

発行／公益社団法人山梨県看護協会 〒400-0807 甲府市東光寺2丁目25-1 TEL(055)226-4288 FAX(055)222-5988  
発行責任者／佐藤悦子 印刷／有限会社クリップ

2023 迎春



鎌倉市／本町通り

笑顔  
スナップ  
鎌倉市立病院

「働きやすい職場作り」「ここで働いて良かったと思える職場づくり」「人が大切にされる職場づくり」を大事にしています。



令和4年度の新採用の皆さんです。



安心して働ける  
夜間保育

Contents

令和5年 新年を迎えて	
山梨県看護協会会長 佐藤悦子	2
山梨県医療的ケア児支援センターの取り組み	3
いのちの授業・性教育	4~5
ストレス緩和・解消法について	6~7
コロナ禍潜在看護職員等の人材確保事業	8
禁煙支援キャンペーン	9
うちの職場自慢 その67	10
シリーズ キャリアアップへの耳寄り情報No.3	10
ナースのママ・パパ奮闘記 No.54	11
Topic&Information	11
令和4年度 理事会報告	12
INFORMATION／編集後記	12

看護職のあなたをサポート 会員特典もいろいろ!!

山梨県看護協会への  
入会手続きはお早めに!!



山梨県看護協会会員数 5973人 (令和4年12月4日現在)

# 令和5年 新年を迎えて

公益社団法人 山梨県看護協会  
会長 佐藤 悦子



令和5年の新年を迎えました。皆様には日頃より看護協会事業の推進に深いご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。新型コロナウイルス感染症への対応に日々ご尽力されている保健・医療・福祉分野の全ての皆様に心より深く敬意をお伝えします。本当にありがとうございます。

令和4年の世相を表す漢字は「戦」という一文字でした。まさに、新型コロナウイルス感染症との戦いの日々であり、命の尊さや健康のありがたさ、平穏な日常は努力しないと得られないという事を改めて深く考えさせられる機会となりました。今まで以上に新興感染症への対応を図りつつ、超高齢化する状況下において、人々の健康な生活実現に向けて活動する看護職への社会の期待は大きいものとなっています。その期待に応えるべく、会員一人一人の力を看護協会という組織の中に結集させ、県民の健康とより豊かな生活の向上に一丸となって貢献できるよう活動していきたいと考えております。ぜひ、ご支援、ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

県看護協会は日本看護協会とともに、看護職が生き生きと働き続けられる環境づくりと専門職としての質の向上に向けて活動を推進しております。その成果として、昨年10月以降コロナ対応病院が対象ではありませんが、処遇改善の仕組みとして「看護職員処遇改善評価料」が診療報酬上に新設されました。さらに、すべての看護職の処遇改善の実現を目指した取り組みを行っており、また、人事院では国家公務員医療職俸給表(三)の改正の検討も始まりました。看護職の処遇改善の抜本的な見直しの大きな動きが起こりつつあります。

国の大きな動きを見据えながら、県看護協会は令和4年度の重点事業を軸に着実に事業を推進させております。昨年11月から12月にかけて行われました看護協会と各地区支部の「看護管理者等意見交換会」には多くの皆様にご出席いただきありがとうございました。一部の地域はWeb開催にはなりましたが、その中で活発な意見交換が行われ、地区の看護管理者の連携強化の必要性が再確認できました。各地区支部の地区支部長や地区理事を中心としたネットワークの強化が協会活動の支えになると考えます。今後とも情報交換を活発に行い、風通しの良い組織運営となりますようご協力をよろしくお願いいたします。

今後もさらに会員の皆様の声を様々な機会に聴きながら、看護協会としての役割が推進できますよう取り組んでまいります。令和4年12月現在の県看護協会会員数は5,973人、目標は6,000人です。一人でも多くの仲間たちと私たち看護職の課題に取り組んでいけたらと考えます。新年のスタートです。今年が、穏やかで明るい年となりますように、皆様のご健勝とご活躍を心よりお祈り申し上げます。

