

Nursing Ehime

NURSING EHIME

ナーシング
愛媛

Vol.173
2023年新春号



公益社団法人 愛媛県看護協会

〒790-0843 松山市道後町2丁目11の14 TEL(089)923-1287 FAX(089)926-7825
Eメール nursing-ehime@circus.ocn.ne.jp ホームページ <https://www.nursing-ehime.or.jp/>

発行責任者 小椋 史香



季節の風景

「卯年」

特集 「コロナ禍における新人看護職の育成」 P4-7

P2. 新年のごあいさつ

P3. 令和5年度役員・推薦委員及び

令和6年度日本看護協会代議員等の選出について

ゆうゆう
趣味遊々

P8-9. 令和4年度認定看護管理者教育課程 報告

令和4年度訪問看護師養成基礎講習会

令和4年度保健師助産師看護師実習指導者講習会

P10-11. 2023年うさぎ年新年の抱負

P12. 感染対策のツボ

P13. 医療安全対策に関する交流会

P14. ナースセンターからのお知らせ

P15. おすすめ簡単レシピ

スマイルリレー

P16. お知らせ

新年のごあいさつ

公益社団法人愛媛県看護協会 会長 小 榎 史 香



謹んで新春のお慶びを申し上げます。

看護職の皆様におかれましては、仕事がら、職場で新年を迎えた方、家族の介護、あるいはご自身の闘病生活の中で新年を迎えた方もいらっしゃることでしょう。どのような環境下であっても、新しい年に向かって夢や目標を掲げ、希望につなげて欲しいと願っています。

2023年は癸卯（みずのとうさぎ）年にあたります。うさぎは、一匹一匹の力は弱いけれど強い繁殖力で命をつなぎます。今年は、「小さな積み重ねが大きな力になる年。ものの価値が変化する年」と言われています。

近年の3年間は、新型コロナウイルス感染症対応で、保健医療福祉・教育の分野は厳しい試練と打撃を被りました。一方、収集や対面が制限される中、リモートによる会議や研修により、どこからでも参加可能な利便性を生み出しました。さらに、働きかた改革が推奨され、多様な働き方が管理者にも従業員にも受け入れられるようになりました。今後は今までの習慣や固定観念にとらわれない様々な方策が打ち出されていくことでしょう。看護界においては、タスク・シフト/シェアの推進や勤務時間及び休暇、夜勤シフトの考え方等、安全・安心の看護を提供するための方策が提案されています。「国民の健康も看護職の健康も守る」という信念のもと、柔軟に変化に適応していく必要があります。

さて、団塊の世代が全員75歳以上の後期高齢者となる2025年は、2年後に迫っています。また、人生100年時代と言われ、2040年に向けて健康寿命の延伸や人口減少・少子化、社会保障の問題がクローズアップされています。愛媛県においては、すでに高齢者人口も減少し、過疎化が顕著な地域が発生しています。資源や人材の地域偏在、若い女性の県外流出なども課題となっています。

今、看護職に求められていること。また、できることを真剣に考える必要性を痛感しています。看護職として①医療・介護・福祉の連携 ②暮らしや健康に関する相談の場づくり ③市民とコラボした学習会や活動を推進する必要があります。そして、核家族、離婚、虐待、子どもの貧困等、人口減少に拍車をかける課題もあり、結婚や出産を望まない若者の声を耳にします。

今年4月には「こども家庭庁」が創設されます。出産・育児を社会全体で支援する実効性のある施策により、人口減少が少しでも抑制されることを期待しています。当協会は、看護の質の向上と地域共生社会の実現に向けて、施設を超えた看護職連携と地域活動を強化して参りたいと考えています。

皆様にとって新しい年が健康で、実り多き一年となりますことを祈念し、新年のご挨拶とさせて頂きます。

おめでとうございます

瑞宝双光章 安藤百合子 氏 元公立周桑病院総婦長

県功労賞 二宮由美子 氏 元愛媛県看護協会会长
現宇和島看護専門学校長

令和5年度 役員・推薦委員及び 令和6年度 日本看護協会代議員等の選出について（公示）

公益社団法人愛媛県看護協会 選挙管理委員会

令和5年6月17日（土）に開催予定の愛媛県看護協会通常総会において、令和5年度役員・推薦委員及び令和6年度日本看護協会代議員等の選挙を行います。つきましては、以下の要領で候補者を公募します。

I 令和5年度役員等改選に伴う立候補

（公社）愛媛県看護協会（以下「本会」という）定款第21・22・23条及び定款施行細則第9・10・12条規程により下記のとおり、理事・推薦委員の立候補を受け付けます。

◆立候補の対象となる役員名及び推薦委員

役員名	定数	任期
理事	2名	1年
推薦委員	保健師	1年
	助産師	
	看護師	

◆立候補の届出方法

立候補者は正会員5名以上の推薦を受けて、総会の60日前までに届け出る。

届出用紙は、本会事務局又はホームページから取得する。

II 令和6年度公益社団法人日本看護協会 代議員及び予備代議員の立候補及び推薦

（公社）日本看護協会（以下「日看協」という）定款・定款細則及び本会の日看協代議員及び予備代議員選出に関する規程に基づき、令和6年度の代議員及び予備代議員の立候補・一般推薦を受け付けます。

