



Try! up!



Vol. 3 [2010年9月15日発行]



1年生必読！新カリキュラム解説

◆カリキュラム改正の主旨

わが国の看護をめぐる環境は、急速な少子高齢化の進展、医療技術の進歩等大きく変化しており、看護職員にはより患者の視点に立った質の高い看護の提供が求められています。

一方で、看護業務の複雑・多様化、国民の医療安全に関する意識の向上等の中で、学生の看護技術の実習の範囲や機会が制限される傾向にあります。看護を取り巻く環境の変化に伴い、より重要性が増していると考えられる教育内容の充実を図り、学生の看護実践能力を強化するため、看護基礎教育のカリキュラム改正がなされました。

◆改正の概要(ポイント)

Point

- ① 全ての看護実践の基盤となる内容を強調して教授できるように、基礎看護学を教育内容とする『専門分野Ⅰ』、対象の発達段階に応じた看護の実践を学ぶ『専門分野Ⅱ』、さらに基礎分野、専門基礎分野、専門分野Ⅰ及びⅡで学習したことを、臨床実践に近い形で学習し、知識・技術を統合させるため、『統合分野』が設定された。
- ② 基礎分野の内容が「人間と人間生活の理解」から「人間と生活、社会の理解」に、専門基礎分野の内容が「社会保障制度と生活者の健康」から「健康支援と社会保障制度」に改めた。
- ③ 新たに設けた『専門分野Ⅰ』は「基礎看護学」を、『専門分野Ⅱ』は「成人、老年、小児、母性、精神看護学」を、『統合分野』は「在宅看護論、看護の統合と実践」を学ぶとした。
統合分野・統合科目は、基礎・専門科目で履修した内容を臨床で活用するため、チーム医療、看護管理、医療安全等を学ぶ内容とした。
- ④ 「看護の統合と実践」を含めたため、履修総単位数は62単位から65単位とした。

私たちがバックアップします! 医療の現場から

第2回 木町病院

現在10人を超える職員が本校に在籍している木町病院。

忙しい日常業務の中で、どのような視点や手法で

職員の「学習」をバックアップし、

どのような思いで職員を送り出したのか、

2人の看護部長にお話を伺った。



久富 恵子
病棟・透析室看護部長



新田 篤子
外来・手術室看護部長

この病院から10人を超える職員が本校に通っていますが、何かきっかけがあったのでしょうか？

久富看護部長

2008年に私どもの医療法人宏人会に、東北福祉看護学校から開校の案内がありました。それで、法人の方から「該当者への声掛けを」と指示があり、本院を含め関連のクリニックなどにも情報が流れました。その結果、その年は本院からは3名が入学を希望したのです。

医療法人宏人会には残念ながら奨学金のような制度はありませんので、休みやその他の部分でバックアップをしていこうとスタッフにも話をして、病院全体で協力する意識づくりをしました。

新田看護部長

これまで「通信制」の学校が近隣にはなかったので、働き続けながら学べる学校ができたことは、進学のために退職する必要がないので、職員にとっても病院にとっても嬉しいことでした。

実際に学校に通うようになって、職員に変化はありましたか？

新田看護部長

もちろん、家庭もあって仕事もあってそして勉強も…ということで疲れたりしているのでしょうかけれども、現場ではいきいきとしています。勉強をしているせいか、向上心もでてきたように感じますね。

久富看護部長

日々の様子の中で、自分の財産を作るためにがんばっている熱意が伝わってきます。ただ、「学生」の立場に甘えてはいけません。仕事をする上でプロ意識を忘れず、仕事と勉強のバランスを上手にとっていってほしいと思っています。

東北福祉看護学校に通う職員に期待することは？

久富看護部長

この春、東北福祉看護学校を卒業して看護師国家試験にも合格した先輩たちは、皆さん昇格したりステップアップしています。これは、病院側がその努力や実績を認めたことによるものです。その誇らしい姿に、近い将来の自分を重ねてがんばってほしいですね。

新田看護部長

人工透析を担当することは専門技術を身につける必要があります。東北福祉看護学校に通っている職員は長いキャリアを積んで、技術的にはベテランです。ここに「看護師」という資格がプラスされれば、それは自分の自信につながります。これから続く後輩のためにも、いい手本となるように努力を続けていってほしいと思います。



