



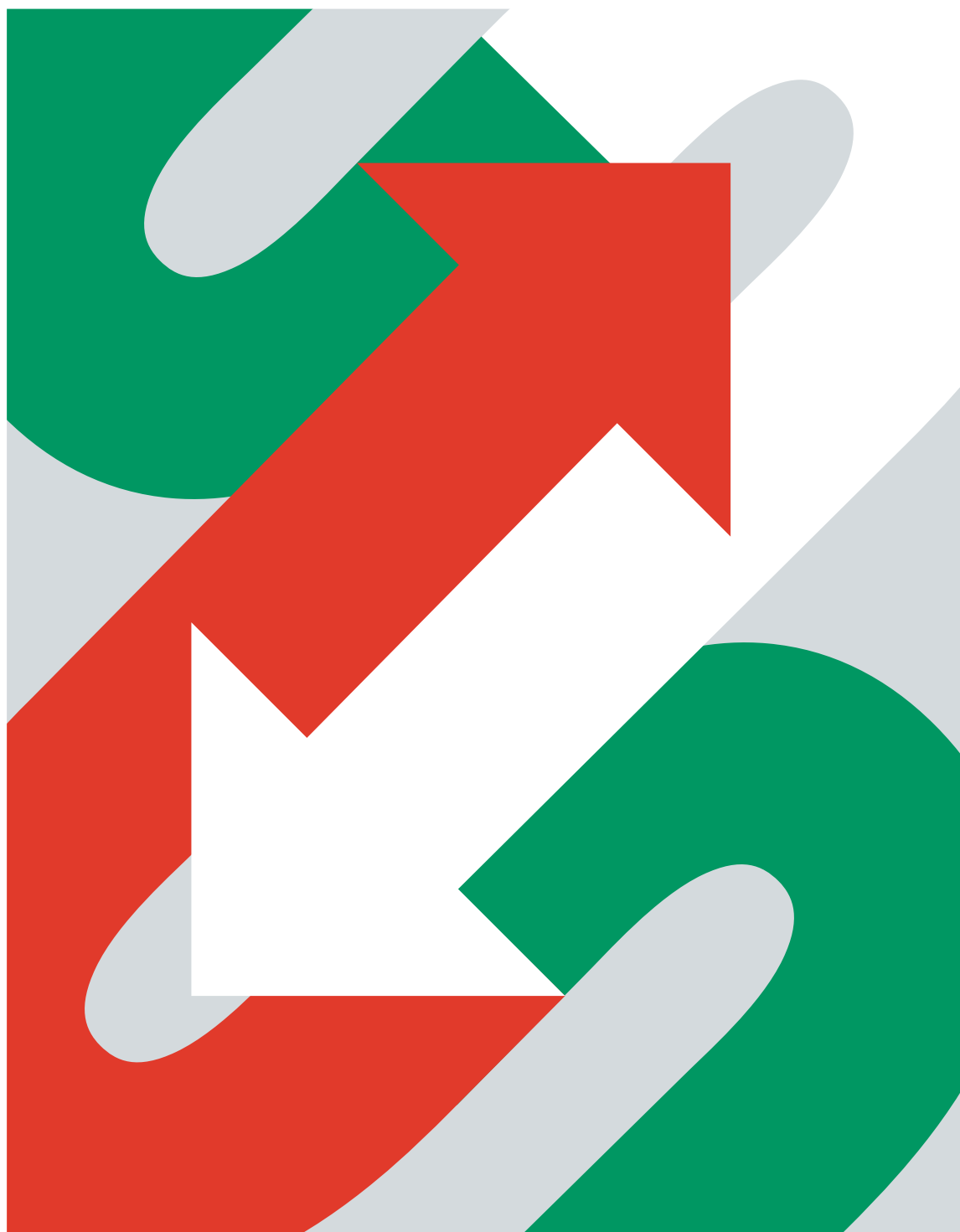
763

2022
12.22

継続を力に変えて

NISSEIKAN NEWS

日精看ニュース



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れます。

（継）を（力）に変えて

2022年も残すところわずかとなりました。本年も当協会の活動にご理解とご協力をいただきましたことを心より感謝申し上げます。

簡単ではありますが、当協会の今年一年の取り組みをふりかえり、来年に向けての抱負をお伝えしたいと思います。

まず、2022年いちばんのグッドニュースは、6月に沖縄県で、3年ぶりとなる日本精神科看護学会を現地で開催ができたことです。全国各地から集まった会員の皆さんのイキイキとした顔を見て、現地開催してよかったと心から思いました。

学会集では2回目となる精神科看護 CONGRESSも開催し、関心が集まる身体的拘束の問題についての議論を深めることができました。

精神科病院における身体的拘束が違法であるという最高裁判決が2021年11月に出されたこともあり、厚生労働省の「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」で意見を求められるようになりました。当協会は平成30年度から、身体的拘束に頼らないケアの実践を活動方針に掲げていたことが、あらためて精神科看護職としての課題をどう捉えるか、会員の皆さんからご意見を聞くオンラインプレフォーラム（以下、フォーラム）を1月・3月・4月・5月の計4回にわたって開催しました。患者さんと直接かわる看護職の立場からはさまざまな声が聞かれ、結論を出すことは決して容易ではありませんでしたが、継続的な議論の上に「身体的拘

