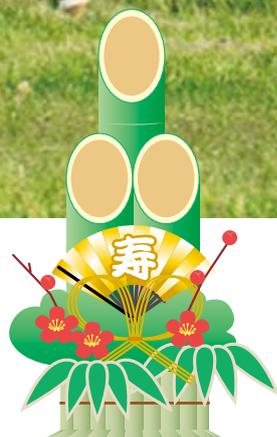




栃木県看護連盟だより

2026年
1月発行
第76号



2025年度
栃木県看護
連盟会員数

連盟 6,934名
協会 12,206名

(2025.12月末現在)

保健師	149名
助産師	267名
看護師	6,354名
准看護師	164名
合計	6,934名

協会比 56.8% 賛助会員 156名

INDEX

新年のごあいさつ

小倉佳子・高原静子・朝野春美・あべ俊子	2
石田昌宏・友納理緒・中島まゆみ	3
要望書・自民党県連青年局・青年部と県看護連盟青年部懇談会	4
2025年関東甲信越ブロック協議会	5
中堅研修会・国会議事堂見学	6
会員研修会「ヨガ」に参加して・友納議員 施設訪問	7
支部別会議に参加して・県別会議	8
心に残るエピソード・起き上がりこぼし	9
我が家自慢のペット紹介・おいしいお店の紹介	10

発行者：栃木県看護連盟
〒320-0838 宇都宮市吉野2-8-15
TEL 028-610-1035
発行責任者：栃木県看護連盟会長 小倉佳子
印刷所：㈱松井ピ・テ・オ・印刷

2026年 新年のごあいさつ



栃木県看護連盟会長
小倉佳子

栃木看護連盟会員の皆様、あけましておめでとうございます。平素より看護連盟活動に格別のご理解とご支援を賜り、心より御礼申し上げます。

さて、昨年は第27回参議院選挙において、石田まさひろ参議院議員を三度目の国政へと送り出すことができました。これは、看護の現場における環境改善や処遇改善には政治の力が不可欠であるとの認識を深め、皆様が投票行動を実践してくださった成果にほかなりません。さらに、10月に行われた総裁選では友納理緒参議院議員が環境内閣府大臣政務官、内閣府大臣政務官に就任されるなど、看護界にとって明るい未来につながる出来事もございました。国政の場においては、物価高騰に伴う医療機関存続の危機に対し、公定価格である医療費を直ちに引き上げることができないため、診療報酬改定を待たず補正予算による改善が図られるよう、看護職の代表議員の方々にご尽力いただきました。さらに、診療報酬改定においても、看護職の給与が物価高騰に見合った賃上げにつながる仕組みづくりに取り組まれております。

本年の干支は丙午（ひのえうま）でございます。情熱と行動力をもって、私たちの理想を形にしまいましょう。看護職の一人ひとりの力が結集すれば、必ずや看護界の未来を切り拓く原動力となります。会員の皆様にとりまして、飛躍の一年となりますよう心よりご祈念申し上げます。



日本看護連盟会長
高原静子

会員の皆様、明けましておめでとうございます。

輝かしい「丙午（ひのえうま）」の年を迎え、皆様におかれましては清々しい新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

2026年の干支である午（うま）は、前へ前へと力強く駆け抜ける躍動感と、旺盛な生命力、そして人々を支え、希望を運ぶ繁栄と成功の象徴です。

看護の現場は、依然として多くの課題に直面しておりますが、この「丙午」が持つ情熱と行動力のエネルギーにあやかり、より良い看護の実現と、看護職が希望を持って働き続けられる環境整備に向けて、力強く歩みを進めてまいります。

本年が会員の皆様にとって、情熱と挑戦が実を結び、看護の未来を切り開く飛躍の年となりますよう心より健康で実りの多い年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

今年もどうぞ宜しく願い申し上げます。



栃木県看護協会会長
朝野春美

新年あけましておめでとうございます。

看護連盟会員の皆さまには、日頃より栃木県看護協会の活動にご支援とご協力を賜わり心より感謝申し上げます。

昨年は記録的な猛暑の年でした。また、全国各地で地震や水害、大規模火災、山火事など、人々の健康と生活を脅かす出来事がありました。今年こそは穏やかな年となるよう心から祈っています。

さて、少子超高齢化が猛スピードで進む中、日本看護協会では、2040年問題に対応するため、「看護の将来ビジョン2040～いのち・暮らし・尊厳をまもり支える看護～」という新たなビジョンによる活動を開始しました。どのような健康状態でもその人らしく暮らしていける社会の実現に向かって、看護職として日々取り組んでいきたいと思います。

