

- 2 役員紹介
- 3~5 支部メール(防府・小野田・萩)
- 6~7 支部長紹介
- 8~9 ナースセンターだよりNo.115
- 10 看護フェア

- 11 1日ナース体験
- 12 働き続けられる職場づくり推進研修会
- 13 医療安全情報No.28
- 14 ひたむきな保健師Vol.21
- 15 これがウチの自慢です

- 16 information
- 16 表紙に寄せて
- 16 平成29年度からの入会手続き
- 16 会員数・お知らせ・編集後記



助産師の活動紹介



下関保健部「こころん」と



看護の日イベント

平成27年度 役員紹介

平成27年度の役員を紹介します。本協会の事業推進のため、会員の皆様のご協力をお願いします。

会長に就任して

会長
吉村喜代子



この度3期目の会長をお引き受けることとなりました。山口県看護協会が公益法人へ移行し4年目を迎えます。今、超高齢化社会の進展等、医療・看護が抱える多くの課題に対して真摯に向き合い、「人々の人間としての尊厳を維持し健康で幸福でありたいという普遍的なニーズに応え、人々の健康な生活の実現に寄与する。」という山口県看護協会の使命のもと、看護職一人ひとりが自信と誇りを持ち、質の高い看護の実践を目指して参ります。今後も、会員の皆様のご支援、ご協力をどうぞよろしくお願い致します。

副会長に就任して

第二副会長
宮崎 博子



この度、第二副会長をお引き受けすることになり、責任の重さを痛感しています。私は山口県の保健師として、県民のみなさまの健康で幸せな生活が送れるよう関係者の方々と協働で保健活動に取り組んでまいりました。どの職場でも温かく支えられ、働き続けることが出来たことに心から感謝し、また看護の仕事に誇りを感じています。看護職として働いているみなさんひとりひとりが輝き、安心して働き続けることのできる職場環境づくり、看護の質の向上を目指し、人々の健康な暮らしを支えていけるよう尽力したいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

常務理事に就任して

常務理事
金子 恵子



この度、常務理事をお引き受けすることになりました。6月に日本看護協会通常総会に出席し、医療・看護を取り巻く環境の変化の中で、職能団体としての看護協会の役割の重要性と、それに伴う多様な事業内容を再認識しているところです。委員会は「労働環境支援委員会」を担当させていただきます。山口県看護協会の重点事業である「働き続けられる職場づくり推進事業」に貢献できるよう微力ながら頑張っておりますのでよろしくお願いいたします。

監事に就任して

監事
福田久美子



平成27年度から2年間、監事を引き受けさせて頂く事になりました。どうぞよろしくお願い致します。私は、臨床現場の安全管理者として活動していますが、安全で質の高い看護サービスを提供する為には、看護職が自信と誇りを持って、看護の専門性を発揮する事が大切だと思います。これからの看護職が、やりがいや魅力を感じる職場になるよう、看護協会活動を通して、微力ではありますが、支えになれたらと思っています。

職 名	氏 名	職 名	氏 名	職 名	氏 名	職 名	氏 名
会 長	吉村喜代子	保健師職能理事	和田美枝子	地区理事	伊藤 悦子	地区理事	辻野 恭子
第一副会長	西村 容子	助産師職能理事	力丸 久実	地区理事	平田貴代美	監 事	福田久美子
第二副会長	宮崎 博子	看護師職能理事	中村 彰子	地区理事	平原 和美	監 事	林 宏美
第三副会長	中山 幸	全区理事	河村 直江	地区理事	篠原 初江	監 事	尾崎 泰三
専務理事	深町 幸子	地区理事	佐上 和子	地区理事	上田 幸子		
常務理事(庶務)	金子 恵子	地区理事	的場きよみ	地区理事	松谷真由美		
常務理事(会計)	浴森 公子	地区理事	八木 裕子	地区理事	永見 弘子		

みんなで取り組んだ支部活動この1年

防府支部

防府支部における平成26年度の活動をご紹介します。平成26年7月5日(土)支部総会から始まり、恒例の「まちの保健室」、3職能合同研修会、看護研究、親睦会等を開催して参りました。特に写真のように公益社団法人として地域に還元できる活動に積極的に取り組み多くの成果を得ました。役員はじめ参加いただいた皆様のご協力に感謝申し上げます。



看護の日記念行事(5月11日)

会場:JR防府駅構内

カーネーションの生花を185本配布。健康相談、血圧測定、体脂肪測定など多くの方々に利用いただきました。

市民健康公開講座(6月29日)

