

こまくさ



発行／令和7年2月15日

しおかわ福寿の里



利用者様にあたたかい、看護・介護を提供できるよう、スタッフみんなで頑張っています!!

明山荘



毎日多職種と連携して、利用者様のために全力投球でがんばっています!

あさひホーム



頑張るだワン🐾 遊びに来てね🐾
専門職（医療、看護、介護、リハ、栄養、相談）等が多職種協働で利用者様、ご家族様の在宅生活を支えます。

訪問看護ステーションももその



令和7年1月に『まいほーむももその』（看多機）がオープンしました。
住み慣れた地域でその人らしい暮らしが実現できるように「最期まで在宅をあきらめさせない看護」をめざしていきます。

所長・支部長あいさつ



新興感染症に備えて

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、日頃より感染症対策や地域医療の推進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2020年に国内で発生して以来4年目を迎え、感染状況も落ち着いてきています。これは、ワクチン接種の他関係者の皆様のご努力の結果であり、お礼申し上げます。当時、中北保健所では、オミクロン株発生後1日最大614人の感染者が発生し、翌朝まで疫学調査や療養場所の調整等に追われました。なんとか乗り越えることができましたのも、本地域の看護職のネットワークあってこそだと感じております。今後の新興感染症発生に備え、県では感染症予防計画を新たに策定し、迅速な医療提供体制構築や更に関係機関の連携強化を進めています。新型インフル等行動計画も改定する予定です。市町村の皆様にも自宅療養患者の健康管理や生活支援にご協力をお願いいたします。医療機関や訪問看護、福祉施設の皆様におかれましても、引き続き患者さんの治療や療養へのご対応を宜しくをお願いいたします。



支部活動の中で感じられる連携の広がり

公益社団法人山梨県看護協会

峡北地区支部長 北杜市立甲陽病院 西 純 子

地区支部の皆様には、日頃より支部活動にご支援ご協力を頂き感謝申し上げます。

新たな地域医療構想の検討が始まり、高齢者人口の増大や現役世代の減少への対応が言われる中、私たち看護職も連携を広げる取り組みが益々求められています。今年度の支部活動におきましても、事例検討会で提供された事例は、まさに、どこの看護現場でも経験する医療と介護の複合ニーズを抱えた事例でした。情報氾濫社会のアンガーマネジメント研修では、看護職も差別する側にもされる側にも立つ危うさを持ち、情報リテラシーを高める必要性を痛感しました。また自然災害時の地域連携を考える研修の中では連携構築など課題も示され、各研修会や委員会での活発な意見交換や活動そのものが連携を広げていると実感しています。

市民公開講座の開催や一日まちの保健室、健康フェスタへの参加は、地域の方々に支部活動を身近に感じてもらえる場となっています。

今後も会員の皆様と共に、現場のニーズや社会情勢の変化に即した事業を推進して参ります。どうぞ引き続きご支援をよろしくお願いいたします。

令和6年度看護功労者

氏 名	勤務場所
中田貴美子 様	北杜市役所
猪又加寿子 様	県立北病院
向井 要子 様	県立育精福祉センター

第29回県民の看護師さん

氏 名	勤務場所
一瀬 翔 様	県立北病院
佐々木 薫 様	巨摩共立病院

受賞おめでとうございます。

研 修 会

情報氾濫社会のアンガーマネジメント研修に参加して

山梨県立北病院 樋口 陽子

新型コロナウイルスに関連して、不確かな情報が大量に拡散され、社会が混乱をきたすことがありました。その1つに誤った情報の拡散があり、知識の不足・偏見や差別意識・不安や恐怖・怒りの感情が影響しています。

