

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」13回～19回例会を中心に—

Efforts and Problems of Our Study to Put Nightingale's Thought into Practice

— Mainly on the Results of the 13th～19th Meetings of

Nightingale Nursing Study Society in Shiga —

桶河 華代¹⁾*, 高島 留美¹⁾, 松井 克奈子²⁾,
奥田 のり美³⁾, 千田 昌子²⁾, 城ヶ端 初子⁴⁾
Kayo Okegawa, Rumi Takashima, Kanako Matsui,
Norimi Okuda, Syoko Senda, Hatsuko Jougahana

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

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て「ナイチンゲール看護研究会・滋賀」を発足し定期的に例会を開催している。研究会の取り組みの報告と参加者の意見から今後の方向と課題を明らかにする。

方法 平成29年7月～平成30年3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、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 7回に亘る研究会の参加者は、地域の保健師や訪問看護師も加わり、病院や施設の看護師、看護学生や院生、教員と多様な経歴をもつ。現在は「看護覚え書」を読み解きながら、臨床で理論を実践に活用する目的は概ね達成できている。

考察 研究会の今後の方向性と課題については、研究会の参加者の学習会で終わるのではなく、理論を現在の医療の場に適応した看護実践に活かすための方策を考えていきたい。

1) 聖泉大学看護学部 Faculty of Nursing, Seisen University

2) 洛和会京都厚生学校看護学科 Kyoto Kosei Nursing School, Rakuwakai

3) 京都看護大学 Kyoto College of Nursing

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

* E-Mail okegaw-k@seisen.ac.jp

I. 緒 言

ナイチンゲールは、クリミヤ戦争（1853～1856）で得た名声や近代看護学の基礎を築いた人として知られている。その一つが病を得て、病床から綴った「看護覚え書（Notes on Nursing）」である。今改めてページを開けば、150年の時を越えて、看護や介護の精神の真髄に出会うことができる。看護とは「生命力の消耗を最少にでき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。

しかし、ナイチンゲールの看護思想は、多くの看護学生が看護基礎教育で学び、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いえない。医療の高度化・複雑化のなか、在院日数の短縮に伴い、臨床の看護師は多忙に勤務している。そのようななか、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2015年10月に発足した。

研究会の参加者は病院や施設に従事する看護職と専門学校や大学に勤務する看護教員、および大学院や看護学部の学生であり、さまざまな背景と経験をもっている。研究会は、「看護覚え書」の序章から、各章を資料と共に読み解いている。初回から8回目までのまとめとして「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」とし、「さらに一歩進めて臨床の場で理論を実践に活かす方策も考えたい」という課題を報告している（城ヶ端ら、2017）。

今回は、「看護覚え書」の後半部分に焦点を絞り、

「ナイチンゲール看護研究会・滋賀」の取り組みと課題を報告する。

II. 方 法

「ナイチンゲール看護研究会・滋賀」は平成27年10月に発足し、毎月例会を継続している。その中で、13回～19回例会の実践記録および参加者の学びや意見の記録から、研究会の活動内容、経過、参加人数、参加者の学びと意見を明らかにして、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課題について分析する。

III. 結 果

13回（平成29年7月）～19回（平成30年3月）までの間の活動概要は表1の通りである。

1. 第13・14回例会の活動内容（第13章 病人の観察）

1) 研修内容

病人の観察とは何か、看護師にとっての観察とは何かを論じている。ナイチンゲールは、看護師にとっての観察の重要性を述べ、観察ができることが信頼される看護師につながるとしている。ナイチンゲールの問いかけは、「病人のお加減はよろしいですか」とはよく聞かれる言葉であるが、これ程ばかげた問いはないという。この質問は、具体的な事実であって、病状に対する見解ではないのである。看護師は、正確な観察力抜きには、どんな献身的であろうと看護師の役目は果たし得ないとさえ述べる。

