765
2023
2.22

学術集会の歩き方

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ります。

学術集会in北海道を120%楽しむツアー！

日本精神科看護学術集会の歩き方

【会期】2023年 6月2日（金）～3日（土）
会期を3日間から2日間に変更しました。
【会場】札幌コンベンションセンター

第48回日本精神科看護学術集会は6月、北海道で開催されます。学術集会に初参加でドキドキの方、リピーターで北海道行きの飛行機をすでに予約してワクワクの方、初めて看護研究発表をするのでハラハラの方、さまざまだと思います。そこで、今回は学術集会を現地で満喫できる3つのコースをご紹介します！　新たな情報を得るだけでなく、気分転換したり、仲間とじっくり対話して、明日からのエネルギーを補給しましょう！

自宅でも

残念ながら会場参加はできない。でも、自分の時間で、自宅からでもオンデマンド配信が見られるからうれしい！ 楽しみだな！

事前準備

見どころ、聴きどころ満載なので、「プログラム・抄録集」をチェックしてマイスケジュールをつくってみよう！自分の名刺を用意しておくのもGOOD！

どきどきビギナーズコース

【おすすめ】
・学術集会に慣れていない方
・次回発表したい方
・一人で参加するのが不安な方

ナビゲーター

松永智香（まつなが・ともか）
医療法人白菊会白菊園病院
統括看護部長（高知県）

P.M. ＜ A.M. 1日目

一般演題Aに参加！
来年は看護研究に取り組む予定。たくさん発表を聞いて参考にしようっと。発表者に声をかけて、研究に取り組んだ感想も聞きたい。一般演題Aで実践報告や業務改善報告を聞いて、現場のみんなと共有したい。

基調講演に参加！
基調講演は「あらためて問い直す精神科看護のあり方」。講師は吉川隆博会長。よく「日精看ニュース」に載っている人だ。実際に見て、聴いてみようっと！

日々の実践の報告や振り返りの発表がいっぱい。研究予定と同じテーマの発表を見つけてみよう。

わくわく看護探究コース

【おすすめ】
・今回発表する方、次回は発表したい方
・研究の方法を学びたい方

ナビゲーター

藤井美香（ふじい・みか）
特定医療法人富尾会桜が丘病院
看護部長（熊本県）

P.M. ＜ A.M. 1日目

支部推薦論文発表！
座長や同じ群の発表者との打ち合わせを終え、会場へ。練習したおかげで、落ち着いて発表できた！ 質問にも答えることができて、ほっと一息。

発表のための準備！
午後が発表の本番だから、基調講演は聴く余裕がない。オンデマンドで見ることにして、発表論文を読み直して、こころの準備をしよう。

発表後に質疑応答の時間があります。興味あるテーマの発表者に直接質問できて、交流ができます。

さぁ、みんなで考えよう！コース

【おすすめ】
・医療政策や診療報酬、人材育成などについて学びたい方

ナビゲーター

比嘉将和（ひが・まさかず）
日本精神科看護協会 業務執行理事
沖縄県立精和病院
精神科認定看護師（沖縄県）

P.M. ＜ A.M. 1日目

医療政策や診療報酬にかかわる演題を中心に参加！
虐待防止策を新たに盛り込んだ改正精神保健福祉法が可決・成立したことを受けて、現場をどのように整えたらいいのか考えるための情報がほしいな。

基調講演に参加！
改めて問い直す精神科看護ってなんだろう。私の病棟の看護もなかなか変えられない。どうしたらいいか、ヒントをもらって考えたい。

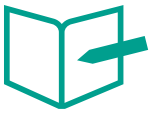
申し込みは3月1日から！

学術集会への参加は、manaable（マナブル）からお申し込みください（P6参照）。研修会と同じ方法となります。事前申込（会場参加）専用とオンデマンド配信専用の2つの申込窓口がありますので、ご注意ください。事前申込（会場参加）の方は、オンデマンド配信もご利用できます。【参加費】事前申込／会員13,200円（税込）、非会員26,400円（税込）
プログラム、申し込み方法など詳細は日精看オンラインから！！

A.M. 2日目

一般演題Bに参加！
患者さんへのかかわりのヒントがほしいから、この演題（ディスカッション）に参加してみよう。レベルは高そうだけど、いろんな意見を聞いて、かかわりのコツをゲットするぞ！

慣れてきたら、思い切って質問してみよう。考える力がつくし、積極的に学べますよ。



今日の振り返りをしよう！
一般演題A、Bって何だろうと思っていたけど、参加したら、様子がわかってよかった。北海道のおいしい食事を堪能した後は、抄録集を見て、明日の過ごし方を考えよう。

1日目を参考に、マイスケジュールをバージョンアップ！
この調子で、閉会式まで参加して学会を満喫しよう。シンポジウムもいろいろな立場の人が演者で、興味がある。楽しみだな。

