

The nurse

The nurse
is Happy!!

石川県健康福祉部医療対策課

石川県金沢市鞍月1丁目1番地

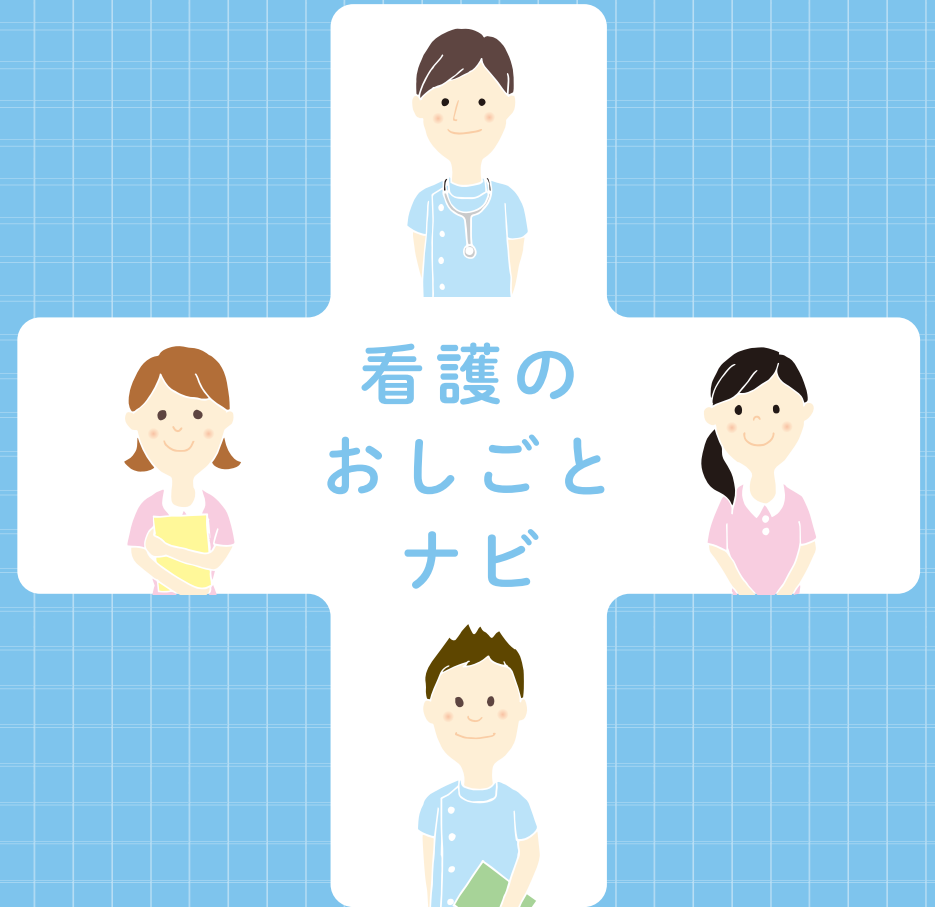
TEL. 076-225-1431

FAX. 076-225-1434

Email e150900a@pref.ishikawa.lg.jp

<http://www.pref.ishikawa.lg.jp/iryuu/kangoshikakuho/>

平成26年1月発行 ※このパンフレットの文章・写真の無断転載を禁じます。

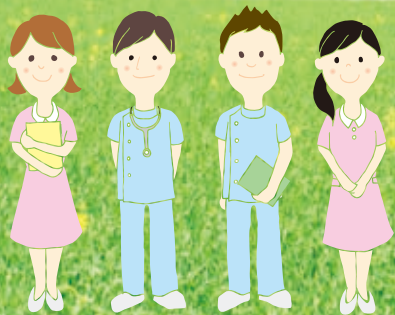


is Happy!!

Happyがいっぱい、 看護のおしごと。

看護の仕事は、
世の中すべての人の体と心をケアする大切な仕事です。
時として大変なことやつらいこともあるけれど
看護職でなければ体験できないことがもりたくさん。
人の役に立てるといふ「喜び」。
患者さんの笑顔が戻ったときの「嬉しさ」。
大変なことだからこそ感じる「やりがい」。
いずれも「Happy」な気持ちをもたらします。

この冊子は、そんなHappyな看護の魅力を
あなたに届けてくれるでしょう。



患者さんの
満面の笑顔が
大好き。
P21

笑顔
を
いっぱい
届けたい。
P25

「ありがとう」が、
ずっしり心に
響きます。
P23

さまざまなことに
挑戦ができる。
P13

「ありがとう」を
もらうたびに、
もっと頑張ろう
と思える。
P27

現場で得た
情報が、
世界に広がる。
P14

痛みや喜びを
分かち合える
看護師が目標。
P19

素敵な
出会いが
いっぱい。
P20

看護の力に秘める、
大きな可能性。
P15

患者さんから、
仕事のすばらしさを
教えてもらった。
P17

私を勇気づける、
「ありがとう」の言葉。
P18

人に愛を
与えられる仕事。
P16

喜び
is
Happy

嬉しさ
is
Happy

やりがい
is
Happy

The nurse is Happy!!

