

やっぱり 看護が好き

vol.

70

2019.9.1

Interview

地域包括支援センターにおける看護師の仕事とは

豊島区社会福祉事業団 菊かおる園 高齢者総合相談センター(地域包括支援センター)所長 前場徳世さん

シリーズ 仕事力をつける!

実技研修 心電図の読み方・とり方

ナースバンク通信

ふれあいナースバンク就職相談会

こんな施設に復職しました

復職 はじめの一歩

面接の心得

一看護職が知っておきたい服装・マナー編一

Let's Try! ナースのたまごたちへ
【高校3年生のための一日看護体験学習】

私の復職ストーリー 第2回

練馬光が丘病院内科外来 林奈津子さん

まえ ば のり よ 前場徳世さん

社会福祉法人豊島区社会福祉事業団 菊かおる園
高齢者総合相談センター(地域包括支援センター)所長

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすためのあらゆる相談を受けて支援する身近な相談窓口です。基本的には社会福祉士、保健師・看護師、主任介護支援専門員の3職種が専門性を活かし、チームで協働しています。この「保健師・看護師」が医療職としてどのような役割を担うのか、その仕事内容とやりがいについてお聞きしました。



Profile

保健師、看護師、主任介護支援専門員。

自衛隊中央病院に勤務後、保健師学校を卒業して練馬区保健所に勤務。夫の海外転勤で退職し、13年間のブランクを経て、ナースバンク東京に登録。平成13年ケアマネジャーとなり豊島区在宅介護支援センターに、18年東京都高齢者総合相談センターに勤務。27年から同センター所長、令和元年より現職。

地域包括支援センターにおける看護師の仕事とは 望む生活に向けて、人と人をつなぎ、地域に貢献

豊島区では地域包括支援センターを「高齢者総合相談センター」と呼び、基本の3職種の他に、ケアマネジャーと見守り支援事業担当を加えた5つの専門職が、各専門性を発揮しているところが特徴です。

私の役割でもある医療職としての仕事は、認知症の重症化防止、介護予防を目的とした高齢者の生きがいづくり、要支援1・2と判定された方が地域で自立して生活していくためのプランをつくる「介護予防ケアマネジメント」などです。また、地域住民やケアマネジャーなどからのSOSで、医療的な判断を含めた緊急度の高い相談では、早急に訪問するなど、仕事内容也多岐にわたります。

看護師といっても、バイタルを測るなどの直接的なケアや処置は1割ぐらいです。多面的な課題のある

入院患者さんや在宅の高齢者が安心の在宅療養生活を整えられるように、医療と介護の連携がさらに重要になっています。その人らしい在宅療養に向け、課題への対応や支援チームを調整する役割がセンターの医療職にも求められています。主となる業務はその人の、そしてその地域の生活課題を解決するためのさまざまな関係者をつなぐネットワークづくりです。ですからコーディネート力が求められます。

この仕事で一番大切だと思うことは、「人が好き、地域にかかわることが好き」であることです。チームで協働して問題解決を図り、支援を求める方が「おかげで頑張れた」と言ってくださった時は、とてもやりがいを感じます。

私も専業主婦として仕事から離れていた時期がありました。でもその時の経験、子どもを通しての地域とのかかわりは、今の仕事にとっても役立っています。そして復職する時はナースプラザの研修を受けて知識やスキルを高め、ケアマネジャーの資格も取得しました。

看護師は患者さんの病態だけでなく、社会的背景や家族までも含めた患者さんの全体像をアセスメントし、その人の強みを生かしながら必要なサポートにつなげ、予防的視点でかかわっていくことが得意です。その力をぜひ、地域で発揮してほしいです。



認知症になっても、その人らしい生活が送れるように、地域住民と関係機関の代表で作成しました。

— シリーズ — 仕事力をつける！

実技研修



心電図の読み方・とり方

～臨床に繋がる！患者に
繋がる心電図学習～

東京都ナースプラザでは、就業中、離職中の看護職のスキルアップを目指し、2019年度は総研修科目数55科目、総定員4,004名にも及ぶ、さまざまな研修が開催されています。

