



# 二輪草だより

## 看護職復職支援研修 開催のお知らせ

**方法** オンデマンド配信の講義  
配信開始：2022年9月28日（水）12:00  
配信終了：2022年10月12日（水）12:00



**対象者** 道内在住で復職を考えている未就業の看護職有資格者

**申込** 以下をメール本文に記載しお申込みください  
①氏名 ②住所 ③電話番号  
④年齢（年代でも可）⑤取得免許（看護師など）  
⑥おおよその離職期間

**受付期間** 2022年7月13日（水）～2022年9月21日（水）

### プログラム

- 医療・看護の動向
- 医療安全
- 感染予防の基礎と実践
- 呼吸・循環のアセスメント
- 急変対応
- インスリン療法の基礎と看護
- ポジショニング・体位変換
- 褥瘡予防ケア
- 嚥下機能のアセスメントと嚥下訓練
- 認知症ケア



看護職としての  
再出発を  
応援しています  
どうぞご利用ください

【申込・問い合わせ先】 E-mail：[shihol8@asahikawa-med.ac.jp](mailto:shihol8@asahikawa-med.ac.jp)

病児一時預かり室、バックアップナース、病児・病後児保育室、カウンセリング相談  
【6月20日～7月19日までの利用状況】

病児一時預かり室	依頼回数	0回	利用回数	0回
バックアップナース	依頼回数	10回	稼働回数	7回
病児・病後児保育室	依頼回数	14回	利用回数	14回
カウンセリング相談			利用回数	0回

\* 病児一時預り室、病児・病後児保育室は全職員・学生がご利用になれます

## イブニングセミナー 終了報告

二輪草センター 助教 菅野恭子

令和4年5月13日、第11回イブニングセミナーを開催しました。今まで同業の方のワークライフバランスの講演を聴く機会はありませんでしたが、今回は異業種から学ぶワークライフバランスとしてお二人の方に講演を依頼しました。まずお一人目は末広小学校の特別支援コーディネーターをされている芳賀慶子さんにお話し頂きました。「想像を超える両輪生活～自己肯定感UPで楽しむ～」のタイトルでお二人の息子さんを育てながらどのように両立されていたかをお話し頂きました。お子さんが小さいときは12時間仕事に拘束されており、ライフには3～4時間しかとれない毎日でしたが、週末に子供と存分に過ごし、寝る、食べる、遊ぶ、笑うことを大切にしていたそうです。ご自身の子育ての実態、実践を通して教育相談、保護者面談に生かされたとの事でした。印象的だったのが自分なりの「これだけは、続ける」を絞り、その中でお二人の息子さんの成長日記をつけられていたとのことです。また、息子さんが野球のチームに属することで自分の幅を広げ、人との絆を深めることができたそうです。ワークライフ2刀流でのキャリア形成を通して暮らしがシンプルになり、人としての幅、共感力、価値観の変化を実感され、自分育てとなったそうです。



