

ナイチンゲールの看護思想を実践に活かすための研究会の 取り組みと課題

—「ナイチンゲール看護研究会・滋賀」の歩みから—

Efforts and Problems of Our Study to Put Nightingale's Thought into Practice
Based on the Progress of Nightingale Nursing Study Society in Shiga

城ヶ端 初子¹⁾*, 大川 眞紀子²⁾, 井上 美代江²⁾
Hatsuko Jougahana, Makiko Okawa, Miyoe Inoue

キーワード ナイチンゲール, 看護覚え書, 看護思想, 看護実践, 臨床の看護職, 教員
Key Words F. Nightingale, Notes on Nursing, Nursing thought, Nursing practice
Clinical Nursing staff, Teaching staff

抄 録

背景 ナイチンゲールの看護思想は、看護の基礎と捉えられているものの、臨床で活用されているとは言い難い。このような状況のなかで、ナイチンゲールの看護思想と活動を知り、「看護とは何か」を今一度考えたいとする臨床と教育の人々の強い思いから「ナイチンゲール看護研究会・滋賀」が発足した。

目的 ナイチンゲールの看護思想を看護実践に活かすことを目指した、本研究会の取り組みの報告と参加者の意見から研究会の今後の方向と課題を明らかにする。

方法 平成27年10月～平成28年8月までに開催された研究会の実践記録および参加者の学びや意見の記録から、研究会の取り組み内容を明らかにして、本研究会の現状とナイチンゲールの看護思想を実践に活かすために必要な今後の課題について分析する。

結果・考察 8回に亘る研究会の学習内容に関する参加者の学びや意見の記録から、概ね本研究会の意図した目標は達成できた。現在は理論と実践（体験）を関連づけ、具体例を取りあげ、ディスカッションしているが、臨床で理論を実践に活用するための方策を検討していきたい。

I. 緒 言

「看護覚え書」はナイチンゲールが1859年に著わしたことは周知のとおりである。そして、わが国において、看護を学ぶ者のテキストとして使用され始めたのは1968年頃からである。

ナイチンゲールの「看護覚え書」を知らない看護者はいないと思われるが、「看護覚え書」を読み解いて授業を受けた人は少ない。

ナイチンゲールの看護思想は、看護の基礎と捉えられているものの、臨床で活用されているとは言い難い現状である。ナイチンゲールは古いと言われながらも、ナイチンゲールの看護思想と活動を知りたい、「看護とは」を今一度考えたいという臨床と教育の人々の強い思いから、「ナイチンゲール看護研究会・滋賀」が発足した。

この研究会では、ナイチンゲール著「看護覚え書」を読み解き、討論し合うことによって、思想を行動に具現化していくことを目指している。

従って、研究会では、現在の臨床の状況と教育における看護思想と実践を対比させながら、理解を深めることになる。

臨床の人々は、多忙な勤務をしながらも、看護について考えたい、他者の意見を聞きながら話し合いたいというニーズを持って参加している。また、教育側の人々は、理論がどのように臨床で活用されようとしているのか知りたいニーズを持っている。

そこで、ナイチンゲールの看護思想が看護実践に活かすことを目指して研究会の開催を目的とし、研究会の取り組みの報告と参加者の意見から研究会の今後の方向性と課題について報告する。

1) 聖泉大学 大学院 看護学研究科 Graduate School of Nursing, Seisen University

2) 聖泉大学 看護学部 看護学科 School of Nursing, Seisen University

*E-mail Jougah-h@seisen.ac.jp

II. 方法

平成27年10月に発足し、毎月例会をもっている。ナイチンゲール看護研究会の実践記録および参加者の学びや意見の記録から、研究会の取り組み内容、経過、参加者数、参加者の学びと意見を明らかにして、本研究会の現状とナイチンゲールの看護思想を実践に活かすために必要な今後の課題について分析する。

