



医療法人碧水会
汐ヶ崎病院

さざなみ

令和 5 年
春季号
第 72 号

〒311-1115 茨城県水戸市大串町 715 番地
TEL(029)269-2226 FAX(029)269-4387
<https://shiogasaki.net>



山道に白雲はしる山苧葉

写真：坂本 伸一郎
俳句：中村 恭子

目次 contents

- 表紙・目次 … 1P
- 日本精神科医学会
認定看護師に認定されて … 2P～3P
- 院長の本棚 … 4P
- 春の特集 … 5P
- レク行事紹介 … 6p
- スタッフルーム・
新任職員紹介 … 7P
- 診療案内・
汐ヶ崎ガーデン・
表紙解説・編集後記 … 8p

基本理念

わたしたちは、こころを病む方や家族の皆様にご安心いただけるよう、よりよい精神科医療を提供し、地域に信頼される病院をめざします。

日本精神科医学会 認定看護師資格を取得して

日本精神科病院協会には職種認定制度があります。看護師で言えば、認定看護師、認知症認定看護師、前回のさざなみで紹介した認定精神科医療安全士となります。

今回、2年の通信教育の研修期間を経て、2022年6月に日本精神科医学会認定看護師の申請資格を取得、その後、一次審査の書類審査、二次審査の筆記試験、面接、事例報告レポートに合格し、認定看護師資格を取得しました。

日本精神科医学会の認定看護師について簡単に説明します。「看護師の役割認識や素養を高め、看護師としての総合的な見識の獲得を図ることにより、提供する医療サービスを向上させる知識と技能、資質の備わった看護師」と規定されています。

認定期間は5年間で、認定期間内に日本精神科医学会学術大会や看護部門の学術教育研修会への参加、通信教育のフォローアップ研修に参加し3講義以上を受講する必要があります。その上で更新の際には、一次審査、二次審査をパスする必要があります。認定看護師となりましたが、ここがゴールではなく新たなスタートだと認識しています。

私自身、認定看護師に興味を抱いたのは2005年前後だったと記憶しています。当時私が描いた認定の資格は日本精神科看護協会、思春期の認定看護師でした。私自身の能力開発、向上のため様々な研修を受講しているときに、認定看護師の資格申請の単位を部分的に取得していることに気づき、どうしていくのか試行錯誤の時期でもありました。思春期認定看護師を目指すべきか、それとも行動制限最小化認定看護師になりたいのか。この時期から、何かに特化した看護師になりたい、そういう人材が必要とされる時代になるのではないかという思いがありました。

その後、紆余曲折があり2008年に日本精神科病院協会の医療安全管理者の研修を受講、認定され当院で活動してきました。その際に日本精神科病院協会の認定看護師制度を知り、認定看護師の申請資格を得るための通信教育を受講したい時期がありましたが、様々な諸事情で断念していました。その後、看護部長を拝命し、私自身が変わらないと、病院理念に基づいた看護部を作れないという思いがあり、土日の休みに自己研鑽で看護管理者の研修を見つけ参加している時期がありました。その頃、院長から声をかけていただき、今回の認定看護師取得までに至りました。

2年間の通信教育で何を学んできたのか、大きく分けると6つになります。

1. 精神科医療と患者処遇について
2. 精神科看護・精神科治療
3. 精神科社会復帰・地域医療
4. 看護管理について
5. 病院管理について
6. チーム医療について

講義内容

- 看護倫理
- ヒューマンエラー対策
- 多職種における精神科チーム医療
- 人材育成
- 職場のメンタルヘルス
- 精神科看護管理学
- 医療事故と法律リスク・マネジメント
- 接遇
- 精神科医療の将来展望
- 看護コンサルテーション
- 教育プログラムの開発 等

それらに対するグループ討論も多く盛り込まれ、他病院の方との意見交換の場も設けられた研修内容でした。2年間で提出したレポート課題は10例。その内のいくつかを紹介します。

看護管理レポート

- 1) 問題の分析
- 2) 目標の設定
- 3) 実践可能な具体的方法
- 4) 実践
- 5) 実践の評価

それぞれが抱えている課題を明確にするため、その課題達成に向けての取り組みを具体的に述べる

病院管理レポート

- 1) 地域のニーズ
- 2) 当院の特徴
- 3) 診療報酬という観点からみた病棟構成案や人員配置等の施設基準の検討
- 4) 地域のニーズに沿った病院づくりをするために今後の課題と考察

