



優香と友美が卒業!!

3月3日、弘前文化センターで弘前市医師会看護専門学校卒業式が行われました。沢田内科医院では2人の看護学科の学生が卒業しました。斉藤優香さんと木村友美さんです。二人とも優秀な成績で卒業しました。

学校長式辞では、「常に考える」という言葉を卒業生の皆さんに贈りました。准看護師資格試験と看護師国家試験の内容は、ほぼ知識を試す内容です。最近、問題文を解釈して答えることが要求されるようになりましたが、ほぼ反射的に解答できれば合格という



木村友美さん、私、斉藤優香さん

のが実情です。しかし、臨床現場では 反射的に対処法が決まらない場合が少なくありません。その場に適切な方針を選ぶ判断力が要求されるのです。私は、看護学科1年の教材の中に、「看護師になるための勉強」で



はなく、「看護師をするための勉強」をして下さいということを書いていきます。ただ単に国家試験に合格するための勉強ではなく、常に自分で考えながら行動できる看護師になってもらいたいという思いを込めています。「常に考える」看護師になってもらいたいのです。

木村友美さんが卒業生を代表してお礼の言葉を述べました。友美さんは私が式辞の中で「常に考える」ということを話すということを知らなかったのですが、お礼の言葉の中で、常に考える看護師になるということを述べていました。沢田内科医院の教育が行き届いていたと言えなくもないなと思って聞いていました。友美さんは、4月から秋田県立看護衛生学院保健科に進学します。保健師は看護師資格を得た後に、1年間のコースを修了して国家試験に合格することで資格が得られます。1年たったらまた弘前に帰ってきて保健師として働くことを約束してくれました。

斉藤優香さんは、引き続き沢田内科医院に勤務します。将来の方向性は決まっていますが、細かい

ところはまだ決めていません。優香さんは弘大人文学部を卒業した後に弘前市医師会看護専門学校に入学しています。ただ看護師として仕事をするのではなく、大学で勉強したことを今後のキャリアに生かして一人前の看護師になるようにと話しています。とりあえず、沢田内科医院の看護師には必須の糖尿病療養指導士の勉強をする予定です。

地元の新聞が卒業式の模様を報道してくれました。特に、陸奥新報の内容がすばらしかったです。学校長が、常に考える看護師



にと式辞で述べた後に、卒業生が常に考えながらと応じているのですから。

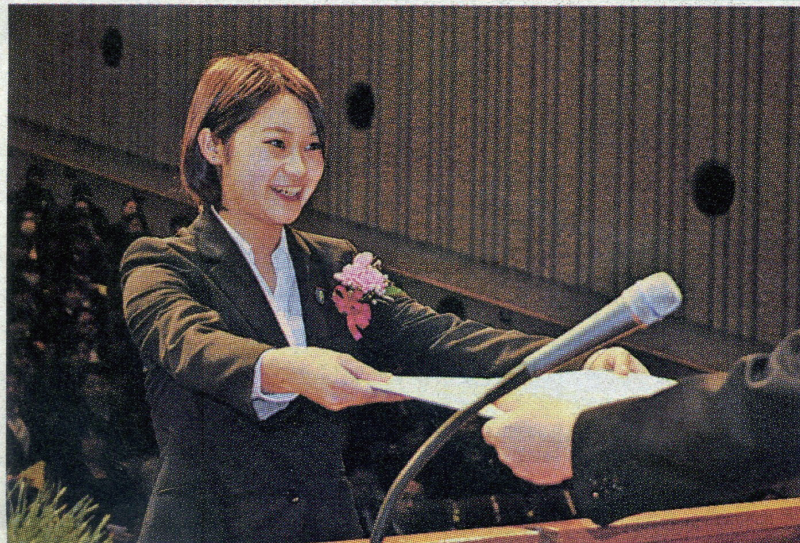
陸奥新報には、准看護学科の学生が私から卒業証書を受け取る写真が載っていました。この学生が何という偶然か、4月から看護学科に進学し、沢田内科医院で働くことが決まっていた濱中春香さんでした。緊張する場面ですが、私は卒業生一人ひとりにおめでとうと声をかけていますので、それに笑顔で応えてくれた瞬間を捉えていました。

陸奥新報 2018年
(平成30年)3月5日
より抜粋
写真は濱中春香さん

**弘前市医師会
看護専門学校**

弘前市医師会看護専門学校(澤田美彦学校長)の卒業式が3日、弘前文化センターで行われた。卒業生115人が課題や実習などに追われた日々を振り返りながら、自信と誇りを胸に学びを巣立った。