会場:デザインプラザHOFU 参加者101名

山口県保険医協会防府支部と共催して宮原富士子HAP理事長による「女性のための更年期からの健康づくり」の講演がありました。



看護フェア(8月7日)

会場:防府グランドホテル 参加者102名

小中学生や保護者など看護のお仕事体験や進路相談などを実施し若さと熱気で会場は盛り上がりました。



国際助産師の日(9月29日)

会場:イオン防府 参加者109名

身体測定、育児相談、写真展などとベビーマッサージを親子と一緒に楽しみました。

小野田支部集会と活動報告

小野田支部

7月25日美祢市美東町大田の美東センターに於いて、支部集会を開催しました。出席者58名、委任状数466でした。健康相談・啓蒙等の事業の1つに、10/17～10/19に実施される、ねんりんピック「健康フェア」を3支部合同で救護協力します。集会の最後に今年度の役員の紹介があり無事終了しました。今年度も事務局は美祢市立美東病院が担当します。昨年同様に宜しくお願い致します。



支部集会に続いて看護教育の目的で教育講演会がありました。「スキンケアと褥瘡」のテーマで皮膚・排泄ケアの認定看護師である渡部菜穂子先生による講演でした。参加者は57名で、内容は①皮膚について②スキンケアについて③皮膚の肉眼的変化について④褥瘡の治療についてでした。参加者からは「基礎知識や皮膚のメカニズムが良く理解できた。」「ケアにおいては薬剤の基剤と主剤の理解が必要である。」など興味深くわかり易い話でした。

美祢市立病院では今年度も「看護の日」の普及啓発行事として院外行事と院内行事を行ないました。院外行事として、5月9日(土)9:30～15:00ザ・ビッグ美祢店にて、測定サービス、栄養相談、薬相談、進路相談を実施しました。血圧測定は97人、体脂肪95人、骨密度139人、血管年齢145人と大盛況で毎年楽しみに来られる常連さんもおられます。また看護週間の院内行事として、美祢市はDM罹患率が山口県内で第1位という現状があるので、DM認定看護師、フットケア指導士、管理栄養士、薬剤師の協力を得て、看護の日の行事をしました。認定看護師からは「血糖コントロール不良の入院患者への指導に繋がった。」「DM患者の足を観察することにより、ケアに活かすことができた。」など、とても有意義な催しとなりました。今後も認定看護師の活用を推進していきたいと考えています。



新胎動の地 萩支部の紹介

萩支部



萩支部は北浦地区で風光明媚な日本海に面した支部です。会員はH27年4月20日現在、保健師36名、助産師7名、看護師252名、准看護師107名の計402名です。加入率48.2%であり、11支部の中でも多い方です。3職能がとても仲が良く団結力があります。

7月4日に支部集会が終了し、今年度の活動を開始しました。集会後には「琴混管」さんのコンサートを開催しリフレッシュしました。職能主催の研修会、看護研究発表会、まちの保健室活動、市民へ啓蒙活動を行っています。新人研修や褥瘡予防研修会等も支部全体に声をかけ、会員のスキルアップに努めています。

萩市民は幼少の頃から、吉田松陰先生の「至誠」の教えを脈々と引き継ぎ、その地に従事する看護職員も「まごころ」・「志」を持って日々の看護に邁進しています。



「萩市紹介」

萩は新鮮な魚介類やきれいな自然に恵まれた街です。大河ドラマゆかりの地や7月に世界遺産に選ばれた遺跡が5つあります。19世紀末、日本の近代化、その原動力となった産業技術の導入過程を物語る遺産です。

①萩反射炉 ②恵美須ヶ鼻造船所跡 ③大板山たたら製鉄遺跡 ④萩城下町 ⑤松下村塾



大河ドラマ「花燃ゆ」文にゃんも、萩にゃんと共に皆さまのお越しをお待ちしております♥是非、一度「おいでませ!!萩へ」

平成27年度 支部長紹介

支部長は理事会において選任された支部が属する地区の理事になります。支部長の役割は重責ですが、県と支部、会員をつなぐ橋渡し役として1年間、よろしくお願いします。



岩国支部

岩国支部長
佐上 和子



今年度から支部長の任をお受けすることになりました。「看護フェア」をはじめ、まちの保健室や研修会等を通して看護活動を地域に発信し、また会員間の連携や交流を深め、活気のある充実した支部活動を行っていききたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

