看護学部ニュース・レター Vol.56

光と緑の風通信

発行／2019年3月4日　編集／福島県立医科大学看護学部　〒960-1295 福島市光が丘1番地　Tel.024-547-1111（代）

未来を創るあなたへ

看護学部長　**太田　操**

卒業おめでとうございます。

今までの環境は、教えてくれる人がすぐ側にいました。これからも教えてくれる人は沢山います。しかし、自ら学びとる姿勢が大切になってきます。社会人になることは、学ぶことと働くことがイコールになることです。ぜひ、学ぶことを楽しんで欲しいと思います。何故なら、これからは学んで、且つお給料が頂けるのです。他方、国家資格を取得し専門職として働くことは、こんなにも大変!!と実感することも多いでしょう。どんどん学んで分かることが増えると同時に、分からないことも多くなるからです。しかし、それらに向き合うことが大事です。

今、自分がどう考え、どう行動するのか？一瞬一瞬が選択の連続です。その選択は、未来のあなたを創ります。後悔しない為に、日々の選択の中に人生の意義を見出して欲しい。自分の未来は、今、この瞬間の自分自身の選択にあります。

あなたは、本学部の卒業生です。誇りを持ち、研究的視点を忘れず学び続けて欲しい。研究的視点とは、先を見通す力です。先を見据えて仕事をする人になって欲しいと願っています。未来は今の自分の結果です。

あなたの未来に期待しています。

（おおた　みさお）

ここからスタート

看護学研究科長　**坂本　祐子**

修士課程修了おめでとうございます。今、修了生のみなさんは、達成感と安堵感に包まれていることでしょう。しかし、ここはゴールではなく、看護学研究者としてのスタート地点です。

去る12月、前年度修了生が第38回日本看護科学学会学術集会において修士論文の一部を発表しました。自分が取り組んだ研究テーマについて、成果と課題、今後の展望を参加者と討議する姿は、看護学研究者として一歩踏み出した感があり、本当にスタートを切ったのだと感慨深いものがありました。そして、遠くない将来、修了生と研究グループを構成し、研究に取り組む日が来ることを確信して来ました。

看護学や看護実践を発展させていくためには、疑問や課題に研究として取り組み、そしてその成果を公表することが必要不可欠です。修了生のみなさん、修士論文の公表とこれからも研究を続けていくことを期待しています。誌面あるいは学会で再会する日を楽しみにしています。

（さかもと　ゆうこ）

修了・卒業生から…

在校生のみなさんへ

看護学部4年　**野間　ななみ**

私の大学生活は自分と向き合う大切な4年間となりました。

私は助産師になることを夢みて、この大学に入学しました。しかし4年生の時その夢に対し、自分のキャパシティや他の進路の道などで揺れ、大学で助産学を専攻するかとても悩みました。この1年は自分と向き合う機会で、大きなターニングポイントとなった1年だったと思います。先輩や友達、先生、多くの方に助けてもらいながらも、まだ悩みや不安ばかりの中で、助産学を学び始めましたが、走り抜けて卒業を目の前にした今、あの時諦めずに自分と向き合いそれを信じてよかったと強く思っています。

在校生の皆さんに伝えたいことは、今を大切に、感じて考える自分の感性を大切にしてほしいということです。そして自分のやりたいこと、目標に精一杯取り組める、努力を惜しまない姿勢を大切にしてほしいと思っています。私も自分の目標には貪欲に、努力を惜しまず学び続けたいと思います。お互いに頑張りましょう。

（のま　ななみ）

大学院生活を振り返って

大学院看護学研究科2年　**森　美由紀**

2年半の大学院生活が修了し、数ヶ月が経ちました。修士論文作成を通して、1つの事を成し遂げるために、迷い、立ち止まり、その度に落ち込み、投げ出したくなった時も数知れず…。こんなにも自分と向き合った時間はありません。それでもこうして修士課程を終えることが出来たのは、ほんの少しの喜びと楽しさ、好奇心をくすぐられる出会いがあったからだと思います。

共に大学院の門をくぐった仲間、いつもそっと背中を押してくれる先輩・後輩方、そして研究の中で出会った対象の方々や協力施設の先輩助産師との「語り合い」の中に、それはありました。在校生の皆様も、これから色々な壁にぶつかることがあるかと思います。そんな時は、ぜひ周りの人に話しかけてみて下さい。きっと壁を乗り越えるヒントがたくさん見つかると思います。

最後になりますが、大学院生活を通して出会い、支えてくださった方々、本当にありがとうございました。

（もり　みゆき）

贈る言葉

ご卒業おめでとうございます

看護学部3年　**遠藤　修平**

卒業生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。卒業生の皆さんには、勉強を始めさまざまな大学生活の中で本当にお世話になりました。

