看護職の再就職を応援する情報誌
TOKYOナースプラザ Vol.48 2008.9.1

やっぱり看護が好き

開催
日本看護サミットとうきょう'08

座談会
やっぱり看護が好き
重度心身障害児施設における看護の喜び

Interview●これからの看護
「一人ひとりを尊重する」
職場でも活きる日赤の基本理念

おすすめ研修
癒し効果を高める タクティール® ケア

「プランニングシート」からみた
近年の求職者の動向

東京都ナースプラザ

Interview

これからの看護

「一人ひとりを尊重する」職場でも活きる日赤の基本理念

高橋 高美さん　武蔵野赤十字病院 副院長・看護部長

高橋高美さんが幼少の頃、父親が結核で大学病院に入院しました。無事、完治して退院後、自宅に遊びに来た看護師を見て、「お父さんを救ってくれた素敵な人たち」という印象をもちました。もともと職業をもって自立したいという思いが強かった高橋さんですが、進路を決定する場に立ったとき、選択したのは看護師でした。

「婦人警官や教師にも興味がありましたが、思えば、幼い日の記憶が影響していたのかもしれませんね」

日本赤十字社（以下、日赤）の病院は全国に92カ所ありますが、看護職副院長が誕生したのは意外に遅く、2007年の高橋さんと徳島赤十字病院看護部長の就任が初でした。今年さらに2名が加わり、4名が活躍しています。

「看護職が、一つの大きな柱になって経営に参画する、ようやくそういう時代になりました。当院の看護師は約680人で、クラークや助手、ヘルパーを合わせると約760人のスタッフが看護部で働いています。副院長としての私の役割は、病棟運営を円滑にして、病院経営に貢献することです」と高橋さん。副院長になって、組織横断的に活躍する場面が増えたといいます。その一環として、ベッド管理があります。

「当院は看護師7対1施設基準を取得し、またDPC参画病院にもなり、職員の人数が増えて人件費はかさむ一方で、ベッドの利用率が落ち込んだ経緯があります。空きベッドを有効に使うために、診療科の壁を取り払ったかたちでのベッド管理を始めることにしました。何よりそれは、三次救急医療施設として地域医療に貢献するために必要なことでした」

ベッド管理は朝昼晩行い、その情報は、4時間ごとに電子媒体を通じて全医師に伝えられます。また、管理会議や看護部のミーティング、病棟での引き継ぎの際にも必ず伝達され、徹底した情報の共有が行われます。その結果、ベッドの利用率は93～95％にまで上昇しました。利益が生まれ、同時に看護師長たちの意識が大きく変わったといいます。

「当院には25人の看護師長がいますが、うち14人が2週間交代で担当しています。交代で担当することによって、他の師長の管理を見ることができます。それぞれ個性がありますから、得手不得手もありますが、お互いに良いところを学び合うことが成長につながったと思います。医療の質を高めながら1床でも無駄にしないといった、積極的な姿勢に変わってきました」高橋さんは、そんな看護師長たちの成長が何よりうれしいといいます。

「病院の前面で患者さんと触れ合って満足していただく、いわば病院の主役はスタッフ一人ひとりです。そして私の仕事は、スタッフを大事にして、その力を最大限引き出すこと、そして、いざとなったとき責任を取ることです」

日赤の基本理念である「一人ひとりを尊重する」という「人道」の精神は、ともに働く同僚に対する尊重にもつながっています。

「当院でも既卒者の見学を受け付けていますが、見学や説明会に参加してみると、その病院の雰囲気がわかると思います。再就業にあたっては、キャリアと自分の向き不向きを考えて、前向きに道を探すことです。」

●プロフィール

高橋 高美（たかはし たかみ）

日本赤十字武蔵野女子短期大学（現日本赤十字看護大学）卒業後、武蔵野赤十字病院に就職。12年間臨床看護を経験した後、看護管理・教育について研修を積む。母校である日本赤十字武蔵野女子短期大学の教員として出向。組織改変に伴い、武蔵野看護専門学校で3年間教務部長を経験する。その後、武蔵野赤十字病院に復帰し、看護師長、看護副部長、看護部長を経て、昨年から現職。