おもしろいと思った発表や、考えさせられた講演など、感じたことを分かちあおう！自分の職場にも報告しよう！

P.M. 2日目

学会カフェを周遊する
当事者がつくっている手芸品を職場へのおみやげにしようかな。発表が終わった自分へのご褒美にパウンドケーキもゲットしよう。展示ブースではいろいろな情報も入手できそう。

どんなふうに製品を作っているのか、興味のある作業所に質問してみよう！　地元の作業所メンバーの参考になるかも。

日々の疲れを癒やす
発表が終わってよかった〜！北海道の味覚を楽しんだ後は、ホテルでのんびり。ゆっくり休んで明日に備えよう。

一般演題Bに参加
具体的なケア手法だけじゃない、いろいろなテーマのワークショップがいっぱい！参加者同士での交流や、体験学習ができるみたい。どんな人と出会えるのか、ちょっとドキドキ、かなりワクワク。

全国から集まった仲間との出会いの場。
相談に乗ってもらえるかも。連絡先も交換しておこう！

帰宅後

第1会場の企画と支部推薦論文は、帰宅後でもオンデマンドで見ることができます！

A.M. 2日目

精神科看護CONGRESS（コングレス）で人材育成や倫理を学ぶ
よい人材を育成する工夫や、組織の中での倫理観を高める試みをぜひとも知りたい！クリニカルラダー導入のための具体的な事例も聞きたい。

人材育成の知恵や工夫について、質問してみよう！　大変だったこと、成功や失敗、倫理を学ぶ教材など。

詳しい人に話を聞こう
ちょうど医療政策に詳しい人に声をかけたら時間をもらえた！数人で、制度について質問したり、意見交換。現場での困りごとを施策化につなげるにはどうすればいいのだろう？

他病院の看護管理者に、これから現場でどう取り組むかを聞いてみよう！

精神科認定看護師ブースや精神科認定看護師制度改正等の演題に参加
地域との連携事例や、今年度の診療報酬改定で新設された精神科外来にかかわる活動について聞いてみたい！その後はシンポジウムだ！！

精神科認定看護師になった動機や、資格を取るまでの実際の話も聞いちゃおう！

第1会場の演題ばかり聞いてしまった。支部推薦演題発表や一般演題Aはオンデマンドで確認しよう！

看護研究ウォーミングアップ ＃番外編

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）

日精看では会員のみなさんからいただいた看護研究の悩みを少しでも解決するべくさまざまな検討をしています。この度、現場で実践をしている会員と修士号以上で研究経験を有する会員をつなげる「日精看の共同研究マッチング」を企画しました。今回は、その概要をご紹介いたします。なお、開始時期や詳細は『日精看ニュース』、日精看オンラインでお伝えします。

1 日精看の共同研究マッチングの目的と運用のイメージ

研究に取り組みたいけれども経験が少なくて不安な会員（以下、実践者）と、実践者と一緒に研究活動を行いたい大学教員などの会員（以下、研究者）。双方が共同研究者としてマッチングすることで、現場に即した研究目的に沿った研究計画の立案、倫理的に配慮された調査の実施、適切なデータ分析と解釈が可能になります。その成果は看護の質の向上につながり、学術集会などで研究を発表してその成果が社会に還元されます。これが「日精看の共同研究マッチング」の目的です。

運用のイメージと関係性

研究に取り組みたいが、研究経験が少なくて不安な会員

- 臨床に即した疑問、最新の課題についての情報を提供する
- 共同研究者として、研究の場（フィールド）を共有し、調査や介入を行う

対等な立場 相互補完

研究経験と実績があり修士号以上の学位を有する会員（大学教員など）

- 共同研究者として、研究デザインから論文の受理まで、継続的に貢献する
- 倫理審査、論文の検索、研究に必要な機器やソフトウェア等の提供をする

2 共同研究マッチングの基本的なルール

共同研究マッチングを利用する場合は日精看の会員であることが必須です。また、双方に守っていただきたいルールを定めています。このルールの目的は、研究者と実践者が「対等な立場」であり、「相互補完」的な関係を保つことです。そのため、研究者が一方的に「指導」するような関係性ではないこと、研究開始前に役割や貢献（オーサーシップ*）を取り決め、最後までその役割を意識して遂行することなどとしています。

＊オーサーシップ：論文の著者になる資格。研究の構想やデザイン、研究データの取得・分析・解釈など研究への相応の貢献

基本的なルール

1. 共同研究マッチングを利用できるのは、実践者・研究者ともに日精看の会員のみである
2. 研究開始までに、役割分担（オーサーシップ）を明確にしておくこと
3. 研究者は実践者に研究方法を教育・指導するのではなく、共同研究者としてその研究を一緒に遂行すること
4. 研究者はスポット的にアドバイスをするのではなく、研究テーマの発想から論文の受理まで、役割分担を意識した共同研究者としての役割をもって関与すること
5. 共同研究者であるため、実践者―研究者間の謝礼などは不要とすること
6. 研究にかかわる諸費用（印刷代、郵送代、被験者謝礼等）は双方で協議して負担を決定すること
7. マッチングリストを活用した研究は、原則として日精看主催の学術集会で発表すること（その後の論文投稿は任意）
8. 複数から相談を受けた研究者は、責任をもって引き受けられる件数に絞ること

