

奥州支部だより

第33号

令和6年2月14日

公益社団法人岩手県看護協会
奥州支部長 菅原 宏則
支部会員数 579名(令和5年12月31日現在)

出前研修 ~口腔ケア~

花憩庵クリニック

藤 原 恵美子

11月17日（金）高齢者施設 友愛園で『出前研修』を開催しました。

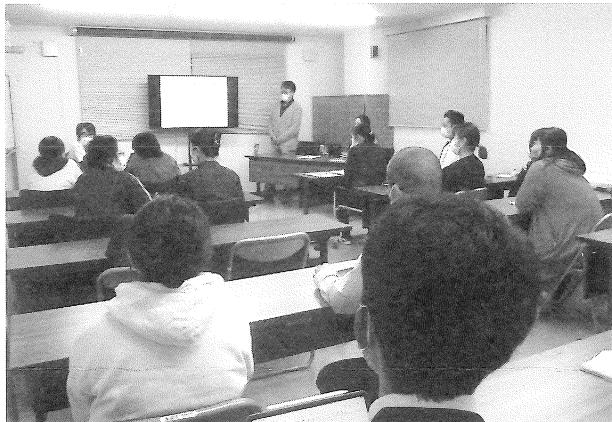
講師は奥州病院 歯科口腔外科 加藤秀昭先生にお願いしました。研修には25名ほどの職員の参加があり、関心の高さを感じました。

口腔ケアの目的は、口腔の清潔保持と機能維持向上であるということを冒頭に述べられ、口腔内細菌と内科疾患との関連性や肺炎予防、口腔ケアのポイントなど実例を交えての講義でした。口腔ケアを行うと肺炎やインフルエンザの発生率が低下するという統計も示していただき口腔ケアの重要性を再認識しました。

また、口腔ケアは、高齢者の摂食・嚥下機能にも大きく関わっていくために大切なことも話され、施設での誤嚥は訴訟問題にもなることがあります。介護従事者はケアするうえで理論をきちんと覚えておくことが必要であることを強調していました。

講義後には、職員から質問があり活発な意見交換ができ有意義な時間でした。

今後も地域の要望を取り入れて、継続する価値がある企画だと感じました。



『よさっていきいき100歳体操』に参加して

県立胆沢病院

看護科 安 藤 ゆかり

真城が丘集会場で毎週行われている100歳体操に参加させて頂きました。初めての参加でも皆さんに温かく迎えていただきました。

日常動作に必要な基本動作ですが、重りを手や足に装着しても誰もふらつく事なく、笑いが絶えず楽しく行われていた事がとても印象に残っています。参加されている方の中には「一人で取り組む事がおっくうになってしまうけど、こういう場所があるとやるもんな」と話してくれました。また、奥州市が取り組んでいる『お口の体操』は、唾液腺を刺激し嚥下機能低下予防にとても効果的な体操であると思えました。

会の最後に行われた『声を出して笑う』にビックリしましたが、意図的な行為でも声を出して笑う事で自然と笑え心が和みました。またこのような機会があれば参加していきたいと思います。

看護はひとつ ~心のバトン~

胆沢病院

看護師 吉田 美貴

岩手県立胆沢病院で病棟看護師として勤務し、2年目になりました。

複数の科がある病棟のため、小児科から終末期まで、幅広い疾患・悩みを抱えた患者・家族と関わっています。日々の看護を行う中で、患者や家族との対応に悩むことも多くあります、その都度、先輩看護師を始め、医師や薬剤師、リハビリスタッフなど多くの方に相談しながら看護を行なっています。

私の所属する病棟では、認知症の患者も多く、関わり方や看護について悩むことが多いです。今年度は、「認知症高齢者の看護実施に必要な知識」という看護協会の研修に参加させていただきました。知識を深めるだけでなく、事例についてグループワーク行いました。グループワークを通して他の病院の看護師と意見を出し合い、自分の病棟で行っている事との共通点や相違点に気が付くことができました。とても学びの多い研修でした。

今後も、1人で抱え込まず、先輩看護師や他職種に相談しながら、個別性に合わせた看護を提供できるよう努めています。また、研修を通して他病院の看護師との交流も大切にし、自己研鑽していきたいです。

「支部研修会の開催」

江刺病院 菊池 美順

今年度、2回目となる支部研修会が12月14日(木)に開催されました。講師におとめがわ病院の相上和徳先生を迎え、「医療者の燃え尽き=バーンアウト」について講義していただきました。

「燃え尽き」と聞くと大きな仕事が終わった後に起こると思いがちですが、持続的なストレスに晒されていると起きてしまう状態であるということでした。ストレスに対しては「闘争か逃走」の選択肢があり、精神的なエネルギーの消耗を抑えるためには、ストレスから離れるという割り切りも状況によっては必要であることやストレスに対する様々な向き合い方などについて、教えていただきました。