◆愛媛県の候補者基準について

1 日看協の会員であり、かつ協会活動に積極的

に参画した経験がある。

- 2 看護協会の目的を理解し、組織強化・発展のために活動・実践できる。
- 3 代議員の役割を理解し、定められた会議に出席し、積極的に責務を遂行できる。

◆立候補・一般推薦の方法

- 1 立候補者は、本会正会員5名以上の推薦を受け、別に定める書面により代議員或いは予備代議員候補者として届け出る。
- 2 他の会員を代議員或いは予備代議員の候補者に推薦する場合は、推薦人として他4名以上の正会員の同意を募り、候補者本人の承諾を得た上で届け出る。
- 3 届出用紙は、本会事務局又はホームページから取得する。

III 立候補及び一般推薦の受付期間及び届出先

◆受付期間

令和5年3月22日（水）～4月18日（火）
(選挙の60日前必着)

◆届出先・お問合せ先

公益社団法人愛媛県看護協会 選挙管理委員会
〒790-0843 松山市道後町2丁目11-14
Tel: 089-923-1287 Fax: 089-926-7825



南高井病院
穴吹 賢二



私がエギングを始めたのは、8年前に同じ病院で働いていた同僚に進められて、数回一緒に松山から愛南町に釣りに出かけたのがきっかけになります。初心者でしたが、同僚のアシストのおかげでなんとか500グラムのアオリイカを釣ることが出来ました。エギングは、餌木と呼ばれる疑似餌（ルアー）を使い、イカを釣る釣り方の事を言います。以前は夜間帯に釣るイメージが多かったイカ釣りですが、近年では、昼間イカの姿を観察しながら釣る「サイト」と呼ばれる釣り方も主流になってきています。初心者には餌木やイカが見えて釣りができるので、とても釣りやすい釣り方になります。季節・シャクリ方・時間帯・釣り場の荒れ具合など、様々な因子によって釣りの難易度が大きく変わってきます。戦略性の高いエギングという釣りに魅了されて、毎年夏の終わりとともに、休みの度に愛南町に釣りに出かけリフレッシュしています。



特集 コロナ禍における新人看護職の育成

新型コロナウイルス感染症は、愛媛県内の看護職の教育現場にも多大な影響を及ぼしました。

今回の特集では、コロナ禍における看護基礎教育・新人教育等の課題や新たな取り組みと、
様々な困難を乗り越えながら学び続ける新人看護職を紹介します。

コロナ禍における新人看護職員の育成に関する意見交換会 <日時：令和4年9月3日（土）13:30～15:30>

【事前調査】

調査期間：令和4年8月1日～8月26日 調査対象：15 看護基礎教育機関、134 病院

回答率：看護基礎教育機関 80% (12校)、病院 29.1% (39施設)

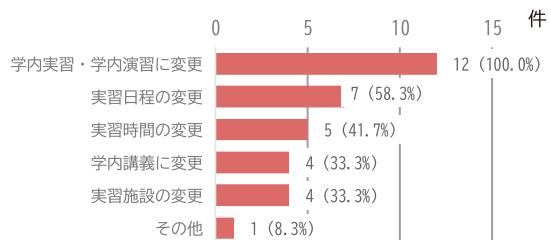
【教育機関】 n=12

実施できなかった実習領域

「計画に沿った臨地実習ができなかった」と回答したのは12校 (100%)



実施できなかった実習の補完に際して工夫したこと（複数回答）



コロナ禍による学生への影響

コミュニケーション能力・看護実践能力・社会人基礎力の育成が不十分である傾向があり、学生自身の不安や戸惑いが大きい。

新人看護職員の育成について病院に望むこと

育成、指導をゆっくりと個を尊重し、気づかせる、考えさせる関わり、相談相手や同期の絆を深め安心感を与える、教育研修内容にコミュニケーション能力の支援、技術教育の充実

【病院】 新人看護職員の採用あり施設 n=30

研修実施に際し工夫していること（複数回答）



コロナ禍による新人看護職員への影響

新人同士の横のつながり不足、先般看護師との関わりが希薄、リフレッシュが難しく、自信がない、部署内の人員不足による指導の不十分さ、臨地実習の不足によるアリティッシュ

看護基礎教育機関への希望・意見

教育を強化してほしい（社会人基礎力、コミュニケーション能力、対人能力、メンタルヘルス）、進路の選択の確認、教員の学生への関わり、実習施設との協働

【意見交換会】

参加者：40名（基礎教育機関7施設14名、病院16施設26名）

内 容：

- ①事前調査の結果報告
- ②意見交換（7グループ）

「コロナ禍における看護基礎教育・病院新人看護職員の現状と課題、新人看護職員を育成するための課題解決について」



コロナ禍の中、看護基礎教育機関及び病院が、様々な工夫を凝らして教育に力を注いでいる現状と課題や思いを共有することができました。

また、今後の看護職育成・確保定着に繋がる良い機会となり、継続開催してほしいとの意見が多くありました。

新人看護師育成の取り組み



住友別子病院

栄 洋 介

当院の新人看護師教育、学生実習指導は、「ここに就職してよかったです。こんなところで働いてみたい。」と思って貰えるよう医師やリハビリスタッフをはじめ他職種の協力を得ながら病院全体で取り組んでいます。