続きましてお二人目は森林総合研究所勤務、この春から筑波大学連携准教授を兼任されております石崎涼子さんにご講演頂きました。「野生の王国「研究者ワールド」でのキャリア形成とワークライフバランス」のタイトルでお話し頂きました。森林総合研究所は女性の少ない職場で、大変な思いをしながら大学院に行かれたそうですが、男女共同参画室ができるのをきっかけに風向きが変わったそうです。その時期に出産、子育てが重なったため、育児支援の実験台として様々なサポートを受けることができたそうです。また、仕事の負担感と幸福度が反比例していることもグラフを用いてわかりやすく説明していただきました。育児の大半はご自身が行っていますが、出張の時は義母にお願いしていたそうです。家事に関しては夫婦で分担していますが、子供たちの家事参戦を促し、現在高校の息子さんは弁当作りを自分で行い、料理もできるようになったそうです。長男が小学校6年生、次男3年生のとき、子供たちを義母に預け4か月半ドイツに単身留学をされています。ドイツと日本の子育て事情の違いについてですが、制度や設備は日本の方が整っているそうです。ドイツはバリアだらけですが、困っていると必ず誰かが助けてくれるそうです。また、火を使わない料理（パン、チーズ、ハム）カルテスエッセンを紹介して頂きました。この方法だと手軽で誰でも用意できるので、気軽に人を呼んで楽しむことができるそうです。最後に耕運機の操縦にたとえ、子育ては手元で何かをコントロールしようとするとうまくいかない、先のゴールを見つめながら、手元をゆったりと構えているくらいが良いのではないかとお話されました。今回のお二人の講演では大変な中、前向きに対応されている点、積極的に楽しんで関わっていくこと、周りの目を気にしないこと、子育てで得るものが大きかったと話されていた点が共通していました。最後になりましたが、お忙しい中お集まり頂きありがとうございました。講演内容はYouTubeでも配信いたしますので、当日参加できなかった方は是非ご覧ください。今後も皆様のために、実りあるセミナーを開催していきたいと考えておりますのでご参加下さい。



引き続きお二人目は森林総合研究所勤務、この春から筑波大学連携准教授を兼任されております石崎涼子さんにご講演頂きました。「野生の王国「研究者ワールド」でのキャリア形成とワークライフバランス」のタイトルでお話し頂きました。森林総合研究所は女性の少ない職場で、大変な思いをしながら大学院に行かれたそうですが、男女共同参画室ができるのをきっかけに風向きが変わったそうです。その時期に出産、子育てが重なったため、育児支援の実験台として様々なサポートを受けることができたそうです。また、仕事の負担感と幸福度が反比例していることもグラフを用いてわかりやすく説明していただきました。育児の大半はご自身が行っていますが、出張の時は義母にお願いしていたそうです。家事に関しては夫婦で分担していますが、子供たちの家事参戦を促し、現在高校の息子さんは弁当作りを自分で行い、料理もできるようになったそうです。長男が小学校6年生、次男3年生のとき、子供たちを義母に預け4か月半ドイツに単身留学をされています。ドイツと日本の子育て事情の違いについてですが、制度や設備は日本の方が整っているそうです。ドイツはバリアだらけですが、困っていると必ず誰かが助けてくれるそうです。また、火を使わない料理（パン、チーズ、ハム）カルテスエッセンを紹介して頂きました。この方法だと手軽で誰でも用意できるので、気軽に人を呼んで楽しむことができるそうです。最後に耕運機の操縦にたとえ、子育ては手元で何かをコントロールしようとするとうまくいかない、先のゴールを見つめながら、手元をゆったりと構えているくらいが良いのではないかとお話されました。今回のお二人の講演では大変な中、前向きに対応されている点、積極的に楽しんで関わっていくこと、周りの目を気にしないこと、子育てで得るものが大きかったと話されていた点が共通していました。最後になりましたが、お忙しい中お集まり頂きありがとうございました。講演内容はYouTubeでも配信いたしますので、当日参加できなかった方は是非ご覧ください。今後も皆様のために、実りあるセミナーを開催していきたいと考えておりますのでご参加下さい。



講演会の様子を動画で配信いたします。URLは一斉メールでお知らせしますのでどうぞご覧ください。なお、配信期間は7月末から8月中旬までを予定しています。

### 【お問い合わせ先】



旭川医科大学 二輪草センター(復職・子育て・介護支援センター)  
〒078-8510 北海道旭川市緑が丘東2条1丁目1-1  
TEL: 0166-69-3240(内線3240) サンニンヨレ FAX: 0166-69-3249  
開設時間 8時30分～17時15分 E-mail: [nirinsou@asahikawa-med.ac.jp](mailto:nirinsou@asahikawa-med.ac.jp)  
ホームページ: <http://www.asahikawa-med.ac.jp/hospital/nirinsou/>