

人材育成に御尽力の徳明会に感謝申し上げます

腎泌尿器外科学講座客員研究員 大湾知子

腎泌尿器外科学講座と NPO 法人日本コンチネンス協会沖縄県支部が主催となり琉球大学病院 11 北（産婦人科）病棟 当山悦子副看護師長（排尿ケアチームコンチネンスリーダー）が司会を務めました。琉球大学研究者交流施設・50 周年記念館担当の事務職員の皆さまから会場のご支援を受け、第 6 回コンチネンス初級セミナー（受講生 56 名）、フォローアップセミナー（受講生 32 名）を開催できました。コロナ禍にはセミナー開催ができず、西村かおる先生を招聘講師として 2025 年度に 6 年ぶりの開催でした。

徳明会からは「人材育成に尽くす！」と琉大病院の看護師・歯科衛生士・理学療法士 7 名へ受講のための助成を賜り心より感謝申し上げます。ここに受講生からの感謝メッセージをつづりました。



初級セミナー前半グループ：8/8-11 受講生 22 名



初級セミナー後半グループ：8/8-9, 8/30-31 受講生 34 名



コンチネンスフォローアップセミナー：10/13 受講生 32 名



当山 悦子 副看護師長



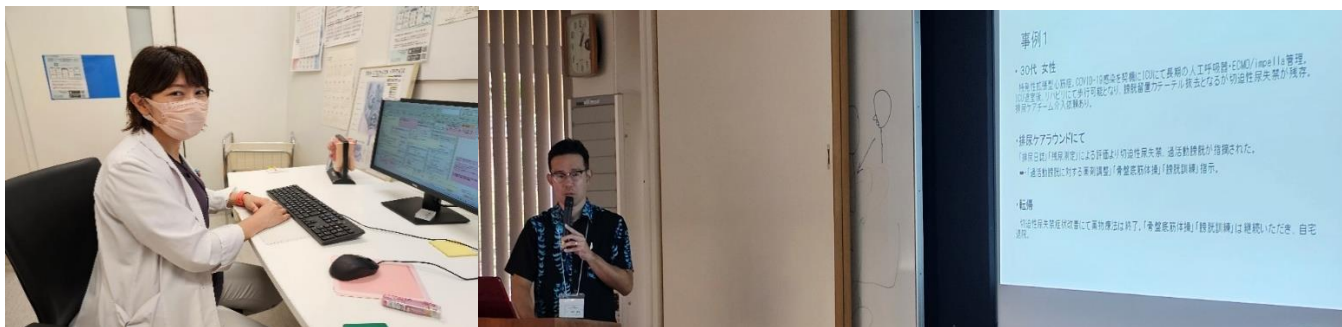
左：前半グループスタッフとボランティア

（後列左 2 番目：元泌尿器科外来副看護師長 渡真利 絹江氏、後列左 3 番目：初代泌尿器科看護師長 洲鎌 則子氏）



右：後半グループスタッフとボランティア

（前列左 1 番目：元泌尿器科病棟・外来看護副師長 長嶺 由樹子氏）



芦刈 明日香 先生

湧川 盛邦 氏

第 6 回 沖縄県支部コンチネンス初級セミナーを受講して

琉球大学病院リハビリテーション部 理学療法士 湧川 盛邦

開催期間：初級セミナー：令和 7 年 8 月 8 日（金）～8 月 11 日（月）

フォローアップセミナー：10 月 13 日（月） 開催場所：琉球大学研究者交流施設・50 周年記念館

コンチネンス初級セミナーでは、当院腎泌尿器外科学講座の芦刈明日香医師による「蓄尿・排尿メカニズムの理解」に始まり、講師は排尿ケアに関わる介護福祉士、社会福祉士、理学・作業療法士、看護師（皮膚・排泄ケア認定看護師・コンチネンスリーダー）など多職により構成され幅広い分野の座学を学ぶ機会となった。各講習にグループワークが設けられており多施設の他職種とも活発な意見交換を行うことができた。実際にオムツ内排尿や残尿測定、排尿日誌を付ける体験、骨盤底筋体操の実演など教科書のみでは学ぶことができない貴重な体験も数多くあった。