赤十字医療施設看護部長会会長、日本看護協会認定看護師制度委員会副委員長。

第1四半期
おすすめ研修

癒し効果を高めるタクティール®ケア

●対象者：就業を希望する看護職、中小規模施設に勤務する看護職
●実施日時：2008年6月13日㈮ 9:30～12:30
●今後の実施予定：10月17日㈮、2月10日㈫
●開催施設：東京都ナースプラザ（東京都看護協会会館内）
●講師：木本 明恵先生（株式会社日本スウェーデン福祉研究所 シルヴィアホーム認定インストラクター リーダー）

今回の研修は、定員30名に対して48名の出席があり盛況でした。まずスライドを交えた座学によって、「認知症緩和ケア理念」、「タクティールケア」の理論についての講義が行われました。

緩和ケア理念をベースに行われるタクティールケアはラテン語で「触れる＝タッチ」という意味で、身体に優しく触れることによって、安心感、心地よさ、身体認知を高めます。さらに、ケアを行う側と受ける側とのコミュニケーションを促し、認知症の周辺症状の緩和にも有効です。また、タクティールケアには、行う側も「自分も落ち着き疲れがとれる」などの思わぬ効果があるそうです。随所に盛り込まれた木本先生の体験談やエピソードは、受講生にタクティールケア習得の意義をしっかりと理解させたようです。休憩をはさんで、二人一組となり実際に背中や手のタクティールケアを体験しました。具体的な手技としては、ゆっくりとした一定の速度で、包み込むように優しく触れるというものです。

今回の研修は、タクティールケアの有用性を知り習得への意欲を高める、よい機会になったことと思います。

①体験談が随所に盛り込まれた木本先生の講義
②背中のタクティールケア
③二人一組になって体験

タクティールケアは、1960年代にスウェーデンで未熟児へのコミュニケーションケアとして始まり、次第にがん患者への緩和ケアにもとり入れられるようになりました。認知症ケアには1996年ごろ、同国のシルヴィア王妃が、自身の母堂の発症をきっかけに取り組んだ「認知症緩和ケア理念」をケアに実践する「王立財団法人シルヴィアホーム」によって導入され、日本には2006年に「日本スウェーデン福祉研究所」によって正式に紹介されました。タクティールケアは、皮膚のもつ接触受容体を介して脳下垂体からのオキシトシン分泌を促すことがわかっています。

●“やっぱり看護が好き”と思う瞬間●

私が訪問看護で担当しているAさんは、62歳女性の脳梗塞の方です。3年前に発病され、その間2度の再発作入院を経て、ずっとご主人が在宅で介護をされています。ご主人が在宅で看るという決断をされたとき、すでに家を離れていたお子さんたちは「仕事一筋のおとうさんに本当にできるの？」と、不安と心配を口にしていました。しかし、ご主人は仕事と介護を両立させ、しっかりAさんとの生活の場を守っています。

訪問看護を通して垣間見える、患者さんと家族との絆。こんな経験は自分にとっても家族を見直す、とても良い機会になります。「かかわれてよかった」と思えるたくさんの出会いが看護を続ける原動力となっているように思います。【新宿区YK】

座談会

やっぱり看護が好き

重症心身障害児施設における看護の喜び

〈出席者〉

井上 千恵子さん
（社会福祉法人日本心身障害児協会 島田療育センター）

田代 恵野（よしの）さん
（東京都立東部療育センター）

角本 京子（かくもと）さん
（社会福祉法人天童会 秋津療育園）

網野 寛子所長〈聞き手〉
（東京都ナースプラザ所長）

重症心身障害児施設はとてもハードな職場―そう思って初めから対象外と思っていませんか？ 実はブランクのある方にこそ向いた、人生経験が活かされる職場です。ぜひ、見学に足を運んでみてください。看護そのものについての認識も拡がるはずです。

重症心身障害児施設での看護

網野 看護職の働く場が多様になっています。病院・診療所だけでなく、さまざまな施設で看護職が必要とされていますが、なかでも重症心身障害児（者）施設（以下、重症児施設）は、看護職が集まりにくくて困っているのが実情です。そういったなかで、今日お集まりいただいた皆さん方は、たいへん意欲的に重症児施設での看護に取り組んでおられます。ご出席の皆さんが重症児施設と出会うまでの経緯はプロフィールを参照いただきますが、重症児施設で働くことで、看護のやりがいをどういうふうに感じていらっしゃるでしょうか。

