

モヤモヤするとき、どうしてますか?

こころの健康を通して、だれもが安心して暮らせる社会をつくります。

小さな気づきを拾い、

倫理を身近に!



倫理カンファレンスには、各自、モヤモヤMEMOを持って集合。



モヤモヤMEMOは日精看ニュース連載の書式と同じフォーマッ トで作成。「精神科看護職の倫理綱領」倫理指針が貼ってあ る場所に、記入例とともに置いてある。

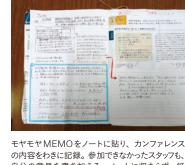
当院の児童思春期病棟では、倫理ノー トを回覧しています。

「こういう対応をしたけれど、本当によかっ たのだろうか」「患者さんに『ルールだから』 という理由で禁止するのはどうなのだろう か」。このような小さな気づきや悩みが書か れた「モヤモヤMEMO」を倫理ノートに貼 ります。

月1回行われる倫理カンファレンスには、 日勤の多職種スタッフが参加し、ノートに 貼られたモヤモヤMEMOに関して、さまざ まな見方や意見を出しあいます。「この言葉 づかいは威圧的に感じる。こう言いかえた ら患者さんも気持ちよく理解できるのでは?」 「そういえば私も以前、言葉づかいを保護 者に指摘されて……」と、話がしだいに膨 らんでいきます。いままでのルールの見直し にも話題が発展します。

ヤ 理 ・モヤ M r とカンファレンスで共有!EMOの気づきを





の内容をわきに記録。参加できなかったスタッフも、 自分の意見を書き加える。ノートに収まらず、紙 を貼り付けることも。本誌の連載も貼られ、コメディ カルにも共有。



進藤光子(しんどう・みつこ)*写真中央 一般財団法人聖マリアンナ会東横惠愛病院 児童思春期病棟 科長 副看護部長(神奈川県) 佐藤恵美子(さとう・えみこ)*写真左 同主任、精神科認定看護師 岩倉昌子(いわくら・まさこ)*写真右



フからも出されるようになったのです。 そして7月ごろには、「これは倫理的に考えるとどうな んだろう」「看護師自身の体調管理をすることも倫理な んだね」など、倫理という言葉がスタッフの雑談のなかで も聞かれるようになりました。

この倫理カンファレンスは、「精神科看護職の倫理綱

領とモヤモヤMEMO」が届いたのをきっかけに、行動

制限や接遇などについて倫理的な視点から深めたいと考 え、院内の全病棟で今年1月から始めました。しかし、

児童思春期病棟では当初は何をどんなふうに取り上げて 話したらいいのかがつかめず、意見がなかなか出ません でした。そのようななか、5月に日精看ニュースの連載

の記入例を見て「こういう日常の小さな気づきから倫理

を考えればいいのだ」と思い、早速、モヤモヤMEMO

を活用。最初の数回は科長が気づいたこと、他の病棟

の事例をモヤモヤMEMOに書くうちに、しだいにスタッ

倫理カンファレンスは、自分と患者さんとのかかわりを 見つめ、チームでよりよいケアを提供するために行うもの で、その結果としてお互いの倫理的感受性を高めあえます。 「これはいい」「これは悪い」と決めつけたり、発言した ことを責められる場であってはいけないと痛感しています。

活用していますか? 今回は「モヤモヤMEMO」のチームでの活用例を紹介します。 昨年9月、会員のみなさんにお送りした『精神科看護職の倫理綱領とモヤモヤMEMO』

理

を語ろう

モヤモヤ MEMO の活用パターン

「モヤモヤMEMO」は、気づき・振り返り・吟味により 倫理的感受性を磨くことができるツールです。

- ・こうしたほうがいいと思うのにできなかったとき
- ・「出来事」に対する考え方・感じ方に他メンバーとのズレを 感じるとき
- ・自分とは異なる価値観との板挟みになりそうなとき
- ・「現状のままでいいのか?」と疑問を感じたとき



1. 自分自身の記録として

活用に向けて、

日々、

【3つの活用パターン】



2. 仲間と話しあうときに



3. 学びあいや研修会のときに

判断が個人に求められる 訪問現場こそ、

抱え込まず、共有を!





訪問看護では判断が個人にゆだねられる場面が多く、 特に意思決定支援の場でモヤモヤが起こりやすい状況 があります。また、カスタマーハラスメントを受けた場合 に、一人で抱え込んでメンタルヘルスを損ねてしまったり、 感情が整理できずに利用者さんに対して不適切な対応 に発展したりするリスクもあります。

そこで、当ステーションではモヤモヤ MEMOで、日々 の訪問看護のなかのモヤモヤを可視化しています。4月か らは、月1回全スタッフが参加する「ステーション会議」の なかで、提出されたモヤモヤMEMOの事例についてディ スカッションする時間を設けました。その際、モヤモヤM EMOを提出した人を攻撃、否定しないことをルールとし て定めています。また、モヤモヤがどのように解消されて いるかを知る手がかりとして、記入した3か月後にも「モヤ モヤ度」を書き込んでもらい、看護師自身のストレスマネ ジメントにも役立てています。

今後はより共有しやすいように、電子化していく予定です。 倫理についてあらためて考える機会として、千葉県内の 訪問看護ステーションにも活用を呼びかけています。

山藤響子(やまふじ・きょうこ) 医療法人社団心和会大和田訪問 看護ステーション 管理者、精神科 認定看護師(千葉県)



ポケットサイズの魅力を活かしたい!



