

東京都ナースプラザの今を伝える情報誌

vol.

83

2026.3.1

# やっぱり 看護が好き

《特集》

学び続ける看護職を応援します！

各自の成長と再就業を支える  
東京都ナースプラザの研修

レポート・看護のお仕事応援フェア

アウトリーチ型支援事業に参加しませんか！



# 学び続ける看護職を応援します!

—各自の成長と再就業を支える東京都ナースプラザの研修—

東京都ナースプラザでは、年間を通して60コースものさまざまな研修を開催しています。新人研修から中堅職員研修、再就業を考えている方向けのほか、看護補助者向けまでジャンルも多彩です。しかも、**すべての研修が無料**で受けられます。

## 再就業支援研修

—再就業への第一歩—

現在離職中で、都内での就業を希望する看護職を対象に、6つの研修を開催しています。これらは**就業・定着奨励金対象研修**となっています。たとえばモデルを使った採血の研修や、看護に必要な物品を手に実践的に丁寧な説明を受けられる機会もあり、人気の高い研修です。

### 就業・定着奨励金対象研修

- 再就職へのステップ3日間研修  
—技術研修(採血・点滴静脈内注射等)含—
- 求職者のための採血・静脈内注射の基本
- 求職者のための急変時の看護
- 求職者のための経管栄養の基本
- 求職者のための酸素療法の基本
- 求職者のための糖尿病治療薬の基本



## 看護補助者研修(未就業者向けを新設)

看護補助者の仕事に興味がある方に、演習を盛り込んだ体験型の研修が始まります。また、看護補助者として勤務されている方には、スキルアップを期待できるよう、内容をリニューアルしました。

未就業者  
対象

### まずはやってみよう! 看護補助の仕事

—できるが見えてくる、あなたの一歩—

内容

- 看護チームにおける看護補助者の役割
- 演習(車いす操作、移乗や移動体験、手洗いトレーニング)

就業者  
対象

### 看護補助者研修

—体験を通してスキルアップしよう—  
【200床未満の施設向け】

内容

- 車いす移乗(移乗の基本動作、安全確保のポイント、ボディメカニクスの活用)
- 体位変換(褥瘡予防、ポジショニング、ADLに応じた介助方法)

令和8年度 研修申込受付  
3月2日(月)応募スタート!

詳細・申込は右の二次元コードから  
(東京都ナースプラザ公式サイトへ)



## 入職直後から5年目まで継続して学べます!

— 新人看護職員研修、2年目、3年目、5年目看護職員研修 —

新人看護職員研修は年間を通して計7日間のカリキュラムが組まれています。内容はシミュレーターを使用した演習やグループワークを多く取り入れ、オンデマンド研修も利用できます。その後、看護職として段階を追って成長していけるように、2年目、3年目研修に加え、2025年度からは5年目看護職員研修も加わりました。

ここではステップアップ研修に、毎年看護師を数名ずつ送り出している東都文京病院の岩元美智代師長代理と、3年目研修まで継続して受講した看護師の山崎美裕さんと助産師の山田陽菜さんに、研修の感想を伺いました。



岩元美智代師長代理

**体系的な学びや新しい情報に触れることで、受講生の多くがステップアップしていることを実感しています。**

当院では新人看護職研修には、毎年全員が参加しています。2年目、3年目研修は本人たちの希望と看護部長の推薦で受講しています。院外の研修に参加することは、自分を振り返るよい機会になっていると思います。特にナースプラザの研修は新しい情報を得られ、体系的に学ぶことができます。3年目研修まで参加した山崎さん、山田さんを見ても、研修での学びを実践でも活かせるようになっていきます。

**点滴投与時のインシデント動画がとても印象的で、現場でも注意して確認するようになりました。**

研修で印象に残っているのは、聴診のシミュレーションやインシデント、せん妄などの動画です。中でも点滴時に起きたインシデントの動画はとても印象的で、現場では何度も確認しチェックしています。新人研修の時は受講するだけで精一杯でしたが、2年目、3年目の研修では、研修での学びを実際の現場で先輩に伝えられるようになりました。



