

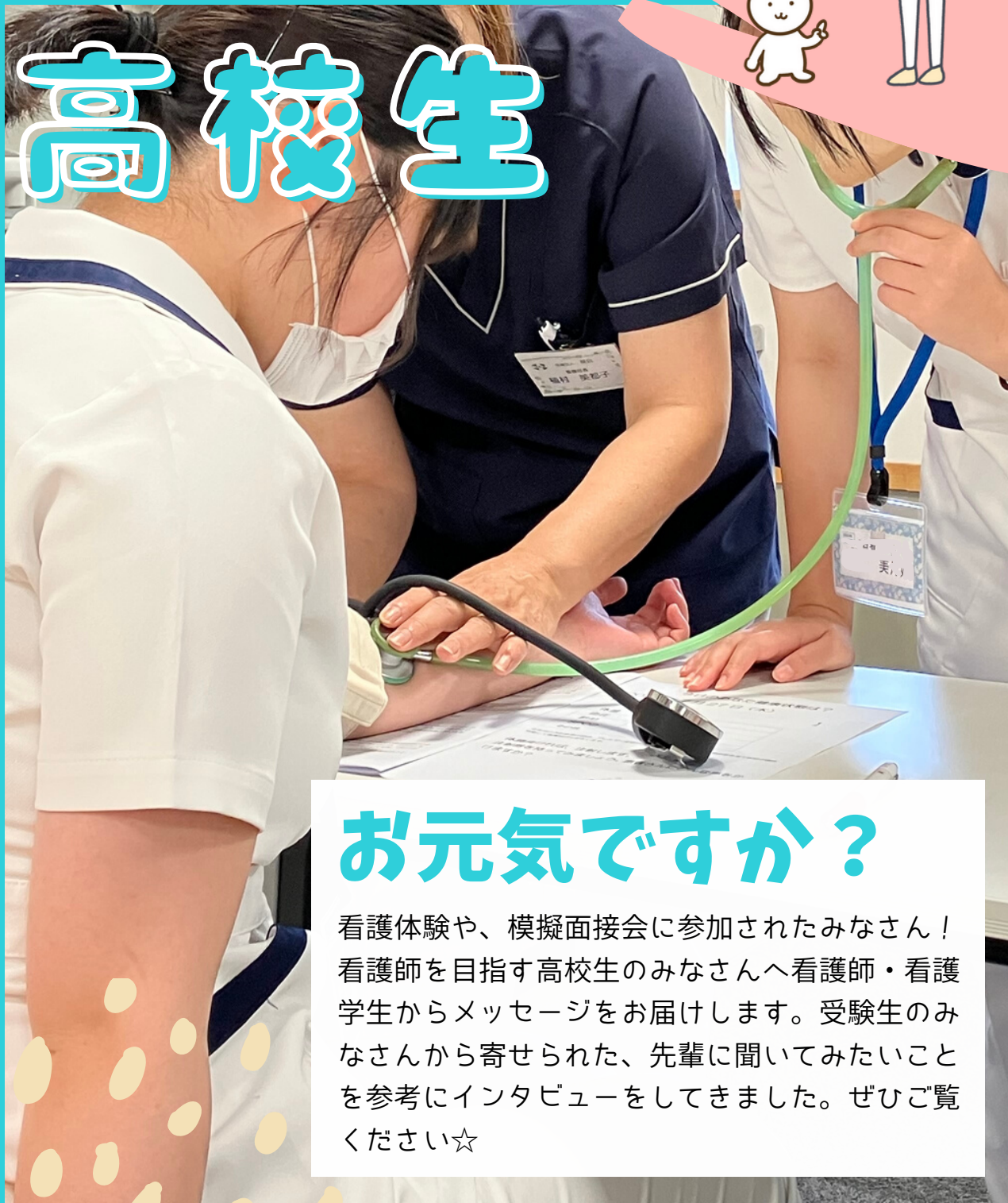
看護師をめざす高校生を応援します

# がんばれ

## 高校生



二〇二三年十一月号 京都民医連看護学生委員会

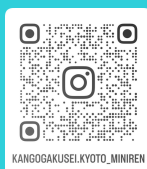


## お元気ですか？

看護体験や、模擬面接会に参加されたみなさん！  
看護師を目指す高校生のみなさんへ看護師・看護  
学生からメッセージをお届けします。受験生のみ  
なさんから寄せられた、先輩に聞いてみたいこと  
を参考にインタビューをしてきました。ぜひご覧  
ください☆

STUDY | WORK | LIFESTYLE

看護部  
instagram



京都民医連  
看護部HP



# 看護学生に 聞いてみた！

近畿高等看護専門学校先輩看護学生さん2人に、学校生活や勉強のことなどインタビューをしました。

## 看護学生になって良かったこと・楽しかったこと

入学前から体の構造や機能に興味があったので、授業で疑問が解消されていき、楽しく授業を受けることができます。休み時間も仲の良い友達が話してくれるので、楽しく学校生活を送ることができます。

