

12/8 (土)

ちょうど一年前に初めて土曜日出勤をしてたようです。ブログを見返していて気がつきました。あの頃は行ける訪問も少なかったのに、センターで電話番みたいなものでしたが(笑)今日は訪問がたくさんでほとんどセンターにいる時間がなかったです。

12/7 (金)

インターンシップで未来の後輩ちゃんが来ました☆

私も訪問までに時間があつたので少しお話しさせてもらいました。土地勘のないところで訪問看護ができるのかと心配してました。私も西宮のこと全くわかっていなかったのですが、日々訪問に行く中で少しずつ開拓されていったので大丈夫だと思ってます。

12/3 (月)

初めてのタクシーで訪問!深夜に緊急訪問が入りました。上司に報告・相談し、タクシーでの訪問でした。日曜の深夜というのは走ってるタクシーがとても少ないそうなのですが奇跡的にタクシーがすぐ手配できました。しかも訪問終了時にはタクシーがほぼないのではと運転手さんも心配してくれ、そのまま待ってくださいました(もちろんお金はかかっていますが)。「お姉ちゃんも大変やね、がんばれ。応援してるよ」と優しい言葉が嬉しかったです。

12/1 (土)

兵庫医大で研修がありました。テーマは医療的ケア児の災害対策でした。要するに台風や地震など災害時に困ることや考えておくことについて話し合いました。

人工呼吸器や吸引器など停電時使えなくなったら困るからどうしよう。→充電型のバッテリーを用意しよう。避難先や充電できる場所を知っておこう。どのように対応するか支援者も含め事前に検討しておこう。などなど約2時間の研修会でしたが、内容の濃い研修に参加することができたと思います。

11/20 (火)

利用者さんが「河川敷に毎年綺麗にコスモスが咲いているのよ。今年も楽しみだわ。」と言っていたので、行ってきました。約50mほどのコスモス畑は圧巻でした。来年も楽しみにしてもらえるように訪問看護ができればいいなと思いました。



11/14 (水)

今日はインフルエンザの予防接種をしました。いつもお世話になっている医院で新人たちで打ち合いっこしました。医師の解説・指導つきです。後輩ちゃんに打ってもら



いました。すごく緊張していたようです。そのときの彼女の心境はブログに書いてありますので、是非読んでみてください。『3代目新卒訪問看護師』です。

11/11（日）

訪問看護師と考える看取りのシンポジウムでした。

劇ではサザエさん一家をモチーフに認知症の看取りが表現されていました。

新喜劇のような笑いもあり、盛り上がっていました。

自分がどう生きたいか、どう亡くなりたいか考えていくことが大切です。



11/6（火）

週末からの携帯当番が終わりました。今回は座薬の相談の電話が多かったように思います。

「座薬を使おうと思うのだが、使い方を教えてほしい。」「入れたが出てきてしまう」など。

私自身一度も使ったことがないのは問題だと思い、学生時代に一度自分で使ってみたことがあります。

10/31（水）

2回目の傾聴トレーニングでした。今日は相手の本質的欲求までたどりつく練習でした。自分の心の奥にある欲求（自分がこうありたい、相手にこうあってほしいなど）すら自分で気付かなかったのが、相手の欲求を引き出すのは本当に難しかったです。まだまだ実践で使えるレベルではありませんが少しずつ練習していきたいです。

10/24（水）

今日は傾聴トレーニングでした。傾聴は相手の話をよく聞くことだと思っていました。

カウンセリングとは、話し手が本当の欲求への気づきと自己決定の支援だそうです。そのため傾聴では、相手が話を通して整理したり、自分の本当の思いに気づくためのコミュニケーションスキルだそうです。聞き手の勝手な解釈や思い込みは不要なのですが、それがかなり難しい…。意識して練習してみます！

10/10（水）

今日は事業団の交流研修で地域包括支援センターに行ってきました。いきいき体操も参加させていただいたのですが、みなさん重りを使ってひょいひょい体操していて感動しました。私は重り使っていないのに筋肉痛になりそうでした…。地域の相談窓口として様々な活動をしていることを学ぶことができました！

10/9（火）

携帯はよく鳴りました。臨時の訪問はなかったのですが、ケータイが鳴るたびに心臓はバクバク。寿命が縮まった気がします。自分にご褒美としてブランドバッグを買いました(笑)

10/5（金）

就職して1年と半年。ついに週末の携帯当番デビューです。

先輩が2年目の10月から週末携帯当番が始まっていたので、きっと自分もそうだろうなと覚悟はしていましたがついにそのときがやってきました。いきなり祝日も含むロングコースですが、頑張りたいと思います!!応援よろしくお願いします(笑)

10/3 (水)

(訪問で) 小学校の運動会へ行ってきました。土ぼこりが舞う炎天下の中、一生懸命がんばる児童の姿に涙がこぼれそうになりました。

あまりにも青空が綺麗だったのでパシャリと撮った一枚です。



10/1 (月)

ちょうど1年前のブログに「初めて一人で訪問しました。」と書いてありました。初心忘れるべからず! 日々の訪問を大切にしようと気が引き締まりました。

9/24 (月)

祝日出勤です。久しぶりに訪問する利用者さんが多いのでドキドキ緊張しています。

申し送りを聞いて、イメージトレーニングして、さぁ行ってきます!

9/14 (金)

仕事終わりに関西労災病院で行われた研修に参加しました。心療内科の医師のお話はやっぱり上手だなあ、すっかり講義に引き込まれてました。病気であることも辛いですが、家族や仕事のことなど辛い・心配なことは他にもあるため、話を傾聴することの大切さを改めて学びました。

9/3 (月)

月末・月初は相変わらず忙しいです。加えて明日台風が直撃するとのことで、訪問振替の調整などでバタバタしています。さらに、私は明日から長期休暇をいただくのでよりバタバタしています。やり残してる仕事はないか…、飛行機は飛ぶのだろうか…、と考えることがいっぱいです。



8/30 (木)

先週の金曜日に会社の車の鍵を紛失しました…。訪問している間に(?)なくしたようです。利用者さんに多大なるご迷惑と心配をおかけしました。かなりへこみました。ふりかえりを所長さんと一緒にして、今後どうしていくか話しをしました。ちょっとスッキリしました。食欲がなかったのですが、復活しそうです(笑)

8/22 (水)