3年目看護師・山崎美裕さん

**3年目研修でリーダーシップについて学び、グループワークで自分なりのリーダー像をつかむことができました。**

新人研修のカリキュラムに他の病院への見学がありました。当院との違いや当院の特徴がわかり、視野が広がりました。また研修ではクリニックの看護師など、他の施設の人達とのコミュニケーションもできました。2年目研修での感染管理は、現場でとても役立っています。3年目のリーダーシップ研修では、グループワークでのディスカッションにより、自分のリーダー像をつかむことができました。 ※現在、病院実習は行っていません。



3年目助産師・山田陽菜さん

### プログラム

研修名	主な内容
新人看護職員研修 (7日間他オンデマンド研修あり)	社会人基礎力/医療安全/フィジカルアセスメント/急変時の看護/診療情報と看護記録/ストレスマネジメント/感染管理/認知症の人とのコミュニケーション/アドバンスケアプランニング/せん妄の予防とケア/臨床判断/看護倫理/1年のまとめ ※他オンデマンド研修あり
2年目看護職員研修 (2日間)	チームメンバーの役割/感染管理/保健、医療、看護の動向/医療安全
3年目看護職員研修 (2日間)	退院支援/意思決定支援/せん妄ケア/リーダーシップ/クレーム対応
5年目看護職員研修 (2日間)	メンタルヘルス/生涯学習について/看護職としての多様な働き方を考える/今後の目標、目指すこと

## 訪問看護の基礎から実践まで、29日間かけてじっくり学べます！

—訪問看護師育成基本コース(29日間)—

すでに訪問看護に従事している方も訪問看護にこれから従事したいと思っている方も、現場での実習も含め地域の現場で求められる看護実践を、29日間かけてじっくり学ぶことができます。東京都ナースプラザでは、この研修の開始以降1,200人以上が修了し、現場で活躍しています。

ここでは実習先である城北看護ステーション所長の濱田真子さんと、実習指導にあたる訪問看護認定看護師の岩田芙由子さん、当ステーションで実習を行った研修生の酒井真奈美さんに、研修について伺いました。



所長・濱田真子さん

訪問看護が楽しいと思ってもらえるように、  
個々のレベルに合わせてきめ細かく指導しています。

訪問看護が初めての方や、ある程度経験していて、さらに深く学びたい方など、それぞれのレベルやご本人の希望を最初のオリエンテーションの時点でしっかり聞きます。その上でスタッフに同行して、ご家庭でのケアを見学してもらいます。見学は4件ほどを一日で訪問します。まずは一歩、研修で訪問看護に踏み出してもらい、訪問看護師として活躍していけるよう背中を押していきたいです。

利用者さんやご家族と信頼関係が築けたときの喜び。  
そうした訪問看護の魅力を研修生に伝えたい。

訪問看護をしていて楽しいと思う時は、利用者さんやご家族と一対一でしっかり向き合い、信頼関係が築けて、「やっぱりあなたに来てもらえると安心するわ」という言葉をいただいた時です。そしてご本人の想いをしっかり受け止められたなと感じる瞬間に、訪問看護をしていた甲斐があったと思うので、その魅力を研修生に伝えたいという気持ちで同行しています。



訪問看護認定看護師  
岩田芙由子さん



研修生・酒井真奈美さん

病院とは違い、利用者さんやご家族の生活が中心。  
実習で見た在宅ケアが新鮮で、改めて訪問看護に興味がわきました。

以前は精神科特化型の訪問看護師をしていたのですが、結婚を機に退職をしました。もともと訪問看護や在宅に興味があり、この研修を受けることにしました。実習で実際に利用者さんのご自宅での様子や在宅ケアを見られたことが新鮮であり、改めて訪問看護への興味がわきました。

### 対象

- ① 都内で訪問看護等に就業を希望する離職中の看護職の方
- ② 都内で訪問看護に従事する(予定含む)、施設の推薦のある看護職の方

### 研修科目 (一例)

訪問看護の動向/訪問看護と法的責任/看護倫理/家族看護学/フィジカルアセスメント/服薬管理/摂食・嚥下障害の看護/口腔ケア/小児訪問看護の実際/がん看護/精神疾患の理解/人工呼吸器装着療法者の看護/災害看護/リハビリテーション/排泄ケア・ストーマケア/褥瘡の予防とケア/酸素療法/ターミナルケア/感染管理/地域共生社会と訪問看護の役割/関係機関と社会資源の活用/訪問看護実習/事例検討等