看護技術習得においては、OP室など他部署を積極的に活用したローテーション研修を導入しました。看護実践では、看護師の行動意義がその場で新人・学生に理解できるよう思考発話の活用を取り入れました。また、クリニカルラダーの評価内容を一部修正し、今まで教育、指導に対して関わりの少なかったラダーⅡ(卒後2～5年程度)対象者に、自身が学んだコーチング技術を生かした新人看護師・学生指導の実践ができる事を評価指標に組み込むなど、指導・教育を通してお互いが成長できる事を目標に教育体制を構築し指導を進めています。



人間環境大学松山看護学部

村 上 早 苗

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)が、2019年12月、初めて確認されて以降、国際的に感染が拡大しています。今年度も第6波・第7波さらに第8波の影響を受けている臨地実習は、施設側の中止依頼により学内実習やオンラインへと変更しています。

臨地実習は五感を通しての観察やその場での空気感、受け持ち患者との関わり、看護師からの実践的な指導などリアリティな体験があるため学生の学びは大きいです。

学内実習になった場合は、領域担当教員が実習の目的、目標を踏まえて学内実習版の実習指導要項を計画・立案し、医療現場を模擬した環境において患者型シミュレーションを使った演習やロールプレイなどの教育方法を活用し、必要に応じて臨床側の協力も得てオンラインでの学修を取り入れながら実施しています。

今後も感染管理を行いながら実習受け入れ施設と連携を図り、学生に必要な質の高い学修が担保できるように取り組みたいと思います。



学び続ける新人看護職 「コロナ禍で1年間 頑張った自分に一言」



昨年聖カタリナ大学を卒業し、四国中央保健所で難病を担当しています。窓口業務をしながら、コロナの疫学調査・一般相談にも従事しました。不安で大変だったけど自分なりに頑張って、少しづつ傾聴力と自信がついてきたね！と声をかけたいです。これからも、七転び八起きをモットーに頑張っていきたいと思います。

四国中央保健所 竹本 唯希（保）

「人は成長するときに痛みを伴う」という言葉を伝えたいです。この1年間、涙をたくさん流しました。辛い時でもこの痛みは次へ繋がる1歩だと思い、乗り越えることができました。たくさんの妊娠婦さんと出逢い、たくさん勉強させていただきました。1年後にはもっと成長して看護を行っていきたいです。

県立今治病院 松本 麻里亞（助）

入職して一年が経ちます。初めは様々な業務や技術を覚えることに精一杯の日々でした。しかし初めての分娩介助では緊張の反面、生命の誕生の場を産婦さんやご家族の方と共にできる喜びを改めて感じました。今コロナ禍で面会や立ち合いが制限される中、より一層産婦さんの気持ちに寄り添った看護を実践していきたいです。

四国中央病院 米田 美那（助）

当たり前になったマスク生活の影響もあり、看護師としての未熟さに加え、なかなか自分を表現できず悔しい思いもしました。それでもただ一つ、患者さんの前に立つ以上、看護師として笑顔で明るく、誠実に振る舞うための努力はできたと思います。この気持ちを忘れず日々学び、自分らしく、自分のペースで、頑張れ！

松山赤十字病院 上窪 はるな（看）

実習ではコロナ禍で患者さんと十分に関われないまま就職となり、不安と緊張がありました。少しも慣れ関係を築けるようになりました。患者さんと関わる中で「あなたが担当でよかった。ありがとう。」と言ってもらえることもあります。思っているより成長できていると感じます。今の気持ちを大切にして頑張っていきます。

市立大洲病院 尾崎 有依（看）

4月に入職してから一日一日を必死に駆け抜けてきました。命と向き合う病棟での仕事は常に緊張感がありますが、体調を崩さず笑顔で頑張ってきた自分を褒めたいと思います。今後は、さらに多くの看護技術や知識を習得し、患者さんと真摯に向き合いながら、一日も早く一人前の誠実な看護師になれるよう精進していきます。

愛媛大学医学部附属病院 越智 文音（看）

令和4年度「多施設合同新人看護職員研修」

愛媛県看護協会では、新人看護職員を対象に、臨床現場で必要な知識・技術・態度等看護実践能力を獲得するための支援を行うことを目的に、愛媛県委託事業として「多施設合同新人看護職員研修」「多施設合同助産師研修」を開催しております。今年度は38施設から64名の新人看護職員、4施設から8名の新人助産師が受講しました。