束に頼らない精神科看護の実践」という一つの方向性を打ち出し、精神科看護 CONGRESSで報告しました。12月には精神保健福祉法改正に関する速報と意見収集の場として、再度オンライン形式でのフォーラムを実施しました。

今後も精神科看護にかかわる政策の最新動向を注視しつつ、会員の皆さんにいち早く情報をお伝えし、現場の声を政策に反映するパイプ役を果たしていけるように努めたいと思います。患者さんが安心して治療を受けられるのももちろん、看護職が安心してやりがいをもって働ける環境の実現をめざしていきたいと考えています。

今年の取り組みをふりかえると、新型コロナウイルス感染症拡大防止のために試行錯誤しながら進めてきた「コミュニケーションのオンライン化」がかなり定着してきたように感じます。アンケートを集めるだけでは拾い切れなかった会員の皆さんの声を、オンラインフォーラムで直接聞けたことは大きな収穫でした。コロナ禍での医療はいまだに厳しい状況が続いていますし、日々奮闘を続ける皆さんには頭が下がる思いです。一方で、未曾有の試練を乗り越えるために生み出された知恵や工夫を、精神科看護職の技術向上、つながりの深化へとつなげていくことも私たちの役目であると考えています。

実際、研修会などの教育機会がオンライン化したことで、従来は参加が難しかった方々が参加しやすくなったという声を聞きます。継続学習の選択肢が広がるこ

とは大きなメリットです。今後は、対面ならではのよさがある集合型とリモート型を併せたハイブリッド型の研修が、新しいスタンダードになっていくでしょう。

これからは精神科看護の職能団体として大切にしていきたいのは、精神科看護職にとって頼りになる存在であり続けることです。特に私が大切にしてきたのが、管理者の支えになることでした。

忙しい管理者が、精神科看護に関連した最新情報を効率的に収集して現場に活かせるようにと、8年前に創刊したのが『精神科看護管理ニュース』です。必要な情報をタイムリーに伝えるスピードを重視して、あえて不定期刊行で続けて、今年の3月23日発行号で創刊100号を迎えました。

「管理に役立つ情報だけを知りたい」というリクエストに応えるために始めた活動が長く続いたことをうれしく思うと同



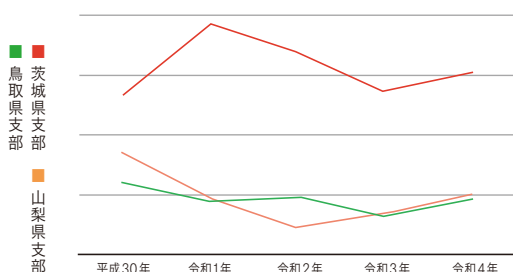
吉川隆博(きっかわ・たかひろ)
日本精神科看護協会 会長
東海大学医学部看護学科 教授(神奈川県)

1 | 3年ぶりに学術集会を現地開催しました!

2 | 「世界メンタルヘルスデー」の東京タワーライトアップ式典で吉川会長が挨拶!



3 | コロナ禍でも、3支部で会員が増加!



4 | オンライン研修が普及したことで、遠方や休業中の方々の受講が急増しました!

5 | 支部活動におけるさまざまな困難へ対応するために支部から本部への相談が増加。コミュニケーションが密になりました!

6 | 愛知県支部が長年の功績を讃えられ、愛知県政150周年記念式典で表彰されました!

7 | 山口県支部主催のこころの日イベントが、テレビ山口のローカルニュース(mix)で放映されました!



時に、今後も現場の声を聞き、しっかりと寄り添える団体でありたいという思いを強くしています。

また、市民に向けて、当協会の活動をアピールする機会を増やすことも重要です。その一環として、10月10日の「世界メンタルヘルスデー」に寄せた東京タワーシルバークラウドアップイベントには、後援団体として私を含めて5人が点灯式に参加しました。SNSやYouTubeを活用した情報発信も強化し、市民向けに「こころの看護

便ネット」を公開しました。公式サイト「日精看オンライン」では、メンタルヘルスのセルフケアに役立つ情報をよりわかりやすく提供できるよう改善しました。「こころの健康」に関する普及啓発においても前進のある一年となったのではないかと感じています。

近年、精神科医療における身体的拘束や虐待防止に関する議論が注目を集める中、精神科看護職を取り巻く環境も大きく変わ

りつつあります。

このような変化のなかで、精神科看護職が守るべき倫理指針とはどういうものなのか。会員の皆さんと共に考えていくために、『日精看ニュース』で「モヤモヤMEMOで考える倫理指針」というコーナーを設け、継続的に発信できたことは今年の成果の一つでした。

地道な取り組みをコツコツと続けていく「継続は力なり」を、来年も実践していきます。ご支援をどうぞよろしくお願い

密着！日精看版ラダー導入への道

第15回

面接の課題

—自己評価と他者評価のズレをどうすりあわせるか—

この連載では、所属施設に日精看版ラダーを導入しようと考えた、医療法人北仁会石橋病院（北海道小樽市）の副看護部長である岩代さんが、クリニカルラダー導入までの道のりをタイムリーに報告します。

