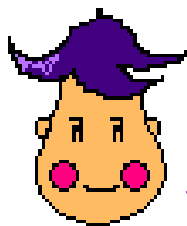


看護部トピックス Vol. 2

先輩ナースからのメッセージ



先日に行われた就職ガイダンスでの
先輩ナースのメッセージです！

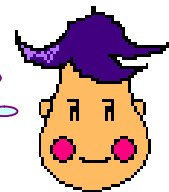


おいら達も聴きに行
ったよ！



清水裕子

みんなに支えられて
いるって感じだね！



この中に看護師以外の職業につきたいと思っている人はいますか？

私は、大学には養護教諭になるつもりで入学しました。実際、看護師として中央病院で働く今も看護師をこのまま続けるか、養護教諭を目指すか考え中です。

そんな、私がなぜ看護師として働いているか、看護師をしていて今どうなのか話すことが皆さんの進路決定に少しでも役に立てばいいなと思って今回ここに来ました。

まず、看護師として働いている理由から話します。理由は2つあります。1つ目は、教員採用試験に落ちたからです。これは、完全に勉強不足ですね。2つ目は、実習のなかで看護師になりたいと思った、患者さんや看護師さんと出会ったことです。選択実習のリハビリ実習でのことです。それは、同世代の異性を受け持つこと、障害でコミュニケーションを上手く取れないこと、患者さんの病態を十分に理解できなかったことなどたくさん悩んだ実習でした。それでも、患者さんが毎日リハビリを頑張り、日に日に良くなる姿やそれ

を支える看護師さんの姿を見て、私もこんな看護師さんになりたいと思ったことを覚えています。どんな看護観に共感したとかは上手くいえませんが、漠然とただ単純にその実習で出会った看護師さんに憧れました。私は、その看護師さんのアドバイスもあり中央病院を希望しました。実際に配属されたのは、第二希望ですが…。そのため、看護師として働く今も養護教諭を目指すか悩んではいませんが、後悔はしてないし、しっかり勉強したいと思って日々過ごしています。皆さんも、実習で嬉しかったことや印象に残る出会いがあったかもしれないし、これからあるかもしれません。なので、看護師を目指している人はもちろんですが、私のように迷っている人も最初から看護師にならないと決めるのではなくて看護師として働いてみるのも一つの選択肢だと思っています。

2つ目に、看護師として働いてみてどうなのか話します。実際は、学生の時よりも勉強しなければいけないことは多いし日々学ぶことだらけです。最初の時はできないことだらけだし、1年働いた今でも失敗もします。私のいる科は上手くコミュニケーションがとれない患者さんが多いためご家族との関わりが大切です。それなのに、私はそのご家族の想いに寄り添えず、ご家族に辛い思いをさせたことがありました。だから、皆さんには手技は就職すれば嫌というほどできるので、実習では患者さん家族としっかり話して関わってほしいと思います。私自身、ご家族に辛い思いをさせたことを振り返ると自分自身の言動に後悔しているし辛い気持ちでいっぱいです。それでも、支えてくれ一緒に悩んでくれる先輩や上司がいます。中央病院はプリセプター制度をとっているので一人に一人先輩がついてくれます。私のプリセプターの先輩はいつも私の味方になってくれます。私は、そんな先輩やスタッフがいるから仕事を頑張れていると思います。みんなは、実習で「看護師怖い」と思ったかもしれないけど、必ず自分の味方になってくれる先輩はいるし、他のスタッフも支えてくれるので安心して下さい。

何になろうとか、どこに勤めようとか選ぶ基準は色々だと思います。でも、悩んでいるのだったら実習をした県立中央病院で一緒に働いてみませんか?私達、まだまだ若いからそれから悩んだって遅くないでしょ。看護師になって一緒に働きましょう。



千葉紘子

就職する先の環境って大事だね！



山梨県立中央病院で働き始めて早くも2年目を迎えました。今日は、「私の就職活動について」と、「実際に看護師として働いてみて」の2つに焦点を当ててお話しします。

まず、就職活動についてです。私が就職先について少しずつ考え始めたのは、4年生になる年の春休みでした。忙しかった実習も一段落し、4年の実習が始まるにも時間があるし...ということで、友達の病院見学に便乗し、1度だけ大学病院の見学に行きました。リハビリに興味があったのでリハビリテーション病院の資料はたくさん集めましたが、他に見学した病院などはありません。就職した山梨県立中央病院の説明会ですら、参加していません。今考えると、真剣に就職活動をしているみんなには申し訳ないほどに、私は就職に対して無頓着でした。