今回の研修は、その中の怒りの感情に焦点をあてた、怒りのコントロールについて学ぶ機会となりました。アンガーマネジメントは、怒りの感情で後悔しないようにすることを目標としています。怒りの原因は、「こうあるべき」という自分自身の価値観であり、見直していくことが大切であると学ぶことができました。怒りが湧いてきた時に有効な対処方法として、6秒間待つことを教えてもらいました。6秒待つことで理性が戻り、反射的に行動し後悔してしまうことを防ぐことができるそうです。怒りの原因を減らすためには、自分自身が持っている「こうあるべき」に気が付き見直すことや、それぞれに価値観があることを理解し、良い人間関係づくりにつなげていくことが大切だと学びました。苦しい時を一緒に乗り越えてきた仲間と、これからも一緒に頑張っていきたいと思います。



継続看護研修「事例検討会」 その人らしく暮らすことを支える

特定医療法人南山会 峡西病院 高嶋 純子

今年度も山梨県立大学看護学部長の泉宗美恵先生をお迎えし、継続看護研修会が開催されました。

事例検討は巨摩共立病院地域連携室土屋弘子様より提供いただいた、入退院を繰り返す終末期高齢男性の退院支援事例をグループで検討しました。

泉宗先生の講義の中では、地域共生社会を支えるために、病院、地域、公的機関など様々な場で活躍する看護の連携の大切さや、自分らしく生き抜くためにどう暮らし療養するかを本人、家族、関係者とともに考え意思決定支援の重要性を再確認しました。

外来・病棟・地域連携室・訪問診療や訪問看護などが連携し、ご家族の想いを大事にしながら自宅退院を実現できた事例は、グループワークも盛り上がり、様々な視点から活発な意見交換が行なわれました。

病院と地域が協働し、療養者と家族が在宅で安心して生活するための支援の在り方について、細やかなタイミングであきらめずに支えることの大切さ、連携の重要性をいろいろな所属の方たちと意見交換できました。

顔の見える関係や、情報交換の場にもなり、今後の看護連携に活かされればと思います。



自然災害における災害対策と地域連携についての 研修会に参加して

山梨県立あけぼの医療福祉センター 高 野 よしみ

今回の研修で印象に残ったのは、実際に災害を経験した講師ゆえのメッセージの力強さでした。災害に遭った時、「自分はどうか動くか」をいかにイメージできるか、マニュアルや訓練については「誰が何を行うか具体的に行動できる内容であること」、「より実践に即した訓練であること」の重要性を繰り返し説いていました。

地域連携の在り方としては、発災直後だけでなく中長期的に地域住民の命や生活を守るためには平常時から災害時を想定した連携の構築が重要であるということ、自施設の担う役割を認識するとともに、同じような業務、役割を担う所と連携を持つこと、他所からの応援を有効かつ迅速に活用するための受援計画の必要性などを学ぶことができました。

後半のグループワークでは、各々が自施設の現状や課題を出し合い、講義の内容をふまえ施設間や地域での連携について活発な意見交換を行うことが出来ました。

講義の最後は「災害は忘れた頃に…ではない」「自分を、家族を、患者を守ることが看護職の使命である」と締めくくられました。いつ起こるか分からない災害に対し、私たちが今できること、準備すべきことは何かを考えるヒントをたくさん頂けた研修でした。



健康まつり

巨摩共立病院健康まつりに協賛して

巨摩共立病院 上 田 聡 美

10月20日巨摩共立病院健康まつりが開催されました。

前日までの陽気が嘘のような天気、寒さと強風の中でしたが、よさこいの演舞や吹奏楽の演奏される中、各ブースでは新鮮野菜やお菓子の販売、輪投げやヨーヨー釣りなどのブースもあり大人も子供も笑顔が溢れていました。

峡北地区支部では、血圧測定や気軽に健康相談が出来る『まちの保健室』を設置しました。ストレスチェックは初めての方も多く、興味津々で参加されていました。『かんごちゃん』も登場し、ノリノリの『かんごちゃん』の動きがひときわ目を引き、「かわい〜」と子供から大人まで大人気で多くの方が、笑顔で写真を撮られていました。