「看護師になる」という同じ夢を持った仲間と出会えて、一緒に頑張れていることです。それから授業などを通してたくさんの人と関わったり、話したりする機会があるので、コミュニケーション能力を鍛えることができたことも良かったと感じています。

## 看護学生になって大変なこと

小テストも試験も沢山あるので勉強しないといけないですが、私が思い描いていた看護学生像よりは余裕をもって勉強することができます。提出物も沢山あるので、のんびりしすぎると色々不備がでてくると思います。技術試験だけは、結果が返ってくるまで緊張が解けないので、大変です。

私たちの学年からカリキュラムが新しくなり、単位数が増えたので、バイトしながら勉強の時間を確保することが大変だと感じることがあります。

## 休みの日の過ごし方は？

私は家でだらだらと過ごしています。テストがある日の前日であればテスト勉強で一日が終わりますが、普段の休日はゲームをしたり、友達と連絡があったり、遊びに行ったりして、勉強にとらわれず、自由な時間を過ごしています。

バイトをしたり、友達と遊んでリフレッシュしたりしています。

## 看護学校受験に向け、どんな勉強をしましたか？

3年分ぐらいの過去問を解き、自分の苦手な分野を克服できるように頑張りました。担任の先生、校長先生に協力してもらい、面接の練習をしました。国語の先生と一緒に過去問を解きながら問題の攻略方法を理解しました。

私は過去問を解いて、先生に採点や解説をお願いしていました。それから、いろんな先生に声を掛けて面接練習をしてアドバイスをもらっていました。特に面接練習は気合を入れ沢山した記憶があります。息抜きもしながら頑張ってください！

## 感想用フォーム

もしよければ  
「がんばれ高校生」  
を読んでの感想を  
右のQRコードから  
お送りください。





# 看護師さんに聞いてみた

京都民医連あすかい病院と吉祥院病院の若手看護師さんに、看護師になって良かったこと、大変なことを聞いてみました

## 吉祥院病院 白神 真央



### ☆看護師になって良かったこと・楽しかったこと

人と深く関わることで、お互いに何らかの影響を生み出しているのが実感できることです。例えば、入院時は意思表示がうまくできず気持ちの不安定な患者さんがいましたが、家族さんや往診・訪問看護師から家でどのように過ごしているのかを聴き取り、病棟や病棟で関わるスタッフと共有、統一した関わりを行っていきました。

その中でも特にうまくいったコミュニケーションを共有ノートやカルテに残し共有することで、より効果的なコミュニケーションをとることができ、患者さんが今どうしたいのかがわかるようになりスムーズにケアすることができました。歯車がぴったりとかみ合ったようにケアできると、患者さんの笑顔も見られて嬉しいですし、とてもやりがいを感じます。また、「あなたが今日担当？嬉しい〜。」と言ってもらえた時が嬉しかったです。

自分の関わり方がその人にとって不快ではなく、信頼してもらえているんだなと感じられます。

### ☆看護師になって大変なこと

全てうまくはいきません。入院しているということは、いつ何が起きてもおかしくない状態ですので、患者・家族さんにとってつらい選択をしてもらう時もしばしばあります。医師からの説明に泣き崩れる方もいらっしゃいます。「看護師さん、わたしはどうすれば良いですか？」と混乱しておっしゃるかたもいます。その時、自分はなんて無力なんだろうと感じます。

しかし、ここで立ち止まっても患者さんや家族さんのためにはなりません。治療の選択をするのであれば、必要な情報の提供や医師からの説明でわからなかったことを丁寧に説明することを心がけ、いつでも相談してもらえるような声掛けや姿勢で接しています。最終的な決断は患者さん、もしくは家族さんなので私たち医療従事者が決定したり、何らかの決定に誘導したりすることはできません。そのため、皆さんが少しでも納得して選択できるよう何度も話し合いの場を設けたり、チーム全体で状況を確認したりしています。感情が不随することなのできっと難しいのだと思いますが、それも受け止めて相談に乗ってもらえるよう関わっています。

あとは、夜勤もあるので生活リズムを掴むのに最初は苦労しましたが、慣れれば夜勤のある方が良いなと感じています。



### ☆お休みの日の過ごし方は？

仕事のことは忘れて、趣味を楽しんでいます。お休みの日はほとんど出かけており、一見休養できているの？と思われがちですが、私にとってはとても良いリフレッシュとなっています。

家でゆっくり過ごすこともあります。その時は大抵勉強メインです。4年目となった今も恥ずかしながらわからないことや、新しく覚えることがあるので、振り返りながらゆっくり勉強しています。趣味がない場合はどうするのが良いですか？とよく質問をいただきますが、いつもより少し長く睡眠の時間をとるだけでもすっきりすると思います。とにかく仕事から離れてオン・オフの切り替えができれば、それが趣味でなくても良いと思います。