では研修の様子と受講生の声を写真と共に、ご紹介いたします。（アンケート等より）

《医療安全》KYTでグループワーク



手の洗い残しがかなりある事に驚いた！
感染対策は患者さんと自分を守るために大切！

ルールを守る人はルールに守られる！KYTを実践でも活用して危険を回避したい。

《フィジカルアセスメント》肺音聴取の演習



《感染管理》感染予防は手洗いが基本！



《誤嚥性肺炎の予防》食事介助の演習



先輩看護師からの

応援メッセージも届きました。



グループワークで、同じ悩みを共有できました。
これからも皆様のキャリアを応援しています！
一緒に頑張りましょう！！

ポジショニングは誤嚥性肺炎の予防に大事！活用して自分のものにしたい！
嚥下機能の評価や訓練、口腔ケアも大切にしたい！

令和4年度認定看護管理者教育課程 研修報告

令和4年度認定看護管理者教育課程ファーストレベル【A日程】

日程：2022年5月13日(金)～2022年8月27日(土)

愛媛県立南宇和病院 浅岡 彩生

今年の5月、初めての長期研修を前に不安と緊張でいっぱいの中、開講式を迎えるました。講師の方々の経験談も含めた楽しい講義は、これまで味わったことのない「学ぶ楽しさ」を感じさせてもらえるものでした。またグループワークでは、悩みや課題は皆似ていることを知り、すぐに一緒に学び合える仲間となりました。講義を受け、課題レポートに向き合う中でこれまでの経験を意味付けし、思考の整理ができたことは私にとって宝物になりました。これまで私は目の前のことしか見ることができていませんでしたが、自施設・自部署のあるべき姿、私自身の今後の看護師人生についても考える機会となりました。研修で出会った仲間との学びとネットワークを大切にし、これからも自分の立場でできることを1つずつ実践していきたいと思います。



令和4年度認定看護管理者教育課程ファーストレベル【B日程】

日程：2022年9月9日(金)～2022年12月24日(土)

西条中央病院 保利 友美

私は主任になってまだ経験も浅く、管理職としての自身の役割が明確にできず、役割を果たせていないと思い悩むことが多くありました。今回研修を受講し、様々な講義を通して、管理職としての知識や視点を学ぶことができ、少しずつではありますが自身の管理職の在り方や自部署での役割を考えることができるようになりました。また、講義毎にグループワークも多く、他施設の方との交流もあり、それぞれの施設の現状や課題を共有することもでき、自分になかった視点や考えもたくさん得られたことはよい刺激となりました。今回、講義で様々な知識を得られたこと、たくさんの他施設の方と出会えたことは、今後管理職として仕事をしていく上でとても良い経験になったと思います。今回の研修で得たことを、自部署で活かしていきたいと思います。



令和4年度訪問看護師養成基礎講習会

日程：2022年6月15日(水)～2022年12月7日(水)

愛媛県ナースセンター 宮内 珠美

今年度は訪問看護未経験の方から経験15年以上の方まで、30名が受講し、eラーニング、集合研修、臨地実習に取り組みました。臨地実習には、県下51施設の病院・地域包括支援センター・訪問看護ステーションにご協力をいただきました。集合研修や臨地実習では、現場の疑問や悩みを解決するヒントを得ることができます。受講生からは「タイムリーな内容だった」「分からなかった部分が理解できた」「演習をきっかけに他の受講生と話ができた」などの声が寄せられています。

本講習会の修了には、受講年度内に全ての課程を受講することが必須ですが、やむなく全過程を受講できなかった場合に、翌年度のみ補講が認められます。訪問看護を志している方、訪問看護の基礎的知識を深めたい方、次年度の参加をお待ちしております。



令和4年度保健師助産師看護師実習指導者講習会

日程：2022年8月30日(火)～2022年11月25日(金)

松山赤十字病院 岡田 裕子

今回講習会に参加して、看護の動向を知り、学生のおかれている状況を知ったうえで関わる必要性を感じました。講義で学んだ教育に関する専門的知識や指導の基盤となる技法は、指導場面のみならず、人と関わる際のあらゆる場面で役立つ内容でした。これらを今後意図的に活用できるかが課題となりました。

体験型ワークでは、時間管理の重要性や受講生としての姿勢について改めて考える機会となり、楽しく習い学ぶ『学習』を、学び身につける『学修』へ変換させることを体感できました。

さらに、教育に関する言葉の意味を深く考え、看護師であるとの責任の重さを改めて感じました。日々リフレクションを重ね、学生と共に成長していくことを目指し、自分自身の教育観を確立させることができるように精進していきたいと思います。



「教育方法グループワーク風景」

2023年 うさぎ年 新年の抱負



喜多医師会病院
二宮 昌美

今年の目標は子供と一緒に登山に挑戦したいと思います。30歳後半になり、年々体力が落ちてきていると感じます。前厄でもあるので一年を怪我なく楽しく過ごせるように気をつけ、仕事・プライベートも充実出来たらと思います。



今治第一病院
村上 充時

外来師長として日々奮闘しています。今年は"うさぎ"年、年男です。抱負として、いつも支えてくれる同僚スタッフや上司に感謝し、童話「うさぎとかめ」の"かめ"のように「急がず焦らず地道にコツコツ」と、日々の仕事を頑張りたいと思っています。