医師が必要としているのは、看護師の意見ではなく、見てきた事実である。看護師は、脈拍測定から数だけではなく、状況の観察をして医師に報

表1 ナイチンゲール看護研究会・滋賀の例会の開催日時と内容

回数	開催日時	内容	参加人数
13	平成29年 7月	第13章 病人の観察 observation of the sick	10名
14	平成29年 8月	第13章 病人の観察 observation of the sick	10名
15	平成29年 9月	終章 conclusion	14名
16	平成29年10月	補章 Supplementary chapter	9名
17	平成29年11月	補章 Supplementary chapter	9名
18	平成30年 2月	第2章 住居の衛生 health of houses	12名
19	平成30年 3月	第2章 住居の衛生 health of houses	11名

告する必要がある。看護師は実際に触れるしかなく、研ぎ澄まされた鋭敏な感覚が必要であり、決して見失ってはならないのが観察の目的であり、人命を救い、健康と安楽を増進するために行うものである。

すべての看護師は、頼りにされ得る、すなわち「信頼のおける」看護師であるべきだということを肝に銘じてほしいという。ナイチンゲールの活躍した頃はヴィクトリア女王の時代で、女性は外で働いてはいけなかった、男性に女性が仕えている時代である。信仰心の強いナイチンゲールは、看護師にも信仰心のある献身的な女性でなければならないという。当時の看護師は、教育がなく観察ができない看護師がほとんどであったことから、看護師が正確かつ綿密かつ迅速な観察者でなければならないと強く論じている。

2) 参加者の学び・意見

- ・看護教育の基礎教育で、観察の重要性を教えて隣地実習に出るが、観察できる学生とできない学生がいるのは何故か。以前は「フィジカルアセスメント」という言葉がなかったが、観察して環境を整えていた。例えば、ベッドに皮膚の落屑があれば、患者の皮膚の状態を観察し、入浴や清拭、保湿剤に必要性を考察していた。しかし、コンビニ等24時間いつでもそろそろ便利な時代に生まれた学生に看護の教員は、どのように「観察」を教育すればよいのかと迷う。
- ・足浴等日常生活援助の演習には、学生同士で行うのが一般的であり、足を持ち上げる時に力を入れて協力的である。しかし、実習では、患者の足は重くて驚くとともに応用がきかない学生もあり、教育の難しさを痛感する。
- ・観察ができれば、早期発見につながる。訪問看護時代に微熱があり、散歩を躊躇している療養者に受診を勧め同行した。日ごろから喀痰が多く気になっていたのも、レントゲンと血液検査を医師に勧めた。結果、CRPが高く、肺炎と診断後入院となった。一般的なことと個別的なことを観察する大事さを振り返った。

2. 第15回例会の活動報告（終章）

1) 研修内容

この章にはいる前に、「はしがき」（小林、竹内、1998：iii）を振り返ると、「以下の覚え書は、看護婦に看護を学ばれるための考え方の規範を示そ

うとしたものでは決してなく、まして看護婦に看護の仕方を教える手引き書でもありません」（原著の翻訳の通り、看護婦を用いた）とある。当時の乳児死亡率の高さから、「他人の健康に直接責任を負っている女性たちに、考え方のヒントを与えるためにのみ書かれたもの」という。

ナイチンゲールは、「看護覚え書」の序章で「人間」「健康」「環境」「看護」とは何かを述べ、その後の各論として具体的に方法論を第1章～第13章で述べている。その後、この「終章」をあげている。この章では、衛生面、看護技術のこと、女性と健康の法則に関すること、自然と病気治療のこと等、様々な視点から看護のなすべきことを論じている。

ナイチンゲールは、衛生面の重要性を何度も述べる。衛生面の配慮は、看護師の考えでいくらかでも変化するといい、看護に必要なものは、清潔や日光や保温であり、空気が悪くて状態が悪くなる場合は多いが、空気が良くて状態が悪くなる場合は少ないという。

女性に関する「権利」に関して、男性のすること何でも、医師などの専門職も含めて、女性にもさせようとする主張と男性のことは何ひとつ女性にはさせるなという主張である。女性として、このどちらにも耳を貸す必要はなく、家族の健康を守る義務と看護職者としての役割を果たすことを望んでいるという。