今年度の卒業生は看護高等課程准看護学科58期生77人、看護専門課程看護学科47期生38人。澤田学校長から卒業生一人ひとりに卒業証書が手渡された。



か、同校が2015年して行うダブルスクー
度から放送大学と連携ル制度の修了生第1号

として、長内里道さん(看護学科)に学位が授与された。
澤田学校長は「臨床現場では単なる知識ではなく、それを基にして状況判断する力が要求される。常に考える看護師を目指してください」と式辞を述べた。

在校生2人のお祝いの言葉を受けて、卒業生の乳井心和さん(准看護学科)は「患者さまを第一に考えられるよう努力する」と誓い、木村友美さん(看護学科)は「当たり前に過ごす毎日が貴重なということに気付かされた5年間を忘れず、常に考えながら精進していきたい」と決意を述べた。(石田紅子)

笑顔で卒業証書を受け取る卒業生

弘前市の人口の特徴

健診やがん対策、看護専門学校の学生募集などのために、弘前市の人口構成をまとめてみました。人口は約17万5千人です。最高齢者は108歳の女

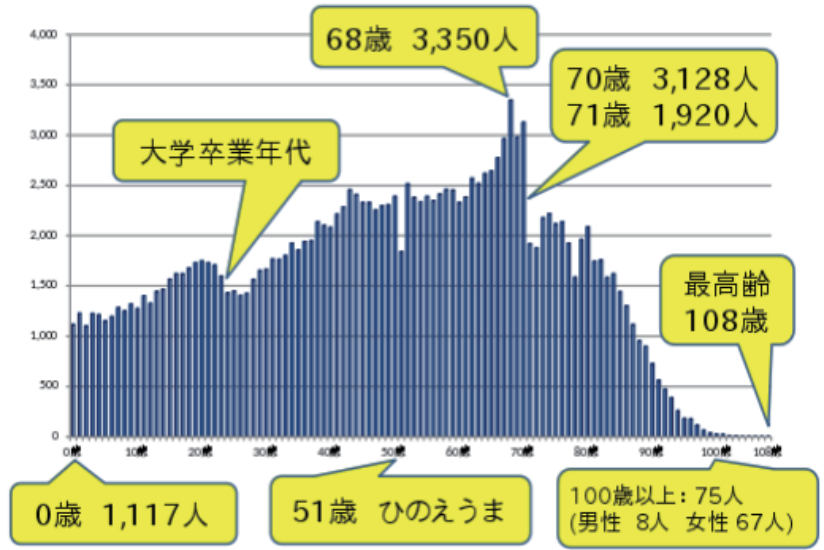
性でした。100歳以上の人は75人で、男性が8人、女性が67人でした。68歳から70歳が団塊の世代といわれ、戦争が終わって子どもが多く生まれた世代です。弘前市では71歳が1,920人で70歳が3,128人です。68歳が3,350人でもっとも人数

が多い年代でした。

今年の成人式の対象者数は約1,800人でした。弘前市の高校1学年は約1,600人、中学校は約1,500人、小学校は1,200から1,400人です。ゼロ歳児は1,117人でした。弘前市の人口はどんどん減って行きます。大学や専門学校に進学する18歳人口は、昨年が1,700人、6年後は20%減少して1,300人、12年後は30%減少して1,200人になります。18歳人口がどんどん減りますので、弘前市医師会看護専門学校の学校長として、入学する学生を確保するためにいろいろな対策を立てています。

弘前市年齢別人口構成

平成29年10月



青森県の健康寿命は最下位じゃない！！

日本の平均寿命は男性が80.8歳、女性が87.0歳です。男性では滋賀県(81.8歳)が最も長く、長野県(81.8歳)、京都府(81.4歳)が続き、女性では長野県(87.7歳)が最も長く、岡山県(87.7歳)、島根県(87.6歳)の順です。青森県は、男性が78.7歳、女性が85.9歳とともに全国の最下位でした。全国平均との差は男性が1.9年、女性が1.1年でした。

平成28年の「健康寿命」が公表されました。男性が72.1歳、女性が74.8歳でした。「健康上の問題がなく、日常生活が制限されることなく送れる期間」が「健康寿命」です。青森県は男性が71.6歳、女性が75.1歳でした。全国平均と比べると、男性が0.5歳下回って34位、女性が0.3歳上回って20位でした。平均寿命では全国最下位ですが、健康寿命は健闘していますね。