2019年度の「心電図の読み方・とり方」の研修は、年4回開催されます。今回は定員30名のところ102名の応募があり、32名が参加しました。今回の講師は冷水育先生と松本美保先生でした。

研修は心電図をとるシミュレーションから始まりました(写真1)。次に、「心電図とは何か」、「心臓のポンプ機能は何か」についてグループワークを踏まえた講義で知識を深めました。その後、机上シミュレーションでさまざまな症例の心電図波形を参考図書や資料を見ながらみんなで考え、不整脈の病態を理解したうえで対応を学びます(写真2)。

最後は、患者さんの症状からさまざまな状況を予測し、観察結果と心電図から状態をアセスメントし看護を考えるシミュレーションを実施しました。(写真3)。

このように、症例を基にグループディスカッションやシミュレーション教育を取り入れたアクティブ・ラーニ

ングが、この研修の魅力です。

最後に冷水先生は、「最初は、みなさんから『心電図が大嫌い』というオーラが出ていましたが、午後からは一生懸命に心電図を見るようになったことが、とてもうれしいです」と感想を述べ、1日に及ぶ研修が終わりました。

心電図が苦手な人が多いのですが、臨床において心電図はとても大切です。看護師として心電図をどう学ぶか、そして学んだ知識をどのように、患者さんのケアに活かしていくかというところを、ぜひこの研修に参加して感じとってください。

冷水育先生

東京医科大学病院シミュレーションセンター 助教
日本NP協議会認定Nurse Practitioner。
三重県立看護短期大学卒業後、東京医科大学病院に入職。救命救急センターに十数年勤務した後に、2016年にシミュレーションセンターへ。



まずは、シミュレーションで心電図のとり方(電極の位置など)を復習



午後からは松本美保先生(右)が講師を務める講義も。真剣な中にも時には笑いが起こる楽しい内容です。



「胸が苦しい」と訴える患者さんの状態を観察しアセスメント・ケアに繋がります。

「心電図の読み方・とり方」 の今後の予定

第2四半期 ▶ 9月26日・木曜日
第3四半期 ▶ 12月5日・木曜日
第4四半期 ▶ 2月26日・水曜日

時間はいずれも
9:30～16:30

ふれあいナースバンク 就職相談会

2019年度第2回「ふれあいナースバンク」が
6月14日(金)に開催されました。



2019年度、今後の「ふれあいナースバンク」

第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
2019年 9月5日(木)	2019年 9月13日(金)	2019年 11月7日(木)	2019年 11月15日(金)	2020年 2月6日(木)	2020年 2月14日(金)
立川	東京	立川	東京	立川	東京

時間はいずれも13:30～16:00(受付は15:45まで)。参加施設は回ごとに異なります。
東京都ナースプラザのホームページからご確認ください。

令和を迎え、2019年度の第2回目が、東京西新宿に移転した東京都ナースプラザの新会館で初めて開催されました。新会館の1階・大研修室には、参加40施設のブースが並び壮観です。当日の来場者は118名。お天気に恵まれたためか、出足も好調でした。

面接会ではないので、事前の予約の必要もなく、みなさん気軽な服装で参加されます。また、会場内に設けられた「ふれあいコーナー」には、参加施設のパンフレットや資料が掲示されています。

ここでは、面談受付を済ませた人が待ち時間を

利用して、あるいはこれから面談施設を決めようという人たちが真剣に情報収集していたり、求職者同士で就職活動の状況を話し合うなど、活発な情報交換の場になっていました。

面談は1対1の横並びで行われます。そのため「緊張せずに、じっくり話を聞いた」、「やっぱり資料だけよりも、実際に話が聞けて不安が解消された」など、毎回、来場者からはとても好評です。

ぜひ一度、気軽に訪れてみて、情報収集や施設見学・面接など、次のステップにつなげる場にしてみませんか。

こんにちは!