後日行われたフォローアップセミナーでは、実際の患者・家族・相談員を疑似体験するロールプレイングの機会もあり、当事者の気持ちを体験・共有する機会となりました。当方は先に行われたフォローアップセミナー後の経験を元に 2 例の事例報告を行い、西村かおる講師から直接のご指導をいただくことが出来ました。このような貴重なセミナーを受講するにあたり、徳明会からご支援をいただいたこと誠に感謝申し上げます。このセミナーで学んだ知識と経験を排尿ケアチームの活動のみならず、日々の臨床を通じて少しでも患者様や排尿ケアに悩める方々のために役立てられるようにしていきたいと思います。この度は本当にありがとうございました。

コンチネンス初級セミナーを受講して

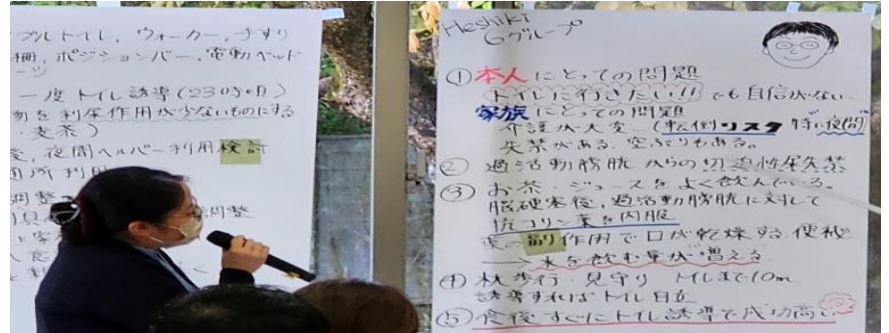
琉球大学病院 11 階南（腎泌尿器外科）病棟看護師 長嶺 有真

私自身、約 6 年間、泌尿器科病棟に勤務し、ある程度の排尿ケアが身についていたと感じていましたが今回のセミナーを受講し、その知識や考え方が浅かったことに気づかされました。今回参加したセミナーでは、私のような看護師だけでなく、リハビリや介護職などの多職種の方々と意見交換をする時間がありました。具体的には、尿失禁が起きる背景にトイレ動作の問題なのか、疾患によるものなのかなど、いろいろな視点でディスカッションしました。これまで私自身、排尿障害やそれに対するケアを医療的な視点で見ることがほとんどであったため、このようなコメディカル視点に触れたことが今回のセミナーに参加して良かったことの一つです。このほかにも、排尿障害をアセスメントする上で重要になる排尿日誌の読み方に関しても勉強になりました。普段の病棟勤務では、その情報の読み取り方が不足していたことに気づかされました。排尿回数や尿量などの客観的な情報だけではなく、患者さん本人が感じる尿意や残尿感、尿意の強さなどの情報も重要になることを学びました。

この度、コンチネンス初級セミナーの受講費を徳明会様に助成いただき心より感謝いたします。今後も自己研鑽し、学んだことを日々のケアに活用していきたいと思います。また、私自身、排尿ケアチームに参加しているため、他スタッフへの知識の共有を行っていくことが今後の目標です。



長嶺 有真氏



安里 圭織氏

コンチネンス初級セミナーを受講しての学び

琉球大学病院 11 階南（腎泌尿器外科）病棟看護師 安里 圭織

今回、コンチネンス初級セミナー沖縄で開催されることになり、普段、腎泌尿器外科病棟で勤務しており、術後の患者指導で骨盤底筋群体操の指導や排尿日誌を使用してアセスメントをする必要があることから、受講することにした。

セミナーでは、まずコンチネンスケアとは？排尿障害とは何か？と言った基礎的な学びから実際の排尿機能障害に対してどのようにアセスメントするのか、排尿日誌や過活動膀胱スコアの活用方法、尿失禁に対してどのようなケアを行なっていくかについて学ぶことができた。その際にまず感じたのは、排尿障害に対して問題を抱えているのは本人と介護をする周囲の人ではあるが、どの問題を考える時でも「誰が問題に感じているか、それは本人が主体となっているか」という事だった。どうしても現場でも聞こえてきやすいのは介護する人の負担が大きい事であり、本人の認識や思いが置いてけぼりになりやすいことがあったため、「本人の思い」が伴っていなければ良いコンチネンスケアは成り立たない事を痛感した。

実際のケアに関しては、排尿障害と一言で言っても、出ないことと我慢できないことではケアの方法も変わってくるため、どこに障害があるのかをアセスメントすることからが大切であること、そのためのツールの活用方法について学ぶことができた。現場では医師の診断のもと、どのような排尿機能障害があるのか、すでにわかっている為、質問票スコアを使用した事は無かったが、治療や指導の前後で使用することで排尿機能障害の程度の変化を確認することに活用できると感じた。