昨年末、患者さんから、スタッフの接遇に対する苦情 が書かれた投書が何件かあり、日々のケアのなかで患者 さんへの接し方を振り返る必要があると感じていました。

そのようななか、モヤモヤMEMOを手にしました。 ポケットサイズでいつも持ち歩けて、気づいたときにすぐ にメモできること、「モヤモヤ度」を書けるのが魅力的だ と感じ、「病棟でモヤモヤしたことがあったら、どんな些 細なことでも自分の中にとどめずに書き出してほしい」と 思いました。早速、看護部長にぜひ看護部全体で活用 したいと伝え、いま具体的に動きはじめているところです。

モヤモヤMEMOの使い方を説明できる人を増やすた めに、まず看護部長が日精看の倫理に関するオンデマン ド研修を受講しています。また、取り組みを進めるうえ で要になるのはチームリーダーなので、師長会などでモ ヤモヤMEMOの説明をしたり、千葉県支部の倫理研 修会の受講も呼びかけたりしているところです。

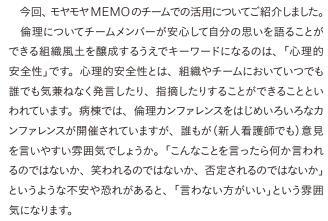
今後はさまざまな病棟のスタッフが小グループで話し あえる研修会なども企画し、普段から疑問や気づきを先 輩や同僚と率直に話しあえる土壌づくりにつなげていき たいと思います。

井口千春(いぐち・ちはる) 医療法人社団健仁会船橋北病院 看護副部長、精神科認定看護師 (千葉県)



チームリーダーが倫理的組織風土の

カギを握る



このような雰囲気を変えるには、話しやすさ(何を言っても大丈夫)、助け合い(困ったときはお互いさま)、挑戦(とりあえずやってみよう)、新奇歓迎(異能、どんと来い)の4つの因子が大切といわれており¹⁾、リーダーの存在が大きなカギとなります。その際、リーダーには心理的柔軟性が求められます。心理的柔軟性には、①変えられない

ものを受け入れる(困難な思考や感情が頭の中に立ち上ってきても真に受けない)、②変えられることに取り組む、③マインドフルに見分ける(時々刻々と変わっていく文脈・状況に集中して気づき続ける)の3つの要素があります¹)。つまり「この状況で役立つことは何かを考える」ということです。リーダーシップにはさまざまなタイプ(変革を志向するタイプ、相手に奉仕して相手を導くタイプほか)がありますが、状況に合わせて場面ごとに役立つリーダーシップを切り分けていく柔軟性をもつことも大切です。

病棟では、主に病棟師長・副師長がリーダーシップを発揮して いることと思います。この考え方を倫理的な組織風土の醸成に役 立てていただければと思います。

日精看の集合研修は、グループワークも豊富で、病棟で倫理研修会やカンファレンスを行うにあたって、大変役立つ内容になっています。ぜひご参加ください。

1) 石井遼介:心理的安全性のつくりかた、日本能率協会マネジメントセンター、2020.



中薗明子 (なかぞの・めいこ) 公益財団法人慈愛会谷山病院 看護部 長兼精神科統括看護部長、日本精神 科看護協会 業務執行理事(鹿児島県)

倫理研修の講師になる方、 倫理カンファレンスのファシリテーターを担う方必見!

倫理研修会にぜひご参加ください

- 「倫理研修の組み立て方と実践」(仮) (日程未定)
- 2 「精神科看護実践の場に根づく 倫理カンファレンスの実践」 (12/17~12/20予定。延期の可能性あり)

※詳細は決まり次第、日精看オンラインに掲載します。

厚生労働省「地域で安心して暮らせる精神保健医療福祉体制の実現に向けた検討会」報告書(P7)にも倫理カンファレンスの実施が盛り込まれました。日精看では、「①倫理研修の講師」と「②倫理カンファレンスのファシリテーター」を養成する研修会を開催します。

①の研修会では、そこに集まった仲間や講師とともに所属施設での倫理的課題と教育について語りながら、倫理教育の内容を考えていきます。最終的には受講者それぞれに"明日から使える倫理研修会の企画書と講義資料"ができあがる予定です。講師は日精看で倫理といえば!でおなじみの吉浜文洋先生と吉川隆博先生です。新型コロナウイルス感染拡大の影響で、研修会の日程を変更して開催する予定です。日精看オンラインや『日精看ニュース』でご確認いただき、ぜひご参加ください。

②の研修会は、現場で倫理カンファレンスをどのように行うのか、根づかせていくためにはどうすればいいのかを学びます。事例を通して実際にファシリテーターの役割を体験し、講師・受講生の仲間と意見交換をしながら、ファシリテーターのコツを知り、「ファシリテーター力」を身につけることができます。ぜひご参加ください。



第29回 日本精神科看護専門学術集会 in 島根のご案内

事前申込受付締切: 10/20(木)まで!