愛媛県看護連盟
吉田 昭枝

今年で、6回目の年女を迎えました。こうして元気に年女を迎えることに感謝しています。先般、ある新聞に「70歳代の生き方が80歳代を決める」と80歳代の方が投稿されていました。なるほどと思いました。現役を離れたとしてもキャリアを生かして後輩の皆様方に何かお役に立てるよう、今後も精進したいと思います。



松山西病院
荒谷 健太郎

新年明けましておめでとうございます。昨年は子どもが生まれ、生活環境が大きく変わった1年でした。2か月半ほど育児休業を取得し、大変でしたが充実した日々を過ごすことができました。今年も心身ともに健康で穏やかな1年を過ごしたいと思います。



瀬戸内海病院
田中 菜沙那

昨年は転職して、新しい環境になり今まで経験した事ない業務に携わり、看護師として挑戦でき勉強になった一年でした。

今年もより一層勉強し、知識と技術を身に付け昨年より飛躍できる年にしたいと思います。また私生活では、コロナ禍であるため外出を控えていましたが今年は、感染対策をしっかりし家族と出かけて思い出もたくさん作りたいと思います。



村上記念病院
伊藤 厚子

新年あけましておめでとうございます。
月日が経つのは早いもので、今年で5回目の
年女還暦を迎える年となりました。
「今年の抱負」健康第一体調管理に気を付けて
頑張りたいと思います。
また、2023年卯が跳ねるように大きな飛躍の一年でありますように。



久万高原町立病院
隅田 光

来年度からは中堅看護師として総合的な看護実践能力を身につけ、チームの一員として役割を担っていきます。そして地域医療へ貢献できるように日々の業務に取り組みたいです。また、身についた知識や技術を活かして新人教育にも携わっていきたいです。



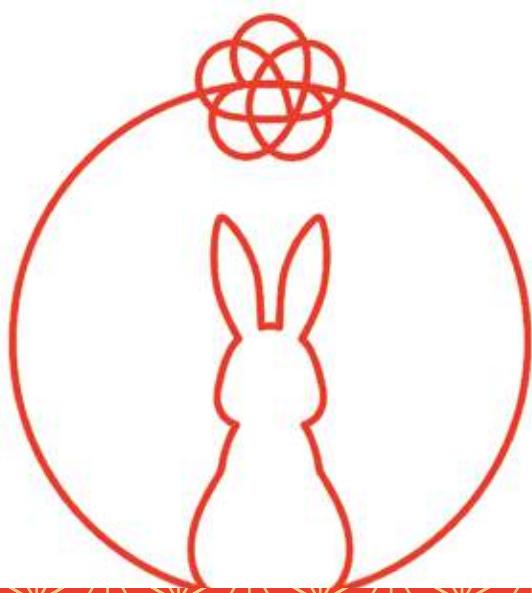
新居浜市健康政策課
保健センター
坂井 彩加

新年あけましておめでとうございます。
私の好きな言葉は「一期一会」です。どんな出会いもたった1度きりと思って、住民さんや地域の方々、職場の仲間達との出会いを大切に、今日という日は一生のうち一度しかないと思って、何事も誠意を持って取り組んでいきます。



福角病院
山田 希望

あけましておめでとうございます。
昨年、回復期リハビリ病棟の師長に就任しました。責任の重さを日々感じながら、スタッフや周囲の方々に支えられて看護管理者として奮闘中です。幅広い視野を広げた看護管理を行うことができるよう自己研鑽し、スタッフと共に地域に貢献できるように努めています。



北条病院
高橋 千鶴子

皆さん「OSCE」の経験がありますか？私は一度もないのですが、新人看護師の娘は毎月1回この試験を受けているようです。娘から意見や見解を聞かれることがあるのですが答えに窮するケースもあります。（新人看護師の娘から大いに刺激を受けています。）

私の今年の抱負は、先輩看護師として恥ずかしくないよう、臨床現場において総合的に判断できるように日々学んでいくことです。

エアロゾルと換気

新型コロナウイルス感染症は、流行当初より飛沫感染と接触感染の対策、および3密（密集、密接、密閉）回避と換気が重要とされていました。さらに感染症が拡大するなかで、エアロゾル感染が疑われる事例も明らかとなり、換気が感染対策のなかでも重要な位置づけとなっていました。



ツボ1 エアロゾル感染

エアロゾル感染は、空気中に漂うウイルスを含んだ微粒子によって感染する様式を指します。くしゃみや咳で飛散する飛沫（直径5μm以上）は、重力にひかれて1～2mで落下しますが、それより小さいエアロゾルは、たばこの煙のようにしばらく空気中を漂うことがわかっています。また、エアロゾルは、喀痰吸引や気管内挿管時だけではなく、くしゃみや咳、大きな発声によっても発生します。デイルームにおける集団での食事や病棟の多人床、閉鎖的な職員エリアなどにおいて感染者が発生したとき、お互いに会話がなく近距離でないにもかかわらず、感染が拡大してしまった事例はエアロゾル感染かもしれません。

