

看護科通信



第 55 号
2025年 7月 18日



一年生

私たち看護科一年生は、同じ夢を持った四十名の生徒が集まり、日々楽しく過ごしています。入学当初から、「元々友達だったのかな？」と思えるほど仲が良く、天真爛漫な子が多い、とても明るいクラスです。中学の時とは環境が変わり、最初の一か月は環境の変化で疲れが溜まっていた感じが、クラス全体で見られるときもありました。しかし、少しずつ慣れ、学校生活に前向きに過ごすことができています。日々感じています。初めての看護の授業では、ピンクやブルーの実習着を着ることができ、夢であった看護師に少し近づいたような気持ちになり、みんなの顔がキラキラしていました。定期考査では、看護師国家試験合格に向けて、全教科平均八十点以上を目指し、努力しています。

クラス目標は、入学当初に担任の先生が言われていた『四十人全員が進級して、看護師国家試験に合格すること』です。先生は、看護師の道は私たちが想像している以上に厳しい世界だと知っているからこそ、その中でも誰ひとり置いていかず、全員に看護師になってほしいという思いで言われていたと思います。その思いを、四十人が感じ、この言葉をモチベーションに私たちは頑張ることができています。これから楽しいこともあると思いますが、その分多くの苦労があると思います。そんな中にも、誰一人挫折することなく、強い気持ちで四十人が助け合い、看護の道を進んでいくことがこのクラスの目標です。これから五年間を共にする仲間と楽しい思い出を作りたいです。がらメリハリのついた生活を送りたいです。



二年生

入学してから一年が経ち、私たちは高校二年生になりました。五月九日には、クラス全員で準備を進めてきた宣誓式を無事に終えました。一年生の三学期から計画や練習を重ね、時には先生の力も借りながら、明るく前向きな「十七期生らしい」宣誓式となりました。この宣誓式を通して、クラスの団結力がさらに深まり、以前から課題だった「確認不足による忘れ物」も減りました。お互いに協力し合う場面が増え、クラス全体に良い変化が見られました。六月には、血圧測定の実技チェックがありました。日々の授業や放課後練習では、ただ指示を待つではなく、自分からコツやポイントを先生に尋ねるよう意識しました。そして得た知識はクラスで共有し、全員合格を目指して努力しました。その結果、一年生の時よりも合格者が増え、自信と成長を実感できる機会となりました。

また、老年看護実習では、高齢者大学生とのレクリエーションやコミュニケーション学習を通して、自分たちとは異なる考え方に触れ、新たな学びを得ることができました。一方で、大学生に興味を持ってもらえるような話題を振ったり、言葉遣いに気を配ったりすることに難しさを感じ、今後の課題となりました。そして、二学期には基礎看護実習Ⅱが控えています。毎朝、宣誓式で誓った言葉を全員で声に出し、初心を忘れず、一日一日を大切にしながら少しずつ前進していけるよう頑張っています。

誓いの言葉

「私たちは

看護への責任と誇りを自覚し、

龍野北高校看護科で

専門的な知識と技術を学び、

患者さんの心に寄り添い、

信頼される看護師を目指すことを

誓います。」



三年生

進級してすぐに始まった基礎看護実習Ⅲでは、初めて患者さんを受け持つことになり、大きな緊張感とともに実習がスタートしました。これまでの実習や校内演習とは違い、実際の患者さんに関わる中で、相手の生活や思いに寄り添うことの難しさを実感しました。基本的な援助方法にとらわれるのではなく、「この患者さんに今必要な援助とは何か」を常に考えることの大切さを学びました。また、相手に合わせた援助を行うためには、観察力や想像力、そして柔軟な対応が必要であると痛感しました。さらに、バイタルサインの測定では、ただ機械的に数値を記録するのではなく、その人の状態や症状に応じて観察の視点を変えることが重要であると学びました。そして、体温や血圧、脈拍といった基本的な情報だけでなく、表情やしぐさ、皮膚の状態など、全身を観察して変化に気づく力が求められることを感じました。

今回の実習では、自分の知識や技術だけでなく、患者さんに対する姿勢や言動のひとつひとつが信頼関係に影響することを学びました。そのため、身だしなみや言葉遣い、態度などにも常に気を配り、行動することが大切であると改めて感じました。半年後には成人看護実習が控えており、不安もありますが、今回の学びを次に活かせるよう努力を続けます。そして、職員と支え合いながら、ひとつひとつの経験を大切にし、看護学生として成長していけるよう意識を高めていきたいと思っています。