2023 新たな春スタート!  
やまなし看護協会NEWS

# 医療的ケア児とそのご家族や 支援する専門職を支えます。



～山梨県医療的ケア児支援センター～

助産師・母性看護専門看護師 八巻 和子

医療的ケア児とは、人工呼吸器や胃ろうなどの経管栄養、腹膜透析など医療的ケアを必要とする児童です。医療的ケアは、病院などで行われる治療ではなく、生きる上で、日々生活する上で欠かせない栄養や水分をとる、呼吸をすることへのケアを示しており、在宅でこういったケアを受けながら生活し、保育園や学校に通うお子さんは年々増加しています。2021年に制定された法律に基づき設立された山梨県医療的ケア児支援センターは、医療的ケア児であるお子さんやご家族からの相談に応じる機関として2022年8月に開所、小児科医師、看護スタッフ、医療的ケア児コーディネーターの資格を持つ児童指導員、保育士、事務担当者で対応しています。

センターに看護スタッフとして着任し医療的ケア児とご家族の生活を知るにつれ、日々の生活に看護職は深く関わり欠かせない存在となっていることを感じました。私自身が経験したNICUでの臨床、在宅移行ケアでは、呼吸器管理といったご家族の技術の習得、判断を重視していたように思います。頻回な吸引や経管栄養などを、ご家族が行うことは容易なことではないと理解していたつもりでした。しかしご家族が生活しつつ、それを継続する、その視点は抜け落ちていたことを改めて感じました。また訪問看護ステーションを始め、放課後デイサービスなどの事業所、学校、保育園・幼稚園など、子どものライフサイクルに沿ってそれぞれの場に看護職の

方々がいて、医療的ケア児へケアを提供し支えていることを再認識しました。

同年代の友達との交流、学校や保育園で一緒に過ごすことは、子どもの成長、発達に欠かせない要素です。医療的ケアを必要とするだけで教育や社会参加の機会が奪われないようにするだけでなく、ともに生活するインクルーシブ教育を目指す方向にあります。様々な場で医療的ケアを提供できる看護職のニーズは高く、また「看護職がもう少しいれば事業所を増やせる」「受け入れ時間を延長できる」「安心して預けられる」といった声も聞きます。

事業所や保育所に看護職が居ることで安心を感じている医療的ケア児にかかわる多職種の方々がいる一方で、病院とは異なる場で一人ケアを担う責任、自分しか医療職がない場で手技や緊急時の対応へ不安を感じている看護職の方がいらっしゃることも知りました。センターは、こういった医療的ケア児に関わる関係機関や支援者の方々のサポートも役割として担っています。医療的ケア児の理解を深め、必要なケア技術の習得を皆様と一緒に進めて行きたいと思います。潜在看護師の方を始め、地域で子どもたちに関わりたい、新たな領域で働きたいと考えている方へのニーズにも応えていきたいと考えています。どうぞよろしく願いいたします。

保育士、児童指導員とともに、初めて医療的ケア児を迎える多職種に向けた研修会の内容を検討中



## 【山梨県医療的ケア児支援センター】

【場所】 甲府市天神町11-35

独立行政法人国立病院機構甲府病院内

【連絡(相談)先】 055-287-8209 ※相談無料

平日 午前9時～午後5時まで

センターは、医療的ケア児者及びその家族等が安心して生活を送ることができるよう、関係機関と連携を図り、切れ目なく相談に応じます。

また、医療的ケア児者等の支援に携わる人に向けた人材育成をおこなうとともに、医療的ケアに関する情報発信を行います。なお、18歳未満の医療的ケア児だけでなく18歳以上の医療的ケア者にも対応します。

# いのちの授業・性教育



## 助産師による「いのちの授業」助産師職能委員会

助産師職能委員会では、助産師活動のひとつとして「いのちの授業」を開催しています。小学生には、「いのちの誕生からいのちの成長や生きている証、産まれてくる時の母親の様子」等教材を使用し体験することで「いのちの大切さや今まで両親や周りの人たちに大切に育てられたこと」を感じる授業になるように工夫しています。中学生には「いのちの誕生からいのちの成長に加え、月経の話、性に関すること、デートDV、望まぬ妊娠（避妊について）、人工妊娠中絶、LGBT、性的同意について、性に関して困った時の相談窓口の紹介」等学校側の要望に合わせてながら授業を行いました。



熱心に聞き入る子供たち

### 授業内容の一部を紹介します

#### いのちのはじまりは両親から!!

父親の3億の精子が母親の1つの卵子に向かって競争し、最初にたどりついた精子の1つだけが赤ちゃんのもとになる。この卵子と精子が出会わなければ赤ちゃんのもととはできない。いのちは始まらない。ここにいるみんなは3億のうちの一歩!

