

# 第3回看護研究会

(中堅看護師教育研修会)

令和5年10月12日(木)

ハイブリッド開催

(受講会場：岡山国際交流センター)

□ 講演

演 題 『看護師から見た医療安全管理』

講 師 岡山大学病院 医療安全管理部 医療安全管理者  
看護師長 丸山雅道氏

□ 講演

演 題 『中堅看護師のストレスマネジメント  
ー生き生きと働き続けるためにー』

講 師 公益財団法人慈圭会 慈圭病院 看護部長 岩切真砂子氏

一般社団法人 岡山県病院協会

第3回看護研究会（中堅看護師教育研修会）アンケート集計 （令和5年10月12日）

（ 43病院 114名出席・ 86名 回答 ）

1. 講演『看護師から見た医療安全管理』を聞いて。

（講師：岡山大学病院 医療安全管理部 医療安全管理者 看護師長 丸山雅道氏）

A.

a. 大変勉強になった	42名	c. 勉強にならなかった	0名
b. 勉強になった	44名	d. 全く勉強にならなかった	0名

B. 感想や、学べたこと・これから生かせると思ったことがあればご記入下さい。

- ・ 分かりやすく聞きやすかった。新人や下のメンバーに対してKYTを用いて指導しようと思った
- ・ 医療安全管理室で働いているため、実際の岡大さんの活動状況を学び、大変参考になった。ラウンドやインシデント処理に役立てようと思う
- ・ RM委員会のメンバーとしての役割を11月から果たさなければならなくなったので、医療安全管理というテーマがまさに生かせると思った
- ・ 予防を大事にする方向へ推移していっていると学んだ
- ・ 今までよりも、もっともっと医療安全について考える機会になった
- ・ 医療安全・医療安全のABCについて、職場で生かしていきたい(2)
- ・ 医療安全のABCを意識付けしたい。RM委員会を先日から任命されたので、病棟で自分がロールモデルになれるようにしていきたい
- ・ 特にABCが確実にできるように、表示などで工夫していきたい
- ・ 安全管理について。ダブルチェック方法、KYT、指さし呼称、再確認
- ・ 医療安全のABC、掲示物などは差し替えて、気づくようにすることが大事
- ・ 「あたり前のこと ばかにせず ちゃんとやる」を、人はミスをする前提だということを認識のもと、行っていきたいと思った
- ・ ABC(あたりまえのことを・ばかにしないで・ちゃんとする)を確実に行うことで、エラーは防げると思った
- ・ ABCの発信。動作でなく、動作をやる意味を伝える
- ・ ABCの標語はとても良いと思う
- ・ 基本のABCをきちんと守り行動することを大切にしたい。後輩指導の際に自分の行動の意味付けが説明できるようにしたい
- ・ 実効性のあるダブルチェック。一人が読み上げたものを、もう一人が見ることだと思っていた。独立して行い、指さし呼称したい
- ・ 効果的なダブルチェックを理解することができた
- ・ ダブルチェックについて違った認識だったので修正できて良かった
- ・ ダブルチェックの方法と、効果的なダブルチェックのやり方
- ・ ダブルチェックの方法のマニュアル化
- ・ 岡大でのダブルチェック方法
- ・ ダブルチェックは必ずしも2人で行うものではないということ
- ・ ダブルチェック。2名で行っているときに、流れ作業のように思っている時があると思い、改めて確認する意義を考えていきたい
- ・ Wチェックに関しての固定観念。経験値によりKYT(Point)が違うため常にトレーニングする。行動の意味付けが重要
- ・ 声を出して指さし確認は基本的なことだが効果がある。2人でのWチェックを過信してはいけない

