

看護部ニュース

2022年入職者 夜勤導入前研修



入職から3カ月が過ぎ、1年目の看護師たちもいよいよ夜勤が始まります。「私にできるかな」不安で一杯の彼らに夜勤導入前研修が行われました。夜勤の心構えや、不安の軽減を目的に、イメージできるような説明と先輩看護師からのアドバイスを沢山いただきました。



看護部長も
見守ります

市川病院は2交代制。夜勤は16：30～翌9：00までの勤務です。

日勤の引き継ぎから消灯、消灯後から起床まで、起床から日勤の引き継ぎまでの流れについて講義を受けました。



現場では報告・連絡・相談の必要性を理解し、夜勤までに自立していることが望ましい看護技術を確認することが大切です。また自分にできる事、できない事を把握して先輩に明確に伝えられるようにしておくことも大切です。自信のないものは普段の日勤の朝のうちに先輩に声をかけて積極的にできるようにするなど工夫してみてください。

他の人と比べてできていないと気にすることはありません。少しずつ成長していけるよう先輩と一緒にがんばりましょう！

また、時間ごとに決まっていることや、患者さんそれぞれにかかる時間も違うので日勤から時計を見る習慣をつけましょう。

新人看護師たちから事前に質問を記入してもらい、先輩から応えていただきました。

一番多い質問はやはり「眠気、睡魔、体力、体調管理」が気になるようです。次いで「夜勤時に1年生にもとめられること、情報収取」、食事のことも気になるようです。



実際に夜勤を経験した新入職員に聞いてみましょう！

眠かったですか？

事前にカフェインを取って対策しました！



夜勤の前はゆっくり起きる、いつも通り、体力温存の為動かない、など人それぞれです。先輩には各々ルーティーンがあるようです。色々な話を聞いて参考にして自分が一番いい方法を見つけられるといいですね。1年生時には救急カートの中身やどこに何があるか、物品の所在を確実に覚えて指示があればすぐに持っていけるようにしておくことも大切です。

夜勤の業務での様々な経験が自分の成長に繋がることを信じて挑戦してください！先輩がついているので大丈夫です！

夜勤あるある！コーナー



あれ？今日は何曜日？

夜勤明けで帰る時の開放感は異常！

夜勤明けは炭酸&ジャンクフードを欲する！

などなど…共感できるかも？！しれません！



**国際医療福祉大学
市川病院**

〒272-0827

千葉県市川市国府台6-1-14

電話047 (375) 1111

看護部サイトはこちら⇒