久しぶりに財布を忘れて帰りました。車を運転するので、免許の入った財布ごと訪問カバンに入れているのですが、よくカバンに入れたままにしてしまうのです…。サザエさんの歌が頭に流れています。(笑)



8/13 (月)

昨日人生 3 回目の献血に行きました。ちなみに 1 回目は気分不良で嘔吐、2 時間安静。2 回目は針を抜く直前に気分不良、1 時間安静。もしかして献血にむいてないのではないかと思いながら今回 3 回目に行きました。今回は・・・針をぬいた後に気分不良、30 分安静。医師からも看護師からも「献血もうやめといたら」と言われてしまいました。

8/10 (金)

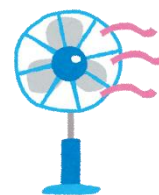
なんだか今週は疲れました。計画書・報告書の作業があったこともありますが、今週は訪問件数が多かったです。24 件！訪問以外にもケアマネや医師との連携などすべきことはたくさんあり、時間がいくらあっても足りないです…(—_—)

8/6 (月)

この週末に医療物の映画を観てきました。中学生のときにドラマで放送が始まって、「あんなカッコいい医者がいるんだ♥」とわくわくしたのを今でも覚えてます。それを見て医療職を目指したわけでは全くないのですが…(笑) 映画の中に出てくる専門用語がわかるようになってきて、さらにワクワクしながら観ることができました。

7/25 (水)

暑くなってきました。センター内に扇風機が新たに購入され、冷えスプレーなど冷感グッズも購入してもらいました。さあ、ばりばり働かなければ！！



7/19 (木)

結局今回は 3 日間携帯当番をして、計 5 回携帯が鳴りました (内 2 回かけまちがえ)。臨時訪問が必要な方がいましたが、前もって受け持ち看護師が訪問すると話し合っていたのでお願いして、私は臨時訪問はなかったです。が、緊張でよく寝れずなんだか疲れました。今晚からぐっすり寝ます(笑)

7/18 (水)

携帯当番で初めて携帯が鳴りました。さあ寝ようと思ってうとうとしていると！間違い電話でした。(笑)

7/13 (金)

後輩ちゃんが 1 週間を終え、センターに立ち寄ってくれましたが、私が新規の処理など自分のことでどたんばったんしてたので全然話できませんでした。ごめんよー。(；—_—)

7/11 (水)

月・火曜と休みをもらって、某サロンのフェイシャルエステの研修に行ってきました。クレンジングやクリームの使用量や泡立て方・洗い方など学んで肌がすごくきれいになった気がします！泡立て方など訪問にも役立てていきたいです。

7/7 (土)

明後日から後輩ちゃんが県立西宮病院に2か月間研修に行きます。そういえば、私も1年前緊張しながら行ったなあ…しみじみ。何か相談したいことや話を聞いてほしいことがあったときに、気軽に声をかけてくれたらなあと思っています。(本人には言いません(笑))

P.S.写真は昨日ごはんに行ったときの写真です。



7/6 (金)

明日もドキドキの土曜日出勤です。先週同様、2人で出勤します。今のところ私は6件訪問する予定ですが、明日になったら増えてるかもしれません。(笑) 終わったらごはんに行く予定なので、がんばって働きます！



6/30 (土)

今日は土曜日出勤です。なんと訪問が全部で11件！もちろん一人では回れないので所長さんが出勤してくださいました。私7件、所長さん4件。私の訪問はほとんど点滴をする利用者さんだったので、指示内容を間違えないように何度も見返して訪問しました。どっと疲れしました。ちなみに来週も土曜日出勤です。一体何件訪問があるのでしょうか。

6/27 (水)

今日は所長さんと大学の就職説明会に参加してきました。15分×7Gにお話をさせていただきました。なぜ私が訪問看護に就職したのか、就職するまでの過程、就職してからの過程をお話しさせていただきました。私自身初心を思い出せてよかったです。さて、インターンに来てくれる方はいるでしょうか。楽しみです♪



6/22 (金)

今日は午後の訪問が風呂、風呂、風呂と汗かきまくりコースでした。帰所してから2時間はたちますが、まだまだ身体はポカポカで、バキバキで、ねむねむです。まだやらなければいけないことがたくさんあるので、しゃきとして頑張ります。

P.S.あ、火曜くらいからeラーニングしてなかった…。3週間くらいは継続できましたかね。

6/18 (月)

ただいまです。本日から通常業務に戻ります。と言っても先週毎日少しは顔を出していたので懐かしい感じはないです。いや、離れていたのが1週間だったからか。

6/15 (金)

老人保健施設での研修が終わりました。病院から直接自宅へ退院できない諸事情や施設でできることで

きないことなど実際お話しを聞いたりしないと知らなかったことがたくさんあり、とても有意義な 1 週間だったように思えます。

6/8 (金)

週明けから 1 週間老人保健施設で研修です。オムツ交換や更衣、食事介助など介護の基本について学んできたいと思います。身体に技術が染み付くように積極的に取り組みたいと思っています！

では、行ってきまーす(^o^)

6/6 (水)

今日は実技演習をしました。シャワーや入浴介助、臥位での洗髪、更衣を演習しました。私は後輩ちゃんとペアでお互いやりあいっこしました。写真は後輩ちゃんに着替えさせてもらっているところです。



6/4 (月)

e ラーニングは今のところ毎日 (平日) 進めていってます。いつまでコツコツできるでしょうか。とりあえず、三日坊主にはならなかったです (笑) 何日坊主になったか報告しますね。

5/29 (火)

訪問看護 e ラーニングというもので訪問看護についての基礎を勉強することになりました。自分で動画をみて勉強していくみたいです。とりあえず初めてなので 2 つ動画をみました。1 つの動画が 10~15 分あるので計画的にしていかないと終わらない気がしてきました (笑)

P.S. そういえば去年先輩が「計画的にやっていくのよ！進んでる？」と何回も言われていた意味がようやくわかりました。

5/26 (土)

土曜日出勤で契約と初回訪問がありました。契約するのは 2 回目なので必死に読み込んでイメージトレーニングしました。やっぱり緊張しました。

5/22 (火)

明日明後日とお休みをいただいているのでやり残していることはないか、引き継いでおこななければいけないことはないか考えています。看護師として、社会人としてしっかりしなければいけないですね。きっと大丈夫なはず。。。

