

Try! up!



Vol. 45 [2022年1月20日発行]

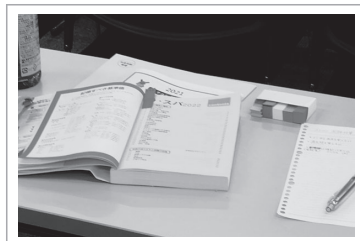
国家試験対策講座「Dr.長谷川の出張講座」を開催しました

令和3年11月23日に、第111回看護師国家試験受験予定者を対象に「Dr.長谷川の出張講座」を開催しました。今回初めてお招きした長谷川巖先生(神奈川歯科大学大学院災害医療・社会歯科学講座教授)は、パワーポイントと画像を駆使してわかりやすい講義をされることで定評のある先生です。



本番まであと82日となったこの日、先生からは、『看護を行うためには体のしくみやまのしくみを理解することが必要だが、残りの時間は限られている。そのためには“国家試験に合格するための具体的な戦略”が大事』と勉強方法についてお話しがありました。

先行投資と思って学習環境を整えること、模擬試験を活用すること、よく出るところから覚える、平均点以下の科目に絞って取り組み、平均点までもっていく、過去問の攻略の仕方…など、効率的な学習の仕方についていねいなアドバイスをいただきました。



講義では、リアルな画像も交えながら、体のしくみやまのしくみについてわかりやすく教えていただきました。苦手意識を持つ人が多い「酸塩基平衡」についても詳しく説明があり、バラバラな知識ではなく関連させてしくみを覚える楽しさも感じた講義でした。

臨地実習も終わりようやく、国家試験勉強にしばって勉強できる時期となりました。残りの日数を数えると焦るばかりで勉強が手につかないという声も聞かれましたが、長谷川先生から具体的な勉強方法を教えていただき、「とにかくやろう」「目の前のことに取り組もう」とモチベーションがアップできたのではないのでしょうか。国家試験本番まであとわずか。悔いの残らないよう取り組んでいきましょう。

『第111回看護師国家試験対策 学内講座』を開催しました

第111回看護師国家試験受験生を対象に、令和3年12月14日、15日の2日間に渡って2社の模擬試験が実施されました。続く16日、17日の午前には本校教員による各分野の講義を行い、両日の午後には、例年好評を得ている本校「薬理学」外部講師佐藤慎先生による国試直前集中講義を行っていただきました。

受講した「受験生」は2日間で述べ129名。帰宅時には、多くの資料と例題を手にし、疲れた様子も見せず真剣な表情で学校を後にしていました。



本校は、「100%合格戦略」として、入学時から卒業を目指すだけでなく、出口にある「看護師国家試験合格」までのロードマップを示しています。国家試験対策担当の蓼原先生をはじめとした3名の教員を中心に、全教員が皆さんのサポーターです。今年度無事卒業の皆さんが本校に入学した最大の目的、第111回看護師国家試験に向けて、最後の仕上げの時期です。このTry!up!の発行時には、1月16日開催の最終模擬試験と、17日テコム出張講座Dr.長谷川の国試直前対策講座を終え、残り1か月を切って総仕上げと最終見直しを行っていることでしょう。この後、1月26日～28日の3日間は、教員全員が4クラスに分かれて、最終直前学内講座を行います。希望者は過去のDr.ハナワ出張講座の視聴もできます。気を緩めることなく勉強に取り組み、本校が持つ人的資源(教職員)や教材を余すことなく活用し、全員合格を目指しましょう。

※新型コロナウイルス感染症の流行状況により、授業方法を変更する場合があります。
変更がある場合はお手紙やホームページ等でお知らせしますので、随時ホームページをご確認ください。



看護師国家試験 に向けて

副学校長 遠藤 三恵 先生

来たる2月13日(日)に第111回看護師国家試験が行われます。いよいよ目前にせまってきましたね。受験生の皆さんは最後の追い込みに入っていることでしょう。

皆さんは「看護師免許取得」を目指して本校に入学されました。新型コロナウイルス感染症にふりまわされ、職場でも学校でも“新しい日常”に対応せざるを得ない日々を過ごしてきました。

