

子育てと看護の両立

長尾 真奈美

私は二人目の子供が六か月の時に老人介護保険施設にパートとして就職しました。子供も小さく熱を出すことや、子供が入院し、続けて休むことも多々ありました。そんな時でも上司やスタッフに子供の心配をし

てもらえ、しっかりと子供の側に居る事ができました。

職場では、アットホームな環境で利用者様の看護ができます。

また利用者様のご家族が面会に来られた際には、施設での利用者様の過ごし方など気さくに情報交換できコミュニケーションがしっかりと図れる職場です。一人ひとりに合った看護を上司やスタッフと話し合い、共有することもできています。スタッ

フ同士も仲が良く気軽にどんな相談もできる環境にあります。

利用者様は、家とはちがった環境で不安な気持ちをもっておられるなど様々な方がおられますが、利用者様が気軽に話しかけてこられるような看護を私は心がけています。

その人にとって良いと思われる看護を行い、「ありがとう」と言っていたくすとすぐくやりがいを感じます。そして自分のモチベーションも上がります。就職して三人目を出産し仕事をしていくなかで、もっと利用者様との関わりを大事にしたいという思いが増してきました。そして、上司にも相談し、パートから正社員へ切り替えました。

正社員になってからは責任感も増え、毎日の仕事が楽しいと感じています。私は今、四人目の出産を十二月末に控えています。出産後も子育てと看護の仕事を両立し、仕事が楽しいと感じることが自己満足で終わらないように、利用者様が笑顔で日々楽しいと感じてもらえるように、これからも私らしい看護を提供していきたいと思っています。



「ありがとう」の言葉を胸に

仁宮 生知子

医療現場で働いていましたが出産後に、仕事との両立に不安があり、子育て中の看護師でも働きやすいと聞いた介護施設に就職しました。そして今年で早十四年目になります。

当初はデイサービスへ配属されたものの、医療とは違う介護現場に、日々戸惑い悩みながら目の前にある仕事をこなしていました。そんななか、利用者Kさんとの出会いによって看護師の仕事を見つめ直すきっかけとなりました。

Kさんは、体調面では拡張型心筋症を患い、身体に不安を感じられていたようですが、人情味に溢れる方でした。

デイサービスに来られると、私に

「胸の音を聞いてくれ」と言われ「今日もバッチリですね」と、お返しすると「ばっちりか、ありがとう」と握手を下さいます。そのやりとりがなんともいえず心地よかったことを覚えています。

よくKさんは「人間にとって安らぎが一番大切である」と口にされています。安らぎの対象は人によって異なるものの、Kさんとの日常のやりとりが私には安らぎであったと実感しています。

現在、私は特養で副主任として勤務しています。介護現場では看護を通して「安らぎ」を作っていくことが看護師に求められているとKさんのことを通じて思うようになりました。

た。

Kさんや今までお会いした方々と日々の出会いに感謝し、利用者さんと寄り添いあえる看護師を目指し、これからも温もりのある看護の輪を広げていければと思っています。



大切な思いと私の信念

原田 美由紀

便利さ、スピーディーを享受する反面、人の手のぬくもり、言葉の優しさ、眼差しの温かさが消えてしまっていると感じる現在。合理的、効率的にしか物事を考えないことが多いのではないだろうか。忙しい日々の生活の中で、忘れかけていること―それは、毎日の人々との関わりにおいて、相手にほほえみかけ、優しい言葉がけではないかと思えます。それは、一人の人間として扱われているという人間の尊厳。介護福祉施設の現場ではそれを相手に伝え、届けることができると感じていません。

私は、介護福祉施設では利用者様に、安心・安全と穏やかに、可能な

限り自宅での生活に近い環境を提供できるよう努めています。そして、辛かったこと、苦勞したこと、悔しい思いをしたこと、寂しい思いをしたこと、孤独感を味わったことなど、人生経験の豊かな人々に対し、残された人生を、感動の人生にしてもらいたいと思っています。

利用者の方々は人格を持った人として、暖かい看護を受けることで、「生きていて良かった」また最期に、「ありがとう」と感じていただける力を、看護は持っていると思います。そこには真の看護が、あると感じ、微力ではありますが、信念を持って日々働いています。

