

# 先輩看護職からのメッセージ

## 保健師

Public health nurse



なかむら かずと  
**中村 和人**

倉敷市保健所  
倉敷保健推進室  
入職 2年目



地域に住む方の健康を守り・つくる  
その人らしい生活を目指して

私は、中核市保健所の行政保健師として勤務しています。いまは、担当学区を持ち、住民に身近な存在として、赤ちゃんから高齢者まで年代は問わず、不安や精神的にしんどさを抱えている方やご家族の健康相談を受けています。それ以外にも健やかな育ちをサポートするための幼児健康診査や、疾病の早期発見のための健康診査、予防や健康づくりのための啓発活動など、幅広い活動を行っています。

啓発活動については、保健師だけで推し進めるのではなく、住民の方の意見を活かし、わかりやすい内容で、健康意識を高めるきっかけとなるような働きかけを繰り返し行っています。

これからも住民の方々地域でその人らしい生活を送れるような働きかけと「相談できてよかった」と思っていただけるよう、日々努力を重ねていきたいと思っています。

### おやこ手帳 (母子手帳)の交付

これから妊娠・出産・子育てを迎える妊婦さんにお会いする初めての場です。安心して赤ちゃんを迎え、育むことが出来るよう寄り添いながら子育て支援のスタートです。最近は一緒に来所する育メンも増えています。

### 健康教育

健康について少しでも多く地域の方に興味を持って取り組んでもらえるよう、テーマを考えたり、啓発方法を工夫しています。地域の方の反応は正直なので、一方的な指導にならないよう「楽しく健康づくり」をモットーに行っています。



# 先輩看護職からのメッセージ

## 助産師

Midwife



ただ 有花  
た だ ゆう か  
多 田 有 花

川崎医科大学附属病院  
入職 2年目



助産師を目指しています  
母子やその家族に安心感を与えられる

私は産婦人科病棟で助産師として働いています。妊娠期から産褥期に至るまで様々なライフステージにある方のサポートを行っています。私が働く病院は地域周産期母子医療センターの役割を担っているため、合併症を抱えた妊産褥婦の看護も行います。お産の介助だけでなく、産後は退院後を見据えた育児指導を行っています。自宅に帰ってから安心して生活ができるよう家族を交えて支援をしています。

周産期という緊急性が高い現場で働くことはとても緊張感がありますが、母子ともに2つの命を支える仕事にとってもやりがいを感じています。また、笑顔で退院されていく姿をみた時、なにものにも変えられない喜びがあります。母子やその家族に寄り添い、安心感を与えられる助産師を目指して日々頑張っています。

### 分娩介助

お産は刻一刻と状態が変化するため広い視点で対象者を捉えることを大切にしています。リスクの高いお産の介助を行うこともあるので、安全なお産にできるように医師とも協同してサポートしています。

### 2週間健診

退院後の赤ちゃんの体重変化や、育児でも不安や疑問などのお母さんの気持ちの変化について観察を行います。入院中の受け持ち助産師が担当し、一人ひとりに合わせた支援を行っています。



## 先輩看護職からのメッセージ

看護師

Nurse



ま なべ み ゆ  
真鍋 美優

岡山済生会外来センター病院  
入職 5年目



患者さんが病気や傷と向き合いながら生活することを支えます

私は、形成外科外来に所属しています。形成外来では、主に創傷処置に来院される患者さんが多く、医師と連携して患者さんの個別性に合わせた処置や、療養支援を行うよう関わっています。異常や創傷のある場所が外観上目立つ場合や、自己処置や長期的な処置が必要となる場合には、心理的な負担も少なくありません。そのため、患者さんが病気を受容して治療を続けられるように介入を行い、日々変化する患者さんの状態を把握しながら看護を行うことを心がけています。

また、必要時には他科との連携や訪問看護などのサービス導入を検討するなど、多方面で患者さんを支える方法を提示して、患者さんが自分の病気や傷と向き合いながら生活していけるようにサポートしています。

### 診察の介助

外来看護は創傷処置、患者さんへの手術の案内、医療レーザーの介助など多岐にわたります。患者さんと関わる時間が限られているなかでも、患者さんの声に耳を傾けて、気持ちに寄り添った看護が行えるように心がけています。

### 処置方法の説明

医師と相談しながら、その都度患者さんに合った薬剤や処置の方法を確認して指導を行っています。自己処置が必要な方には、どのような処置なら適切に継続して行えるのかなど、時には家族を含めてサポートしています。





# 先輩看護職からのメッセージ

## 看護師

Nurse



まつだ しゅういち  
松田 修一

岡山大学病院  
入職 7年目



救急の現場でも患者や家族が  
安心できるような  
あたたかい看護を心がけています

当院は県内に2施設ある高度救命救急センターのうちの1施設となっており、当部署では救急搬送された患者の救急外来での初療、その後のICU管理を行っています。当院には小児から高齢者まで多種多様な疾患を持つ患者が搬送されてきます。幅広く深い知識が必要のため日々学習の毎日ですが、自分が学習した分、患者の回復に貢献できる要素は大きいと感じます。

突然の怪我や入院で大変な思いをされているはずの患者から「ありがとう」の言葉を聞くことも、やりがいにつながっています。

「救命救急」や「集中治療」という領域は「どこかこわい場所」というようなイメージがあると思いますが、一人ひとりの患者とより深く関われるむしろあたたかい場所だとも思います。

### 救急外来初期診療

救急外来における初期診療の場面です。搬送件数は年間5,000件程度であり、軽症から重症まで様々な疾患の患者が搬送されてきます。慌ただしい現場ですが、常に周囲のスタッフとの声かけを心がけています。

### ICUで理学療法士と

ICUで理学療法士と一緒に患者のリハビリをしている場面です。重症かつ複雑な病態に対して、医師・薬剤師・リハビリ・臨床工学技士・栄養士などの多職種と協働して、患者の回復への援助を行っています。



# 先輩看護職からのメッセージ

## 訪問看護師

Home Health Nurse



おだ ちあき  
小田 千晶

訪問看護ステーション  
ママック城東  
入職 4年目



「生活を支える看護」に携わりたい  
病気だけでなく

訪問看護では、在宅や施設で治療・療養されている方の健康管理や医療処置、清潔のケア、排便ケア、24時間の緊急対応などを担っています。病気や障害を持った方が住み慣れた我が家で、どう暮らすか・どう生きるかを支える看護だとやりがいを感じています。また人生の最期の時間を在宅で過ごされる方へのターミナルケアも行います。その方やご家族の希望を少しでも実現できるよう、苦痛なく・安心して最期の時間を過ごすことができるよう、思いを聞きながら寄り添った看護を心がけています。

在宅療養の中でうまくいくことばかりではありませんが、相談に乗りながら『一緒に考えていく』ことは訪問看護の醍醐味だと感じています。

### 車で訪問先へ

1日4~6件の訪問を行います。初めての訪問先では道に迷うこともあります。事前に地図で確認してから出発します。常に安全運転を心がけています。

### ストーマケア

治療の影響や高齢など、ご自分での管理が難しい方のストーマ装具の交換も行います。交換時のストーマの状態だけでなく、普段の姿勢やヘルニア・しわの状態など、常にアセスメントを行いながら実施しています。