まずは会場の入り口で受付を。黄色のウインドベスト姿のスタッフが、場内をエスコートします。

ふれあいコーナー



「ふれあいコーナー」には、さまざまな施設のパンフレットなどの資料が掲示されているので、ここで面談施設を探すこともできます。

面談受付

面談受付



「ふれあいコーナー」の資料の中から、面談施設が決まったら、面談受付で受付を済ませ、順番を待ちます。

面談ブース



横並びで面談します。面談ブースのボードに工夫を凝らした手描きのポスターや写真を貼り、自施設をアピールしている施設もありました。



復職支援研修の案内コーナーも設けられ、スタッフ2名が来場者の質問や相談に応じていました。

おみやげ



この日のお土産はトートバッグとお煎餅。お煎餅の大きさに、みなさん驚きつつも笑顔で手にして帰られました。

看護職のみなさんの「職場ではユニフォーム。通勤服はカジュアルなものが中心」「きちんとした服装ってどういう服装?」、また「患者さんの対応は慣れているけど、かしこまった場での受答えは苦手で不安」という声にお応えして、今回は面接の心得として、服装とマナーについてお話します。

服装

男性

髭、ヘアスタイル、ネクタイの緩みには注意を。

シャツ(白、首周りのサイズが合っていること)



ネクタイ(派手すぎない色・柄)

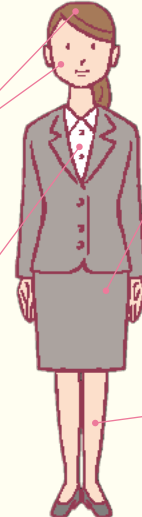
スーツ(紺・グレー) パンツにはセンタープレスをかけておく。

靴下(黒・紺)

女性

ナチュラルメイクで。長い髪はまとめておく为好印象でしょう。

ブラウス(白が基本)



スーツ(紺・黒・グレー等の落ち着いた色) スカートは着席した時に膝が隠れる丈のもの。パンツスーツも可。

ストッキング(ナチュラルカラー、伝線に備えて替えを持参)

男女とも

服のシワ、汚れは厳禁。靴、眼鏡は磨いておくこと。看護職は清潔感が大事。好印象を与えるよう身だしなみを意識しましょう。

マナー

到着時間について



指定された時間の5分前に受付に申し出るのが理想です。面接を受け入れる施設側も約束の時間に合わせて段取りを組んでいるということを念頭に置いておきましょう。

携帯電話

予め電源を切っておきましょう。



きれいなお辞儀の仕方

- ① 背筋を伸ばしてお辞儀。
- ② 体を倒すときは早く、一瞬止まり、上げるときはゆっくり。
- ③ 手の位置…男性:ズボンの側面、女性:前で軽く重ねる。
- ④ 言葉が先、動作(お辞儀)が後。



ナースバンクでは、応募前から面接までの流れについて来所での相談を承っております。来所時には日本看護協会『はたさぽ(ナースのはたらくサポートブック)』を差し上げます。『はたさぽ』は、インターネットからもダウンロードが可能です。

URL <https://www.nurse.or.jp/nursing/shuroanzen/madoguchi/hatasapo/index.html>



Let's Try!

ナースのたまごたちへ【高校3年生のための一日看護体験学習】

5月27~31日に、高校の最終学年の学生を対象に、一日看護体験学習を実施しました。昨年度より24名多い412名が参加しました。実際の看護の現場に触れることで、伝聞ではないリアルな体験ができました。ナースのたまごたちの「夢の実現」への第一歩にご協力いただいた施設のみなさま、ありがとうございました。

受験のモチベーションがアップしました。勉強がんばります!



