

# CN ニュースレター

令和3年 第4号

発行元: 菊川市立総合病院

看護部: 認定看護師会

発行日: 令和3年5月21日

認定看護師会では、当院の職員が地域の医療・介護に携わる皆様と共に学び  
支え合うことを目的とした活動に取り組んでいます。

5月11日に開催した「手洗いと環境整備はコロナ禍だから必要なの？」の  
研修会の様子をお知らせします。



© 菊川市

初めての試みで、地域から参加して頂けるか不安でしたが、6名  
(相談員・看護師・ケアマネ)の方にご参加頂き安堵しました。

コロナ禍ではWeb研修会が多くなっています。Webの良いところは  
沢山ありますが、今回は対面でコミュニケーションを図ること  
で、参加者より「久しぶりに話し合うことができ、やっぱり交流で  
きることはいいなと思いました」「対面できる研修会はありがたい」  
などのお言葉を頂くことができました。

テーブルの拭き方では寸劇を通して「なぜそうするのか？」を視覚  
で確認しながら意見交換を行いました。

担当 感染管理 長谷川



© 菊川市

2回目は6月8日に開催します。

ご参加して頂ける方は、お近くの認定看護師  
にお声かけ下さい。ぜひ名演技あられる  
認定看護師に会いに来て下さい。

## 緩和ケア “そもそもスピリチュアルペインってなんですか？”

スピリチュアルって…なんだか怪しい。 そんなふうに、思っていないですか？

実は、わたしもそうでした。

『そもそもスピリチュアルペインってなに？』

これって、わたしが最初に思った疑問なんです。

何となくわかっているつもりだけど、よくわからない。

だから、患者さんの言葉にどうしていいのかわからない。

そんなあなたは、この研修でスピリットが研ぎ澄まされるかも。

う～ん やっぱり怪しい…(〜)?

担当: 村山



© 菊川市

日頃より認定看護師の活動に、ご理解・ご協力ありがとうございます。

今後も、看護師皆様の身近で活動しながら、役立つ情報を発信していきたいと思っています。

認定看護師 一同

作成: 感染管理認定看護師 長谷川尚美

# CN ニュースレター

令和3年 第5号

発行元: 菊川市立総合病院

看護部: 認定看護師会

発行日: 令和3年7月21日

認定看護師会では、当院の職員が地域の医療・介護に携わる皆様と共に  
学び支え合うことを目的とした活動に取り組んでいます。

今回は、7月13日に開催した研修会の様子をお知らせします。



© 菊川市

## 7月は緩和ケア

### 「スピリチュアルペイン」について学びました。

「そもそもスピリチュアルペインってなんですか？」と題し、トータルペイン（全人的苦痛）の1つであるスピリチュアルについて、参加くださったケアマネジャーさんや訪問看護師さん、介護士さんと一緒に考えることができました。

スピリチュアリティは、“わたし”の存在に大きな影響を与える大切な土台。自分のスピリチュアリティに向き合うきっかけが、この研修でみつかった方もいたようです。続編のご希望も聞かれ、皆さんの関心の高さに私の気持ちも引き締められました。

ワークでは新たな自分を発見。笑いあり涙ありのフリートークで盛り上がりました。

担当 緩和ケア 村山



死ぬということ

～死の疑似体験～



体験中…

8月10日に2回目を開催します。

7月と同じ内容ですので、  
興味を持たれた方は、是非ご参加ください。  
お近くの認定看護師にお声がけくだされば、  
当日参加も歓迎です(\*^~^\*)



© 菊川市

次回は、がん化学療法看護分野 です

テーマ：「当院の抗がん剤治療の現状」

抗がん剤のイメージってなんとなく悪いですね。できれば受けたくなかったり、怖かったり…最近治療薬も増えて、カタカナだらけで覚えるのも大変です。ケモ室が新しくなった2017年からの当院の実績をみながら、がん治療を理解するきっかけづくりになればと思っています。

担当：岡本

日頃より認定看護師の活動に、ご理解・ご協力ありがとうございます。

今後も、看護師皆様の身近で活動しながら、役立つ情報を発信していきたいと思っています。

認定看護師 一同

作成：緩和ケア認定看護師 村山陽子

# CN ニュースレター

令和3年 第6号

発行元: 菊川市立総合病院

看護部: 認定看護師会

発行日: 令和3年9月28日

認定看護師会では、当院の職員が地域の医療・介護に携わる皆様と共に学び支え合うことを目的とした活動に取り組んでいます。  
9月14日に開催した研修会 テーマ: 「当院の抗がん剤治療の現状」の様子をお知らせします。



© 菊川市

## 9月・10月は、「がん化学療法看護分野」についてです

『抗がん剤のイメージ』=毒ガス?!