今回は看護実践能力の自己評価と他者評価にズレが生じたときの面接について、その実際と課題をお伝えします。

面接では、自己評価と他者評価が異なった看護実践能力について、なぜその評価としたのかお互いに話しあい、評価がズレた理由を共有するプロセスが大切だと思います。実際に面接をしてみると、評価者によっては、被評価者の評価を尊重しすぎてすべてを自己評価に寄せてしまったり、評価者自身の看護観が強く反映され、評価者が大切にしている項目を厳しく評価してしまったりと、評価者のパーソナリティが評価に大きく影響すると感じました。

クリニカルラダーでは、看護実践能力を適切に評価することによって看護職としての成長につなげることをめざしています。そのため、だれが評価してもある程度同様に評価できることが必要です。

自己評価と他者評価にズレがあったとき、評価者はどうしてこの評価にしたのかを被評価者に伝える力と、被評価者に自己評価の理由（看護実践）を聞く力、それをもとに双方の評価をすりあわせていく対話の力が必要だと感じます。面接の難しさを実感することもあります。面接を通して評価者の能力も高まることを期待しています。

今後は、ラダーに示された看護実践能力の項目の解釈をすすめるとともに、面接のトレーニングも考えていきたいと思っています。

昨年はクラスター発生により、各部署の進捗状況に差が生じ、順調には進みませんでした。しかし、多くの方に、この連載への関心や反響をいただいたことは、導入に向けた原動力にもなりました。スタートラインに立ったばかりですが、ここから面接を通してスタッフと向き合い、本来のラダー導入の目的に沿えるよう取り組んでいきます。

導入を躊躇している病院が「石橋病院ができたんだから、うちでもできる!」と思ってもらえるように、引き続き、がんばります!



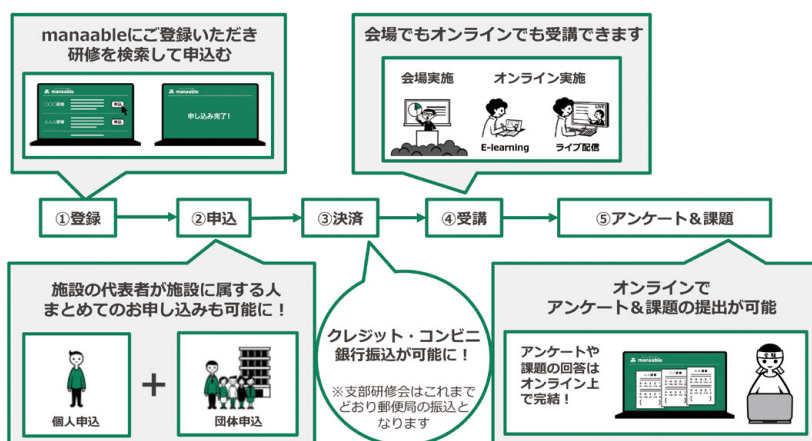
岩代 純(いわしろ・じゅん)
医療法人北仁会石橋病院 副看護部長
(教育担当)、精神科認定看護師、
北海道支部教育委員長(北海道)

2023 年度より、研修会システムが manaable (マナブル) に変わります!

次年度から日精看の研修会(本部・支部)を受講するには、1人ずつ manaable への利用登録が必要です。

manaable への利用登録は2023年2月初旬から開始する予定です。

次年度の研修会を会員価格で受講するためには、manaable への利用者登録の前に、日精看の入会手続き(継続入会手続き)を完了してください。



manaable の特徴についてご案内!

- 研修会の検索や受講案内などすべてがオンライン化!
- 施設代表者が自施設のスタッフをまとめて申し込むことが可能に!
- 決済方法が便利に! クレジット・コンビニ・銀行振込が可能になります
(支部研修会はこれまでどおり郵便局での振込となります)

モヤモヤMEMOで
考える倫理指針

倫理指針

7

人格の陶冶

精神科看護職は、看護という仕事を誇りあるものとするために、看護職として日々の行動の是非をわきまえて、社会の信頼と期待に応えられるよう良識ある態度を示す。

実践のなかで「モヤモヤ」した出来事を書きとめ、振り返り、同僚との話しあいや倫理カンファレンスなど職場での取り組みに活用できる小冊子『精神科看護職の倫理綱領とモヤモヤMEMO』。この連載では、12の倫理指針から毎回1つずつ取り上げ、実際の「モヤモヤ」を通してみなさんと考えます。モヤモヤナビゲーターと一緒にモヤモヤを深めながら、倫理的感受性を高めていきましょう。倫理綱領の全文や「モヤモヤMEMO」の使い方は日精看オンラインでもご覧いただけます。

患者さんの似顔絵を楽しんでいたけど…

病院編

できごと	関連指針	モヤモヤ%
スタッフのAさんが描いた患者さんの似顔絵を見て、みんなが盛り上がっていた。 (振り返りや気づき) 特徴をとらえてよくできた似顔絵だった。でも、患者さんのためというより、みんな楽しんでいただけだったのでは？ 患者さんが笑ひ者になってしまうと怖い。一度、病棟で話しあってみよう。	7	92%