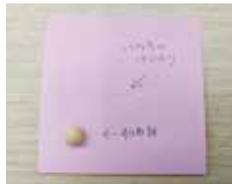
#### 生きている証は何か?

生きている証は心臓が動いていること! 児童と胎児の心臓の音を聴きくらべてみる。



#### おなかの中の赤ちゃんの成長

- ① 最初の赤ちゃんの大きさ (折り紙の穴の大きさ)
- ② 40日 (大豆の大きさ)
- ③ 3か月 身長9cm 体重50g (卵の大きさ)
- ④ 6か月 700g
- ⑤ 10か月 (生まれる時) 3000g



① いのちが始まった頃の赤ちゃんの大きさと  
② 40日目の大きさ



③ 3カ月の胎児人形



⑤ 産まれる時(10カ月の胎児人形)



#### 【子ども達の感想】

- 赤ちゃんの最初は米粒よりも小さいけど、産まれる時は重くてびっくりした。
- 赤ちゃんを抱っこした時看護師さんになった気分になれた。
- 赤ちゃんの心臓の音が私よりも早くてびっくりした。
- 私たちを育ててくれたお母さん、お父さんの大変な気持ちがわかった。

胎児模型を抱きながら重さや大きさを体験

**日本の性教育の現状** 「性教育」と聞いて、皆さんはどんな内容を想像するでしょうか。実は日本で「性教育」という言葉が、学校教育機関で統一して使用されるようになったのは1999年。そして、日本の性教育は世界的には後進国と言われるほど遅れていて、その一方で世界のポルノの約6割が日本で作られ、性産業先進国と呼ばれています。私たち大人の多くは「生や性」の教育が大切だと分かっているにもかかわらず、自分達も性教育を受けておらず、正しく必要な情報を伝える術を持ち合わせていません。ですから性教育は学校で教えてほしいと思っていますが、実際の教育現場では必須教科が優先され、その内容も保護者が希望しているものとはかけ離れているのが日本の現状です。実は国際水準では性教育は幼少期からが推奨されています。

## 性教育は「ライフスキル教育」 都留市立病院 助産師 海野 聖子

子ども達は皆、自分の持つ「いのちのお話」が大好きです。自分がどんな風に生まれてきたのか、身を乗り出して聞いてくれる子、中学生以上になると真剣な表情で聞いてくれます。私たち助産師が学校に行ってお話しできるのは、せいぜい1時間。学校で「いのちのお話」に出会うことが出来た子ども達は幸運ですが、学校ごとの采配で絶対ではない、いのちの授業は聞けなかった子ども達ははどうでしょう…？

学校の先生方によく「いつから始めたらいいか」と訊かれることがあります。子どもが小さいほどいいと思います。間違った性情報が入る前がいいのです。思春期に入り、自分の身体が変化し始めてからとなると、ハードルが上がってしまう気がしています。就学前は、主に養育、子どもに関わる大人がしていけば良いと思います。子どもと一緒に入浴する家庭が多いと思いますが、その時に男女の身体の違いや、月経中のお母さんとの入浴で「女性の身体は毎月いのちのお部屋のお掃除があるよ」と、女性の身体について話すこともできます。また自分の身体は自分だけのもの、特に「プライベートパーツ(口・胸・性器・お尻)は人に見せたり触らせてはいけないよ」「大切なところだから自分できれいに洗う(ケアする)んだよ」と伝えていくことも、立派な性教育です。プライベートパーツを

見せられたり、触られたりしたときには「嫌という・逃げる・(大人に)話す」ということを教えておくことで、防犯や性被害に早く気付くことにもつながります。

子ども達は、自分はどこから来たのかを、性的な意味合いを全く持たずに素朴な疑問として聞いてきます。「どう答えよう…」と思っても、狼狽えたり、顔色を変えたりせず、まずは堂々とうろく答えてください。「いい質問だね。なんでそう思ったの?」と。その後は、ご自分の言葉でお話が出来ればOKです。ただし、絶対に嘘やごまかしのお話はしないことが大切です。自分の言葉で話せないと思ったときには絵本を使うこともオススメです。わかりやすく上手に、そして素敵に書いてある絵本が沢山あります。また中学生以上の子ども達にも、性に関する安全な情報サイトを大人が堂々とした態度で話すだけで、大切なことなのだと思えることが出来ると思います。