社会情勢が変化する中、個人や個々の現場では解決できない問題を政策として提案し、解決するための活動が重要です。われわれ看護職一人一人が、そのことをしっかりと認識して行動すること、働きやすい職場づくりも人任せにせず看護職一人一人が主体的に考え、実直に行動する、このような看護職が増えることを願っています。今後も引き続き、看護連盟と看護協会が協働して、政策実現に向けて取り組んでいきたいと思います。

どうか、本年もよろしく願いいたします。



衆議院議員
あべ俊子

新年あけましておめでとうございます。旧年中の多大なるご支援に心より感謝申し上げます。

あべは昨年10月に文部科学大臣を退任致しました。文部科学大臣在任中は、「誰も取り残さない」教育を掲げ、医療的ケア児対応や不登校の課題、過疎地における学校の存続問題、看護教育のあり方、地域に残る人材育成などに取り組むことができました。これも常日頃、みなさまからのご支援とご指導をいただいたお陰です。

看護職の皆様が直面されている課題は多岐にわたり、その中で培われた経験と知識は、まさに地域社会にとって不可欠な財産であると深く認識しております。

本年も、看護職の皆様が安心して働き続けられる環境づくり、そして専門職としてのさらなる資質向上を支援するため、看護連盟の皆様と連携を密にしながら、より一層努めてまいります。

皆様にとって、本年が実り多く、健やかな一年となりますことを心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



参議院議員
石田昌宏

栃木県看護連盟の皆様、日頃より多大なるご支援を賜り誠にありがとうございます。
国会では、参議院自民党・国会対策副委員長、厚生労働委員会理事、予算委員会委員等を務めています。特に国会対策委員会は国会運営の縁の下の力持ちとして、他政党との交渉、法案の提出時期の調整、自民党内の所属議員に対しての内部調整等を行います。小さなミスで国会が止まりかねない緊張感の高い役割です。気を引き締めて、円滑な国会運営を支えてまいります。
本年は診療報酬改定が予定されています。物価高や人件費上昇に対応した診療報酬の大幅な引き上げはもちろんですが、記録類や手続きの簡素化を重点に据えて活動しています。これは、看護師が本来のケアに集中できる環境を整えるために欠かせない取り組みでもあります。
看護の未来を切り拓くため、皆様が誇りを持って「今日も良い看護ができた」と実感できる環境づくりに向け、本年も引き続き尽力してまいります。



参議院議員
友納理緒

謹んで新年のごあいさつを申し上げます。
この新しい年を、環境大臣政務官兼内閣府大臣政務官（原子力防災）という新たな職務をいただき迎えています。担務は、サーキュラーエコノミー、環境汚染や化学物質などによる健康被害・熱中症対策、東日本大震災からの復興などです。
昨年は、内閣府大臣政務官として、こども家庭庁（母子保健含む）、男女共同参画・女性活躍、共生・共助、孤独・孤立、国際保健、科学技術、宇宙、AI など幅広い分野を担当し、視野と人脈を大きく広げることができました。
看護職の処遇改善、夜勤人員の確保、医療 DX を用いた業務負担の軽減、医療安全の推進、ハラズメントなど、現場の声を大切にしながら引き続き取り組みを進めます。
「看護の現場の声を国政に！」初心を忘れず、目の前の課題に丁寧に1つ1つ向き合い、皆さまの期待に応えてまいります。
本年が皆さまにとって健康で幸多き一年となりますよう心よりお祈り申し上げます。



新年あけましておめでとうございます。日頃より地域医療を支えてくださる看護職の皆さまに、心より敬意と感謝を申し上げます。
昨年4月に第二子を出産し、妊娠前の健康づくりであるプレコンセプションケアや産後ケア、フェムケアの視点、さらに孤立しない子育て環境の大切さを身をもって感じました。女性特有の健康課題への理解を社会全体で深めていく必要も実感しています。
人口減少と医療人材不足が進む栃木県では、看護職の皆さまが安心して働ける環境づくりがますます重要です。こうした支援は、自治体だからこそ実行できる具体的な施策が多くあります。市民に最も近い市議会議員として、市・県・国と連携し、現場の声を確かな政策へつなげてまいります。本年も温かなご協力をお願い申し上げます。
本年が皆様にとって素晴らしい一年となりますようご祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



