

## 1日の流れ

6:30	起床
7:45	病院到着 先生に一日の行動計画を確認してもらって着替え、持ち物をチェック
8:30	病棟へ 朝礼、申し送りを聞く
8:45	実習指導者さんに 看護計画を確認してもらう
9:00	患者さんにご挨拶・ バイタルケアや清潔ケア、 リハビリなど1日のスケジュールを 伝える。その後、患者さんとリハビリへ
12:00	休憩
13:00	患者さんとリハビリへ 他職種と連携して、患者さんの目標に 近づけるように支援する
16:00	学生カンファレンスへ参加
17:00	実習終了
17:30	大学図書館で看護記録を作成
21:45	帰宅 食事・入浴・自由時間
24:00	就寝

参考書など  
資料も豊富で便利!

## 学習アイテム

### ●患者さんの情報を 効率的に整理しよう!

私は関連図や問題定義など、書きやすいところから手をつけて看護計画をまとめました。そのためには、どの情報がどこに結びつのかを意識して、患者さんとのコミュニケーションから得た情報や、検査数値などを事前に整理しておきます。参考書は「看護がみえる」「病気がみえる」(メディックメディア)のシリーズを活用しました。



## リフレッシュ方法

### ●よく食べよく寝る 涙も流してOK

疲れていては実習を乗り切れませんが、よく食べよく寝る、当たり前ですが体調管理も大切です。実習中は大変なことばかりで、帰り道に涙を流したことも(笑)。泣きたいときは我慢しない。泣き終わったら気持ちを切り替えて前を向くが私のモットーです。



### 実習指導者さんの声

看護師が患者さんにどのように声をかけ、触れているのかは臨床でしか学ぶことができません。ですから、このケアや手技が見たいなど目的を持つことが大切です。意欲的な学生さんには色々と教えてあげたいもの。積極的な姿勢を見せて欲しいですね。また、当院では病棟カンファレンスに参加して、さまざまな経験や知識を持つ先輩の看護に触れ、自身の看護観を培ってもらいたいと考えています。学生同士でもたくさん話しあって、看護の学びを深めてください。

水野 裕美さん  
実習指導者

**Hospital Data**  
〒131-0034  
東京都墨田区堀通 2-14-1  
TEL 03-3616-8600 (代)  
【担当/人事担当】  
URL <http://www.tokyo-reha.jp/>



**Hospital Information**  
急性期の治療を終えた患者さんが病気や障害を持ちながらも、リハビリテーションを通して元の場所で生活できるようチームで支援しています。患者さんの回復を日々感じながら仲間と一緒に喜びを共有しています。リハビリテーション看護のキャリアを積み重ねながら、看護師として人として成長してみませんか?  
【病院見学会】  
平日の昼間に随時開催。都合の良い日をご連絡ください

## 東京都リハビリテーション病院

Check!

## 興味ある分野や得意分野を伸ばし 自分の目指す看護や職場を見つけよう!

東京都リハビリテーション病院で実習を行った焼田さん。その体験がきっかけで当院への就職を決めました。患者さんへの看護を学びながら、職場の雰囲気や看護師の役割を知ることができたと話す焼田さんの体験談を紹介します。

焼田 千晴さん  
看護師1年目  
首都大学東京 看護学科 卒業



### 病院全体が実習生をサポート 摂食嚥下障害の看護を深めた

私が通っていた大学では4年生のときに総仕上げとして、希望する領域で実習を行います。私はこれまでの病院実習を通して、患者さんとのコミュニケーションを大切にしながら看護に関心があり、以前担当した嚥下障害の患者さんの看護を深めたいと当院で実習を行いました。

事前に摂食嚥下障害の看護について、疾患や原因、必要な看護、リハビリで関わる他職種の役割についてなどを学習。A4用紙70枚にまとめたレポートを病院へ提出しました。実習では希望通り、摂食嚥下障害の患者さんを担当することができました。

看護計画を病棟のカンファレンスで発表したときは、学生が考えてきた稚拙な計画だと思われるのではないかと心配でしたが、皆さんは私の意見や考えに真剣に耳を傾けてくださいました。摂食・嚥下認定看護師にも看護計画を見て頂き、患者さんの嚥下機能を評価する際に、精神面、身体の状態を考慮してケアを立案する専門的な視点を学びました。また、リハビリに関わる理学療法士など他職種の方からも意見を頂き、病院全体で実習をサポート

していただきました。

### 会話は筆談やボードを使用 患者さんのことを理解したい

担当した患者さんは、話すことが難しく筆談やボードを使っていた。初めはこちらからの質問に対して「はい」「いいえ」で答えるクローズドクエスチョンを意識しました。話せないことへの疲労感や気持ちの落ち込みが心配でしたが、徐々に患者さんの方からボードを使って話かけてくださって、私が患者さんのことを理解したい気持ちが伝わったように嬉しかったです。また、リハビリの時間だけでなく病棟でも機能改善を意識できるように、病室から食堂へ移動して口を動かす訓練を提案しました。患者さんのがんばりが見て分かるように、訓練した日には印をつけるオリジナルのカレンダーを作成。初めは乗り気ではなかったのですが、気持ちの良い環境づくりの甲斐あって次第にご本人も回復を実感することができ、声が出せるようになったときは、一緒に喜びを分かちあいました。

### 実習を通して、 目指す看護領域が明確に

約1ヶ月の実習が終了するとき、このままずっと続けていきたい

と思えるほど、充実した毎日でした。またこの経験を通して、患者さんの状態に合わせた適切な方法でOOL向上を支える、リハビリテーション看護の領域へ進みたいと決心できました。そして、当院の看護師さんのイキイキと働く姿や患者さん一人ひとりの目標に向かって他職種が協力し合っチーム医療の魅力に惹かれ、当院へ入職を決めました。

実習中は苦しいこともありましたが、振り返ってみれば、一人の患者さんと向き合うことができる贅沢な時間だったと思います。今辛くても、勉強したこと、体験したことは絶対無駄にはなりません。あなたの目指す看護もきつと見えてくるはず。自分を大切に最後まで頑張ってください。



自分たちの病棟が一番だと仕事に誇りを持つ先輩方。尊敬できる皆さんの背中を見ながら私も日々成長中です