チーム医療レポート

- 1) 当院におけるチーム・スタッフの具体的な役割
- 2) 当院のチーム医療の現状と課題
- 3) 現状の問題点と指導的立場から再検討し、今後の方向性についての提案と考察

グループ討論でのレポートでは、看護コンサルテーションとして看護管理業務(①部下の指導監督②スタッフの配置や勤務管理③ケアの質の評価④組織の方針策定の関与および方針の周知徹底など)の看護管理場面を具体的に述べます。

教育プログラムの開発では、どんな看護師を育てたいのか、その上で当院の教育プログラムの開示などがありました。

認定看護師までの道のりを振り返ると、研修の講義を通して知識が増え、またグループワークを通して他者の意見に耳を傾けることで、物事への捉え方の幅が広がりました。知識と幅が増えたことで、視点を変えて物事を考えられるようになりました。

また、考えに対する引き出しや自分のプランニングも増えたように思います。楽しく仕事をするために学び続けることは非常に重要であり、認定看護師の資格を取得したことは自分にとってもプラスな出来事でした。

今後も看護部長として人材を確保し人材育成をしていきます。確保するためには、

1. 自分のやりたい看護が実現できる
2. キャリアアップできる環境を整える
3. 働きやすい職場の雰囲気をつくる
4. 私生活とのバランスがとれる

以上の事項を踏まえ、育成するために目標設定しコーチングのプロセス・コーチングスキルを活用し、行動変容と承認をしながら人材育成に努めてまいります。これを読んだ看護部スタッフで興味のある方は是非チ

ャレンジして欲しいと思います。看護師は生涯学習の時代です。医療水準は変化します。現状維持は退化に繋がります。自己研鑽して常にアップデートして下さい。正しい知識を持つことで看護力がアップします。それが業務の負担軽減にもなります。看護スタッフ個々のスキルアップが看護部の質の向上に寄与し、汐ヶ崎病院の理念である、「こころを病む方や家族の皆様への安心、より良い医療の提供、地域に信頼される病院」に繋がります。

認定看護師として、ケアに関するコンサルテーション、スタッフのメンタルヘルスマネジメント、各部署で起こった倫理的問題の解決へ向けた支援などを行い、スタッフのロールモデルや看護管理者として、院内の看護の質向上に貢献していきたいと考えています。組織文化を形成し、共有・習慣化・システム化し、精神看護の専門性を追求できるよう取り組んでいきます。引き続きご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

看護部長：人見 和宏



ゴキブリ研究始めました

柳澤静磨 著

怪虫ざんまい

昆虫学者は今日も挙動不審

小松貴 著

ゴキブリほど嫌われている生き物は他にいないでしょう。ドブネズミやクモも嫌われているでしょうけど、ゴキブリが家の中で突然現れると驚きと恐怖に包まれる、という方は多いと思います。

元々得意でなかったゴキブリをひょんな事からテーマにするようになった昆虫館職員の著者が、飼育や研究を通してゴキブリ好きになり、新種の発見までするようになる、というお話です。ゴキブリという昆虫のことを、見かけだけで毛嫌いしていた自分に気づかせてくれる本でもあります。白いゴキブリは幸運の印とか、いい匂いのするゴキブリがいるとか、意外な話も出てきます。また、皆が嫌っている「家に出てくる」ゴキブリの解説もあり、ただ怖い、嫌いだと言っていないで、相手を知るためにも貴重な情報源となっています。

一方、多くの森の中にいるゴキブリの役割として、環境系での分解者としての重要な役割についても、納得の解説があります。この本を手にとっていただき、相手を知ることができれば、もしかしたら冷静に対処できるようになれるかもしれません。好きにはならないかもしれませんが。



もう一冊ご紹介します。

在野の研究者である小松貴氏の「怪虫ざんまい 昆虫学者は今日も挙動不審」も興味深い本です。

地下水に住む謎の生物の発見の話、絶滅危惧種を追い求める話、さまざまな珍種との出会いについて、いずれも非常に面白いです。珍しい生き物との出会いは容易ではなく、それゆえ挙動不審をくりかえすことになっているようです。

