

<p>企画名： 沖縄県精神看護研究会</p> <p>第 31 回 「修士課程における精神看護学研究について知ろう！第 1 回」</p> <p>「精神科病棟で患者の自殺の患者に遭遇した看護師への支援に関する研究」</p>
<p>実施日： 4 月 26 日</p>
<p>企画実施組織： 鈴木啓子・伊礼優・平上久美子・鬼頭和子</p>
<p>企画の目的・概要</p> <p>毎日の取り組みや工夫、行なってみたいことや夢、新しい情報や知見などについて、臨床の方や教育、研究に携わっている方、学生など幅広く共有できる交流の場として、定期的開催している沖縄県精神看護研究会である。誰でも気軽に参加でき、実践の場に活用できる検討の場になることを目指している。今回は、現在、名桜大学大学院看護学専攻で研究に取り組んでいる外間直樹さんの修士課程研究計画の発表である。研究テーマは、「精神科病棟で患者の自殺の患者に遭遇した看護師への支援に関する研究」で、外間さんが、臨床経験のなかで抱いた疑問や気づきが発端となり、大学院で研究している。先行研究が少なく興味深い研究であり、その内容について参加者と課題や展望についても含めてディスカッションを深めたい。また、これから大学院を目指す方や看護研究に興味・関心のある方もぜひ参加くださり、キャリアディベロップメントにも活かしていただくことを期待している。</p>
<p>企画実施報告</p> <p>参加人数は 15 名であった。参加者の内訳は、臨床の方が 6 名、大学院生 2 名、学部生は 4 名、教員 3 名であった。</p> <p>「修士課程における精神看護学研究について知ろう！第 1 回・精神科病棟で患者の自殺の患者に遭遇した看護師への支援に関する研究」というテーマで、大学院生の外間直樹さんから、研究の目的や研究方法、現在の進捗状況など発表して頂き、臨床実践者、大学院生、学部生とディスカッションを行った。自殺に遭遇した看護師の管理者の対応というテーマであるが、自殺の経験があるスタッフ同士の支援状況など体験を交え、ディスカッションを行うことができた。また、沖縄県では CNS が 1 名であることから、特に中間管理職者のスタッフサポートの意義についても確認することができた。</p> <p>また、学部生は卒研の最中であることから、インタビューの方法や注意点など参考となることが多く、とても有意義な研究会となった。</p>
<p>企画の実施評価</p> <p>実際に自殺に遭遇を経験した臨床の方も参加しており、どのように対処していくべきかディスカッションを通し、スタッフ間での情報共有や、声掛けを密に行うことの重要であることや、看護管理者は、職員個々に応じた声掛けのタイミングを見計らい対応することが大切であることがわかった。</p> <p>研究会終了後のアンケートでは、今回の内容は、参考になったという意見が多く、満足度についても高い評価であった。</p>
<p>今後の取組み</p> <p>本年度は年間計画があるので、それに沿って広く広報して多くの方に参加していただけるようにしたい。</p> <p>また次年度に向けて、どのようなテーマで開催するのがいいか、参加者の方のニーズや地域に必要なことは何かを参加者の方のアンケートなどを参考に検討しながら進めていきたい。</p>

<p>企画名： 沖縄県精神看護研究会</p> <p>第 34 回 みんなでリラクゼーションしよう！～呼吸法の基礎を学び心身のリラクセスを体験しよう</p>
<p>実施日： 7 月 19 日</p>
<p>企画実施組織： 鈴木啓子・平上久美子・鬼頭和子</p>

企画の目的・概要

目的

看護師のメンタルヘルス対策を目的として、現在注目されているリラクゼーション技法を学ぶ。

概要

看護職はストレスにさらされ、知らず知らずのうちに心や体に影響をうけています。薬物療法も大切ですが、疾患に関する正しい知識を得ることや、ストレスへの対処法を身につけることは、病気を予防するという意味でとても大切なことです。ストレス対処法には、軽い運動や作業をしたり、リラクゼーションをはかったり、趣味の仲間を作ったり、コミュニケーション法を身につけたりと、さまざまなものがあります。また、強いストレスによって、交感神経と副交感神経のバランスがくずれると、体だけでなく、心（精神）にも症状が現れ、「不安」「うつ気分」、「情緒不安定」「不機嫌」などの状態をみとめるようになります。リラクゼーションは、副交感神経を刺激することで、このような症状を和らげてくれます。副交感神経を刺激する自分自身で行える呼吸法を学び、リラクゼーションを体験します。