柳井支部

柳井支部長
的場きよみ



今年度から、支部長の任をお受けすることになりました。地域のニーズに応えるため、支部役員と協働し、会員と積極的に交流を図り、活気ある支部活動になるよう取り組んでいきたいと思っています。よろしくお願いします。

周南支部

周南支部長
八木 裕子



山口県看護協会と支部との連携を図り、継続教育の充実や支援、県民の健康づくりなどの啓蒙活動を推進して参ります。また、今年はねんりんピックおいでませ!山口2015において、安全に会が運営できるよう協力していきます。

防府支部

防府支部長
伊藤 悦子



今年度から支部長の任をお受けすることになりました。地域の皆様のニーズに応えられるよう施設間の連携強化、看護の質向上に役員・会員と共に明るく元気に取り組んで参ります。よろしくお願いいたします。

山口支部

山口支部長
平田 貴代美



各施設のご協力をいただき、1年間活動できたことに感謝しています。今年度も、会員・役員・委員の頑張りが地域住民への良質なサービス提供につながる活動に取り組んでいきたいと思っています。

宇部支部

宇部支部長
平原 和美



支部長として2年目を迎えました。
支部役員・委員とのチームワークを発揮し、研修会や交流会を通して会員の皆さまとの連携を強化し、明るく・活気のある支部活動に取り組んでいきたいと思っています。

小野田支部

小野田支部長
篠原 初江



支部長として2年目を迎えました。看護の質向上、働き続けられる職場づくり、また地域の皆様の健康づくりを目標に、山口県看護協会との連携を図り、会員さんと共に小野田支部活動を行いたいと思います。よろしくお願いいたします。

長門支部

長門支部長
上田 幸子



長門支部では、地域の看護職が学びながら情報交換できる環境を整え、看護の質の向上に取り組んでいます。また、救護活動やまちの保健室を通じて、地域の方との交流を行なっています。この活動が、さらに充実するよう、会員と共に取り組んでいきたいと思っています。

萩支部

萩支部長
松谷 真由美



支部長として2年目を迎えました。
萩支部は3職能がとても仲良く団結力があります。その強みをいかして、今年度も看護の質の向上を目指して支部活動に取り組んでまいります。よろしくお願いいたします。

豊浦支部

豊浦支部長
永見 弘子



今年度から支部長の任をお受けすることになりました。
会員数の少ない支部ですが、役員・会員の皆様の協力のもと、医療介護の連携の強化を目指し、元気に支部活動を行っていききたいと思います。よろしくお願いいたします。

下関支部

下関支部長
辻野 恭子



今年度は、下関・豊浦地区で「看護フェア」が開催されます。体験学習を通し中学生・高校生に看護の魅力を伝えたいと思います。また、会員や地域の皆様のニーズに応えられるよう各施設と連携し、支部活動に取り組んで参りたいと思います。



「看護師等の届出制度」が、10月1日より始まりました!

看護師等の届出サイト「とどけるん」

PC版/スマホ版 URL

<https://todokerun.nurse-center.net/todokerun/>

とどけるん



またはQRコードから



○所属先から届け出を行う場合(代行届け出)

対象

- ・病院等の退職者
- ・保助看法に定める業についていない看護職
(行政職や研究職などの保健師助産師看護
師法に基づく業に従事していない方も対象
となります。)