- ・ 後輩の指導にあたる機会も多いため、指導時からエラー防止に繋がるように教育していくことで、職場の土壌づくりにも良い影響がでてくると学ぶことができた
- ・ エラーは起こりうるものと捉え、対策を立てて、日々の業務をしようと思う
- ・ 緊張のし過ぎでもリラックス状態でも、エラーは生じてしまうので、お互いにカバーしあって相談しやすい雰囲気が大切だと改めて感じた
- ・ リスクを減らすための工夫、どのようにエラーやミスが発生するかの機序が学べた
- ・ インシデントを防ぐため、チームの雰囲気や、エラーを再防止するための自分・相手の評価が必要であることを学べた。自分がどのようなエラーをしやすいのか把握していきたいと思った。また、指導するうえで、行動する意味を説明した指導でエラーの防止が行えることを学べたので、現場でも意識して行っていこうと思った
- ・ 行動の根拠を考える・教える
  - ・ 指さし・声出し確認をする
- ・ 動作の意味付けを今以上にしっかり伝えていく（やり方のみを教えない）
- ・ 動作・行為を教えるのではなく、根拠を持って、その根拠を教えることで医療安全に繋がること
- ・ 動作（話す・技術）に意味付けをする（意味付けをして指導する）→次世代の育成→エラー防止
- ・ 周りに教えてもらう時、誰かに教える時は、根拠も含めて教えてもらう、伝えることをしていきたい
- ・ 後輩に教える際は、どうしてそうするのか意味を教えながら伝えるのが大切だと学べた
- ・ 後輩に仕事を教えることがあれば、どうするのではなく、どうしてこうするのか意味を教えることが大事。自分自身ももちろん意味を持って行動することが大切
- ・ 自分が気をつけるだけでなく、後輩の指導をする上でも、危険リスクを教えたり行動の意味付けをすることで、エラーを防ぐことに繋がってくると思った
- ・ ヒューマンエラーを防ぐために、指導の際は行動を教えるのではなく、行動の意味を教えるということをこれから生かしたい
- ・ 何でそれをするのかの意味を理解し、行動できるようになることが大切
- ・ 普段やっていることでもエラーの予防ができていないもの、見逃しているなど思うことに気づけた。自分の特性を知って現場に活かしたい
- ・ タイプを把握して振り返ることも大切だと思った
- ・ 間違いを誘発させやすい状況と対策。自身の行動をモニターする
- ・ 自身をモニタリングする。特性を知るということは、医療事故を防ぐことに繋がると学べた
- ・ ミスは無くならないけど、減らす、気づくことができる、その方法も理解できた
- ・ 自分のストレスマネジメントを行い、コントロールすることが大切だと思う
- ・ インシデントレポートをもっと提出しなければ（病院全体）と思った
- ・ 医療安全報告書は出さない方が良いと思っていたが、良い病院は、組織の動向を知るためにも出しているのだと学んだ
- ・ インシデントの報告
  - ・ 岡大のインシデント報告の件数の多さに驚かされた
- ・ ヒューマンファクター、ヒューマンエラー
- ・ ヒューマンファクターを知り、対策を打つことが大切だと認識できた
- ・ 「指さし呼称」や「ダブルチェック」などエラーを防ぐ方法を業務で行っていきたいが、ヒューマンファクターを知ること、より効果のあるエラー防止行動ができると分かった。自身のエラーパターンを知ることで、必要な対策等ができ、自分の場合メモ等を取っていくことを意識しようと感じた
- ・ 間違うとは、間違えたのではない。そこに要因があったからなので、その要因を取り除くヒューマンファクターを知ることが大切だということが、心に残った
- ・ 時間内に収まるよう、また十分な時間を確保しての講義をお願いします

2. 講演『中堅看護師のストレスマネジメント ―生き生きと働き続けるために―』を聞いて。

(講師：公益財団法人慈圭会 慈圭病院 看護部長 岩切 真砂子 氏)

A.