性教育は自分の身体を大切にすることから、他者の心を大切にすることまで、性別や年齢に関係なく必要な知識、いわばライフスキル教育、人権教育でもあります。ハードルを下げて、家庭でもできる性のお話を、よりたくさんの方に知ってもらいたいと願っています。看護職の皆さんは、いのちを守る専門家です。ぜひ勇気を出して、ご自身が出来る範囲で性教育に挑戦してみてくださいはいかがでしょうか。



中学校での授業の様子



おすすめの絵本

### 【中高生以上におすすめのサイト】

- セシル <https://seicil.com/about/>
- PILCON (ピルコン) <https://pilcon.org/>

### 山梨県は「子育てしやすさ日本一」の推進にとり組んでいます

子どもや子育て世代を社会全体で応援するため、「やまなし 子ども・子育て応援県民会議」を立ち上げ、応援宣言をしています。看護協会も参画しています。

## コロナ禍となり4年目に突入

# みなさん、ストレス溜まっていますか

## 「当たり前」と思っていることに 目を向ける

山梨英和大学心理臨床センター  
臨床心理士・公認心理師 細川 明子



### 【ストレスとは】

ストレスについて考えるとき、ストレスのもととなるストレス者と、ストレス者に対するストレス反応の両方を考える必要があります。普段、日常では、このふたつを混同している場合が多く、どちらかというところとストレス反応の方にフォーカスしがち。「私はストレスに弱い/強い」とか「今日はストレス（に感じる）が多い/少ない日だった」とか。臨床心理学的観点から考えると、過度に個人の内的世界にフォーカスし過ぎるのはご法度。個人の内的世界と、その人を取り巻く外的環境の、両方に目を向ける必要があります。

ストレスの解消・緩和を考えるときにも、これらの両側面に目を向ける必要がある、ということが言えます。「えっ、そんなこと言ったら、生活の全部がストレスじゃん」と思った方、大正解！私たちの生活の中には、ストレス者に溢れています。ストレス者は悪いもの、有害なものだけではなく、生物を成長・発達させるために有益なものもあります。地球上の生物は重力がなければ誕生できないものですが、重力は生命誕生に不可欠なストレス者なのです。

### 【ストレス緩和・解消法について】

ストレス緩和・解消をするためには、ストレス者を特定することが鍵となります。コロナ禍が細々と続いている状況下の医療現場では、常に緊張状態が続いていて、このこと自体がストレス者と言えるでしょう。ストレス者が『コロナ禍』だとすると、分かりやすい解決策は『コロナ禍の終息』と言えますが、これが厄介なところで、そうは問屋が卸さないでみなさん苦慮されている。先が見えない不安と対峙し続けなければならない、持久戦へ持ち込まれているわけです。緊張状態が長く続いていますから、わずかでもいいのでそれを緩めることが大事なかもしれません。

「えーそうかな、緊張、してないと思うけど？」とお思いの方もいらっしゃるかも。でも、コロナ禍で医療

に従事しているというだけで高い緊張状態へ暴露していることになるわけですから、実感がないかもしれませんが、そういうもんだと思って『緊張を緩める』ことを意識してみましょう。



### 【細川からのメッセージ】

緊張状態を緩める方法は、健康を害さない方法で合法なものなら何でもいいと思います。「えっ、そんなこと当りまえじゃん？」と思われるかもしれませんがね。例えば、酒やたばこの摂取はストレス解決に用いやすい合法的な手段ですが、長期間続けることで健康を害

し、過剰摂取や依存の問題につながるリスクもあります。大袈裟に聞こえるかもしれませんが、リスクはできるだけ避けた方がいい、だってストレス解消・緩和のための行動ですから。勤務以外の時間で、無理なく安全にできること、そのことでリラックスできるもの

コロナ禍で医療、介護等の現場は大変なストレス状況下にあります。ストレス対処・解消法を取り上げてほしいという、会員からの要望があり、看護師で臨床心理士・公認心理師の細川明子さんにお話を伺いました。



をひとつでも持っておくことが大事で、複数持っているとなおよし。

…結局、ごくごくフツウの内容になってしまいました。ストレス解消・緩和方法にしる、感染防止策にしる、結局のところ『基本が大事』ということなのかもしれません。「当たり前」「普通」と感じることは、おろそかになりがちです。それが、コロナ禍においては「最強の手段」なのかもしれません。基本的な感染本施策

