

看護師の皆さんが安心して派遣で働くために

『派遣看護師のためのスキルアップ』

2024年 6月 20日

日本派遣看護師協会

目次

- 1 専門知識の向上について①
- 2 専門知識の向上について②
- 3 実践的スキルの向上について
- 4 メンタルヘルスのケアとキャリアプランニング
- 5 テクノロジーの活用と法律・倫理の理解について
- 6 まとめ

1. 専門知識の向上について①

派遣で働く看護師さんがスキルアップを図るためには、自己研鑽と継続的な学習が欠かせません。以下に、具体的なスキルアップ方法を項目別に詳細にまとめます。

継続教育とセミナー

- ・ **オンラインコースとウェビナー**：さまざまなオンライン学習プラットフォームで提供される看護関連のコースを受講する。例えば、感染管理、緩和ケア、救急医療などの専門分野に特化したコースが有益です。
- ・ **オフラインのセミナーやワークショップ**：各自治体や企業、地元の看護協会、派遣先の病院等が主催するセミナーに参加する。これにより、最新の医療技術や看護の動向について学ぶことができます。

資格取得

- ・ **専門資格の取得**：例えば、認定看護師（CN）や専門看護師（CNS）の資格を取得することで、専門性を高めることができます。
- ・ **語学力の向上**：英語や他の外国語の習得は、国際的な学会や文献を理解する際に役立ちますし、外国人患者とのコミュニケーションもスムーズになります。

2. 専門知識の向上について②

様々な団体や自治体、企業において各種講習など実施されているので参考にしてみてください。

- **日本赤十字社** <https://www.jrc.or.jp/chapter/tokyo/study/>
各種講習会を実施
- **公益社団法人 日本医学協会** <https://www.igakukyokai-training.org/>
健康運動指導士、救急心肺蘇生法など講習を実施
- **日本救急蘇生普及協会** <https://www.jlsa.jp/index.php>
心肺蘇生法（AED）・応急手当全般 講習
- **東京消防庁** <https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/kyuu-adv/tanshuku.html>
東京消防庁をはじめ各地の消防署、自治体などでも講習会実施。
- **株式会社メディカ出版** https://store.medica.co.jp/seminar_top
各種医療系セミナーを実施
- **メデュケーション（株式会社日本経営）** <https://www.meducation.jp/>
医療系セミナー・研修などのポータルサイト
- **mhank（エムハंक、有限会社メディカル情報サービス）** <https://www.mhank.jp/>
各種医療系セミナーを紹介

3. 実践的スキルの向上について

臨床経験の積み重ね

- **多様な現場での経験**：派遣先を多岐にわたる施設や診療科に設定し、幅広い臨床経験を積む。異なる環境での実務経験は、柔軟な対応力を養います。
- **チーム医療の実践**：チームの一員としての役割を理解し、他職種との連携を強化する。多くの職種との協働は、包括的な患者ケアの提供に不可欠です。

技術の向上

- **新しい医療機器の操作**：最新の医療機器や技術の使用方法を学び、実際の業務で活用する。
- **手技の習熟**：基本的な看護技術（例えば、静脈注射や採血など）を定期的に練習し、スムーズに行えるようにする。



4. メンタルヘルスケアとキャリアプランニング

ストレス管理

- ・ **リラクゼーション技法**：瞑想や深呼吸、ヨガなど、リラックスする方法を学び、日常生活に取り入れる。
- ・ **カウンセリング**：必要に応じて、プロのカウンセラーからカウンセリングを受ける。メンタルヘルスのケアは、長期的なキャリアの持続に重要です。

ワークライフバランス

- ・ **労働時間の管理**：過重労働を避け、適切な休息を取るよう心がける。派遣社員はスケジュールの柔軟性を活かし、自分のペースで働くことができます。
- ・ **趣味や運動**：仕事以外の時間を有意義に過ごすための趣味や定期的な運動を取り入れ、リフレッシュする時間を作る。

キャリア目標の設定

- ・ **短期・中期・長期の目標**：明確なキャリア目標を設定し、それに向かって計画的に行動する。例えば5年後には専門看護師になるといった具体的な目標を立てることが重要です。
- ・ **自己評価とフィードバック**：定期的に自己評価を行い、目標達成度を確認する。また、同僚や上司からのフィードバックを積極的に取り入れ、改善点を見つける。

5. テクノロジーの活用と法律・倫理の理解について

医療ITスキル

- ・ **電子カルテの使用方法**：電子カルテ（EHR）の操作に習熟し、効率的に情報を管理・活用する。
- ・ **医療アプリケーションの活用**：患者管理や症例データの分析などに役立つ医療アプリケーションを活用するスキルを身につける。

テレヘルスの導入

- ・ **リモートケア技術**：テレヘルスの技術を学び、遠隔地の患者へのケアを提供する能力を身につける。
- ・ **オンラインコミュニケーションツール**：ZoomやMicrosoft Teamsなどのオンラインツールを使った患者やチームとのコミュニケーションスキルを高める。

医療法規の学習とトラブル対応

- ・ **医療法規と倫理**：医療法規や倫理に関する知識を深め、法律に準じた適切なケアを提供する。
- ・ **個人情報保護**：患者のプライバシー保護に関する法律や規定を理解し、遵守する。
- ・ **リスクマネジメント**：トラブルや医療事故の際の対応方法を学び、リスクを最小限に抑えるためのスキルを身につける。
- ・ **苦情処理**：患者やその家族からの苦情に対し、適切に対応する方法を習得する。これにより、信頼関係の維持と向上が図れます。

6. まとめ

看護師がスキルアップを図るためには、多岐にわたる分野での継続的な学習と実践が不可欠です。まず、専門知識を深めるために、オンラインコースやセミナーに参加し、最新の医療技術や知識を習得することが重要です。

また、専門資格の取得や語学力の向上も有効です。実践的なスキルを高めるためには、異なる医療現場での経験を積み、多くの職種との連携を強化します。患者とのコミュニケーション能力を向上させることも、信頼関係の構築に繋がります。

さらに、メンタルヘルスのケアとして、ストレス管理やワークライフバランスの維持を心がけることが重要です。キャリア目標を明確に設定し、自己評価とフィードバックを活用することで、目標達成に向けた計画的な行動が可能となります。ネットワーキングやメンターシップを通じて、他の医療従事者との交流も図ります。

最後に、テクノロジーの活用や法的・倫理的な知識の習得も、現代の医療現場で求められるスキルです。これらの総合的な努力により、看護師としての専門性と実践力を高めることができます。

