

こまくさ

アルプス訪問看護ステーション



住み慣れた地域でその人らしい「生きる」と「暮らし」が実現できるよう支援しています。

南アルプス市役所



保健、医療、福祉等の多機関が連携し、みんなが健やかに暮らせるまちを目指します。

北杜市役所



日々、笑顔あふれる地域づくりを目指して、奔走中。
令和6年度は合併20周年！
力を合わせ、頑張っています!!

訪問看護ステーションあらぐさ



訪問看護ステーションあらぐさは、若い年齢層が多く明るく元気な職場です。乳幼児から高齢者まで幅広い年齢層に対応しており、最近では、市の委託を受け、小学校や保育園にも訪問しています。地域の皆さんが、安心して、明るく元気にいきいきと生活できるようにお手伝いさせていただいています。

所長・支部長あいさつ



「働き方改革と救急医療」

中北保健所長 津金 永二

看護協会峡北地区支部の皆様には、日頃から地域保健医療にご尽力を頂き感謝申し上げます。新型コロナウイルス感染症が5類に引き下げられたとはいえ、医療の現場では対応が続く日々だと思います。来年度から医師の働き方改革が始まり、最も影響を受けるのが、救急医療だと思います。二次救急病院の当番日の宿日直が、勤務時間に入り、病院や医師数が少ない北巨摩地域の二次救急医療体制は継続が困難となっています。これまで1日2病院体制で実施してきましたが、今後平日は1病院体制になると思います。また、地域外への救急搬送が増加することも考えられます。県内では、10月より開設された#7119の救急電話相談窓口によるトリアージの強化や、来年度には山梨大学医学部附属病院に準夜帯の初期救急センターの設置も予定されています。移動手段を持たない高齢の患者さん等は、軽症の場合できる限りかかりつけ病院で診療を行う必要があります。診療や意思決定を支える看護職の力が必要です。今後とも看護協会の皆様にはご協力をお願いいたします。



顔の見える地域連携の構築を目指して

公益社団法人山梨県看護協会

峡北地区支部長 巨摩共立病院 角野 加世子

山梨県看護協会峡北地区支部の皆様には、平素より地区支部活動にご理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症は5類に移行されましたが、今秋からインフルエンザウイルスが拡大し、医療機関や福祉施設、在宅医療を支える事業所は、感染対策を講じながらの対応を余儀なくされ、ご苦労されていることと存じます。

このような状況にはありますが、昨年度に引き続き、顔の見える連携強化を目指し、対面での研修会を企画運営して参りました。感染症発生時の地域連携を考える研修会では、中北保健所地域保健課長の講義後、コロナ禍の3年間を振り返り、語りあうグループワークを行ないました。参加者は同じような経験や思いを抱えながら、自分たちが出来ることを前向きに実践してきたことを共有・共感し、あらためて情報交換出来たことを次の糧にしようと決意しました。このように他の事業所との交流が、地区支部活動の源であることを確信し、さらに研修会を積み重ねることで、地域連携の強化に繋がることを期待したいと思います。今後もこれまで同様、地区支部活動へのご協力を賜りますよう、宜しくお願い致します。

令和5年度看護功労者

| 氏名 | 勤務場所 |
|---------|-------------------------|
| 井上 砂織 様 | 巨摩共立病院 |
| 佐藤あけみ 様 | 白根徳洲会病院 |
| 塚越 暁美 様 | 訪問看護ステーション ほっと・ほっと韮崎 |
| 細田 明子 様 | 韮崎市立病院 |

第28回県民の看護師さん

| 氏名 | 勤務場所 |
|---------|---------|
| 白砂 麻里 様 | 白根徳洲会病院 |
| 齊藤 公子 様 | 山梨県立北病院 |

受賞おめでとうございます。



研 修 会

コロナ禍で改めて感じた、顔の見える関係の大切さ

北杜市役所介護支援課 篠原 真規子

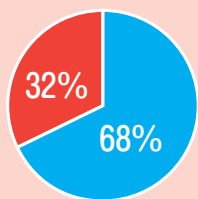
8月22日に開催された「新型コロナ対応を振り返り、看護職の意義とこれからの活動について」と題した峡北地区支部研修会に参加しました。

県では体制が整っていない中でのクルーズ船の感染者の受け入れから、国の指針に基づいた相談や検査、陽性者や濃厚接触者の対応、施設のクラスター対応等に追われていた。令和3年4月には知事直轄の「山梨県感染症対策センター（YCDC）」を始動し、中北保健所内では班体制をとり責任や役割の明確化を図り対応を行っていた。目まぐるしい変化の中で日々対応や政策の周知に追われ、病院や施設・市町村や企業との連携を図ることも困難な状況に苦悩していたことを知りました。