III. 結果

平成27年10月～平成28年8月までの間の活動概要は表1の通りである。

1. 第1回例会の活動内容

1) 研修内容

ナイチンゲールの看護思想の学びを始めるに当たり、参加者の共通理解を得るためにDVD「病気は回復過程である」(映画『看護覚え書』をつくる会 企画, 制作)を視聴した。このDVDは、ナイチンゲール著「看護覚え書」を中心に看護思想をまとめたものであり、次の項目が取り上げられている。

- (1) はしがき (Preface) : 本書の目的
- (2) 序章 (Introductory) : ナイチンゲールの看護思想の基盤となる健康 (病気), 看護, 人間,

環境の概念

- (3) 換気と保温 (Ventilation and Warming)
- (4) 小管理 (Petty Management)
- (5) 音 (Noise)
- (6) 変化 (Variety)
- (7) 食事 (Taking Food)
- (8) 身体の清潔 (Personal Cleanliness)
- (9) 病人の観察 (Observation of the Sick)

2) 参加者の学び・意見

- ・環境を整えることが患者の生命力の消耗を最少に抑え、修復過程を促進していることになることと学んだ。
- ・人間は身体、精神、社会の異なる側面を併せ持つ存在であり、人を全人的に見ることや、心身のつながりを考えるなど代替医療の病棟に働いていた体験を照らし合わせ、ナイチンゲールの考え方がしっかりと腑におちた。
- ・病気とは「修復過程である」という捉え方がしっくりこない。ガンの末期の状態であっても、修復過程であるという考え方を臨床の患者とあわせて、もう少し学んでみたい。

2. 第2回例会の活動内容

1) 研修内容

ナイチンゲール著「看護覚え書」の序章を資料に用いて、看護思想の中心概念である病気(Disease)と看護(Nursing)についての学習とディスカッションを行った。

- (1) 病気とは何か

病気とは修復過程であると過程的な発想で捉えていることが特徴である。病気を過程と捉えるこ

表1 活動概要

回数	日時	内容	参加人数
1	平成27年10月	DVD 視聴 「病気は回復過程である」	12名
2	平成27年11月	病気 Disease 看護 Nursing	12名
3	平成27年12月	人間 Human 環境 Environment	12名
4	平成28年1月	第1章 換気と保温 Ventilation and Warming	11名
5	平成28年2月	第3章 小管理 Petty Management	12名
6	平成28年3月	第4章 音 Noise	14名
7	平成28年6月	第5章 変化 Variety	11名
8	平成28年8月	第6章 食事 Taking Food	12名

とで、病気が現れるまでのその人の生活のあり様に着目し、問題の所在を知ったり、病気回復に向けての看護の方向も見えてくることにつながる。逆に生活をしてきた結果として現れたのが、病気であるとする結果の発想では病気の予防はできず、病気に対する働きかけになってしまう。

(2) 修復過程とは何か

身体内部に起こっている異変 (poisoning) や衰え (decay) に対して、人間が本来持っている自然治癒力が働いて、もとのバランスのとれた状態に戻ろうとする自然の働きが作用する。ポイズニングとは、人間にとっての毒のことで、生命体である人間にとって外部から体内に取り入れられるマイナス因子を指す。例えば、汚染された空気、添加物の多い食品など。ディケイは、身体の細胞レベルで、捉えた衰えを指す。老化現象のように人間に本来備わっているものと細胞の再生に必要な栄養不足など。

(3) 看護とは何か

ナイチンゲールは、適切な言葉ではないが「看護」という言葉を用いるとした上で、従来から用いられている看護は与薬や湿布を貼る程度の意味に使われていたが、看護とは、そんなものではない。新鮮な空気や陽光、暖かさ、清潔さ等を適正に保ち、食事を適切に選び管理することであると述べている。そして、看護とは、「生命力の消耗を最少にするように修復過程を整える」ことであると本質を述べている。

