

## 先輩看護職からのメッセージ

## 保健師

Public health nurse



まつだ りな  
松田 莉奈

岡山市保健所  
北区北保健センター  
入職 4年目



地域で生活する  
住民一人ひとりの健康を支える  
「伴走者」を目指しています

私は政令指定都市保健所の行政保健師として勤務しています。私たち保健師は、地域で生活する赤ちゃんから高齢者まで、あらゆる世代の健康課題に向き合い、住民一人ひとりの生活背景に寄り添いながら支援を行っています。赤ちゃんのいる家庭への訪問や幼児健康診査といった母子保健事業、健康づくり教室といった健康増進事業の実施など、活動は多岐に渡ります。時には医療機関や福祉、学校園などの様々な職種の方とも連携し、対象者の生活がより良い方向へ向かうよう必要な資源に繋ぐことも大切な役割です。住民の方々と顔馴染みになり、笑顔や元気な姿に出会えることがこの仕事の大きなやりがいだと思っています。困ったことがあれば気軽に「相談してみよう」と思っただけのような地域の身近な存在となれるよう、日々頑張っています。

### 妊娠届出時の面接

窓口では妊婦さんやご家族の思いを受け止めながら、子育て支援の制度やサービス、健康管理についてお伝えしています。安心して出産・育児を迎えていただくために、温かく寄り添いながら支援するよう心がけています。

### 育児相談

発育・発達と一緒にチェックし、離乳食など子育ての悩みや不安をお聞きしながら、保護者の方と一緒に対応を考えます。お子さんの成長や子育ての楽しさ・喜びを感じてもらえる場所になってほしいという思いで、温かい雰囲気づくりをしています。



## 先輩看護職からのメッセージ

## 助産師

Midwife



やま した か な  
山下 華奈

倉敷成人病センター  
入職 4年目



産婦さんと家族の心に寄り添い  
温かいお産になることを目指しています

私は、中四国で最も分娩件数が多い急性期病院で助産師として働いています。「分娩」という重要なライフステージに関わることができるのが助産師の魅力のひとつです。妊娠期には分娩までの身体作りを一緒に考え、分娩期には、産婦やご家族が思い描く理想の分娩となるように身体的にも精神的にもサポートできるよう心がけています。分娩後は、退院後の生活を見据えて母子やご家族に合わせた育児指導を行うようにしています。

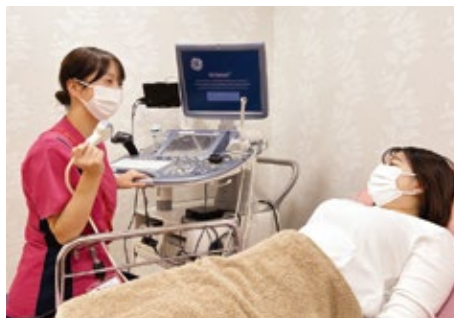
分娩経過は一人一人異なり、緊急対応が必要な場面もあるため常に緊張感があります。しかし産まれてきた赤ちゃんが元気な産声をあげてくれ、産婦の胸に抱かれるときの産婦とご家族の幸せな笑顔に、私は助産師としてのやりがいを感じています。大変なこともありますが、産婦の伴走者として分娩を支えられることが助産師としての醍醐味だと思います。

### 分娩介助

産婦が安楽に過ごせるように体勢を整え、マッサージや足浴、アロマ等を用いて、リラックスして過ごせるようにしています。思うように分娩が進まない時には、精神的にも疲労が増してくるので、精神的なサポートも行なえるよう心がけています。

### 院内助産

より自然な分娩を目指した院内助産にも取り組んでいます。担当の助産師が継続して妊婦に関わり、妊娠中から分娩までをサポートします。妊娠中から深く関わってきた方が分娩をされる時には、私たち助産師はより一層熱い気持ちで分娩に臨んでいます。