方法

- ・システム上で届ける
「eナースセンター」の求人施設ポータルか
らCSVデータ
に取りまとめ
て届ける



- ・ナースセンター窓口へ届出票(紙面)で届ける

○本人が届け出を行う場合

対象

- ・平成27年度10月1日以前に離職中の看護職
- ・所属先が代行届け出を行っていない看護職
- ・所属先を退職後に届出を行う看護職

方法

- ・看護師等の届出サイト「とどけるん」から登録
をする
- ・ナースセンター窓口へ届出票(紙面)で届ける

○注意事項

行政や研究職などの保健師助産師看護師法に
基づく業に従事していない方は、届け出内容の
「就業状況」で、「就業中・就業予定(看護師等)」
を選択してください。

メンタルサポーター（臨床心理士）相談

就業に対するお悩みをお持ちの方、又は就業中でお悩みの方、一人で悩まず専門家に相談してみませんか？

相談内容の秘密は固く守られ、相談は無料です。

1) 相談日：月2回 基本 第2水曜日・第4火曜日

※変更になることがありますので、看護協会ホームページでご確認ください。

2) 時 間：13：00～17：00

3) 申し込み方法：ナースセンターに電話予約をしてください。



看護技術演習



1) 日 時：毎月第4火曜日 13：00～16：00

2) 内 容：13：00～ 採血・静脈注射DVD視聴

14：00～ 採血・静脈注射実技練習

15：00～ 吸引DVD視聴

15：30～ 吸引実技演習

3) 定 員：10名（人数が多い場合は、翌月になることもあります。）

4) 参加費：無料

5) 申し込み方法：ナースセンターに電話予約をしてください。

※申込書は看護協会ホームページからダウンロードできます。



看護技術演習器材の貸出

1) 貸出器材一覧

シミュレーター名	概 要
万能型成人実習モデル（さくら）	成人の看護技術用
呼吸音聴取シミュレーター（ミスターラング）	呼吸の正常音・異常音を聴取できる。※送付不可
吸引シミュレーター（Qちゃん）	一時吸引法のトレーニングができる。
採血・静脈シミュレーター	採血手技・点滴静脈内注射手技トレーニング用。
装着式採血静脈練習キット（かんたんくん）	採血手技・点滴静脈内注射手技トレーニング用。
導尿・浣腸シミュレーター・男性	男性の導尿・浣腸の手技トレーニング用
導尿・浣腸シミュレーター・女性	女性の導尿・浣腸の手技トレーニング用

2) 目 的：器材を用いて演習することで、看護職員の技術向上を促し、定着・離職防止を図る。

3) 貸出対象：看護技術の修得に必要な研修を実施する県内の医療機関、福祉施設等

4) 貸出方法：ナースセンターに電話予約をする。（3か月前から予約可能。）

TEL 0835-24-5791

器材受け渡しは直接、または送付。（送料は使用者負担）

※一部送付できないものがあります。

貸出時に貸出申請書を提出。返却時に使用報告書を提出。

5) 貸出期間：原則として2週間

6) 貸出日時：火曜日～土曜日 9：00～16：00 （祝日・祭日、年末年始は休館）

7) 費 用：無料

求人・求職のご相談は 山口県ナースセンター（無料職業紹介）をご利用ください。

開館日 火曜日～土曜日（月曜日、日曜日、祝・祭日、年末年始は閉館）

相談日 火・水・金曜日

TEL 0835-24-5791 FAX 0835-28-9688

メールで相談できます yamaguchi@nurse-center.net

eナースセンター（無料職業紹介サイト）<https://www.nurse-center.net/nccs/>

平成27年度 看護フェア

看護師等を確保するための事業として開催した「看護フェア」は、中学生・高校生をはじめ、保護者、小学生、教師、その他多くの方が参加され、看護の体験を通して看護の魅力を伝えることができました。

出展していただきました看護師等養成機関や会社の皆様、岩国・柳井支部及び下関・豊浦支部の皆様、関係機関の皆様、ご協力ありがとうございました。

看護フェアin岩国

岩国支部長 佐上 和子

8月18日（火）

シンフォニア岩国

参加者 中学生53人

高校生13人

その他66人

合計 132人

岩国・柳井支部

協力員37人

8月18日（火）、シンフォニア岩国において、岩国支部・柳井支部合同で「看護フェア in 岩国」を開催しました。

当日は天候にも恵まれ、来場者は132人（中学生・高校生66人・一般66人）と、事前の心配をよそに多くの人出で賑わいました。スタッフ総勢37人で各コーナーを運営し、赤ちゃん抱っこ体験、高齢者体験、白衣で写真撮影、手洗い・手指衛生体験、看護学校コーナーなど、いずれも大盛況でした。また、今回新たに購入していただいた物忘れ相談タッチパネルも好評でした。こうしたイベントを通して、将来看護職を目指す人

材が増えることを期待しています。

開催にあたり、多大なご尽力をいただいた岩国・柳井支部の会員他関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。



看護フェアin下関

下関支部長 辻野 恭子

8月28日（金）

シーモールパレス

参加者 中学生 9人

高校生84人

その他19人

合計 112人

下関・豊浦支部

協力員41人

8月28日（金）に下関・豊浦支部で「看護フェア in 下関」をシーモールパレスで開催しました。看護の魅力を楽しく体験できるよう、支部役員で色々と検討し、各コーナーを企画しました。

また、今年は、参加者に喫煙が及ぼす影響について知ってもらうために、喫煙についてのパネル展示コーナーを企画しました。

当日は早稲高等学校衛生看護科の授業の一環として、1・2年生76名の参加がありました。特に1年生は初めて見る医療機器に興味津々で、体験するたびに歓声を上げていました。各コーナーを回り看護師に積極的に