井上さんは小児科で急性期を扱う看護をされていましたが、離職して重症児施設に再就職されました。井上さんから見た、看護における一般病棟の小児と重症心身障害児（以下、重症児）との違いはどこにありますか。

左から、網野所長／井上さん／田代さん／角本さん

井上 一般病院で急性期の看護にあたっていたころは急性期を過ぎれば自宅に帰りますから、病児さんにかかわる時間はとても短くて、一人ひとりのことをじっくりみることも考える暇もなく、処置に追われて毎日が過ぎていくという感じの看護でした。心を大切にと思う暇もなくというのが、気にかかっていました。いまは一人ひとりにじっくりかかわることができます。自分で訴えることが難しい方々が多いのですが、表情やちょっとした動作から気持ちをくみとる看護ができるのは、すごくうれしいなと思います。

網野 田代さんは、東部療育センターの設立に準備段階から関わられています。福祉職として働き、そのうえでさらに、看護学校を出て看護師免許も取られました。田代さんには、福祉職と看護職から見た看護の違いについてお聞きしたいと思います。

田代 福祉職と看護職の違いは、医療行為ができるかできないかです。もちろん技術的なこともありますが、医学的な根拠から自信をもってその方とかかわれるかどうかだと思っています。

網野 現在は東部療育センター（以下、東部）に看護職として勤務されているわけですが、看護師になってから、具体的に変わったことはありますか。

田代 たとえば、呼吸管理をされている利用者様の場合、病院では兄弟の面会がなかなかできません。でも東部では、人工呼吸器をつけていても、面会して手を握ることもできます。こういったことはとても大切だと思っているのですが、福祉の仕事をしていたときは、私自身がどこに触れて大丈夫かがわからなかったのです。看護師になってからは、「お姉ちゃんの手に触って大丈夫よ。顔にも触って大丈夫よ。でもこれは抜かないでね」と伝えら

●プロフィール●

井上千恵子さん
1986年聖母女子短期大学卒業。同年看護師免許取得し、都立八王子小児病院等に勤務。93年看護師を辞め、寄宿舎指導員として都立立川ろう学校に勤務。2002年看護師として再出発するためにナースバンク立川に登録し、ナースプラザの再就職講習会に参加。「ふれあいナースバンク」でのマッチングを経て社会福祉法人日本心身障害児協会島田療育センターに勤務し、現在に至る。

田代恵野（よしの）さん
1994年淑徳短期大学社会福祉学科卒業。同年身障児者施設に勤務。98年国際福祉医療大学看護学科入学。2002年看護師免許取得し諏訪中央病院勤務。05年東京都立東部療育センター設立準備より勤務し現在に至る。

角本京子（かくもと）さん
1977年津田塾大学英文学科を卒業し結婚。翌年第一子を授かる。重症心身障害児であり症状がかなり重かったが、在宅で介護を続ける。14歳を目前にし第一子を失う。7年間ボランティアとして活動。一

井上さん

田代さん

角本さん

れるようになりました。医学知識をもつことによって、生命を維持するために何が重要であるかを具体的にとらえられるようになったことが変わったところだと思います。

網野　角本さんは、重症児のお子さんをお持ちになっていた親御さんの立場から、現在は看護師として、他のお子さん方をケアする立場に立たれたわけです。いま看護をどういうふうに感じているか、お話しいただけますか。

角本　私は障害のある子どもを14年間育ててきましたので、いまだに親としての気持ちのほうが強いように思います。しかし施設で働かせていただいて、お子さんのケアはもちろんですが、ご家族へのケア、関わりもとても大きな部分を占めると感じています。ご家族の方とも、そのお子さんの一生にかかわるお付き合いがあるわけですから。私たちとご家族は、そのお子さんのことを思う気持ちは同じでも、アプローチが違います。そこをご家族の方にわかっていただいて、いかに信頼関係を築いていくかということが、とても大事なことだと感じています。