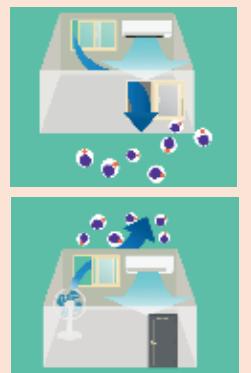


ツボ2 換気の実際

換気とは、室内の空気と外界の空気を入れ替えて、室内に新鮮な空気を取り入れることです。新型コロナウイルス感染症対策では、ウイルスを含むエアロゾルを除去・希釈する目的で行います。厚生労働省は、換気の悪い密閉空間を避けるための目安として、以下の方法を推奨しています。

【機械換気】

換気扇や外気処理空気調和機（外調機）等で常時の機械換気を行い、空間内の在室者一人あたり毎時30m³の換気量を確保することが必要とされています（30m³は一般家庭の8畳部屋と同程度）。例えば、定員が患者4名の多人床であれば、換気必要量は毎時120m³が必要となります。省エネルギーのために、夜間の換気を意図的に停止していた施設では、クラスターが発生したこともあるため、まずは自施設の換気能力や運用状況を確認しましょう。また、設備の経年劣化により、換気性能が設計当初より低下してしまうため、定期的なメンテナンス、換気口やフィルタの清掃も必要です。



【自然換気】

窓やドアを開放し、毎時2回以上の換気（30分に1回以上、数分間程度、窓を全開にする）が必要とされています。空気の流れを作り換気の効率をよくするためには以下に注意します。

①複数の窓がある場合、二方向の壁の窓（可能であれば対面の窓）を開放する。

②窓が一つしかない場合は、サーキュレータ等を用いて室内の空気を強制的に室外へ押し出す。

※窓開けによる換気は、療養環境（室温・湿度）に大きく影響を与えるため、特に夏季や冬季は温度計を設置して室温をモニタリングする必要があります。

ツボ3 換気の評価

換気の評価方法には、二酸化炭素濃度測定器（CO₂センサー）があります。市販でも手軽に購入できますが、精度が低いものやアルコール消毒に反応するものもあるため注意が必要です。

測定器は室内で空気の流れが悪く換気しにくい場所に設置し、人が在室している状態で測定します。室内の二酸化炭素濃度が概ね1,000ppm以下であれば、必要換気量が満たされていると判断します。反対に、二酸化炭素濃度が1,000ppmを超える場合は、在室人数に対して換気量が不足しているため、換気方法や収容人数、滞在時間の見直しなど改善策を講じる必要があります。二酸化炭素濃度が1,000ppmを超える窓開け換気ができない場合には、不足換気量を補う風量を有するHEPAフィルタ付の空気清浄機を使用することで換気の代用とすることもできます。ただし、空気清浄機による換気では二酸化炭素が除去されないため、効果は測定値に反映しません。大きな空間では、大型の空気清浄機1台より中型を複数台設置するほうが効率はよくなります。

（編集：東予感染管理サークル）



東予感染管理サークル (Toyo Infection Control Circle : TICC) は、地域の医療保健福祉施設における感染管理教育の支援を目的として、東予地域に在籍する有志の感染管理認定看護師によって感染対策セミナーを中心とした活動を行っています。（2013年発足）

2022年度 医療安全対策に関する交流会

医療安全委員会 片上 千草（愛媛県立今治病院）

医療安全対策に関する交流会は、各施設で取組まれている医療安全対策を共有し、組織的な取り組みの普及や促進、医療安全に携わる人達の交流を目的に、毎年開催しています。

今年は、11月26日(土)「身体拘束回避を目指して～せん妄の予防とケア～」をテーマに開催し、112名の参加がありました。シンポジウムでは、集中ケア認定看護師の中村夕紀氏より「ICUでの身体抑制解除に向けた取り組み」、認知症看護認定看護師の飯尾智子氏より「急性期病院における院内デイの実際」、薬剤師の濱田知子氏より「せん妄と薬」、看護師の参田文氏より「高齢者施設におけるせん妄予防とケア」について発表していただきました。参加者から多くの質問があり、活発に意見交換が行われ、人間としての尊厳を支えるケアについて考え、身体拘束をしない取り組みについて学びを深めました。また、アンケートでは、身体拘束回避のためにそばで見守る看護の重要性、せん妄予防のための薬剤や検査データのアセスメントの重要性について学ぶことができた等の感想が寄せられました。ご参加いただいた皆様に感謝申しあげます。

次年度も交流会を企画しますので、学びをケアに活かし、より安全な看護の提供に繋げていきましょう。



医療安全推進週間（11月20日～11月26日）事業の一貫として「医療安全標語」を募集しました。応募作品（283作品）の中から10作品を「医療安全推進賞」として選出し、交流会に先立ちまして、表彰並びに副賞授与式を行いました。10作品には、チーム力、危険予知、転倒予防、多職種連携、確認会話などのワードが盛り込まれ、各施設の医療安全推進に向けた意識の高さを感じられました。ぜひ、医療安全推進にご活用ください。