YES or NO に答えて

診断!

あなたはどんなタイプ?

〇〇系看護師診断

The nurse is Happy!!

START

下の質問にYES → ・NO → で進んでみてね!

映画を見るなら
コメディよりも
ファンタジーが好きだ。

人ごみのなかでも、
困っている人がいたら
声をかける勇気がある。

正しいと思うことは
最後まで
やり遂げる方だ。

正義感の強いあなたは…

頼れるリーダー系
看護師さん

まじめで正義感あふれるあなたは、みんなを引っ張るリーダーになれるでしょう。チームのまとめ役として頼られるはず!



数字を覚えるより、
人の名前を覚える方が
得意だ。

何事も予定通り
いかないとな
不安になる方だ。

自分の意見を
しっかり頭で考えてから
話すことができる方だ。

世話好きなあなたは…

ほんわか癒し系
看護師さん

聞き上手なあなたは、仲間や患者さんに愛される存在となるはず。優しい笑顔と声掛けて、患者さんに安らぎを与えられるでしょう。



人にほめられると
照れる方だ。

失敗した時には、
その原因を考える
ようにしている。

誰の話でもていねいに
聞いて受け止める
ことができる。

じっくり考えるあなたは…

冷静なクール系
看護師さん

しっかりと自分の考えを持ってものごとを判断するあなたは、看護の専門性を高め、キャリアを積んでいくのがオススメ。



雑誌を読む時は
最初のページから
順番に読む方だ。

休みの日には、
1人で過ごすより大勢で
過ごす方が好きだ。

嫌なことがあっても
一晩寝たら気持ちを
切り替えることができる。

前向きなあなたは…

元気なパワフル系
看護師さん

いつも前向きにものごとに取り組むあなたは、患者さんに元気を与える存在となるでしょう。明るい笑顔で人気者になるはず!



看護職ってどんな仕事？



そもそも「看護職」ってなんだろう？

「看護職」とは、保健師、助産師、看護師、准看護師のこと。幅広い分野で人々に寄り添い、健康を守っています。患者さんに一番近い距離で仕事をするため、体のことだけではなく、心や生活状況もふまえた上で、どのようなケアが必要なのか見抜かなければいけません。

そのため、これらの仕事に就く素質があるのは普段から人に関心を持っている人。これからいろんな経験を通して、自身のコミュニケーションの引き出しを増やしていくことが大切です。

看護職として働くためには、まず看護の勉強ができる学校に入り、必要な専門知識を勉強し、卒業後に看護師国家試験に合格する必要があります。

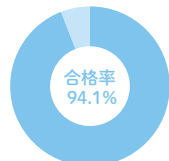
年に1回行われるこの国家試験は、毎年5万人以上が受験し、その合格率は例年90%前後。看護の学校でしっかり勉強して試験にぞむことが夢に近づく方法です。



男性看護師もたくさん活躍しています

人の体と心を
支えます

看護師は
「国家資格」です



■看護師国家試験合格率 (第102回看護師国家試験)



やりがいの
ある仕事です！

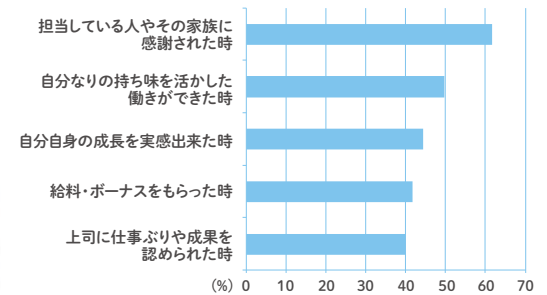
一生使える
資格です！



看護職の魅力に迫る！

時として命に関わる現場にも立ち会うなど、大変なことやつらいこともあります。患者さんの役に立ち、喜んでもらえることは、看護師ならではの。だからこそやりがいがある仕事です。

■看護師の魅力を感じる時はいつですか？



(現役看護師700人を対象としたインターネットリサーチ 2010年)

看護師は国家試験に合格すれば、更新する必要のない一生有効な資格。そのため一度仕事を辞めても、看護師として復帰することが可能です。資格とキャリアがあれば、さまざまな働き方ができるのも魅力です。

たとえばこんな未来！

長年の夢だった看護師に！

病院で働いて知識と経験値UP!