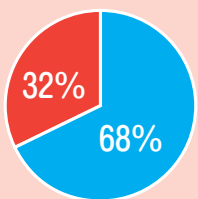
今回対面でのグループワークが久しぶりに開催され、医療機関や施設や事業所などそれぞれの立場での活動や想い、情報共有や連携を図ることの難しさ等などが聞かれました。また、私たち看護職は感染症流行時や災害発生時の対応として専門的知識やマネジメント力などのスキルを発揮することが求められます。そのため、日頃からの学習や研修会に参加し自己研鑽することや、平時から顔の見える関係づくりの大切さを改めて感じました。

アンケート結果から参加された方の声を紹介します。



講演は参考になりましたか
 ■ 大変参考になった ■ 参考になった

- ・コロナウイルスに対する対応等を振り返る事で今後同じようなことが起きた際の対応を迅速にできると思った。
- ・全体を網羅した振り返りとなる内容で良かった。



グループワークは満足できましたか
 ■ 大変満足できた ■ 満足できた

- ・他施設の様子がわかり、有意義だった。
- ・顔の見える関係が大切だと感じた。
- ・各職場がどのような対策をしてきたか、または現在しているのかなどを知れて、5類になった今も引き続き感染対策をしていく必要があると思えた。
- ・今後活かせる内容で、頑張る糧になった。

継続看護研修に参加して ~その人らしく暮らすことを支える~

恵信葦崎相互病院 五味 明美

今回、山梨県立大学学部長の泉宗美恵先生の講演と訪問看護ステーションほっとほっと葦崎の塚越暁美所長の事例検討会に参加しました。

講演の中で、これからの看護は在宅療養支援の視点を持ち、病気とともに生き抜くを支える看護も求められている。そのためには、外来から退院後を見据えて関わり、入院中の患者さん家族の思いの変化も情報にのせて地域の在宅チームにつなぐ役割が病院ナースにはあるのだと再確認しました。

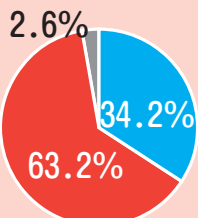
事例検討会はグループ検討の時間があり様々な立場の方から意見が聞けて感動しました。本人と家族の思いを軸に、病状の変化とともに思いの変化に伴走し続け、どの選択をしても「これで良かった。ありがとう。」につながる意思決定支援の大切さを感じました。

情報をつなぐときには勇気のいる場面もありますが、最善の選択をしてもらえる医療とケアを目指していきたいと思います。



アンケート結果から参加された方の声を紹介します。

研修受講のきっかけ ■ 興味があり自分から希望 ■ 職場の上司からの勧め ■ 未回答



- ・様々な所で働く看護職と話が出来て違った視点で事例をとらえる事ができた。
- ・意思決定支援をチームで支援できるよう、今後活かしていきたい。
- ・患者、家族が安心して退院できるよう様々な立場の方達と連携していくことが大切だと学んだ。また、早期から情報共有を行う事で本人達だけでなく、医療者も安心して医療を行う事ができると思った。
- ・気持ちが揺らぐ、寄り添うプロセスが重要。を忘れずに本人、家族を中心に基本的な事を大事にすることが必要だと再確認できた。
- ・これからは外来、在宅の時代が来る意味もよく分かった。
- ・上司の勧めだったが、研修に参加する事ができて良かった。とても良い研修だった。

研 修 会

「自然災害における災害対策と地域連携について講義を受けて」

巨摩共立病院 河西 繭子



今回の講義の中で、被災した時の体験談や災害時に勤務していた看護師が患者さんに対しどう行動し、その時にどう感じたかを知る事ができました。改めて災害の恐ろしさを感じたのと同時に、自分がもし被災者となったり、勤務中に災害が発生した時に、どう行動すべきかイメージができていなかったりと災害に対する備えが出来ていない事を痛感しました。当院でも防災訓練を定期的に病院全体で実施していますが、私自身実際を想定して訓練に挑めていませんでした。予測ができない災害だからこそ、あらゆる事を想定してより実践的な訓練が必要であると学ぶ事が出来ました。また、災害時の地域連携のあり方についても学ぶ事が出来ました。災害が発生した後には医療的ケアだけではなく被災者の生活も支援しなければならないため、福祉・行政など様々専門職種との連携が必要になるのだと学びました。被災した後も一人一人生活が続くという事を忘れずに連携、協働し合いながら支援していく必要があるのだと学びました。今後は講義で学んだ事を訓練に活かし、職員一人一人が災害時に行動できる事を目標に取り組んでいきたいと感じました。