また、今までは排尿日誌を使用して排尿のタイミングや残尿量を確認して飲水の指導や導尿の必要性の確認、骨盤底筋群体操が上手くできているかの確認に使用していたが、失禁のタイミングや尿意があるか飲水の種類や量、タイミングなどの情報と一緒にアセスメントすることで頻尿や時間帯によって変わるのか、睡眠障害や多飲など別に問題がないか、排尿機能障害の何が原因であるのかのアセスメントに活用できること、実際に事例を通してグループで意見を話し合うことで自分では気づけなかった情報に気づくことができ、また、研修に看護師、理学療法士、作業療法士、介護士、ケアマネージャーなど様々な職種が参加しているため、それぞれの現場で体験したことを話すことでそれぞれの現場で直面した問題や、どの様に対処しているのかも知ることができ、普段の同じ職種が集う研修とは違う学びも得ることができた。他にも、活用できる制度やケア用品、介護施設や在宅療養する上での相談プロセスの支援の仕方、本人とその周囲の人の生活をどう良くしていくのかを考えることや、その際も様々な職種の視点から支援の内容を考えることで、自分にはない視点を学ぶことができた。骨盤底筋群体操では、今まで漠然とした知識のみで指導していた内容が、実際に自分でやることで筋肉の動かし方や確認の仕方、やることの難しさを知ることができ、その後の現場でも自信をもって指導を行うことができるようになった。

フォローアップ研修ではコンチネンスメイトとして、排尿機能障害で悩んでいる相談者との対話やそこからどうアセスメントするかについてロールプレイングを通して考えることで、それぞれがどんな風に問題を抱えているのか、話すことでどんな風に感じるのか、相談者と話す上でどんな点に注意すべきかを考える機会となった。また、相談者や周囲の人が異性である場合は話題として切り出すこと、信頼関係を気づくのが難しいこと、話す時の環境や一緒に話す人との関係も重要であると学んだ。

研修全体を通して感じたのは、排尿の話題は年齢、性別問わずにデリケートな話題であり、それについて一緒に話すこと、考えることが最初の課題になることもありえること、そのため、初めに信頼関係を作ること、その上で相手にあったケアの方法を今回学んだ知識を持って伝えていくことで相手に寄り添ったコンチネンスケアを実践できるのだと感じた。

最後に、本研修を受講するにあたりご助力いただいた徳明会の皆様へ感謝の意を述べると共に、今回の学びを現場で還元していくことで、頂けた学びの機会を自身や周りの成長へ繋げていきたい。



宗形 糸生里氏



宗形 糸生里氏

根間 真由香氏

排尿コンチネンス初級セミナーを受けて

琉球大学病院 11 北（産婦人科）病棟看護師 宗形 糸生里

今回、研修を受けて普段の自身の患者への関わり方やケアに対しての振り返り、新たな知識・技術の獲得、これからの自身の職場での働きを見つける良い機会であったと考えます。

初日は研修を共に受けるメンバーの出会いから始まりました。研修への緊張、専門的な講義に最後までついていけるか不安がある中、自己紹介と相手の良い所を紙に書き出し、時間内で多くのメンバーと話しました。最初は緊張しましたが、メンバーも同じ気持ちである事や、各々の研修を受けるきっかけや自身の良いところを知る事で、少しずつ緊張がほぐれていきました。又、リハビリスタッフ、ケアマネジャー、施設職員など他職種の方々が参加しており、情報交換やそれぞれの悩みなどを聞く事で新鮮な気持ちに変わりました。その後は解剖学や排尿障害についての講義、排尿日誌からのアセスメント、事例検討、グループディスカッションなど様々な講義がありました。特に排尿日誌からのアセスメントは難しかったですが、メンバー同士で意見を出し合いながら答えを出していく事で団結力が高まるのを感じました。

次に事例検討で患者、家族、医療者側が抱える問題を挙げる場面では、家族や医療者の内容が重さになっており、患者が蔑ろになってないか、本当に困っている事は何かを考えなければならない事を知り、ハッとさせられました。他にも事前学習でおむつ体験がありましたが、おむつ内排尿の抵抗感、排尿後の不快感は強く、おむつを使用している患者さんの関わりを見直さなければならないと感じました。そして、西村かおる先生の骨盤底筋群運動の実践では、運動方法や患者さんへの指導のみならず、自身でも継続して行う事で今後のより良い人生や排泄予防に繋げて欲しいという先生の思いを知り、排泄予防の重要性を改めて感じました。