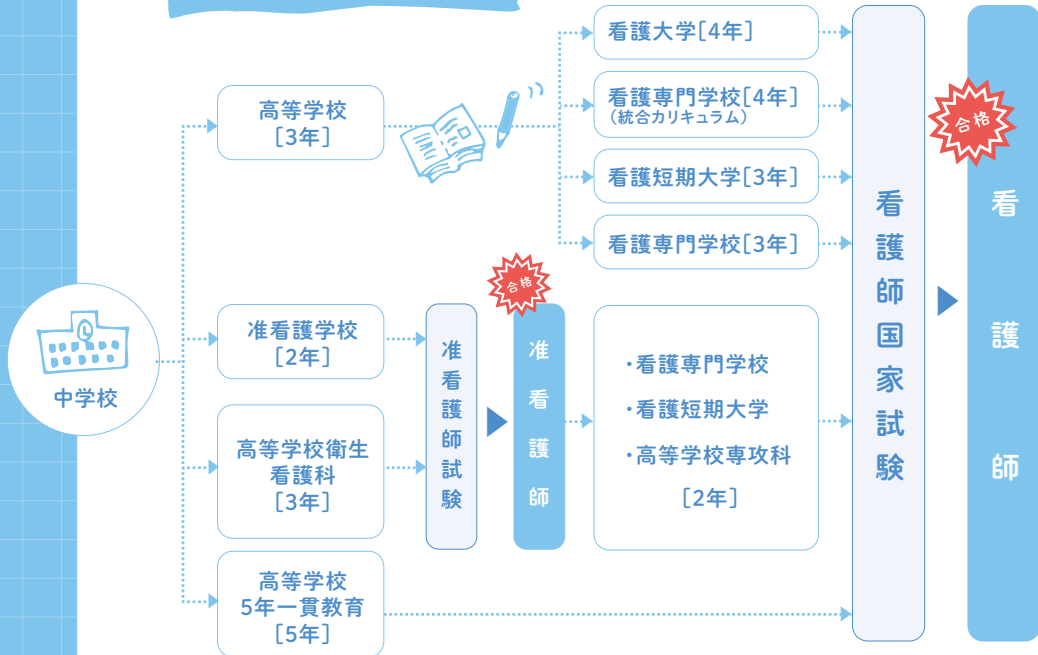
結婚・出産で少しお休み。

夜勤のない職場に復帰。仕事と子育ての両立!

子どもが大きくなり、夜勤もこなすように。

看護師にはどうやってなるの？

資格取得までのコース



看護職、その未来

キャリアアップやステップアップができる仕事です！

看護職は、自分がやりたいことをめざして、どんどん進んでいくことができる仕事。病院の中でリーダーの役割を担ったり、特定の分野におけるスペシャリストをめざす人もいます。

他にも、助産師や保健師などプラスαの資格を取得して他分野へ挑戦したり、看護師を育成する養成施設の教員になったりなど、幅広い活躍が期待できます。

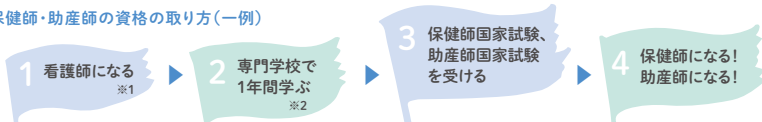


看護師プラスαの資格

保健師・助産師になる！

看護師の資格を取得すると、それをベースにしてとることのできる資格がたくさんあります。代表的なものが「保健師」と「助産師」(▶CHECK! P9)で、これらは看護師国家試験に合格しなければ取得できません。プラスαの資格を得て、新たな可能性を広げましょう。

●保健師・助産師の資格の取り方(一例)



※1 大学によっては、4年間の在学中に保健師または助産師の選択ができます。 ※2 大学などで1～2年間学ぶという選択肢もあります。

看護職クエスチョン

Q. 准看護師と看護師の違いは？

A. 仕事上の違いはほぼありません、待遇などの面でハンデがあります。

准看護師は、看護師の補佐をする立場にあり、医師や看護師の指示を受けて仕事を行います。しかし仕事内容は、看護師とさほど変わらないことが多いのが現状。それに関わらず、給与や待遇、キャリアアップの面で低く抑えられるといったハンデがあります。