介護福祉施設の現場は、人を必要

としていることが多くあります。さまざまなことに、惑わされないように、しっかりと地に足をつけて、今後も努力し、利用者の皆様に信頼される看護に努めていきます。



一日一日を大切に

前原 智美

私は、病院勤務、診療所での往診などを経験した後、現在のデイサービスに勤務し五年が経ちました。初めは、医師がいない場所で働くことへの不安、看護師の役割の重さに心が折れそうでした。デイサービスの利用者様は、それぞれ病院も主治医も異なり、病状の把握をするだけでもひと苦労でした。デイサービスの看護師に何を望まれているのかもわかりませんでした。私は当初とにかく利用者様に声をかけ、病状や家族関係などの情報収集をし、キーパーソンとなる人とコミュニケーションを図りました。そして徐々に不安は解消されていきました。

私が今、心掛けていることは、「利

用者様本人や家族、ケアマネジャーとの情報交換を行い連携すること、病状が悪化する前に異常を発見し、重症化しないようにすることです。入院になるなどの状況を少しでも遅らせることができるよう支援助し、一日でも長く住み慣れた自宅で家族と一緒に過ごしてもらいたい。これが私の願いです。しかし、在宅介護は想像以上に大変で、継続していくには家族の悩みの解消、負担軽減も必要不可欠です。一人暮らしの方も多くなり、薬の自己管理も困難な状況の方も珍しくありません。どうすれば自宅での生活が長く続けられるのか自問自答しながらの日々です。

私は、デイサービスに来られる利用者様の一日が「楽しみな日」になつてもらいたい、笑顔で過ごしてほしい、そう思っています。病院では短期間しか関われない患者様、デイサービスでは長い間関われることが嬉しいのです。私の看護師としての役割は変わってきましたが、私はこの場所が好きです。これからも利用者様との一日一日を大切に笑顔で寄り添っていきたいです。

Team Hakawa Mission Possible

山野 裕枝

食事より酒好き、アルコール性認知症や脳の委縮が疑われる状態で、歩行困難となる。

やがて、幻視出現もあり、救急搬送され、急性気管支炎と低酸素血症で入院となった。

寝たきり状態となり、褥瘡発症した。そして褥瘡を抱えたまま我がチームに引き継がれた。

ファーストミッション……

◆褥瘡を治す◆

一日二回の処置・除圧・栄養に苦心する。水分が取れない。

「ノンアルコール持って来い!!」時々、病院の形成外科 Dr. に診てもらい、「日々、ガンバ!」の連続。

日々の努力が実り二か月後、希望の光が見え始め、なんと四か月後

―ミッションコンプリート!―

「家に帰りたい」すぐは

Impossible Case

セカンドミッション……

◆車椅子に座る◆

両下肢の拘縮は痛みを伴い彼は

「いやじゃあー」と拒絶する……そう

だ!アセスメントを確認だ。酒好き

と……将棋好きだ。

職員に将棋を指す者がいた。指す

為には車椅子に座らなければ……乗っ

たああああ!!しかも勝ったあああ

―ミッションコンプリート!―

サードミッション……

◆家に帰りたい◆

今年の五月晴れの日、彼は念願の外泊を果たした。帰荘後、彼は満面の笑みを浮かべ

「よーけ 呑んだあ!!」……何はともあれ

―ミッションコンプリート!―

Team Hakawa は祝杯の茶をすすった。

「例によって、君、若しくは君のメンバーが苦悩し或いは落ち込んで、当局は、一切関知するからそのつもりで……」

ミッションは続く……



特養の看護師として働く魅力

渡邊 範子

私は、看護師歴一八年の五十歳女性です。総合病院や開業医、地方の

病院で働くなか、腰椎椎間板ヘルニアになり、手術後に社会復帰しました。子育てに区切りがつく頃、高齢で病を発症した両親の介護と、十年前に自身が発症した難病により、医療現場を退くことになったのです。

両親の介護、看病、看取りを経験したことを思うと、今でも時々胸が痛みます。

自身の難病も、一つまた一つと増え、今では三つの難病を抱える体となっていました。最初に告知された時は、ああ私はもう二度と看護師ができない、長生きもできないと落胆しましたが、よい治療を受けたお蔭で、日常生活を取り戻すことが

