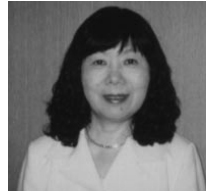


# 光と緑の風通信

発行/2008年2月25日 編集/福島県立医科大学看護学部 〒960-1295 福島市光が丘1番地 TEL024-547-1111(代)

## 卒業にむけて 先生方から

### ケアのかたち “忍耐 (Patience)”



看護学部長

中山 洋子

「春を待つ」ことは、大学にとつては、卒業生を送り出し、新入生を迎えることである。この年中行事が今年もやって来た。看護学部開設から満10年、7期生の卒業である。その卒業生に私は、メイヤロフの『ケアの本質』で語られている「忍耐 (Patience)」という言葉を送りたい。

メイヤロフは、『忍耐とは、何かが起きるのを視座するのではなく、私たちが全面的に身をゆだねる相手への関与の一つのあり方なのである』と述べている。ふりかえってみれば、ケアの担い手として成長する学生も、その成長を信じてかわつてきた家族も、教員も、この「忍耐 (Patience)」とともに歩んできたのである。耐えて待つことは、自分を押し殺すことではない。相手を信じることであり、



雪景色の吾妻小富士

自分自身を人として成長させていく貴重な機会である。

私には、「忍耐 (Patience)」につながる想い出がある。福島県に任した11年前、看護学部の設置準備に追われていた冬のことである。焦る私に同僚の福島県職員が言った。「冬になれば雪は積もる。どんなに積もっても、春になれば雪は必ず解ける。」雪国を知らなかった私に、この生活の知恵は、重みを持って心に響いた。無駄と思えることも、遠回りであることも、時間の問題ではない。そこに成長に欠くことのできない何かがあると思えたとき、「忍耐 (Patience)」は、ケアのかたちとなって意味をもちたせられる。

看護という仕事は、自分と相手を知り、理解しあうことが基本となる。健康問題をもち、病氣と闘う人々を前にして、自分を見失いそうになる時は必ずある。そんな時には立ち止まり、「忍耐 (Patience)」というケアのかたちを思い出してほしい。(なかやま よつこ)

### 卒業生へ贈る言葉



家族看護学部門

太田 操

私自身のことを振り返ってみると、数年の臨床を経て再び学生として大学に戻った時の第一印象は、「学生という立場はなんて気が楽なんだろう」ということだった。裏を返せば、病

### 大学で学んだことは



総合科学部門

中山 仁

大学での授業やその他の生活を振り返って、あなたは何を学んだでしょうか。一言では言い表せないでしょうが、私の場合、20年ほど前に大学を卒業するにあたり、ある先生が言われた「物事を表面的に見ない姿勢」というのが印象に残っています。これは、私が言語学専攻だったため、言語の深層構造というものに絡めて言われたことなのですが、一般的な事象を解釈する上で意義深い

院での仕事がいかに大変だったかという点でも。給料を頂くのは容易なことではない、看護職としての喜びを得るのは容易なことではない、生き甲斐を見出すのは容易なことではない、など日々煩悶していた。こんな悩みが卒業と同時に皆さんを待ち伏せしているかもしれない。当時の私は、現状に満足していなかった。不足のところは学習したい、疑問は解決したい、そんな欲求があった。常に求めていた。例えば、病院の助産師業務だけでは何かが足りないと感じると、面識もない町長に手紙を書き休暇を取ってその町の母子健康センターに泊まり込みで研修させてもらったり、母乳ケアの必

たとえだとも思っています。さらに「表面的」というのを「一時的」と言い換えてみるのも意味があるでしょう。今あなたが踏み出そうとしている社会は絶えず変化し、しかも、ますます予測しがたいものとなっています。ですから、今の日本や世界のあり方を暗黙の前提として対策を練ることは、たとえ短期的な事柄であっても、とても危険なことと言えます。このような時こそ、あなたが本学で培った、バランスの取れた知識と感性に基づいて、妄想ではなく確かな夢を抱いて、目の前の課題に果敢に取り組んでいって欲しいと思います。どうかその夢が実現できるように、そして、その時まであなたの心と体が元気であり続けるように祈っています。(なかやま ひとし)