質問する姿もみられ、看護の仕事について知れてもらう良い機会となりました。看護フェアを運営した支部会員も楽しい時間を過ごすことができ、支部の絆を深めることが出来ました。



平成27年度 1日ナース体験

中学生・高校生が病院で看護の仕事を経験する「1日ナース体験」を、山口県内の46病院のご協力により実施しました。アンケートでは、多くの方が「看護師になりたい」と回答しておられました。看護師等の確保に重要な事業であり、今後も継続していく予定です。

実施病院の皆様、関係機関の皆様、ご協力ありがとうございました。

開催時期：夏休み期間

参加者：中学生249人 高校生429人 合計678人



1日ナース体験実施病院

- 1 岩国市医療センター医師会病院
- 2 国立病院機構岩国医療センター
- 3 周東総合病院
- 4 周防大島町立大島病院
- 5 周防大島町立橘病院
- 6 周防大島町立東和病院
- 7 光市立光総合病院
- 8 光中央病院
- 9 光市立大和総合病院
- 10 徳山医師会病院
- 11 鹿野博愛病院
- 12 徳山リハビリテーション病院
- 13 山口県立総合医療センター
- 14 防府病院
- 15 仁保病院
- 16 阿知須共立病院

- 17 総合病院山口赤十字病院
- 18 済生会山口総合病院
- 19 山口リハビリテーション病院
- 20 小郡第一総合病院
- 21 宇部第一病院
- 22 山口大学医学部附属病院
- 23 宇部興産中央病院
- 24 宇部協立病院
- 25 国立病院機構山口宇部医療センター
- 26 セントヒル病院
- 27 宇部西リハビリテーション病院
- 28 宇部リハビリテーション病院
- 29 サンボプラ病院
- 30 宇部記念病院
- 31 山口労災病院
- 32 山陽小野田市民病院

- 33 美祿市立美東病院
- 34 美祿市立病院
- 35 田代台病院
- 36 長門総合病院
- 37 岡田病院
- 38 都志見病院
- 39 萩市民病院
- 40 重本病院
- 41 下関市立豊田中央病院
- 42 下関市立市民病院
- 43 済生会下関総合病院
- 44 地域医療機能推進機構下関医療センター
- 45 国立病院機構関門医療センター
- 46 昭和病院

～看護職の確保・定着を考える～

県内全病院に勤務する看護職を対象に研修会を開催します。研修会は、年4回（県内4会場）内容を変えて開催します。会場別に参加者の募集を行い、どの会場でも参加できます。また、研修会に合わせて「相談会」も開催しますので、ふるってご参加ください。

今後の看護職確保・定着への新しい取り組みについて一緒に学びましょう。

労働環境支援委員会

働き続けられる職場づくり推進研修会日程表

第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回
9月17日（木）	10月22日（木）	11月28日（土）	1月28日（木）
長門市地域医療連携 支援センター	ホテルサンルート徳山	宇部西リハビリテーション病院	山口県看護研修会館
13:10～14:40（90分） 講演 1 看護職の採用と定着を考える ～ウェルカムパーティと ポートフォリオの工夫～ 青梅市立総合病院 看護局長 大西 潤子 氏	13:10～14:40（90分） 講演 ナースが笑顔で働ける 仕組みをつくる To Do ビズ 代表 看護職の採用と定着を 考える会 理事 篠塚 功 氏	13:10～14:40（90分） 講演1 ナースが笑顔で働ける 仕組みをつくる To Do ビズ 代表 看護職の採用と定着を 考える会 理事 篠塚 功 氏	12:40～14:10（90分） 講演1 働き続けられる魅力ある職場づくり ～看護師の主体性を育てる～ 公益社団法人山口県看護協会 前会長 兼安久恵 氏
14:40～14:50 休憩	14:40～15:00（20分）	14:40～14:50 休憩	14:10～14:20 休憩
14:50～16:20（90分） 講演2 アサーティブな人間関係で 明るく働きやすい職場づくりを 宇部西リハビリテーション病院 看護部長 長谷川京子 氏	事例発表 15:00～15:10 休憩 15:10～16:20（70分） 交流会	14:50～16:20（90分） 講演 2 労働と看護の質向上の ためのデータベース(DiNQL) 事業について 公益社団法人日本看護協会 常任理事 川本利恵子 氏	14:20～15:50（90分） 講演2 効果的な看護師採用の 実践テクニック 南東北グループ人財開発部 部長 看護職の採用と定着を考える会 代表理事 諸橋 泰夫 氏
16:20～17:00 相談会	16:20～17:00 相談会	16:20～17:00 相談会	15:50～16:30（40分） 笑顔になる♪ リラクゼーションミュージック アーティスト 水本 諭 氏
			16:30～17:00 相談会