企画実施報告

参加人数は28名であった。内訳は、看護師5名、一般3名、学部生8名、心理士1名、教員10名であった。

企画の実施評価

今回の研究会は、体験型研修として初めての取り組みであった。自分自身で行える呼吸法やヨガを体験して頂きリフレッシュできた。また、瞑想でのリラクゼーションを体験では、寝てしまう参加者もあり、心身共にリラックスできた。今回の研究会は、参加者の方の関心が高く、いつもより多い人数であった。研究会終了後のアンケートでは、今回の内容は、非常参考になった、とても満足できたという意見が多く、高い評価であった。

今後の取組み

本年度は年間計画があるので、それに沿って広く広報して多くの方に参加していただけるようにしたい。

また次年度に向けて、どのようなテーマで開催するのがいいか、参加者の方のニーズや地域に必要なことは何かを参加者の方のアンケートなどを参考に検討しながら進めていきたい。



<p>企画名： 沖縄県精神看護研究会</p> <p>第 35 回 「働くことと回復」 ～精神障がい者が働くことの意味～</p>
<p>実施日： 8 月 16 日</p>
<p>企画実施組織： 鈴木啓子・平上久美子・鬼頭和子</p>
<p>企画の目的・概要</p> <p>沖縄県北部地域には精神障がい者の雇用の場は少なく、また沖縄県は本土と異なり精神障害者特別措置制度などからも精神病院退院後に就労している方は少ない。そこで、今回、鹿児島県に精神障がいを雇用するラグーナ出版会社を設立した、精神科医森越まや氏から、企業に至ったきっかけや、精神障がい者が、安定して雇用を続けていくこと、精神障がい者が働くとはどんな意味があるのかなど、精神保健の場で働く人と共有しディスカッションの場となればと考えている。</p>
<p>企画実施報告</p> <p>参加人数は●名であった。参加者の内訳は、医師 1 名、臨床の方が 16 名、大学院生 1 名、教員 5 名であった。</p>
<p>企画の実施評価</p> <p>鹿児島県に精神障がいを雇用するラグーナ出版会社を設立した、精神科医森越まや氏から、企業に至ったきっかけなどプレゼンテーションしていただき、精神保健の場で働く人と共有しディスカッションを行った。</p> <p>今回、初めて県外から講師をお招きした。就労には関心がある方が多く、医師を初め、作業療法士、精神保健福祉士、心理士、看護師、様々な方が参加した。</p> <p>ラグーナ出版では、就労A型施設を行っており、「あせらず、ゆっくり、確実に」をモットーとしている。社員の方の、働くことでどのようなメリットがあったのか、社員の方の短歌など紹介いただいた。また、終了後のディスカッションでは、看護学科が就労のテーマでなぜ企画したのか等、多職種で様々な視点で議論でき、とても有意義な時間となった。</p>
<p>今後の取組み</p> <p>本年度は年間計画があるので、それに沿って広く広報して多くの方に参加していただけるようにしたい。</p> <p>また次年度に向けて、参加者の方のニーズや地域に必要なことは何かを参加者の方のアンケートなどを参考に検討しながら進めていきたい。</p>



企画名：沖縄県精神看護研究会

第38回 「H26年度卒業研究（精神看護領域）報告会」

実施日：11月22日

企画実施組織：鈴木啓子・伊礼優・平上久美子・鬼頭和子

企画の目的・概要

毎日の取り組みや工夫、行なってみたいことや夢、新しい情報や知見などについて、臨床の方や教育、研究に携わっている方、学生など幅広く共有できる交流の場として、定期的で開催している沖縄県精神看護研究会である。誰でも気軽に参加でき、実践の場に活用できる検討の場になることを目指している。

今回は、名桜大学看護学科4年次で、精神看護領域で卒業論文に取り組んだ学生の報告会である。

各学生とも、講義や実習で精神看護に興味や疑問を抱き、個々の学生が自ら選択した研究テーマの結果を発表する機会である。その研究結果を参加者に報告してディスカッションすることにより、更に学習内容が深まると思われる。また、学生の新鮮な発想が、臨床看護師等に影響を与え、精神看護の向上に結ぶつくことを期待している。