## 現場のニーズに応えた新たな研修が始まります！

2026年度の東京都ナースプラザの研修は、ますますパワーアップします。新しく始まる研修について、企画担当者からのメッセージを紹介します。

### 看護師の ウェルビーイングを考える

#### 自分らしく

働き続けるために

看護師としての自分を大切に、自分らしい生き方と働き方を考える研修です。日々の忙しさの中で自身のケアを見つめ直し、心も体も健やかに笑顔で働き続けるためのヒントを学びます。



担当:うた

### 現場で起こる ハラスメントとその対応

#### ハラスメント、

正しく理解していますか？

最近よく耳にするパワハラ、セクハラ、カスハラなどの「〇〇ハラスメント」。ハラスメントの定義や種類を理解し、現場での対応方法について、講義だけでなく演習を通して具体的に学ぶ研修です。



担当:KOH

### 現場で使える！ 薬の基礎知識と看護ケア

#### 薬の知識を

アップデートしよう！

毎日の与薬に不安を感じている方、薬の知識をアップデートしたい方向けの研修です。薬の基礎知識から与薬時の注意点まで、薬剤師が解説します。オンデマンド研修なので、繰り返し視聴可能です。



担当:SOH

### 電子カルテの使い方 — 電子カルテの基本を学ぶ —

#### ここで学べば

電子カルテも怖くない！

電子カルテに触れたことがない、電子カルテの使用が不安という方のための研修です。基本的な操作や便利な使用方法など、実際に電子カルテに触れて基本操作が学べます。離職中の方も就業中の方も受講可能です。



担当:しゅん

### 生成AIを活用した業務効率化 — 生成AIで変わる医療の働き方 —

#### 生成AIを

味方につけよう！

AIを味方につければ、看護の働き方がアップデートされます。生成AIの基本から看護現場での活用法までを学びます。日々の業務を効率化し、仕事にゆとりと新しい発想をもたらす内容です。



担当:うた

## プラチナナースセミナー ※就業・定着奨励金対象研修

“充実した第二の人生をデザインする”をメインテーマに、おおむね50歳以上のプラチナナースを対象としたセミナーを年4回開催しています。

「定年前後の社会保険制度」や「定年前後の資産運用」「人生100年時代の社会人基礎力」「キャリア後期に向けた看護職人生の組み立て」などさまざまな角度から充実した60代を過ごすために必要な知識とその準備について考えます。

東京都ナースプラザ研修室とWebでの受講がありますので(研修室での受講は各回先着100名まで)、ご都合に合わせて受講場所を選択できます。

### 参加者の声

- 定年後の仕事探しは、「自分が苦手なこと」「避けたいこと」を踏まえて探してもよいと思うと、気持ちが楽になりました。
- プラチナナースの自分が仕事に何を求めているのか、周囲から何を求められているのか、わからず悶々としていましたが、「自分も持っているものを活かす」という講義を聞いて、仕事への気持ちが前向きになりました。

プラチナナースセミナーの詳細・ご応募はこちら▼



# レポート・看護のお仕事応援フェア

～2025年11月22日(土)・御茶ノ水ソラシティカンファレンスセンター～

秋の恒例事業となった「看護のお仕事応援フェア」。来場者は400名を超え、皆さんの関心の高さがうかがえました。今回も盛況のうちに終わりました。

## 就職相談会



就職相談会は、これまで看護職の方のみの参加でしたが、今回から看護補助者もご参加いただけるようになりました。会場では来場者が自由にブースを回り、担当者の話を聞いたり質問したりする姿が見られました。

## 各種相談・案内コーナー



①復職支援研修の案内、②就職相談・資格取得相談、③就業・定着奨励金案内、④プラチナナース向けイベントの案内、⑤東京都看護教員募集の案内、⑥東京の離島・山間地医療の案内が設けられ、どのコーナーも相談員が一人ひとりに対し、丁寧に相談に乗っていました。