実践経験を
強みにして

高橋まゆみさん（40代）



先輩がいる
絶好の環境

松岡愛さん（30代）

勤続年数を重ねて、いろいろな場面で新人を指導する立場が増えてきました。また、患者さんから、さまざまな質問を受けることもあります。そんなとき、自分の知識に限界を感じ、焦りに似た思いを募らせて日々を過ごしていました。「もっと知識を増やして自信を持ちたい」という気持ちから入学を決断したのです。幸い木町病院には東北福祉看護学校の先輩方が多くいます。先輩方からアドバイスをもらったり勉強を教えてもらったりしているので、絶好の環境と言えますね。まだ子どもも小さく、仕事と勉強の両立は大変ですが、先輩方の経験談を聞きながら、いいところを吸収してがんばっていきたいと思います。



医療法人宏人会
木町病院
宮城県仙台市青葉区木町通1-7-13

1978年3月、外来血液透析施設として設立される。
その後、入院施設や透析室の拡張を重ね、今では地域の透析施設としてなくてはならない存在となっている。
100名を超えるスタッフが、年々増加の一途を辿る透析患者のケアに当たる。
更生医療指定・生活保護法指定・結核予防法指定・被爆者一般疾病指定・透析医療認定施設認定医（日本透析医学会）

貴重な時間を実りあるものに…

実習先のホンキ ②

2 年間の学びの中でも重要な位置を占める「見学実習」。限られた時間の中で、どれだけ多くのことを吸収できるか、そして日々の学習にどう結びつけていくかが問われるカリキュラムである。ここでは、学生に充実した学びを与えてくださった「公立置賜総合病院」の実習受け入れに対する体制や考え方を紹介したい。

准 看護師の見学実習受け入れは初めてだったという置賜総合病院。これまで地元にある看護学校の若い学生の実習受け入れが主だったため、経験豊かな学生の受け入れには指導する側も通常とは違った意識で受け入れたのではないだろうか。「こちらもとまどいがあったことは事実です。でも、技術的なことは十分に分かっている東北福祉看護学校の学生さんに対しては、『なぜ、それをしなければならないのか』といった、アセスメントの部分を大事にして指導に当りました」と振り返る実習指導委員会委員長の鈴木由美子看護師長。看護師に求められる「根拠」をしっかり学ぶ場として、見学実習は重要な機会だと改めて実感する言葉である。



し かし、多くの病院がそうであるように、置賜総合病院も人員的に余裕がなく専任の指導者を置けない状況にある。それでも実習を受け入れることを、多田美智子副院長兼看護部長は「実習生を受け入れることは、大切なかかわりです。県が開催する実習指導者講習会にスタッフを送り込んだり、病院内で勉強会などを開催しているので、スタッフそれぞれが指導に対する考え方や人を育てる意識が高くなっています」と語る。こうした病院の考え方が反映されて、充実した実習へつながっているようだ。

「学 生の『がんばる姿勢』が私たちにも伝わって、応援する気持ちになっていくのです。だから『2日しかない実習を、大事な2日にしたい』と、指導者側も力が入るのです」と鈴木師長。多田看護部長からは「専門職として知識を増やすことは、いずれ患者さんに返っていくことです。年齢的にはベテランの皆さんのが一生懸命目標に向かう姿は、現場の私たち同じ看護職の者にとっても励みになります。がんばる皆さんのお役に立てるよう、実習受け入れという立場で応援していきたいと思います」という、学生の熱意が実習受け入れ側の気持ちを動かす言葉をいただいた。



(左) 多田美智子 副院長兼看護部長
(右) 鈴木由美子 看護師長・実習指導委員会委員長

～公立置賜総合病院～

自分の目指す
「看護師像」が
明確になりました。



大石聰子さん
(山形県・40代・病院勤務)

私の住む山形市から車で1時間ほどの場所にある、公立置賜総合病院。4領域8日間の見学実習を受け入れていただきます。つい先日、成人看護学と老年看護学の見学実習が終わったばかりですが、とても充実した4日間でした。

日ごろの学びの中で、私はこれまでの自分の看護を振り返り、自分がすべきケアや看護を実施してきていたけれども、それが「なぜ必要なのか」ということを、上手に言葉で説明できないことに気づいていました。そこでこの見学実習の機会に、指導者の方にその思いを伝えたり、指導者の方は私の思いを受け入れ質問しやすい雰囲気を作ってくださいました。そして、実習のなかで一つひとつ丁寧に教えていただいたのです。

また、成人看護学では2日間の実習にもかかわらず、がんで入院している患者さんを受け持たせてくださったことにも驚きました。それはきっと、指導者の方と患者さんがしっかりとコミュニケーションがとれていて、信頼関係が築けている証拠だと思います。患者さんからも、自身と奥様のお話や、「こういう看護師になってほしい」という期待なども聞かせていただき、内容の濃い感動の実習となりました。