『がん細胞』=ずっと増え続ける?!

一般的ながんの統計と当院の化学療法実施件数や癌腫・年齢層、stage別の件数などから、現状をお伝えする内容となりました。

後半は、ケモ室に展示してあるウィッグを実際に手にとって触れたり、値段の違いによる特徴を見て頂きました。

地域の方との交流は、研修の感想だけではなく、クリニックや在宅での患者との関わりを聞く貴重な機会となりました。

院内職員の方も是非交流を深めてみませんか?



担当: がん化学療法看護認定看護師: 岡本

～ウィッグの説明～

男性用・女性用・白髪交じり  
毛付き帽子・帽子など



～交流会の様子～

9月は5名の参加でした  
10月も同じ内容で開催します  
気になる方は、近くの認定看護師までお声がけ下さい。



## 皮膚・排泄ケア「しあわせうんちっ生活」

毎日、みんな、ものを食べます。食べない日はありません。  
食べたものがからだの中で消化されて、うんこになって出てくるのに、  
だいたい24～72時間ぐらいかかるといわれています。  
うんこがうまく出せないと生活のリズムもくるとしてしまい、  
さらにうんこが出ないという悪循環に陥ります。

「食べる・寝る・出す」

この3つが整い、しあわせに生活できるよう考えてみましょう。

担当: 横山



© 菊川市

日頃より認定看護師の活動に、ご理解・ご協力ありがとうございます。  
今後も、看護師皆様の身近で活動しながら、役立つ情報を発信していきたいと思っています。  
認定看護師 一同  
作成: がん化学療法看護認定看護師 岡本知子

# CN ニュースレター

令和3年 第7号

発行元: 菊川市立総合病院

看護部: 認定看護師会

発行日: 令和3年 11月 26日

認定看護師会では、当院の職員が地域の医療・介護に携わる皆様と共に学び支え合うことを目的とした活動に取り組んでいます。

今回は、11月9日に開催した研修会の様子をお知らせします。



©菊川市

## 11月は皮膚・排泄ケア 「排便コントロール」について学びました。

食べて出すことは、私たちが生きていくうえで欠かせない営みです。すっきりと排便をして、毎日気持ちよく過ごせるように、出しやすくするためのポイント「食事」「運動」「マッサージ」「排便ポーズ」をお伝えしました。

フリートークでは「自分自身が便秘」「子供が便秘で困った」という声も多く聞かれ、それぞれが実践している対策や便利グッズを教えあい、明日からの「しあわせうんちっち生活」につなげることもできました。

担当 皮膚・排泄ケア認定看護師 横山



理想的な排便は  
スケール 3.4.5の普通便が  
バナナ1本以上出ること！

### プリストル便形状スケール

硬便	1		コロコロ便
	2		硬い便
正常便	3		やや硬い便
	4		普通便
	5		やや軟らかい便
水様便	6		泥状便
	7		水様便

### <排便に適した姿勢のポイント>



12月14日に2回目を開催します。  
11月と同じ内容ですので、興味を持たれた方は、是非ご参加ください。  
お近くの認定看護師にお声がけくだされば、当日参加も歓迎です！



©菊川市

## 認知症看護 「認知症者が体験している世界」

「認知症」って・・・大変、困るなどマイナスなイメージがあるかと思います。  
しかし、認知症を患っている方は増え続け、認知症の方と関わる機会は多くなっています。  
私たちが認知症の方と関わる時に不安に思うように、認知症の方も不安や混乱があります。  
しかも認知症の方は常に不安と混乱の中にいます。  
認知症の方がどのような世界を体験し生活をしているのかを知り、  
認知症の方に寄り添えるヒントが見つかるといいなあ・・・と思っています。 担当：高畑