a. 大変勉強になった	43名	c. 勉強にならなかった	0名
b. 勉強になった	43名	d. 全く勉強にならなかった	0名

B. 感想や、学べたこと・これから生かせると思ったことがあればご記入下さい。

- ・ 考え方の参考になった
- ・ 生き生きと働くためには
- ・ 自己の心身健康と、生き生きと仕事できるスキルを学べた
- ・ 医療職とストレスは切っても切り離せないもののため、思考の切りかえ方やストレスとの付き合い方など、今後の人生に生かせる点がたくさんあった
- ・ 看護師はストレスフルな職業。よりメンタルヘルスのチェックと早期に対応することが大切だと学んだ
- ・ ストレスは悪いものだったが、前向きに、モチベーションにできればいいかな。でも、自身のことも考えてあげられれば
- ・ 中堅としての仕事のストレス、また認知のゆがみ(考えの癖)を知ること。認知行動療法やACT、言葉は知っていたが実践したことがなかったので、してみたい
- ・ ACT (認知行動療法)
- ・ 自分はまだ中堅看護師の立場ではないと思うが、ストレスの多い立場であることを知り、メンタルヘルスを大切に接していこうと思った
- ・ 自分自身はあまりストレスを感じないタイプなので、後輩達がどのように悩み、どのようにアドバイスしていけばよいか分かった
- ・ 仕事でストレスにはならないが、ストレスを強く感じていることで、看護の質や安心安全な看護の提供ができなくなる可能性がある。そのためには自分のストレスを見直し、対応できる方法を考えていく必要があると感じた
- ・ 自分のストレスもだが、家族や同僚・友人のストレスにも関心を持ちたい
- ・ しんどい時もあるが、自分も楽しく仕事をしている
- ・ 自分が楽しむことが大切と思った
- ・ 自分自身をどのように整えるか考える機会となった。ありのまま今を受け入れることの大切さ
- ・ もう一度自分のストレスについて、向き合えたように感じた
- ・ 自分自身の精神状態を見つめる時間を持ちたいと思った
- ・ 自分のストレスに対する対処を考えるきっかけとなった
- ・ ストレスへの向き合い方を学べた。今の仕事はしんどいけど、楽しいと改めて思った。楽しかったらメンタルはやられませんか？
- ・ ストレスと上手く付き合うポイントを再認識できた。ポジティブに頑張ります！
- ・ 生き生きと働くためには、自分自身が健康でないといけないと思った。ストレスと上手に付き合い合っていきたいと思う
- ・ 自分を客観視に見られることが大切だと感じた
- ・ 先輩の意図と自身の考えが違いストレスになることもあるが、自身のストレスについて考え直そうと思った
- ・ 気持ちの持ち方や自分の体調を知って、ストレスと付き合えるようにしたい

- ・ 自分自身のストレスと上手に向き合い対処していく（対処方法を学べた）
- ・ ストレスの対処方法や、職場におけるメンタルヘルス
- ・ ストレスに対する対処として、自分なりのストレス解消法を見つけることだと思った
- ・ ストレスへの対処、セルフケアを実行する。毎日の生活習慣を整える
- ・ ストレスの反応に対して、対処する手、回避する手、逃げる手も大切だと知った
- ・ ストレスへの対処→認知の仕方を変える
- ・ ストレスに対して「認知」の仕方と「行動」を変える
- ・ 自分の認知のパターンを考える。不快な感情を無理になくそうとせず、自分らしい人生を歩む
- ・ ストレス反応を理解し、自分のことを受け入れることが大切だと思った。また、周囲の同僚等のストレス反応のサインも気に留め、早めに対処してあげられたら良いなと思った
- ・ 自分のストレスを知りセルフケア、管理者としてスタッフのストレスに気づく
- ・ ストレスに対するセルフコントロールの大切さや、早めに対処していくことの必要性が分かった
- ・ 生き生きと過ごすためにセルフケアを行い、自分の心に正直になろうと思った
- ・ ストレスマネジメントの方法を自分なりにやり、セルフケアしていこうと思った。また、患者からのセクハラや暴力に対して今まで我慢してきたので、今後考え直そうと思った
- ・ 仕事・家庭とやることが多く、ストレス反応が体に出ているので、自分でコントロールして少し楽に生きてみようと思った
- ・ ストレス反応の3相期に当てはめると抵抗期と疲弊期の間になった。セルフケアができていないことが分かった
- ・ 自分を上手にストレスマネジメントし、対処できる能力を身につけたいと思った
- ・ ストレスが増えることで個人的ミスが誘発されやすくなるので、セルフケアを行い、安全に看護し続けられるよう取り組んでいきたい
- ・ ストレスへの対処法を上手にできることは、医療安全にもなると思った。そのためにも、自分自身を理解し、認めることができるようになり、人間力を上げていきたい
- ・ 自分の価値を認められるようにしたい
- ・ 自分を振り返ると、まあまあストレスに対しセルフケアができることが分かった
- ・ ストレスを軽減する方法、ヨガや呼吸法
- ・ 自分のストレスが何なのか、溜まるとどうなるのか、自己分析が必要なこと
- ・ 自分のストレスになっていることは何なのか、把握しながら対処していきたい
- ・ ストレスを感じることはしかないので、興味を持って聞けた
- ・ アサーティブ、アサーションをうまく使えると、生きやすくなるだろう
- ・ アサーションというコミュニケーションを取ろうと思った
- ・ アサーションの4つの柱ができると、対人のストレスが軽減できること
- ・ トラウマについて理解しようとする、代理受傷することもある。そのための注意点は参考にしたいと思った
- ・ 仕事が原因で死ぬくらいなら、逃げることを勧める
- ・ 同じくらいの歳の、違う仕事をしている人とのGWは良かった
- ・ 資料とスライドの内容を合わせてほしい。興味のあるページが飛ばされた