3年前、入学したばかりで不安でいっぱいだった私たちに優しく声をかけていただき沢山のアドバイスをくださいました。皆さんが卒業されてしまうのは寂しく、心細いものがありますが、先輩方から教えていただいたことを後輩に伝え、皆さんのような立派な最上級生となれるよう努力していきたいと思います。

4月からは進学や就職など、それぞれの夢に向かってこれからの人生を歩むことになります。新たに始まる生活では、きっと楽しいことよりも、困難なことに立ち向かう機会が多いと思います。しかし、そんな中でこそ、この福島県立医科大学で培ったことを胸にさまざまな人とのかかわりを通して成長し、新しい世界で夢に向かって大きく羽ばたいてください。

皆さんの更なる飛躍とご活躍を在校生一同、心よりお祈りしています。

（えんどう　しゅうへい）

修了生の皆さまへ

大学院看護学研究科1年　**地神　由加里**

この度大学院を修了された先輩の皆さま、修士課程修了おめでとうございます。ご自分の研究に倦まず弛まず取り組む、先輩方の姿勢にはいつも心打たれるものがあり、いま一つの事を成し遂げた先輩方の姿は、とても偉大で輝いて見えます。

まだ入学したばかりの頃、私は大学院という場に期待をしながらも、きちんとやっていけるだろうかと不安になることが多くありました。しかし、そのような時にはいつも先輩方が声をかけて下さり、「甘いものを食べると元気が出るから。」とお菓子を分けてくださったり、ここには書ききれないほど、たくさんの言葉で励ましてくださいました。先輩方とお話ができたあの時間は、とても楽しい時間でしたし、先輩方の言葉が私にとってどれだけ安心し、気持ちを楽にしてくれたか分かりません。

今、私が前向きに学ぶことに取り組めているのは、先輩方がいつも笑顔で励ましてくれたおかげだと思っており、心から感謝しています。先輩方が卒業してしまうのはとても寂しいですが、いつかまた一緒に看護について語れる日が来ることを願っております。本当に、修士課程修了おめでとうございます。

（じがみ　ゆかり）

在校生から…

実習を通しての学び

◇看護の対象となる人々を理解する実習

看護の対象となる人々を理解する実習で学んだこと

看護学部1年　**横濱　彩華**

今回の実習で、現場で行われているケアの見学や利用者の方とのコミュニケーションを通して、個人に合わせたケアの重要性や個人を多角的な視点から見て理解することが大切だということを学ぶことができました。

利用者の方を理解しようとするにあたって、最初は利用者の方の過去や生活、病気といった個人的な部分にどこまで踏み込んでいいのかわからず、なかなか聞くことができませんでした。しかし、コミュニケーションを重ねると利用者の方が自発的に話してくださったり、私自身も相手の表情や動作などに意識を向けることでどのような感情なのか分かったりするようになっていきました。

また、自立した生活の実現のためにも過度のケアは必ずしも相手のためになるのではないと痛感しました。

実習で学んだことを忘れず、これからの実習や様々な場面で生かしていきたいと思いました。

（よこはま　あやか）

◇基礎看護学実習Ⅰ

基礎看護学実習Ⅰでの学び

看護学部2年　**桑葉　美緒**

基礎看護実習Ⅰは、看護学部2年生にとって初めての病院実習でした。

実習では1人の対象の方を受け持たせて頂きました。病気により入院生活を余儀なくされ、辛い心情にあるだろう患者さんに、どのように接すれば良いのか悩み、考え詰めた日々でした。実習を終えて得た1つの答えは、患者さんの話をよく聞き、そばに寄り添い、患者さん一人一人のためを思って行動することで、QOL向上に繋げる事ができるということです。

患者さんの病状を理解したり、高いレベルの看護技術を提供することは勿論大切なことですが、患者さんとコミュニケーションを取ることによって、信頼関係を結ぶことが看護の基礎であり、治癒へ向けての大きな力になると感じました。看護師になってもこの実習の学びを忘れずにいようと思います。

（くわば　みお）

◇地域を理解する実習

地域を理解する実習での学び

看護学部2年　**中原　侑美**

今回の実習は初めての保健師の実習で私自身心待ちにしていたものでした。県内の各地区に分かれて行い、地域住民の健康課題に対する認識や態度の理解や、実際の保健活動の特徴の理解を深めることができました。