精神科療養病棟
看護師長
精神科看護歴13年目
陶山さん



この出来事は、行動の是非をわきまえた品格のある態度と言えるのでしょうか？（指針7）

現場には、このように、クスッと笑ってしまうようなちょっとした出来事が、たしかにあります。でも、その笑いが、嗤笑、嘲笑、失笑、冷笑、苦笑……ではないでしょうか？ このように笑うとき、もしかすると、私たちのなかに虐待につながる気持ちが芽生えているのかもしれない。

Aさんは患者さんを笑ひ者にするつもりはまるでなかったでしょう。しかし、似顔絵を描く、マネをする、呼び捨てにする、あだ名で呼ぶ、からかう、滑稽さに笑いが漏れるような場合、このようなことで親しみを示そうとしているとしたら、自分たちの現場を倫理的な視点で点検するチャンスかもしれません。それって、自分で誇りをもてる、患者さんのための看護になっていますか？（指針1、2、3、6、12）



モヤモヤナビゲーター

金子亜矢子（かねこ・あやこ）
日本精神科看護協会 業務執行理事（東京都）

いつも遅刻してくるのが、いや

地域編

多機関から複数の人が参加する会議では、参加予定の人がそろわないと、開始時間を遅らせる、遅れてきた人に再度同じ説明をする、などの事態が生じます。時間を守ることは会議メンバーとして必要最低限のマナーですので、気をつけなければなりません。

ほかにも、会議中に頼杖をつく、下ばかり見ている、スマートフォンをいじる、居眠りをするといった参加態度をとることも、大きなマナー違反です。会議のときの態度や姿勢は、みんなに見られています。いくらよい意見を述べても、聞いてもらえないかもしれません。

どうしても遅れそうなときは、会議の開始前までには主催者や事務局に連絡をすること、また、参加態度や発言の仕方に注意することは、専門職としての常識です。



モヤモヤナビゲーター

東 美奈子（あずま・みなこ）
日本精神科看護協会 副会長
訪問看護 花の森 管理者（山口県）

※この誌面では「モヤモヤMEMO」の実際のデザインを一部加工しています。MEMOの人物は仮名です。

できごと	関連指針	モヤモヤ%
月に1回開催される地域の連携会議に、いつも遅れて出席する訪問看護師がいる。 (振り返りや気づき) 忙しいのかもしれないけど、いつも遅れてくられると、いやな気持ちになるなあ。1人のために、ほかの人がいつも待つことになっているのに、何も思わないのかなあ。	7	87%



訪問看護ステーション勤務
精神科看護歴3年目
亜治さん

INFORMATION

前号の本欄に間違いがありましたので、お詫びして訂正いたします。

(正) 今年度の倫理研修は、2023/2/25・26、3/26に「語りながら考える『倫理研修』～倫理研修の企画実施に困っている人のための研修会～」が開催されます。ぜひご参加ください。

障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律等の一部を改正する法律案



詳細は厚生労働省ホームページからも閲覧できます。

9/28(水)に厚生労働省は、障がい者や難病患者が安心して暮らすことができるよう、支援体制を整備するための法律の改正案を示し、10/14(金)に閣議決定されました。この法案は、精神保健福祉法、障害者総合支援法、障害者雇用促進法など障害関連法を一括した「束ね法案」*となっています。改正案のポイントを紹介します。

*複数の法律を改正等しようとするときにこれらを束ねて1本の法律案として提出するもの。

改正案のポイント

01 障害者等の地域生活の支援体制の充実 【障害者総合支援法、精神保健福祉法】

- 共同生活援助(グループホーム)の支援内容として、一人暮らし等を希望する者に対する支援や退居後の相談等が含まれることを、法律上明確化する。

02 障害者の多様な就労ニーズに対する支援及び 障害者雇用の質の向上の推進 【障害者総合支援法、障害者雇用促進法】

- 就労アセスメント(就労系サービスの利用意向がある障害者との協同による、就労ニーズの把握や能力・適性の評価及び就労開始後の配慮事項等の整理)の手法を活用した「就労選択支援」を創設するとともに、ハローワークはこの支援を受けた者に対して、そのアセスメント結果を参考に職業指導等を実施する。

03 精神障害者の希望やニーズに応じた 支援体制の整備【精神保健福祉法】

- 家族等が同意・不同意の意思表示を行わない場合にも、市町村長の同意により医療保護入院を行うことを可能とする等、適切に医療を提供できるようにするほか、医療保護入院の入院期間を定め、入院中の医療保護入院者について、一定期間ごとに入院の要件の確認を行う。
- 市町村長同意による医療保護入院者を中心に、本人の希望のもと、入院者の体験や気持ちを丁寧に聴くとともに、必要な情報提供を行う「入院者訪問支援事業」を創設する。また、医療保護入院者等に対して行う告知の内容に、入院措置を採る理由を追加する。
- 虐待防止のための取組を推進するため、精神科病院において、従事者等への研修、普及啓発等を行うこととする。また、従事者による虐待を発見した場合に都道府県等に通報する仕組みを整備する。