3. 今、悩んでいることは何ですか？ また、今回の研修で何かヒントになることがありましたか。
- ・ 今後自分が大切に・大事にしている看護ができるのか。何が看護してやりたいのか…。⇒好きなこと、興味のあることをすれば看護観が広がると言われていた
  - ・ 個々の思い（重きを置いていること）が違う中で、一つの集団を作っていくこと、看護をしていくことが難しい（何を理想とするのか、共通課題とするのか）
  - ・ 新人教育・新人看護師の教育の仕方(2)
  - ・ 新人の教育。適切なコミュニケーションをとり、お互いにメリットのある関係作りが必要と思った
  - ・ 後輩指導。自分がロールモデルになれるようにする必要があると学んだ
  - ・ 患者とゆっくり関わる時間が減ってしまった。新人育ても難しいが、中堅看護師の看護観の違いが難しい
  - ・ 忙しすぎて患者さんとゆっくり関わる時間がない。新人職員を思うように育てられていない
  - ・ 忙しいからこそ、患者への対応不足や、新人への指導が不足してしまうこと
  - ・ 上司のサポートが少なく、仕事量の負担が多い
  - ・ 業務量が多く残業ばかりで体がしんどい。リラクゼーション・ストレス発散は大事
  - ・ 体力・気力低下 ⇒認知行動療法的アプローチやACTなど、セルフケア、ストレスマネジメントなど、大いに参考になった
  - ・ 業務量が多く仕事が終わらないこと⇒明日、または次にまわせることは見送って次にする気持ちを自分に持つ
  - ・ 忙しい（公私に亘り）けど、今年度のみ役割もあるので、期限があるといつまでも続くストレスではないと思って頑張る
  - ・ いろんなことを頼まれること。セルフケアを行いながら、無理せずこなしていきたいと思った
  - ・ 休日・就寝中も仕事のことが気になり、休めた気がしない。ストレスコントロールが必要と思った
  - ・ いい加減だと感じるスタッフが多い
  - ・ 病床の方向性、できもしない目標設定とでたらめなやり方、人間関係の構築
  - ・ 昨年度から病棟のリスクマネジャーになったが、何か発生した時にきちんと対応・行動がとれる力が不安で、悩みでもある
  - ・ 仕事が続けられるか悩んでいる。今回のストレスマネジメントを参考にさせていただきたい
  - ・ 部署異動に伴う職場環境に慣れず、多少ストレスを感じている。迷惑をかけている
  - ・ 今の部署から異動したくない。異動になったら辞めたいレベルに悩む
  - ・ 給料が少ない
    - ・ 給与・看護師手当が少ない
  - ・ 子育て・家事などの生活と仕事の仕方に、どのようなバランスで自分に合った働き方ができるのか
  - ・ 仕事と家庭の両立と、自分のこれからの方向性
    - ・ 子供のこと。関わり方を変えてみようと思った
  - ・ なし・特になし・思いつかない(6)
  - ・ 改めて自分の目指す看護ケアを考えていきたい。家族や友人からの職場に対する相談、いつも自分はどう聞いていたらいいのか、何を返答したらよいか悩む時があり、今回の2つの講演でのお話を参考にしていきたい
  - ・ 自院でもストレスチェックが導入されているが。セルフケアで対応されている職員へも抱えているストレスへのアプローチが必要だと感じる。ストレス対処として、認知行動療法を全体研修へ取り入れてもいいと思う
  - ・ 医療安全については、まだスタッフの認識が薄くマイナスのイメージしかないなので、もっとみんなに知ってもらうように努力しようと思った