## 実技体験会

### 【内服薬の正しい与薬方法】



錠剤が飲めない方への与薬方法の薬剤師による講義のあと、錠剤の簡易懸濁液を実践します。バッグに錠剤と微温湯を入れ、コネクタを開栓して注入するとこまで体験します。

### 【標準予防策】



感染管理認定看護師による標準予防策の説明と動画を視聴してから、3人ずつのグループに分かれ、マスク、手袋、ガウンの正しい着脱方法を体験します。

### 【電子カルテ紹介・体験】



中規模施設で実際に使われている電子カルテの基本動作や記録の流れなどについて受講します。実際に電子カルテを操作してみることもできます。

### 【12誘導心電図】



シミュレーターを使い電極の貼り付けなどを体験します。さらに「おさらいコーナー」で胸部誘導の位置確認を行うことができる、約30分の体験コースです。

### 【採血・留置針の実技体験】



毎年、人気のコーナーです。腕モデルを使い、一人ひとり真空採血管と採血用ホルダーによる採血と、サーフロー留置針の挿入と固定を体験します。

### 【看護補助者のお仕事紹介】



看護補助者が行う業務を紹介するコーナーです。ここでは患者さんの車いすへの移乗や嚥下食の食べさせ方を、看護師から指導を受けながら体験します。

# アウトリーチ型支援事業に参加しませんか！

— 中小規模病院(200床未満)の看護管理者を応援します —

アウトリーチ型支援事業は、ナースプラザの職員(就業協力員)が、病院を月1回訪問し、看護の課題解決への取り組みを支援する事業です。「基本コース」と、認定看護師も年間を通して訪問し、現場の看護実践を支援する「認定看護師による集中支援コース」があります(令和8年度より稼働病床が200床未満の病院も参加できます)。

今回は「基本コース」に参加した、世田谷神経内科病院の清水睦子看護部長に、参加の目的や実践内容について伺いました。



神経難病看護のエキスパートたち。  
右から3番目が清水睦子看護部長。

医療法人社団武蔵野会 世田谷神経内科病院  
東京都世田谷区等々力6-37-12  
病床数:165床 診療科目:神経内科、内科

## 神経難病看護の魅力を一人でも多くの看護職に知ってもらい、やりがいと楽しいと思える職場環境をつくりたい

アウトリーチ型支援事業への参加のきっかけは、当院は外来がなく外部との交流も少なかったので、もっと院外に向けて神経難病看護の魅力をアピールする必要があると思ったことです。そして当院の若手看護師に、神経難病看護のすばらしさを意識してもらい、働くことが楽しいと思ってもらえるようにしたいと思いました。

そこでまず就業協力員の指導の下、計画実施表に従い、1年後のゴールに向け、①患者さんが安心して身を委ねられる看護、②安定した看護力の確保、③楽しいチーム作りの3つを目標に、具体的に実践項目を立てていきました。

約半年経ちましたが、目標①の成果として「ハイ

タッチ看護」が誕生しました。これは訪室のたびに看護職の手で背抜き、尻抜き、足抜きを行うという、当院看護部が考案した看護の1つです。この方法を冊子にまとめ全看護職に配り、適宜実施してもらっています。また、目標③のために、「今日の看護はどうだった？」を語り合う時間を設けたところ、共有が学びにもなっています。

多忙な中でも、協力員の方の定期的な訪問がアシストとなって、現場が積極的に実践してくれるようになりました。この支援事業に参加してよかったと思います。



神経難病患者さんと文字盤を使ってコミュニケーションを図る看護係長の岡崎弥生さん。「ノンバーバルコミュニケーションが取れた時にやりがいを感じます。」

「認定看護師による集中支援コース」に認定看護師を派遣した施設の看護部長から寄せられた、感想や認定看護師自身の変化について、いくつかご紹介します。

- ・他病院の現状を知ることで、認定看護師の見解が広がりました。
- ・本人たちの視野拡大およびモチベーションアップに繋がりました。
- ・目を輝かせながら、改善提案や現場の職員の頑張りや工夫などいろいろな報告をしてくれることが嬉しいです。当院で働くありがたさも実感したようです。