みなさんの中には山梨県外出身の人も多いと思います。私もそのうちの一人で、出身は青森県です。私が中央病院に就職を決めたのは「山梨には友達が多いから」「大学の友達もたくさん就職するから」「山梨が気に入ったから」「実習でお世話になり、馴染みがあるから」「中央病院はきれいだから」などなど安易な考えばかりでした。両親に、「山梨に就職する」と伝えた時、「大学だって自分で決めたのだから、就職も自分で決めなさい。どこで何の仕事をしてようが応援する。何かあれば帰ってくればいい。居場所はある」と私の決断に後押しをしてくれました。親は偉大です。本当に、その時始めて親のありがたさを感じました。私の就職の決め手は、この時の一言だったのだと思っています。当時、地元に戻るつもりは無かったので、抵抗は全くありませんでした。今となると、「地元にすれば良かった」「親のもとで暮らしたかった」などと思うこともあり、あの時の決断に対して後悔とまでは言わなくとも、心残りがあります。視野を広げ考えることも必要だったのかと思います。しかし、時々帰省することでリフレッシュ出来る「地元」という場所が、今の私の糧となっている気がします。ですから、どの道が良かったのかは結局分からないのです。

次に看護師として働いてみてについてお話しします。はっきり言って仕事は辛いことだらけです。急性期病院のため目まぐるしく患者は入退院を繰り返し、また同じ疾患であっても様々な合併症や背景があり、勉強は追いつきません。看護師は体力勝負であり、私は仕

事が終わればヘトヘトで家に帰れば寝るだけです。学生の時に目指した「患者の全体をとらえる」ということは、私にとって未だ理想でありとても難しく、解決の糸口が見つからず悩んでばかりです。「死」に直面した時は、「悲しいな」「何が出来たのだろう」「苦しかったらうな、もう楽になれたかな」「ご家族は大丈夫かな、泣きたいだろうな」といろいろな思いを抱き、無力感・脱力感でいっぱいになります。ご家族の気持ちを汲みながらお別れなど出来るよう心がけてはいますが、私にはまだそんな余裕など無く、業務をこなすのに精一杯なのが本音です。正直辞めたいと思うこともあります。就職し2年目を迎えました。私の働く病棟はとてもアットホームで、働きやすい環境であることは自信を持っていえます。看護師の年齢も若く、病院主催の行事にも本気で盛り上がるパワーを持っています。仕事に精一杯な毎日ですが、明るくて話しやすいメンバーに助けられています。ミスをしたときは的確に指導してくださるとともに、一緒に振り返り、どうしたら良かったのかを共有してくれます。就職先を悩まずに簡単に決めてはしまったものの、充実しています。辛さがある分の楽しみや学びを、少しずつではありますが得られていると実感しながら、これからも看護師を頑張るつもりです。

みなさん就職先を考えるにあたり、病院の特色、独自に力を入れている領域、勤務体制、教育制度、ボーナス、立地条件、住みたい場所など様々だと思いますが、総合病院である限り、病院によっての大きな差は無いのではないかと私は感じています。はっきり言って、多くの方が就職先にはとても悩むと思うし、一生を左右するような問題かもしれません。しかし、問題は就職先ではなく、そこでいかにして多くのことを吸収していくかということが目指すところなのではないかと思っています。一般論ではありますが、本当にそう思うのです。

私は就職した当初の新人研修で、「誠実な看護師になる」と目標を立てましたが、実のところ忘れかけていました。このガイダンス原稿を作成するにあたり、ふと思い出し、このところ仕事に対し自棄になっていたかもしれないと反省しました。2、3年と経験年数は増えますが、看護師への期待でいっぱいだった頃に目指した「誠実さ」を忘れず、また新人として中央病院に就職するみなさんとともに成長していけたらなと思っています。

