

(様式 2)

## 富山県看護連盟・支部研修会報告 (平成 27年 9月分)

| 区 分          | 内 容                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 会の名称         | 平成27年度 射水、高岡・氷見1・2支部 合同研修会                                                                                                                                                                                                                                       |
| 研修の目的<br>ねらい | 1 看護職の政治への関心を高め、看護連盟の役割を理解し活性化を図る。<br>2 会員相互の親睦を図り、現状や課題を知り活動の巾を広げる。<br>3 睡眠について知識を得て心身の健康増進を図る。                                                                                                                                                                 |
| 開 催 日        | 平成27年9月26日 (土) 13:30～16:00                                                                                                                                                                                                                                       |
| 会 場          | 射水市大門総合会館 4階大門コミュニティーセンター                                                                                                                                                                                                                                        |
| 主 催          | 富山県看護連盟 射水、高岡・氷見1・2支部                                                                                                                                                                                                                                            |
| 対 象 者        | 看護職                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 出席者数         | 39名                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 研修方法         | 講演 解説・説明 グループワーク 意見交換<br>提言 実技 他( 睡眠時の体圧測定 )                                                                                                                                                                                                                     |
| 内 容          | 1 講演 「看護連盟の現状と課題」<br>講師 富山県看護連盟 会長 三谷 順子<br>1 講演 「睡眠研修」交代勤務の負担を軽減する眠りのヒント<br>講師 東洋羽毛株式会社 睡眠健康指導士 白木 礼司氏                                                                                                                                                          |
| 特記事項         | 《概要》<br>・三谷会長から看護連盟の歴史や政治とのかかわりの必要性について分かり易く話されました。<br>・白杵先生からは、睡眠に対する理解と上手な仮眠の取り方など講義を受け、睡眠時の体圧を測定したりしました。<br>《アンケートから》<br>・人員不足で休みが取れない。残業で遅くなる。という意見が多かった。<br>・退職が多く、新人を育てるのに3年かかり、間に合わない。<br>・看護学生に「看護と政治」に関する授業をもっと取り入れてほしい。<br>・研修会の内容が毎回同じ。BGMなど流してほしい。など |

提出日 平成27年10月1日

提出者 林 敦子

資料添付 有

## 平成 27 年度 富山県看護連盟

### 射水・高岡氷見 1・2 支部合同研修会

日時； 平成 27 年 9 月 26 日(土) 13:30～16:00

場所； 射水市大門総合会館 4 階大門コミュニティーセンター

参加者 39 名

テーマ：看護連盟の現状と課題

講師：富山県看護連盟会長  
三谷 順子

看護連盟の歴史や、政治活動の必要性について、アンケートでも 9 割の方がよくわかったと回答されました。

これからの活動に役立てたいと思います。



テーマ：睡眠研修

交代勤務の負担を軽減する眠りのヒント

講師：東洋羽毛株式会社  
睡眠健康指導士  
白木 礼司



看護職には夜勤と睡眠は悩める問題ですが、アンケートでも 97%の方が理解できたと回答されました。

これからの活動に役立てたいと思います。参加した方、講師の皆さんありがとうございました。