医療の現場は、日々進化していきます。新しく変化していくことに対応しながら、それでも「心がよう信頼と安心の病院」という置賜総合病院の理念を大切にする、その姿勢が実習の中でも強く感じられました。実習先は学校からの指定で決定しましたが、この病院が実習先で本当に良かったと感謝しています。

残りの実習が終了すると、あとは国家試験に向けての毎日が始まります。この実習を通して、今まで以上に「自分が目指す看護師像」が明確になりました。一緒に夢を追う仲間たちと、励ましあいながらがんばっていきたいと思います。



置賜広域病院組合
公立置賜総合病院
山形県東置賜郡川西町大字西大塚2000番地

置賜地域の高度医療を担う拠点病院として平成12年11月に開院。
置賜地区2市2町(長井市・南陽市・川西町・飯豊町)と県を構成団体とする広域病院組合が設立。
2市2町にはそれぞれサテライト医療施設があり、主に初期医療と慢性期医療を担っている。これらは相互に連携を図り、地域に密着した良質で適切な医療を提供している。

着実に、確実にステップアップ！

国家試験対策担当 倉林恵子先生

やるしかない！

さあ、皆さん、第100回看護師国家試験まで半年を切りました。

順調に基礎固めができている方と、思うように進まず焦っている方もいるかもしれませんね。ですが、もうやるしかないのです。何もしないでいると、不安が大きくなります。毎日必ず、少しでも学習しましょう。

裏づけを確実に

皆さん、夏休みも返上で実習や面接授業に取り組みました。せっかくの取り組みを自己の実習・授業と思わないで、学習した知識は臨床でのアセスメントにフル活用してください。また、面接授業の時には臨床での実際の看護の裏づけを確実にしてください。

必修問題を丁寧に学習

国家試験対策として、7月に必修問題の第1回送付をしましたが、絶対基準の80%を得点できましたか？10月には必修問題の第2回送付をしますので100%を目指してください。そして、解答後には全部の解説を丁寧に読んでください。その設問についてだけではなく、周辺の知識の確認や設問・選択肢の中の用語についても教科書

などで調べるようにしましょう。教科書の図や表などがわかりやすいことが多いです。『必修問題対策集』を皆さんお手持ちだと思いますので、せっかくですので隅から隅まで嘗（な）めるように何回も読んで学習しましょう。



必修問題は基本的な重要事項が出題されますので、しっかり学習すれば、出題の形式が変わっても対応できるようになります。

8月末に実施した当校の国家試験対策講座には多数の方が参加されました。勉強の合間に、皆さん談笑し合ってエネルギーを補給していました。そんなひと時も必要ですね。

模擬試験をトレーニングに

業者の第1回の模擬試験の受験率は約90%でした。模擬試験を受験して自分の実力や弱点を客観的に知り、受験の回を重ねるごとに得点がアップすることを目指しましょう。データが返却されれば、自分の苦手なところやあいまいなところがはっきりしますので、学習の力の入れどころがわかります。11月6日および1月の模擬試験は在宅受験ではなく会場での受験になりますので、臨場感のある中で制限時間内に解答するトレーニングになります。

受験準備の手続きの時期にもなってきましたので、必要なことを漏らさないように、各自の計画を万全に、スケジュール管理をきちんとしてましょう。

1年生の皆さんへ

1年生の皆さんも、せっかく仲間になった同士ですので、お互いに聞きあったり、また、わからないことをそのままにしないで教員や実習指導者に質問をすると学習が進みやすくなります。



勉強に疲れたら…
ココロもカラダもほっこり一息
Health net

夏の疲れが出てくる“秋バテ”にご注意！

今年は日本全国、記録的な猛暑となりました。
いろいろ気遣ってはみたものの、知らず知らずのうちに疲れがたまっているなんてことも…。
夏の疲れがどっと出てくる“秋バテ”的症状に悩む人も多いようです。

“秋バテ”的原因は…

- ▶ 夏の間、長時間冷房に当たっていたことによる、屋内と屋外の温度差から自律神経の乱れ
- ▶ 睡眠不足による体力低下
- ▶ 夏の生活習慣が抜けきらず、薄着で過ごしたり、冷たい飲み物や食べ物を摂ることによる体調不良