＊全国の研究者とのマッチングが可能だが、県内あるいは近県でのマッチングを推奨する

3 共同研究マッチングリストの公開

研究者の条件は、①本協会の会員であること、②大学院にて研究方法を学び修士号以上の学位を有していること、③査読を経た学術論文を発表した経験があることです。大学、病院など所属先は問いません。リストへの登録を希望する研究者は、日精看の新しい研修システムであるmanaable上の「共同研究マッチングリスト」（以下、マッチングリスト）に、名前、所属、共同したいテーマなどを掲載する予定です。協会本部で研究者の紹介・推薦等の仲介は行いません。

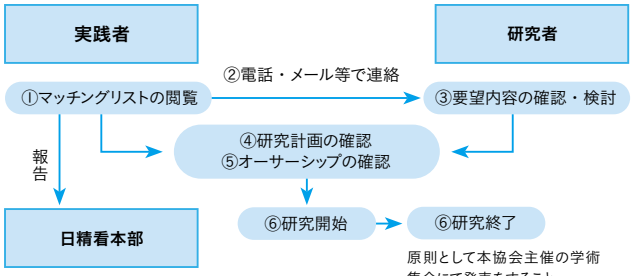
共同研究マッチングリストを作成し、会員に限定公開する

氏名	所属	学位・資格	共同したいテーマ	可能な研究手法	連絡先
○○○○	○○大学	博士（看護学）	・認知行動療法 ・SST	量的研究	xx@xx.ac.jp
○○○○	○○病院	修士（看護学） 精神看護専門看護師	・精神科看護の倫理 ・リエゾンコンサルテーション	質的研究	yy@xx.or.jp

4 共同研究マッチングの流れ

以下は共同研究マッチングの流れです。「この実践を研究的にまとめたいが、どのように進めたらよいかがわからない」「いま行っている看護の効果を明らかにしたいが、方法がわからない」などの状況があり、共同マッチングの利用を希望する場合、実践者はマッチングリストを閲覧し、一緒に研究したいと思った研究者に、電話やメールで研究者に連絡します。研究者は内容を確認し、共同研究を引き受けられるかどうかを検討します。研究目的や計画の概要、オーサーシップ（どの役割を果たすか）を確認し、合意できたら共同研究がスタートします。

マッチングの流れ



＊マッチングリストの利用については、所属施設内で情報共有してください

ETHICS

モヤモヤMEMOで考える倫理指針

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。

倫理指針 9 看護の探究・発展

精神科看護職は、実践の構築、および看護研究により、対象となる人々に有益な看護を探究し、精神科看護の発展に貢献する。

なんで研究をやらないといけないの？

病院編

できごと	関連指針	モヤモヤ%
「来年は研究を担当してね！」と師長に言われたけど、忙しくて研究なんかできないよ～。なんでやらないといけないの？	9	90%

（振り返りや気づき）
先輩に愚痴ったら「看護研究をやると、現場の課題に気づく力、現象を深く考える力、物事を客観的にとらえる力が身について、患者さんの理解にも役立った。学会で知り合った人と、いまだにやりとりができるしね」と言われた。なるほどだけど…。

精神科救急病棟勤務
精神科看護歴４年目
知治さん

これは、まさに指針９にかかわるモヤモヤだと思います。研究は大変ですよね。でも看護の効果は見えにくいからこそ、私たちはまだ明らかになっていない最新の、より効果的な看護を見出し、実施する看護の根拠を示す必要があるのです。さまざまな職種と対等に議論するためにも、説明できる看護を増やしていくことは重要になります（指針10）。自分たちが何をやっているのかがわからず、説明もできなければ、誇りある看護の実践につながりません。看護の知識と技術のアップデートについては指針８でも述べられています。

効果的だった看護は何がよかったのか、研究で明らかにして、まとめること自体が大きな成果です。そして何よりも、研究で明らかになった結果は、苦しんでいる患者を支援する普遍的な看護の技として確立されることにつながります。看護研究は指針８、11、12にも関連し、研究を行う際には指針1～5に配慮する必要があります。

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）

他職種との役割の違いがわからない！

地域編

たしかに地域で仕事をしていると、他職種との役割の違いがはっきりしないことは多いと思います。だからこそ、指針９にあるように、看護の探求をしていく必要があるのではないでしょうか。実践のなかで、看護職が自身の実践の意味を考えること、つまり効果があった実践、なかった実践を振り返り、背景にある要因を突き詰め、次につなげることが看護の探究となります。日々の看護実践を流さずに、いろいろな手法を使い、多角的な視点から理解・整理をする。それらを積み重ねることにより、対象となる人々に有益な看護の提供が行えるのだと思います。そのように探究して見出した看護を、より広く共有しながら、地域で利用者さんを支えるための看護の専門性をさらに探究していきましょう。