これで私の話は終わりますが、少しでも参考になり、前向きに就職活動に取り組めるきっかけになれば幸いです。以上です。



河尻元美

勉強が出来るって
大切だよね！



今日は、私が県立中央病院に就職を希望した理由と、看護師として働いてみてどう感じているかについてお話をしようと思います。

まず、私が県立中央病院を希望した理由についてお話しします。みなさんのように、私も主に中央病院で実習をしました。その時感じたことは、とてもきれいで大きな病院であるということが一番に感じました。様々な領域の実習を、色々な科でさせていただいて、スタッフの方々の優しさや親切さがとても印象に残っています。辛いことや悲しいこともたくさんあって、涙を流したこともありましたが、でも逆に、嬉しかったこともあり、何より勉強になることばかりでとても良い実習をすることができました。私は山梨県出身ではないので、就職を考えた時に地元に戻るか、山梨県で就職をするかとても悩みました。入学当初は地元に戻るつもりでした。しかし、中央病院での実習を経験し、この病院で将来自分も働いてみたいと思いました。また、最初は大きく設備が整った病院で働きたいという気持ちもあり、山梨県で最も大きい総合病院であり、山梨県の医療の最先端である県立中央病院を希望しました。

就職先を選択するのにまず大切であると私が感じたことは、自分が興味のあること・したいこと・なりたいものをある程度明確にしておくことだと思います。具体的には、総合病院なのか個人医院なのか、どんな科で働きたいのか、などなりたい看護師像を持っていることも必要だと思います。したいこと・なりたいものでなくても、興味があるものを学生生活の中で少しでも見つけることができればそれでいいと思います。その興味があることをもっと学べる場所や、体験できる場所を選ぶのもいいと思います。あとは、看護師体制（7:1であるかどうか）や、福利厚生などが大切だと思います。インターンシップや病院見学を有効に活用するのも大切だと思います。

次に、看護師として実際に働いてみて感じたことを少し話したいと思います。大きく感じたことが3つあります。まずは、看護師という職業の責任の重大さです。看護師という仕事は、一人の人間の人生に関わる仕事です。また、病気や障害は命を脅かすものにもなります。命の大切さ・尊さを十分理解し、責任を持って患者さんと関わらなければなりません。2つめは、人間性の大切さです。人を気遣う気持ちや思いやる気持ちが看護師には大

切だと思います。患者さんのためにこうしてあげたい、どうすればもっといい状態になるのか、と考えて関わるのが大切だと思います。3つ目は、学習の大切さです。働いてすぐに感じたのが、この学習の大切さです。働いてみて、分からないことや勉強が不十分なことがたくさんあります。今でも、まだまだ分からないことはたくさんあります。日々勉強しながら働いているのが実際です。4年間の学習で看護師免許を取ることができますが、それだけでは実際の臨床の現場においてまだまだ学習が足りないのだと思います。学生のうちから、興味があることについて調べたりするクセをつけておくと、今後役に立つと思います。

看護師は一生勉強だと言われる職業ですが、実際に働いて得るものも多く、嬉しいことやたのしいこともあり、とてもやりがいのある仕事だと実感しています。辛いことも多く、仕事に行きたくないなと感じることもありますが、患者さんやそのご家族から感謝の言葉をももらった時に一番達成感があり、今後の活力にもなっています。実際の体験を少しお話しします。ある手術を受けられた患者さんで、術後の痛みが強く中々離床が進まない方がいました。段々とその方の痛みも少なくなってきたときに、その方が「あなたのおかげで楽に過ごせました。本当にありがとうございます。」とってくださいました。そのとき、自分の看護に対する評価・結果がそのような言葉で返ってきたのだと実感しました。看護師は、患者さんの体のケアだけでなく、心のケアをすることも必要です。言葉で言うのは簡単ですが、実際に働いてみてそれがとても難しいことだと分かりました。でも、その患者さんの言葉を聞き、それができたのだと実感し、とても嬉しい気持ちになりました。

4年生は、研究・実習・国家試験の勉強と色々大変だと思いますが、周りの仲間たちと励まし合いながら頑張ってください。そして、残りの学生生活を有意義に過ごしてください。以上で私の話を終わります。ご静聴ありがとうございました。