足利市議会議員
中島まゆみ

要望書

令和7年度補正予算における医療機関の経営支援対策（賃金上昇への対応）についての対策実施、ならびに令和8年度診療報酬改定における十分な改定率の確保を求め、国会議員および県議会議員に対し看護協会と共に要望書を提出いたしました。

要望に際しては、医療機関が直面する経営環境の逼迫状況を説明し、安定的な医療提供体制を維持するための財政措置の必要性について理解を求めました。各議員からは、今後の検討に向け前向きな姿勢が示されました。

本会としては、引き続き地域医療の持続的な運営に向け、関係機関との連携を図りながら必要な働きかけを行ってまいります。



県選出国会議員と



看護支援議員連盟 役員様と

自民党県連青年局・青年部と 県看護連盟青年部懇談会

9月16日（火）、上記懇談会が県庁近くの みくら で開催されました。

県看護連盟の活動や目的、看護師が直面する人手不足や看護職の処遇改善、労働環境の課題について、認定看護師など制度的な課題についても現場の声を届けてきました。

県議会議員と直接意見交換できる貴重な時間を過ごすことができました。今後も栃木県の看護の現状を伝えていくことを継続し、看護の向上に取り組んでいきたいと思っております。

青年部支部 支部長 大貫裕平



2025 年関東甲信越ブロック協議会

このたびの関東甲信越ブロック別政策セミナーには、10 都県から看護連盟・看護協会・看護教育現場の皆様にご参加いただき、栃木県にて11月20日・21日の両日にわたり盛大に開催することができました。

セミナーには延べ131名、Web147回線、懇親会には59名のご参加をいただき、看護の未来を見据えた建設的な議論と交流により看護の現場と政策を結ぶ組織の重要性について理解を深める貴重な機会となりました。

ここに改めて、この場をともに築いてくださった皆様に心より御礼申し上げますとともに、この成果を次なる歩みへとつなげてまいりたいと存じます。



中堅研修会

中堅研修は2025年9月25日（木）にコンセーレアイリスホールにて産業医科大学医学部公衆衛生学主任教授中田光紀（なかたあきのり）先生による講義「眠り方改革 ～幸福度を上げて いきいき働くために～」を聴講いたしました。

講師の中田先生のご専門は睡眠科学、労働疫学、産業保健心理学、精神神経内分泌免疫学などであり、夜勤や長時間勤務や不規則勤務がある看護職であるからこそ、睡眠の質を高めることの重要性についてご講義いただきました。

睡眠の質が良くなないと、がん罹患のリスク向上、うつ病リスク向上、ワクチンが効かないなどの悪影響があること、寝だめはできないこと、眠りの質を高めるコツなどを研究結果に基づき、説得力の高い講義内容でした。アンケート結果でも、眠りの大切さを科学的に教えていただき、今までないがしろにしていた睡眠について改めて向き合い、コツを取り入れたいといった、内容が多くありました。

疲労回復やサーカディアンリズムの維持に重要な「睡眠」に着目し、健康に働き続けるために知っておきたい「眠り方」のコツを学ぶことができ、生活リズムやメンタルヘルスを意識し、自分自身の健康管理に取り入れることで、心と身体を整え、いきいきと働き続けられることに繋げられる研修でした。

自治医大学附属病院 福田 順子



国会議事堂見学

10月8日今回、初めて国会議事堂を見学し、日頃ニュースで目に見ている場所の空気を実際に感じる事ができました。重厚な建物や歴史ある議場を前に、国の意思決定がここで行われているのだと思うと、胸が引き締まる思いでした。看護連盟の一員として、医療や福祉に関する政策がどのように議論されているのかを知ることができ、現場で働く者として政治とのつながりを改めて実感しました。議員の方々が国民の声を受け止め、よりよい社会を築くために尽力されている姿に触れ、私自身も専門職として社会に貢献していきたいと感じました。今回の見学は、政治をより身近に考える貴重な機会となりました。

新小山市市民病院 関口 敏行



会員研修会「ヨガ」に参加して

11月13日に行われた、栃木県看護連盟主催の会員研修会「ヨガ」に参加させていただきました。看護職は常に緊張感の高い業務を担っており、心身共に消耗していることが多く、自身のウェルビーイングを保つことが重要だと感じています。今回のリフレッシュヨガでは、深い呼吸とゆったりとした動きによって心身がほぐれていく感覚を実感することができました。終了後は身体が軽くなり、心にも余裕が生まれました。セルフケアがウェルビーイング向上に繋がることを改めて認識できる、貴重な時間となりました。今後も業務に活かしていきたいと思います。

