

富良野看護専門学校 広報誌

看 心 い ら の 第 1 (24) 号

発行日 平成 25 年 5 月 14 日

発行者 富良野看護専門学校

「新しい年度に期する」

学校長 丸 昇

4月3日の入学式に新入学生30名を迎え平成25年度がスタート、5月13日からは早2,3年生の臨地実習の開始です。特に、3年生は7月第3週までの連続実習となりますが、8月から12月までのさらに長い連続実習の前段に過ぎず、本校における心身共に厳しい最大の学修の場であり、看護師になるための試練の道となります。

平成25年第102回看護師国家試験では卒業生31名全員が合格しました。これも数多くの外部講師の熱意あるご指導をはじめ、ご苦勞を省みず臨地実習の場をご提供の上ご指導頂いている各病院、関係施設・機関等のご支援の賜と深く感謝申し上げます。

近年は、若者の耐性や社会性の不足が指摘されますが、本校では関連する様々な理由で留年を余儀なくされる例が見られ、それは通常得難い貴重な経験である反面、円滑な教育運営にとって課題であります。今後共小規模校ならではの指導を一層充実し、一人一人の学生が自己実現に向けて全力を發揮することができる教育指導に傾注する所存です。保護者をはじめ関係の皆様の変わらぬご理解・ご協力をお願い申し上げます。

祝入学・・・入学生の言葉・・・30名を心から歓迎します！

「入学式を終えて」 入学式が終わり約1ヶ月が経ちました。最初は自分のロッカーから上靴を取り、履き替えるのがぎこちなかったのも、今は友達と話しながらするなど、学校に少しずつ慣れてきたところです。うわさではすごく難しいと聞いていた授業も始まっています。教科書の量を見た時に本当に大丈夫か、ついていけるかと不安に思ったのを覚えています。しかし今は90分授業にも慣れ、ずっと学びたかった看護の勉強に喜びを感じています。そして何より嬉しかったのは、白衣を着ている自分を鏡を見た時です。「あぁ自分は看護学校にいる。もう看護師への道を歩んでいるんだな。」と感じ、同時に将来の自分を想像しました。この初心と学ばせて頂いている感謝の気持ちを忘れず、3年間同じ夢を持った仲間と助け合い、協力しながら頑張りたいと思います。 1年 伊藤 美香

「毎日が楽しい」 20期生の私たちが入学してから早、1ヶ月が経ちました。最近私が思うことは、「1日が24時間では足りない」ということです。

入学当初は、1日が長く、早く時間が経ってほしいと強く願っていました。時間が経つにつれ、先輩や友達との会話や交流が増え学校生活が楽しくなり、自分の気持ちにも余裕ができ、最近では毎日が楽しいと感じています。これから、実習や授業も本格的に始まり、毎日が大変になってくると思います。それでも、決して自分の夢や目標を曲げずに強く前に進んでいきたいと思っています。 1年 江川 祥平

・・・ SCHEDULE ・・・ 4 / 26 ~ 6 / 28 の行事・動向 (含終了)

4 / 26 (金) 第1回就職説明会 4 / 30 (火) 避難訓練
5 / 8 (水) 看護の日行事 ~ 市内6病院・関係施設等訪問交流
5 / 13 (月) 3年小児実習 (施設) 2年老年実習 (施設)
5 / 16 (木) 富良野高等学校 P T A 研修会富良野看護専門学校説明会
5 / 20 (月) ~ 6 / 7 (金) 3年実習1クール目
6 / 4 (火) 1年市内施設見学
6 / 10 (月) 3年実習2クール目 (~ 6 / 28) 1年基礎実習1

耳よりヘルシー HEALTHY トピックス

「ストレッチングと疲労回復」・・・日常生活の緊張感・疲労の軽減に
人間の身体活動は、ほとんどが筋肉を使う運動であり、積極的に動かなくても、同じ姿勢を維持するには関節を一定に固定するための筋力を使います。緊張していないのは安らかな睡眠時位かと思われますが、朝、目覚めに無意識に体を伸ばすことが多いのは、同じ姿勢で寝ていた緊張からの解放と言え、これは犬やネコにもよく見られる動作です。筋肉を伸ばすと緊張がほぐれリラックスできることがわかっています。筋肉の疲労をとり血行をよくするには、筋肉をゆっくり伸ばし、20~30秒継続するのが効果的と言われます。毎日、機会をとらえてストレッチングを! (参考:道新「生きるしくみ」H25.3.13 札医大当瀬規嗣)

++++ あ・ん・て・な ANTENNA +++++

「看護の日行事」で楽しく交流・・・各病院・関係施設のご協力に感謝いたします!

5 / 8 (水) 本校の全学生が、寿光園、老人保健施設ふらの、デイサービスセンターいちい、富良野協会病院、ふらの西病院、北の峰病院の各病院・関係施設を訪問し、歌や踊り、ゲームなどを通して患者様・利用者様と交流させて頂きました。近代看護を築いたF・ナイチンゲールの誕生日 5 / 12 にちなんで毎年実施しており、「看護の心をみんなに」を合言葉に訪問先の皆さんに喜んでいただけるよう、入学間もない1年生も先輩の指導により緊張しながら全力で臨み、大いに勉強になったたようです。

ささやき S & T ・・・ 学生の、教員の、みんなの声

- S: 私たち3年生は今週から連続実習です。連続ということもあって乗り越えられるのが不安です。ですが、クラス全員で組んだ円陣と「全員で卒業とする」という目標を糧に頑張ります。(3年) S: 無事に進級し、4月から2年生になりました。これから課題やテスト、実習と増えていくと思いますが、みんな力を合わせて、1日1日を大切に過ごしたいと思います。(2年K・K) S: 富良野看護専門学校に入学して、約1ヶ月が経ちました。慣れない90分授業や聞きなれない言葉にまだ戸惑ってしまうこともあります。1年生皆で頑張っていきたいです。(1年橋本佳弥)
- T: 4月からニューフェイスが30名来てくれました。3月には雛が巣立ちましたが、新しい卵ちゃんが増えました。どんな時も、み~んなで乗り切っていこうね。私の面倒も見てね。(教員 能登 千種)