日頃より認定看護師の活動に、ご理解・ご協力ありがとうございます。  
今後も、看護師皆様の身近で活動しながら、役立つ情報を発信していきたいと思っています。  
認定看護師 一同  
作成：皮膚・排泄ケア認定看護師 横山明子

# CN ニュースレター

令和3年 第8号

発行元: 菊川市立総合病院

看護部: 認定看護師会

発行日: 令和4年1月27日

認定看護師会では、当院の職員が地域の医療・介護に携わる皆様と共に  
学び支え合うことを目的とした活動に取り組んでいます。

今回は、1月11日に開催した研修会の様子をお知らせします。



©菊川市

1月は「認知症者が体験している世界」について学びました。  
認知症の方が体験している世界を知るとはとても難しいことです。  
今回は、主にDVD視聴で認知症の方が感じている世界を観ていただき  
ました。認知症の方が不安や混乱の中で恐怖を感じている場面か  
ら、普段関わっている認知症の方の気持ちや行動の意味を参加者と一  
緒に考えることができました。

担当 認知症看護 高畑



記憶障害があり、すぐに忘れてしまっても、  
感情記憶は残ります。  
心地がいい、良い記憶を残してあげたいですね。

2月8日に2回目を開催します。  
1月と同じ内容ですので、  
興味を持たれた方は、是非ご参加ください。  
お待ちしております！

日頃より認定看護師の活動に、ご理解・ご協力ありがとうございます。  
今後も、看護師皆様の身近で活動しながら、役立つ情報を発信していきたいと思っています。  
認定看護師 一同  
作成：認知症看護認定看護師 高畑さえ子

令和3年度 第9号

発行元: 菊川市立総合病院

看護部: 認定看護師

発行日: 令和4年3月18日

# CN ニュースレター

認定看護師会では、当院の職員が地域の医療・介護に携わる皆様と共に学び支え合うことを目的とした活動に取り組みました。開催した研修会の振り返りを報告します。



## 感染管理

私は、地域の皆様と学ぶ会で地域の介護および看護職の皆様とグループワークをすることで「自分のおごり」に気がつきました。「看護師として経験を重ね、退院後の生活状況も考えられる。」と思っていましたが、地域で奮闘する方々の話を伺い、自分が井の中の蛙だと思い知りました。地域で活躍する方々からたくさん刺激を受けた一年でした。地域のスペシャリストの方々との出会いに感謝です。

## 緩和ケア

今年度は地域の方からリクエストが多かった『スピリチュアルペイン・スピリチュアルケア』を、体験ワークを取り入れて行いました。続編の希望も聞かれ、嬉しく思います。また『リンパ浮腫』も関心が高い項目でしたので、ドレナージの実践も交えながら体感型ワークを考えてみたいと思っています。地域・病院のスタッフが一緒になって、地域住民を支え合えるってステキなことですね。ぜひ、皆さんご参加ください。

## がん化学療法看護

今回の地域との交流会で参加者の経験を通して学んだことは、患者様が病院にいる期間は「ごく一部」あり、自宅や施設に戻られてからさまざまな支援を受けていることです。地域の皆様が関心を持って聞きに来てくれたことに感謝しています。「2人が1人がんになる」と言われている時代なので、皆さんの知りたいに答えられるように頑張ります。今後は院内職員の参加を増やし、盛り上がっていったら嬉しいです。

## 皮膚・排泄ケア

「しあわせうんち生活」と題して、食べた物が便として排泄されるまでを講義しました。意見交換の場では「子どもから高齢者まで多くの方が排便のことで悩んでいるけれど、語り合う場はなかった」と参加者の体験談でとても盛り上がりました。「排便体操を実践したい」との声もあるので、第二弾はみんなで体を動かして体験し、すぐに現場で活用できるようにと考えています。ぜひ院内の方も語り合しましょう。

## 認知症看護

今回、認知症の方が体験している場面をDVD視聴し、「認知症の方の目線を初めてで体験できて良かった」「認知症の方が感じていることがわかって良かった」などの意見をいただきました。また、交流会では地域での認知症の方の情報を得ることができました。当院の院内デイケアが地域でも認知されていることに驚き、嬉しく思いました。地域と病院スタッフが一緒に学び、意見交換ができる機会を大切にしていきたいです。

1年間、ありがとうございました！！