を施しながら、自分を見つめて大事にすること、日常生活や家族関係を丁寧に見つめ直すこと、そんなことを求められているのでしょうか。緊急事態にはつい、ヒーローや特別で分かりやすい手段を求めがち。でも、そういうものは現実的にはほとんど存在しない。地味で普通に当たり前のことをコツコツ積み重ねていくことが、最強の防衛なのです。

ストレスチェック  
試してみよう

メンタルヘルス・ポータルサイト  
「こころの耳」

■ 厚労省 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト こころの耳  
<https://kokoro.mhlw.go.jp/>

■ 5分でできるストレスセルフチェック  
<https://kokoro.mhlw.go.jp/check/>

■ 働く人の疲労蓄積度セルフチェック (働く人用)  
<https://kokoro.mhlw.go.jp/fatigue-check/worker.html>

『こころの耳』のサイトには、セルフチェックだけではなく、セルフケアの情報も多く掲載されています。



### 細川さんの問い合わせ先

山梨英和大学心理臨床センター TEL: 055-222-3023

ホームページ <https://www.yamanashi-eiwa.ac.jp/guide/campus/rinsho/>

(山梨英和大学ホームページトップ▶大学について▶キャンパス・施設▶心理臨床センター)



### 【細川明子さん略歴】

1974年生まれ、静岡県浜松市出身。

看護師として地元総合病院に約10年勤務後、

2007年に山梨英和大学進学。

2011年山梨英和大学大学院に進学、2014年修了。同年、臨床心理士取得。

2019年、公認心理師取得。

総合病院小児科および緩和ケアチーム、精神科クリニック、電話相談、

市町村乳幼児健診、スクールカウンセラー、治験の認知機能評価などを経験。

2017年より山梨英和大学心理臨床センターに勤務。

カウンセラーとして、インテーク面接、親子並行面接での親担当、個人面接

などのケース担当の他に、実務研修において研修生への指導も行っている。

# コロナ禍 潜在看護職が脚光を浴び、活躍しました

令和4年度、日本看護協会委託事業「新型コロナウイルス感染症対応看護職員等の人材確保事業」を受けて「コロナ対応業務に従事できる潜在看護職者のためのスキルアップ研修」を開催しました。

山梨県ナースセンター 新型コロナウイルス感染症対策看護職員等の人材確保事業担当



新型コロナウイルス感染症の感染拡大時に各施設で従事する看護職の確保が推進すること、看護協会の新規事業である潜在看護職が学び続ける機会を提供し、再就職支援につなげることを目的にスキルアップ研修を開催しました。6月23日・7月28日にナースセンターへ届出のある未就業者、新型コロナウイルス関連業務に係る事前登録者11人が参加しました。さらに9月16日・30日には、対象を正規雇用・常勤以外の看護協会個人会員に拡大し、2日間(同内容1日を2回)で開催し、18人(うち個人会員6人)が参加しました。

研修会は、講義と実技演習で構成され、オンデマンド研修にて新型コロナウイルス感染症の「基礎知識」・「感染対策」・「治療と観察ポイント」・「看護」を解説し、講義・演習では、城東病院 感染管理認定看護師 村田博美さんによる

「感染対策の基本」・「手指衛生および個人防護具(PPE)の着脱演習」を行いました。そして、山梨大学医学部附属病院 病院長補佐 古屋塩美さんには「新型コロナウイルス感染症で逼迫した県外医療機関に勤務した看護師からの体験」と題して、新型コロナ感染症が医療現場に与えた影響や潜在看護職の経験知を活かして様々な場面で、看護職として力を発揮するということについての講義をしていただきました。参加者の受講動機は、大半が知識を習得するため(61.9%)が最も多く、次にコロナ関連業務に就業を検討している(19.0%)でした。

コロナ禍で潜在看護職が脚光を浴びましたが、看護職としての経験を活かして今後も活躍してもらいたいと考えています。今後も最新情報をふまえ復職に役立つ研修企画をしていきます。