- ・ 今後後輩と仕事をする上で、自分の伝え方を考えながらする
- ・ ヒューマンエラーの傾向と対策は良かった
- ・ ストレスの解消方法を見直せる良い機会を得られた
- ・ 中堅としてのストレスを日々感じており、それに対する対処の仕方
- ・ 仕事に行くことがしんどいことが多く、自分のストレス反応を受け入れて対処していく必要性を感じた
- ・ 自分の言動では変わらないことがストレスになっているので、自分軸で考え、運動でも始めてみようと思った
- ・ ストレスを感じている自分は弱いように感じたりするので、学びが多かった
- ・ ストレス発散の仕方。リラクゼーションとして呼吸法を実践してみようと思った
- ・ 今特に悩んでいることはないが、ストレスのタイプによって対応する方法・アプローチ方法があり、今後に活かしたい
- ・ 他スタッフと経験を共有することの意義
- ・ 医療安全報告書の直し方
- ・ 安全文化の醸成

4. 今後勉強したいこと・希望する研修内容等、また希望する講師もあればご記入ください。

- ・ 看護師と患者の関係におけるハラスメント。例えば、認知症患者との間とか、暴言に対するストレスの対処法など
- ・ 医療安全(3)
- ・ アンガーマネジメント
- ・ ボーダー、クレマーの対応
- ・ 認知症の患者の対応
- ・ 認知症
- ・ 認知行動療法(2)、ACTについて
- ・ 発達障害について。その人への効果的な指導・説明の方法
- ・ 後輩育成について
- ・ 新人看護師への指導方法
- ・ 新人に対する指導の方法、指導側の考え方
- ・ 新人教育
- ・ 新人さんの頑張ろうとする活力とは
- ・ 人を育てるとは
- ・ 看護職の方向性 (いろいろな形で看護に関わっている人の話を聞きたい)
- ・ 看護に対する視野が広がるような内容
- ・ 主任とは
- ・ リーダーシップについて
- ・ コーチングについて
- ・ 他職種とのコミュニケーション、連携について
- ・ 多職種連携
- ・ 院内のスタッコール運用についてを含めた救急対応。本日学んだ口頭指示や効果的なダブルチェックをできるようにするため
- ・ ダビンチ手術のリスクマネジメント
- ・ ターミナルケア
- ・ 褥瘡ケア
- ・ 救命
- ・ 倫理について。石垣靖子先生

5-①. 今回のハイブリッド開催はいかがでしたか？ 参加された感想やご意見をぜひお聞かせ下さい。

- ・ Zoom の設定など、職場が準備してくれたので良かった。途中休憩なく 2 時間講義を聴き続けるのは疲れた
- ・ Zoom での参加は良かった。グループワークが少し気まずかった。内容は良かった
- ・ オンライン参加が可能なので参加しやすい。研修がストレスにならない
- ・ ゆっくり受講できた
- ・ 普段より集中して学ぶことができた
- ・ 院内で参加でき、ストレスなくスムーズに受けることができた
- ・ 職場から受講できることがありがたい・助かる(2)