5/18 (金)

後輩ちゃんの採血をしました。私も少し緊張していましたが、後輩ちゃんはとても緊張していたようで顔がこわばっていました。それなのに 1 回失敗してごめんね。



5/16 (水)

兵庫県新卒訪問看護師育成プログラムが完成したみたいです。一番最後のページに作成メンバーが記載されていて、課長さんや私の大学の先生、研修でお世話になった病院の師長さんの名前がありました。その大学の先生というのは、私にこのセンターを紹介してくれた方なのですが、就職してから1度もお会いできていないので会いたいなあ…。きっと課長さんを通していろいろ話を聞いているのでしょうか。心配をかけないようにがんばらなくては！！

5/14 (月)

このブログを書き始めて1年が経ちました。早かった気がします。

これからもご愛読よろしくお願い致します♥

今日はリハビリ研修に参加しました。事業団内のリハビリスタッフが講師です。体位変換や車いす移乗など普段行っている技術ですが、もう一度身体の構造やポイントなど教えてもらいました。



5/7 (月)

GWが終わりました。ちょうど1年前は「出勤してきて偉いね。」とたくさんの人に褒められたなー。今年はずいぶん言われなかったもので、自分で自分に言いました。(笑)

5/3 (水)

今日は初めての祝日出勤です。

土曜日出勤と違って、祝日は非常勤のスタッフさんも出勤されているのでさびしくないです ^o^



4/28 (土)

土曜日出勤です。午前中訪問でセンターを留守にしていたら留守電にメッセージが6件も！24時間携帯当番のスタッフと相談もしながら、一つずつ対応していきました。なんだがどっと疲れしました。午後は平和に過ごせてよかったです!(^)! (笑)

4/26 (木)

センター会議がありました。司会と書記なので今会議録を作成しています。そういえば2・3月も私が会議録を作成したような…。要点をまとめる勉強になるので頑張ります。(笑)そして今日は2回目の携帯当番です。ドキドキ

4/24 (火)

明日は土曜日出勤の振休をいただくので、今日中にやらないといけない仕事はないか確認しています。きっとやりきったはず。はず…。大丈夫なことを祈ります。(笑)

4/18 (水)

昨日は携帯がなかったのでほっとしてましたが、今日の研修中に鳴りました！私が研修後に訪問予定の利用者さんの家族からでした。体調が悪そう…という相談の電話でした。疾患や今の状態などいろ



いろ情報を聞き出して…と頭をフル回転したので疲れました。緊急を要しないと判断し、所長さんに報告・相談して「それでいいと思うよ」と言っていただきました。すごくうれしいです♥

4/17 (火)

昨夜から今朝にかけて 24 時間携帯の当番でした。初めての当番です！緊張と不安でいっぱいでした。携帯が鳴ったのに気付かなかったのでは？と夜中何度も起きて携帯を確認しました。結局携帯は鳴ることなく無事終了してほっとしました。今日はよく眠れそうです。

4/16 (月)

今日は小学校へ訪問です。胃瘻で注入が必要なお子さんでも学校へ通えるように訪問しています。学校や教育委員会、ご家族との綿密な打ち合わせをして、学校への訪問が実現しました。

4/13 (金)

5月の予定表を作成していく時期になりました。ゴールデンウィークがあるので、訪問が必要か不要か、振り替えが必要か、誰が出勤するのか確認しておくことがたくさんあります。所長さんが予定表を組んでいくのですが、本当に大変な作業なので何かお手伝いできることはないかと探しています。

4/9 (月)

昨日は祖父母と喜寿のお祝いをしました。大きな病気もなく介護も必要な状態ではないのですが、今後何かあったときにどうしたいか聞いてみました。延命治療はしたくない、できれば自宅で生活したいとのことでした。これから先、思いは変わっていくかもしれませんが、家族みんなが知っておくことは大切なことだと思いました。

4/6 (金)

後輩さんは私も参加させていただいていた県立西宮病院の新人研修に参加しているので、まだ自分が先輩なのだという実感はあまりないです。(笑)

4/5 (木)

今日は夕方に所長さんと人形を用いてオムツ交換や浣腸・排便の実技確認をしました。あの利用者さんの場合は…、この利用者さんの場合は…、と利用者さんの状態や使用物品の違いに応じた対応が必要ですが、基本となることは変わらないのでもう一度意識しなおして明日からも訪問がんばります。

4/2 (月)

今日から2年目です。自覚はないですが。

お昼ごはんを食べていると「1年前は食欲もなくて、昼ごはんはスティックパン1本しか食べれないくらい緊張してたのにね。今は机の上にたくさん食べ物があるね。」と言われました(笑)もりもり食べてがんばります♪



3/31 (土)

1年目も今日で終了。1年目ラストの本日は土曜日出勤です。

1年間ブログのご愛読ありがとうございました。2年目も変わらず更新していけたらと考えております。よろしくおねがいします。



3/28 (水)

今日は常勤カフェでした。4月から制度改定ということで勉強会もしました。現在の制度もまだまだ勉強が足りませんが、追加や変更点も加えてますますの勉強が必要です。日々の訪問や契約を通して深めていけたらと思います。

3/26 (月)

事務所の雰囲気が変わりました。机や棚が新しくなり、心まで新しい気分です。ただ、大量の荷解きが…。すぐに必要でなさそうなものは後回しでもいいですかね？(笑)いつやろ。



3/23 (金)

気付いたらコンタクトレンズが片目はずれてしまっていました。その後の訪問には影響なかったのですが、視力の左右差が1.0以上あるので変な感じがするのでとりあえずパソコン作業は片目をつぶってしています。今後はコンタクトレンズの予備をセンターに置いておこうと思います。(笑)

3/17 (土)

兵庫医大で行われた地域合同勉強会に参加しました。小児の栄養評価や嚥下について勉強し、地域連携について意見交換しました。私が訪問する利用者さんに直接関わる内容なのでとても身近に感じることができました。

3/15 (木)

今週は臨時訪問に2回行きました。もうすぐ24時間携帯をもつ予定なので訓練です！

3/12 (月)

インターンシップに学生さんが来ていました。大学で行われた就職説明会で興味をもってくれたみたいです。入職してからずっと訪問させていただいている利用者さんのところへ一緒に行きました。「もう学生さんを連れてこられて…、大きくなりましたね」と言っただき、利用者さんに成長を見守っていただけたところも訪問看護の魅力だと思いました。