ご協力いただきました皆様に感謝申しあげます。

2022年度 医療安全推進賞 受賞標語一覧

市立八幡浜総合病院	市立八幡浜総合病院	宇和島徳洲会病院	愛媛大学医学部附属病院	松山市民病院	愛媛県立中央病院	住友別子病院	愛媛労災病院	西条中央病院	愛媛県立今治病院	声かけ・確認・話し合い チーム力で 事故防止
チームの気づきが誰かを守る 聞こう 話そう 考えよう！	焦る気持ちにブレークを 安全確認 忘れずに	安全は 一人ひとりが責任者 みんなで築こう安全職場	笑顔と声かけ マスク越しでも 伝わる安心	多職種で意見を出し合い守り合う 患者の笑顔と皆の安全	患者も含めたチーム医療、大切なのは情報共有、声に出して確認を	安全は 笑顔と 会話と チーム力	ヒヤリで良かつた この体験 次に活かそう危険予知	患者の言葉をよく聞いて、行動よく見て、転倒予防		

愛媛県ナースセンターからのお知らせ (看護師等無料職業紹介所)



♥こころのホットラインのご案内(要予約)♥

こころのホットラインは、愛媛県内の看護職のみなさまが、自分らしく生き生きと働くための支援として設けられた相談制度です。

職場のこと、復職のこと、退職のこと、家庭のこと等どんなことでも気軽にご相談ください。

産業カウンセラーが対応いたします。みなさまの秘密は守られますので、ご安心ください。ご相談は、無料です。

日 時：1/23(月) 13:00～16:00 2/8(水) 9:00～12:00 2/27(月) 13:00～16:00
3/8(水) 9:00～12:00 3/27(月) 13:00～16:00

相談時間：おひとり様約50分

場 所：愛媛県ナースセンター

申込方法：電話（愛媛県ナースセンター 089-924-0848）

※上記日程が合わない方は、電話相談（別日）も可能です。ナースセンターまでお問合せください。

ナースセンターカフェ(予約不要)

- 就職活動中の方
- 就業中だけど、今後の働き方に悩んでいる方
- ナースセンターがどんなところか気になっている方など、気軽にお越しください。

お子様連れも大歓迎♪

温かいお飲み物を用意してお待ちしております。

日時：2/21(火)、3/14(火) 10:00～15:00 (無料)

場所：看護研修センター1F 訪問看護研修室

『ミニ講座』も開催中(要予約)

「社会保険の基礎知識」 講師：社会保険労務士

2/21(火) 10:30～11:30 (無料)

復職に関する労働条件の見方、税金と社会保険の扶養の範囲について、扶養の範囲で働く場合と自身で保険加入した場合の長所と短所について解説します。

「元気で明るくナチュラルに!簡単メイクアップ講座」

講師：メイクアップセラピスト・キャリアコンサルタント

3/14(火) 10:30～11:30 (無料)

マスクでも明るく印象が良くなるメイクテクニックの紹介と実習です。施設見学・面接時はもちろんプライベートでも役立ちます。

令和4年度プラチナナース研修のご報告

定年退職前後の看護職（50歳以上）を対象にプラチナナース研修を実施しました。

日 時：8/4(木)・11/8(火) 13:00～16:00

内 容：社会保険の基本と年金制度

社会福祉施設での看護師の役割（座談会）

受講者：計46名

（50歳代31名、60歳代14名、不明1名）

就業状況：就業中36名、未就業10名

アンケート結果より、「年金の仕組みがよく理解できた」「定年後、再就職するまでの注意点がわかりやすかった」「座談会では意見交換ができてよかったです」「今後職場を選択する際のポイントがわかった」などの意見が多く、大変好評でした。

また、健康で働ける間は働き、社会貢献や社会とのつながりを大切にしたいと考える方が多くいました。

ナースセンターでは、プラチナナースの皆様がいきいきと、輝き続けられるように、色々な情報が提供できる研修会を企画していきたいと思います。



愛媛県ナースセンター(公益社団法人 愛媛県看護協会)

月～金曜日・第2土曜日 9:00～17:00

TEL : 089-924-0848

Mail : ehime@nurse-center.net



●さつま芋ドーナツ

材 料

8個分

A	さつま芋…200g 有塩バター…大1 牛乳…60cc 卵…1個 砂糖…50g	B	薄力粉…180g ベーキングパウダー…大1 塩…小1/4
---	--	---	------------------------------------

※1個当たり181kcal程度

作り方

- ①さつま芋は、レンジで温め(ラップをして少々水をかけて也可)皮をむきつぶす。
- ②Aを混ぜて①を入れる。
- ③Bをビニール袋に入れて振り②を合わせる。
- ④8等分に小分けしドーナツ型に形成し揚げる。

※さつま芋の皮は好みで一緒に混ぜることも可能です。また、さつま芋を潰してしまわず形がわかる程度に混ぜるとさつま芋の存在感があって良いかも。



●茶碗蒸しそぼろあんかけ

材 料

8人分

●卵…2個	●牛乳…2カップ	●塩…小1/2
●鶏ミンチ100g	●出し汁(コンソメ味) …1カップ	●ゆずの皮…少々
A	●しょうがみじん切り…大1(好みで加減する)	●片栗粉…少々
●薄口しょうゆ…小2	●みりん…小1	●酒…小2