さて、平均寿命は全国最下位で、健康寿命は全国平均程度ですが、これをどう解釈したらいいのでしょうか。看護師国家試験対策では、平均寿命と健康寿命の差は、男性9年、女性12年と記憶しま

す。今回の結果で計算してみると、男性が8.7年、女性が12.2年でした。これまでとほぼ同じであることが分かります。青森県は、この差が、男性7.1年、女性10.8年でした。極論すると、青森県人は介護を受けながら生きる期間が短いということです。

理想的な死に方はPPKと言われています。ピンピンと健康に生きて、コロリと死ぬという意味です。健康寿命がピンピンで平均寿命がコロリとすると、ピンピンとコロリの差は、他の人の世話を受けながら生きるという期間のことです。短い方が家族に迷惑をかける期間が短いということです。ですから、青森県は理想に近いということですね。

男性			女性		
順位	都道府県	歳	順位	都道府県	歳
1	山梨	73.21	1	愛知	76.32
2	埼玉	73.10	2	三重	76.30
3	愛知	73.06	3	山梨	76.22
4	岐阜	72.89	4	富山	75.77
19	山口	72.12	18	青森	75.14
20	長野	72.11	21	岡山	75.09
21	兵庫	72.08	22	佐賀	74.97
22	福岡	72.07	32	徳島	74.43
33	鳥取	71.69	33	秋田	74.53
34	青森	71.64	34	岩手	74.46
35	佐賀	71.60	34	大阪	74.46
36	大分	71.54	35	宮城	74.43
44	徳島	71.34	44	京都	73.97
45	愛媛	71.33	45	北海道	73.77
46	秋田	71.21	46	広島	73.62

(注)熊本県は震災のため調査なし

平均寿命は、実際に亡くなった人の年齢の合計から求めた数値ではありません。健康寿命も、限られた人数を対象にした健康状態を指標にしているようですので、不安定な要素を多分に含んでいます。私の「平均健康余命」も残り少ないようですので、一日一日を大切に生きていきたいと思っています。

インフルエンザに罹ることは幸せなことなんだ!

インフルエンザウイルスは当然のことですが感染します。ですから、家族の中で次々と感染してしまいます。でも、考え方によると家族がみんなインフルエンザに罹るとするのは幸せの証拠です。

外来で、「孫から移ったみたいです」という人には、「それは幸せなことですよ! 幸せな家庭生活を送っているということですよ!」と言います。「インフルエンザを移してもらいたくても、孫が近くにいない人がいっぱいいるんですよ!」、「ここ何日かは体がきついかも知れませんが、長い目で見れば幸せなことなんです!」と。多くの人は、「そう考えると、インフルエンザに罹ってもいいですね」と応えてくれます。

ピロリ菌感染も同じです。ピロリ菌の感染の8割

は5歳前に、家庭内で感染すると言われていません。親がピロリ菌に感染している時は、子どもも感染することがあります。お父さんにピロリ菌がいて子どもにもいた場合には、「小さい頃に、お父さんにいっぱいめぐがられた証拠だからね!」と。逆にいなかった場合は、「お父さんにあまりめぐがられなかったのかなあ・・・」と。



インフルエンザもピロリ菌も病気ですから、感染するのはいいことはありませんが、考え方で幸せな気持ちにもなるんだと思っています。

准看護師資格試験に合格

弘前市医師会准看護学科を卒業した濱中春香さんが仲間に加わりました。さっそく、准看護師とし

でのトレーニングが始まっています。

3月12日は資格試験の合格発表の日でした。准看護師資格試験は合格率がほぼ100%でほとんどが合格するのですが、本人にとってはやっぱり緊張する瞬間だと思います。今は



ユニホームが間に合わずクールビズの濱中春香さん

情報化時代、合格発表もネットで見ることはできるのですが、一斉にアクセスするためなかなか見ることができませんでした。そのうちに、スマホに合格発表のリストが送られてきて、受験番号を照らし合わせて合格を確認しました。

さっそく、ケーキで合格祝いです。濱中さんと一緒に准看護学科を卒業した工藤咲良さんは3月22日から沢田内科医院で働くことになっています。現在、他の医療機関で働いていますので、今回のお祝いは濱中さん一人でした。