末梢静脈輸液(薬剤)による血管外漏出皮膚傷害

薬剤の血管外漏出は、時に痛みを伴う皮下硬結や、難治性の皮膚潰瘍の原因となります。専門医の治療が必要な場合があります。

《血管外漏出を予防するためのポイント》

★患者さんへの説明



- 1.血管外漏出の皮膚障害の危険性
- 2.点滴中の違和感を我慢しない
- 3.点滴中の安静と移動時の注意(輸液ポンプや点滴スタンド使用時)

★輸液の成分(配合剤も含む)、浸透圧をチェック

- 1.抗腫瘍薬
- 2.高浸透圧薬剤(20%以上ブドウ糖など)
- 3.強アルカリ性薬剤(炭酸水素ナトリウムなど)
- 4.血管収縮薬剤(エピネフリンなど)
- 5.電解質補正薬剤(塩化カリウムなど)
- 6.その他(プロポフォールなど)、添付文書に血管外漏出時のリスクの記載ある薬剤

重篤化の原因

- 1.漏出の発見が遅れた
- 2.わずかな滴下不良や腫れを「大丈夫」と思い、すぐに点滴を中止しなかった
- 3.漏出発生時、直ちに適切な治療が開始されなかった

★血管確保

- 1.柔軟な留置針の使用
- 2.刺入部が観察出来る透明なテープ類の使用

★穿刺部位

- 1.太い血管の選択
- 2.手背・足背部、手関節・足関節部、肘関節部はできるだけ避ける

★点滴中の観察

- 1.滴下速度を確認(速度が低下している場合には血液の逆流の有無をチェックする)
- 2.穿刺部位およびその周囲、走行血管の色調(発赤、腫脹、疼痛、逆流、漏れ)



重篤事例

血管外漏出が起きたら、各施設の「血管外漏出時の対処マニュアル」に沿って、皮膚障害に応じた適切な対応をしましょう。

保健師から保健師へと技や心が伝えられ、受け継がれるネットワークづくりの一環として、県内でひたむきに頑張っている保健師さんを紹介し、応援するコーナーです！

今回は、下関市保健部成人保健課 石津 友恵さんをご紹介します。

※ひたむきな保健師募集中!!自薦他薦は問いません!

チャレンジを忘れずに!

下関市保健部成人保健課 保健師 石津 友恵 さん



成人保健課保健係の難病担当の皆さん。上段中央が石津さんです。

☆保健師になったきっかけ

看護師だった母の影響で、自然に看護師を目指していました。大学病院のICUで看護師として2年間勤務している時、退院後の患者さんが、服薬管理ができず悪化し、再びICUに戻ってこられる姿を目の当たりにしました。そのことをきっかけに、在宅管理の必要性和「地域」に関心を持つようになりました。自分のなかで「地域」と「保健師」がつながり、保健師の仕事に興味を持ちました。運よく、下関市の保健師として働くことになり、彦島保健センターに配属され、訪れる住民も多く、温かく育ててもらいました。

☆私の転機

2年の保健センター勤務の後、健康づくり課成人保健係に異動し、がん検診と認知症の担当として奮闘していました。本市は、がん検診の受診率が低く、受診率アップのため、地域に出て市民へ受診を促す「押しの攻撃」で必死に声をかけたり、新規の認知症キッズサポーター事業で段取りの悪さから、関係機関から厳しく怒られ涙を流したこともありました。そんな中、年1回の課長面接で、いきなり、「厚生労働省にいかんかね」と言われ、「行きます!」と即答してしまいました。深く考えることもなく、未知なる世界へ足を踏み入れるわくわく感のみで、答えてしまいましたが、今思えば、無知だからこそその大胆な決断でした。

☆厚生労働省での2年間

研修生として1年目は老健局に配属され、認知症、高齢者虐待の担当をさせていただきました。高齢化の中、「認知症」がクローズアップされており、国会対応の流れと一緒に経験させてもらうなど、貴重な経験をすることができました。2年目は、保健指導室に配属され、保健師中央会議の企画運営や保健師活動領域調査を担当し、全国の自治体の保健師と出会うきっかけになり大きな刺激を受けました。超多忙な2年間でしたが、他の自治体から出向している研修生との出会いやアフターファイブの飲み会とおとしての強い団結とメリハリのああるリフレッシュで充実した毎日を送っていました。