そのような中、准看護学校や現場でも学習してきたこととはいえ、解剖学や生理学なども含め看護を行うために必要な知識を覚え、定着させることは、予想以上に大変なことだったと思います。

しかし、皆さんは時間を惜しんで学習に取り組み、努力を重ねてきました。本番まで残りわずかですが、悔いの残らないように準備して国家試験当日を迎えましょう。

力を出し切って、良い結果が出るよう期待しています。

平常心で臨もう！

受験生の多くは大学生や3年課程の若い学生です。会場によっては1000人くらいの受験生が集合し、これまでの模擬試験とは全く異なる環境の中で試験が行われます。

まず雰囲気飲み込まないこと、緊張しすぎず、平常心で試験に臨みましょう。

感染予防に努めよう！

新型コロナに罹患した場合は受験が認められません。(昨年は追試験の対応もありませんでした)

新型コロナはもちろんのこと、インフルエンザ、感染性胃腸炎など感染症に留意し、万全の体調で試験に臨みましょう。

試験会場を間違えない！

新型コロナの影響で複数の会場で試験が実施されます。また、例年と異なる試験会場が予定されています。受験会場について、場所や交通機関を事前に調べ、余裕をもって会場に向かいましょう。

ケアレスミスをしない！

まず深呼吸。落ち着いて問題を読むこと。

回答欄を間違えないように注意しましょう。



Teacher's Voice



熊谷 政江 先生
実習調整者／老年看護学担当

みなさんは、カホンという楽器を知っていますか？

カホンは南米ペルー発祥の打楽器です。形状は木製で箱のように中が空洞になっています。楽器の上に座って手で叩き音を奏でます。叩く場所によって音色が変化します。

私のカホンとの出会いは、高次脳機能障害者を支援するメンバーから誘われたのがきっかけです。楽譜は特になく、叩くだけで演奏できるのが魅力です。しかし、音楽に合わせて一定のリズムで叩き続けるのは意外と難しく、リズム感のない私は大変でした。それでも、叩く音の振動は気持ちよく、ストレスの発散にもつながります。

発表の場は、毎年6月に仙台で開催される「とっておきの音楽祭」です。これは、障害のある人もない人も一緒に音楽を楽しむストリート音楽祭です。足を運んでいただくと嬉しいです。チーム名は「セタドツツツカホン隊」です。



遠藤 克寿 先生
精神看護学担当

皆さんこんにちは。私は精神看護学の領域担当と実習を担当しております遠藤です。

私は子どもと一緒に、約5年前から某国営放送のあるアニメが好きで観ています。最近、そのアニメの中でイカを模していると思っていたキャラクターが、タコを模していると話の流れで知りとても驚きました。長い間そのアニメをみてきたわけですが、ずっとそう思い込んでいたわけです。

現在はコロナ禍で、なかなか学校に来ることができず、学習で戸惑う学生の方も多いと思います。思い込みで、課題の提出や試験日を間違えてしまう方もいます。今は特に日々の自己管理が求められ、一人でさまざまなことを進めることが多いわけですが、その中でしんどさを感じることもあります。思い込みも出て来ます。

その様な時は、電話やメール等で担任をはじめとする教員に連絡し相談ください。今後ともよろしくお願い致します。

実習先のホンキ

20

2年間の学びの中でも重要な位置を占める「病院等見学実習」。限られた時間の中で、どれだけ多くのことを吸収できるか、そして日々の学習にどう結びつけていくかが問われる教育内容である。ここでは、学生に充実した学びを与えてくださった「東北労災病院」の実習受け入れに対する体制や考え方を紹介したい。

年間を通して多くの実習生を受け入れている「東北労災病院」では、コロナの感染状況を踏まえながら受け入れ計画を見直し、修正を重ねている。長沼民子看護副部長は、「病棟スタッフの調整や学校との感染対策のすり合わせなど、以前に比べると受け入れ準備に時間がかかるようになりました。しかし、当院にとっては互いに学び合える貴重な場となっていますので、可能な限り学生を受け入れたいと考えています」と、コロナ禍でも実習受け入れを継続するべく力を注いでいる様子がうかがえる。