3/9 (金)

滋賀県に行ってきました！交流会は2時間ありましたが終始話がとまらなく、訪問看護の魅力や難しさを語り合いました。滋賀県と福井県の新卒訪問看護師さんとお話したのですが、雪が積もると雪かきや雪道での運転が必須だと聞き、西宮でよかったーと思いました。これからは少々の雪くらいでは文句を言わず、訪問がんばれそうです。(笑)



3/8 (木)

明日は滋賀県で行われる新卒訪問看護師の交流会に参加してきます。私は幸運にもセンター内に新卒の先輩がいるのですが、他の新卒の訪問看護師にはお会いしたことがないのでごく楽しみです♪

3/7 (水)

今月も報告書の郵送の日がやってきました。先月中旬まで病院研修だったので、私が作成した報告書は1枚だけですが、これからたくさん訪問に一人で行けるようになってもっとたくさん書けるように頑張っていきたいと思います。



3/5 (月)

先週金曜日にお休みをいただいて、プチ旅行に行ってきました。高校の同級生と「もう社会人1年目が終わろうとしているね」などたくさん話をして、リフレッシュ&よしがんばろう!と元気づけられたので、今日からまたがんばろうと思います。

2/27 (火)

指示書を依頼する仕事も慣れてきました。が、催促するのは初めてです。今日も流されてしまったので、明日は座り込みでもしてみましようかね。(笑)

2/23 (金)

3月から一人で訪問する利用者さんがたくさんいるので、同行させてもらって勉強する日々です。それぞれのおうちで使用する物品や配置が違ったりと個別性に対応できるように、同行した方をノートにまとめています。それぞれのおうちに配慮した看護が提供できるのが、訪問看護の魅力だなと感じる日々です。

2/19 (月)

今日から訪問再開です。一人で訪問できるように同行訪問がんばります。原付に乗れるように練習してみましたが、まだまだ練習が必要です…。

2/16 (金)

今日で2ヶ月の病院研修が終わりました。前期も合わせると計4ヶ月、県立西宮病院で研修させていただきました。病棟の看護師さんから「お疲れ様、これから病院で学んだことを在宅でも活かしてがんばって!」と温かいお言葉をいただきました。お世話になり、本当に感謝の気持ちと涙でいっぱいです。今日はよく泣きました。(笑)



2/13 (火)

県西で看看連携交流会がありました。訪問看護スタッフと病院の看護師やMSWと一緒に事例を検討し

ました。お互いの考え方や視点がわかり、よりよい連携を考える機会になりました。

2/8 (木)

去年の今頃は、国家試験のために猛勉強していたなあ。テスト勉強や提出物はぎりぎりまでやり始めない私は、1月の終わりに国家試験の勉強を始めるといふ異端児。そこから2~3週間の怒涛の追い込みと諦めで国家試験を受けました。(笑) ちなみに、国家試験問題集(Q&B)を4周しました。

・このブログを見ている看護学生さんへ

2~3週間で追い込むのはとてつもなくしんどかったので、余裕をもって計画的に勉強することをおすすめします。(笑)

2/5 (月)

家にパソコンがないので、病院研修帰りにセンターに寄ってパソコンを借りています。明日が期限の提出物があるのです。(内容・提出期限を昨日知ったという…泣)

2/16に県西の新人研修で看護技術の発表があり、そのための原稿を今、必死に作成してます。1年間の新人研修も今回で最後なので、精一杯がんばりたいと思います!



1/31 (水)

ICUで研修中です。急な状態変化や緊急処置など迅速に行動することが求められます。初日は端で見学していただけなのに、一人でパニック起こしてました(笑)。何が起こりうるのか常に考え、冷静に行動することが大切ということを学んでいます。

1/26 (金)

来週は救命救急センターで研修です。山PのようなDrがいるかも…なんてドラマの世界を想像している場合ではない! どのような症状で運ばれてくるのか、どんな対応をしているのか、緊迫した状況でただあたふたするのではなく、しっかり勉強させてもらいます!



1/19 (金)

来週は地域連携センターでの研修です。退院にあたって訪問看護開始となることが多いので、病院側ではどのような連携が行われているのか、よりよい連携を行うためにどうしたらよいのか勉強したいと思います!

1/12 (金)

あー。またアンケートの不備があって、センターに来ています。(笑) もう自分で自分がなさけないです。

1/10 (水)

研修に行くまでにしていけないといけなことをすっかり忘れていたので、研修帰りにセンターに来ました。なのでブログ更新します(笑)「センターにきてください」と電話があったので、来るまでの道中

はひたすら「自分、何しでかしたんやろう…」と考えてハラハラしていました。ちなみに、アンケートを1枚書くのを忘れていました。

1/5 (金)

新年あけましておめでとうございます。昨年はなんとか体調を崩さず過ごせてよかった。今年も元気に働きます！



12/28 (木)

今日で2週目が終了しました。研修初日から受け持たせていただいた患者さんも無事退院されました。年末年始休暇を挟むので、しっかり休んで年明けからも頑張ります！

12/26 (火)

受け持ちさんは無事手術が終了し、退院の話もでてきました。ずっとベッドに寝転がっていると筋力が低下してしまうので、一緒に散歩でもしましょうと声をかけたりしています。



12/22 (金)

「ひゅー、ごろごろごろ」痰がたまっている音です。病棟研修でこの音を聞くとすぐにベッドサイドに行って、吸引できるようになりました。気管切開や人工呼吸器を使用している患者さんが多いので吸引などの手技を学ばせていただいています。

12/18 (月)

後期病院研修1日目。前回と同じ病棟でお世話になるのですが、緊張しました。でも、みなさん温かく受け入れてくださったので明日からもがんばれそうです。明日は同期も日勤なので会えるのが楽しみです！



12/15 (金)

さあ、来週から2か月間県立西宮病院に研修に行きます！前回と同じ病棟での研修に加え、救急や地域連携室、外来でも研修させていただく予定です。緊張はありますが不安はなく、むしろどんなことが学べるのかワクワクしています。前回よりも積極的に学んで成長して帰ってきたいと思います！

12/13 (水)