04 難病患者及び小児慢性特定疾病児童等に対する適切な医療の充実及び療養 生活支援の強化 【難病法、児童福祉法】

- 難病患者及び小児慢性特定疾病児童等に対する医療費助成について、助成開始の時期を申請日から重症化したと診断された日に前倒しする。

05 障害福祉サービス等、指定難病及び 小児慢性特定疾病についての データベース(DB)に関する規定の整備 【障害者総合支援法、児童福祉法、難病法】

- 障害DB、難病DB及び小慢DBについて、障害福祉サービス等や難病患者等の療養生活の質の向上に資するため、第三者提供の仕組み等の規定を整備する。

06 その他 【障害者総合支援法、児童福祉法】

- 市町村障害福祉計画に整合した障害福祉サービス事業者の指定を行うため、都道府県知事が行う事業者指定の際に市町村長が意見を申し出る仕組みを創設する。

*障がいの表記は原文どおりに記載しています。

みんなの 学術集会



第48回 日本精神科看護学術集会の開催が決定！

開催地は北海道です。

【会場】札幌コンベンションセンター（北海道札幌市白石区東札幌6条1丁目1-1）

【会期】2023年6月2日（金）～6月4日（日） 詳細は日精看オンライン「学術集会ページ」をチェック！

※感染状況により、会期や開催方法などを変更することがあります。

学術集会主題：あらためて問い直す精神科看護のあり方

近年、わが国では精神科看護の対象者をとりまく法律の改正や障害者権利条約への批准などを通じて、対象者の権利の実現に向けた取り組みが促進されてきている。精神科看護の対象者や社会の変化に合わせて、私たちが看護実践者として日々成長していかなければならないが、果たしてこれらの変化に追いついているのだろうか。

長引くコロナ禍では、精神科看護職の役割があらためて注目されるなど、精神科看護も様々な変化を遂げてきている。しかし、残念ながら、いまもって精神科看護の現場で起こる不祥事はあとを絶たない。これらの現場の倫理的問題に対して、当協会は、精神科看護の対象者はもちろんのこと、精神科看護職を守るためにも、精神科看護職の倫理綱領の作成と改正、研修会、ツールの作成などを行いながら、現場とともに長年倫理的課題の解決に取り組んできた。しかし、個人の資質向上のみではこの課題はクリアできていない。

精神科看護職は、対象者やその家族の置かれた状況、疾患の特性の理解につとめ、精神科看護の対象となる人々とともに、回復に向けて寄り添いながら支援を行う役割がある。加えて、障害や疾患の症状に関連して、患者の基本的な人権が尊重されなかつ

たり脅かされたりする場合には、精神科看護の対象者をアドボケートする役割もある。

私たちに求められる役割を遂行するためには、過去から引き継がれている対象者の個性を損なう病棟ルールやルーチン化された業務など、精神科看護のあり方を見直す必要がある。対象者への言葉かけのあり方や接し方、そして日常的な看護ケアに止まらず行動制限なども含めて、パターンリズムが生じやすい状況に疑問を感じ問い直すことが必要ではないかと考える。また、医療安全を優先するが故に対象者や医療者の自律性が置き去りとなり、アドボケートとしての役割を十分に発揮できないこともある。これらが、社会の動きや変化に追いつけない一つの要因であろう。

私たちは、対象者や社会の期待との乖離に気づき、社会の変化に対応するためにも、今の考え方や意識を問い直し、精神科看護の環境も含めて再度吟味する必要がある。精神科看護職が精神科看護の対象者や社会からの期待に応えるために、今回の学術集会において、個々であらためて、今の時代に私たち精神科医療・看護に求められていることは何かを考えたい。そして、個人や組織、それぞれの立場で、現状を見直し、精神科看護のあり方を見出したい。

第29回 日本精神科看護専門学術集会 in 島根

学術講演やパネルディスカッションなど、第1会場のすべての演題と一般演題A、精神科認定看護師実践報告、政策調査報告を視聴できます。ぜひお申し込みください。詳細は、日精看オンライン「学術集会ページ」(<http://jpna-gakujutsu.jp/senmon/>)をご覧ください。

【申込期間】2022/10/21(金)～2023/1/21(土)

【視聴期間】2022/12/1(木)～2023/1/31(火)

【参加費】会 員：13,200円(税込)

非会員：24,200円(税込)

オンデマンド配信
視聴参加
好評受付中！

看護研究ウォーミングアップ

#8

4月からの振り返り



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)

4月号から始まったこのコラム、お役立ていただいていますでしょうか。

#0～2では、そもそも研究とはなんなのか、何を目的として行うのかについてお話ししました。しかし振り返ってみると、「私たちが提供している看護の質を上げるためには必要不可欠なもの」という側面からしか説明していませんでした。あなたの研究が、患者さんにとって、あなた個人にとって、所属する組織にとって、そして社会に

とってどのような価値をもたらすのかについては、今後のコラムの節目でお話しします。#3～7では研究計画を立案する前に必要な先行研究の検討(文献検討)の必要性と、インターネットを用いた文献検索の方法、ヒットした文献の収集方法について説明しました。