私は、県中地区で実習をさせて頂き、地区踏査で住民の生活習慣への意識を理解したり、保健師の行う特定保健指導や結核の家庭訪問に同行させて頂いたりしました。その中で分かった保健師の難しさでもあり魅力でもあるのは、保健師活動は成果が現れるまで数十年の時間がかかるため長期的ですが、その分、住民と近い距離で関わり、住民の声の変化に耳を傾け見守れることです。そこから独自に工夫した保健活動を展開していけることにやりがいがあると感じました。

今後は、多面的な分野への興味・関心を持ち、多種多様な人との関わりで色々な価値観に触れ、自分の視点を広げながら学んでいきたいと思います。

（なかはら　ゆみ）

◇高齢者への看護学実習

『口から食べる』を実現するために

看護学部4年　**渡邉　絢子**

「腹が減ったなあ」と箸を持ってモグモグ食べる仕草を見せる高齢患者さんに対して、『口から食べる』ということがいかに大切な行為であるのかを私は改めて知りました。

その高齢患者さんは姿勢の保持や嚥下機能の低下が生じており誤嚥の既往もあったことから、胃瘻による経管栄養が行われていました。その後、経口摂取が再開される中で私は、日内変動のある患者さんの状態を把握し、食事というビッグイベントに最も良い状態で臨めるよう服薬や覚醒を促していきました。さらに食事の際には言語聴覚士とともに嚥下訓練やクッションを用いた姿勢の保持の工夫を行うことで、次第により確実な経口での食事摂取を実現することができました。

これらのことより、私は高齢者実習を通して看護師として疾患や加齢といった状況を踏まえながらも患者さんの口から食べたいという思いの尊重のために何ができるか考えることの大切さというものを学びました。

（わたなべ　あやこ）

◇地域における看護学実習

地域における看護学実習で学んだこと

看護学部4年　**奥村　彩佳**

私は本宮市で実習させていただきました。

実習では、母子保健を中心に、成人保健、精神保健などの事業に参加させていただき、実際に保健師がどのように保健活動を展開しているのかを学ぶことができる機会となりました。私は実習を通して、保健師は、地域の健康問題・住民のニーズを把握し、住民の目線に立って保健事業や保健指導を行っていくことが必要であると学びました。また、保健活動は、地域住民全体を対象に幅広い活動が行われるため、多職種との連携が重要となります。保健師だけでなく、様々な職種の専門的知識、技術を活かすことで、さらに地域住民の健康維持・増進に繋げていくことができると学びました。

私は、今回の実習の学びを活かし、将来は地域住民の健康な生活に貢献できるような保健師になりたいと思います。

（おくむら　あやか）

実習を通しての学び《領域別実習》

◇母性看護学実習

母性看護学実習の学び

看護学部3年　渡部　美咲

私は2週間の実習を通して、母親と児の2つの命を預かるという責任の重さ、看護者のケアの重要性を学びました。

妊娠期であれば無事に出産できるように母親と児の状態を経過的に見ていくこと、産褥期であれば退院後に看護者がいなくても母児が生活していけるように入院中から調整していくこと、退院後も外来でフォローアップしていくことなど、各期において様々なケアが求められます。そしてそのケアというのは身体面だけではなく精神面に対しても行う必要があると学びました。

妊娠・出産によって母親の体に変化が起こるのはもちろん、心理的にも変化が起き、母親は何かしらの不安を抱えていると思います。その不安を汲み取り寄り添うこと、そして母親が話しやすいような環境を作っていくことも看護者の大切な役割であると学びました。

（わたなべ　みさき）

◇健康障害をもつ子どもの看護学実習

健康障害をもつ子どもの看護学実習を通しての学び

看護学部3年　大内　結花

小児看護学実習では学童前期の男児を受け持たせていただき、子どものもつ目標を共有しその達成を支持する看護援助を考え実施しました。関わりを通して、家族の意向や、子どもの発達段階、知りたいという思いに合わせ、疾患や治療の説明を行うことで、治療に対する拒否反応の軽減や子ども自身が対策行動をとることにもつながるということを学ぶことができました。

子どもの健全な成長・発達を促しながら、健康の回復や維持増進を図っていくことが看護の役割であり、家族全体への働きかけを通して子どもが安全で安心して成長し、生活できる環境を整えていくことも必要になると感じました。