【会期】2022年11月19日(土)~20日(日) 【場所】島根県立産業交流会館(くにびきメッセ) 詳細は、日精看オンライン「学術集会」ページで

パネルディスカッション(概要)

日時	11/19 (±) 13:10 ~ 14:40	11/19 (±) 16:00 ~ 17:30	11/20 (日) 9:00~10:30		
テーマ	新型コロナウイルス感染症を通して学んだこと と揺るがされたこと、残された課題	隔離拘束の経験を病院の中と外から考える	倫理綱領の改正を受けて 現場がどのように取り組んでいくか		
ネーディ	奥山 修(大阪精神医療センター 看護部長)	東 美奈子(訪問看護花の森 管理者、日本精神科看 護協会 副会長)	中薗 明子(公益財団法人慈愛会谷山病院 看護部長 兼精神科統括看護部長兼 慈愛会在宅支援部長、日本 精神科看護協会業務執行理事)		
内容	COVID-19の襲来から、2年半が経過しました。2020年度は感染者を123人受け入れ、2021年度は175人。2022年度は6月末で27名を受け入れました。初めてのパンデミックを経験するとともに、受け入れ機関として、いろいろなことを学び、悩み、そして、難易度が高い課題も残っています。このパネルディスカッションを通して、われわれが経験したことを共有するとともに、みなさんの部署でも役に立てていただければ幸いです。	今回のパネルディスカッションでは、当事者の方に 隔離や身体的拘束時の気持ちや体験後の思いをお 話しいただきます。そのうえで、私たち看護職は、"不 適切な隔離・身体的拘束"とはどのような場面をイ メージするのか、隔離や身体的拘束をゼロにする にはどのような工夫ができるのかという点について 当事者を交えてディスカッションします。当事者にとっ て"安心できる療養環境"はどのような場所で看護 師に何を期待されるのかについても語りあいたいと 思います。	私たち精神科看護職において、行動制限最小化に向けた取り組みや退院支援における患者の意思決定支援など常に高い倫理観を保つ必要があります。しかし、私たちの現場では、日々ジレンマを抱える場面があり、みんなで共有し話しあう機会をもとうと思っても、業務に流され立ち止まって考える時間を設けることが難しいのではないでしょうか。そこで、精神科看護職の倫理綱領を意図的に活用している事例を通し、皆様と情報共有し意見交換する機会としたいと考えます。		

(ご)(当)(地)(情)(報) 開催地の島根県を紹介! 最終回

足 立 美 術 館

島根県安来市にある足立美術館には、横山大観を中幅の絵画」との考えから、窓枠が額縁の役割となった 心とする数多くの日本画や陶芸が展示されています。 さらに、ここには米誌ランキングで「19年連続日本一」 に選ばれている日本庭園があります。「庭園もまたー その景色は絵画のように美しく、一見の価値があります。

「生の額絵」も見どころ。鑑賞式の庭園なので庭園 内を歩くことはできませんが、季節ごとに表情を変える



生の額絵



奥 貴弘(おく・たかひろ) 島根県支部 事務局長 特定医療法人恵和会石東病院

◆看護研究助成費の公募

公募期間:2022/9/1(木)~10/31(月)

日精看は、精神科看護の学術の向上に資する目的で研究助成費 交付を実施しています。右記の要領により研究助成費の交付対象と なる研究を募集します。

*研究助成費交付規程は日精看オンラインより「学術集会ページ」を確認してください

【応募資格】研究代表および研究分担者は会員に限る。

【研究の課題】精神科看護の学術の向上に資するもの。

【助成金】30万円を限度とする。

付】教育認定委員会にて選考し、理事会が決定する。

【研究期間】承認の日から2年以内とする。

【応募先】〒108-0075東京都港区港南2-12-33

品川キャナルビル7階 日本精神科看護協会 研究助成係宛

看護研究

ウォーミングアップ

検索する論文の種類





木戸芳史(きど・よしふみ) 浜松医科大学医学部看護学科 教授 日本精神科看護協会 理事(静岡県)

今月からは検索の方法についてお話しします。医学中央雑誌(医中誌)を例 にとってみましょう。論文の種類は「原著論文」、「解説・総説」、「会議録」の 3つに分類されています。このなかで、まず「会議録」は検索から外しましょう。 これは学会抄録で、論文ではありません。私たちが先行研究として検索するの は、主に一次資料(オリジナルな資料)である「原著論文」です。

少し扱いが難しいのが「解説・総説」で、これは二次資料と呼ばれます。一次 資料の内容を要約した文献レビューや、一次資料をもとにした雑誌の特集記事 などが含まれます。そこで述べられている内容を引用したい場合は一次資料を探 しましょう。ただし、一次資料を集約することによって新たな知見を生み出してい る場合(システマティックレビューやメタ分析など)は引用に適しているでしょう。





岩代 純(いわしろ・じゅん) 医療法人北仁会石橋病院 副看護部長 (教育担当)、精神科認定看護師、 北海道支部教育委員長(北海道)

評価を何段階で行うか?