アンケート結果から参加された方の声を紹介します。

- ・実体験を踏まえての講義に大変心動かされた。自分の病院・部署に戻って早速「今地震が起きたら？」という話題から話し合っていきたい。
- ・当院でのマニュアルはどうか？先生の話を聞いてすぐに確認しようと思った。3.11の際、先輩が心理的支援活動で同業の支援に携わった。支援者＝被災者であり、自分も支援することを考えながら学んで行きたいと思った。
- ・勤めている病院の構造など考えたことがないまま訓練をしていた。目的別の訓練はとても良いと感じた。知ることより体験の重要性を改めて感じた。
- ・防災訓練は行われているが、細かな動きについて知っておく必要があると感じた。マニュアルがどこにあるのかも把握できていないため現場に戻ったら確認しようと思う。
- ・内視鏡中、EMRなどの治療中、その時々状況からあらゆることをイメージして実践できるようにしていきたいと思った。
- ・地域連携では命を守るだけでなく生活を守るために保健、福祉が重要であるとわかった。またマニュアルの作成や訓練の実施をしていきたいと思った。

災害グッズの紹介

葦崎東ヶ丘病院 吉田 周平

今回峡北地区支部より協会員の方々に防災の備えとしてヘッドライトを送らせて頂きました。災害は昼間に起きるとは限らず、いつどこで起こるか分からないものです。停電時の避難や周囲の安全確認、周囲に自分の存在を気付いてもらうためにもライトは非常に役立ちます。また災害時両手が使えることは非常に重要になります。防災グッズとして常に携帯できるよう、数多くあるヘッドライトの中で軽量かつコンパクトなタイプを選ばせていただきました。カバンの中やご自宅の手の届く場所に準備していただき、災害への備えとして活用していただければと思います。



健康フェスタ

地域住民向け事業「南アルプス市健康フェスタ 2023 に参加して」

中北保健所 健康支援課 中島杏奈

峡北地区支部では、桃源文化会館で行われた血管年齢、骨密度、体組成測定結果の説明ブースに参加させていただきました。今回は、4年ぶりの開催ということで、小さなお子さんを連れてご家族から高齢のご夫婦まで、幅広い年代の方々が参加し、賑わっていました。

測定結果の説明を通して、日々の食生活や運動習慣について振り返りながら、これから自身で取り組めそうなことについて、共に考える機会になりました。また、「話が聞けてよかった」等の声も聞かれ、コロナ禍により対面する機会を持てなかった中、看護職と地域の方々が繋がりを持つことのできる活動は重要であると思いました。今回の活動を通して、一人でも多くの方が、自身の健康について考えるきっかけとなったら嬉しいです。



市民公開講座

市民公開講座「北杜市福祉保健啓発事業に参加して」

北杜市立塩川病院 小林みどり



北杜市健康福祉啓発事業として、お笑い芸人髭男爵山田ルイ 53 世氏による講演会が行われました。「周りに合わせ期待に応えなければ」「普通は」という言葉に心がきつくなることはないでしょうか。引きこもり経験から、自分の中の生きづらさに目を向ける時、普通にとらわれずなれた自分で良いんだと考えを少し変えるだけで、気持ちが楽になる。メンタル面で健康に繋がるお話でした。

今回看護協会峡北地区支部として協賛させていただき、かんごちゃんと一緒に「看護の力」の配布を行いました。その可愛らしい姿に、

来場の皆様も笑顔になり「孫も看護の学校で勉強しているよ」と会話も弾みました。

このような機会に地域の方々とふれ合うことで、看護職が地域で活動していることを、知っていただくきっかけになれたのではないかと感じています。

認定看護師

認知症看護

巨摩共立病院 地域医療連携室 認知症認定看護師 山本佳香



昨年からは地域医療連携室という立場から認知症看護を実践しています。地域医療連携室は、様々な患者情報が飛び交う部署ですが、転院時には必ずと言っていいほど「この方の認知機能はどうでしょうか？」というやりとりがあります。電話でのやりとりでその方の個性や価値観が分かるはずもなく、要は「病院側が困るようなことがあるかどうか」というやりとりに終始している現状です。

それでも、転院または入院をされる患者様が当院で過ごす間は、少しでも不安なく過ごしてもらいたいと考え対応をしています。認知症の人には記憶障害があるため、名前を覚えてもらったり、顔を覚えてもらうことは難しいですが、自分の表情や声のトーン、話すペース、手の温もりといった言葉以外のニュアンスで存在を感じてもらえることはできます。「認知症だから何も分からない」と諦めるのではなく、人と人とのコミュニケーションの原点に戻って、「感じる」事から「分かる」感覚へ近づくように、丁寧に大切に対話をしていくことを基本としています。そうすることで、お互いの自己肯定感へとつながり、認知症があってもなくても「ともに生きる」「ともに高め合う」関係性が維持でき、心身ともに健康的な生活に近づけると考え、看護を実践しています。