企画実施報告

実施した日時：平成26年11月22日（土）13:30～15:30

*参加者：21名

企画の実施評価

参加者の内訳は、看護師 5名、一般の方 2名、教員2名、看護学部生21名であった。

4年次学生の卒業研究に、インタビューやフィールド調査させて頂いた病院の看護師にお越しいただき、臨床からの貴重なご意見やご講評など頂いた。看護研究報告会では、学生と臨床看護師が、気軽に意見交換をすることができた。現在、多くの病院が看護研究に積極的に取り組まれているが、今回の企画は、学生と臨床看護師がディスカッションすることで、臨床看護研究を行っている看護師の刺激になり、双方の学びにつながった。

今後の取組み

本年度は年間計画があるので、それに沿ってなるべく広く広報して多くの方に参加していただけるようにしたい。

また次年度に向けて、どのようなテーマで開催するのがいいか、参加者の方のニーズや地域に必要なことは何かを検討しながら、時には対象を絞ったりしながら進めていきたい。



<p>企画名 沖縄県精神看護研究会</p> <p>第 39 回 「看護基礎教育におけるポートフォリオの活用とその課題」</p>
<p>実施日：12月20日</p>
<p>企画実施組織：鈴木啓子・平上久美子・鬼頭和子</p>
<p>企画の目的・概要</p> <p>毎日の取り組みや工夫、行なってみたいことや夢、新しい情報や知見などについて、臨床の方や教育、研究に携わっている方、学生など幅広く共有できる交流の場として、定期的で開催している沖縄県精神看護研究会である。誰でも気軽に参加でき、実践の場に活用できる検討の場になることを目指している。</p> <p>「看護基礎教育におけるポートフォリオの活用とその課題」というテーマで、おもと会沖縄看護専門学校の本本強先生からポートフォリオを導入後の効果を発表して頂いた。以前は、看護学生は実習記録に追われ、患者のベッドサイドに行く時間が短くなっていた。このことから、記録類の見直しを行い実習にポートフォリオを活用している。今回は、導入するにあたっての準備、ポートフォリオ導入後の学生への効果などお話しただき、ディスカッションを行った。</p>
<p>企画実施報告</p> <p>参加人数は18名であった。</p> <p>参加者の内訳は、臨床看護師が7名、学部生4名、教員5名であった。</p> <p>当初の企画は「認知行動療法」であったが、講師の都合が合わなかったため、今回の企画に変更した。</p>
<p>企画の実施評価</p> <p>本本先生から、「看護基礎教育におけるポートフォリオの活用とその課題」というテーマでプレゼンテーションして頂きその後参加者の方々とディスカッションを行った。具体的内容は、おもと会のこれまでの実習の課題では、実習の記録物が多く書くことに追われ患者のベッドサイドに行けない、技術が身につかないなど様々な問題があった。そのため、記録をできるだけ少なくすることなど検討し、ポートフォリオを用いた実習スタイルに変更した。</p> <p>実際学生が使用しているポートフォリオを見せて頂き、様々な工夫がみられた。また、ポートフォリオはファイルにとじて教室に補完し、誰でも閲覧できるようになっている。</p> <p>今回は、臨床で実習担当する看護師さんに参加して頂き、学校の取り組みや、臨床看護師の学生への関わりなど様々な意見交換ができた。また、学部生も参加しており、ポートフォリオの意義などもディスカッションすることができ、大変有意義な機会となった。今回の内容は、参考になったという意見が多く、満足度についても高い評価であった。</p>
<p>今後の取り組み</p> <p>本年度は年間計画があるので、それに沿って広く広報して多くの方に参加していただけるようにしたい。</p> <p>また次年度に向けて、どのようなテーマで開催するのがいいか、参加者の方のニーズや地域に必要なことは何かを参加者の方のアンケートなどを参考に検討しながら進めていきたい。</p>