獨協医科大学日光医療センター 沼尾 ゆかり



友納議員 施設訪問

令和7年10月31日、友納りお参議院議員が当施設を訪問され、施設内の見学および看護職員との意見交換が行われました。現場からは、下り搬送の課題、透析患者受け入れ体制、記録量の多さ、設備投資の必要性、デジタル化やAI導入への期待など、幅広いテーマについて率直な意見や声が寄せられました。

特に診療報酬に関わる記録業務については、加算取得のために必要である一方、その量の多さが現場の大きな負担となっている現状が共有されました。友納議員からは、「本当に必要な記録は何かを見極め、削減に取り組んでいきたい。」との前向きな言葉をいただき、参加した職員にとって大きな励みとなりました。

今後も国会での議論や議員活動を通じて、看護現場の声が政策に反映されることを期待しています。私たち連盟会員も、看護職がより働きやすい環境づくりに向けて、引き続き期待と支援の姿勢を示していきたいと思います。

那須中央病院 城坂 真理子



支部別会議に参加して

2025年度支部別会議を9月～10月にかけて行いました。内容は、参議院選挙総括、支部活動についてでした。今回の参議院選挙は厳しい状況になるといわれていましたが、支部として会員の投票行動を促すために、各部署の連絡員の協力を得られるよう働きかけ活動しました。青年部と連携し、看護連盟の役割や活動、実績などについて講義研修を行い、若手看護職員が看護連盟の活動に対し理解が得られるよう努めていきたいと考えます。参議院選挙の状況や看護連盟会員数の確保や維持につなげる支部活動について共有でき、有意義な支部別会議となりました。

済生会宇都宮支部支部長 藤嶋 淳子

【出席者】

看護部長・支部長・支部幹事長・青年部 他

【所要時間】

20分～30分

【内容】

- ・参院選総括
- ・支部活動について 他

支部名	開催日	時間	会場
中央南	9/4 木	15:30～	ZOOM
JCHOうつのみや	9/11 木	11:00～	ZOOM
自治医大	9/11 木	15:00～	ZOOM
鹿沼	9/11 木	15:30～	ZOOM
獨協医大	9/11 木	16:00～	ZOOM
日光	9/18 木	11:00～	ZOOM
済生会宇都宮	9/22 月	14:00～	ZOOM
栃木	9/25 木	10:00～	ZOOM
塩谷・塩原	10/2 木	11:00～	ZOOM
国際医療福祉大学	10/2 木	11:30～	ZOOM
芳賀	10/2 木	14:00～	ZOOM
小山	10/15 水	11:00～	ZOOM
佐野	10/15 水	11:30～	ZOOM
足利	10/15 水	13:00～	ZOOM
大田原	10/15 水	13:30～	ZOOM
菅那	10/15 水	14:30～	ZOOM

県別会議に参加して

日本看護連盟より近藤美知子幹事長、栃木県看護協会からは朝野会長、五月女専務理事、亀田常任理事が参加のもと、ハイブリットでの県別会議が開催されました。第27回参議院選挙の総括から今後の課題等について、青年部を交え活発な意見交換が行われました。会議の中では「応援する会」入会についての基本戦略である「量」から「質」への転換についての説明があり、入会者が候補者の人柄や政策を理解した上で、投票行動を起こすことができるように働きかけを行うことが大切であると改めて考えることができました。今後は自分たち看護師の代表を国政の場に送ることの重要性、政策実現に向けての看護連盟活動を、リーフレットやPR動画などを有効的に活用し、選挙時だけでなく計画的に進めていこうと思います。

塩谷・塩原支部支部長 磯部 由美子



心に残るエピソード

私が看護師として医療療養病棟に復帰した当初は、急性期とは異なる雰囲気の中、高齢の患者様とのレクリエーションや日々のケアを通じて穏やかな時間を過ごしていました。しかし、医療区分の導入以降、病棟には寝たきりや経口摂取が困難な方が増え、状況は大きく変化しました。

そのような中でも、「一口でいいから食べたい」と訴える患者様や、経口摂取を望まれるご家族の声に応えるべく、看護師間で試行錯誤を重ねました。専門職の配置がない中、口腔ケアの頻度を増やし、ジュースを染み込ませた綿棒を凍らせて口腔マッサージを行うなど、できる限りの支援を行いました。