## 令和8年度 アウトリーチ型支援事業 募集について

- 応募締切 令和8年4月3日(金)
- 事業説明会に参加できなかった病院様には、就業協力員が訪問して事業についてご説明します。
- 参加費は無料です。

# 令和8年度 東京都ナースプラザ イベントカレンダー(予定)

イベントの内容やスケジュールは変更となる場合があります。最新情報はホームページ等でご確認ください。

※看護職＝保健師・助産師・看護師・准看護師 施設＝施設管理者・人事担当者 通し＝1ヵ月を通して実施中

4月	イベント	対象	5月	イベント	対象	6月	イベント	対象
上旬	看護職員地域就業支援施設募集締切	施設	29日	プラチナナースセミナー	看護職	上旬	復職支援研修応募開始	看護職
3日	アウトリーチ型支援事業参加施設募集締切	施設				通し	プラチナナース職場体験会	看護職
上旬	プラチナナース職場体験会実施施設募集締切	施設				4日	看護職と看護補助者のふれあいナースバンク就職相談会(立川)	看護職 看護補助者
						9日	看護職と看護補助者のふれあいナースバンク就職相談会(東京)	看護職 看護補助者
7月	イベント	対象	8月	イベント	対象	9月	イベント	対象
通し	復職支援研修	看護職	通し	復職支援研修	看護職	通し	復職支援研修	看護職
通し	プラチナナース職場体験会	看護職	通し	プラチナナース職場体験会	看護職	通し	プラチナナース職場体験会	看護職
上旬	アウトリーチ型支援事業合同研修Ⅰ	看護職	5日	プラチナナースセミナー	看護職	3日	看護職と看護補助者のふれあいナースバンク就職相談会(立川)	看護職 看護補助者
23日	プラチナナース施設管理者セミナー	施設				11日	看護職と看護補助者のふれあいナースバンク就職相談会(東京)	看護職 看護補助者
10月	イベント	対象	11月	イベント	対象	12月	イベント	対象
通し	復職支援研修	看護職	通し	復職支援研修	看護職	通し	復職支援研修	看護職
通し	プラチナナース職場体験会	看護職	通し	プラチナナース職場体験会	看護職			
24日	看護のお仕事応援フェア	看護職 看護補助者	14日	プラチナナースセミナー	看護職			
			上旬	アウトリーチ型支援事業合同研修Ⅱ	施設			
R9.1月	イベント	対象	R9.2月	イベント	対象	R9.3月	イベント	対象
通し	復職支援研修	看護職	通し	復職支援研修	看護職	通し	R9年度看護職員地域就業支援施設募集	施設
通し	プラチナナース職場体験会	看護職	通し	プラチナナース職場体験会	看護職	通し	R9年度アウトリーチ型支援事業参加施設募集	施設
21日	プラチナナースセミナー	看護職	上～中旬	R9年度看護職員地域就業支援施設公募説明会・支援施設募集開始	施設	上旬	プラチナナース施設管理者セミナー・R9年度事業説明会・職場体験会実施施設募集開始	施設
29日	看護職と看護補助者のふれあいナースバンク就職相談会(東京)	看護職 看護補助者	上～中旬	R9年度アウトリーチ型支援事業説明会・参加施設募集開始	施設			
			4日	看護職と看護補助者のふれあいナースバンク就職相談会(立川)	看護職 看護補助者			

※アウトリーチ型支援事業は、募集締め切り後、1年間でPDCAサイクルを実践します。

## つれづれ...

今回の『看護のお仕事応援フェア』は、おかげ様で400名を超える方々にご来場いただき、盛会のうちに終了することができました。今回から、看護補助者の方にもご参加いただける実技体験コーナーを、新たに取り入れました。これからもナースプラザは、看護職と看護補助者の方々のお役に立てるような取り組みを進めていきます。

岡崎 庸



### 東京都ナースプラザ(ナースバンク東京)

所在地: 新宿区西新宿4-2-19(東京都看護協会会館5階・2階)

●都営大江戸線 西新宿五丁目駅 出口A1・A2から徒歩4分

●東京メトロ丸の内線 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いちご立川ビル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](mailto:np@np-tokyo.jp)



東京都ナースプラザ TEL 03-5309-2063



東京都

やっぱり看護が好き Vol.83(3月・9月の年2回発行) 表紙 立体制作:フジイカクホ  
発行:東京都ナースプラザ 設置主体/東京都 運営受託者/公益社団法人東京都看護協会  
所在地 〒160-0023 東京都新宿区西新宿4-2-19 東京都看護協会会館2階・5階  
TEL 03-5309-2063 FAX 03-5309-2064

2026年3月1日発行  
再生紙を使用しています  
石油系溶剤を含まないインキを使用しています