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2024に参加して

南アルプス市役所 伊 井 彩 美

峡北地区支部では、南アルプス市健康福祉センター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。



測定結果の説明を通して、参加者の健康状態を確認しながら食事や運動などの生活習慣に関するアドバイスを行い、健康意識の向上を図ることができました。地域住民の皆さんと直接コミュニケーションを取る中で、看護職としての役割の重要性を改めて実感しました。このような機会を通じて地域の健康づくりに貢献できることを大変嬉しく感じ、今後も積極的に地域活動に参加していきたいと考えています。

DMAT活動

能登半島地震へのDMAT活動へ参加して

葦崎市立病院 DMAT隊員 保坂美智



令和6年1月1日16:40頃に発生した能登半島地震においてDMAT派遣要請があり、当院としては初めての出動となりました。

1/3～6と1/17～21の2回出動。活動内容は、1隊目が珠洲総合病院での患者搬送や病院支援。2隊目が石川県内の一時待機ステーションでの避難者待機所運営で排泄介助や食事介助・内服管理・入退所の手続きなど行いました。施設扱いの為、医療処置は一切行えず、尿閉や褥瘡など手を出せないジレンマを抱えながら今できることを相談しペットボトルの蓋にキリで穴をあけ、陰洗を行い、脱水・便秘予防にトロミ茶などで水分摂取を促しました。



入所者も一度に何十名と到着する為、名前確認や内服・書類管理、情報共有や伝達手段の大切さを実感しました。また、コロナ感染者疑いは病院へ搬送しますが濃厚接触者は隔離ができず避難所での感染対策が重要だと痛感しました。

今回、支援に入り一番の苦痛はトイレ事情でした。1隊目の時は水が使用できずトイレにビニール袋を敷いての使用で水分を取らなければいけないことは理解していても控えてしまう気持ちも痛感しました。災害はいつ起きるかわかりません。一人一人が適切な行動が取れるよう平時からマニュアル整備や訓練の備えが重要だと感じました。

認定看護師

認知症看護の面白さ

医療法人徳洲会 白根徳洲会病院
認知症看護認定看護師

萩原由美子

私が認知症看護認定看護師として活動して8年が経ちます。病院では「認知症」と括られると身体的アセスメントが欠落することを痛感しています。認知症をもつ患者さんは自分の体に起こっている変化や苦痛を相手に伝える的確な言葉が表出できません。だからこそ、バイタルサインや排泄状況、食事や飲水量、検査や画像データ、薬の内容など、ちょっとした表情や行動の変化等を見落とすことなく観察していく必要があります。私自身、身体的アセスメント能力に自信がなかったため、急性期で勉強をしておそうと一念発起して、11年間働いた慢性期を飛び出し、昨年度白根徳洲会病院の一員として仲間入りさせていただきました。



現在認知症ケアチームの一員として活動しています。基本的にはスタッフが困っている事例に介入していますが、患者さんが何に困っているかが不明瞭のまま介入依頼が来ることが多いです。そのため、私の最初の役割として患者のニーズを把握するように努めてますがファーストコンタクトは難しいです。まずは私が質問し、それに患者さんが答えるという一方通行のコミュニケーションから始めます。ニーズの核心に迫ってくると体をこちらに向け、視線を合わせて会話のキャッチボールが可能になってきます。患者のニーズに迫ることができたときは、小躍りしたい気分になります。

これからも認知症看護の面白さを伝え、広められる伝道師として活動していきたいと思っています。

山梨県看護協会に入会しましょう

こんな特典があります

1. 日本看護協会の看護職賠償責任保険制度に任意加入できます。(会費納入済者に限る)
お問い合わせ：(株)日本看護協会出版会 ☎0120-088-073
2. 山梨県看護協会の研修、日本看護協会の研修へ会員料金での参加や図書室が利用できます。
3. 看護の今を紹介する「看護協会ニュース」をお届けしています。
○年3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会報誌(日本看護協会ニュース)
4. 山梨看護学会への参加や研究成果の発表ができます。
5. 専門・認定看護師資格の取得準備ができます。
6. 研究会、勉強会に山梨県看護協会の研究室や会議室が利用ができます。
7. 看護に関する情報をいち早く入手できます。