今回、排尿コンチネンス初級セミナーを通して排泄予防ケアの重要性を知り、同時に自身の排尿に対する考えが大きく変わったと思います。これからはコンチネンスメイトとして、自身が得た知識や考えを職場で働くスタッフにも共有し、より良いケアが出来るように働きたいと思います。徳明会からの助成、ご支援に感謝申し上げます。

コンチネンスセミナーを通して学んだこと

琉球大学病院 11 北（産婦人科）病棟看護師 根間 真由香

今回コンチネンスの勉強会を通して、排泄ケアの大切さを知ることができました。日々の看護の中で排泄ケアはどうしても優先順位が低く、後回しになりがちなことが多かったですが、患者さんの生活の質や尊厳に大きく関わることを知ることができました。トイレでの排泄がゴールではなく、おむつ排泄でも適切なおむつの提案など一人ひとりに合ったケアを提供することが大切だと思いました。また、初めて排尿日誌を読み解くということをして、その難しさに気づきました。今後はもっと勉強して適切にアセスメントできるようになりたいと思いました。

今回の学びを今後、看護の現場で生かしていきたいと思います。この度は勉強会に参加できるよう徳明会から御支援していただきありがとうございました。



長浜 妙子氏



伊波 義一氏

コンチネンス初級セミナーを受講して

琉球大学病院 歯科衛生士 長浜 妙子

私がコンチネンス初級セミナーに参加を希望したのは、これから病院勤務の歯科衛生士として働いていく中でセミナーを受講する事で今後関わる患者さんや身の周りにいる人の役にたてること事があるのではないか。と考えたのがきっかけでした。実際にセミナーに参加してみて、グループワークでは多種職で組まれたグループ皆さんの様々な意見をまとめて時間内に発表する事の難しさ。グループワークの回数を重ねるたびに意見をうまく伝えられるようになった喜びを感じることができました。排尿記録・おむつ内排尿体験レポートではとても貴重な体験がきました。特におむつ排尿体験レポートはおむつを履くことへの拒否感、衣服やシーツを汚してしまわないかとの考えから排尿することへの恐怖感や抵抗感を感じました。実際におむつへの排尿はとても勇気がいり、何回排尿ができるか体験してみようかと思いましたが、1度でギブアップをしてしまいました。

今回、コンチネンス初級セミナーを受講して『よく噛めて・なんでも美味しく食べられる口腔内環境から排泄・排尿を』を胸にこれから歯科衛生士として排泄・排尿に携わっていけたらと思います。徳明会の皆様の御配慮に心より感謝いたします。有難うございました。

コンチネンス初級セミナー受講報告

琉球大学病院 集中治療部看護師 伊波 義一

このたび、コンチネンス初級セミナーの受講にあたり、徳明会からご支援を賜りましたことに深く感謝申し上げます。感謝の言葉とともに、受講の内容について御報告いたします。また、多くの皆様の支援があり沖縄県内で開催できたことに、重ねて感謝申し上げます。今回受講したセミナーは、「排泄」、特に「排尿に関連した問題」に特化した内容でした。私はこれまで、これまで約10年にわたり腎泌尿器外科病棟看護師として経験を積む中で、専門職としての苦悩や学びを通じて成長してきたと感じています。

現在は集中治療部に従事しています。集中治療の現場においても「排泄に関するケア」は重要な分野であり、多職種間での意見交換や情報共有の重要性を改めて実感できたことです。日頃から、看護師同士だけでなく、医師・薬剤師・臨床工学技士・理学療法士・栄養士など、さまざまな職種と協働していますが、本セミナーではさらに、急性期病院・回復期病院・ホスピス・在宅支援施設、さらには地域住民に関わる民生委員の方々まで、多様な立場の方々と意見を交わす貴重な機会となりました。

グループワークでは、同じ看護師であっても勤務する施設の特性（急性期・回復期など）によっての考え方や価値判断が異なることに気づかされ、多角的な視点を学ぶことができました。こうした気づきは、今後の臨床現場におけるチーム医療や地域連携に大いに役立つと感じています。

この4日間の学びを通じて得た受講生とのつながりを大切に、参加者同士が今後も地域や各職場において、学びを共有・還元できるよう努めてまいりたいと思います。

つきましては、11月30日（日）13:30～15:30、牧志駅前ほしぞら公民館にて「コンチネンスデイ」市民公開講座開催に向けて活動をしている最中です。