できたのです。

諦めていた看護師を、もう一度やってみようと発起したのは、二年前でした。体力的に不安があったので、眼科クリニックに就職しました。

そこでの業務は患者さんとじっくり向き合えない物足りなさや違和感があり、次第にその思いは、強くなってきました。もっと人と触れ合い寄り添える職場で働きたい。そして私の看護師として働けるであろう残りの時間を考えると転職は今しかないと思い、クリニックを辞めました。そんな矢先、今の特養とご縁があったのです。建物は新しく開放的で、職員全員が笑顔で気持ちの良い挨拶を交わしており、とても好印象でした。面接の時、看護師長に「特

養は、経験豊富な方が良い」と言われ、持病を承知の上で採用して頂きました。本当に嬉しかったです。病院勤務しか経験のない私には、特養ならではの業務に戸惑いがありました。また動線が長く、私にとっては体力的にきつい状態でした。しかし人に寄り添い共に歩む看護が、ここ特養にあるのです。人が好きな私にとって、特養は最大の魅力です。「笑顔でありがとう」を心の糧に、私は、いつか働けなくなるその日まで、この特養で看護師として、利用者様に寄り添い、少しでもいい人生だったと思って頂けるように日々を大切にしていきたいと思えます。

研修会「介護・福祉施設看護の魅力-施設利用者に寄り添う看護とは-」の中で、 研修者の「介護福祉施設でのやりがい」についての意見

2019年10月4日・5日と、介護老人保健施設鶴見の太陽 副施設長 診療看護師 廣瀬福美先生を講師としてお招きし、研修会「介護・福祉施設看護の魅力-施設利用者に寄り添う看護とは-」を開催しました。他施設との情報交換ができ、共有できたことで有意義な研修でした。研修の中で、「介護福祉施設でのやりがい」について、沢山出た意見の一部を紹介します。

施設ならではの喜び

- 病院だと業務に追われていたが、ゆっくり、時間をかけて一人ひとり利用者に関われることが楽しくうれしい
- 日常生活にかかわる話で利用者様に合わせた会話ができる
- 密なコミュニケーションができ、ちょっとした変化に気づけ一貫した看護ができる
- 生活の場なので、普通の生活環境の中で、長いスパンで利用者に関わることができる
- つい疾患に目がいきがちであったが、特養では利用者のために何をしてあげればよいかと考えられるようになった
- ADLの向上が目に見えて楽しさを感じる
- レクリエーションも楽しみながら、業務を行っている。持ち芸が増え、利用者さんとの垣根を超えることができた
- 病院よりのびのび仕事ができる
- 病院と違って笑顔が多い・楽しい
- 病院で働いてきた知識を今使えてよかった



挿絵 作者：山川 美恵子

看取りを行って思うこと

- 家族が希望する看取りができた
- それぞれの職種と連携しながら、ご家族とも相談しながら、自然と亡くなっていくまでの経過をみて、看取りをすることができていることでやりがいを感じる
- 自然の死をめざし、充実している
- 酸素も点滴もせず、本人の好きなものを食べたりして最期を迎えることができる
- 何があっても、病院へ搬送していたが、看取りをし始めて、ゆっくりと関わりがもてる
- 看取りに力を入れており、協力病院や、多職種と協働し、共に学ぶことができる
- 介護の現場で、看取りまででき、看護職としてやりがいを感じながらステップアップできている
- 家族と多職種連携による看取りで、感謝の言葉をもらって、やりがいを感じた
- 看取りで最期まで関われる。家族に「最期良かった」と言われてよかった
- 利用者に寄り添い信頼関係を築き、ケアできることがやりがいにつながる
- 最期まで患者に寄り添え、看取ることができるとがよい
- 「施設にいてよかった」と言ってもらえ、やりがいを感じた