山梨県看護協会峡北地区支部役員

| 役職名 | 職種 | 氏名 | 所属 |
|---------------------|----|--------|----------------------|
| 支部長 | 看 | 角野 加世子 | 巨摩共立病院 |
| 第一副支部長 | 看看 | 西 純子 | 北杜市立甲陽病院 |
| 第二副支部長 | 看看 | 雨宮 和子 | 県立あけぼの医療福祉センター |
| 第三副支部長 | 保 | 櫻井 直美 | 北杜市役所 |
| 幹事 | 看看 | 塚越 暁美 | 訪問看護ステーション ほっと・ほっと葦崎 |
| | 看看 | 佐藤 恵 | 恵信葦崎相互病院 |
| | 看看 | 木内 千枝 | 県立北病院 |
| | 看看 | 吉田 周平 | 葦崎東ヶ丘病院 |
| | 看看 | 高嶋 純子 | 峡西病院 |
| | 看看 | 小林 みどり | 北杜市立塩川病院 |
| | 保 | 中島 杏奈 | 中北保健福祉事務所 |
| 書記 | 保 | 飯野 遼子 | 南アルプス市役所 |
| 会計 | 看 | 古屋 佳子 | 白根徳洲会病院 |
| 山梨県看護協会 峡北地区支部理事 | 看 | 清水 かおり | 葦崎市立病院 |
| 会報委員会 | 保 | 櫻井 直美 | 北杜市役所 |
| | 看看 | 小池 雅人 | 葦崎東ヶ丘病院 |
| | 看看 | 小澤 政夫 | 巨摩共立病院 |
| 看護連携 継続委員会 | 看看 | 五味 明美 | 恵信葦崎相互病院 |
| | 看看 | 雨宮 和子 | 県立あけぼの医療福祉センター |
| | 看看 | 樋口 よしみ | 訪問看護ステーション ももその |
| | 看看 | 小澤 環 | 葦崎市立病院 |
| | 看 | 本橋 優美子 | あさひホーム |
| | 保 | 中島 杏奈 | 中北保健福祉事務所 |

看護協会入会案内

山梨県看護協会に入会しましょう

会員募集中です

こんな特典があります

1. 看護に関する情報をいち早く入手できます。
2. 山梨県看護学会への参加や研究成果の発表ができます。
3. 会員専用の看護職賠償責任保険制度に任意加入できます。
4. 看護の今を紹介する「看護協会ニュース」をお届けします。
年4回発行の山梨県看護協会の会報誌(やまなし看護協会ニュース)
月1回発行の日本看護協会の広報誌(日本看護協会ニュース)
5. 専門・認定看護師資格の取得準備ができます。
6. 山梨県看護協会の研修、日本看護協会の研修への参加や図書館が利用できます。
7. 研究会、勉強会に山梨県看護協会の研修室や会議室が利用できます。



お問い合わせ 山梨県看護協会事務局 電話 055-226-4288

「認定看護師」として いっしょに活動しませんか？

日々医療の現場は、高度化し専門分化が進んでいます。水準の高い看護の実践ができる「認定看護師」は、看護師として5年以上の実践経験を持ち日本看護協会が定める600時間以上の認定看護師教育を修め、認定看護師認定審査に合格することで取得できます。

本年度提出した「業務従事者届」にも、「看護師の特定行為研修の修了状況」の欄が設けられました。

興味がある方は、日本看護協会のホームページにある「認定看護師」を確認してみてください。



編集後記

皆さまのご協力により、「こまくさ19号」を発行する運びとなりました。コロナが5類に移行し、コロナ前の生活を意識した1年だったように思います。研修も集合形式の研修会を重ねるたびに、「顔の見える関係」「連携」がキーワードのように出てきます。今回は各研修に参加された方の声も載せさせていただきました。身近な研修を活用し、自分達のモチベーションも高めていけたらと思います。私たちが編集委員も役員になったからこそつながった縁です。これからも視野を広く、繋がっていきたいと思います。最後に快く寄稿して下さった方々に感謝申し上げます。

編集委員 櫻井 直美／北杜市役所 小池 雅人／葦崎東ヶ丘病院
小澤 政夫／巨摩共立病院 五味 明美／恵信葦崎相互病院