- ・ 職場で参加できて、いつもの日勤業務の感覚で参加でき良かった
- ・ 現地へ行くことが難しいので、勤務先で良かった
- ・ オンラインの研修会は、職場から参加できて良かった
- ・ 現地にいなくても研修が受けられたので良かった(2)
- ・ 自宅からが、研修先より近く参加しやすい
- ・ 遠くまで行かなくて、体が楽だった
- ・ 自宅からが研修先より近く参加しやすいと思った。業務内で行うことで、研修前後で病棟の仕事ができる
- ・ 職場で研修を受けることができるため。職場の業務もできる
- ・ 病院にいながら参加でき、終了後に部署に戻って手伝いができるので良かった
- ・ Zoomでの参加だったが、環境が整っており、興味深いテーマの研修にスムーズに参加できた
- ・ 研修先に行かなくても、興味のある講義を聞くことができるのでいいと思う
- ・ 会場に行かなくても研修を受けることができ、勉強できる環境ありがたい
- ・ 院内での参加だったので、子どもの保育園の送迎がいつも通りで助かった
- ・ 遠方でも参加しやすく、今後もこのような形で開催してほしい
- ・ ハイブリッドの方が行く時間がもったいなくないので良い
- ・ 画面を通しての声は聞こえにくかった
- ・ 言葉が聞き取りにくいことがあった。会場だと問題なかったかと思った
- ・ 久々の会場参加だったので良かった。エネルギーをもらった
- ・ 久々の集合研修で、熱も感じられて良かった
- ・ 会場で、実際に先生の話聞いて良かった
- ・ 会場参加だったが、広い会場で、人との間隔もありゆっくり研修を受けられた。寒かった
- ・ いろいろな参加方法があるのでいいと思った
- ・ 参加場所を選べるのは良かった
- ・ 良かった・とても良かった(2)
- ・ 身近な内容で分かりやすかった
- ・ 分かりやすく、現場や生活上に活かせる内容だった。学んだことを実行していきたいと思う
- ・ 医療安全に関してとても勉強になった。また、自分をもっと大切にしようと思った
- ・ 他の医療施設での安全対策の実際が分かり良かった
- ・ 最後に他病院の方と話ができて良かった
- ・ グループワークがよく分からなかった
- ・ 自身の為だけでなく、部署内でも共有していきたい内容だった。参加させていただき、ありがとうございました
- ・ よかった。ありがとうございました。休憩時間がほしかった
- ・ 資料の文字を大きめにしてほしい。休憩は1時間ほしい。時間厳守でお願いしたい
- ・ 講義が2時間半だったので、間に休憩を挟んでほしい
- ・ 時間を守ってほしい。講師に誰かが伝える方法とか決まっていたのか？ トイレ休憩がほしかった。
- 2.5h 続けての勉強会はキツイ
- ・ トイレ休憩があれば良かった
- ・ 途中の小休憩がほしかった (午前中)

5-②. ハイブリッド開催はどこで参加されましたか。

- a. 受講会場 (岡山県医師会館) (18名)
- b. 病 院 (勤務先) (62名)                      c. 自宅 (6名)

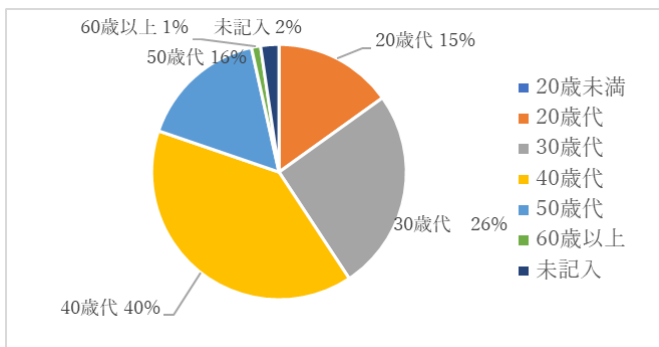


6. 今回の研究会に参加した動機はどれですか？

- a. 病院から参加を勧められた (76名)
- b. 自分から積極的に出席した (9名)
- c. その他 (1名)
  - ・上司から研修案内をいただいた

【年 齢】

- 20歳代 (13)
- 30歳代 (22)
- 40歳代 (34)
- 50歳代 (14)
- 60歳代 (1)
- 未記入 (2)



【勤務年数】

- ～5年未満 (3)
- 5年～10年未満 (17)
- 10年～15年未満 (12)
- 15年～20年未満 (23)
- 20年～25年未満 (18)
- 25年～30年未満 (4)
- 30年～ (7)
- 未記入 (2)