要性を感じると、母乳育児に力を入れていく助産師のところに毎日通い実践指導を受けたりもした。若さもあつたが、勢いでいろんなことを吸収した。一つ一つの学びとその積み重ねがあつたからこそ今の自分がある。体裁を整えたり表面的に繕ったりするのではなく、本質や中身を重視した探求だったと思う。

人生は、選択の連続である。時には厳しい選択が迫られる。じっくり考える時間もないまま決断しなければならぬ時もあるだろう。その時々、悔いのない道を選んでほしい。『その瞬間にベストの選択ができるためには、自分を磨くしかない。』(おおた みさお)

# 卒業にむけて

## 卒業予定者から在校生へ

### 大学生活を振り返って



4年 卯木 綾華

4年間の大学生活が終わりを迎えるようとしています。4年間を振り返ると、友人、先輩、後輩、家族といった周りの人たちの存在が私の支えになつていたと実感しています。つらいときは友人とお互いに励まし合いながら乗り越えていきました。休日には、一緒に遊んでたくさんのお出を出を作りました。家族は「がんばれよ」といつも私の背中を押してくれました。私の大学生活は周囲の支えがあつたからこそ、充実した楽しい4年間を過ごすことができたと思つています。また、講義や実習、アルバイト、部活などさまざまなことを経験しました。その中で、自分と向き合うこと、人を思いやることなどさまざまなことを感じ、学びました。この経験が私をひとまわり大きく成長させてくれたと思います。私はこの4年間の経験を胸に刻んで、今後

も大切にしていきたいと思つています。先輩のみなさん、4年間はあつたという間に過ぎていきます。私は楽しい大学生活だったと胸を張つて言うことができます。残りの学生生活さまざまなことを経験し、感じながら自分を成長させ、悔いの残らない学生生活を送つてほしいと思つています。(つき あやか)

### 2年間を振り返って



4年 編入 鈴木 淳美

2年前、私は看護をもつと勉強したいという強い気持ちでこの大学に入学した。専門学校では学べないことが学べるのだからという期待で一杯だったが、困惑することがとても多く、1年目はとにかく環境に適應することで精一杯だった。編入生は各学年の学生と一緒に授業があり、成長段階が全く違う大学1年生と3年生を相手に、どう自分を出

していければいいのかも分からない戸惑いもあった。また授業の内容も期待通りだとは限らないこともあり、学習意欲が低下することもあった。しかし、そうした中で自分自身を見つめ直すこともでき、人間関係では悩んだことも学んだこともとても多かった。実習が始まると、消えかけていた看護への熱い気持ちを再び持つようになる、大変だったが、友達も増えて、励まし合つたり愚痴を言い合つたり、とても充実して過ごせたと思つています。こうした時間を持つことができたのは友達存在がとても大きく、本当に感謝している。ここで学んだことを、社会人になつても忘れないでいきたい。

(すずき あつみ)

## 在校生から卒業生へ

### 卒業生のみなさんへ

2年 鈴木 理沙



4年生のみなさん、卒業おめでとうございませす。早いもので私がこの医大に入つてからもうすぐ2年が経ち、学生生活も折り返しを迎えようとしています。先輩方が勉学に励む姿、学祭などで積極的に参加する姿、色々な場面をこの2年間で見てきました。中でもナース服をきて実習に励む姿からは看護学生というよりも、看護師と

して社会に一步踏み出そうとしているが、そんな雰囲気さえ感じられませんでした。大学生活を充実させ、常に向上心をもつ4年生の姿は私にとつて憧れであり、目標でもあります。先輩方に恥じぬよう、これからも向上心を持つことを忘れず、残りの学生生活を充実したものにしていきたいと思つています。また、卒業を前にした時期には国家試験という大きな壁を乗り越えなければなりません。先輩方がこの4年間で学んできたことを生かし、よい結果が出ることを信じています。後輩を代表してエールを送ります。頑張ってください。(すずき りさ)