専攻科一年生

四月八日火曜日、看護科十五期生の私たちは、看護専攻科に進級しました。三十九名全員が「看護師になる」という夢を抱きながら、日々勉強に励んでいます。

専攻科に進級して大きく変わったことは、より専門的な授業が始まったことです。高校時代に学んだ解剖生理学などの基礎知識を土台に、外部講師として来てくださる医師や看護師から、疾患やそれに応じた看護について学んでいます。また、今年からはほとんどの教科書が電子化され、タブレットを使った授業が始まりました。予想以上に操作が難しく、毎日タブレットと向き合いながら学んでいます。

専攻科では、課題の量が非常に多く、さらに六月には週二回の終講テストもありました。そのため、時間管理とスケジュール管理がこれまで以上に重要になっています。私たちはスケジュール帳やタブレットのカレンダー、リマインダー機能などを活用し、計画的に学習を進めています。また、体調管理も欠かせません。毎日授業に出席できるよう、手洗い・アルコール消毒・マスクの着用など、感染症対策を徹底しています。

私たちは二年生での臨地実習に向け、この一年間で、しっかりと看護の知識と技術を身につけていきます。そして、状態が日々変化する患者さんに対しても焦らず対応できるよう、「今の患者さんの状態に、この看護は適切なのか？」と常に問いながら、冷静かつ広い視野で判断できる力を養っていきます。

体調を崩しやすい時期ではありますが、夏休みも課題やテスト勉強にしっかりと取り組むと同時に、プライベートとのメリハリをつけて、有意義な時間を過ごしていきたいと思っています。



専攻科二年生

最高学年の五年生となり、看護師への道にまた一歩近づいたことを嬉しく思います。その一方で、クラスメイトたちと過ごせる時間が残り一年だと思うと、寂しさも感じます。始業式の日には、これから始まる数多くの実習を一つひとつ丁寧に取り組み、学びを深めていこうとクラスメイトと話し合いました。最高学年としての自覚を持ち、責任ある行動を心がけながら一年間を過ごしていきたいと考えています。

専攻科二年では、七か月にわたる領域別実習が始まりました。実習に備えて、それぞれの事前学習に力を入れており、課題の多さに追い込まれることもあります。また、クラスメイトと協力しながら計画的に取り組んでいます。また、専門的な知識を身につけられるよう、DVDを活用したり、自主的に学習を深めたりするなど、将来看護師として役立つ力を養うことにも努めています。

実習を通して、患者様のわずかな表情や反応から気持ちをくみ取ることの難しさと、その大切さを学びました。言葉にしきれない思いに寄り添う関わりを大切に、日々の援助や声かけの中で変化に気づけるよう意識して関わることが重要であると感じています。患者様一人ひとりに合った個性のある援助を考え、実践していく姿勢を今後も大切にしていきたいです。

また、七月には台湾への研修旅行がありました。現地では台湾の大学生と看護技術を実際に行うといった、交流を行い、共に学びを深めていく機会となりました。現地の文化やグルメも体験し、クラス全員でかけがえのない思い出を作ることができました。研修旅行が終わると、後期の実習が始まります。実習と並行して看護師国家試験の勉強にも本格的に取り組む、知識と実践力の両方を着実に身につけていきたいです。



第 114 回看護師国家試験の必修問題に挑戦！

1. 看護師のボディメカニクスで正しいのはどれか。

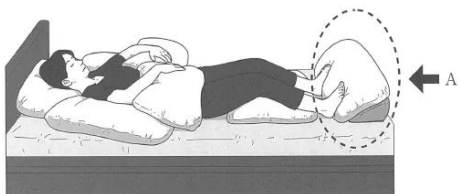
- ①動作時の重心は高い位置に置く。
- ②立位では支持基底面を広くとる。
- ③重心線は支持基底面の外側に置く。
- ④足底と床の間の摩擦力を小さくする。

2. 病室の湿度で適切なのはどれか。

- ①10%
- ②30%
- ③50%
- ④70%

3. 長期臥床している患者の仰臥位時のポジショニングを図に示す。A の位置にクッションを挿入する目的はどれか。

図



- ①褥瘡の予防
- ②尖足の予防
- ③腓骨神経麻痺の予防
- ④深部静脈血栓症の予防



⑦ . 8 ③ . 2 ② . 1 : 正解