お悔み訪問に同行しました。末期ガンの方の短期間の看取りの看護が増えていく中で、連携をスムーズに行いセンター内での情報共有を密にして看護の質を上げて、「短かったけど最期を自宅で過ごせてよかった。」と本人・家族が思えるような関わりをしていきたいと思いました。

12/12 (火)

課長と補佐と面談でした。話を聞いてもらってなんだかすっきり。その後、新卒看護師を採用予定のステーションの方とお話をしました。近くにお友達ができると思うとすごく楽しみです！

12/11 (月)

土曜日出勤は無事(?) 終わりました! そして、今日は初めて 5 件訪問でした。思ったより疲れていないというのが感想ですね。きっと明日くらいに疲れが出るのでしょうかね… (笑)

12/9 (土)

急遽、土曜日出勤です。「困ったことがあったらメールか電話してね。」とっていただいたので、初めてでも頑張れそうです。無事に業務終了できますように…☆

12/8 (金)

仕事終了後、忘年会でした! お店のおばちゃんがおもしろい人でみんなで楽しく食事できてよかったです。



12/7 (木)

保健所で行われた難病講習会に参加しました。特定医療費受給者証をお持ちで自己負担額上限がある方でも負担額は人によってさまざまです。公費負担の対象のもの、対象でないもの、どんなサービスが利用できるのかなど自分がしっかり勉強しないと利用者さんに説明できないのでがんばります。

12/6 (水)

月に 1 度の報告書郵送の日です。全利用者さんの報告書と計画書を郵送するわけですが、入院したので報告書のみ郵送したり、血糖測定表など別途添付するものがあつたりと、抜けなく郵送するのは時間がかかります。がんばったので、Dr しっかり見てくださいね! (笑)

11/29 (水)

CV カテーテルから点滴実施。写真は点滴を準備しているところです。病院研修の 2 か月間毎日させていただいていたので、落ち着いてすることができました。「身体が覚えている」という言葉がぴったりあてはまりました。



11/20 (月)

今日から 1 ヶ月間「リハビリテーション標準モデル提案のための調査」が行われます。訪問看護事業所における看護職員と理学療法士などの連携について把握したいようです。センター内に看護師だけでなく、リハビリ職がいることで相談しやすく、リハビリ素人の私はリハビリスタッフの訪問に同行させていただいて学んだり、アドバイスをいただいたりしています。

11/17 (金)

今日はすこやかケアの消防避難訓練に参加しました。消火器や消火栓の場所をあまり普段意識してなかったんだなと思いました。自分の命に関わることなので参加できてよかったです。



11/16（木）※長文ですが、みなさんにも知ってほしいと思いました。

『訪問すると、利用者さんがもう息をしていません。第一発見者です。どうしたらよいでしょう。』

- 呼吸や脈、瞳孔反射など確認する。• 急変時の対応や本人の意思を確認し、対応する。
- 不必要に本人や周りのものに触れない。→窃盗など事件性の確認に影響がでる。
- 上司に状況を報告し、指示を仰ぐ。
- 主治医に連絡し、死亡確認が可能か確認し指示を仰ぐ。
- 死亡確認を病院で行う場合は救急搬送となる。→死亡確認は医師ができることであり、死亡確認されるまでは生きてるとみなされ、蘇生を行いながら救急車で運ばれる。
- 訪問看護師は救急車には原則乗らない（状況によっては同乗することもある）。→その後の色々とした手続きなど訪問看護師で責任もって対応できるのかと考えたとき、普段から起こりうることを予測し、支援者とつながっておき、看護師としてきちんと役割が果たせるように準備しておく。
- 経時記録で状況を記録する。0：0入室、0：0発見…→死亡時の状況や行動の証拠となる。

◎生前から急変時について連絡先など確認しておくことが大切である！

◎利用者さんは定期的に主治医、かかりつけ医に診てもらい、死亡確認をしてもらえるように、検死しなくてよいようにする！→事件性がないと判断されるまで、家族や近所の方が事情聴取を受け、時には疑われることがあります。近所の方が親切心で声をかけたり面倒を見ていたのに、疑われると気分が悪いですね。気分が悪いだけでなく、やってきたことが否定されたような気持ちになると支援する人がいなくなってしまう、独居や高齢世帯の方の地域生活が成り立たなくなってしまうですね。

11/15（水）

今日の看護課研修会は民生委員とさくら会、ひまわり会の方とワールドカフェを行いました。お互いに今まで自分が関わったことのある認知症の方の話や課題について意見を交換しました。薬がきちんと飲めていなかったなどご家族さんに連絡することはマイナスな話題が多いですが、こんな昔話を聞きましたなど明るい話題をしてほしいとご家族さんは思っているようです。今後、意識したいと思います。

11/11（土）

今日は「在宅における認知症患者への対応」という研修に参加しました。母校の先生が講師をされていたので大学の授業を思い出し、懐かしかったです。先生が私の顔を見て「大丈夫？元気にしてる？あ、大丈夫そうやね。よかった。」と。顔を見ただけでわかるってすごいですね。

11/10（金）

今日の訪問は所長さんと学生さんが同行でした。緊張するだろうなと思い、いつも以上に訪問のイメージをしてから訪問に望みました。所長さんはそんな私の気持ちもお察しで、訪問の途中で来てくださいました。訪問を任せていただけるうれしさと心配だからと見に来て下さる優しさを感じました。

11/2（木）

単独訪問が増えてきています。同行訪問で自分の手技やアセスメントを評価してもらい、単独訪問に挑みます。自分はどこがアセスメントできていないのか、何についての勉強が



足りないのか、日々落ち込むこともあります、がんばっています。

10/28（土）

先日告知した市民祭りに行きました。天気予報は雨でしたが、たくさんの方が来ていて盛り上がってました。私は「訪問看護を知っている？知らない？」アンケートをとりました。「聞いたことはあるけどよく知らん。」という方がたくさんいたので、もっと知ってもらえたらいいなと思いました。

10/27（金）

今日は県立西宮病院で新人研修。倫理についての勉強です。実際に働いている中で、倫理についた場面についてグループワークをしました。余命宣告や治療方針、身体拘束など倫理について考えることがたくさんありました。

10/22（日）

“訪問看護師と考える看取りのシンポジウム 市民講座「家での看取りを語ろう」”に参加しました。台風で開催されるか心配でしたが、無事開催されました。訪問看護だけでなく、病院やグループホーム、有料老人ホームの職員の方、看取りをされたご家族の話もあり、学ぶことがたくさんありました。

