました

令和元年10月3日、東京都看護協会1階大研修室にて、今年度 第1回「冬の感染症対策 —インフルエンザ・ノロウイルス感染症を広げないために—」研修を実施しました。平日の開催でしたが58名と多くの方に受講していただきました。

研修の前半は講義を行いました。受講生が全体像を把握しやすいよう2部構成とし、はじめに医師による検査や治療の側面、次に感染対策委員による感染予防策の側面からお話しました。中でもインフルエンザの予防投薬は、皆さん悩まれるところで反響が多くありました。

ノロウイルス感染対策で問題となるのが、嘔吐物を処理する際の曝露です。そこで後半の演習は模擬吐物を使用し、吐物処理を参加者全員で実際にやってみました。吐物には蛍光塗料を混ぜており、防護用具を外した後にブラックライトで照らし、手や身体に塗料がついていないかを確認しました。

ノロウイルス感染症患者の吐物には大量のウイルスが含まれており、その処理は、感染対策上リスクの高い行為です。実際の場面に遭遇した時にしっかりと感染を防止できるよう、皆様の施設でも、演習などで物品や方法を事前に確認しておくことをお勧めします。

演習▶



▲座学



# 東京都 ナースプラザだより

ようこそ ナースプラザへ！

東京都ナースプラザは「看護師等の人材確保の促進に関する法律」に基づき、東京都の指定を受けたナースセンターとして、看護職の確保・定着に関する4つの事業、①ナースバンク ②研修 ③看護に関する普及啓発 ④看護職員地域確保対策を行っています。

東京都ナースプラザは2019年3月18日に **Facebook** を開始しました！

主な投稿画像をご紹介します。

これからもタイムリーな話題を発信します。

ファンになってくださる方募集中！！

<https://www.facebook.com/tokyo.nurseplaza/>



## 1 ナースバンク

西新宿に新装 OPEN！

【ふれあいナースバンクのお知らせ】

ノベルティをご紹介します  
(参加者プレゼント)

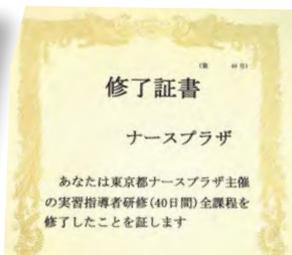


## 2 研修

離職中の看護職および中小規模施設に働く看護職のスキルアップを図る研修を企画・運営しています。

◎2019年度東京都ナースプラザ研修のご紹介

《訪問看護師育成基本コース》  
7/10～11/12 実施



2019年度東京都ナースプラザ研修計画 実習指導者研修 修了証書

## 3 看護に関する普及啓発

「一日看護体験学習」  
5月・夏期実施



「一日看護体験学習」  
5月・夏期実施

情報誌「やっばり看護が  
好き70号」発行

## 4 看護職員地域確保対策

復職支援研修のご案内



復職支援研修の実施  
病院とスケジュール  
をタイムリーにお知  
らせてしています。

# 会員係からのお知らせ

2020年度 入会受付中です！

会員有効期間 2020年4月1日～2021年3月31日

◆2019年度会員（自動継続）の方◆ 会員情報登録内容に変更がない場合は、変更届の提出は不要です！  
 看護協会年会費：15,000円（東京都看護協会年会費5,000円・東京都看護協会会館維持費5,000円・日本看護協会年会費5,000円）

口座振替（口座情報登録済）	2020年1月27日のお引落としにより継続手続き完了となります。
勤務先で取りまとめて納入 銀行振込 コンビニ収納	2020年度は4月1日よりスタートいたします。 研修の受講料・協会ニュースの発送部数等、会員サービスに影響いたしますので、お早めの納入をお願いいたします。
口座振替（口座情報未登録）	会員情報変更届に口座情報を記入の上、ご提出ください。 口座情報登録が完了しますとお引落としにより継続手続き完了となります。

◆新規・再入会の方◆ **2020年度用入会申込書（緑色で印字）を取り寄せてお手続きください。**

新規入会：20,000円（東京都看護協会入会金5,000円・東京都看護協会年会費5,000円・東京都看護協会会館維持費5,000円・日本看護協会年会費5,000円）

再入会：15,000円（東京都看護協会年会費5,000円・東京都看護協会会館維持費5,000円・日本看護協会年会費5,000円）

※入会履歴が不明の場合は、会員係までお問い合わせください。

## <看護協会入会スケジュール>



## 施設を訪問しています

◆2016年10月から稼働している新会員情報管理体制の名称は「ナースシップ」といいますが、この名称は、「ナース（看護職）」と「メンバーシップ」を組み合わせた造語です。「ナースシップ」には、看護協会の会員であることに誇りを持ち、看護職として「人々の健康な生活の実現に貢献する」という意味と想いが込められています。