“秋バテ”撃退法はこれだ！

◆ 体を温める食事

暑さで消耗した体力を取り戻し弱った胃腸の働きを整えるためにも、冷たいものは控えて、規則正しく1日3食、バランスがよく温かい食事をしっかりと食べましょう。

◆ 衣服や入浴で身体そのものを温める

秋になると、日中は暑くても、朝晩は気温が下がります。夏の延長で薄着でいるのではなく、温かい服装を心がけましょう。また、ぬるめのお風呂にゆっくり浸かることが、体力や胃腸の回復につながります。

◆ 睡眠でゆっくり休養

初秋は季節の変わり目で自律神経も乱れやすく、よく眠れない、寝つきが悪いという人が増えてきます。軽い運動や散歩をして適度に身体を疲労させたり、ゆっくり入浴して精神の緊張を和らげることが、心地よい眠りを誘うきっかけになります。

夏バテしている体に初秋の不安定な気候が重なると、体調不良を起こし体の疲れが一気に出てきてしまいます。そのまま秋を過ごしていると「慢性疲労」になってしまう恐れも。ここでしっかりと体をリセットして、冬に向かって体調を整えましょう！



これが “秋バテ”的症状

- 全身倦怠感 □ 食欲不振
- 消化不良 □ 頭痛
- 眠気が抜けない …など



仙台のイトコロをご紹介
面接授業にプラスワンの楽しみ

仙台フォーカス



仙台の新名所
「トラストシティ仙台」

今年の8月1日にオープンしたばかりの「トラストシティ仙台」。東北随一の高さを誇る「仙台トラストタワー」は、なんと地上約180m（地上37階・地下2階）。商業施設・ホテル・オフィス・レジデンスで構成され、新たな仙台のランドマークとして仙台市中心部にはるか高く聳え立っています。特に商業スペースには仙台駅・東北駅となるショッピングセンター・カフェ・レストランが軒を並べ、連日オフィス街の人にはもちろん、観光客で賑わっています。東北初の外資系高級ホテル・『ウエスティンホテル』最上階のレストランは、ランチも充実しているので高層階からの眺望に包まれながら、日ごろがんばっている自分のご褒美に訪れてみるのもいいかもしれません。



仙台トラストシティ

仙台市青葉区一番町1-9 (J R 仙台駅西口より徒歩約9分)
<http://www.trustcity-s.com/>

Pick Up Voice 学生インタビュー.....



日々を大切に過ごし、夢を叶えたい

2010年入学

佐藤ひろ子さん（栃木県・50代・施設勤務）

チャンス到来！

20代のころから、「看護師になりたい」という夢を持っていました。しかし、当時の職場はスタッフの人数も少なく、なかなか資格取得の勉強のために休めるような状況ではありませんでした。また、自分の結婚や出産などもあり、そのまま30年という年月が過ぎていってしまいました。

しかしチャンスはやってくるものです。数年前から現在の職場である重症心身障害児施設で勤務していますが、この施設に届いた本校の入学案内をみた上司が「一歩進んでみませんか」と、私の背中を押してくれたのです。実は私はそれまで、通信制で看護師国家試験の受験資格を得る制度を知りませんでした。でも、直感的に「ここしかない！」と思ったのです。

自分の変化を実感

入学して4ヶ月。自分自身で、自分の「変化」を感じています。例えば、勤務中に施設の見学や研修にきた人への対応。説明をしたり質問に答えたりする時に、以前よりもずっと自然に、自信をもって話すことができるようになりました。「勉強をしている」という事実が、私に自信を与えてくれているようです。「自分が変わっている」と実感する瞬間です。

それでも、まだまだ道半ば。課題提出に間に合うように計画を立てて勉強を進めていますが、やはり自宅だと家のことが気になってなかなか集中できません。また、仕事を終えて帰宅してからの勉強は、疲れや眠気との戦いでです。そこで私は、曜日を決めて放送大学の学習センターへ勤務する施設の系列大学の図書館で勉強するようにしています。環境を変え、気持ちを切り替えて勉強に取り組むことで、進度も変わってくるように思います。

仲間とともに夢を叶えたい

また、通信制といつても自主学習だけではなく、面接授業があるのも刺激の一つですね。同じ目標を持つ仲間たちと席を並べると一体感が生まれ、すぐに友達になってしまいます。そして、小まめに連絡を取り合い、試験や課題提出のことを相談したりしてお互いにとって心強い関係となっています。

私は家族や職場の理解と協力を得て、いまこの貴重な時間を過ごしています。日々はあっという間に過ぎていきますが、一日一日を大切にしていきたいですね。そして、自分が目標とする「人間性を深めて、ナイチングールのように全ての人に平等に関われる」看護師を目指したいと思います。