10/18（水） part2

先輩とインフルエンザの予防接種をしました。お世話になっているDrのご指導の下、互いに皮下注射しあいました。注射を打つのは緊張しましたが、私に注射される先輩の方が緊張していました（笑）。

10/18（水） part1

今日の看護課研修会はワールド・カフェでした。「看護について語り合おう」というテーマで、5・6人のグループになって話し合いました。お茶やお菓子をいただき、時には涙ぐみ、先輩方の話を聞いて胸が熱くなりました。

10/16（月） part2

今日は『看-看連携研修』がありました。県西の看護師さんが訪問看護に来られ、訪問を見学されました。先日病棟実習でお世話になった看護師さんも来られていました。お顔を拝見するだけで懐かしい気持ちに…。次回の実習では成長した姿を見てもらえるように頑張りたいと思います。

10/16（月） part1

今日はポートから点滴をしている方の抜針に行きました。一人で！！先週の木曜日から計画されていたので、この週末は何度も動画を見たりして勉強していました。無事任務を遂行できてよかったです。

10/13（金）

<告知> 10/28（土）にしのみや市民祭りがあります。西宮市役所周辺で開催されます。ステージや屋台もあるそうです。私はお昼から訪問看護のブースのお手伝いをす



る予定です。是非みなさん来てください！！

10/12（木）

今日の午後は本部で研修でした。入職時の研修で隣だったケアマネさんに会い、「ちゃんと一人暮らしできている？」と心配されました。娘さんと同年代のようで、「自分の娘のように心配している」と気にしてくださっていることがすごくうれしかったです。

10/11（水）

昨日エンゼルケアを学んだので、所長と振り返りをしました。手順を調べていると、「最近は脱脂綿を詰めないことが多い」などエンゼルケアも変化してきているようです。もう少し勉強してみます。

10/6（金）

今日は受け持ちさんのサービス担当者会議に参加。私が主担当の利用者さんです。所長に同行していただきました。学生さんも同行です。退院後1ヶ月の関わりを説明し、今後について話し合いを行いました。

10/5（木）

今日は報告書の郵送作業の日。訪問看護は医師の指示書の下訪問を行うので、毎月医師に報告書を送ります。私が初めて書いた報告書も郵送されていきました。



10/3（火）

受け持ちさんの報告書と看護計画を書いています。初めてなのでわからないことがたくさんあり、アドバイスをいただきながらがんばってます。

10/2（月）

今日は初めて一人で訪問をしました。訪問前に「もし、状態が悪化していたらどうしよう。もし…、もし…」とあれこれ考えて緊張していましたが、所長に「落ち着いて、何度も確認して薬をセットしておいで」とアドバイスをいただいたので、少し落ち着いて訪問できました。心配していたようなことは何もなくてよかったです。



9/28（木）

課長と病院実習の振り返りをしました。患者さんに「訪問看護で自分には何がしてもらえるんや。」と聞かれることが多々あり、不安なことや思いを聞かせていただきました。話を聞いて情報を提供することくらいしかできませんでしたが、課長に「それが看護なんだよ」と言っていただきました。本人の思いを聞き、選択できるように情報を提供、提案する。意識してこれから行っていこうと思います。

9/25（月）

今日の利用者さんは2か月半ぶりに訪問する方でした。来週一人で訪問するので、今日はいつにもまし

て同行した看護師さんの動きを見てました。来週にむけて不足している部分を勉強していきます。

9/20 (水)

認知症認定看護師さんを招いての研修会でした。ご本人が今までどのように生活してこられたのかなど理解せずに、こちらがよかれと思ってケアを提供するとかえって混乱させてしまうことがある。という話を聞いて、本人の思いや今までの習慣を大切にしていきたいと思いました。

9/19 (火)

今日は往診に同席しました。往診に同席することで、本人・家族がどのように医師から説明を受けているのかわかりました。医療用語ばかりだとわかりづらいですね。

9/15 (金)

新人研修で県立西宮病院へ。病院実習が終了してまだ 2 週間しか経っていませんが、すでに懐かしい気持ちです。病院実習でお世話になった同期には「実習終わったから寂しいわ(-.-)」と言われました。



9/14 (木)

今日は初めて主担当として訪問を行いました！所長に同行していただいておりますが、看護記録も初めて自分で提出しました！私が何を言いたいのかと言うと、“初めて自分で“ということがすごくうれしいのです(*^_^*)この気持ちを忘れずに頑張っていこうと思います。

9/13 (水)

実習前まで訪問していた方に訪問しました。この2か月で状態は変わってきていて、訪問中ずっと痛みを訴えられていました。さすったり、マッサージしたり、手を温めてきれいにしたり、少しでも痛みを緩和したいけど、どうしたらよいかわからず、緩和ケアについて勉強したいと思いました。

9/12 (火)

今日は学生さんのカンファレンスに参加。「訪問看護は病院で2・3年働いてからかな」「一人で訪問するのは責任が大きい」「でも、病院より利用者さんとの距離が近くて、理想的な看護だと思った」「多職種みんなで一人の利用者のことについて考えている」など意見があり、訪問看護に興味があるということが伝わってきましたが、やっぱり最初は病院で働く方が安心だと考えているようですね。学生さんとの関わりの中で、私がどのように働いているか知ってもらえたらいいなと思います。

9/11 (月)

久しぶりの訪問でした。病院実習でも何度も行っていた看護ケアだったはずなのに、各お家に合わせた看護ケアの方法をすっかり忘れていた&その思考が全然なかったことに気づき、なんだか少し落ち込んでいます。自分では、病院でもたくさん経験したから大丈夫と自信があったのに。しっかり利用者さん一人一人のことを考えていなかったのだということに気づきました。

9/8（金）

今週は夏休を3日もいただいたので、しっかりリフレッシュできました。今日はこれからどのような方に訪問させていただくのかということ話し合いました。これから一人で訪問していくための同行訪問が始まります。