会員特典サービス

山梨県看護協会では会員向けサービスを行っています。
リフレッシュに、家族サービスにご利用いただけます。

- | | |
|---------------------|--------------------|
| ①鍼灸マッサージ | ②FUJIYAMA倶楽部(施設割引) |
| ③スバランドホテル内藤(利用割引) | ④(株)ヤマダホームズ |
| ⑤アビオ甲府「アシュートセールセレス」 | |
| ⑥甲府記念日ホテル | ⑦サンリオピューロランド(施設割引) |
| ⑧神の湯温泉(利用割引) | ⑨大和ハウス工業(株)(特典割引) |
| ⑩甲信マツダ(新車ご成約特典) | ⑪中央法規出版(株) |
| ⑫タカラレーベングループ(割引特典) | |
| ⑬クア・アンド・ホテルグループ | ⑭結婚相談所ツヴァイ |

●詳細は、ホームページ「会員特典」をご覧ください。
<http://www.yna.or.jp>

命を守るために私たちが出来る行動

韮崎市役所 堀川 海由季

今回の研修では、災害時における自助・共助・公助の「自助」に焦点を当て、自分を守るためにやるべき行動について峡北消防本部清水和正氏を講師に、会員のみならず広く市民の方も対象に開催されました。講義では災害時の対応や連絡方法などを家族全員で話し合い、確認する「家族防災会議」や具体的に命を守るための行動について話がありました。いつ来るかわからない災害にどう備えていくか、自分で自分の命を守り、地震が起きた後も生き抜いていくために、そして家族や目の前にいる誰かを助けるために・・・今できる事は何かを考えるきっかけとなった研修会でした。



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	西 純 子	北杜市立甲陽病院
第一副支部長	看	川 名 由 美	県立あけぼの医療福祉センター
第二副支部長	看	高 嶋 純 子	峡西病院
第三副支部長	保	堀 川 海由季	韮崎市役所
幹事	看	塚 越 暁 美	訪問看護ステーション ほっと・ほっと韮崎
	看	五 味 明 美	恵信韮崎病院
	看	上 田 聡 美	巨摩共立病院
	看	吉 田 周 平	韮崎東ヶ丘病院
	看	渡 辺 純 子	白根徳洲会病院
	看	小 林 みどり	北杜市立塩川病院
	保	青 木 梨 虹	中北保健福祉事務所
書記	保	伊 井 彩 美	南アルプス市役所
会計	看	樋 口 陽 子	県立北病院
看護協会 峡北地区支部理事	看	清 水 かおり	韮崎市立病院
会報委員会	保	堀 川 海由季	韮崎市役所
	看	佐 野 聖 子	高原病院
	看	保 科 浩 子	韮崎市立病院
	看	渡 辺 純 子	白根徳洲会病院
看護連携 継続委員会	看	高 嶋 純 子	峡西病院
	看	樋 口 よしみ	訪問看護ステーション ももその
	看	土 屋 弘 子	巨摩共立病院
	看	小 尾 美 枝	しおかわ福寿の里
	保	青 木 梨 虹	中北保健福祉事務所

編集後記

皆さまのご協力により、「こまくさ20号」を発行する運びとなりました。

今年度はコロナが5類に移行してから1年が経ち、集合形式の研修会を重ねることができました。また、昨年の震災を機に防災に対する更なる意識づけや横のつながりの必要性を感じ、看護職だけではなく広く市民の方を対象とした市民公開講座も開催することができました。

こまくさを通じて支部の活動を多くの方に知ってもらうことができる事をありがたく感じています。

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 堀川海由季／韮崎市役所 佐野 聖子／高原病院 保科 浩子／韮崎市立病院 渡辺 純子／白根徳洲会病院