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）

できごと	関連指針	モヤモヤ%
地域で仕事をしていると、福祉の人との役割分担がむずかしいなあ。どこまでが看護の仕事なのかわからない。	9	80%

（振り返りや気づき）
訪問看護で利用者さんの希望に沿って仕事をしていると、ヘルパーさんと同じことをしている気がする。先輩に聞いたら「看護師としてのアセスメントが大事なのよ」って言われたし、なんとなく看護師がする意味がある気はするけど…。

訪問看護ステーション勤務
精神科看護歴３年目
一見さん

＊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。

INFORMATION

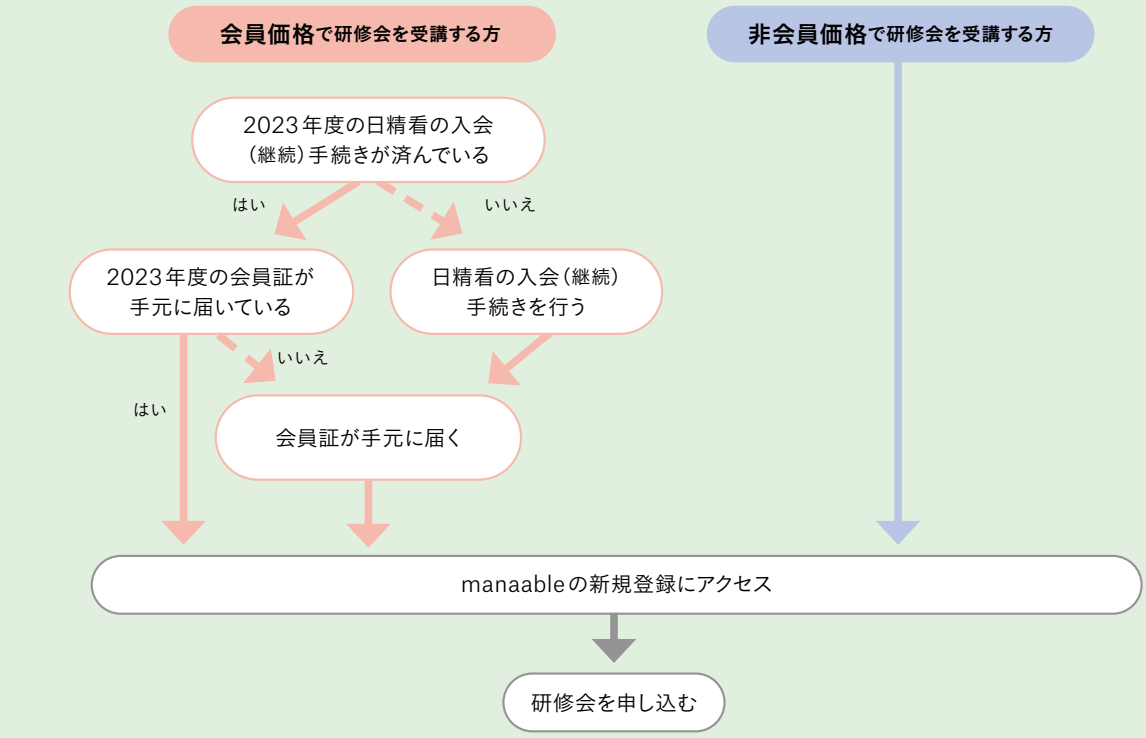
第48回日本精神科看護学術集会中に開催される第３回精神科看護CONGRESS（コングレス）のなかで、倫理をテーマにしたプログラムを行う予定です。ご期待ください。

2023年度　日精看研修会のご案内

2023年度研修会のお申し込み開始！

3/1（水）10時より、2023年度研修会の申し込みを開始します。
2023年度からmanaable（マナブル）で研修会のお申し込みを受け付けます。
お申し込みの前にmanaableにアクセスし、新規登録をクリックして利用者の登録をお願いします。
会員価格で研修会を受講される方は、日精看の入会（継続）手続きを済ませていただき、会員証がお手元に届いてからmanaableの利用者登録を行ってください。

研修会申し込み手順



精神科看護初心者向けオンデマンドのセット研修 ご活用ください！

精神科看護の初心者向けに、10のセット研修をつくりました。新卒者や中途採用で初めて精神科看護に携わる方に活用していただきたい研修会を集めました。ぜひ、ご活用ください。