はじめは看護実践能力の評価を3段階で考えていましたが、中間の評価があると、中間を選択したくなるし、その場合の基準をどうするかという点で悩みました。検討の結果、評価基準に迷うことがなく、実践の確認がしやすいことから、「実践したか」「実践していないか」の2段階で評価することに決めました。

看護実践能力の評価の練習

ラダーの導入は2023年度を予定していますので、今年度は目標管理の目標設定をする際に、日精看版ラダーで看護実践能力の評価練習をすることにしました。クリニカルラダーの基本的な考え方では経験年数を看護実践能力の指標にしていませんが、今回は初回の評価であるため、経験年数を目安にして、使用するシートを配布することにしました(図1)。この手順を経て、経験年数ではなく、看護実践能力の評価へつなげていきます。

第12回 | 看護実践能力の評価の方法

石橋病院(北海道)の副看護部長・岩代純さんの提案で始まった日精 看版ラダー(以下、ラダー)導入までの道のりをタイムリーに報告します。

看護実践能力評価シートの工夫

「日精看スタディガイド2022」に提示されているラダーは I~Vのレベルが横軸に表記されていますが、当院ではスタッフ個人が評価しやすいように、評価シートをレベルごとに1枚の用紙にまとめました(図2)。

*記録・書類作成グループ作成。『ナーシング・スター』2022年3月号参照

評価者の不安

日常的に被評価者の実践を見ている人が評価者になるのがふさわしいと考えています。それをふまえて、各病棟で誰が評価者になるかを検討してもらいます。

評価者となる人のなかには、自分より経験年数が長いスタッフを評価することに不安を抱えている人もいます。どのような場面が不安なのか、具体的な心配事を共有し、想定される場面の洗い出しや困った場面にどのように対応するかを評価者同士で考え、面接の練習をする機会をもてるようにしたいと考えています。

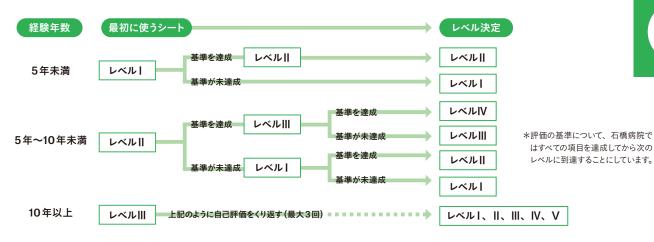


図1評価シートとレベル決定

研修会に関する重要なお知らせ

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、集合研修で予定していたものは中止、もしくは開催方法を変更している場合があります。お申し込みの皆様にはメールおよび文書でご案内をしています。これからお申し込みされる方は、最新情報を日精看オンラインでご確認ください。

白	簡病院 ク	リニカルラダー レベル l _{病株} :	氏名					
L	~ベル[到達目標	 基本的な哲療手順に従い、必要に応じて助言を得ながら、安全に看護を実践できる ・結婚のマニュアルを抵用し、看養を実践できる ・機舎に相談しながら、所属している影響に特徴的な知識や技術を主体的に学習できる ・社会人として、病院組織か一貫であることを理解し、報報のメンバーとしての夜割を全分できる 	n carin	0.83704	e orre	0218		
Α	関係性を構築する力	対象者に関心を向け、対象者の視線や表情、雰囲気、態度から相手の思いを察知し、工夫しながら関係性を	つくるこ	とができ	δ.			
	1 関係構築	普段のかかわりの場面から、対象者のベースを尊重し、脅かさずに一緒に過ごすことができる。						
[~]		対象者の訴えを否定せずに聴き、対象者の体験を理解しながら、あるがままを受け入れることができる。						
A2 1	自該倫理	看護職の倫理的行動について理解し、対象者の権利を尊重した看護の必要性を理解できる。						
В	ニーズを把握する力	対象者の言葉や行動などから日々のニーズを考えることができる。						
301	青铌収集	対象者の反応や言葉を観察し、高本的ニーズにかかわるセルフケア要素の情報を得ることができる。						
82	新信報 や信条	対象者の趣味や好きなこと、大切にしているものや習慣、気がかりや悩むなどの情報を得て、対象者の価値観や信条を 知る手がかりを得ることができる。						
83	アセスメント	対象者の現在のセルフケアレベルを把握し、セルフケア不足が生じた要根について考えることができる。						
284 3	4 精神脳のアセスメント	対象者の発言、行動、表情などから、精神症状がどの程度生活に影響しているか、なぜそのような言動になっているのかを考えることができる。						
Ш		対象者の普段の様子を把握でき、普段と異なる状態があったとき、それに気づいて報告ができる。						
85	フィジカルアセスメント	対象者のバイタルサインを正確に測定・判断し、その他の観察やデータに基づき、正常・異常を判断し、報告できる。						
Π,	看護職の自己洞察・ 自己活用	自分が対象者に対して個人的な感情を抱いたときに、他者に担談できる。						
		対象者とのかかわりや、他者からの指摘・助旨を得て、自己の実践を振り返り、できていることとできていないことが わかる。また、できていないことを課題としてとらえることができる。						
	20 記錄、計画立案	総神面・身体面に関して得た情報を整理し、記録できる。						
las la		AND THE RESERVE OF THE PARTY OF						
\sim	~~~~	~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~	~~	~~	~~	~		
\vdash	n 198 III < II	V WHICH Y BEAUTIFUL TO A WARRING WATER A V WHICH A C WA	-	-	-	4		
G4 I	時間管理	基本的な時間管理ができ、看護の優先順位を意識した行動ができる。						
64 1	の 医療安全管理	対象者の症状および治療による影響を考慮し、他者に相談しながら事故が起こらないよう意識して対応できる。						
		インシゲント・アクシゲントを確実に報告でき、自分なりに原因を分析できる。						
G6 8	在學管理	標準予防策を理解し実施できる。						