網野　親御さんとして、専門家からケアをしてもらっていたときと、自分が専門家としてケアをするときの見方はいかがですか。

角本　子どもを育てているときは、看護師さんがいろいろ気を遣ってくださったのですが、自分の子だから私が頑張らなくてはいけないという思いが強かったのです。これは在宅だったせいもあるかもしれません。でも、いまから振り返ると、些細なことでも相談して教えていただけばよかったなという反省があります。看護を勉強し始めて驚いたのは、看護師さんはこんなにたくさん勉強していたのだということでした。ですから、お母さんやご家族の方には、どんなに細かいことでもいいから言っていただきたいと思っています。すべてかなえられるとは思いませんが、かかわっているみんなが知識と技術、経験を持ち寄って考えることで、いい方法が必ずみつかると思います。

　しかし、どんなにいいことを提案したいと思っても、信頼関係ができていないと耳を傾けていただけないと思いますので、何よりも信頼して何でも言っていただける関係をつくることを心がけています。

看護を通して プライマリ・ケアを支える

網野　再就職を目指す看護師さんたちには、重症児施設が遠い存在なのではないでしょうか。わからないから対象外という感じがなきにしもあらずだと思います。看護師になるための教育の中でも、小児看護学はあっても、障害児にはわずかに触れるだけで、施設へ実習に行くのも本当に限られた学校だけです。したがって、重症児施設に対する理解がなかなか進まないのが現実だと思います。小児はやりたいけれども、重症児はいまひとつ身近に感じないところがあるかもしれません。

井上　私自身もそうでした。立川のナースプラザの再就職講習会に参加させていただき、「ふれあいナースバンク」で島田療育センター（以下、島田）の方にお話を聞いたのですが、最初は重症児施設のイメージがわきませんでした。ぜひ見にきてくださいと言われたこともあって、見学に行かせていただきました。ゆったりした環境の中で、看護師、保育士、介護の方など、多くの職種の方々が関わっていて、「病院とはまったく違う」という印象をもちました。

　復職を考えている皆さんには、見学だけでもいいので、ぜひ見にきてほしいという気持ちです。重症児施設への見方がきっと変わると思います。私の経験からですが、あるいは、ブランクが長いことも、さほど大きなネックにはならないのではないかと思います。

角本　本当にいまおっしゃったとおりだと思います。重症児施設は、医療もありますが、一生を過ごされる生活の面もすごく大事です。生活も医療も大切にします。

網野　プライマリ・ケアの要素がたくさん入ってくるわけですね。

角本　はい。ですから、日常生活での経験も十分活かせる職場だと思います。

ワーク・ライフ・バランス

網野　働き方という点ですが、日勤だけ、あるいはシフト制など、それぞれの施設で働き方が工夫されている部分があれば教えてください。

井上　私はブランクもありましたし、夜勤の自信もなかったので、最初は日勤のパートから入りました。働きながら、仕事の内容を見させていただき、家庭のことや育児のことを按配して、

網野寛子所長
1968年佐久総合病院高等看護学院卒。同年看護師免許取得し、臨床経験8年後、77年都立公衆衛生看護専門学校保健学科卒。保健師免許取得し保健所、都庁勤務。87年国立公衆衛生院専攻課程看護コース修了。93年看護職養成に転じ都立看護専門学校長を歴任。2005年東京福祉大学社会福祉学部卒。07年都立板橋看護専門学校長を定年退職。同年4月より東京都ナースプラザ所長。08年明星大学大学院修士課程修了。現在に至る。
念発起し1999年東京都立保健科学大学保健科学部看護学科入学。2003年同大卒業し看護師免許取得。同年より社会福祉法人天童会秋津療育園に勤務。06年東京大学大学院医学系研究科健康科学・看護学専攻看護師コース入学。08年3月同修士課程を修了し現在に至る。

網野所長

できそうかなと思ったときに常勤になりました。パートと正職員は賃金の面でずいぶん違いますし、働き方も全然違います。正職員はハードルが高いので、その中間ぐらいの働き方を考えられたらいいのだろうなと思います。施設として働きやすい工夫というのは、いまのところ特別にはありませんが、院内保育所も考えなければいけないね、という話は出ています。

