

先輩看護学生から…

1年生に向けてアドバイスやメッセージをお願いします！

たかし ほむむ
高橋 育夢さん

2年生になると勉強する範囲が広がっていくので、1年生のうちに自分に合った効率の良い勉強法を見つけることが大切です。継続的な勉強が実習で役立つので、がんばってください！



くぼや ももか
久保谷 桃音さん

臨地実習の期間は大変でつらいこともあると思いますが、実習で学んだことは必ず将来の役に立ちます。しっかりご飯を食べ、体調管理をしながら実習に臨んでください。一緒に看護師になる夢を叶えましょう！



はしもと さくらさん
橋本 さくらさん

臨地実習では病態を理解し援助するだけでなく、患者さんとのコミュニケーションも大切にして下さい。患者さんの思いを知ることができれば、より個別性のある援助ができると思います！



はせがわ ひかる
長谷川 光さん

臨床では根拠に基づく判断が必要になるため、1年次から根拠につながる解剖生理をしっかりと学んでおくことが重要です。今後の領域別実習につながるので、今のうちに勉強しておきましょう！



くらもち あやね
倉持 彩音さん

看護学校では初めてのことでばかりで、不安や緊張がたくさんあると思います。“わからない”ことは当たり前です。まわりには同じ看護の道を志す仲間がいます。時に励まし合い、息抜きをしながらがんばってくださいね。



先輩に聴いてみた

ストーリーファイル

今月の先輩

筑波学園看護専門学校の3年生の皆さん

実習 STORY FILE

取材:「Clinical Study」編集部
編集協力:本間 美加子

先輩看護学生が、実習での経験や思い出を1年生の皆さんに語るコーナーです。今回は、実習で一番思い出に残っている出来事と、実習前の学習や準備についてうかがいました。

これまでの臨地実習で、一番思い出に残っている出来事を教えてください。

高橋：認知機能が低下し、活動意欲と発語が少ない患者さんを受け持った際に、患者さんが気分転換を図れるようなかわりを行ったことです。車椅子で院内を移動したり、折り紙と一緒に折ろうと声をかけるなどしました。実習最終日には手を握って「ありがとう」と言っていたことが印象に残っています。

倉持：人工呼吸器を装着している患者さんを初めて受け持った時のことです。最初は不安でしたが、わからないことが多いからこそ頻繁な訪室を心がけました。看護師さんの「人工呼吸器のアラームは、ナースコールと同じだよ」という言葉から、自ら訴えを発することができない患者さんとかかわりや看護のあり方を学びました。

長谷川：小児看護学実習で実感した、子どもの回復と成長の早さが印象に残っています。気管支炎で入院していた患児が、実習期間中に回復して退院する姿に元気をもらいました。一方で、保護者の方には疲労がみられたので、患者さんだけでなくご家族へのケアにつながるかわりも重要であると感じました。

久保谷：十二指腸潰瘍穿孔の患者さんを受け持ったときに、イレウスを予防する食生活習慣を調べて指導しました。“よく噛む”“食事時間を長めにとる”という内容を伝えたと、後日患者さんから「気をつけて食べているよ」と言っていたので、自分がいないときでも継続してくれていたのがうれしかったです。

橋本：老年看護学実習のときの受持ち患者さんは、重度の難聴に加え発語も少ない方で、バイタルサイン測

定や日常生活援助に対する恐怖心がみられました。そのため、援助の前に筆談やジェスチャーでコミュニケーションをとったところ、徐々に警戒心が和らいでいきました。“患者さんを知りたい”という気持ちが看護の中心になることを改めて実感しました。

臨地実習にあたり、どのような事前学習や準備をしていますか？

高橋：私たちの学校では受持ち患者さんの情報をあらかじめ教えていただけるので、患者さんの疾患の病態を中心に事前学習をしています。特に、病態関連図を書いておく理解が深まりやすいです。実習が始まったら、得た情報を追記して全体関連図を仕上げています。

倉持：私は援助技術を繰り返し練習しています。実習で初めて行った援助が洗髪だったので、当時の緊張と不安は今でも覚えています。練習をすればするほど自信につながることがわかってからは、患者さんの安全安楽のためにも地道な積み重ねを大切にしています。

長谷川：私は文章よりも図式化されたもののほうが頭に入りやすいので、病態生理は関連図を書いて覚えます。症状は、急性期や慢性期などの時期別にメモ帳にまとめ、実習先でいつでも確認できるように工夫しています。また、実習中は睡眠不足になりがちなので、しっかりと

睡眠をとり体調管理に努めています。

久保谷：バイタルサインや血液データの基準値を実習先へ持っていくメモ帳に書いておき、カルテを見たときに参照できるようにしています。1年次の臨地実習では、日常生活援助とコミュニケーションが中心になるので、技術練習をたくさん行っていました。

橋本：受持ち患者さんの疾患に関する情報を図書室の参考書や雑誌から集めています。病態をとらえるのに役立つようなページを資料とし、重要な箇所にマーカーを引いて実習ごとにファイリングしています。複数の文献を参照すると情報が多角的になり、疾患の理解も深まります。

SCHOOL PROFILE



筑波学園
看護専門学校
〒305-0854
茨城県つくば市横場2573-201
TEL: 029-836-5285

1987 (昭和62) 年に2年課程として開設し、2004 (平成16) 年に3年課程となった専門学校です。母体である筑波学園病院を中心に、同敷地内にある施設で臨地実習を行っています。学生一人ひとりを大切にし、「看護師になる」という夢を叶えるための学習を支え、地域に貢献できる看護師を育成しています。

「クリニカルスタディ」編集部では可能な限り感染予防策を講じ、必要な配慮を行ったうえで取材しております