A

精神科看護の現場で 役立つ制度・政策 NEWS

このページでは、精神科医療・看護に関する制度や政策の情報や 日精看の取り組みをお伝えします。

厚労省「地域で安心して暮らせる 精神保健医療福祉体制の実現に 向けた検討会」報告書

報告書は厚生労働省ホームページからも閲覧できます。 https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_26149.html 6月9日に厚生労働省「第13回地域で安心して暮らせる精神保健医療福祉体制の実現に向けた検討会」が開催され、 当協会より吉川会長が構成員として参加しました。本検討会 では「患者の権利擁護」と「地域の精神医療機関の役割」等を 中心に議論が交わされ、最終の報告書が整理されました。主 な検討事項は以下のとおりです。

本検討会の検討事項等

精神保健に関する市町村等における 相談支援体制について

外部との面会交流が実質的に遮断される状況は、本人の意思によらず入院を強制される者への処遇として、人権擁護の観点からも望ましくないことから、市町村長同意による医療保護入院者を中心に、精神科病院の理解のもと、精神科病院に入院する患者を訪問し、相談に応じることで、医療機関外の者との面会交流を確保することが必要となる。

医療保護入院の見直しについて

医療保護入院は、指定医の判断により入院治療が必要とされる場合であって、任意入院につなげるよう最大限努力をしても本人の同意が得られない場合に選択される手段であるということを再度明確にするべきである。

医療保護入院の同意者について

医療保護入院の同意者について、現状では、家族等、市町村長以外の同意者を想定することは現実的には容易でないため、家族等同意及び市町村長同意については、現行の仕組みを維持することになるものと考えられるが、今後の医療保護入院患者数の推移等を踏まえながら、適切な制度のあり方を検討していくことが必要である。

不適切な隔離・身体的拘束をゼロとする取組

精神保健福祉法の規定に基づく適正な運用が確保されることが必要であり、不適切な隔離・身体的拘束をゼロとすることを含め、隔離・身体的拘束の最小化に、管理者のリーダーシップのもと、組織全体で取り組み、行動制限最小化を組織のスタンダードにしていくことが求められている。

精神病床における人員配置の充実について

入院患者数に応じて、精神病床について医療計画に 基づき適正化を図っていくとともに、入院患者に対して より手厚い人員配置のもとで良質な精神科医療を提供 できるよう、個々の病院の規模や機能に応じ、医師・ 看護職員の適正配置や精神保健福祉士、作業療法士、 公認心理師等を含む適切な職員配置を実現していくこ とが求められる。

虐待の防止に係る取組

精神科医療機関の中には、病棟単位での倫理カンファレンスの実施、患者や家族の声の傾聴等を通じて、虐待が起きないようにするための組織風土を醸成することにより、虐待行為の潜在化防止を図る取組も見られることから、医療従事者による積極的な取組を行う現場づくりを実現していくことも重要である。

「看護管理ルーム」

「精神科看護管理ニュース」で最新情報を!



■ 精神科看護管理ニュースの 登録はコチラ 日精看オンラインの「看護管理ルーム」では、診療報酬改定や精神科医療看護の「いま」を読み解くための制度・政策関係の資料や審議会の最新情報がアップされています。また、「精神科看護管理ニュース」(2014年より発行)のバックナンバーも閲覧できます。ぜひ最新情報にアクセスしてください。

特に精神科看護管理ニュースにご登録いただければ、タイムリーな情報をメールでお送りいたします。ぜひご登録ください!

Certified Expert Psychiatric Nurse



精神科認定看護師 実践報告

精神科認定看護師は全国のさまざまな施設で、質の高い看護実践に取り組んでいます。その現場での実践内容を紹介します。

*なお、倫理的配慮として個人が特定されないよう、事例には改変を加えています。

広汎性発達障害のある患者の対象理解をチームで共有して

スタッフの不安と精神症状の評価方法

A氏は広汎性発達障害の診断を受け、くり返される暴力行為や器物破損で入院となった20歳代の男性患者です。私がかかわりを始めたときには、過去の入院から衝動性や攻撃性の高さを理由に終日隔離室を使用していました。室内では大声で歌ったり、空笑が見られたりし、コミュニケーションの場面では対人緊張が強く、言葉は吃音で意思表示に困難さが見られました。また、入浴の場面では全身の体毛を剃るといった行動もあり、スタッフから「言動が読めない患者」「奇妙な患者」といった声が聞かれていました。

A氏の行動は一見奇妙で、歌や空笑は精神症状の不安定さと見える部分があります。しかし、見方を変えれば、剃毛は整容への関心が高いこと、歌は気分転換やストレスの発散方法ととらえることができるのではないかと考え、病棟チームで患者像を共有するためにカンファレンスを行いました。そのなかで、スタッフから「奇妙な言動が不安」といった声が聞かれましたが、「たしかに暴力はないし、時間はかかっても食事や入浴はできている」といった話もあり、患者の特性と日常生活動作の安定に着目した精神症状の評価を行いながらかかわることになりました。評価するポイントをチームで確認したことで、患者の落ち着き具合をスタッフ間で共有することができ、隔離解除につながりました。