角本　秋津療育園（以下、秋津）には保育所があって、地域の方にも開放しています。保育園を通じて秋津を知って、そのご縁で就職なさる方もまにいらっしゃいます。看護職の年齢層はとても広いです。子育てをしながら働いている方、2人目、3人目という方もいらっしゃいます。

田代　東部はやっと3年目を迎えましたが、なかなか看護師が集まらないので四苦八苦しています。働き方ということでお話ししますと、パートの方は、その方の生活に合わせた時間帯を選択できるようになっています。日勤者の始業は8時45分ですが、日勤帯のパートの方は、8時半から4時間とか、9時から5時間とか、ずらして入っていただくことも可能になっています。お子さんが小学生で、学校に送り出してしまえば大丈夫という方、保育園まで自分で送らなければいけない方、それぞれの事情に合わせて、さまざまな時間帯で働いていただいています。さらに、勤務時間の長さも固定せず、4時間できる人、5時間できる人、6時間できる人と、それぞれの事情に応じて働いていただいています。こちらも、パートの方たちのマンパワーにとても助けられています。パートの方たちのなかには、いずれ子どもが大きくなったら正職員になりたいと言われる方もいて、とても心強く感じています。

「重症児施設って何？」と、ちょっと敷居が高く思われる方には、パートから入っていただくのは、ひとつの方法かなという気もしています。そういった方向を想定して見学に来ていただくといいと思います。東部でも看護師の年齢層は広く、30～50代が大半を占めます。いま40代がかなり多いので、その年代の方が働きやすい環境づくりは大切だと思っています。

人間としての幅広い経験や知識を活かして

網野　重症児施設での看護は、単に医学的あるいは看護学的なものではない部分を相当大事にする分野ですね。そこでは専門領域の勉強だけではなく、人間としての幅広い経験や知識が必要になる気がします。そういう面で何か感じるところがありますか。

田代　重障児のケアは、医療や看護の専門性はもちろんですが、ケアをする側の人柄がストレートに表れます。その方の持てる全てでぶつかっていける仕事だと思います。

自分の意思を表現することが難しい子もたくさんいますから、言葉で伝えることはできないけれども、目の表情や手のちょっとした動きなどから、その子の気持ちを察知するのは、私たちのセンスだと思います。そういったセンスは、人生経験を積むことで磨かれてくると思います。若いスタッフばかりでは気づかないことも、人生経験を積まれたスタッフは気づきますし、私たちも、そこから教わることがたくさんあります。それは、障害のあるなしではなく、うちの子はこうだったよという経験なのです。そういう発想はいいなと私は思っています。ナースの経験知よりも、その方の人生経験の部分から教わることが多いですね。ブランクが長いということは、他の人生経験を積んでこられたということですし、それが活かせる職場だと思います。

井上　一つの病棟の中に、いろいろな職種の人がいて、協力して一人の利用者さんの生活を支えているという点も、一般の病院とは大きく異なっているところだと思います。私も一般病院で働いていたので、どうしても医療的なところに目が行きがちですが、ほかのスタッフがフォローしてくれます。介護の方、保育士の方など、専門によって各々気づくところが違っていますので、たいへん勉強になります。全人的なことを見る目を養っていける場だと思っています。

網野　重症児の看護のすばらしさは、皆さん方のお話を聞いていてわかります。再就職をしたい、でもどこに行ったらいいのかわからないという人たちに、一度足を運んでもらうといいですね。ちょっとのぞいてくれれば、本当にやりがいのある世界が待っているということがよくわかりました。

本日はどうもありがとうございました。

第13回

「日本看護サミットとうきょう'08」が開催されます

保健師助産師看護師法制定から60年を迎え、日本看護サミットが東京で開催されます。メインテーマは「生命(いのち)をつなぐ看護のスパイラル―新しい時代に向けた看護の創造」。再就職希望の看護職の方も積極的に足を運んでみてください。

参加申込み

サミットホームページ
(hppt://www.kango-summit-tokyo.visitors.jp)
より参加申込書をダウンロードして、
参加申込みFAX03-6868-3069に送信
(開設時間　平日のみ10:00～12:00、13:00～18:00)

参加申込み締切日

平成20年10月10日(金)到着分まで

プログラム

1日目●11月11日(火)