※1個当たり84kcal程度

作り方

- ①卵と牛乳と塩を混ぜ、器に入れて蒸す。
- ②鍋に鶏ミンチとAを加え炒り付け、出し汁を加えて煮立たせ片栗粉でとろみを付け蒸し上がった茶碗蒸しの上にかけ、ゆずの皮を飾る。
- ※牛乳を使用しているため、カルシウムが豊富な1品です。



スマイルリレー



八幡浜保健所

写真左から、平松夕奈、河野紗季、中西晶子、友石穂乃花、武井保菜実

Q.看護(業務)する上で大切にしていること

河野紗季

対象者や関係機関との信頼関係を築くために、一つ一つ誠実に対応することを大切にしています。

武井保菜実

柔軟な思考を持ち、「生活の視点」を大切にした関わりを持てるよう心がけています。

友石穂乃花

地域や関係機関の方々とのつながりを大切にして日々の業務に取り組んでいます。

中西晶子

日々1つ1つの関わりを大切にし、対象者に安心してもらえるような対応を心がけています。

平松夕奈

相談対応のための豊富な基礎知識を持っておけるよう、日々情報収集に努めています。

推薦者のひとこと

入院時から新型コロナウイルス感染症の対応に奮闘しながらも、穏やかな笑顔でいてくれる頼もしい5人です。

JCHO 宇和島病院



一般急性期病棟
高 橋 晶 菜

①選ばれての感想

選んでいただき光栄に思います。
今後も患者様が安心して入院生活を送れるように、日々笑顔で対応していきます。

②看護をする上で大切にしていることは?

患者様の生活背景を考え、退院に向けて患者様や家族の希望を確認しながら看護しています。
自分の笑顔で職場の雰囲気も良くなるように心がけています。

③あなたのストレス解消方法

美味しいご飯を食べることが大好きです。コロナ禍で歓迎会や送別会ができず少し寂しいですが、落ち着いたら病棟の皆でご飯を食べに行きたいです。

④推薦者のひとこと

いつも元気で、優しい笑顔で患者さんに接する姿をみて、私たちも元気と癒しをもらっています。
これからもその素敵な笑顔で病院を盛り上げてください。

おすすめ
簡単レシピ

お知らせ

3年振りの対面開催 !!

(公社) 愛媛県看護協会主催

看護職合同就職説明会

◆開催日時・会場◆

令和5年4月15日(土) 13:30~16:00(予定)

松山市総合コミュニティセンター 企画展示ホール

★昨年に引き続き特設サイトも開設 !

★詳細に関するお問い合わせは愛媛県ナースセンターまで

(TEL) 089-924-0848 看護職合同就職説明会担当者



放送大学

令和5年4月
入学生募集中

(令和5年3月14日まで)

- 学士(教養)、学士(看護学)取得を目指しませんか!
- 准看護師の皆さん、放送大学を活用して看護師国家試験の受験資格を取得しませんか!
- 患者や家族の気持ちをより深く理解するために、また、スタッフケアのために放送大学で心理学を学んでみませんか?

詳細はインターネットで [放送大学](#) 検索

(インターネットで資料請求も出願もできます)

- お問合せ先
〒790-0826
松山市文京町3番(愛媛大学内)
放送大学愛媛学習センター
TEL 089-923-8544
FAX 089-923-8479
E-mail ehime-sc@ouj.ac.jp



令和4年度災害支援ナース登録状況

74 施設 303 名(12月1日現在)

(継続253名、新規12名、再登録1名、中止37名)

理事会報告

令和4年度第6回(令和4年11月17日)

協議事項

- 令和5年度委員会「事業計画書」「予算内訳書」「研修企画書」について
- 令和5年度教育委員会企画の教育研修企画(案)について
- 令和5年度新人看護職員研修(案)について
- 令和5年度看護職合同就職説明会について
- 愛媛県地区理事の推薦について
- 令和5年度愛媛県看護協会および日本看護協会名誉会員候補者の推薦について
- 令和5年度日本看護協会長表彰の推薦について

令和4年度会員数(令和4年12月25日現在)

保健師	350名	准看護師	294名
助産師	233名	計	10,243名
看護師	9,366名		



編集後記

新年あけましておめでとうございます。

まだまだ、新型コロナウイルス感染の終息の兆しが見えず、通常の日常生活に戻れない日々が続いている。広報委員として、現場で活躍されている皆様に役立つ情報や、少しでも明るく楽しくなるような記事をお届けしたいと思います。

これからも皆様のご協力を頂きながら頑張っていきます。今年も宜しくお願い致します。

(広報委員 O)

広報用写真募集

愛媛県看護協会広報委員会では、季節を感じられる愛媛県内の風景等募集しています。

表紙・裏表紙に採用された方には500円のクオカードをプレゼントします。

詳しくは、愛媛県看護協会ホームページをご覧ください。



写真提供: E・M