患者理解を深める

A氏の特性をチームで共有してからは、スタッフとA氏の言語的なコミュニケーションが行える場面が増えました。そのなかで、「昔、みんなに毛が濃いって言われた」と奇妙ととらえられていた行動にも意味があったことを知る場面がありました。チームとして患者理解を深めることで、スタッフのかかわりに変化が生まれ、A氏が安心して日常生活を送ることができたと思います。

患者を支えていくうえで多職種を含めた医療スタッフと度重なるカンファレンスを行うことがありますが、どうしても不安が先行したり、経験の不足、精神症状の評価の難しさなどからスタッ

フ間で意見の一致が難 しいときもあります。今 後も、多角的な視点で 患者理解を深め、それ をチームで共有しなが ら看護実践を行ってい きたいと思います。



知識を習得して、適切な評価 やアプローチを実践できるよう になりたいと思い、精神科認 定看護師の道をめざしました。



西村喜一(にしむら・よしかず) 医療法人社団翠会成増厚生病院 精神科 認定看護師〈2015年登録〉(東京都)

精神科認定看護師ブラッシュアップ研修会 ライブ配信で開催

精神科認定看護師の方を対象にした研修会です。今年度もライブ配信で開催!「看看連携・地域連携」「権利擁護」をテーマに現場の課題解決に向けて、ディスカッションを通して学びあいます。

テーマ	看看連携・地域連携	権利擁護				
ねらい	精神科認定看護師として、看看連携・地域連携を効果 的に実践することができる。	精神科看護の対象者の権利擁護をふまえて、精神科認定 看護師としての役割を適切に実践することができる。				
日 程	2022/10/28 9:00~16:00	2022/10/29 9:00~16:00				
受講料	6,600円	6,600円				
定員	80名	80名				

V

「こころの日」「こころの日月間」の取り組み PART2

宮崎県支部

コロナ禍の不安にこたえる――2年ぶりの開催

宮崎県支部ではコロナ禍でうつ状態の方が増えていることをふまえ、例年より小規模でしたが、宮崎市内の商業施設で、2年ぶりに「こころの日」を開催しました。

チェック表を用いたストレスチェックや精神科認定看護師によるこころの健康相談、また認知症ケア専門士による認知症ケア相談を行いました。子ども連れの方でも相談できるように、子ども向けにはスーパーボールすくいのワークショップも準備しました。

11時~13時という短い時間での開催でしたが、多くの方が来てくださいました。こころの健康相談では「家に閉じこもりがちになり、会話が少なくなった」「近所づきあいが疎遠になり、相談する機会がない」「夜眠れない」などの悩みが聞かれましたが、話した後はほっとした表情で「話せてよかった」と言われたり、世間話を楽しんだり、満足した様子で帰っていかれました。

認知症ケア相談でも、「認知症の家族への対応に困っている」などの相談があり、日々悩んでいても、相談する場が少ないことを痛感しました。

この2年間、こころの健康出前講座の開催もなかなかできていませんが、ぜひ今回のイベントをきっかけに出前講座の周知をはかり、こころの健康への理解を広げていきたいと思います。

房野賢一(ぼうの・けんいち) 宮崎県支部 副支部長 医療法人一誠会都城新生病院 副主任(宮崎県)





ストレスチェックコーナーも大盛況。子どもはスーパーボール すくいに夢中

福島県支部

オンライン講演会の試み――子どもへのケアを学ぶ

福島県支部も、2年ぶりの「こころの日」開催となりました。

今年は、子どもや親御さんのこころの健康教育活動をしている福島県立医科大学講師、NPO法人ReLink理事長の佐藤利憲先生に「こころの健康教育〜あなたも大事 私も大事〜」という講演をしていただきました。コロナ禍のため、オンラインで開催しましたが、幅広く募集ができ、県外からのご参加もいただきました。支部でオンラインによる研修会を実施してきた経験が役立ったことを実感しました。

「小学1年生から『1日に2回くらい自殺を考えるよ』と言われたらどう対応するか」。そのような先生の実体験を交え、子どもへの対応、子どもに対する親御さんへの教育をたくさん教えていただきました。それらが精神看護の基礎ともいえるコミュニケーションの訓練につながっており、先生の話術も相まって、あっという間に時間が過ぎてしまいました。

今回は県内の施設が中心だったために参加者は精神医療従事者がほとんどでしたが、今後は中学校や高校へ広報のすそ野を広げ、 こころの健康を広いフィールドで普及できたらいいな、と考えています。



明間正人(あけま・まさと)*写真左 福島県支部長、医療法人昨雲会飯塚病院 看護部長(福島県)

小河原健寿 (こがわら・けんじ) *写真右福島県支部 事務局長、福島県立矢吹病院看護師(福島県)



