

わが町の看護チーム交流会



開催日時	令和 8年 1月 31日(土) 14:00～16:00			
場 所	香川労災病院 管理棟第2会議室			
テ ー マ	看護職の抱くストレスについて～心の強さを磨いて明日からも元気に看護を～			
内 容	香川県立丸亀病院 精神科認定看護師 山野 泰子先生を講師に、上記のテーマで講義、グループワークの中でフラワーセラピーとしてのフラワーアレンジメント体験を実施した。看護職が抱えるストレスの特徴やレジリエンス、マインドフルネスで瞑想などを深める講義に続き、6グループで日常の悩みや対処法を共有した。フラワーアレンジメントでは、花に触れながら心を落ち着かせる時間を提供し、参加者の表情も和らいでいた。最後に、話し合ったことについての発表と完成したミニブーケを持って記念撮影を行った。			
参加状況	会 員 32名	職 種	保健師 1名 助産師 1名	合 計
	非会員 0名		看護師 29名 准看護師 1名	32名
振り返り	今回の研修では、講義・対話・体験を組み合わせた構成で交流会を実施した。看護職が抱えるストレスの特徴やレジリエンス、マインドフルネスで瞑想などを深める講義に続き、6グループで日常の悩みや対処法を共有した。フラワーアレンジメントを組み合わせることで、花に触れる時間がリラックスに繋がり、手を動かしながら自然と会話が生まれ、場の雰囲気も柔らかくなっていた。アンケートでも「リラックスできた」「物作りをしながらの交流会がよかった」と高評価が寄せられた。寄せられた意見を次回企画に活かし、わが町の看護チームとしてのネットワーク作りにつなげていきたい。			
備考				