●8:45 開場・受付　　9:00～18:00 パネル展示

●10:00~10:40 開会式

主催者挨拶：石原 慎太郎　東京都知事(予定)
来賓挨拶：舛添 要一　厚生労働大臣(予定)　他

●10:50~11:50 基調講演

保健師助産師看護師法の60年と社会の変化
講　　師：清水 嘉与子(前参議院議員)

●11:50~13:20 お昼休み　アトラクション(東京都交響楽団)

●13:20~15:20 鼎　　談

保健師助産師看護師法を読み解く
講　　師：古橋 美智子(前日本看護協会副会長)
田村 やよひ(国立看護大学校長)
平林 勝政(國學院大學　法科大学院長・教授)

●15:50~17:50

分科会Ⅰ　新しい看護のかたち
座　　長：坂本 すが(東京医療保健大学看護学科長)
シンポジスト：濱口 恵子(癌研有明病院副看護部長)
真田 弘美(東京大学大学院老年看護学教授)
水口 艶子(徳島赤十字病院副院長・看護部長
徳島県看護協会長)
山本 詩子(開業助産師・日本助産師会神奈川県支部長)

分科会Ⅱ　看護がつなぐ地域医療
座　　長：秋山 正子(白十字訪問看護ステーション所長)
シンポジスト：水沼 一子(宮城県丸森町保健福祉課課長)
勝原 裕美子(聖隷浜松病院副院長・総看護部長)
当間 麻子(療養通所介護推進ネットワーク代表)
玉木 一弘(東京都医師会理事・開業)

●18:30~20:30 〈交流会お申込みの方〉

交流会　帝国ホテル

2日目●11月12日(水)

●8:15 開場・受付　　8:15～13:00 パネル展示

●9:00~10:00 講　　演

いのちをつなぐ"ことば"
講　　師：相田 一人(相田みつを美術館館長)

●10:15~12:15 フォーラム

生命(いのち)をつなぐ看護のスパイラル
座　　長：井部 俊子(聖路加看護大学学長)
シンポジスト：南野 知恵子 (参議院議員)
野村 陽子(厚生労働省医政局看護課長)
久常 節子(日本看護協会会長)
石垣 靖子(北海道医療大学看護福祉学部教授
前東札幌病院理事・副院長)

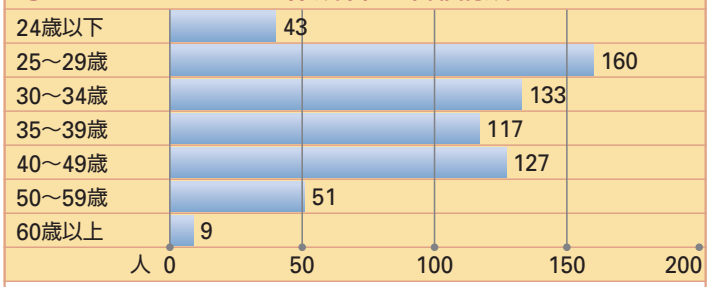
●12:15~12:45 閉会式

看護サミット東京宣言

「プランニングシート」からみた近年の求職者の動向

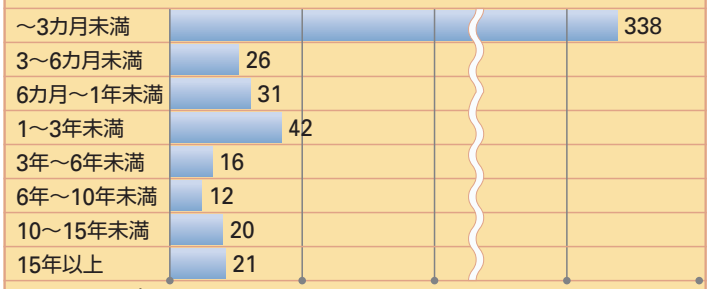
ナースプラザでは、登録から就業までを計画的にサポートするために、平成19年4月から、窓口に来所された求職者の「プランニングシート」を作成しています。近年の求職者の動向についてまとめてみました。