### 在校生からのプレゼント

3年 阿部 愛美



卒業生の皆さん、卒業おめでとうございます。もう卒業の季節が来たんだなと、月日が経つ事の早さをしみじみ感じています。3年前、入学したてで何も分からずにいた私達に、優しく声をかけてくださったこと、部活で一緒に汗を流したことが、実習を前にして緊張してい

た時、「頑張つてね!!」とエールを送つてくださったことなど、先輩方との思い出は、あげ出したらキリがないくらいたくさんあり、その一つ一つがとても大切な思い出です。今まで本当にありがとうございました。4月から、就職という新たな道に進む皆さんに、今度は私達からエールを送ります。大変な事、辛い事、悩む事もあると思いますが、そうした時は、立ち止まつて、周りを見渡してみてください。皆さんの側には、いつも私達がいます☆これからも頑張つて下さい!! (あべまなみ)

# 領域別 実習を通して学んだこと

成人看護学実習



## 成人看護学実習を終えて

3年 迎 久美

私は今回の成人看護学実習を通し、術前・後の関連について学ぶことができた。周手術期という手術にばかり目が行きがちだが、患者さんが手術を安全に受け

るためには術前の体調管理や十分な説明が大切であり、術後の合併症予防のためには術前から呼吸訓練や術中の体温管理などが重要である。現在の患者さんの状態だけでなく、「今後どのような問題が起こる可能性があるか」という予測を念頭に置いて看護が必要なのだと感じた。このことを実践していくために、今後は疾病やその治療に関する基礎知識を確実にし、患者さんの全身状態を把握する幅広い視野を身につけていきたいと思う。

(むかえ くみ)

小児看護学実習



## 発達や成長に目を向けて

3年 志田 瑞穂

小児看護学実習では、10ヶ月の乳児期にある患児を受け持たせていただいた。言葉の発達は、「あー」、「うー」と喃語を発する段階で、意思の疎通を図ることは難しかった。さらに、入院中は疾患の影響や点滴が挿入されていることから、体動制限を受け発達が妨げ

られやすい状態であった。そこで、私は付き添っていた母親から情報を得て、子どもにあった音や光、動きのあるおもちゃを用いての遊びを通して、コミュニケーションをとった。遊びは入院中のストレス緩和を図り、信頼関係を構築する上で重要であった。さらに、受持ち当初できなかったボールの受渡しやバイバイをするなどの発達も入院中にみられた。今回の実習では、子どもは常に成長しており、入院中であつてもその成長を妨げないように看護者は関わることを、子どもと付き添っている家族と一緒に援助していくことが大切だということ学んだ。

(しだ みずほ)

母性看護学実習



## 母性看護学実習での学び

3年 本田 美和

母性看護学実習では、産婦・褥婦さんの身体的・心理的变化を目的に「触れること」で伝わってくる情報の多さを実感した。子宮復古の状態や乳房の状態そして新生児についても、実際に触れることか

ら変化を知ることができ、陣痛の緩和や不安の軽減にもなるということ学んだ。私はこの実習で分娩に立ち会おうという機会に恵まれた。一人の女性が母親になるということは、本当に大変なことであり、命の重みを改めて感じさせられた。妊娠・分娩・産褥期を通して医療職、家族、友人、地域と多くの人が関わり、一人の人間が生まれてくることで周囲に与える影響の大きさを知った。だからこそ、褥婦さんとの関わりでは生活スタイルや環境も含めたアセスメントが重要であることを学んだ。貴重な経験ができたことに感謝し、この学びを今後に生かしていきたい。

(ほんだ みわ)

## 老人看護学実習を終えて

3年 結城 理絵

こうしたことは実際に患者さんと関わることで得た学びです。今後も実習で得た学びを大切にしていきながら、新たな学びを吸収していきたいと思っています。

(ゆづき りえ)