岡山県ナースセンター（看護職のための無料職業紹介所）

ナースセンターは、看護職のキャリアを支援します

＊キャリア支援から地域に必要な看護職確保まで＊

岡山県ナースセンターの紹介

岡山県ナースセンターは、「看護師等の人材確保の促進に関する法律」に基づき、岡山県知事の指定を受けて、岡山県看護協会が運営しています。看護職が誰でも就業の相談に行ったり、研修を受けることができます。ハローワークなどで移動相談を行うなど、地域内の看護職の皆さんが利用しやすい環境も整えています。

主な事業

- 看護職の無料紹介所
- 離職時等の届出制度に関する支援事業
- 復職のための相談・研修事業
- 「看護の心」普及事業

岡山県ナースセンターは、看護職の就業相談などを通して、看護職の皆様の結婚・出産・子育てなど、ライフステージに沿って復職・転職・スキルアップなど生涯にわたってサポートします。（相談内容や個人情報の守秘義務は厳守します）

岡山県ナースセンターの就業相談

無料職業紹介サイトeナースセンターを利用して看護職の相談員があなたに合った職場と一緒に探します。仕事上の悩み相談も受けています。

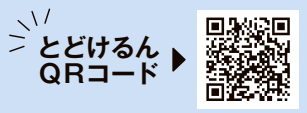
- 岡山県ナースセンターへ来所相談
…………… 月曜日～金曜日(9:00～16:00)
- ハローワークでの職業相談
ハローワーク岡山 …………… 毎週木曜日(13:00～16:00)
ハローワーク倉敷中央 …………… 第1火曜日(13:00～15:00)
ハローワーク津山 …………… 第1・3火曜日(9:30～12:00)
※令和2年4月より実施予定
- メール・電話で相談
- 岡山県各地域での移動相談・看護技術講習会
日程など詳細は、岡山県看護協会ホームページ・とどけるんなどでお知らせします。

【届出サイト とどけるん】介護職の離職時の届出

保健師・助産師・看護師・准看護師の免許を持ちながら、その仕事に就いていない方は、氏名や連絡先を、ナースセンターに届出(登録)しましょう。届出情報をもとに離職中の看護師とつながりを持ち、それぞれの状況に応じて、復職に向けた研修や無料職業紹介、相談員によるアドバイスなどの支援が得られます。

届出方法

- インターネット(パソコン・スマートフォン→右記QRコード)
- 書面での提出(ナースセンターに問い合わせ)
- 勤め先の病院で代行届出



<https://todokerun.nurse-center.net/todokerun/>

step1
「とどけるん」に登録・ログインする

ログインはこちらから

新規登録はこちらから

step2
eナースセンターへ登録する

求人検索等お仕さがしには、eナースセンターへの登録が必要です。
*「とどけるん」の下記画面にて、「希望する」にチェックを入れると、eナースセンターに自動的に登録できます。

ナースセンターが行う無料職業紹介事業 (eナースセンター) への登録を希望しますか
*既にeナースセンターにご登録の方は「希望する」を選択してください

希望する 希望しない 詳しい説明を聞きたい

求人情報・岡山県ナースセンターからの情報を閲覧する
「とどけるん」では、求人情報や講習会、イベント情報などお仕さがしに役立つ情報を提供しています。

Q&A

- Q 定年退職ですが、届け出しは必要ですか？
- A 法律上、年齢による制限はありませんので、届け出ていただくこととなります。
- Q 看護師の仕事を辞めて十数年経ちますが、届け出なければいけませんか？
- A 現時点において 看護の仕事をしていない場合、届出の対象者となります。ナースセンターでは個々の事情も配慮した上で、看護師等の免許が活かせるよう支援してまいります。
- Q 今の病院は来月辞める予定なのですが、次の就職先の病院は決まっています。その場合も届け出なければいけないのでしょうか？
- A 法律上、「病院等を離職した場合」に届け出ることとされていますので、次の就職先が決まっている場合であっても、届出の対象となります。その場合、届出内容の「就業に関する状況」において「就業中・就業予定(看護師等)」として届け出ていただくこととなります。