春 特集

病院内でも季節を感じられるような行事献立や春のひとコマをご紹介します。

Menu 3/3



ちらしずし・花麩のすまし汁・
菜の花のゴマ和え・桜餅

Menu 3/21



三食ぼた餅・豚汁・お漬物・プリン

Menu 3/31



アポカドタルタルフィッシュバーガー
トマトスープ・牛乳・
フライドポテト&ナゲット

Menu 4/1



たけのご飯・すまし汁・つくね・
春雨とキュウリの酢の物・いちごプリン



←作業療法室(写真左)、正面玄関(写真左下)に雛人形を飾りました。



4月のとある日、偶然にも病院を囲むように虹がかかりました。



レク行事紹介



OT でバレンタインのデザートをつくりました。
クレープ・フルーチェのトッピングやデコレーションは皆さんの好みで…♡



← 左写真へ4月初旬、大串貝塚公園へお花見に行きました。



3月29日、体育館にて「移動販売ショッピング」を行い、衣類や雑貨など、普段売店では購入できない商品を購入されました。

ペット紹介

職員のペットたち
をご紹介します。



名前:<—
性別:オス
年齢:5歳

7.3kgの巨体です。



私が出かけようとする
とゴロンとしてお腹を
見せてきたり、足に擦り
寄ってきたり、甘えん坊
です。

医療福祉支援室：木澤 いちこ



新任職員紹介

令和5年1月以降に入職したスタッフです。
よろしくお願ひ致します。

令和5年1月



看護部
廣瀬 真輝

令和5年1月



栄養科
野呂 一喜

令和5年1月



栄養科
砂押 達郎

令和5年2月



看護部
鈴木 信穂

令和5年2月



看護部
小林 凌

令和5年3月



看護部
国井 力也

診療案内

	月	火	水	木	金
精神科 心療内科	高沢院長	清水	高沢	三上	高沢院長
内科			佐藤 (診療応需)	佐藤 (診療応需)	
歯科			宮永		

診療時間

9:30～12:00(受付 8:30～11:30)
13:00～16:00(初診・予約診療のみ)

休診日

土曜・日曜・祝祭日・
開院記念日(3/1)
盆休(8/13～8/15)
年末年始休(12/30～1/3)

予約受付

初診の方は事前の予約が必要です。
ご予約のお電話は、平日のみ午前 9:00～11:30、
午後 13:00～16:30 に受け付けております。
他院からの紹介状がある方は必ずお持ち下さい。



汐ヶ崎病院
(代表電話)
029-269-2226

認知症疾患医療センター
(専用電話)
029-269-9017

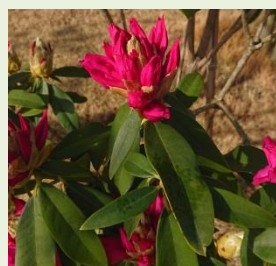
汐ヶ崎ガーデン



今年も桜が咲きました。



桜が散ってしまうと寂しいですが、
桜以外にもあちこちで咲き始めました。



表紙・解説



表紙写真：サンカヨウ

メギ科サンカヨウ属の多年草
高さ 30～60cm で茎や葉に
縮れ毛が生える。4～7月頃、
白色で径約 2cm の花を 3～
10 個つける。

撮影場所：鱒ヶ沢町大童子川上流
撮影条件：CANON EOS 1D, EF100mm
F2.8L MACRO IS USM, f8,
1/30sec. ISO200

編集後記

皆さまこんにちは。WBC では日本が優勝して日本中が盛り上がりましたね。その日出勤日でしたが、患者さんと一緒に応援をして楽しみました(作業療法)。あまりスポーツ観戦しない私ですが、とても感動し元気をもらいました。

さて、前回の私の編集後記で「おつまみレシピ」を紹介させて頂きました。今回は「無限きゅうり」を紹介させて頂きます。(4人分) ①きゅうり3本を薄くスライス ②ウェーパーまたは鶏がらスープの素小さじ2杯を少ないお湯で溶かし、その中にすりおろしにんにくを入れる ③ボールにきゅうりを入れ、ごま油・塩・味の素と②を入れてよくもみ、混ぜて完成です! にんにくが入っていますが、子供にも大人気です。ぜひ、お試しください。



さざなみ委員：菅原 一幸