老人看護学実習

## 精神看護学実習を終えて

3年 薄井 ちえみ

それとも都合の悪かったことなのかを知り、相手を理解することが大切であることも学んだ。人との関わり方を学ぶことができ、今後も学びを深めていきたいと思う。

(うすい ちえみ)



精神看護学実習

# 授業を通して 学んだこと

## 看護管理学の実習を

終えて

4年 伊藤 陽広



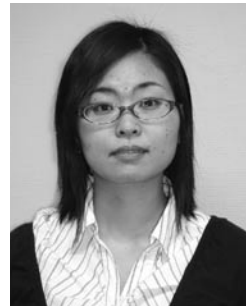
私たち4年生は先日、最後の実習となる看護管理学実習を終了しました。看護管理学実習は、病棟で患者さんを受け持たせていただく実習とは一味違い、私たちが看護職者として患者さんや家族、人々により良い看護を提供するために自らの看護職者としての役割や使命を考え、看護を提供する組織やチームにおいて何

をすべきか、何を覚えていくべきかを考えることができた実習だったと思います。看護管理学という新たな視点から看護を考えることで視野が広がったと感じています。

さて、すべての実習が終了したわけですが、4年間の実習を通して感じていることは、実習の学びはどんな教科書や講義の何倍も大きいということだと思います（私の場合普段の勉強が足りないのではなさそうですが…）。知識や技術の学びはもちろんです、患者さんとの出会いは命と向き合い、時にはその重さや自分の無力さに思い悩みながら自分の看護観を培っていくことができる貴重な体験です。看護は人との出会いから学ぶことが多いものです。これから看護師として働きはじめても患者さんから学び日々成長していきたいと思えます。（いとう あきひろ）

## 病態治療学Ⅰ・Ⅱを 学んで

4年 佐野 真弓



2年生になり、私たちは病態治療学を学びました。これまで教わってきた知識を統合し、主要な疾患の概念と臓器や組織に

おける病態と症状、治療、予後などについて理解することが目的です。また、この講義を通して、病態を理解した上での看護の関わり方を考えました。1年生のときから今まで学んできた内容が関連してくるので「あの時教わったことがこう繋がるのか」と知識が自分の中で纏まっていくことがとても面白く感じられました。そして、今更ながら基礎的な知識の大切さと絶妙なバランスを備えた人間の身体の緻密さ、不思議さを痛感しました。

病態治療学は、看護の仕事をする上でとても大切になる勉強です。も

ちろん知識のみで十分な看護を提供できる訳ではありませんが、的確な判断をするためには正確な知識を持つていることが必要不可欠です。私は病態治療学を学んで、これまでに以上に人の身体の仕組みや疾患に興味を持ちました。覚えることも多く理解をするのが大変ですが、よく学びこれからの自分に繋げていきたいと考えます。

(さの まゆみ)



## 基礎看護技術Ⅰの 授業を受けて

1年 赤津 恵理子



基礎看護技術Ⅰはナースウェアを着て受ける初めての授業であったため、授業を前にして、少しの緊張とこれからどんなこ

とを学ぶのだろうという期待であふれていました。

いざ、授業を受けてみると、「技術だけを学ぶ」と思っていました。技術が必要になるのかという講義があり、技術を行うには知識が重要であることが分かりました。看護を行うためには、技術と知識の両方が必要であると痛感しました。また、授業の中で看護者役と患者役を体験することにより、自分が看護者役の時には、相手からどう感じるかを教えてもらい、自分が気づけなかった点を知ることができ、自分が患者役の時には、

逆に相手に伝えることができます。お互いに自分のケアを見直すことに繋がり、よりよいケアを考える基礎になると感じました。

先日、看護提供ケアシステム実習を体験し、看護師の方々がときばきとケアしていることを目の当たりにして、まだ自分は何もできないと感じました。技術が身についてないと患者の方に何もできないのだと感じ、技術を学ぶことの重要性を改めて感じました。これからの授業を通して、原理・原則に基づいた正確な技術をしっかりと身につけたいと思えます。（あかつ 恵りこ）