＊その他のセット研修は、「日精看スタディガイド2023」p.16をご覧ください。

セット①【はじめての精神科看護】のご紹介

この研修会は、初めて精神科看護に携わる方に、最初に学んでほしい内容を厳選しました。精神科看護に必要な法律や倫理的な考え方などの基礎知識から、自身や対象者のケアにも活用できるストレスマネジメントの内容まで、5つのオンデマンド研修が含まれています。

はじめての精神科看護

【内　容】 No.2　精神保健福祉法の基礎知識
講師：吉川隆博（東海大学医学部看護学科）

No.4　精神科看護職に必要な心構えと態度・倫理の基礎知識
講師：吉川隆博（東海大学医学部看護学科）

No.27 観察と記録
講師：三宅美智（国立精神・神経医療研究センター）

No.64 ストレスマネジメント
講師：後藤成人（大分県立看護科学大学）

No.66 行動制限最小化看護の基礎知識
講師：浅川佳則（医療法人長尾会ねや川サナトリウム）

【受講料】 会員11,000円（税込価格）/ 非会員22,000円（税込価格）

＊No.は「日精看スタディガイド2023」p.12〜15に掲載している研修会No.に対応しています。

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。

精神保健福祉法改正に係る虐待防止措置の創設について（第40条の2〜8）

障がい者の適性を客観的に評価して就労につなげる新たなサービス等の導入を盛り込んだ改正障害者総合支援法などが、2022年12月10日に参院本会議で可決、成立しました。

併せて審議された精神保健福祉法の一部改正では、精神科病院の患者に対する虐待防止に向け、虐待を発見した人に都道府県への通報が義務づけられます（表1）。

この法律は、2024年4月1日に施行されることになっていますので、法律施行までの期間（約1年間）にさまざまな看護業務や看護活動の見直しが求められます。

今後、精神科看護職は、精神障害を有する方たちへの看護実践に際して、精神科看護職の倫理綱領で掲げている倫理指針を看護職の基本的職務として、会員の皆様とともに、これからの精神科看護を発展させていきたいと思います（表2）。

表1　精神保健福祉法改正における虐待の防止に関する事項

（一）精神科病院の管理者は、当該精神科病院において医療を受ける精神障害者に対する虐待を防止するため必要な措置を講ずるものとした。（第40条の2第1項関係）

（二）精神科病院において精神障害者の医療及び保護に係る業務に従事する者（以下「業務従事者」という。）による障害者虐待を受けたと思われる精神障害者を発見した者は、速やかに、これを都道府県に通報しなければならないものとするとともに、業務従事者による障害者虐待を受けた精神障害者は、その旨を都道府県に届け出ることができるものとした。（第40条の3第1項及び第2項関係）

（三）業務従事者は、（二）の通報をしたことを理由として、解雇その他不利益な取扱いを受けないものとした。（第40条の3第4項関係）

（四）（二）の通報又は届出を受けた都道府県の職員は、その職務上知り得た事項であって当該通報又は届出をした者を特定させるものを漏らしてはならないものとした。（第40条の4関係）

（五）厚生労働大臣又は都道府県知事は、（一）の措置又は（二）の通報若しくは届出に関し、精神科病院の管理者に対し、報告徴収等及び改善命令等を行うことができるものとした。（第40条の5及び第40条の6関係）

（六）都道府県知事は、毎年度、業務従事者による障害者虐待の状況、業務従事者による障害者虐待があった場合に採った措置その他厚生労働省令で定める事項を公表するものとした。（第40条の7関係）

（七）国は、業務従事者による障害者虐待の事例の分析を行うとともに、業務従事者による障害者虐待の予防及び早期発見のための方策並びに業務従事者による障害者虐待があった場合の適切な対応方法に資する事項についての調査及び研究を行うものとした。（第40条の8関係）

表2　日精看の今後の取り組み

- ●看護職の立場から、通報制度の目的等について理解を深めるための情報発信
- ●看護職が通報制度等を安心して、適正に運用するためのしくみづくり
- ●現在の看護職の対応や業務内容が、心理的虐待、放置・放任などの虐待につながらないように、看護職が障がい者虐待の定義に関する理解を深める機会を設ける（看護記録の記載方法等）
- ●看護職等のなかで、虐待に発展すると危惧される行為や、倫理的に気がかりと感じられる行為等の改善に向けた組織的な取り組みへのサポート

＊文中の障がい者の表記について、厚生労働省の資料のとおりに表記しているものもあります。

「看護管理ルーム」「精神科看護管理ニュース」で最新情報を！

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！

精神科看護管理ニュースの登録はコチラ

精神科認定看護師をめざそう！

どんな資格？

精神科認定看護師は、精神科看護の知識や技術を用いて質の高い精神科看護の実践・相談・指導を行います。多様な課題をもつ対象者への効果的なケアの実践や入院医療から地域生活をスムーズに行うための連携などができるように、資格取得の過程で精神科看護をじっくり学びます。