①プランニングシート作成者の年齢構成



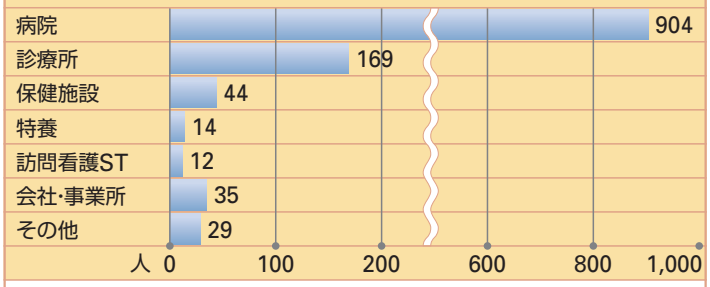
25～34歳が293名(45.8%)と、ほぼ半数を占めます。

②プランニングシート作成者の離職期間

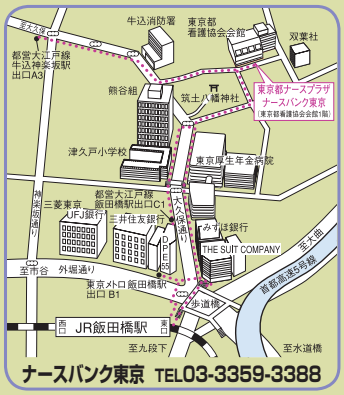


離職期間は3カ月未満が338名(66.8%)と、半数以上です。

③プランニングシート作成者の就業希望施設



病院への就業希望者が大半を占めています。



ナースバンク東京 TEL03-3359-3388

ナースバンク立川 TEL042-529-7077

ACCESS

［ナースバンク東京］
- ●JR中央・総武線　飯田橋駅東口から徒歩7分
- ●東京メトロ東西線・有楽町線・南北線　飯田橋駅出口B1から徒歩6分
- ●都営大江戸線　飯田橋駅　出口C1から徒歩5分
- ●都営大江戸線　牛込神楽坂駅　出口A3から徒歩5分

［ナースバンク立川］
- ●JR中央線・青梅線・南武線　立川駅南口から徒歩10分
- ●多摩都市モノレール線　立川南駅から徒歩8分

プレゼント

ナースプラザのオリジナル「エコバッグ」

エコに配慮し、レジ袋の有料化が進んでいます。写真はナースバンクでつくったオリジナル「エコバッグ」です。ナースバンクに求職者登録があって再就職され、求人施設または本人からナースバンクへ採用報告があった方に、再就職のお祝いと就業継続をお祈りしてプレゼントしています。（2種類の絵柄のうち、どちらをお届けするかはランダムとなります）

つれづれ…

仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）という言葉について内閣府が世論調査を行った。「名前も内容も知っている」と答えたのは9.8%にすぎず、「名前も内容も知らない」と答えた人は60・1%もいたそうだ。一方、潜在看護職の数は、最近の調査で55万人から、64万人に増えているとのこと。

せっかく身につけた資格を生かさないなんて、もったいないと思いませんか？ 柔軟な働き方を考えてくれる職場も結構増えてきています。仕事の中で得られる生きがいは、人生をさらに豊かにしてくれると思うのです。（H・A）

●東京都の鳥／ユリカモメ●

表紙のイラストには東京都の鳥「ユリカモメ」がかくれています。
みつかりましたか？

ユリカモメは渡り鳥で、秋になると繁殖地のカムチャツカ半島から北海道を経由して本州に渡って来ます。そろそろ不忍池、多摩川などで姿が見られるころです。ユリカモメの夏羽は頭と顔が黒褐色で、別の種類の鳥かと思うような面白い姿です。衣替えのタイミングには個体差があるようで、渡って来たばかりのころは、頭が黒かったり、まだらだったりするのんびり屋さんも見られます。

東京都ナースプラザ 検索

●ホームページ：http://www.np-tokyo.jp/
●E メ ー ル：np@np-tokyo.jp

TOKYO ナースプラザ やっぱり看護が好き Vol.48（3月・9月の年2回発行）
発行：東京都ナースプラザ　設置主体／東京都　運営受託者／社団法人東京都看護協会
〒162-0815 東京都新宿区筑土八幡町4-17 東京都看護協会会館1階　Tel 03-3359-3355　Fax 03-3260-9066
平成20年9月1日発行
再生紙を使用しています