また子どもの生活背景や発達段階、疾患や治療経験、家族との相互関係を深く理解することが個別性のある看護につながることを感じた実習となりました。

（おおうち　ゆうか）

◇慢性疾患をもつ人への看護学実習

慢性疾患をもつ人への看護学実習を通して

看護学部3年　瀬谷　侑衣

慢性疾患を抱えながら生活するということは、疾患と長く付き合っていく事であると学びました。

入院中のみの状態改善を図るのではなく、退院後の健康管理についても考えながらそれぞれの患者さんに合わせた疾患教育・服薬指導を行っていく必要があることが分かりました。患者さんの疾患についての理解度、捉え方、考え方や服薬管理状況は一人ひとり異なるため、それを看護者が把握し、説明の内容がなぜ患者さんに必要であるのか根拠を持って指導を行っていくことで、患者さんのセルフケア能力向上につながるのではないかと考えます。また、患者さんのことを理解しようとする姿勢や、関わりの中で分かったことからどのような看護を提供することが出来るかを考えていくことの重要性を学ぶことが出来ました。今後もこのことを活かして患者さんと関わっていきたいと思います。

（せや　ゆい）

◇急性期にある人の看護学実習

急性期にある人の看護学実習での学び

看護学部3年　山田　里緒

急性期実習では周手術期の患者さんを受け持ち、術前から術後、退院までの包括的な看護を学ぶことができました。

患者さんの状態が刻々と変化する中で、今後起こりうる問題を予測し、予防や早期に対処するためのケアを行うことが看護者の役割であると思いました。そのためには、回復過程に個人差があることを踏まえ、順調な経過を辿っているのか、危険な方向へと逸脱していないかを日々の観察とアセスメントを行うことで見極めていく必要があるといえます。また、安全に手術を終え、退院後も疾患そのものや手術による身体の変化と付き合いながらその人らしい生活を送れるように、患者さんと家族を多面的に理解し、生活全体を支えていくことが大切であると実感しました。

今後は的確な知識と技術を持って、患者さんのニーズに応じた看護を提供していけるように判断力を養っていきたいと思います。

（やまだ　りお）

◇精神の健康障害をもつ人への看護学実習

精神の健康障害を持つ人への看護学実習で学んだこと

看護学部3年　早川　真由香

精神の健康障害を持つ人への看護学実習では、看護の対象者が思い描く今後について理解し、その実現にむけてその方が持っている力を活かした援助を考えていきました。

患者さんとの関わりの中で、精神疾患がその方の生活に与える影響だけでなく、それまでの人生史や生活習慣、疾患に対する複雑な思いなどについて、時間をかけて理解することができました。精神の領域では、セルフケアの視点からその方を捉え、強み（ストレングス）を活かしてリカバリーを目指す援助を考えていきます。実習を通して、患者さんの健康な部分を広げていけるような支援を積み重ねていくことが大切であると学びました。

この実習で学んだ包括的に患者さんを理解する過程は、全ての領域に共通するものだと思います。今後もこの学びを活かし、個別性を大切にした看護を目指していきたいです。

（はやかわ　まゆか）

卒業生　近況報告

後輩の皆さんへ

看護師　大森　あゆみ

私は本学を3期生として卒業し、附属病院に勤務して15年目になります。

その間、病棟勤務では主に集学的治療を行うがん患者様とそのご家族を担当していました。力不足を感じ、もっと何か…との思いで職場の協力を得て働きながら大学院にも進学しました。そして、現在は緩和ケア認定看護師として緩和ケアチームの専従看護師をしています。

同じ疾患の治療であっても患者様の心持ちや経過、そこにあるケアは十人十色です。ケアに当たりながら、患者様の人生やその人らしさに触れられることは看護の醍醐味であると感じています。

最後に、学生時代に培った人間関係や経験は今もあらゆる場面で原動力になっています。日々の積み重ねを大切に、皆さんの希望が現実のものとなるように願っています。

（おおもり　あゆみ）

近況報告

保健師　安田　令奈

私は医大を卒業して4年が経ち、卒業後は福島市保健所で保健師として働いています。

平成30年4月から中核市に移行したことに伴い、保健所が開設され保健師としての活動の範囲も広がりました。現在は、乳幼児から高齢者までの健康づくりとして健康教育を行ったり、乳幼児健診や乳幼児全戸訪問、特定保健指導などの業務を行っています。

4年目となった今でも、保健師活動の中で不安なことや迷うことは多く、「住民のために何ができるだろう？何をすべきだろう？」と考えるたびに、実習での経験や講義を振り返っています。