2) 参加者の学び・意見

- ・臨床での事例を示し、病気を「結果」で捉えて失敗した経験を話したうえで、「病気は修復過程である」という言葉に、なる程と胸にストンと落ちた気がした。
- ・「病気」につきものと思われていた疼痛の原因が病気にあるとは限らないと知り、それは看護のせいだと言うナイチンゲールの言葉も胸が痛むほど感じた。
- ・進行性胃がんの40歳代の女性、術後半年で重症腹水貯留で緊急入院、症状が悪化、そんな折、夫から「外の空気を吸わせてほしい」との訴えがあった。あの部屋にいたら息がつかまると思うのでと、毎日見舞う夫には、病気につきものの状態ではない苦痛があると感じ、援助したいという思いがあったものと思われた。

3. 第3回例会の活動内容

1) 研修内容

ナイチンゲールの看護思想の中心概念である人間 (human) 環境 (environment) についての学習とディスカッションを行った。

(1) 人間とは何か

人間は身体と心を持ち、両者を一体化させて存在する。また、人間は環境と相互に影響しあう関係にある。さらに人間には自然治癒力が備わっており、患者の環境を整えることで修復する力を高めることができる。

(2) 環境とは何か

環境とは人間を取り巻くすべてのものを含んでいる。

ナイチンゲールは環境を、①物理的環境 (清浄な空気、静けさなど) ②精神的環境 (コミュニケーションなど) ③社会的環境 (疾病予防に関するデータ、死亡率など) の3側面より捉えている。看護師には、物理的環境、精神的環境、社会的環境を調整する役割があり、患者のもつ自然治癒力を促進できるように良い環境を整えることである。

2) 参加者の学び・意見

- ・人間は身体的・精神的・社会的側面をあわせ持つ統一体としての存在である。これらは相互に作用しているが、バランスの崩れた場合に病気、症状が現れることを知った。悩み事があると食欲がなくなり、行動も緩慢になるなど。
- ・人間には自然治癒力が備わっている。その自然治癒力を引き出していけるように看護師は患者に働きかけることが看護であること。これは考えてみると当たり前の事であるが、そのような発想を持っていなかったので改めてハッと、これからの看護に活かしていこうと思った。
- ・環境を整えることは、看護師ができる最大の役割であると思う。患者が良い環境の中で、生活できるようにすることは看護としては大事なことであり、患者の最も近いところで活動する看護師がまずしなければならないものであることを痛感した。

4. 第4回例会の活動内容 (第1章 換気と保温)

1) 研修内容

ナイチンゲールは、看護における真の第一原則は、「患者が呼吸する空気を、患者に寒い思いを

させることなく、外の空気と同じだけ清浄に保つこと」であると述べている。そして、換気について、①新鮮な空気を取り入れる ②酸素の取り入れ方 ③取り入れた後、酸素は気管を通り肺へうまく取り入れられているのか、どうなっていくのか3点について説明している。最も重要なことは、取り入れる空気が清浄な空気であること。また、換気が大切であるが、どんなところから取り入れるのが重要なのである。そして、この章では、「換気と保温の両立」の重要性について、「病人に熱と湿気と腐敗臭のこもった空気の中で繰り返し呼吸をさせるという犠牲を払わせて病棟を保温する方法は、間違いなく患者の回復を遅らせる時には生命を奪うことにもなりかねません」と繰り返し述べている。「換気と保温」についての学習とディスカッションを行った。

2) 参加者の学び・意見

- ・風を感じることで人は季節がわかる。ベランダを活用することで、患者が季節を感じる工夫ができるのだと感じた。
- ・空調管理がされていても患者の窓を開けてほしいという訴えには窓を開けている。気候の良い時には風を入れてほしいという患者がいる。今日の講義から新鮮な空気を取り込むことの大切さを学んだ。少し風に当たりたいという患者に対して換気に気をつけたい。
- ・4人の病室の温度管理において、3人は適温だが、1人の患者が寒いという場合には、服を1枚追加してもらおうようにしている。患者の中には寝たきりで訴えが適切にできない患者もいるため患者の肌に触れたり、体温を測定することの大切さを感じた。

5. 第5回例会の活動(第3章 小管理)