☆厚生労働省での研修を終えて

とにかく一番に自分の知識のなさを痛感しました。私は、1つの事業を実施するにも、十分な評価、見直しをせず、概ね前年度とおりに展開してきたように思います。社会状況の変化

profile

★血液型：A B型

★家族構成：父、母と3人暮らし。

破天荒な箱入り娘

★趣味・ストレス解消法：外国旅行（怖い者知らずで秘境からおしゃれな街と大胆に飛び回ります。アクシデントも旅の醍醐味♡）、飲み会

に伴う住民の生活実態の多様化、それに連動し、変動する国や県の対策を把握すると同時に、下関市の実態と照らし合わせ、どのような対策を講ずることがベストか、優先順位を考え、事業を展開することの重要性を強く感じました。

☆現在の仕事ぶりはどうですか?

現在、難病対策の担当をしています。申請に来られる方とおして、疾患のことやその方を取り巻く家族・生活環境を把握するよう努めています。少しでも安心した生活が送れるように、必要な支援やサービスを一緒に考え提案するよう心がけています。そのためには、介護・障害・医療等の制度を知識として持っておくことがいかに重要であるかを感じています。まだまだ、十分に対応できているとは言えませんが、やりがいを感じています。

☆これからどんな保健師になりたいですか?

私のモットーは、「チャレンジ精神」。これを忘れずに取り組んでいきたいと思っています。今言われている「樹を見て森を見る」、「個から地域を」、今の仕事でそれができるように、そういう意識を持ち続けたいです。

職場の仲間からひとこと

石津さんは、とにかく前向き!頭の回転も速く、仕事も速く、引っ張ってもらっています。厚生労働省での経験などなどいろいろな話をしてくれ、私達も刺激を受けています。これからも、たくさん語り合って、お互い成長していきましょう☆

インタビューを終えて (インタビュアーの感想)

いつもポジティブ!元気印で、彼女のいる所に常に笑いがあります。それでいて、人に対して、仕事に対して誠実です。話していて元気が出る時間でした!ありがとうございました!

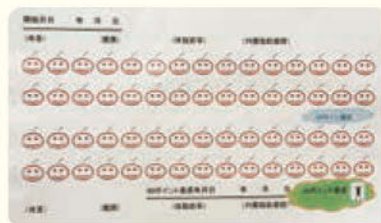
担当は大庭(下関支部)と和田(県職能)でした。



「ビューティスリム倶楽部」

「いくつになっても、綺麗でステキにいたい!」「年だからしょうがないと思いたくない。」と立ち上がった職員がいます。「運動習慣をもつことで、体脂肪(内臓脂肪)を減らして、筋力アップ!」を目的としたウォーキング倶楽部です。クラブ入会時に任意で内臓脂肪CTを撮り、それぞれが運動強度を定め意識的にウォーキングに取り組みます。活動は参加者が主体的に、気ままに楽しく行ないます。

ウォーキングを実施すればポイントカードにスタンプがもらえ、ポイントが貯まると内臓脂肪CTが無料で受けられます。体重や腹囲と合わせて内臓脂肪の増減を知ることができ、モチベーションアップにも役立ちます。さらに、当院の産業医、リハビリスタッフ、レントゲン技師、保健師などの助言や協力も受けることができるといった強みもあります。結成から間もない倶楽部ですが、職員自ら運動の大切さを認識し結成したこと、何より、楽しんで活動が続けていることを頼もしく嬉しく思います。今後、活動の輪が広がり、多くの職員が心身共に健康であって欲しいと思います。



担当は長門総合病院 保健師 岡本でした。

ビューティスリム倶楽部 (BSC)

BSCネーミングの由来

- ☆部長が考案(部長は医事課水島さん)
- ☆ビューティカレッジから生まれた発想であることから。
- ☆ウォーキングによりより内臓脂肪を燃やして、スリムに美しくなりたいとの思いから。

BSCの目的

- ☆継続した運動習慣をもち、体脂肪(内臓脂肪)を減らして、筋力アップを図る。

BSCのメンバー

- ☆職員で希望者を募り、部長を中心とした部員が主体的に活動する。
- ☆ファシリテーターを、健診担当(須田先生、健診担当医事課職員、保健師)と放射線部(新町技師長を中心に)、リハビリテーション科(PTさん達)が担う。