何でも質問箱

勉強の進め方や国試対策のコツ

Question

入学して1年目は、本校と放送大学の単位履修科目が並行しており、大変複雑です。忘れず、間違わずに履修するためにはどうしたらいいですか？

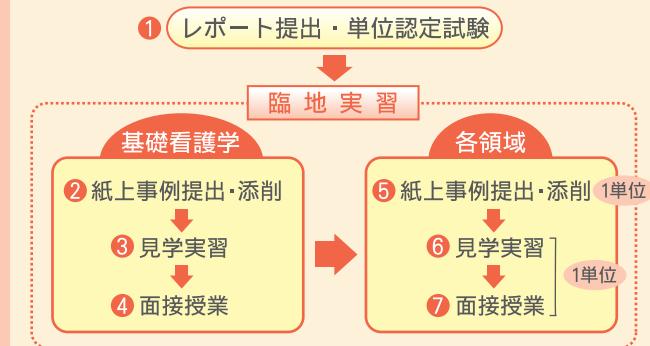
Answer

■ 質問の通り、本校と放送大学の科目履修は並行していますので、卒業要件の65単位取得のためには、以下のことに留意して学習を進めてください。

- 学習モデルに照らした自分の履修スケジュールが必要です。スケジュール表には、毎月の月日とスケジュール(手続きも含めて)を書き込み、確認を欠かさない。
- 学習時間を確保し、シラバスで内容を確認後、テキストや放送大学教材に必ず目を通すこと。そして、学習を積み重ね、全力で単位認定試験に臨むことです。

■ 本校の専門科目の履修には順序性があります。この順序を守って学習を進めることができ、科目履修の近道となります。

専門科目履修の基本的な流れ



学校からの お知らせ掲示板

● 第100回看護師国家試験の施行日が決定しました

厚生労働省医政局からの8月2日付文書によると、試験日は
平成23年2月20日(日)

と決定しました。今後は卒業要件である履修科目的単位修得と国家試験受験対策に向けて、さらに学習時間確保と学習内容充実が重要な時期となります。併せて、学校から指示された受験手続について、間違いなく進めるようにしてください。

● 本校提携宿泊施設のご案内

面接授業・見学実習・単位認定試験など、本校(仙台)への通学の利便性向上のため、下記ホテルと提携しました。本校在学中は、通学以外の目的でも提携料金適用となります。是非、ご活用ください。

コンフォートホテル仙台東口

(JR仙台駅東口から徒歩約6分)

【予約先】Tel 022-792-8711

東北福祉看護学校提携特別料金(1名あたり)

4,800円(税込)【シングル1名1室/1泊】

4,200円(税込)【ツイン2名1室/1泊】

*無料朝食サービス

*詳しくは、本校HPをご覧ください。
(<http://www.tfu-ac.net/tfns/>)

● 『履修登録生』制度が開設されました

本校では、卒業生を対象に国家試験受験に向けた最大限の支援を行うため、「履修登録生」制度を新設しました。

「履修登録生」に登録すると、質問対応や国家試験対策の講義の受講など、さまざまな学習サポートを受けることができます。皆さんの周囲に本校卒業生で、国家資格未取得の方がいらっしゃいましたら、是非お勧めください。

*詳しくは本校HPをご覧ください。
(<http://www.tfu-ac.net/tfns/>)

スケジュール



1年生【学籍番号が“10”で始まる学生】

教育課程

①「基礎看護学」面接授業

9月18日(土)・19日(日)

10月2日(土)・3日(日)

10月16日(土)・17日(日)

10月23日(土)・24日(日)

②「精神看護学」面接授業

11月9日(火)

11月12日(金)

③「精神看護学」紙上事例提出期限

10月5日(火)必着!

④実習オリエンテーション

10月9日(土) 10:30~

⑤レポート課題提出期限

10月1日(金)~10月29日(金)必着!

2年生【学籍番号が“09”で始まる学生】

教育課程

臨地実習面接授業

○成人・母性看護学

9月2日(木)・3日(金)

10月7日(木)・8日(金)

11月25日(木)・26日(金)

○在宅・精神看護学

9月8日(水)・9日(木)

10月20日(水)・21日(木)

12月1日(水)・2日(木)

○小児・老年看護学

9月14日(火)・15日(水)・16日(木)

10月26日(火)・27日(水)・28日(木)

11月16日(火)・17日(水)・18日(木)

国家試験対策

①一斉模擬試験(全員受験)／国家試験受験手続き

日程:11月6日(土) 9:00~17:00

会場:国見キャンパス3号館(331・332教室)

②国試対策講座

12月10日(金)・16日(木)・17日(金)