1) 研修内容

優れた看護の効果も、この小管理ができていないことによって損なわれたり、台無しになってしまうことを指摘し、小管理の重要性を述べている。ナイチンゲールによれば、小管理とは、自分がその場にいないことによって起こる些細な不手際がないように、不在の時にもいた時と同様のことが行われるように計らうことである。24時間、その場にいることが不可能な管理者にとって、この言葉は、看護管理(マネジメント)の真のあり方を示唆している。

2) 参加者の学び・意見

- ・管理は、管理者である私がいる時もない時も同じようにできなければならないことを学んだ。
- ・管理者によって病棟の管理の仕方が異なる。患者の立場、看護師の立場で視点が異なる。ナイチンゲールの看護の視点が良いと思った。
- ・師長を10年している。最初は答えを出さないといけないと思っていた。仕組みや手順、システムを使いこなす。こうして見ると管理者は旗振りの役であると思う。
- ・看護観を言葉で示すことが大切である。
- ・管理は一人でするものではない。小管理とは患者に不安を与えない。生命力を消耗させないことに留意することが重要であると学んだ。

6. 第6回例会の活動内容(第4章 音)

1) 研修内容

一般に「音」と言えば、工事現場の大きな音、多くの人々が集ってワイワイガヤガヤと騒ぐ音と思われがちだが、患者にとっての「音」は異なる。

ナイチンゲールは、「不必要な音や、心に何か予感を抱かせるような音は、患者に害を与える音である」と述べている。また、断続的な音や音域の鈍い音は、連続的な音に比較してはるかに影響が大きいともいう。ナイチンゲールは、患者にとっての音、騒音を次のように述べている。

(1) 音(騒音)

①不安をかき立てる音 医師や友人による病室や廊下での会話 ②病室内でのひそひそ話 ③ドアのすぐ外での会話 ④わざとらしい声での会話 ⑤看護師の足音、金属のガチャガチャする音 ⑥患者への話しかけ等。なお患者の話しかけについては、患者の背後、遠くから、ドア越しに話しかけてはならない。また患者が何かしている時、話しかけない。突然に話しかけ、患者の思考を中断させてはならない。患者が立ったままや歩行中に話しかけてはいけない。患者との会話は、顔が見える位置に座って行うなどの注意点を挙げている。

2) 参加者の学び・意見

(1) 病棟やナースステーションでの音

- ・三交代の申し送り時の看護師の声、看護師が出入りする際の靴音、ドアの開閉の音、笑い声など特に夜間であるのに気にしない看護師に腹立たしい思いをすることも度々ある。

- ・ワゴン車のきしむ音，金属のぶつかり合う音など神経にひびく不快な音がかなりある。
- ・無意識に廊下を歩く看護師の足音が，患者に悪影響を及ぼしていること等考えていない看護師がいる。これは看護師が特に気を遣わなくてはならないことである。

(2) 不安をかきたてる音

- ・医師が患者家族と患者の病状について行う会話は，患者を不安にすることが理解できた。
- ・看護師が患者のケアについて家族とする会話は，患者にとってはどんな行為をされるのかと思ひ，不安になることが伺えた。

7. 第7回例会の活動内容（第5章 変化）

1) 研修内容

ナイチンゲールは，単純な入院生活の中で「変化」がないことが，患者の心身の消耗につながることに着目し，重要性を述べている。人間は環境と相互作用し，変化しながら，恒常性を保っている生命体であり，変動する日常生活の中で変化していく存在であること。自然が最も働きかけやすい状態に病人を置くことで，修復過程を促すことにつながる等を大前提にしているからである。

2) 参加者の学び・意見

- ・環境の変化は患者に意欲を持たせることにつながることを学んだ。
- ・「気まぐれ」は患者のニーズの一つである。患者が気まぐれができる雰囲気をつくる必要がある。
- ・ベッドごと散歩に連れ出したところ，反応がなかった患者の反応がでてきた。
- ・外来で以前入院していた患者から声をかけられたが，入院中と違い表情に気力が出ているのがわかった。環境の変化の大切さがうかがえた。
- ・家族の希望で個室に入院した認知症状のある患者を，総室へ移動したところ話し相手ができ会話が済み反応に変化が出てきてよかった。