手指衛生:手洗いチェッカーで確認中



個人防護具(PPE)着脱演習



## 研修参加者からの感想

- 「コロナ禍で看護職に求められる役割を確認できた」
- 「復職に活かしていきたい」
- 「再学習の機会となった」

★研修の演習時に使用しましたスキルギャップの映像は、山梨県看護協会ホームページに動画を掲載しています。サイト内検索「スキルギャップ研修」で検索してください。なお、DVDの貸し出しも行っていきますので、希望される方は山梨県ナースセンターまでお問い合わせください。

## 「看護職員離職防止相談事業」～日々頑張っている看護職の方へ～

新型コロナウイルス感染症に対応する看護職員を対象に様々な不安を解消するための相談できる窓口を開設しています。相談は無料です。

対象：新型コロナウイルス感染症に関わる山梨県内に就業中の看護職

期間：令和5年3月末まで

受付時間：月曜～金曜9:00～16:00(祝日を除く)

内容：新型コロナウイルス感染症に関連した働き方、処遇に関する悩み、仕事の継続に関する不安など

専用ダイヤル：080-2150-7199

公益社団法人山梨県看護協会ホームページ

申込フォームよりお申込みください。



離職防止相談窓口ちらし

# 禁煙支援キャンペーン 10月8日

看護職の  
たばこ対策委員会は  
山梨県立大学  
看護学部学園祭  
「聖灯祭」に参加  
しました。

禁煙普及・啓発に関する  
展示ブース



看護基礎教育からの禁煙促進の推進を目的に学園祭へ参加し、学生を対象とした禁煙支援キャンペーンを10月8日に行い、学生や先生方など総勢49人が来場しました。来場者全員に禁煙支援リーフレットを配布し、教室には「たばこが身体に与える影響」「紙巻たばこ加熱式たばこについて」「ストレスが原因でたばこを吸われる方への森林療法の案内」などのポスター掲示や「たばこに含まれる有害物質」「タール瓶」「喫煙者の肺の模型」などの展示をしました。

また、「Do you like SMOKING?」という内容のアンケートをとり、回答者には、「白衣を着るなら、喫煙ゼロ!」のメッセージ入りボールペンを配布し、看護学生へ禁煙の必要性をPRしました。アンケートは、「においがきらい、くさい」「体に悪い」など大多数が否定的な回答で、「気持ちがいい」との回答は1人のみでした。

この取り組みを通して、将来的な喫煙予防や周囲への禁煙促進につながっていく事を願っています。



展示を熱心に見る学生

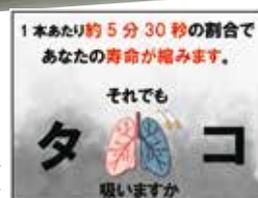


たばこは好きか嫌いかのアンケート



「白衣を着るなら、喫煙ゼロ!」の  
メッセージ入りボールペン

禁煙普及・  
啓発リーフレット



## たばこ実態調査へのご協力ありがとうございました。

「2021年度山梨県における看護職の喫煙に関する調査」進捗状況についてお知らせします。



看護職のたばこ対策委員会は、看護職への禁煙支援と県民の健康を守るという看護職としての使命遂行のために、禁煙アクションプランを立案し、禁煙研修会の開催や、たばこ実態調査、県民・教育機関への禁煙普及活動などに取り組んできました。

今年度は、第4次アクションプランの評価と共に、よりよい看護職の禁煙対策について検討するために、山梨県内の看護職の喫煙に関する実態調査を令和4年1月～2月に、調査に承諾した91施設の看護職者を対象に実施し、4,205部回収いたしました。現在、データ分析中で、来年度中には、結果を学会、山梨県看護協会ホームページ上で公表する予定です。ご協力いただいた皆様には、心より感謝いたします。



## 職員が働きやすい職場づくりをめざして 身延山病院 看護部長 中島 榮子

身延山病院は峡南地区の最南端にあり、富士川の支流である波木井川のほとりに建っています。80床の病院で、看護職は55人、平均年齢47.5歳、平均勤続年数13.8年です。18歳未満の子供を持つ方が21人で、乳幼児・学童を持つ方は16人います。

コロナ禍により業務量が増え、業務内容がより複雑になりました。定年による退職が続き、ぎりぎりの人数で迎えた令和4年度、私は看護部長に就任しました。看護部目標は「働きやすい職場づくりをめざします」と掲げました。ところが、就任後半年が過ぎた今、「働きやすい職場」って言ったけど、スタッフの多忙感、不満は募る一方、何もできていない…と肩を落とす毎日です。

