



# 【フレンズ通信】

札幌医科大学附属病院  
看護キャリア支援センター発行  
No. 6

今年度の新人研修とフレンズルームが終了しました。ただいま、来年度の研修の企画中です〜(o)

## フレンズインタビュー 今月のラッキーライラック

今回のインタビューは、今年4月から3人手つなぎで看護活動を実践している第一外科看護室です。素直で笑顔が素敵な平成27年度新規採用職員の「斉藤 有恵さん」と、大きな包容力で新人を支えている「佐藤 麻紀 副看護師長」のお二人から、貴重なお話を聞かせていただきました！



《看護師になって一番嬉しかったことは何ですか？》

初めて受け持ち患者を持ち、担当ではない日も顔を出して話をしました。退院日に「安心して帰れるよ」と言われ、自分の関わりが少しでも安心につながったのかなと感じたのが嬉しかったことです。

《これからどんな看護を大切にしていきたいですか？》

患者さんの重要なサインにすぐに気付ける力をもっと身に付けたいです。そして、患者さんの話を聞いて、患者さんの思っていることに寄り添えるようにしていけたらいいなと思います。

《私生活では何を楽しみにしていますか？》

同期でごはんに行くのが一番の息抜きです。同じ病棟だからこそ、落ち込んでいることも同じ状況だったりして、気軽に相談できるのがすごくリフレッシュになってます。

《3人手つなぎについて、新人にとって良かったことは何ですか？》

手つなぎではなかったら、誰に相談したらいいかわからなかったと思います。手つなぎでは悩んだ時に経験のある先輩にすぐ相談でき、その場で情報を共有して一緒にケアできるのがとても心強いです。先輩のフォローが外れた後、スムーズに手つなぎの先輩に相談する体制に移行できました。



《3人手つなぎを取り入れてみての感想を聞かせてください。》

3人一組で毎朝10分程度、担当する患者さんの状態や気になることなど、情報を共有して一日のスケジュールを調整し、一緒にケアをしていきます。勤務の間にも打ち合わせをする時間を設けて活動の調整をします。経験の浅い看護師にとっては相談もでき、一緒にケアをしてもらえることで、安心感につながっていると感じています。

▼ホワイトボードには3人一組の役割分担を示しています



《第一外科看護室の4名の新人さんに向けたメッセージをお願いします。》

患者さんのところでしっかりと話を聞ける4人なので、強みにして今後も成長してほしいと思っています。成長は誰かと比べるのではなく、自分自身が確実に成長していってもらえたらいいと思うし、確実に成長できていると思います。



▲朝の打ち合わせ風景です

### ママフレンズ

バランスボールを使ってエクササイズ！身体を動かした後は、ゆっくり体験談を話しました



### 復職支援セミナー



今年から電子カルテの体験も行い、好評でした

### 予告

### スキルアップトレーニング

2月には、昨年度に引き続き、「スキルアップトレーニング」を企画しています。新人の皆さん、ぜひ活用してくださいね(^^)



部署の先輩と練習の様子(小児科)

### 3年次学生 SAPMED ST-Ns交流会



卒業生の実習体験談やアメリカ留学の体験談を聞きました



訪問看護師と病棟看護師の看看連携、実践していきたいですね( ^\_^ ) ☆



札幌医科大学附属病院  
看護キャリア支援センター  
TEL 011-611-2111 内線:2319  
Mail career@sapmed.ac.jp  
URL <http://web.sapmed.ac.jp/career/>

◆ フレンズルームはいつでも受け付けていますので、ご利用ください。