次回からは収集した論文の「読み方」についてお伝えします。お楽しみに！

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ご紹介します。

*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。

看護部全体で倫理的な組織文化の醸成をめざして

倫理カンファレンスの定着に向けて ——試行錯誤の末に

当院は、措置入院、興奮状態での入院が多く、隔離、身体的拘束が多かったこと、長期入院患者の高齢化に伴い、経管栄養の実施や転倒のリスクなどによって行動制限が長期に及ぶ場合も少なくない状況でした。そこで2016年、副看護部長に倫理の取り組みをしたいと話しました。組織文化の土台となる「看護倫理」を高めるために、倫理カンファレンスでみんなと話しあうことから始めようと思ったのです。

看護部全体の取り組みとして、各病棟の副看護師長を中心に事例を倫理原則に照らして倫理カンファレンスを行いました。しかし、何が倫理的問題なのか、なぜ倫理を話しあうことが必要なのか、自分のことを批判されるのではないのかといった参加者の思いがあり、倫理カンファレンスはうまくいきませんでした。

そこで、2018年に副看護師長で看護倫理チームを結成。私はチームの中で企画を行い、①倫理カンファレンスのマニュアルの作成・普及、②倫理カンファレンスで使用するシートの修正、③カンファレンス推進のためのファシリテーターの養成や勉強会の実施に取り組みしました。そして、各病棟の担当者の相談に乗ったり、「倫理綱領」等を用いながら看護場面について話しあったり、明日からできることを考えられるように働きかけました。さらに、スタッフのモチベーションを高める目的で、年2回のアンケートを実施し、年4回「倫理通信」を発行しました。



経験はあるのに後輩に伝える言葉をもっていないと気づいたこと、多職種のなかでの看護師の役割に疑問をもったことなど、たくさんの思いがあり、精神科認定看護師の道をめざしました。

佐藤貴子(さとう・たかこ)
宮城県立精神医療センター
精神科認定看護師(宮城県)〈2009年登録〉

倫理観の高まりが行動変容や自信につながる



現在は、各病棟に倫理カンファレンスを担当する看護師を配置し、主体的にカンファレンスを開催できるようになり、「倫理」という言葉がごく自然に業務中の話題になってきたと感じます。実際、「自分ならどうするかを考えることが身についた」と話す看護師も増え、チームとして行動制限最小化などの話し合いのなかで倫理的な視点を含めて考えられるようになってきました。また、「自身の倫理観が高まってきている」と感じている看護師も複数おり、行動変容だけでなく看護師としての自信にもつながっていると思います。

このような取り組みを継続したことで、「倫理」について話しあえる環境が整ったと感じています。今後は多職種チームのなかで、さらに「患者の最善」を話しあえるような力を養っていけるように努めていきたいと思っています。今年度後半から来年度にかけて臨床倫理の勉強会、カンファレンスシートとマニュアルの改正、試行実施までを看護倫理チームで行う予定です。

精神科認定看護師 更新期間延長申請の お知らせ

やむを得ない理由で認定更新の手続きができない精神科認定看護師は、延長申請を行うことができます。また、新型コロナウイルス感染拡大により、2020年1月から2021年3月の期間内に精神科認定看護師の活動を行うことができず、更新申請のときに活動実績ポイントが不足した場合は、特例措置として申請を行うことができます。詳しくは、下記へお問い合わせください。

●申請期間：2023/1/4(水)～1/20(金)

●お問い合わせ先

一般社団法人日本精神科看護協会 認定事業担当
TEL：03-5796-7033

滋賀県支部

日精看では、「こころの健康」について正しく理解していただきたいとの思いから、精神科看護師を企業・学校・施設などに派遣して講演会やセミナーを行う「こころの健康出前講座」を行っています。今回は、滋賀県支部の取り組みを紹介します。



井手祐樹(いで・ゆうき)
滋賀県立精神医療センター 副看護師長
精神科認定看護師(滋賀県)



●メンタルヘルス、自殺のリスクについて講演

このたび、滋賀県甲賀市役所すこやか支援課様からのご依頼をいただき、4か所で出前講座を行いました。

今回の出前講座は、地域の健康づくりのリーダー役をとめる健康推進員の方々を対象に、「心身の健康を支えるために、推進員ができること」をテーマに講演をしました。メンタルヘルスが人生に与える影響、自殺の現状やどのような方が自殺のリスクが高まりやすいのか、地域で暮らす方がそれぞれの年代でどのようなことに悩みやすいのかなどについて、お話をしました。

●精神科医療にかかわる私たちの役割とは

感染予防対策のため、グループワークや参加者同士の会話は行えませんでした。参加されたみなさんからご質問をいただき、「医療者ほどは精神疾患の知識がない健康推進員が、精神疾患をお持ちの住民の方にどうかかわったらよいのか」という不安を感じているということでした。

このような不安に対し、私からは、「健康推進員のみなさんは、問題を抱える方にかかわるということ」もとても大切な役割を担っていること、「つながりをもち続けて孤立させないことが大事」ということをお伝えしました。

精神科医療にかかわる私たちは、このような不安を少しでも軽減できるよう、地域の健康推進を担う方々や行政の担当者の方を支援する取り組みを行っていることをお伝えしていくことが必要だと感じました。そして、そこに私たちの果たすべき役割があると感じました。