精神科認定看護師の役割

1. すぐれた看護実践能力を用いて、質の高い精神科看護を実践すること
2. 精神科看護に関する相談に応じること
3. 精神科看護に関する指導を行うこと
4. 精神科看護に関する知識の発展に貢献すること

資格取得までの流れ

前年に受講資格審査に出願（9月）、合格後に教育課程の受講、認定試験、登録後は5年ごとに更新となります。

出願要件

看護師免許取得後5年以上
（そのうち精神科看護経験3年以上が必要）

費用

受講資格審査から資格の登録まで
約65万円（会員価格税込）が必要です。

カリキュラム

精神科看護の基本的な知識から多様な課題をもつ対象者をアセスメントするための知識の活用方法まで幅広く学びます。それぞれの科目の講義は、現場で実践をしている専門家や大学の教員などが担当。ライブ配信、集合研修を組み合わせて実施しています。

基礎科目	単位数	専門基礎科目	単位数	専門科目	単位数	演習・実習	単位数
看護倫理	1	精神科診断治療学	4	精神科看護学	2	演習	1
情報管理と表現法	1	精神薬理学	1	精神科救急・急性期看護	1	実習Ⅰ	3
精神科看護に関連した法規と制度	2	フィジカルアセスメント	3	行動制限最小化看護	1	実習Ⅱ	2
対人関係論	1	チームアプローチ論	1	退院支援	1		
リーダーシップ論	1	精神保健福祉	2	精神科訪問看護	1		
看護サービス論	1	家族援助論	1	リエゾン精神看護	1		
コンサルテーション論	1						
教育論	1						
看護研究	1						
医療安全管理	1						
臨床薬理学	2						
小計	13		12		7		6
合計	38単位						

スケジュール

4～1月まで、研修会、演習・実習を行い、3月に合格発表があります。

「日精看スタディガイド2023」p.19に詳しい日程を掲載しています。

精神科認定看護師をめざす方のための説明会

【日　　時】2023/5/30（火）
【開催方法】ライブ配信（Zoom）
【定　　員】80名
【費　　用】無料
【申　　込】manaable（マナブル）からお申し込みください。
＊定員を超えた場合は同じ内容をオンデマンド配信する予定。

「精神科認定看護師制度ガイドブック」など、詳しい情報は、こちらをご確認ください。

こころのこと、もっと。

♥Report! こころの健康出前講座

日精看では、すべての人に「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。今回は岡山県支部の取り組みを紹介します。

岡山県支部

中学校での出前講座に挑戦して

昨年10月、県内の中学校の全校生徒140名に、こころの健康出前講座を行いました。先生から「中学生のこころの特徴や、気持ちが落ち込んだときのセルフケア方法、注意が必要なこころの状態、こころの健康が心配な人への対応など、思春期を取りまくこころの状況を話してほしい」という要望をいただき、それに沿った話をしました。

終了後には、「小学校のときに不安症で登校できなかった。まわりの人たちがいつもと違う様子だったら、自分から進んで声をかけて、不安を少しでも減らして勇気づけたい」「一人でも自分に『味方』がいるだけで自分が変われるのかなと思った」などの感想をいただきました。つらい体験がありながらも前を向いて歩もうとする生徒に、ささやかながらでも援助できたのではないかと感じました。

生徒のみなさんがきちんと前を向き、背筋を伸ばし、うなずきながら聞いている姿に、素直で真面目だと感じました。講座終了後、先生から「ここ何年も非行や家庭内暴力などの相談はほとんどない」とうかがいました。一方で、近年は不登校が増加しています。真面目な「いい子」であるがゆえにストレスの矛先が自分に向き、こころを痛めてしまうケースが不登校につながっているのかもしれません。この年代からこころの健康に関する知識を得ることが精神疾患の予防につながると信じ、今後も活動を続けていきたいと思います。

富永和幸（とみなが・かずゆき）
一般財団法人河田病院
副主任（岡山県）

多様性やSOSを出す大切さを伝えたい

昨年11月、高校受験を控えてストレスを受けやすい中学3年生に、こころの健康について話をしました。雑学を取り入れながら、生徒たちのこころがほっこりするように努めました。

まず、思春期のこころの発達の特徴として、「親に反抗したりイライラするのは、成長している証しだ」ということを、身近な例をあげて説明。また、ストレスのしくみや対処法をダムにたとえて解説したうえで、人間関係のストレスはそれぞれの価値観が違うために生じること、見ている視点が違えばとらえ方が違うのは当然であることを、だまし絵などを通して実感してもらいました。そして多様性を認めあえれば、ストレスが減っていくという話をしました。

最後は、こころのピンチを感じたり、こころに傷を受けるような体験をしたときはSOSを出してほしいと強調し、自分の安心が脅かされるようなときはだれにでも相談していいこと、電話やSNSでの相談窓口もあること、それでも言えなかったら私を訪ねてきてほしいということを伝えました。