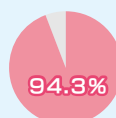
看護師になりたいという思いが強くなりました。



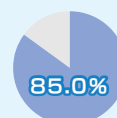
昨年度学習参加者の高校3年生および社会人の進路状況

*調査について返信のあった数からの集計値

進路決定の役に立ったというお声を多数いただきました。来年度の実施予定については、決定次第ナースプラザホームページに掲載します。



看護系へ進学した
高校生



看護系へ進学した
社会人

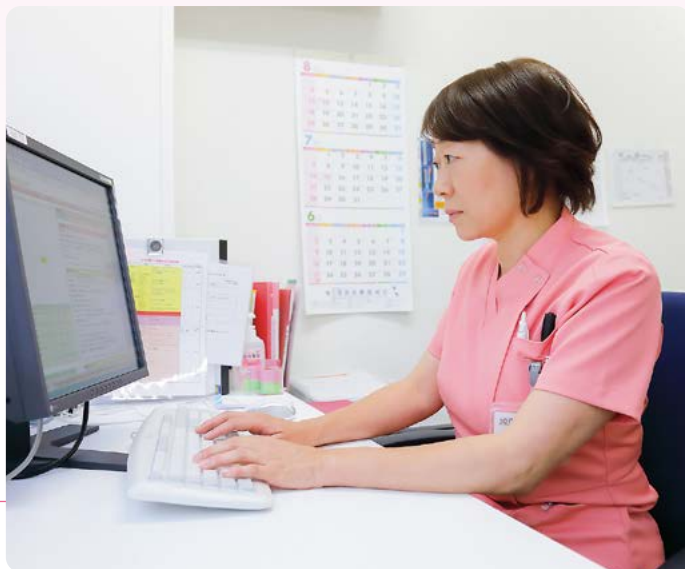
私の復職ストーリー

— 研修への勇気ある一歩で、世界が広がる —

第2回

練馬光が丘病院内科外来

林奈津子 さん



無理のない働き方ができたからこそ、今、看護が楽しいと思えます

大学病院で15年間の勤務の後、結婚退職。
7年間のブランクを経て、復職

結婚後も、看護師として働きたかったのですが、夫の転勤もあり、子どもが小さいうちは無理だと諦めていました。しかし、2人の子どもの幼稚園に入ると、「もう一度白衣を着たい」という思いがふつふつと湧いてきました。また、感染管理認定看護師の資格を取得していたのですが、夫の仕事で海外に滞在していたので、更新することができませんでした。でも同期の人たちが、専門性を発揮してバリバリ働いている姿を見て、「私もいつか…」と思うようになりました。

そんな時、新聞の折り込みチラシで、当院での復職支援研修があることを知りました。7年間のブランクがあったので、まずは研修で最新の医療・看護の知識、情報を得ようと思いました。その時の研修には、ブランクの期間が10年、15年と、私より長い人もいらっしゃいました。みなさん「看護師として働きたかった」という思いが強く、とてもよい刺激になりました。

復職3年目を迎え、週5日の勤務に。
チームの一員になれたことがうれしい

研修を受けると、すぐにでも働きたいと強く思ったのですが、夏休みなど長期の休みのときに子どもの面倒を見てくれる人、場所がないという問題がありました。面接時に相談すると、最初は週3日、1日4時間の勤務で、夏休みなどもできるかぎり考慮してくれるということで入職しました。

今、復職して3年目になりますが、当初は本当に周りのスタッフに助けられました。自分一人で判断することがとても不安で、必ず周りのスタッフに相談していました。短時間しかいない私に、その都度教えなくてはいけない現場の負担も大きかったと思いますが、みなさんととても根気よく、丁寧に教えてくださり、本当に感謝しています。

現在は週5日の午前8時30分～午後4時の勤務になり、子どもたちも小学校の学童に入っているので、夏休みも働けます。家庭を優先して、徐々に働く時間を増やすことができたからこそ、今、看護が楽しいと思えるのだと思います。