どんどん広がる、活躍の場




実際のお仕事は？ どこで働くの？

ここでは看護職の仕事内容と、実際どのような場所で働いているのか、その一部をご紹介します。




看護師のしごと

医師が行う診療や治療の補助、病気をした方の療養上の世話などを行います。また、患者さんやその家族の不安を取り除き、心のケアをしていく役割も担っています。

- ＋ 働く場 ＋
- 医療機関（病院・診療所）
 - 訪問看護ステーション
 - 介護保健施設
 - 保育所
 - 看護師養成施設
 - 企業など
- 


保健師のしごと

赤ちゃんからお年寄りまで、地域の人々が健康な生活を送れるように、健康相談や健康づくりのための指導を行います。

- ＋ 働く場 ＋
- 行政機関（市町・保健所）
 - 学校
 - 福祉施設
 - 企業の健康管理室
 - 医療機関（病院・診療所）など
- 

助産師のしごと

出産時の介助のほか、妊娠から出産までの保健指導やアドバイス、母子の産後のケアまで行います。ほかにも育児相談や女性の生涯にわたる健康問題に関わります。

- ＋ 働く場 ＋
- 医療機関（病院・診療所）
 - 助産院（独立開業できます）
 - 行政機関（市町・保健所）など
- 

看護職が働く、たくさんの職場

病院や診療所などの医療現場だけが活躍の場ではありません。福祉施設、保育所のような社会福祉の分野、保健所のような保健の分野など、さまざまな分野で働いています。



Q1



どのような人が
看護師に向いて
いますか?

ANSWER

患者さんのお世話をする際、表情や言葉から体調や心の状況を見極め、看護の提供を行います。また、看護はチームで行うもの。周りと協力していく上でも、周囲との意志の疎通は大変重要となります。「人」と気持ちを共有することが欠かせないので、人に関心を持ち、相手の立場で物事を考えられる人が向いていると言えます。

ANSWER

勤務時間中は、患者さんのケアなど日常の業務以外にも緊急事態が突発的に起こることもあり、時間の確保が難しいこともしばしば。しかし休日は、不定期といえどもきっちり振り分けられるので、ときには平日の昼間にお休みして、ショッピングや観光など空いている中でゆっくりと満喫することができます。

Q2

夜勤など、仕事が
忙しそうに感じます。
ゆっくり過ごせる
自分の時間は
あるのでしょうか?



ANSWER

いろいろありますが、その中でも相手の話を最後までしっかり聞くことと笑顔がポイントでしょう。すべての人が同じ方法で必ずしも良いコミュニケーションを取れるわけではありませんが、自分が目標とする人を見つけて自身のコミュニケーションの参考にすることをオススメします。

Q3



患者さんとの
コミュニケーションが
難しそう。
うまくやるポイント
はありますか?

学ぶ場 学ぶ人



看護師の資格をとるためには、看護師等養成施設に通わなければいけません。学びの内容や学校の雰囲気など、石川県内にある看護師等養成施設に現在通っている先輩方や、指導する立場にある先生方からお話を聞きました。

《石川県内の看護師等養成施設》

- 金沢大学医薬保健学域保健学類看護学専攻
- 金沢看護専門学校
- 金沢医科大学看護学部
- 七尾看護専門学校
- 石川県立看護大学
- 加賀看護学校
- 石川県立田鶴浜高等学校衛生看護科
- 石川県立総合看護専門学校
- 金沢医療センター附属金沢看護学校
- 金沢医療技術専門学校看護学科
- こまつ看護学校
- 小松市医師会附属小松准看護学院

※P29に各施設のデータ一覧があります。



『保健師は、暮らしを見まもる看護職です。』

一人ひとりから地域全体まで。
保健師のフィールドは広い。



金沢大学医薬保健研究域保健学系看護科学領域助教 市森 明恵さん
2003年金沢大学医学部保健学科看護学専攻卒業後、保健師として活躍。2008年現職に就き、2011年金沢大学大学院医学系研究科保健学専攻博士前期課程修了

大学で保健師を育てています。保健師は病気の人のケアではなく、ふだんの生活の健康を守る看護職です。祖母が看護師、母が公務員という環境に育ったせいか、毎日の暮らしに密着した保健の仕事がしたいと思うようになり、大学卒業後は地元の自治体で保健師として活動。その後大学の教員になりました。保健師が活躍できる場は広く、出産直後の母親を家庭訪問して赤ちゃんの発育をお母さんと一緒に確認し育児相談をすることもあれば、自宅にこもりがちな高齢者に対して生き生き過ごせる場を提供する企画なども行います。住民一人ひとりへのきめ細かな目配りから地域全体を見渡した大きな施策まで、さまざま