9/4（月）

ただいま！2ヶ月ぶりの朝のラジオ体操。センターでは、毎日始業時にみんなでラジオ体操を行っているのです。久しぶりにラジオ体操をしたら、身体が痛いです（T-T）

9/1（金）

ついに、2か月間の病棟実習が終わりました！！最後の最後まで、親切に看護技術を教えていただいて本当に感謝の気持ちでいっぱいです。一日も休まず、元気にいけたことにホッとしています（笑）急に朝夕涼しくなってきたので、季節の変わり目で体調を崩しやすいのではないかと心配していましたが、そんなにか弱くはない。病棟で学んだことをこれからの訪問で活かしていけるよう来週からがんばっていきたいと思います！



8/24（木）

病棟実習も来週で終了。先週末に静脈留置針の研修を受けたので、今週は病棟看護師さんと一緒に血管選び。私「あの血管はちょっと細くて…。あっちは短くて…。なので、この血管を第一選択とします！どうでしょうか？」病棟NS「うーん、そうねえ。そうだね！」私「よかったです（心の中で、よしゃああああ！）」全神経を研ぎ澄ませて血管を選んでいるといっても過言ではないくらい集中力を使っているので、まだ針を刺してないのに疲れきってしまいます。（笑）

8/18（金）

病院実習も6週間終わり、残り2週間。私がお世話になっている病棟に、大学や専門学校から実習生さんが来てました。学生さん「あの、この患者さんのことお伺いしたいのですが」私「？私も実習生なのでよくわからないんです…」というやりとりを何回もしました。どうやら病棟の看護師さんと間違えられていたようです。医師からも同じようなことを言われたことが何回もありました。この6週間で病棟に慣れてきたのか、実習生とは思えないような大きな態度をとっていたのか…（笑）今日は静脈注射の研修でした。今まで静脈留置針やルート交換をたくさん見学させてもらったり、採血を実際にさせてもらったりと針には慣れてきたと思っていたけど、新しい事をするのはやっぱり緊張する…。一回一回の機会を大切にしていこうと思いました。

8/3（木）

さあ8月になりました。外は炎天下の中、私はすずしい病院で実習4週目。ちょうど半分です。学生の頃は、病棟でナースコールが鳴るだけで、なにもしないけどビクビクしてました。が、今はナースコールが鳴ると一番に駆けつ



けられるようになりました！私では対応できないことやわからないこともあるので、とりあえず一番に駆けつけて行って要件を聞くという役割ですが…（笑）自分ではよくわからないことを答えてしまったり、対応してしまうと患者さんの命の危険に関わることもあるので、勝手に対応しない！ということを目下意識しています。これは訪問看護でも他の仕事でもきっと大切なことなんだろうな。

7/28（金）

病院実習3週間終了。今週は救急カートの中身や除細動器もみせていただきました。緊急時に使うためには、日々の点検が大切！薬品や物品がどのように使われるのか調べてみたり、病棟で行われた急変時対応の勉強会にも参加。勉強会は、リアルな状況設定や実際の物品の下、Drも参加して行なわれたので、すごくイメージしやすかった！実際に使用される現場に立ち会ってみたい気持ちもあるが、そのようなことが起こらないように祈る。矛盾（笑）病棟の看護師さんから「なにがあっても冷静に気持ちを保つことが大切だよ！！」と教訓をいただきました。



7/22（土）

今日はNST研究会に参加。どうやったら安全かつ十分な食事・栄養を摂ることができるのかという内容。私はまず、会場が立派なホテルでびっくり！そういえば…国家試験を受験するときに泊まったホテルでもなんか賢そうな名前の会議をしていて、「ひょえー、こんな場に来るようなことなんてあるのだろうか…」と友達と話したことを思い出しました。終了後すぐに、友達に自慢げに報告しました。（笑）

7/20（木）

病院実習も2週間がたちました。毎日毎日経験したことのない看護技術に刺激を受けて忙しい！パタパタパタあっちでケア見て、こっちでケア参加して…。病棟の方々はみなさん優しく、親切にしてもらっています。大学時代の同級生が同じ病棟で働いているので、休憩時間に少し話をしたりして懐かしい気持ちになったり。初めて経験する看護技術は、見学→見守り下で実施→一人で実施。反省点と改善点を振り返り、繰り返し経験させてもらっています。貴重な経験をたくさんさせていただいて、成長して帰ってこれるように残り6週もがんばります！

7/7（金）

さあ、来週からいよいよ病院実習が始まります。不安とドキドキと多少のわくわくで胸どころか全身がはち切れそうです。今日は七夕☆私の願いは「無事に実習期間過ごせますように★」欲張って1年分のお願いなんてしません。とりあえず真夏の2ヵ月間体調崩さず、実りある実習になりますように…☆みんなですこやかケア西宮に置いてある笹に短冊をかけました。



7/4（火）

来週から始まる病院実習の打ち合わせ。入職してからもう3ヵ月が経ったんですね。なんだかあっという間でした。この3ヵ月の学びや自分の課題について振り返り。毎日自分の知らないことに出会っては勉強して、という日々ですが、病院に就職しておけばよかったという思いは今までありません。毎日訪

問看護ってすごいな、楽しいなとわくわくしながら働けていることを再認識しました。

6/29 (木)

蒸し暑くてなんだか気分もむしむしじめじめ。さあ自転車に乗って出発！するときは雨降ってなかったのに、片道5分の間で降るなんて…。1件目も2件目も行きの途中で降られ、帰りは晴れる。降るのか降らないのかはっきりしてくれー（泣）と泣いたって梅雨は終わらないですよ（笑）



6/27 (火)

午後からケアマネジメント研修に参加。市役所まで行けたはいいものの、館を間違えるというミスをしてあたふた。ちゃんと調べて行こうと反省…研修会の参加者はケアマネさんが多かったので、知り合いいないかなーときょろきょろしていると、入職時の研修で席が隣だったケアマネさんが！！まだ環境が変わったばかりで弱った私に優しくしてくれた方との再会はかなり嬉しいものでした。



6/22 (木)

今日は地域包括ケアにおける薬剤師の役割を学ぶ勉強会に参加。見える事例検討会でお会いしたことがある人がたくさんいて、緊張も少しほぐれました。勉強会や研修は学ぶこともたくさんあり、様々な職種の人と関わることができるので、これからも積極的に参加していきたいです。

6/21 (水)

今日はお昼休みに看護過程の勉強会。関連図やアセスメントを書いてきて見てもらうのですが、アセスメントが浅い…足りないと実感しました。学生のときのほうがもっと書けていたかも…。そしてそう、あみだくじで選ばれたスピーチの日でした。が、時間の関係でなくなりました。(° °)最後に小児の勉強会にも参加。病院側が思っていること、在宅側が思っていること意見交換をして、顔の見える関係性をつくることの大切さを学びました。