2) 参加者の意見・学び

- ・「環境」の大切さを痛感することを学ぶ。特に現在は空調が整っているため、防犯の意味もあり窓は鍵が閉まっている。新人教育や看護基礎教育のなかで、環境整備をどのように指導していけばいいのか。今は病院では以前のように雑巾を使用する環境整備を行わないことが多い。看護基礎教育として環境の大切さをどのように伝えていけばいいのか迷う。
- ・ナイチンゲールは、すべての女性に対して、病人や健康な人に対する看護の大切さを述べている。しかし、男性が看護専門職になれないわけではなく、女性に専門職として自立するという視点での先駆者であったと感じた。女性特有の特徴が書かれており、男性に負けずに頑張ろうと思える。
- ・在宅看護のなかで、排泄のケアの後、匂いをどうするのか、窓を開けたらいいのか。開けよう

とするが家族に近所の目があるから窓はあけないでと言われ、どうしたらいいのか迷うところである。

- ・臨床看護とナイチンゲール看護は全く別のものであるとついつい忘れがちであった。臨床に埋もれてしまう自分を反省している。150年前のことであるナイチンゲールの看護は現在も新しい。今は治療優先になり、患者が置き去りにされている感じがする。

3. 第16回例会の活動報告（補章）

1) 研修内容

看護師とは何かを論じている。看護師とは、「自らは感じたことのない他人の感情の中に身を投じる能力がこれほどまでに要求される仕事は他になく、もし自分にその能力がないとしたら、その人は看護に携わるべきではない」（小林・竹内、1998：225）とある。「自らは感じたことのない他人の感情の中に身を投じる能力」を議論する。

初歩的な看護師の仕事は、患者の顔や態度や声に現れるあらゆる変化を理解すべきであり、「高価な家具や病気の牛」が相手ではなく、人間を相手にしていることから、すべて患者に聞くのではなく観察して気づくべきである。観察をしない看護師、表情、反応を読み取ろうとしない看護師は、成長はしない。非凡な観察力でも先人がずっとやってきたことを真似して熟練者と呼ばれることはあるが、経験だけでは熟練者とはいえないという。

看護師の使命（感）とは何か。それは、あなた自身の掲げる、何が正しく、何が最善かという高い理想の実現を目指して、自分の仕事をするということである。使命感のある看護師は、受け持ち患者のナースコールの押し方で理解でき、使命感のない看護師は、目をつぶっている患者が眠っているのか、ただ目をつぶっているのか、わからないのだという。

当時の病院は、キリスト教のもとで、もっぱら信仰実践としての活動からは脱皮したものの、いまだに訓練の場がなく、病院の管理も混乱していた。教会ではシスターが中心で奉仕の精神で看護していたが、病院が誕生してくると、「ギャンプ夫人」のように労働者階級出身で、アルコール中毒気味の中年婦人が看護にあたるが多かった。「ギャンプ夫人（Mrs. Gamp, Sarah）」とい

うのは、19世紀英国の作家チャールズ・ディケンズが、自己中心という悪徳をもとに書いた「マーティン・チャズルウィット（1844）」に登場させた看護師のことである。当時の看護師の職業としての弱さを表している。ギャンプ夫人の登場は、イギリス社会に看護師・医療改革を促す契機ともなっていたという。