*主催者のコメント

「こころの健康」をテーマに幅広い内容でお話をさせていただいたので、印象に残った内容は人によってさまざまだったようです。

講師が臨床の看護師であったということで、専門的な部分を理解できる人と、少し難しかったという感想をもつ人がいましたが、実際の経験談も入れながらお話をさせていただいて、身近なテーマとして感じることができました。聞きやすい話し方で、とても勉強になったという感想がたくさんありました。

甲賀市役所すこやか支援課
瀬 悦子(なだ・えつこ)

参加者の感想から

- ・病気やケガは薬で治る場合が多いが、心の病気は相手の心の中まで見えないので難しい。
- ・私も自殺を少なくすることに、少しくらい力になれるかもしれないと思いました。
- ・うつなどで悩んでいる人が知り合いにいて、常に傾聴の大切さを感じています。これからのサポートに、今日学んだことを役立てたいと思っています。
- ・「孤立させない」「常に声をかけ続ける」「寄り添う」を継続することが大切だと思いました。
- ・世代別のメンタルヘルスの特徴が勉強になった。

「こころの看護便ポケット」が動画になりました!

日ごろから活用いただいている「こころの看護便ポケット」のセルフケア7か条を伝える動画を作成しました。2つのパターンがあります。ぜひ、あなたの身近な人に紹介ください!



「日精看公式Youtubeチャンネル」から!

これが自慢！全国発 日精看支部紹介



今月の支部
山口県支部

会員数
824 人

支部長の自己紹介＆
支部長としての心がけ

2022年4月から支部長を
拝命しました。山口赤十字病院に
35年勤務、その後に精神科病院
の看護部長として11年勤務して
2021年3月に退職しました。
新型コロナウイルス感染症のクラ
スターが発生した医療法人扶老会
病院の管理者応援を務めたことを
機に、2021年7月に看護部長
に就任して今に至ります。

趣味は旅行です。ここ数年はな
かなか遠出はできませんが、旅先
の地元のスーパーマーケットで買
い物をしながら、その土地の人々
の日常生活を観察することが楽し
みの一つです。

支部長としてのモットーは「何
事もポジティブに」。失敗したと
しても、次に失敗しないようにが
んばろうと考える楽道家です。い
つでも感謝を忘れないように心が
けています。



お話／山本恵子支部長(写真前列右から2番目)

山口県支部が大切にしている
ポリシーや強み

2024年に山口県支部は60
周年を迎えます。8名の支部役員
のほか、教育委員、広報委員、推
薦委員、地区委員など、県内の各
地域から選出されたメンバーの皆
さんと、情報共有しながら協力体
制を築いています。

扶老会病院がクラスター発生で
逼迫した際には、2か月の間に18
施設から36人、延べ日数305
日間にわたって応援が集まりまし
た。あらためて会員同士の結束力
の強さを感じました。

山口県支部主催の研修会、
イベントなど

2022年から、精神科認定看
護師の活躍の場づくりと新任看護
者教育のために「ビギナーズミニ
研修会」をWeb開催していま
す。9月に「精神障がい者の支援」、
10月に「依存症患者のケア」、11
月に「精神科訪問看護の基本」を
テーマにし、ビギナーズミニ研修
会を開催しました。参加者も徐々
に増えて20名〜30名程度の参加が
ありました。

山口県
おすすめ情報

山口県民は「フグ」のことを
「フク(福)」と呼び、スーパー
でも日常的に「フク刺」が買
えます。日本酒の蔵元も多く、世界的に有名な「獺祭
(だっさい)」も県民に親し
まれています。

東洋羽毛は看護職に
寄り添います

vol.9

目覚めて感じる
「体の痛さ」に要注意

朝目覚めたときに、首や腰、背中に痛みを感じるとしたら、寝ている間に身体の負担が首や腰、背中に集まってしまっているためかもしれません。原因として、身体に合わない寝具によって寝ている姿勢が悪くなっている可能性があります。身体に合わない寝具の上で同じ姿勢が長時間続くことで、寝ている姿勢が崩れ筋肉が強張り、血液やリンパの流れが滞ると、疲労回復の妨げになるだけでなく、さまざまな不調につながります。快適な目覚めのためには、身体が沈み込まない適度な硬さと、身体の重みを分散させる機能が備わった「敷き寝具」を選びましょう。



お問い合わせ先／お客様相談室（フリーコール）0120-410840

このコーナーでは、創業当初から「上質な眠り」を追求してきた東洋羽毛の知見から、お役立ち情報をお届けしてまいります。ここをケアする看護職の皆さまの健康な生活に貢献できましたら幸いです。



お買い物で社会貢献！
日精看 しごとをつくろうプロジェクト

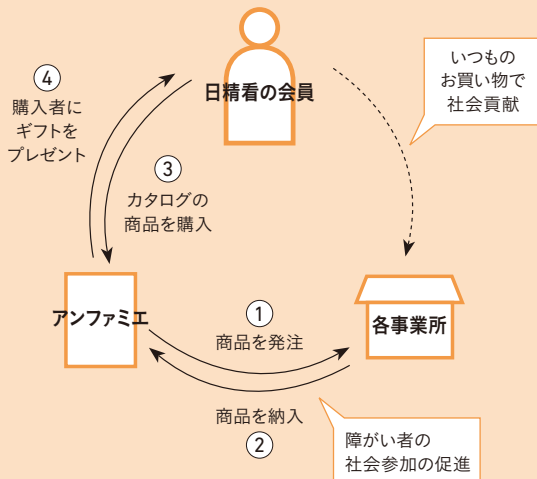
10 年間、ありがとう

2013年11月よりスタートした「日精看 しごとをつくろうプロジェクト」は、会員の皆様に支えられて10年という長い期間継続することができました。お買い物を通して精神障がい者の自立を応援できる「しごとカタログ」は、今月お届けしたカタログをもって最終の発行となります。これまでのご愛顧とご協力に心より感謝を申し上げます。「お買い物で社会貢献」を、最後までお楽しみください。