ある日、長らく中心静脈栄養で過ごされていた患者様が、小さなお饅頭を一口召し上がり、「美味しい」と笑顔を見せてくださいました。その表情は今も鮮明に心に残っており、看護の原点を改めて実感した瞬間でした。後日、その方は静かに旅立たれましたが、あの笑顔は今も私の看護観を支える大切な記憶となっています。

幹事 高橋 久美



起き上がりこぼし(勇気がでた出来事)

起き上がり小法師(おきあがりこぼし)は会津を代表する縁起物で、転んでもすぐに立ち上がるところから、粘り強さと健康のシンボルとして縁起がいいとされています。毎年初市で家族の人数より1個多く買う習わしがあり、会津の家庭には欠かせない縁起物になっています。

看護師18年目に突入する年に、当時の所属師長より主任昇格を伝えられました。しばらく呆然と受け入れることができないまま日がたち、不安を抱えていた私に、看護師長がかけてくれた言葉があります。「現場を自由に変られるのは主任時代だったね。師長になるとなかなかできないのよ。好きなようにやってみな。」その一言に胸の重さがふっと軽くなりました。主任看護師としての役割に迷いがありましたが、自分らしさをそのまま活かせば良いのだと気づかされました。看護師長の温かいアドバイスは、挑戦を後押ししてくれる大きな勇気となり、昇格を前向きに受け止めるきっかけになりました。現在は看護師長となり、部署の主任看護師と3人で協力しながら楽しく看護をしています。

日光支部支部長 手塚めぐみ

我が家自慢の ペット紹介



名前:もも(左)7歳 リリィ(右)5歳
好きな食べ物:チャオちゅ〜る、
銀のスプーン三ツ星グルメ



リリィは食事の時、すぐには食べず
にじっと待つ控えめなレディ



リリィの特技は“手からごはん”
食べさせてもらうまでじっと
待つお姫さま猫です



おいしい お店の紹介

coffee & おさんぽ ソラヴェール

定休日 月曜日

ご予約状況によっては貸切の場合があります。
お電話での確認をお願いします。
営業時間・定休日は変更となる場合がございますので、
ご来店前に店舗にご確認ください。

〒329-2763 那須塩原市井口 546-1 那須マロニエホテル1階
TEL : 0287-37-7770 ご予約直通 TEL 0287- 47-7011

優雅なひとときをマロニエ
ホテルでお過ごしください。
ソラヴェールでちょっと豪
華なランチはいかがですか。



水から始める、
「健康経営」の第一歩。

社内やご家族の健康を守りませんか？私たちがご案内するのは、
「ウォーターヘルスケアという、新習慣。」

日本トリムは従業員の健康に配慮し、また完璧で働ける環境を伴うことで
生産性の向上を図り、適正な利益を上げる「健康経営」に向けて
様々な取り組みを実施してまいります。

日本トリムの水は
「健康をサポートする水」

体水の半分以上は「水」です
水を変える健康対策

60% 70% 50%

水なんて
思っても
同じだと
思いませんか？

熱中症
対策

胃腸
症状を
改善する

株式会社日本トリム
0120-328-106

〒330-0001 大府市大原町北原田丁2番22号 ハービスエントランスタワー22F
TEL:0296-28-1916 FAX:0296-28-1920

支店: 宇都宮・高崎・大宮・千葉・横浜・新潟・長野・静岡・浜松・愛知・京都・福岡・山形・岡山・広島・長門・熊本・鹿児島・沖縄

～働く人を美しく、それが私達の願い～

ジュエリー全般・リフォーム～修理まで
何でも承りますので、お気軽にお問い合わせください

株式会社グランド

〒308-0848 茨城県筑西市幸町3丁目-11-27
TEL:0296-28-1916 FAX:0296-28-1920 フリーダイヤル:0120-210559
※3～60日まで金利手数料なし。お気軽にお求め頂けます。

日本ジュエリー協会正会員/栃木県看護連盟/群馬県看護連盟推薦/茨城県庁生活協同組合指定/茨城県学校生活協同組合指定

編集後記

新しい年を迎え、皆さまに心よりお慶び申し上げます。
昨年は看護の現場において多くの挑戦と変化がありましたが、その一つひとつを乗り越えてこられた皆さまの努力に、改めて敬意を表します。
本号では、看護の未来を支える取り組みや、現場からの声をお届けしました。新しい一年も、連盟として皆さまの活動を支え、共に歩いていけるよう努めてまいります。
本誌が、日々の業務の合間に少しでも励ましや気づきを与えられる存在となれば幸いです。
2026年が皆さまにとって健やかで実り多い一年となりますよう祈念いたします。