学生時代に学んだことは、卒業後も様々な面で活かされると思います。みなさんも日々の経験や学んでいることを大切に頑張ってください。

（やすだ　れいな）

近況報告

助産師　渡部　彩乃

大学を卒業してからはや1年が経とうとしています。私は福島赤十字病院で助産師として働いています。

入職してからの1年間、分娩室での分娩介助や産科・婦人科疾患を抱えた患者さんの受け持ちを行い、数ヶ月前に出産後の母子の担当へ移り、現在は母乳育児支援に力を入れ日々奮闘しています。助産師（Ｍｉｄｗｉｆｅ）には〝女性に寄り添う人〟という意味があり、助産師は分娩の介助だけでなく、女性のライフサイクルにおける健康を支援する存在です。この1年間で0歳から100歳までの幅広い世代の女性とその家族に出会い、女性のライフサイクルに関わった看護ができ、今振り返ってみるととても充実した1年でした。

働く上で、大学での経験は今の私の基礎となっています。皆さんも学生としての今を大切に、頑張ってください。

（わたなべ　あやの）

A REPORT OF GRADUATE OF SCHOOL OF NURSING

第69回　解剖慰霊祭が執り行われました

第69回解剖慰霊祭が、去る10月31日に本学講堂において執り行われました。今年度の慰霊祭は、約780名の方の御参列をいただき、厳粛な雰囲気の中、医学教育、学術研究の進展のために御献体いただいた２３４名の御霊の御冥福をお祈りさせていただきました。本学からは、生命への尊厳や人権について深く理解する能力を育成することを目的として1年生84名全員が多数の教員と伴に参列し、看護の決意を胸に献花を行いました。慰霊された御霊の内訳は系統解剖67体、病理解剖41体、法医解剖126体でした。

（文責：看護学学生部長 本多　たかし）

ご退任に際して贈る言葉

総合科学部門
亀田　政則　教授

ご退任に際して

総合科学部門長　中山　仁

亀田先生は、平成10年の看護学部開設当初から看護学部の教育・研究、運営に携わってこられました。その点から考えて、先生が学部を去られることは私たちにとって大きな支えを失うことであると言わざるをえません。

これまで、先生は私に接するたびに、ともに働く仲間としてお互いどのようにあるべきかということを数多く教えてくださいました。特に、それが言葉そのものというよりは非言語的なコミュニケーションを通じて示されたことに大きな意義があると感じています。言葉では伝えきれないものがあること、言葉とはそれほどに頼りないもの、だから、人間の持つ「伝える力」のすべてをもって接することが大切であると伝えていたのだろうと。先生の表情（笑顔）、声やしぐさから醸しだされる雰囲気に安心感を覚えた同僚、救われた同僚は多いはずです。それがあってこそ、言葉にも力が生まれるのだと思います。

私には同じことをするだけの能力も術もありませんが、先生が守り育ててくださった仲間とともに伸び伸びと教育・研究に取り組んでいきたいと思います。時には福島に足をお運びいただき、ご指南いただけたらと思っています。

先生のますますのご活躍をお祈りいたします。

ご退任に際して贈る言葉

家族看護学部門
畠山　とも子　教授

贈る言葉

家族看護学部門長　和田　久美子

無事にご定年を迎えられましたこと、誠におめでとうございます。時の流れは早く、畠山先生にお会いして3年が経とうとしております。若輩者の私にも対等に接してくださり、責任ある仕事を任せていただいたこと、感謝の言葉もありません。畠山先生は、福島の地域にも根ざして、家族看護のあるべき姿を広くお伝えになられたと聞いております。また、教育におかれましても、学生と接するお姿を拝見して、学生を大切にされていらっしゃると感じておりました。

長い間本当にお疲れ様でした。畠山先生には「教授、教員としてどうあるべきか」など様々なことを教えていただき、大変勉強になりました。これからも家族看護をよりよくするべく、ご尽力されることと思います。これからのご活躍も楽しみにしております。

CALENDAR 看護学部カレンダー

3月22日（金）
学位記授与式

4月1日（月）
在学生オリエンテーション

4月3日（水）
入学式

4月3日（水）～4日（木）
新入生オリエンテーション

6月18日（火）
開学記念日

7月6日（土）
オープンキャンパス

10月19日（土）～20日（日）
光翔祭

編集後記

卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。大学生活はいかがでしたか？

さて、今後の人生において重要なものは、大学生活で得た仲間であると思います。仕事や人生で悩んだとき、ざっくばらんに相談できる仲間を大切にしてください。そんなことをこの年になって実感しているわたし自身です。

今回ご寄稿頂きました各位に心より御礼を申し上げます。また、ご退任される亀田先生、畠山先生今まで大変お疲れ様でした。

太田　昌一郎

◆編集委員
太田昌一郎　本多たかし　佐藤　博子　齋藤　史子　横山　郁美　田中　啓子　吾妻　陽子　森　美由紀　亀岡　康子　秦　暁子　髙橋　恵子