「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（株式会社ナースステージ）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、「しごとカタログ」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。



しごと版「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 第 3 回理事会報告

【開催日時】2022/11/12（土）13：00～16：00

【審議事項】

- 2022年度入会申込者について承認を得た。
- 承認を伴う旅費、利益相反取引について承認を得た。
- 第48回日本精神科看護学術集会（北海道）の主題および主旨文について検討し、承認を得た。
- 大学教員と現場との共同研究マッチング事業（仮名）の試行について検討し、承認を得た。
- 精神科認定看護師制度改正時期および会員への広報内容について承認を得た。

- 2023年度定時総会を2023/6/24（土）品川区立総合区民会館で開催することについて承認を得た。
- 2025年に迎える50周年記念についてプロジェクトチームを発足し、準備を進めることについて承認を得た。
- 2025年度学術集会開催地について承認を得た。
- 教育関連事業における非会員価格の増額について承認を得た。
- にっせいかん青物横丁ナーステーション事業の廃止について承認を得た。
- 名誉会員の推薦について承認を得た。

令和 4 年度 日本精神保健福祉事業功労者表彰者

公益社団法人日本精神保健福祉連盟 第69回精神保健福祉全国大会が山口県で開催され、日精看会員の方々表彰されました。

令和 4 年度 精神保健福祉事業功労者に対する厚生労働大臣表彰

榊 明彦（東京都支部 医療法人社団翠会成増厚生病院）
西岡由江（高知県支部 社会福祉法人ファミーユ高知 高知ハビリテーリングセンター）

令和 4 年度 公益社団法人日本精神保健福祉連盟会長表彰

治島宏明（大阪府支部 大阪精神医療センター）
遠藤健二（埼玉県支部 一般社団法人新狭山かえでクリニック）
磯崎哲也（茨城県支部 茨城県県立こころの医療センター）
田中裕一（愛知県支部 愛知県精神医療センター）

日精看の役員を紹介します！ Part5

【今回の質問】 落ち込んだとき、どうしていますか？

おいしいものを食べて寝る

運動するか、音楽を聴く



業務執行理事
金子亜矢子（かねこ・あやこ）
日本精神科看護協会 事務局教育局長
（東京都）



業務執行理事
草地仁史（くさち・ひとし）
日本精神科看護協会 事務局政策企画
局長（東京都）

お知らせ

「にっせいかん青物横丁ナーステーション」は2023年1月末をもって廃止いたします。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。

看

ワ

ン

ポ

イ

ン

ト



vol.8

過去に得た知識も継続的に活用する力

看護管理を学ぶなかで、新しい言葉に日々出会います。特に思い悩んでいるときこそ、そこに強く惹かれます。ところが、数年前にはどこからでも聞こえてきた言葉なのに最近では聞かないなあ……と思うことも少なくありません。「マグネットホスピタル」もその一つです。

マグネットホスピタルは、「看護師を惹きつけ、高い定着率を維持している魅力的な病院」として、1970～1980年代のアメリカで生まれた概念です。その後、日本でも聞かれるようになり、看護部の目標に「マグネットホスピタル」の

言葉を掲げる病院も多くあったように記憶します。

マグネットホスピタルを評価する「マグネティズム評価指標」の項目は、いまでも変わらぬ概念として生きています。得た知識を継続的な取り組みで形にしていける力こそ大切なものだと考えます。



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.763

2022年（令和4年）12月22日発行

編集 宮本恵理子、鈴木 庸
デザイン TAKAIYAMA inc.
運営 コッヘル
発行人 吉川隆博
発行者 一般社団法人日本精神科看護協会
〒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 → jpna.jp

会員の皆様へ

— 2023 年 看護職賠償責任保険 募集開始のご案内 —

毎年ご好評いただいております「看護職賠償責任保険」2023年の募集が始まります。会員の皆様は、団体割引（昨年度は20%）を適用した保険料でご加入いただけます（割引率はご加入人数により変動）。補償内容や保険料等の詳細は『日精看ニュース』今号と一緒にお届けした『看護職賠償責任保険ご加入のおすすめ』および『払込取扱票』をご確認ください。「あんしんの匠」HPから資料請求いただけます。申込締切日＝2023年2月24日

お問い合わせ先

tel: 042-442-3393 看護職賠償責任保険係

取扱代理店：
あんしんの匠（有限会社 大日の出プランニング）
〒182-0022 東京都調布市国領町3-10-37
https://anshin-takumi.com/
引受保険会社：東京海上日動火災保険（株）
（令和5年10月）22-TC05717

資料請求QRコード ▶