2) 参加者の学び・意見

- ・「自らが感じたことのない他人の感情の中に身を投じる能力」とはどのような意味か。イレウスで入院してレントゲンの検査時に脚を伸ばしてくださいといわれても痛みで脚を伸ばせない。ストレッチャーに乗れない。触ってほしくない。看護は、イレウスや骨折等の経験がなくても、相手の気持ちを理解することが大事であると体験から実感する。
- ・学生指導において、脈拍測定のと後に呼吸を測るのに合計2分をどうやっているのか。訪問看護師は、聴診器をあてて30秒測る。救急の看護師は10秒測定して6かけている。脈をとりながら呼吸を先に1分測って、脈をあとで測定すると集中できるという看護師もいた。これらから、患者に合わせて数だけの測定ではないと改めて実感する。
- ・医療の現場では、衛生面を考慮しナースキャップが廃止され、看護師を象徴するものではなくなってきた。看護職者としての自分自身への決意表明として、ナイチンゲールの時代から受け継がれた看護の心を次の時代に受け継いでいく式典として、戴帽式を行う学校もある。戴帽式で学生はナースキャップを頂き、「使命感」を得た記憶がある。学生が使命感を得るには戴帽式でなくても決断式に似たものが必要ではないかと思う。

4. 第17回例会の活動報告（補章）

1) 研修内容

回復期の看護の重要性、病相期と回復期の違いを論じる。身体組織は、病気の間は老廃物や有害物の除去に専念するが、回復期となると消耗の修復に専念する。回復期では、健康に向かって飛躍するともいうべき活動が、不規則に始まるアンバランスである。

回復期の外科患者は元気でなければならないとはどういうことか。骨が折れた患者は骨折した場

所以外は健康であるべきである。具合が悪くなっているのは、環境の問題があるのではないか。回復期に入ると患者は非常にしばしば、さまざまな渴望、特に食物に対する渴望を抱くようになる。このような欲求を安易に満たしてしまうと、身体に急激な反応が現れたり、病気をぶり返したりすることになる。

看護師は、「節度」が必要であること、それができないと看護にはならない。医師と看護師の役割を兼任する必要性がでてくる。医師は病気を診ていく、看護師は病気をもった、その人を看っていくということから、回復期においては、医師と看護師の両方の役割を担う必要がある。回復期の患者の食事は、患者の食欲を完全に満たすよりも、その少し手前で抑えさせる、腹八分目で抑えるほうが安全である。

回復期の患者というのは、言わば子どものようなもので、心身ともに本来の調子を取り戻していない。看護師には、患者がまだ危険な状態にあったときから、回復期に至るまで、全経過をずっと看てきているという非常に強みがあるわけで、その一連の経過を頭におくことによって、正しい方針も見出せるとナイチンゲールは述べる。回復期患者の想像力は働く、たくましい。回復期の患者は、一旦落ち着いたと思ってはいけない。しかし、多くの回復期患者の取り返しがつかないことは知っている。回復期には病棟や病室を変えるような環境の変化と共に看護が必要であると説明している。

2) 参加者の学び・意見

- ・ 4人部屋の一人が認知症であり、何度も同じことを言う認知症患者に、夕日がきれいなので観に行こうと誘い、食堂に一緒に行った。食欲のない回復期の患者の環境の整えについて考えてみると気分転換（変化）をはかることが重要である。
- ・ 田舎にいた間は元気いっぱいだった子どもたちが、都市の生活となるとたちまちのうちにひよわな温室植物になってしまう。病人だけではなく、「ひよわ」は、過保護から生まれ、人工的なものをあれこれ与える余裕のある階級に多い。病院に入院すると病人になることから入院する環境を整えることが大切である。
- ・ 臨床看護では、感染リスクの可能性から、タオルを絞って拭くことはせず、おしぼり3本や使

い捨ての小さな手拭のようなものが使われている。では、石鹸での清拭はどうか。学生が計画しても、指導者が教えられないという現実もある。感染予防でディスポーザブルの手袋を使うのもどうか、患者にとってはよいのかを改めて感じた。

5. 第18・19回例会の活動報告（第2章 住居の衛生）

1) 研修内容

ナイチンゲールは、「看護覚え書」の中で、第1章の「換気と保温」の次の章に「住居と衛生」を取り上げている。それは、「看護職者」が家庭の健康を守る人のために書かれたものである。第1章の「換気と保温」で空気の質の確保を取り上げて、一般家庭でも空気の次に衛生的な住居で生活し、快適な生活を守る必要性から第2章にあげていると考える。住居の衛生確保のための必修要素を5つ（清浄な空気、清浄な水、効率の良い排水、清潔、日光）あげている。