「**日**常的に学生がいる状況でも、看護師同士カバーし合える体制がありますし、何より病棟のスタッフたちは実習を受け入れることは当たり前という感覚を持っています」とは、千葉洋美看護師長。続けて、「学生へ指導することは、自分自身が成長するチャンスであり、また成長を実感できる機会でもあるので、積極的に学生と関わってほしいと思っています」と語る。病棟全体の協力体制が整っているなかで、千葉看護師長の思いが現場にもしっかりと浸透し、より良い実習環境を提供できているのだと確信する。

准看護師としての就業経験がある本校の学生に対して、「とても熱心な姿勢が印象的で、処置技術の理解度は高いように感じます。しかし、根拠を尋ねると答えられない学生も多いですね。2日間の実習では、まず根拠の必要性に気づいてほしいと思っています」とは実習指導に深く関わっている中村栄絵看護師長補佐。同じく実習指導の加藤麻実さんは、「疾患に対する観察ポイントをおさえることも大切ですが、患者さんそれぞれが持つ背景や思いなどの情報を得ることもとても重要です。私たちはそれらすべてをつなぎ合わせて、その患者さんに合ったケアを提供しています」と語る。お二人からは、看護師に求められる看護援助の基本と実習で学ぶ奥深さを教示していただいた。

最後に、長沼看護副部長と千葉看護師長から「働きながら看護師国家資格の取得にチャレンジしようという決意、これまで乗り越えてきた努力は、並大抵なものではないと思います。その強い精神力を自信に変えて、自分が持つ力を出し切ってください。そして、看護師として活躍されることを期待しています」と、温かい激励の言葉をいただいた。



長沼 民子
看護副部長

加藤 麻実
看護師

中村 栄絵
看護師長補佐

千葉 洋美
看護師長

独立行政法人労働者健康安全機構 東北労災病院



協力して 最善の看護を提供する

2年生 上原れい子 さん
(宮城県・50代・施設勤務)

東北労災病院では、成人看護学と看護の統合の見学実習をさせていただきました。高齢者施設での勤務経験が長い私にとって、「病院」での実習は緊張の連続でしたが、百聞は一見に如かず。これまで体験したことのない場面を見学させていただき、多くの気づきと学びを得ることができました。

実習中は、患者さんへの対応に加え、私たち学生への指導や感染対策への配慮など、あらゆることに気を配りながら、スタッフ同士連携を図り効率良く仕事をこなす看護師の皆さんの姿に大変刺激を受けました。東北労災病院では、看護師が二人一組になって看護をする「PNS（パートナーシップ・ナーシング・システム）」を採用しており、お互いを補完しながら看護を提供しています。私はこれまで、「こんなことで相談したら迷惑かな…」と他の方に頼ることをためらっていましたが、より良い看護を提供するためには、この協力体制がとても大切なかもしれないと感じました。一人の考えだけではなく、他のスタッフからも意見や協力をもらうことで、多角的な視野で患者さんと接することができ、最善の看護に繋がる。これは、実習に行ったからこそ気づくことができたと思います。

また、患者さんの要望に単に応えることが、必ずしも患者さんの満足と納得につながるわけではないことも教えていただき、深く印象に残っています。現在の病状だけではなく、「その後」や「関わる家族」など、患者さんを取り巻くさまざまな情報を踏まえたうえで、今どんなケアが必要かを考えていくことが重要であり、そうして考えること自体が看護なんだと実感しました。あまり深く考えずにその場だけの対応になってしまいがちだった自分の看護を見直し、今後は利用者の方やご家族に満足いただくには何が必要かをしっかり考えながら日々の業務にあたりたいと思います。そして、ここで出会った看護師の方々に一歩でも近づけるよう、焦らず進んでいきたいと考えています。