Zoom画面から

これが自慢! 全国発 日精看支部紹介



今月の支部 広島県支部

会員数 1.714 人

支部長としての心がけ 支部長の自己紹介&

年ほど前、 祉経営学について学びました。 ジメント学研究科に通い、医療福 医療福祉大学大学院医療福祉マネ より看護部長を務めています。4 会下永病院に入職し、 趣味は野球です。 私は1991年に医療法人永和 勤務を続けながら川崎 2006年 2016年

イベントなど

野球を通じて指 全

があります。

区発表会から募集し、

多くの参加

県内を3つのエリアに分けての地

研究発表会にも力を入れており、 テーマに、年14回開催しています。

地域移行」「管理者向け」などを

支部研修会は「行動制限最小化

導しています。 に練習に取り組んでいます。看護 ション力などを、 仕事にも活かせるコミュニケー 大会出場をめざして楽しく真剣 永和会軟式野球部を創設し、

て一緒に取り組んでいきたいです。 ご意見に耳を傾け、 姿勢を心がけています。 情について積極的に知ろうとする いるため、 く」。私は同一の施設に長く勤めて モットーは ほかの施設や地域の事 「何事も追求してい 追求心をもっ 皆さんの

初から周囲の役員の方々のサポー

トに助けられています。

を拝命して1年目ですが、

就任当

お話/阪上浩文支部長(写真前列中央)

たが、

LINEグループなどで

響から直接会える機会は減りまし

新型コロナウイルス感染症の影

活発に情報交換・相談のやりとり

が飛び交っています。今後は、

私

広島県支部主催の研修会、 イプ)」も導入したいと考えてい 通話サービス「Skype (スカ が大学院時代に活用していた無料

ポリシーや強み 広島県支部が大切にしている

協力しあえる関係性の深さが、 島県支部の自慢です。私は支部長 日ごろから役員同士が連携 広

広島県 おすすめ情報

も工夫をしていきます。 流の機会を提供できるよう、 リアを積んでいくための学びと交 護者が専門性を磨きながら、キャ きたいと考えています。

精神科看

ラダー型の研修にも取り組んでい

今後は、日精看の方針に沿った

尾道市に本社を置く海産珍味の老舗企業「オオニシ」の定番商品で、駄菓子の「若鶏の手羽」。地元民には「プロイラー」の愛称で親しまれています。ほどよいガー リック風味で、あっさりとしたジャーキーのような味わいで子どもたちにも人気です。ぜひご賞味を。

東洋羽毛は看護職た 寄り添います

vol.6

夜間のスマホ使用は ほどほどに

私たちの生活に欠かせないアイテムとなっているスマートフォン。便利な機能のみ ならず、最近は動画やSNSを楽しむ人も増えていますが、夜間の使い過ぎには注 意が必要です。画面から発する明るい光には覚醒を促す「ブルーライト」が含まれる

ため、脳が昼と勘違いし、睡眠ホルモンのメラトニンが抑制さ れます。そのため、眠気が来なくなり、睡眠の質も下がってし まうのです。就寝の1時間ほど前からスマホは控えめにしましょう。

お問い合わせ先/お客様相談室 (フリーコール) 0120-410840

知見から、お役立ち情報をお届けして質な眠り」を追求してきた東洋羽毛の まいります。こころをケアする看護職 このコーナーでは、創業当初から「上 の皆さまの健康的な生活に貢献できま



全国に広がっています!「しごつくアンバサダー」の輪

2013年11月から始まった「日精看 しごとをつくろうプロジェクト」は、地域の事業所ではたらく精神障がい者の皆さんの自立を支援する活動です。 通販カタログ「アンファミエ」のしごつく版カタログを利用して普段のお買い物をするだけで、特典としてついてくる「お楽しみギフト」を通じて、 事業所の収益アップにつながります。会員の皆さんの応援によって、しごつくは広がっています!

「しごつくアンバサダー」とは?

2013 年 11 月より実施している、日本精神科看護協会とアンファミエ(株式会社ナースステージ)の共同 企画「日精看しごとをつくろうプロジェクト」の趣旨を深くご理解いただき、積極的な参加による応援を継 続的に行ってくださっている会員の方々のこと。自薦・他薦、いつでも受け付けております!

メンバーでおそろいのカーディガンを購入 しました。そのほか、ソックスや小物など、 日常的に使える商品がたくさんカタログ に載っているので、これからも利用した いと思います!

地域での自立支援につながるしご つくの取り組みが 2013 年から続 いていることを知り、会員として誇 らしい気持ちになりました

from 奄美大島



「日精看 しごとをつくろう プロジェクト」にご参加ください!

「日精看 しごとをつくろうプロジェクト」は、 精神障がい者の自立支援を目的として、通 信販売でおなじみのアンファミエの協力のも と、2013 年 11 月に始まりました。地域の 事業所で働く当事者の方々が手がけた商品 をアンファミエが一括購入し、「しごつくカタ ログ」でお買い物をした購入者に特典とし て届ける仕組みです。普段のショッピングを 通じて、自立をめざす精神障がい者を応援 できる社会貢献の取り組みとして好評をい ただいています。



一般財団法人信貴山病院ハートランド し ぎさん・子どもと大人の発達センターの主 任・吉田愛さん(写真後列左から2番目)

from 埼玉



済生会川口看護専門学校専任教員の中 島由希江さん (写真前列右から2番目)

いつもの (4) お買い物で 日精看の会員 社会貢献 購入者に ギフトを プレゼント (3) カタログの 商品を購入 (1) アンファミエ 各事業所 商品を発注 商品を納入 障がい者の (2) 社会参加の促進





社会医療法人函館博栄会函館渡辺病院・芥川三月さん(写真中央)。同僚で精神科認定看護師の成田さん(左)、武藤さん(右)と

患者さんが地域で生活するため の支援ができるのがうれしいです。 かわいいお楽しみギフトが届きま した。一生懸命制作した当事者 さんの思いが伝わってくるようでし た。これからもプロジェクトを応 援していきます!