清浄な空気を取り入れるには、住居の構造自体が隅々まで外気が通りやすいものでなければならぬ。空気のよどむ家に病気の発生は必至であるという。また、病気の原因を自分の家に求めようとは考えもしないと清浄な空気の必要性を述べている。

清浄な水に関しては、衛生改革を推進した人々のおかげで、以前よりも普及してきた。しかし、まだまだ多くの地域で非常に不潔な井戸水が家庭用水として使用されており、伝染病が発生した際には、ほぼ確実に罹患してしまうという。

効率の良い排水に関して、当時のロンドン中で「いったい何軒の家が効率の良い排水をしているでしょうか」とナイチンゲールは問いながら、ほとんどの人が家の排水状態が良いと思っていると述べる。その原因の一つに住宅の構造をあげ、家の下にある配水管を通すことが安全とはいえず、家の外壁の外側に配すべきであると指摘している。

家の中が清潔でなければ、換気をしていても意味がないという。使い古した壁紙や汚れた敷物、掃除をしない家具は「地下に牛馬の糞の山」を置いているのと同じくらい空気を汚染する原因となると、当時の教育と習慣のせいで家の衛生が守れていない実情も述べている。

陽の当たらない暗い家というのは、例外なく非衛生的で、例外なく空気が悪く例外なく不潔であると述べている。日光の不足が子どもたちの成長を遅らせ、瘰癧やくる病などをばひこらせ、病気になってもその家にいる限りは回復しないという。

病気の原因の現われ方として、「いつもつきまとう」という考えではなく、看護は、清潔さ、窓からの新鮮な空気と、患者への絶え間ない気遣いを行うことで予防につながる大切さを述べている。そして、病気というものは、実在している当然の独立したのではなく、清潔や不潔の状態と同様に看護師の管理下にある1つの状態である、あるいは看護師が招いた状態の反応だという考えである。

健康なときでさえ、自分達が暮らしている空間の空気を繰り返し呼吸しているものであり、その空気は肺や皮膚から出る健康に害のある物質で満たされている。そのために換気は日ごろから重要であるが、患者から排泄するすべてのものは、有毒なのですぐに病室から持ち出さねばならない。病室での蓋のない室内用便器は特に長く置くことはせず、病室の換気を行い、洗濯物を干すこともさけるべきであると述べている。

2) 参加者の意見・学び

- ・高齢者は臭いに鈍感になり、排泄物のあとの臭いはそれほど気にならないが、孫が訪室しなくなるという。訪問看護の排泄援助が終わったときに、「窓を開けましょうか」と促すと素直に受け入れてもらえ、簡単なことであったのだと、この研究会に参加したことで、一歩踏み出すケアにつながった。
- ・病院は、窓に鍵がついており、鍵は師長管理である。時折、環境整備のときに鍵を借りにきて窓を開けている看護師もいる。いつから、窓を開けて換気することが忘れられてしまったのか。空調は整っているが、後輩に伝授していく必要性を感じた。
- ・血液内科の子どもたちは、空調がより一層整っている。もちろん換気はしないなかで、見えない敵と戦う現状である。看護師として、どうすればよいのか考えさせられる研究会であった。
- ・病棟でも在宅でも看護師と介護士が協働しているが、看護と介護の違いは何か。看護師は、日常生活支援でも病状が変化する、病気を持った

人を対象としているのに対し、介護士は、変化する病状をもつ人を対象にしていないこと、自力で行動がとれずに援助を必要としている対象に日常生活援助をしている。例えば入浴介助を行うときに、介護士は安全な方法で入浴することを目的とし、看護師は入浴介助を手段として、全身の観察を行い病気が悪化していないか、老化でおこるものかを判断している。住居の衛生という視点で自宅での場合は、浴室は清潔か、換気はできているか等を看護師として、もしかしたら介護士も考えなければならないことを改めて感じた。