私は性暴力などでトラウマを抱えた人の支援にもかかわり、一人でつらい思いを抱えている大人、子どもたちがたくさんいることを実感しています。今後も出前講座を通じて、だれもが安全に暮らせる権利があり、愛される存在であること、そして必ず助けてくれる人がいるというメッセージを伝えていきたいと思います。

中井志穂（なかい・しほ）
地方独立行政法人岡山県精神科医療センター
性暴力被害者支援看護職（SANE）
精神科認定看護師（岡山県）

これが自慢！ 全国発 日精看支部紹介

今月の支部
秋田県支部

会員数
380 人

お話／髙橋恵利子支部長

支部長の自己紹介＆支部長としての心がけ

看護師資格取得後、国立武蔵療養所（現国立精神・神経医療センター）、北里研究所病院勤務を経て、1986年に医療法人荘和会菅原病院に入職しました。病棟師長を務めた後、2004年より看護科長（名称変更により現在は看護部長）として働いています。牡羊座のO型、六星占術の水星人です。いつの間にか還暦を過ぎました。15年に支部長を拝命し、現在に至っています。趣味はおしゃべりと美味しいコーヒーを飲むことです。

役員・幹事・会員の皆さんが発言しやすい雰囲気づくりを心がけ、そこからつながる「楽しかった！」という気持ちの広がりを大切にしています。

秋田県支部が大切にしているポリシーや強み

支部独自の発想を大切に。そのためには、どんな小さな意見でも可能性を検討すること。年に数回実施する幹事会では「出席したからには、1回は発言しましょうね」と促すなど、誰もが支部活動を盛り上げる一員となれる活発なコミュニケーションを心がけています。

コロナ禍でどうしても制限される活動はありますが、そのなかでもできることをと、2021年から強化しているのが精神科認定看護師の活躍の機会を広げる取り組みです。秋田県支部独自に精神科認定看護師会を発足し、県内で活動する6名の合同勉強会などを企画しています。また、顔写真や似顔絵付きで個々の専門分野や持ち味を紹介する「認定PRリーフレット」を作成し、出前講座などの案内に活用しています。

秋田県支部主催の研修会、イベントなど

「こころの看護便」は県内の中学校・高校162校へ送付し、うち12校から資料送付の希望がありました。次年度も継続して実施する予定です。

研修会はオンライン研修がメインとなりましたが、感染予防対策やギャンブル依存症など注目の集まるテーマを設定し、県外からも講師をお呼びして企画しています。毎年5月・9月頃に恒例となった初任者研修も好評です。

会員交流会としてビヤガーデンで納涼祭も企画予定。新型コロナウイルスの感染状況次第ですが、1日も早く皆さんと楽しく集まれる日を心待ちにしています。

秋田県おすすめ情報

象潟駅から歩いて行ける、4席しかない「猫間珈琲」。数十種類のコーヒーと、クスッと笑える猫の漫画が楽しめます。
周辺の鳥海山や松尾芭蕉にゆかりのある九十九島など、観光地めぐりもゆっくりとどうぞ。

このコーナーでは、創立当初から「快適な眠り」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。こころをケアする看護職の皆さまの健康的な生活に貢献できましたら幸いです。

東洋羽毛は看護職に寄り添います

vol.11

スッキリ目覚めたい！寝坊を予防するには

シフト勤務の方は睡眠の時間帯が不規則なため、「起床のリズムをつくるのが難しい」と悩んでいる方が少なくありません。スッキリと目覚めるために重要なのは、「寝る前に光を浴びすぎないこと」。強い光を浴びると、睡眠ホルモンと呼ばれるメラトニンの分泌が抑制されます。特にスマホ・パソコンの画面から発せられるブルーライトには要注意。室内照明の調整も効果的です。

お問い合わせ先／お客様相談室（フリーコール）0120-410840

▲日精看 しごとをつくろうプロジェクト

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「しごつくカタログ」は、1月に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。