企画名：沖縄県精神看護研究会

第41回 「修士課程における精神看護学研究について知ろう！」

精神科病院において治療的グループに関わる看護者の体験

実施日：平成27年2月28日

企画実施組織：鈴木啓子・平上久美子・鬼頭和子

企画の目的・概要

日々の取り組みや工夫、行なってみたいことや夢、新しい情報や知見などについて、臨床の方や教育、研究に携わっている方、学生など幅広く共有できる交流の場として、定期的開催している沖縄県精神看護研究会である。誰でも気軽に参加でき、実践の場に活用できる検討の場になることを目指している。

今回は、名桜大学大学院看護学専攻課程で研究に取り組んでいる才木稔さんの修士課程研究計画の発表である。臨床経験のなかで抱いた疑問や気づきが発端となって、大学院での研究テーマにつながっている。先行研究が多くない興味深いものであり、その内容について参加の皆さまと課題や展望についても含めてディスカッションを深めたい。また、これから大学院を目指す方や看護研究に興味・関心のある方もぜひ参加くださり、キャリアディベロップメントにも活かしていただくことを期待している。

企画実施報告

参加人数は14名であった。参加者の内訳は、臨床看護師が3名、学部生7名、教員3名であった。

企画の実施評価

今回は、名桜大学大学院看護学専攻の才木稔さんの修士課程論文研究計画書の発表である。研究の動機は、臨床経験のなかで抱いた疑問や気づきが発端となっている。治療的グループに関わる看護者の体験については、先行研究が少なく看護の専門性を探究するうえで大変意義がある。研究計画書の内容について、臨床看護師の方や学部生の方、大学院生とディスカッションし、今後の課題や展望について意見交換を行った。アンケートの結果では、「参考になった」、「満足である」が多く、今後は日時やテーマに興味があれば参加したいという意見が多かった。

今後の取組み

本年度は年間計画があるので、それに沿って広く広報して多くの方に参加していただけるようにしたい。

また次年度に向けて、どのようなテーマで開催するのがいいか、参加者の方のニーズや地域に必要なことは何かを参加者の方のアンケートなどを参考に検討しながら進めていきたい。



企画名：沖縄県精神看護研究会

第 42 回「精神科看護師のキャリアディベロップメント

－あなたは職業人生をどう考えますか？－

実施日：平成 27 年 3 月 21 日

企画実施組織：鈴木啓子・平上久美子・鬼頭和子

企画の目的・概要（企画の目的と概要を正確かつ簡潔に説明して下さい。）

毎日の取り組みや工夫、行なってみたいことや夢、新しい情報や知見などについて、臨床の方や教育、研究に携わっている方、学生など幅広く共有できる交流の場として、定期的で開催している沖縄県精神看護研究会である。誰でも気軽に参加でき、実践の場に活用できる検討の場になることを目指している。今回は、精神科看護師のキャリアディベロップメント－あなたは職業人生をどう考えますか？－がテーマである。講師には、関東地方の精神科病院で活躍している若手看護師の方々をお招きして、精神科で働くことや看護の魅力などについて、シンポジウム形式で開催予定である。これからの看護実践や就職、同じ精神科看護師として情報共有したい、精神科に興味・関心があるのでちょっと知ってみたいなど、様々な動機の方が参加できる場になることを期待している。

企画実施報告

参加人数は 17 名であった。参加者の内訳は、臨床看護師が 7 名、学部生 6 名、教員 4 名であった。

企画の実施評価

講師には、関東地方の精神科病院で活躍している若手看護師の 4 名をお招きして、精神科で働くことや看護の魅力などについて、シンポジウム形式で開催した。1 名の講師は 20 代後半で CNS となり、大学院での学びも報告して頂いた。また、看護師になったきっかけや、精神看護領域に進んだ経緯、臨床での思い出に残る事例を紹介して頂いた。アンケートの結果からも、講師の方々のキャリアについて知る機会となり、とても参考になったという意見が多く、満足度の高い内容であった。

今後の取組み(本企画について、今後どのように発展するかを具体的に記入してください。)

本年度は年間計画があるので、それに沿って広く広報して多くの方に参加していただけるようにしたい。

また次年度に向けて、どのようなテーマで開催するのがいいか、参加者の方のニーズや地域に必要なことは何かを参加者の方のアンケートなどを参考に検討しながら進めていきたい。