8. 第8回例会の活動内容（第6章 食事）

1) 研修内容

ナイチンゲールは，患者の飢餓状態は看護師のせいであると述べている。それは看護師の配慮不足で食欲不振になってしまうからである。

食事の援助はその人が食べられる状況に整えること。どのようにすれば食べられるのか，病人に

とって食事とは何なのか？食事の与え方への配慮として，量を考える。食事の温度は適温にすることが大切である。また，食事の時間が10分遅れたことで，病人は体力を消耗する。そして，食べられない患者に対して忍耐と工夫と観察が重要なのである。患者自身の自立を目指して工夫することは大切である。また，ナイチンゲールは消化力に着目し，食欲のない人の消化力を高める。たとえば好み，形態を患者が摂取できるように工夫すると述べている。

2) 参加者の学び・意見

- ・先日一人の患者に対して食事を待たせた挙句、患者の食事介助が抜けてしまった。夕食の時間帯のことで1名の看護師が対応していたが、医師の病状の説明に立ち会うため、他のメンバーに依頼した。その依頼がうまく伝わらず眠前になって食事介助をしていなかったことに気づいた。その時患者は食事はいららないと言った。水分の摂取を促し、翌日の朝食は一番に介助することになった。長時間食事を待っていた患者に対して申し訳なかった。もっと人の食事に関心を持つことが大切であると痛感した。
- ・透析患者は飲食が体重に反映する。「食べてはいけない」ことにどう寄り添っていくのか。食べることだけが楽しみという患者の援助をどのようにしていくのか。また、嚥下困難がある患者には、とろみをつける。とろみにも濃い、中、薄いといった具合にとろみの程度がある。いずれも、患者の個別性に合わせ援助することが大切であると思った。
- ・ホスピスに10年勤務した。ホスピスでは、看取りの間際まで患者は食事をする。患者とスタッフが一緒に野菜作りをした。畑を中心に人が集まり、食事が喉を通らない患者が新鮮なプチトマトが食べられたことがあった。この場面で、環境を整えることは大切であることを学んだ。
- ・一般病棟の看護師は時間に追われる。食事の援助をしながら早く食事を終わらせて次の仕事へといった状況である。しかし、食事は治療的側面としても楽しみなことでもある。そのことを忘れずに対象を理解する必要がある。
- ・食とは単に栄養ではなく食事（taking food）であることの意味が理解できた。

IV. 考 察

1. 「ナイチンゲール看護研究会・滋賀」の開催について

研究会の参加者は、病院や施設に就業する看護職者と大学に勤務する看護教員および大学院、大学（看護学部）の学生とさまざまな背景と経験を有している。それ故、それぞれの立場からの考えや実践活動をもとにしたディスカッションができ、学習内容を深めることにつながり、有用な学習機会になっていると考えている。

また、研究会の開催、日時、曜日によっても参加者に変動はなく（毎回11～14名）一定しており、参加者のモチベーションの高さが窺えた。このように臨床、教育、学生と立場の異なる看護職者が合同で研修することから、理論を実践に活かすための学びの第一歩を踏み出すことが可能になるものと考え、今後も継続したいと考えている。

8回の研究会の学習内容に関する参加者の学びのディスカッション、レポートからは、概ね本研究会の意図した目標を達成していると考えられる。

また、研究会において、必ず全員が発言する機会を作っていることは学習を深める機会になっている。現在、臨床は医療の高度化ならびに入院患者の高齢化、重症化のため多忙であり、病棟の仲間と看護について話す機会はほとんどない状況である。かつては、引き継ぎに時間をかけたり、一緒に帰宅する同僚を休憩室で待つ間に会話をしたりしていたが、今は超過勤務の問題もあって、本当に話す機会が減っている。そのため、研究会への参加を糸口にして、ナイチンゲールの「看護覚え書」を今一度読み直し学ぶことによって看護の本質を考える機会が得られていると考える。看護実践にこのナイチンゲールの思想を使うことによって、看護がなすべきことは何なのかについて考えることができる。一方、大学の教員は、現代の医療の状況や看護として変化している実情を聞くことによって、臨床の現状を知ることができるのである。