◆このナースシップのサービスは、会員サービスの充実・向上や個人情報保護に向けたセキュリティ強化、施設代表者の皆さまの事務作業と現金取り扱いリスクの軽減、入会組織率の維持・向上を目的としています。

◆東京都看護協会では、会員の皆様からのご意見やご要望を直接お伺いするとともに、研修をはじめさまざまな事業をご紹介します、よりよいサービスをご提供するための施設訪問を行っています。訪問して感じた事は、どの施設も「看護の質の向上」に取り組む中で同じような困難に直面しているということです。現状を打開するには、「変化を起こす力」が大切です。一人ではできない事も同じ悩みを抱える看護職が仲間を作る事で大きな力になると思いませんか。これからも訪問を継続してまいりますので、私たちと一緒に悩みを解決してまいります。

訪問を希望される場合は、会員係までご連絡ください。お待ちしております。

## 公益社団法人東京都看護協会 事業部会員係

TEL：03-6300-5452（会員係直通） FAX：03-6300-0875 Mail：nyukai@tna.or.jp  
 受付時間 月曜日～金曜日 9：00～17：00（土日祝除く）

## 事務局からのお知らせ

### 平成31(2019)年度 寄附金寄贈者・賛助会員 御芳名

(敬称略 順不同)

当協会の公益事業活動へのご協力に、心より御礼申し上げます。ご寄付いただきました方々への感謝の意を込めまして、ここにご芳名を掲載させていただきます。

#### 寄附金寄贈者 御芳名

株式会社清和ビジネス NPO 法人日本 ACLS 協会 東洋羽毛工業株式会社  
宗像 雄 網野 寛子 村松 勝美 桃井 瑞生 山本 節子

#### 賛助会員 御芳名

三井住友トラスト・カード株式会社	株式会社伊藤園
株式会社トータル保険サービス	ニプロ株式会社 東京第一支店
株式会社インターメディカ	大成祭典株式会社
株式会社学研メディカルサポート	株式会社朝日エル
株式会社信公	一般社団法人 日本動物看護職協会
株式会社日本ケアコミュニケーションズ	一般社団法人 東京都訪問看護ステーション協会
一般社団法人 日本病院会東京都支部	一般社団法人 日本能率協会
睦技研株式会社	株式会社ジェイ・エム・エス
一般社団法人 日本臨床看護マネジメント学会	株式会社ビジョン
伊豆アート印刷株式会社	公益社団法人 東京都助産師会
フォーク株式会社	株式会社 安全推進研究所 Im SAFER 研究会
株式会社オーセンティックス	メディアスホールディングス株式会社
株式会社キューネットワークス	一般社団法人 日本在宅看護学会
東京インターナショナルリスクサービス株式会社	東芝エレベータ株式会社 東京支社
アイホン株式会社	日本光電株式会社 東京支社
東洋羽毛首都圏販売株式会社	佐藤 岩雄

<令和元(2019)年11月末現在>

### 公益社団法人 東京都看護協会 役員等の選挙について

◆令和2(2020)年6月25日(木)に開催される「令和2(2020)年度通常総会」の終結をもって任期満了となる役員及び推薦委員について、下記により選挙を実施いたしますのでお知らせいたします。

○選挙期日 令和2(2020)年6月25日(木)

○場所 公益社団法人東京都看護協会会館 1階大研修室1A・1B

○立候補受付について

役員等に立候補又は推薦する委員は、他の5名以上の推薦を受けて、所定の様式(立候補届出書・立候補者推薦届)に必要事項を記入の上、令和2(2020)年3月23日(月)から3月27日(金)までに、(公社)東京都看護協会 選挙管理委員会 事務局まで届け出てください。所定の様式が必要な場合は、下記までご連絡くださいますようお願いいたします。

公益社団法人東京都看護協会 選挙管理委員会事務局

〒160-0023 東京都新宿区西新宿四丁目2番19号 TEL: 03-6300-0730

○改選役職名及び改選数

役職名	改選数
会長	1
副会長(助)	1
常務理事	1
財政担当理事	1
職能理事(保)	1
准看護師理事	1
地区理事(東部)	1
地区理事(中部)	1
地区理事(多摩南)	1

#### 《当ページへのお問合せ先》

公益社団法人東京都看護協会 総務課 庶務係 TEL: 03-6300-0730