でも物は考えよう！人数は減りましたが、平均年齢はこの数年で2.3歳若返りました。今後を見据えた時、これはかなりの強みではないかと考えます。写真は私の職場自慢のルーキーたちです。子育てや親の介護、一人で何役もこなしている中堅看護師たち、これから結婚、育児を経験するであろう若手看護師たち、みんながいきいきと、安心して働き続けられる職場環境（ヘルシーワークプレイス）を作るため前を向いて行きます。



## 療養者さんの笑顔に力をもらって

訪問看護ステーションすみ 所長 齊藤 寿美

私たちの訪問看護ステーションは、甲斐市に近い甲府市池田にあります。看護師は、11月現在8人で、ステーションの理念である、療養者さんやそのご家族の安心・安全・納得を大切に、日々訪問看護を実践しています。

安心・安全のために、所内での勉強会や研修会への参加、日々の訪問の相談を通しての看護の振り返りなど、自己研鑽に努めています。

また、納得のための意思決定支援では、倫理的課題はないか？という視点を大切に、療養者さんやご家族の思いが尊重できるよう、療養者さんやご家族とのコミュニケーションを大切にし、コミュニケーション能力向上のための研修の受講や所内での意見交換を行っています。

住み慣れた我が家、住み慣れた地域の中で、疾病や障害を持ちながらも、頑張っている療養者さんから、訪問の時にいただく「笑顔」や「ありがとう」の言葉は、私たち訪問看護師の力の源です。これからも療養者さんが、安心・安全に、納得して日々の生活を送り、笑顔で穏やかに過ごせる時間をたくさん持っていただけるよう頑張っていきたいと思います。

## SERIES キャリアアップ への 耳寄り情報



山梨県看護協会 教育部

## ▶山梨県内における資格認定者について◀

資格認定制度は、1987年4月に厚生省「看護制度検討会報告書(21世紀に向けての看護制度のあり方)」において、専門看護婦、看護管理者の育成が提言されたことを契機としています。1994年に専門看護師制度、1995年に認定看護師制度、1998年に認定看護管理者制度が発足しました。現在専門看護師は、全国で2,901人中、山梨県では33人、認定看護師は22,255人中242人(A・B課程計)、認定看護管理者は4,500人中38人が認定されています。

山梨県看護協会では資格認定者の活動支援事業を行っており、各分野において交流会や実践報告会、研修会を実施しています。今後は専門看護師・認定看護師・認定看護管理者をはじめ、特定行為研修修了者の活動についてシリーズで紹介していきたいと思っています。



## ナースの ママ・パパ 奮闘記

家族の協力と職場の配慮  
により、職場復帰した伏見  
さんを紹介します。



新居での初家族写真

## 職場のスタッフや家族に感謝！

都留市立病院 伏見 夕紗

私は看護師として10年目になり、都留市立病院で働き始めて7年目になります。

現在1歳と2歳の子供がいます。第1子が1歳の時に第2子の妊娠でした。3カ月ほど職場復帰しましたが、またすぐに産休に入らせていただきました。トータルで2年ほどお休みをいただきました。長い休業の間に新米ママとして育児に奮闘し、子供の成長と共に自分も学ぶ事が多くありました。

第2子の育休後、職場復帰をするにあたり、長期休業したため業務への不安がありました。また、2人の子供もまだ小さく、家庭と仕事の両立の不安や自分自身の体力や精神面にも不安があったため、働き方として育児短時間勤務を選択しました。復帰した際には看護部長や師長、スタッフの皆さんに優しく声をかけてもらいました。また、仕事に配慮していただき、快く受け入れてもらえ、安心して働く事が出来ています。そして何より家族の協力があって今があります。夫は子供のオムツを替えたり、一緒にお風呂に入ったりと子育てを一緒に行っています。また、私の両親や義理の両親の支えがある事で今も働き続けられていると思います。