2. ナイチンゲール看護研究会の今後の課題について

今後さらに参加者の参加動機や学習ニーズを知ることによって、ニーズに応えた学習内容や開催日時、曜日を検討し、参加しやすい状況を調えた

と考えている。現在は理論と実践（体験）を関連づけて、具体例を取り上げ、ディスカッションしているが、臨床の場で理論を実践に活用する看護実践の方策をも考えていきたい。

ナイチンゲールの看護思想の代表的な著作で「三大覚え書」と言われる著作がある。現在は、「看護覚え書」を資料として研修会をもっているが、次に「病院覚え書」さらに「清貧覚え書」を資料として看護思想をさらに深める学びのできる研究会にしていきたいと考えている。

V. 結 語

1. ナイチンゲールの看護思想が看護実践に活かせることを目指して開催した研究会の取組みは、臨床や大学で働いている者および看護を学んでいる者がそれぞれの立場からの考えや実践活動をもとにしたディスカッションができ、看護がなすべきことは何なのかについて考える有用な学習機会になっている。
2. 参加者の意見から研究会の今後の方向性と課題については、現在は理論と実践の具体例を取り上げ、ディスカッションしているが、さらに一歩進めて臨床の場で理論を看護実践に活かす方策をも考えていきたい。

文 献

- フローレンス・ナイチンゲール著、小林章夫、竹内喜訳（2015）：看護覚え書、うぶすな出版、東京。
- 古庄富美子、真壁伍郎（1992）：ナイチンゲールを通して看護の原点をさぐる、看護、日本看護協会出版会、44、（6）、20-45。
- 茨木保（2014）：ナイチンゲール伝、医学書院、東京。
- 城ヶ端初子、大川真紀子、井上美代江（2016）：看護理論の発展過程と現状および展望、聖泉看護学研究、5、1-12。
- 城ヶ端初子編著（2015）：ナイチンゲール讃歌、サイオ出版、東京。
- 城ヶ端初子編著（1995）：「看護歴史」におけるフローレンス・ナイチンゲールに関する教育試論、滋賀県立短期大学学術誌、（33）、67-72。
- 金井一薫（2011）：ナイチンゲールを知るための5つのキーワード、看護学生、メダルフレンド社、59、（1）、10-13。

- 金井一薫 (2011) : 「看護覚え書」の読み方, 看護学生, メヂカルフレンド社, 59, (1), 14-16.
- 金井一薫 (1995) : ナイチンゲール看護論・入門, 現代社, 東京.
- 金井一薫 (1991) : “病院が患者に与える害”について, 看護研究, 医学書院, 24, (2), 2-9.
- 河部房子 (2007) : F. ナイチンゲールの著作から認識を採る研究方法論に関する学び, 総合看護, 現代社, (1), 5-16.
- 河部房子 (2006) : F. ナイチンゲールの認識に描かれている観察と経験との連関を読みとる試み, 総合看護, 現代社, (2), 5-13.
- モニカ・ベイリー編, 助川尚子訳 (1994) : ナイチンゲールの言葉その光と影, 医学書院, 東京.
- 長島伸一 (2007) : 終わりなき旅ーナイチンゲール伝をめぐる通説と新説, 総合看護, 現代社, (1), 5-11.
- リン・マクドナルド, 金井一薫監訳 (2015) : 実像のナイチンゲール, 現代社, 東京.
- セシル・ウーダム・スミス著, 武山真知子他訳 (1981) : フローレンス・ナイチンゲールの生涯, 現代社, 東京.
- 多尾清子 (2008) : 統計学者としてのナイチンゲール, 医学書院, 東京.
- 薄井坦子編 (2004) : ナイチンゲール言葉集～看護への遺産, 現代社, 東京.
- 和住淑子 (2006) : 他者の実践を観察する際の F. ナイチンゲールの視点の特徴, 総合看護, 現代社, (2), 5-14.