BSC活動内容

- ☆就業後17:20～原則毎日30～60分ウォーキングする。悪天候日は、中止。
- ☆ウォーキング効果を得る為、部員に応じた運動強度を意識する。(ポイントカードに明記)
- ☆活動継続の動機づけを目的として、「ポイントカード」を発行し(部長が準備)、1日の参加で、1個スタンプが付与される。ポイントが60個貯まったら、内臓脂肪CTを格安で受けることができる。
(内臓脂肪CTは通常¥1500+税のところ → 無料で)
- ☆「体脂肪(内臓脂肪)を減らして、筋力アップ!」を目的としているため、活動の前後で効果判定を行う。
判定は、体重、腹囲、体脂肪率、内臓脂肪面積などの変化をもって行う。
- ☆BSCは活動をPRし、一人でも多くの職員が参加できるようにする。そして、職員の健康増進と、職員間の親睦を図る。

※BSCの活動に一定の人数が集まり、効果がみられれば、効果をデータ化し、院内で発表することを検討。

BSC活動内容





支部

支部名	月日(曜日)	時間	場所	行事(10月~12月) ※行事名、日時、場所等
岩 国	10月10日(土)	10:00~14:30	ゆめタウン南岩国	まちの保健室 (物忘れ相談タッチパネル等)
	12月12日(土)	10:00~14:30	ゆめタウン南岩国	まちの保健室 (物忘れ相談タッチパネル等)
	2月13日(土)	10:00~14:30	ゆめタウン南岩国	まちの保健室 (物忘れ相談タッチパネル等)
周 南	10月 4日(日)	14:00~15:30	徳山中央病院本館11階	職能研修会 演題「ハラスメントの理解と対応」 ~ハラスメントの被害者・加害者にならないために~
	10月11日(日)	10:00~15:00	サンリブ下松	講師 宇部フロンティア大学 学部長 高田 晃 先生
	11月 3日(火・祝)	10:00~15:00	サンリブ下松	まちの保健室
	12月13日(日)	10:00~15:00	サンリブ下松	「いいお産の日」イベント まちの保健室
山 口	10月 3日(土)	10:00~11:30	カリエンテ山口	3職能合同研修会
	11月 3日(火・祝)	12:00~17:00	ゆめタウン山口	「一般職員向けのバワハラ・セクハラ講座」 「国際助産師の日」イベント
宇 部	10月17日(土)	11:00~15:00	ゆめタウン宇部	まちの保健室
	11月21日(土)	11:00~15:00	ゆめタウン宇部	まちの保健室
	12月19日(土)	11:00~15:00	ゆめタウン宇部	まちの保健室

表紙に寄せて

下関支部では、5月9日(土)に「看護の日・国際助産師の日」合同イベントをシーモール下関で開催し、沢山の市民の方に来て頂きました。当日は、下関保健部のマスコット“こころん”に出演して頂き、子供たちも大喜びでした。

また、多くの市民の方が足をとめ、新生児や助産師の活動についてのパネル展示を見てくださり、助産師の活動についてPRする良い機会となりました。

平成29年度からの入会手続きについて

平成29年度から入会手続きが毎年申請から自動継続へ変わります。新しい手続きは初年度書類を提出していただければ変更がない限り自動継続となります。会費の支払方法も口座引落とし等多様に対応いたします。会員証も永年化となります。

会員の皆様の利便性を図り、会員を増加させ組織力を高めるための変更です。日本看護協会ニュースで7月号より会員情報管理システムとして、随時(隔月)情報が掲載されていますので、ご覧ください。

平成27年度 山口県看護協会会員数

2015年9月4日現在

合計 9,863名
(加入率: 42.7%)

保健師
465人

助産師
311人

看護師
8,362人

准看護師
725人

お知らせ

- ★今年も夏休み期間中に、中学生・高校生を対象に「看護フェア」「1日ナース体験」を開催しました。看護フェアでは、それぞれの支部が工夫され企画をされたコーナーはいずれも好評で、中高生が「楽しかった。参加して良かった。」と喜んで帰られました。一人でも多くの中高生が看護職に興味を持たれ目指していただけますように願っております。
- ★看護職賠償責任保険制度の締切日(平成27年10月15日(木))が迫っております。医事紛争などからあなたの人生を守ります。掛金は1年間で2,650円と加入しやすい保険です。是非ご加入ください。

編集後記: 新たな広報委員メンバーでがんばります!

(上田、金田、関山、大井)