# 運動と食生活

— 実践を通して学ぶ —

ケアシステム開発部門 黒田 真理子



た。その後、実習室に移動し、福島大学人間発達文化学類の鈴木裕美子教授から「家庭でできる生活習慣病予防のための運動」として、いすに座ってできる運動から立って行う運動まで、元氣あふれる解説があり、「明日があるさ」などの歌にあわせて、楽しい運動を実践しました。

第2回目は、本学部の

の本多たかし教授から「メタボってなに？」として、「ヒトは太るいきものだ」ということを含めた、メタボリックシンドロームのわかりやすい解説、脳出血や心筋梗塞などの実物標本の説明がありました。その後、調理実習室に移動し、本学附属病院栄養管理部の中村啓子専門栄養技師から「バランスのとれた栄養と食事」として、まいたけご飯、元氣を呼び込む福袋、小松菜とエビのニンニク炒め、即席ピクルス、カマンベールアップルをつくりました。グループによりできばえも異なるので、他のグループの試食をしたりしながら、和氣藹々と野菜中心の薄味の食事をとりました。

今年度の参加者は第1回22名、第2回28名であり、昨年より男性の参加者が増えました(各回5名)。皆



様熱心に参加され、講義や実戦が終わった後には質問が活発になされ、来年も同じように実施してほしいとの感想が聞かれました。来年度からはメタボリックシンドローム予防のための特定健康診断・特定保健指導が実施されることもあり、時期を得た内容になったと評価しています。本学部の公開講座は、県民の皆様にも本学部の教員の研究成果を還元していくという目的にそって実施されております。この趣旨を理解していただき、「本学部教員のこのような公開講座はいかがでしょうか?」というアイデアを、どんどん公開講座委員までお寄せいただければ幸いです。

(くろだ まりこ)

## 着任の挨拶

どうぞ宜しく  
お願いいたします

ケアシステム開発部門 竹谷 美穂



8月より  
ケアシステ  
ム開発部門  
看護管理学

に勤務しております。大学には東京から毎年秋の素敵な季節に講義に来ておりました。5ヶ月目の気持ちとしては、長い臨床経験から大学への戸惑いは当然ですが、28℃と19℃の省エネ設定には覚悟以上の驚きです。福島県人の辛抱強さに敬服しながら、適応していくことでの発見と苦労の日々です。どうぞ宜しくお願いいたします。(たけや みほ)

## 着任の挨拶

生徳看護学部 根本 奈々



私はこの  
学部の1期  
生であり、  
老人看護学  
の助手とし

て10月から勤務させて頂いていただいています。慣れない環境のなかではありますが、日々努力していきたく思います。どうぞよろしく申し上げます。

(ねもと なな)

## 退任の挨拶

ありがとうございます

生徳看護学部 清塚 理江

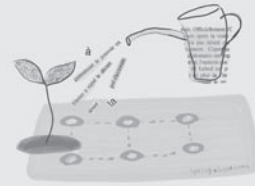
9月末日で看護学部を退職し、現在は訪問看護ステーションに勤務しています。在職中は皆様に大変お世話になりました。ありがとうございました。福島で得たこ



とを今後の看護に生かしていきたいと思えます。今後とも指導の程よろしくお願致します。

(きよづか りえ)

# 研究科の 学生から



## “今”を大切に

大学院看護学研究科1年  
古溝 陽子



思いきって社会人から学生生活に飛び込んで、9カ月が過ぎようとしています。この月日は臨床でもがいていたことを振り返り、ひも解く機会となっています。

「ちょっと待てよ」と感じている。それらと向き合い、「いったい何が起きているのだろうか」と立ち止まって考えることはしていませんでした。忙しさを理由にその余裕はないと思っていましたし、問題との向き合い方もわかっていませんでした。今もまだ、「事の本質をどう見極めるか」という壁にぶつかっています。しかし、先生方や共に学ぶ学生と