＼ ラストチャンス！ ／

「しごつく」で実現！「お買い物で社会貢献」

STEP 1

日精看会員施設に送られてくる
通販カタログ「アンファミエ」の
しごつく版で普段どおりにお買い物♪
（カタログの掲載商品は通常の
カタログと同じです）

STEP 2

商品と一緒に
「お楽しみギフト」が届きます
（注文１回につき１個。
何が届くかはお楽しみに）

STEP 3

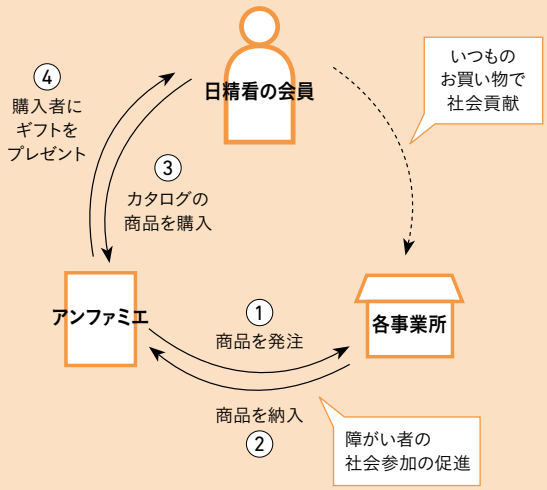
お楽しみギフトを製作している
提携事業所ではたらく精神障がい者の
自立支援に！

10 年もの長きに渡り「日精看 しごとをつくろうプロジェクト」にご賛同をいただき、誠にありがとうございました。
当プロジェクトの趣旨を深くご理解いただき、社会貢献の輪を広げるために応援くださったすべての方々に御礼を申し上げます。
提携事業所を訪問した際には、利用者の方々が「しごと」に一心に向き合う姿に触れ、当プロジェクトの意義を感じることができました。
当プロジェクトを通じて、精神科看護職の皆様や事業所の皆様のご支援に少しでもつながっていましたら、スタッフ一同嬉しく思います。
今後もより良い商品・サービスを通じて看護業界の益々の発展と、看護職の皆様の充実したワーク&ライフに貢献できるよう努力を重ねてまいります。

株式会社ナースステージ　アンファミエ事業部一同

「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。



最終号をお見逃しなく！

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 臨時理事会報告

【開催日時】
2023/1/21（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。
●岐阜県、愛知県支部の支部長2名について承認を得た。
●学術集会の会期を今後3日間から2日間に変更することについて検討し、承認を得た。
●第48回日本精神科看護学術集会開催方法を現地とオンデマンドのハイブリッド方式にすることについて検討し、承認を得た。
●2023年度研究助成の応募があり、教育認定委員会にて査定後決定した1題について承認を得た。
●精神科病院入院患者への暴力・虐待についての理事会声明について検討し、承認を得た（右記参照）。

【報告事項】

●入会パンフレットのリニューアルについて
●特定行為研修制度部会の開催報告について
●精神科認定看護師制度改正の進捗状況について
●第17回精神科認定看護師受講資格審査について
●日精看版ラダー活用に関するアンケートの結果について ほか

「静岡県の精神科病院看護職等による患者への虐待行為（暴力）に対する理事会声明」を発表しました

1/21（土）の理事会を経て、下記のとおり、理事会声明を発表しました。

静岡県の精神科病院看護職等による患者への虐待行為（暴力）に対する理事会声明

2023年1月24日
一般社団法人 日本精神科看護協会

2022年12月に静岡県の精神科病院に勤務していた看護職等による入院患者への虐待行為が複数の医療機関で発生していたことが報道されました。

本件について、精神疾患を抱え専門的な援助を必要としている患者に対する虐待行為に対し、日本精神科看護協会は下記のとおり声明を発表します。

記

私たち精神科看護にかかわる看護職（以下、看護職）は、虐待が複雑多岐に絡み合った要因で起こるものであったとしても、身体的虐待だけに限らず、すべての虐待の防止について責務を全うしなければなりません。加えて、精神保健福祉法に障がい者虐待に係る防止措置が規定され、精神障がい者への安全・安心な医療・福祉サービスの提供と権利擁護の成熟が望まれています。

私たち看護職は、虐待行為のみならず、その行為を傍観することも虐待行為となることを強く意識する必要があります。本会は本件を一部の看護職による事件と捉えず、看護職全体の倫理的課題として受け止め、意識の向上に努めていく所存です。

本会は、2021年に「精神科看護職の倫理綱領」を改正し、改めて精神科看護にかかわるすべての看護職の「社会的責任」を明示し、虐待の根絶と精神障がい者の権利擁護に取り組んできました。今後はより一層の徹底を図るとともに、虐待の根絶に　向けて取り組んでいくことをここに声明します。

看護管理ワンポイント vol.10

多職種連携で、質と量の問題解決

多職種連携が十分に機能すれば、ケアの質と量の問題を解決することができるはずです。しかし、管理者だった私自身がつい看護の立場を主張しすぎてほかの職種の問題ばかり口にしていたために、現場の看護管理者も同じような態度になり、連携がはかられているとは思えない状況になってしまった経験があります。学生時代に学んだチーム力の大切さを多職種に広げて考え、「何よりお互いを理解し、認めあうことが不足していた」と反省……。まずは多職種との日常的な会話が肯定的になるように意識したことで、さまざまな場面で協働が行いやすくなりました。

「気づいたら、いつも患者さんを中心に多職種がいた」という風土が、本当の多職種連携だと思います。多職種とのあいさつや日常会話を増やし、気づきや情報提供を大切にすることから始めてみたらよいかもしれません。

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.765
2023年（令和5年） 2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
発行者　一般社団法人日本精神科看護協会

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

『日精看ニュース』毎月22日発行｜1部200円＋税　©日本精神科看護協会 2023｜本誌記事、写真、イラストの無断転載を禁じます