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

研究会は、「看護覚え書」の序章から、各章を資料と共に読み解いている。19回で終章を終了し、現在は、「病院覚え書」に取り組んでいる。研究会の参加者は、病院や施設に勤務する看護職と大学や専門学校で教育する看護教員、大学院生や看護学部生であったが、訪問看護ステーションや地域包括支援センター等の地域で活躍する看護職の参加へと広がりもみられた。

参加者のなかには、この研究会をきっかけに、看護理論をもっと学びたいと大学院への進学する者や看護理論を科目履修生として聴講する参加者もいることからこの研究会の意義がうかがえる。また、換気や環境を整える重要性を感じて、窓をあけて新鮮な空気を取り入れるケアを実践し、環境整備や観察の重要性を同僚に伝えることにつながっている。それぞれの立場から介護や入院経験および看護実践の経験をもとにディスカッションができ、理論を実践に結びつける有意義な学習機会になっていると思われる。

研究会の開催、日時、曜日によっても参加者は、毎回10名前後と一定しており、参加者のモチベーションの高さがうかがえる。そして、他の研究会や講演会の情報を交換することで、情報共有の場ともなっている。また、「ナイチンゲール」や「看護覚え書」が生まれたイギリスをもっと身近に感じたいとの意見もあり、研究会メンバーでナイチンゲールの軌跡をたどるフィールドワークを計画し、実施する予定である。

ナイチンゲールは、看護とは、「新鮮な空気、陽光、暖かさ、清潔さ、静かさなどを適切に整えることであると環境の大切さ」を述べる。また、看護の本質を考えるため副題に「What it is and what it is not—看護であること、看護でないこと」としている。今、行われている看護が看護であるのか、看護でないのか、看護師個々において振り返る時代にきているのかも知れない。そして、ナイチンゲール看護研究会・滋賀に参加し、ナイチンゲールの「看護覚え書」を読み解くことで、そこに看護の定義が解き記された価値ある著作というだけでなく、現在も振り返る要素が多くあることを示し、それぞれが振り返る機会を得ていると考える。

2. 「ナイチンゲール看護研究会・滋賀」の今後の課題

現在は、ナイチンゲールの理論と実践を関連づけて、具体例を取り上げ、それぞれの経験も含めてディスカッションしているが、現在の医療現場は大きく変わりつつある。ディスカッションの中でも何度も議題にあがる換気（環境整備）の必要性や清拭のタオル（感染対策）といった観点から、理論を振り返るだけでなく、実践に活用できる看護実践の方策を考えていきたい。

V. 結 語

1. 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は、病院や地域で働く看護職、看護を学ぶ、教える立場の者が、「看護とは何か」を振り返り、現在の看護につなが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、研究会の参加者の学習会で終わるのではなく、理論を現在の医療の場に適応した看護実践に活かすための方策を考えていきたい。

文 献

Charles John Huffam Dickens (1844/1993). 北川悌二（訳）、マーティン・チャズルウィット、筑摩書房、東京。
Florence Nightingale. (1860/1998). 小林章夫・竹内

喜（訳）、看護覚え書—何が看護であり、何が看護でないか—、うぶすな書院、東京。

城ヶ端初子. (2010):看護理論からの出発（たびだち）、久美出版、京都。

城ヶ端初子. (2013):実践に生かす看護理論19, サイオ出版、東京。

城ヶ端初子. (2015):ナイチンゲール讃歌, サイオ出版、東京。

城ヶ端初子. (2016):看護継続教育論—キャリア開発と看護継続教育—、久美出版、京都。

城ヶ端初子, 大川眞紀子, 井上美代江. (2016):看護理論の発展経過と現状および展望, 聖泉看護学研究, 5, 1-12.

城ヶ端初子, 大川眞紀子, 井上 美代江. (2017):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, 聖泉看護学研究, 6, 19-25.

Patricia Benner. (2001/2005). 井部俊子（訳）、ベナー看護論—初心者から達人へ、医学書院、東京。