## 京都民医連あすかい病院 瀧本 薫



### ♪看護師になって良かったこと・楽しかったこと

入院したての頃は、身体も辛く身の回りの生活動作もままならなかった患者さんが段々と回復し退院された時は、その回復の過程に看護師として関わって良かったなあと感じます。また、患者さんから「いつもありがとう」などの言葉をもらうと嬉しいですし、仕事のやりがいになっていると感じます。

患者さんと何気ない日常会話をしたり、患者さんの素敵な人柄に触れたりすることも日々の楽しみの一つです。

### ♪看護師になって大変なこと

看護師の業務内容は幅広いので、優先順位を考えて動いていく必要があります。それも必ずしも予定通りにいくわけではなく、患者さんの状態も急に変化することがあるため、その時々での臨機応変な対応が大変だと感じます。

### ♪休みの日はどのように過ごしているか

家でのんびり過ごしたり、友人や職場の同期と出かけたりして気分転換をしています。勤務の都合上昼間や平日が休みのことも多いので、お出かけしやすいのも看護師の良い所だと思います。



# 看護師長さんからのメッセージ

京都民医連中央病院  
南 順子 師長

## 1. 新人看護師さんに求めること

患者さんを思いやる気持ちを大切にして欲しいと思います。私自身、笑顔を大事にしています。非日常的でしんどい入院生活の中でも患者さんに笑顔になってもらい、安らぐ事が出来る環境を提供できる存在でありたいと思っています。決して勉強ができる人が素晴らしい看護師になれるわけではないと私は思っています。患者さんの立場に立って物事を考え、患者さんの気持ちに寄り添う事が出来る看護師さんになって欲しいです。

## 2. 看護師としてのやりがい

元気になった患者さんが「ありがとう。また元気に会いに来るね」と笑顔で退院される時は本当に嬉しく、やりがいを感じます。

## ✧ 看護師を目指す高校生さんへ

看護師という仕事は命にかかわるといふ責任のある仕事です。大変な仕事ですが患者さんの笑顔に助けられる事もたくさんあり、本当にやりがいのある素晴らしい仕事だと思います。

皆さんと一緒に働く事ができる日を楽しみにしています。



介護医療院 おおみや葵の郷  
田波 五郎 師長

## 1. 新人看護師さんに求めること

たくさん覚えることあり毎日大変な中、人生で経験したことが、たくさんあると思います。「本当にこれであっている？」と、自分が提供する看護に悩むこともあると思います。悩むことは、とても大事なプロセスで、自分自身を成長させるチャンスです。悩んだ時、職場の先輩・同僚に遠慮なく話してみてください。一人で抱えず、相談できる力(=コミュニケーション)が新人看護師さんにとって大事な資質だと思います。

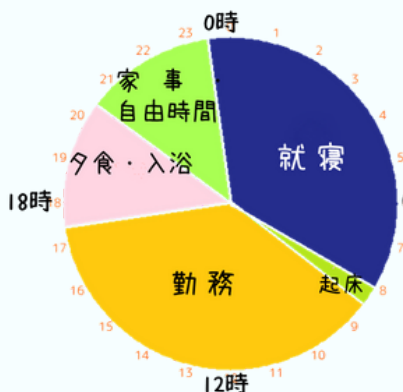
## 2. 看護師としてのやりがい

普段、高齢者のケアを行っています。時には、お亡くなりになれる方もおられます。その人が生きて来られた人生のラストステージに関われることは、何も変えがたい、とても貴重な体験です。看護師だからこそできることがあり、関われること事態が感謝し、そのことがやりがいに繋がっています。

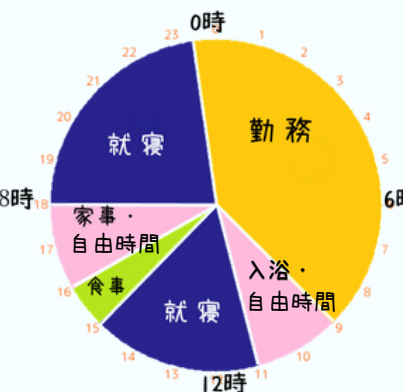
## ✧ 看護師を目指す高校生さんへ

「看護師になりたい！！」と看護師をめざし、頑張っている高校生の方の存在は、とても嬉しいです。一緒に働ける日が来ることを、現場でお待ちしております。

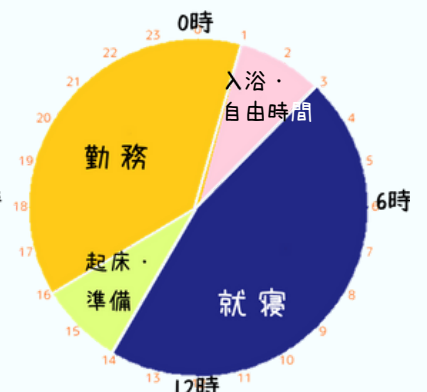
## 看護師の一日のスケジュール



日勤  
8時～17時



夜勤  
0時～9時



準夜勤  
16時～1時