## みんなに感謝！ 大学院にも感謝！！

大学院看護学研究科2年 佐々木 幸恵



私が大学院に入学した理由は、働きたがら勉強ができるというメリットにとっても惹かれたからです。それで現在私は、県

さまざまな視点から考えるという、この学びの過程には充実感があります。そして、個性的でユニークな同期や先輩との出会いが大きな刺激になり、共に歩んでいるという実感が、私の頑張る力を引き出してくれています。

(ふるみぞ よつこ)



「雨の中のコンサート」  
(平成19年10月27・28日に開催された光が丘祭)

## 看護学部カレンダー

- 3月25日(火) 学位記授与式
- 4月 2日(水) 在学生オリエンテーション(新4年次生)
- 4月 7日(月) 入学式
- 4月 7日(月) 新入生オリエンテーション
- 4月 8日(火)
- 4月 8日(火) 在学生オリエンテーション(新2・3年次生)
- 6月18日(水) 開学記念日
- 7月 5日(土) オープンキャンパス(予定)

立病院の外科病棟で働きながら勉強しています。

授業で学んだ事を次の日には仕事で使ってみたり、同僚に話してみたりして、学習と実践とが繋がります。いと実感しています。実践に活かすだけでなく、知識を職場全体で共有していきけるようにすることが今の目標です。

週に何度か会える同級生に限らず、院生と顔を合わせると、看護の話から授業やプライベートまでマシンガントークが始まってしまいます(勉強を中断して・・・)。

仕事も大学院もというのは、もちろん自分のやる気が一番かもしれませんが、何よりも職場の理解と協力があるからだと感じています。いろいろな人に支えられながら、学びを深められている毎日に感謝して、これからも頑張りたいと思います。

(やぶつき ゆきえ)

## 研究・活動紹介

### 使える家族看護を 目指して



家族看護学部門  
島山 とも子

各部門を構成する教員が教育業務以外にそれぞれの専門分野の特色を活かした研究や地域貢献を行っています。

家族看護学は日本に入ってきてまだ10年余りの新しい学問です。当看護学部では開校時より柱の一つとして設置されていたようです。2007年の今日でさえ聞いたこともないという看護者が少なくない中「さすが」という感じですね。しかし家族看護は新しい学問であるため、まだ試行錯誤の段階でアセスメントは何とかできる人が増えてきていますが、介入になると本当にまだこれからです。なぜならば、家族という

単位を看護の対象にするため、個人のアセスメントや介入技術だけでは対応が難しいのです。たとえば、患者さんと家族の意見が対立する場合…私たちは患者さんを中心に看護をすることを学んできたがゆえに患者さんが苦しんでおられるのを見ると何とかしてあげたくなる、患者さんの味方をしたくなる、この看護者の思いは家族に伝わってしまい、ますます家族はそっぽを向いてしまう…など。私自身も複数の方を対象にした介入技術に関しては学習途上にあります。今後大学の中で家族看護の研究会を立ち上げて地域の方や学生さんとともに学んでいきたいと考えております。

(はたけやま ともこ)

## 編集後記

2月の半ば、爆弾低気圧が寒波を呼び、日本列島に大雪をもたらしました。まだまだ寒い日が続きそうですが、梅の花がつぼみを膨らませるように、皆さんは新しい年度を目前にして、期待や不安を膨らませ

ていることと思います。今号の「光と緑の風通信」にも、さまざまな立場の方々の期待や決意の聲が多く盛り込まれています。この通信を通して皆さんが互いに士気を高め、更なる成長を遂げられることを切に願います。(しみず まさみ)

### 編集委員

- |            |        |       |
|------------|--------|-------|
| 委員長 本多 たかし | 工藤 真由美 | 小池 麻紀 |
| 林 正幸       | 田中 克枝  | 野田 智子 |
| 横田 素美      | 清水 昌美  | 後藤 千恵 |