これからも仕事と家庭の両立は大変ですが、2人の子供の成長を楽しみに、また自分自身が成長していけるよう頑張っていきたいと思っています。

## Topic & Information

### 若年性認知症相談支援 支援センターの取り組み ～つくし教室利用のすすめ～

社会福祉法人加納岩 日下部記念病院  
外来課看護課長 岩澤 友和

日下部記念病院は山梨県認知症疾患医療センターとして指定を受けています。

2015年に国が公表した「認知症施策推進総合戦略」の大きな柱として「若年性認知症施策の強化」がうちだされました。当院は県内で唯一、この柱の中心事業である「若年性認知症相談支援センター」を委託され、2019年9月17日に開設しました。昨年度までの新規相談は延べ59件、対応件数は延べ376件となり、いずれも増加傾向にあります。

現在はコーディネーターを2人配置し、①個別支援相談 ②研修開催

③交流の場の開催 ④普及啓発を業務として、未受診の方だけでなく、既に診断を受けた方への支援やご家族の心理的サポート、就労先への直接支援等を行っています。また、外来には認知症看護認定看護師による「家族相談窓口」もあります。

認知症認定看護師、認知症ケア専門士を配置した「シニア世代のためのデイケアつくし教室」では、若年性を含む認知症者がよりよく生活できる活動を提供し、介護保険との併用利用が可能です。

当院では今後も、精神科専門病院として認知症者の支援に力を入れていきます。



つくし教室



個別相談支援

# 令和4年度 理事会報告

以下について承認されました

第6回

令和4年11月8日(火)

協議事項

1. 令和5年度日本看護協会改選役員・推薦委員候補の推薦について
2. 日本看護協会会長表彰候補者・日本看護協会名誉会員候補者の推薦について
3. 令和4年叙勲祝賀会について

## 山梨県看護協会 INFORMATION

### ■ 「看護講演会」を実施します

日本看護協会 福井トシ子会長 来県

【日時】 2月17日(金)

午後1時30分から3時30分

【場所】 山梨県看護協会

看護教育研修センター

【内容】 変化する社会で求められる看護の役割

～地域における健康・療養支援の強化～

福井トシ子会長のパワフルでさわやかな講演を身近で聴くことができる絶好の機会です。看護職として知っておきたい、今後の活動の指針となる内容です。ぜひ、ご参加ください！

【申込】 2月9日まで 山梨県看護協会ホームページから申し込んでください。

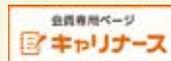


### ■ キャリナースへの登録の勧め

「キャリナース」は看護協会会員のご自分専用のWEBページです。只今、1340人が登録しました。ユーザー登録すると会員情報の確認や変更や研修受講履歴の閲覧が可能になります。

その他、文献検索や各種資料など看護業務に役立つ魅力的なコンテンツもご覧いただけます。登録は簡単です。

▶看護協会ホームページ ▶QRコード  
キャリナースバナーから から



### ■ 看護職員の賃金見直しに関する勉強会

【日時】 3月8日(水)午後 実施予定

医療機関等の看護管理者と事務担当者を対象とした看護職員の処遇改善の必要性について理解を深めて頂ける勉強会です。

### ■ 令和4年叙勲祝賀会

諸般の状況を鑑み実施致しません。

### ■ 2023年度入会・継続の手続きが始まっています。

2022年度会員の皆様には、日本看護協会から「看護協会から翌年度継続手続きに関する重要なお知らせです」が、郵送されますので、お手元に届き次第開封をして内容を確認してください。捨てないで!



公益社団法人山梨県看護協会  
令和5年度 通常総会 は  
令和5年6月23日(金)  
午後を予定しています。



### お気に入りの一枚

ほっと!  
いやされて!



三男坊&もちちです。  
元気いっぱい仲良しコンビに癒されて、毎日お仕事頑張ってます。

投稿者：進藤亜由美  
(北社市立甲陽病院)  
子ども：たいせい2歳  
うさぎ：もちち4ヶ月

※このコーナーでは、会員の皆様から「お気に入りの一枚」を募集しています。ペットに限らずご提供よろしくお願ひします。  
送信先: senm@yna.or.jp 広報担当

### 【表紙スナップ】 荏崎市立病院

「地域に愛され信頼される病院をつくろう」の理念のもとに、地域の中核病院として二次救急の受け入れ等、地域医療を守る役割を担っている病院です。



### 編集 後記



謹んで新春のお慶びを申し上げます。今年度も皆様に役立つニュースや、ほっと一息つけるような暖かく明るいニュースをお届けできるよう、企画を考えていきたいと思ひます。

皆様のご健勝とご活躍を心よりお祈りいたします。今年もどうぞよろしくお願ひします。