独立行政法人 労働者健康安全機構 東北労災病院

宮城県仙台市青葉区台原4丁目
3番21号



地域医療の中核病院として昭和29年に開院。消化器、乳腺等の「がん疾患」に対する専門医療や内視鏡下手術、整形外科の人工関節置換術、耳鼻咽喉科の人工内耳埋込術等の専門医療の提供を行い県内外から高い評価を得ている。また、政策病院としてアスベスト疾患への対応、職業性接触性皮膚炎、業務の過重負荷による脳・心臓疾患等の研究を進めるなど勤労者医療の充実にも取り組んでいる。

【第111回看護師国家試験】令和4年2月13日(日)

*学校から送付する受験票等で、集合時刻、試験会場、持参物、留意事項等を確認してください。

《試験会場(予定)》

宮城

仙台卸商センターサンフェスタ・卸町会館
東北学院大学土樋キャンパス
TKPガーデンシティPREMIUM仙台西口
東北学院大学泉キャンパス

※受験番号によりいずれかの会場に振り分けられます。

青森

弘前大学

東京

大正大学巣鴨キャンパス
東京工科大学蒲田キャンパス
TKP東京駅日本橋カンファレンスセンター
TIME24ビル
東京ビッグサイト
東京工科大学八王子キャンパス
東京外国語大学府中キャンパス
大妻女子大学千代田キャンパス
昭和女子大学
TKP築地新富町カンファレンスセンター
TKP品川カンファレンスセンター
TKP新橋カンファレンスセンター
帝京平成大学中野キャンパス
武蔵大学江古田キャンパス
明治学院大学白金キャンパス
武蔵野大学有明キャンパス
武蔵野大学武蔵野キャンパス
TFTビル
有明セントラルタワーホール&カンファレンス
埼玉県立大学

※受験番号によりいずれかの会場に振り分けられます。

北海道

札幌コンベンションセンター
TKPガーデンシティ札幌駅前
北海道科学大学
TKP札幌駅カンファレンスセンター

※受験番号によりいずれかの会場に振り分けられます。

下記「厚生労働省HP」で会場一覧を確認できます。

『厚生労働省 令和4年医政局所管国家試験 試験場(予定)一覧』

URL

https://www.mhlw.go.jp/kouseiroudoushou/shikaku_shiken/h25_kaijou.html

厚生労働省からの通知

◆ 受験票の送付

令和4年1月中旬に国家試験運営本部事務所から学校に一括送付された後、学校から受験生に送付します。

◆ 新型コロナウイルス感染症対策について **重要**

- (1) 新型コロナウイルス感染症に罹患し、入院中、宿泊療養中または自宅療養中の受験者は、受験を認めない。
- (2) 濃厚接触者については、以下の要件を全て満たしている場合には感染対策を講じた上で受験を認める。
 - ア) 初期スクリーニング(自治体等によるPCR等検査)の結果、陰性であること
 - イ) 受験当日も無症状であること
 - ウ) 公共の交通機関を利用せず、かつ、人が密集する場所を避けて試験場に行くこと
 - エ) 終日、別室で受験すること
- (3) 試験場入口にてサーモグラフィカメラで検温を実施し、37.5度以上の場合は再度接触型体温計で検温し、37.5度以上の場合は迅速抗原検査を実施。陽性となった場合は受験を認めない。陰性の場合は別室で受験させる。
- (4) 試験日当日に、以下の一つ以上に該当していることを理由に受験できなかった者については、試験日前後2週間における診断書の提出等により確認のうえ、受験手数料を返還する。
 - ・新型コロナウイルス感染症に罹患している者(入院中、宿泊療養中、自宅療養中)
 - ・濃厚接触者であり(2)の要件を満たさない者
 - ・試験当日の抗原検査で陽性となった者
- (5) 新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)をインストールしていることが望ましい。
- (6) 流行状況に応じ新型コロナウイルス感染症対策を変更する場合は、厚生労働省ホームページに掲載するので留意すること。

*新型コロナウイルス感染症対策に関するURL

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_15202.html

スケジュール

schedule

●第111回 看護師国家試験

日程: 令和4年2月13日(日)

合格発表…令和4年3月25日(金)14時

●令和3年度 卒業式

日程: 令和4年3月16日(水)13:30~(受付12:50~)

会場: 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス

*詳細については、2月下旬に文書でお知らせします。