## 先輩看護職からのメッセージ

## 看護師

Nurse



なら ざき り な  
 榑崎 莉那

倉敷中央病院  
 入職 5年目



不安を和らげ  
 命を支える手術室の看護

私は、手術センターで働いています。手術室看護師の仕事とは?と思うと思いますが、患者さんのために大切な役割を担っています。手術が安全に進むように器械を準備したり、環境を整えたりするのは看護師の仕事です。手術中は医師のサポートをしたり、患者さんの体の変化を観察したりします。また、手術前には不安そうな患者さんの手を握って声をかけたりします。患者さんにとって手術はとても大きな出来事です。その時間を少しでも安心して過ごせるように支えることが、看護師の大切な役割です。手術が無事に終わり、患者さんが元気に回復していく姿を見ると、この仕事を選んで良かったと心から感じます。これからも成長し続け、安全な看護を届けたいです。

### 外回り

外回り看護師として、手術前にチームで「タイムアウト」を行う場面です。患者情報や手術内容を情報共有し、安全な医療を支える重要な役割を担っています。

### 器械出し

手術室で器械出しを担当する看護師の場面です。チームの一員として、清潔操作を守りながら医師をサポートし、安全で確実な手術を支えています。



## 先輩看護職からのメッセージ

## 看護師

Nurse



おかだ ゆう  
岡田 悠

津山第一病院  
入職 5年目



自分や家族が受けたいと思う看護を  
安心した入院生活を送るために

私は急性期病棟で、手術を控える患者さんから重症な方まで、さまざまな方の周術期管理を行なっています。入院中は、手術や検査、病状の変化に不安を感じる患者さんやご家族も多くいらっしゃいます。そのため、できる限り時間をとり、具体的で丁寧な説明を心がけています。

「安心しました。」「聞いてよかった。」と言っていただける瞬間に、看護師としてのやりがいを感じます。不安を少しでも軽減し、安心して治療に向き合えるよう支援することが私の目標です。患者さんだけでなくご家族にも寄り添い、「この看護師で良かった」と思ってもらえるような看護師を目指しています。

### 患者のベッドサイドで

患者さんのベッドサイドで記録をしている場面です。重症な方は安全確認や状態観察のために、観察と記録を並行して行うことがあります。同時にセル看護も行っています。

### 日勤での検温風景

1日に3回以上検温を行い、患者さんの異常の早期発見に努めます。意思疎通が図ることが難しい方ほど、慎重に時間をかけて行うよう心がけています。



## 先輩看護職からのメッセージ

## 訪問看護師

Home Health Nurse

Message  
NO.5

はま せ  
濱瀬 みづき

訪問看護ステーションくろかみ  
入職 2年目



「その人らしい暮らし」を支えたい  
生活と医療、両方の視点から

訪問看護では、状態観察、医療的処置、清潔ケア、排泄ケア等を行い、対象者が疾患を抱えながらも安心して生活できるように支援しています。在宅生活をできるだけ長く継続できるよう、予防的な介入も重要です。また、ご本人だけでなく、ご家族等介護者への体調確認や声掛けなどの支援も大事にしながら関わっています。ケアを実施する際は、自宅にある物品を工夫して使用したり、訪問した時の状態に合わせてケアを変更するなどの柔軟性が必要です。同じケアでも、その方に合わせた方法を考えて実施できることが魅力であると感じています。新卒で訪問看護師となり、まだまだ経験や技術が足りずうまくいかないことも多くありますが、利用者の方に「来てくれてうれしい」と言ってもらえることがやる気につながっています。

### 他職種との連携

同じ利用者さんに関わる他職種と、電話や対面等でこまめに情報共有を行うことも大切です。訪問時の様子や状態の変化などを伝えたり、聞いたりして必要なケアを考えます。専門職に助言をいただくこともあります。

### ベッド上入浴他

当ステーションの特徴的なケアとしてベッド上入浴があります。寝たきりで動くことが難しい方でも、ベッドに寝たままですべて安全に、気持ちよく入浴することができます。全身状態を観察したり、体調に気を配りながら実施しています。