そして何より、働く時間が長くなったことで、チームの一員として患者さんに思うようなケアができた時、とてもやりがいを感じます。今後は認定看護師の再取得も視野に入れ、外来でも経験していない部署などで経験を積み、ステップアップしていきたいです。



練馬光が丘病院内科外来
林奈津子 さん

愛知県内の大学病院附属看護学校を卒業後、同院で15年間、主に内科系病棟と感染対策室に勤務。

復職支援研修 ～カムバックナース 看護職のその資格、活かしませんか～

あなたの近くの病院で、希望する時期やコースを選択し受講できます。受講料は**無料**です。
「手厚くしっかり体験コース」と「気軽にさくっと体験コース」の2コースがあります。

手厚くしっかり体験コース

就業に向けて準備をしたい、すぐにでも就業したい方に最適です。
研修受講者それぞれの目的に合わせてコースを選択できます。
研修は標準プログラムに沿って行われます。

- ◆ 1日コース：病院の実情に応じた「医療・看護の動向等」(講義)、病院見学等
- ◆ 5日コース：1日コースの内容に加え、手技・演習、1日の病棟実習
- ◆ 7日コース：5日コースの内容に加え、より実践的な研修とするため、病棟実習を実施
助産業務の研修実施が可能な病院は、助産師対象の研修を実施

※研修終了後訪問看護ステーションや介護施設などの研修も受講できます。

平成31年3月12日テレビ東京「ガイアの夜明け」で稲城台病院の復職支援研修の様子が放送されました。
見逃した方はテレビ東京ビジネスオンデマンドをご覧ください。

気軽にさくっと体験コース

身近な病院や施設で現場の雰囲気を感じてみたい方に最適です。

研修内容：「最近の医療・看護の動向」、「医療安全」、「感染管理」に関する研修、施設見学等
研修期間：1日(4時間から)～3日間程度。施設により実技・演習は異なります。

実施病院・日程等詳細はナースプラザのホームページをご覧ください ▶▶▶

問い合わせはコールセンター Tel 03-6276-1718(平日9時～16時30分)



看護部長より一言

「看護をしたい」という気持ちを大切に、
その人に合わせた働き方を提案

大城優子 さん

当院では東京都の復職支援研修を、年2回開催しています。参加者は近隣の方が多いのですが、当院だけでなく、他の施設も含め、研修を通して復職される方が多いのがうれしいですね。

復職者は、「看護がしたい、働きたい」という気持ちが高く、とてもまじめです。その気持ちを大切に、長く働いてほしいので、最初は家庭と両立できて無理のない、その人に合った働き方を一緒に考え、希望に沿えるようにしています。



教育担当より一言

最新の情報と知識、技術の再習得など、
復職者のニーズに応えられる研修にしたい

片岡かおり さん

ブランクが一番の不安材料だと思います。働きたいという思いはあっても、どうしたら現場に戻るか、いろいろ悩むと思います。そういう方に一歩踏み出して「研修に申し込もう」と思ってもらえるように、研修の情報を行きわたらせていきたいと考えています。

