

副大会長講演

看護の力で健康な社会を ～看護師に必要な運動指導能力～

鶴田 来美 (宮崎大学医学部看護学科 教授)

【要旨】

2020年は看護の基礎を築いたナイチンゲール生誕200周年にあたる。これを記念し、グローバルキャンペーン「Nursing Now」が各国で実施されている。わが国では日本看護協会と日本看護連盟が、「看護の力で健康な社会を!」をテーマに Nursing Now キャンペーンを実施している。

人々の健康な社会を実現するために、看護職者は患者や住民の身近な専門職として、①健康意識の向上、②健康の維持・増進、③疾病の重症化予防、などを実践できることが求められている。看護職者は、健康の維持・増進、疾病の重症化予防に運動が重要であることを認識している。しかし、看護基礎教育では運動及び運動指導に関する内容はほとんど含まれておらず、運動に関する知識は不十分と感じている。そこで、看護の現場で看護職が健康の維持・増進や健康回復、疾病の重症化予防を意図した運動指導の必要性を感じているか、実際に行っているか、どのような内容か、知識・技術不足を感じているかなど、運動指導の現状と課題を明らかにすることを目的に、複数の診療科を有する病院に勤務する看護職を対象に質問紙調査を実施した。439名の回答を分析した結果、約9割の看護師が運動指導を行う必要があると回答していた。しかし、自身の運動指導における知識・技術不足や運動中の事故、運動の内容等、運動指導に不安を感じている者は8割を超えていた。運動指導の知識・技術に関する研修会への参加は13%程度であり、約8割の看護師は研修会があれば学びたいと回答していた。

健康な社会の実現に、運動・スポーツが必要不可欠であることを看護職は認識している。運動・スポーツは、心身の健康の保持増進に重要な役割を果たすだけでなく、人と人との交流及び地域と地域との交流を促進し、人間関係の希薄化等の問題を抱える地域社会の再生に寄与するものである。運動指導の必要性を認識しながらも、知識・技術不足により看護実践が不十分であると感じているならば、看護実践力を高めるために、不足の知識・技術を補うための対策が必要である。

当学会認定資格である健康運動看護師(通称:健康スポーツナース)は、健康で幸せな社会を構築するためのヘルスプロモーション活動を実践する看護職であり、教育と研鑽を積み重ね、その資格を生かして活動し続けられる環境づくりを推進する必要がある。

【プロフィール】

鶴田 来美 (宮崎大学医学部生活・基盤看護科学講座 教授)

山口県柳井市出身、中学・高校は陸上競技部に所属。千葉大学看護学部を卒業した後、千葉県に保健師として入職。千葉県精神科医療センター、千葉縣市川保健所に勤務したのち、順天堂医療短期大学にて保健師教育に携わる。宮崎に移住し、宮崎大学医学部附属病院では看護師として勤務する。その後、宮崎大学医学部(当時は宮崎医科大学)に看護学科を設置する準備室に配属。2001年に看護学科が設置され、講師、准教授を経て、2008年から現職。精神科や内科での臨床現場、地域住民の健康管理の現場経験を通して、看護職が運動指導に係わる必要性を感じた。健康運動看護師(健康スポーツナース)を育成するため、2010年に日本健康運動看護学会を設立し、現在理事長を務めている。