同僚の教員や学生たちにも、「どうせ 買い物をするなら、このカタログを使 うといいよ」と勧めています



しごつく版「アンファミエ」 最新カタログでお買い物をするだけ!

カタログは『日精看ニュース』と一緒に各施設にお届けしています。カタログの追加をご希望の場合は、送付先、氏名、希望冊数をご記入のうえ、件名を「カタログ希望」として、nursingstar@m-s-com.comまでメールをお送りください。数に限りがありますので、先着順とさせていただきます。

2022 年度 地区別支部教育委員長会議報告

各都道府県支部の教育委員長をはじめ支部役員の方々に多数ご参加いただき、有意 義な意見交換の場となりました。

【開催日時】

2022/7/16(土)、2022/7/31(日)、2022/8/6(土)

【報告】

- ●事前に支部に行ったアンケート結果をもとに、情報共有および意見交換を行った。 支部の困り事として、受講者数の確保やオンライン研修の実施方法があげられ、それ に対するさまざまな工夫の共有を行った。
- ●精神科看護職のクリニカルラダーの周知、活用についての意見交換を行った。支部と 担当理事との連携により、今後もラダーの周知を目的とした研修実施の必要性を確認した。
- ●重点項目の一つである「倫理的感受性を磨くための教育活動」について、研修等の実 施状況や今後の取り組みについて意見交換を行った。「モヤモヤMEMO」の活用や 倫理研修の実践者の育成などをさらに発信し、支部との連携をはかりながら進めてい く必要性を共有した。
- ●2023年度に導入する研修システム「manaable (マナブル)」の概要と、導入にあたっ ての支部説明会の実施について報告した。

にっせいかん青物横丁クリニック 閉院のお知らせ

東京都品川区で2019年10月1日に「にっせいかん青物横丁クリニック」を開設し、児 童精神科医師の山口日名子院長を中心に臨床経験豊かな臨床心理士、看護師が地域 の発達・発育に関する子どもの診断や精神的な不調を感じている方への診療を行って まいりました。

この度、品川区事業としての終了が決定したために、9月末日をもって閉院することと なりました。ご支援いただきました皆様には、心より感謝申し上げます。

日精看の役員を紹介します! Part2

今回は副会長のみなさんを紹介します。

【今回の質問】

「あなたの"座右の銘"を教えてください」

副会長

苦あれば楽あり



山本哲生(やまもと・てつお) 社会福祉法人玉医会 障害者支援施設たまきな荘 看護部長(能本県)

朝が来ない夜はない



工藤正志(くどう・ただし) 医療法人久盛会秋田緑ヶ丘病院 看護部顧問(秋田県)

副会長

副会長

東 美奈子(あずま・みなこ) 訪問看護花の森 管理者(山口県)





代議員立候補者の公募

一般社団法人日本精神科看護協会定款第12条、代議員選出 規程第6条2項に基づき代議員(令和5・6年度任期)の候補者 の公募を下記のとおり告示します。

【代議員立候補の公募期間】

2022/10/1(土) ~11/30(水)

【公募受付先】一般社団法人日本精神科看護協会本部事務局 選挙管理委員会委員長 南方英夫

→詳細は日精看オンラインで

看 護 ŋ 管 理 ポ イ

Ь

情報を早く発信することと、発信のための工夫をすること

いままでは「看護管理の参考になる」と思って文献を山ほ ど買うことが、私の安心となっていたように思います。いつ か使うであろうと思っていたたくさんの資料は、使われない まま情報が古くなり、結局また文献を探すこともたびたびあ りました。年齢や経験を重ねたいま、情報は新しいうちに 発信してこそ意味があると実感しています。

情報を読み解いて、伝えるべきもの、伝えたいものが何 かを考えて、日々、発信することは、受けた相手にとって

学びとなります。ただそのまま渡したり、メールで送るだけ でなくその情報を発信する目的や意味を添えることで、情 報に価値が出てきます。手元にある情報を早く、上手に 発信する――。これも管理のポイントになるのかもしれません。



中庭良枝(なかにわ・よしえ) 日本精神科看護協会 業務執行理事 事務局本部長(東京都)

日精看ニュース No.760 2022年(令和4年) 9月22日発行

編集 鈴木 庸、宮本恵理子 デザイン TAKAIYAMA inc.

運営 コッヘル

発行人 吉川隆博

一般社団法人日本精神科看護協会 発行者

日本精神科看護協会 本部事務局 〒108-0075 東京都港区港南 2-12-33 品川キャナルビル7F TEL 03-5796-7033 FAX 03-5796-7034 E-MAIL info@jpna.or.jp

「日精看オンライン」は パソコンでもスマホでも

