

## メイヨークリニック研修に参加した方々からのレター

### メイヨークリニック体験記

菊池民枝

(一般財団法人 北大阪警察病院)

#### 1 自己紹介

看護師経験30年（准看歴19年）

ガラスの注射器や煮沸消毒から始まり30年の間に医療の進歩と看護の移り変わりを見してきました。現在は北大阪警察病院で病棟師長として4年がたちスタッフ育成に取り組む日々です。看護の勉強に終わりはなく、これからも新しいことにチャレンジしていきたいと考えています。木村財団の海外研修については、災害支援ナースとして宮城県女川町で活動した際のメンバーに教えて頂きました。

#### 2 なぜ木村財団のメイヨークリニック研修に行こうと思ったか

全米で患者が選ばれる病院とはどんな病院か？ 職員の待遇は？ 看護師教育はどうしているのか？ 医療安全対策は？ 感染予防対策は？ 実際にこの目で見てみたかったのが一番の理由です。

#### 3 メイヨークリニック研修で学んだこと

##### (1) メイヨークリニックでのある日の研修状況

8:00-12:00 Observe and discuss patient care in the Orthopedic Outpatient Unit

1:00-2:00 Observe and discuss the role of the Clinical Nurse Specialist with a focus on Orthopedic

2:30-3:30 Discuss the role of the Clinical Nurse Specialist with a focus in Medical Intensive care Patients

4:00-5:00 Discuss the role of the Child Life Specialist/Tour

##### (2) メイヨークリニックで学んだこと

「Teach back」

患者指導において説明や指導をして終わるのではなく、そのあとに患者に指導内容を説明して頂く。そうすることで患者の理解度が把握でき、理解していない場合にはその

場で再指導できるという、一方通行ではない指導方法を学びました。

またメイヨーでのチーム医療とは、医療従事者だけでなく、患者や家族も積極的に治療に加わりチームの一員として迎えられていました。他職種との連携も互いの職種を尊重しあい、コミュニケーションを図ることで業務がスムーズに流れており、チームの一員として働くための基本を学んだように思います。

### (3) メイヨークリニックでの研修期間中、休日は何をしていたか

メンバーとアーミッシュツアーに行き、異文化に触れたり、ホテルの近くをジョギングしたり、ランチに行ったりと、休日を楽しみ気分転換していました。メイヨーのナース主催のミシシッピツアーにも参加し自然を満喫しました。



## 4 メイヨークリニックから帰って自分の中で変わったことや所属医療機関への還元

常に「Teach back」という言葉を意識するようになりました。それは患者指導だけでなく、スタッフへの指導にも活用できることであり、これからスタッフ教育に取り入れて行きたいと考えています。

患者や家族もメンバーの一員となるチーム医療を目指していきたいと思うようになりました。

## 5 英語力をつけるためにどのように勉強したか

TOEFL 対策は自己学習では難しいと考え「TOEFL 対策クラス」を2クール受講しました。

メイヨー行きが決まってから、Skype での英会話を始め、毎日最低でも25分必ず会話をする

時間を作りました。

## 6 メイヨークリニック研修への準備と心構え

準備は体調を整えておくことと、研修先では「研修の目的は?」「何を学びに来たの?」と聞かれるので英語で自己紹介や自分が学びたいことを言えるようにしておくと思います。現地でのコーディネーターとの連絡はメールになるので、英作も必要。PCやメールの出来るデバイスは必需品です。またホテルのシャトルバスで大型スーパーに行けるので日用品は何でも揃います。

心構えは、どんな状況にも臨機応変対応できる順応力が必要だし、なんでも吸収しようとするポジティブな気持ちが必要だと思います。