6/19 (月)

今日は受け持ちさんのサービス担当者会議に参加。看護協会の研修で模擬サービス担当者会議をしたからイメージはついてはいるはず。いざ初陣！！

自分が思っていたこと、それ以上のことを先輩看護師さんが仰ったので、私はただただ相槌。やっぱり本人さんの思いや家族さんの思い、各サービスからの報告をみんなで共有することができる機会って必要なことだと改めて思った会議でした。



6/16 (金)

今日は県立西宮病院で新人研修。内容は急変時の対応について。呼吸や意識の確認、胸骨圧迫、AEDの使用方法などをグループごとに演習しながら学びました。約1ヵ月半ぶりに県西の同期に会えました。私も来月から2ヵ月間県立西宮病院での実習になるので、そ



のときはよろしくねーと何回も言いました（笑）

6/14（水） つづき

そして今日は母校の先生とお会いしました！4回生の実習で隣の施設に来ているようで、私がいるということを知って会いに来てくださったようです。私が3回生のときの老人実習のときに1ヵ月お世話になった先生で、ちゃんと看護師やってるか心配してみたいです。（笑）卒業したのはついこの間のはずなのに、すごく懐かしい気持ちになったと同時に、がんばろうと思いました。

6/14（水）

今日はセンター内で事例検討会。看護課全体の研修が来週あるのですが、そこで3分間スピーチというものがあるらしい。ふーんと思っていたら、あみだくじでスピーチする人を選ぶらしい。え！あみだくじ。落ち着け私、ここには20人以上いるからそこから3人選ばれる確率なんて低いぞ。…3番〇〇さん、2番〇〇さん、1番……私やん！（° - °）選ばれたからにはがんばります。（笑）

6/13（火）

今日は退院前カンファレンス2件同席！事前にいただいている情報よりも莫大な量の情報をいただくので、お話しを聞きながら必死でメモメモ。ご本人さん・ご家族さんだけでなく、ケアマネや病棟NS、地域連携室の方ともお会いできるチャンスなので、参加したみんなと退院されてからのことについて話し合い。どうしたら効率よくメモできるのかなど試行錯誤しながら練習です。

6/10（土）

今日は看護協会主催の訪問看護導入研修に参加。訪問看護を始めたばかりの看護師や訪問看護に興味のある看護師が対象です。会場をぐるりと見渡しても同年代はいない様子。グループワークもありましたが、みなさんとてもフレンドリーな方ばかりで、すっかり打ち解けることができました。

6/8（木）

仕事後に、見える事例検討会in西宮に参加しました（2回目）。ホワイトボードに基本情報や必要な情報・出た意見を全て書いていくので、どんな情報が足りないのか・どこを膨らませて考えるのかということが、見えやすい事例検討会です。Dr、病院NS、訪問NS、薬剤師、福祉施設スタッフ、ケアマネ…などなど他職種が集まるので、自分の考



えれていなかった意見がたくさん出てきて、自分の視野が広がった検討会でした。みなさん優しい人ばかりで、初参加の方も来やすい雰囲気なので、一緒に考えてみませんか？(^o^)（勧誘です笑）

6/7（水）

先輩と技術演習。透明で指の動きを確認しやすいキットを使って、腸管を傷つけないように、指の動きを繰り返し練習しています。模擬便の硬さを自分たちで調整するのですが、これがまた難しい。あ、水入れ過ぎた…。あ、…（笑）

6/6（火）

今日は初めての臨時訪問に同行。どのような状態なのか、何を観察するのか、事前にどのような情報を収集するのかなど訪問までの短時間ですることがたくさん。何も考えずに訪問すると、あたふたしてしまうだろうなと実感したので、今回の思考過程を振り返って、次回に活かしていきたいです。

6/5（月）

今日は初めての浣腸・摘便実施でした。何度も同行していたので、準備や手順はわかっているつもりでしたが、いざ実施すると視野が狭くなってしまって…。振り返ることがたくさんありますが、先輩看護師の優しい見守りの下、看護師として一歩前に進めたのかな。

6/1（木）

5月は、繰り返し同行訪問させていただいたお宅もありました。繰り返し訪問することで、前回と同じところ・違うところなど変化を発見できたりと、より深く勉強させてもらうことができたと思います。5月もたくさんの利用者さんと関わり、様々な疾患や療養環境を学ばせていただきました。

5/31（水）

写真はお薬をセットしているところです。間違えがないように何度も種類・数を確認しながらのセットです。どんな薬を飲んでおられるのか調べてから訪問しましたが、全部を完璧に覚えるのは難しい…。名前が似ている薬が多い…。日々、勉強がんばります！



5/25（木）

朝から雨が降っていて、カッパを着ていざ訪問！と意気込んだのに、雨がやみはじめた。雨が降らないにこしたことはないけれども、今カッパ着たのよ…と少し複雑な気持ち。（笑）その後もカッパを着る機会はありませんでした。

5/23（火）

今日は学生カンファレンスに参加。議題は「信頼関係の構築について」。

- ・あいさつをする
- ・時間を守る
- ・丁寧で安全なケアを実施する
- ・個別性を考慮する などなど

基本的なことだけれども、やっぱり重要だということを改めて感じたカンファレンスでした。

5/16（火）

今日は1年先輩の看護師さんの訪問に同行！先輩は緊張されていたようですが、私は1年後の姿かぁ…と今日をすごく楽しみにしていました。（笑）一人で堂々と訪問されている姿がかっこよかった☆という思

いと、私はこんなに立派に訪問できるようになるのかという不安が…。

5/14（日）

大学に卒業後初めて顔を出してきました。事業団を紹介してくださった先生には会えなかったけど、同級生に会えました。近況報告で大盛り上がり！お互い働く環境は違うけれど、私もがんばらないと！

5/12（金）

入職してから1ヵ月がたちました。この1ヵ月慣れない環境でバタバタしてましたが、少しずつ慣れてきたような気がします。たくさんのスタッフと様々な利用者さんに同行訪問させていただいて、日々勉強です。入職前から先輩のブログを拝見していましたが、まさか自分も書くなんて！（笑）
がんばって更新していきます！