無料職業紹介サイト

【eナースセンター】TOPページデザインが見やすく 検索機能がさらに充実します

<https://www.nurse-center.net/nccs/>



eナースセンター
QRコード



よく似た名前の職業紹介サイトに気を付けて岡山県看護協会HPから「eナースセンター」へ

- 特設求人や日本地図によるエリア検索を使用し、求人票の一部情報が閲覧できる。
- 求人検索機能を拡充し「復職・ブランクOK」や「60歳以上歓迎」など求人の特色から検索できる。

eナースセンターは、看護職が利用する無料の求職・求人サイトです。就業先を探す看護職や人材を求める医療機関などがサイトに利用登録すると、求人施設・求職者を探すことが出来ます。

- 就業相談会の案内など、就業に役立つ情報も掲載しています。
- eナースセンターは、2020年4月にリニューアルを予定しています。(上記画面イメージ)
- 登録は次のいずれかで：インターネット（パソコン・スマートフォン→上記QRコード）
ナースセンターへ来所

【ナースストリート】看護職の多様なキャリアと 働き方支援サイト

<https://nurse-st.jp>



ナースストリート
QRコード



看護職が、自身のライフサイクルやライフスタイルに合わせた柔軟な働き方を選択しキャリアの継続や新たなキャリア形成につなげていくための情報を提供しています。「働く場」「ライフステージに応じた働き方」の2種類でチェックできます

「働く場」では、「病院・診療所」「看護教育の場」「生活を支える場」などで、それぞれに、看護職の活躍が、期待される仕事内容や一日の流れ、その場所で働く看護職のエピソードを掲載しています。「ライフステージに応じた働き方」では、「妊娠・出産を迎えた方」「ブランクを経て働く」など、ライフステージに応じた働き方のエピソードなど紹介しています

復職のための講習会・研修会

職場復帰に向けて最新の看護の知識や技術を講義や演習を通してを学べます。受講料は無料です。

●看護技術に不安がある人

令和2年度 職場復帰のための看護技術講習会

研修日時: 毎月第1金曜日と第3金曜日 9:30~15:45
(ただし、4月と1月は第3金曜日のみ、8月と12月は第1金曜日のみ)

研修場所: 岡山県看護研修センター

	日 時	内 容 (講義と演習)	定 員
第1 金曜日	5月、8月、11月、3月	フィジカルアセスメント、急変時の対応(AEDの使用含)	15人
	6月	看護の動向、看護倫理、薬剤の知識、認知症高齢者の看護	30人
	9月、12月	最近の医療と看護の役割、看護記録、リスクマネジメント、感染管理	30人
	7月、10月、2月	スキンケア(褥瘡・ストーマ含)、経管栄養法、体位変換、移乗	15人
第3 金曜日	毎月 (8月と12月除く)	注射、採血、輸液・シリンジポンプの取扱い、吸引処置、口腔ケア、心電図のとり方、導尿、意見交換会	15人

●地域での看護を目指したい人

訪問看護師養成講習会 開催/5月~9月 週2回程度 合計30日間

【eラーニングの受講・集合研修と実習を主とした研修】

講義
演習

在宅における看護、ケアプロセス、緩和ケア、
フィジカルアセスメント、リハビリテーション 他

実習

訪問看護ステーション、病院(合計5日間)

●子育てナース職場復帰支援

講習会参加者時に一時保育を利用される方に、保育料の助成を行っています。

※お問い合わせは 公益財団法人 岡山県看護協会 岡山県ナースセンターまで

「介護・福祉施設で働く看護職のエピソード」集を発行するに当たり、ご協力賜りました皆様により感謝申し上げます。

平成29年度からの看護職の介護施設等への就業支援事業に携わった期間、多くの施設関係者の方にご協力を賜りましたこと深く感謝申し上げます。今後も、公益社団法人岡山県看護協会岡山県ナースセンターで看護職の介護施設等への就業支援を継続させていただき所存です。宜しくお願い申し上げます。

多くの方に、介護・福祉施設の看護の役割とやりがいについて広く皆様にご知っていただくことを目的に、エピソード集作りをしてみました。介護・福祉施設では、病院とは違った生活の場の支援で、戸惑いながらも、やりがいを感じた多くの看護師さんの声を一部ですが、お届けできたのではないかと考えております。

編集に当たり至らないことも多々ありましたが、皆様のご協力もあり無事発行することができました。誠にありがとうございました。

編集委員より