復職するにあたり、必要な最新の情報や知識、技術の再習得ができるように、復職者のニーズに合わせた研修内容を考え、提供していきたいと思っています。



練馬光が丘病院

【公益社団法人地域医療振興協会(JADECOM)練馬光が丘病院】 東京都練馬区光が丘2-11-1

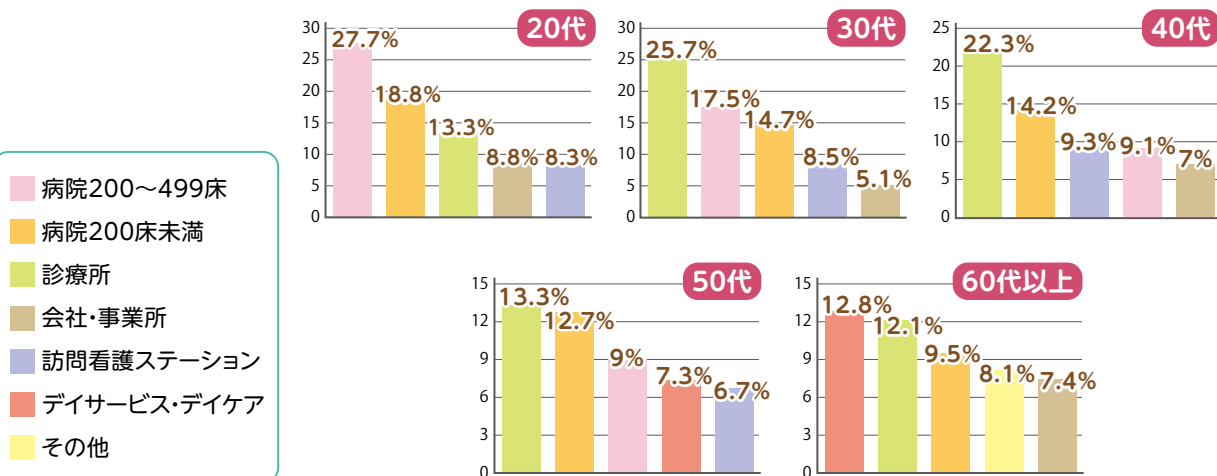
地域医療を支援し、地域の復興を図ることを目的とした「地域医療復興協会」の運営施設の一つ。練馬区や区西北部エリアを中心とした地域の救急、小児、周産期、災害時医療を中心に地域の急性期医療を担う。

看護部ではラダー制度を取り入れた能力開発プログラムや、一人ひとりの継続学習、キャリアアップ支援など、看護スタッフの教育、育成に力を入れている。

こんな施設に復職しました

平成30年度eナースセンターにご登録いただいた看護職が就職した施設の内訳を年代別にご紹介します。

平成30年度ナースバンク登録者の年代別おもな就職先施設（上位5位）



ライフステージに合わせた働き方があります。

20代では病院で看護職としてのキャリアを積み、30代～40代の子育て世代は夜勤のない職場が人気。

50代はこれまでのキャリアを活かした働き方や、キャリアチェンジをして長く看護職として働く道、人それぞれ多様な選択をしています。

60代になってもデイサービスや診療所などで看護職を継続し活躍しています。

40代、50代からセカンドキャリアを見据えた準備も大切です。一生、ナース!を目指してください。



表紙の写真

明治神宮外苑 いちょう並木

青山通りから絵画館に向かってまっすぐ4列に連なるいちょう並木は、四季折々に美しい景観を見せてくれる都心の名所です。とくに11月中旬から12月にかけては黄金色に色づき、多くの人が散策に訪れます。



つれづれ……

今年の4月、東京都看護協会の新築移転に伴い、ナースプラザも西新宿の新会館に引っ越して5ヵ月、最初の秋を迎えようとしています。新しい元号「令和」は、あっという間に市民権を得たように思います。言葉の響きとその意味が美しく、希望に満ちたものとして受け入れられたためでしょうか。

令和元年、「明日への希望」と「眠っていた免許証」を持って、採用面接に出かけてみてはいかがでしょうか。



ナースバンク東京 東京都看護協会会館2階

所在地：新宿区西新宿 4-2-19

- 都営大江戸線 西新宿五丁目駅 出口A1・A2から徒歩4分
- 東京メトロ丸ノ内線 西新宿駅 2番出口から徒歩10分

ナースバンク立川

所在地：立川市曙町 1-21-1 ユニゾ立川ビル 6階

- JR中央線・青梅線・南武線 立川駅北口から徒歩7分
- 多摩都市モノレール線 立川北駅から徒歩7分

東京都ナースプラザ

検索

ホームページ

<https://www.np-tokyo.jp/>

Eメール

np@np-tokyo.jp