な挑戦ができるやりがいの大きい仕事です。看護師も同様ですが、保健師になるには知識や技術だけでなく、相手が何を考え、何に困っているかを探り出す力が欠かせません。友達関係を大切にし、いろんな世代の人と交流する機会を持つ、自分の思いを適切な言葉で表現する、たくさん本を読むといったことを日頃から心がけるとよいと思います。

＊ MY HAPPY IS... ＊
1年生のときは自分の思いをうまく話せなかった学生も、4年生になると人前で堂々と話せるようになる。すばらしい成長にいつも驚かされます。そんな学生たちと過ごす毎日が、ほんとうにHAPPY。

SCHOOL DATA 金沢大学医薬保健学域保健学類看護学専攻
〒920-0942 金沢市小立野5丁目11-80 TEL.076-265-2500 FAX.076-234-4351
URL: <http://mhs3.mp.kanazawa-u.ac.jp/>



『自分で切り拓けば、世界はもっと広がる。』

病院の看護師だけが看護師じゃない。
専門性を高めて新たな世界へ。



金沢医科大学成人看護学教授 紺家 千津子さん
1986年金沢大学医療技術短期大学部看護学科卒業後、大学病院にて看護師として勤務。その後「皮膚・排泄ケア分野認定看護師」となり2010年、現職に就く

看護師と聞くとまず思い浮かべるのが病院の看護師ですね。でも実際には保健師や養護教諭、企業の研究職、私のような大学教員など働く場はさまざまです。また、看護自体も専門性が求められるようになり、認定看護師や専門看護師といった専門的な知識・技術を身につけた看護師が増えています。私の専門は「皮膚・排泄ケア」。人工肛門や床ずれなどで損傷した皮膚を健康にするケアを研究しています。大学病院でずっと看護師をしていたのですが、恩師でもある先輩看護師が資格を得て活躍する姿を見て、私には患者さんの悩みを解決できる力がまだ足りない、もっと高度な知識を身につけなければ

と思うようになりました。そこで、認定看護師の資格を取得。今は大学で教えながら患者さんを看護し、それを研究や教育に活かすという充実した日々を過ごしています。看護師にチャレンジしたい人はまず、相手の立場で考える力を養うといいですね。いろんな人に出会い、経験を積み、本を読んで自分の世界を広げることをおすすめします。

＊ MY HAPPY IS... ＊
床ずれのケアに関する研究が学会で採用され、国内外のあちこちで手法が実践されるようになりました。現場で得た大切な情報が世界に届けられるようになってとてもHAPPYです。

SCHOOL DATA 金沢医科大学看護学部
〒920-0293 河北郡内灘町大学1丁目1 TEL.076-286-2211 FAX.076-218-8412
URL: <http://www.kanazawa-med.ac.jp/nurse/>



『患者さんを変える 看護の力って、すごい。』

看護師の熱意と発想で、
患者さんがみるみる元気に。



石川県立看護大学教授 川島 和代さん

1979年金沢大学医療短期大学部看護学科卒業。看護師として、教員として経験を積み、2011年宮崎県立看護大学大学院博士後期課程修了後、現職に就く。

25年ほど前、高齢者向けの病院を開業する仕事に携わり、その病院で自分のめざす看護を試みたことがあります。当時は長期療養する高齢者のケアが行き届かず、ベッドに寝かせきりというケースが多数見られました。そこで私たちの新しい病院では、患者さんにできるだけ普通の生活をしてもらう看護を心がけたのです。点滴ではなく食事で栄養をとる、おむつではなくトイレで排泄する、太陽を浴びる。ごく普通の基本的ケアなのですが、その効果は絶大。体から管が外れ、自力で食べ、表情も生き生きしてきました。人間の生命力に感動するとともに、看護の力でこれだけできる、看護師の発想でこれだけ変えられる、と大

きな手応えが感じられた体験でした。現在は大学で看護の基礎を教え、今までに得たことを後輩たちに伝えています。看護師は人生の大切な瞬間に立ち会えるすばらしい仕事です。看護師をめざす人は勉強も大切ですが、人に関心を持ち、家事などの生活能力を身につけて欲しいですね。生きる力を養って素敵な看護師になってください。

MY HAPPY IS...

10年前、20年前の教え子たちが今あちこちで活躍中。「あのときの先生の言葉が今の私を支えています」。そんなうれしいメッセージもらえる教師という仕事がHAPPYですね。



『人に愛を与えられる 仕事ってステキです。』

患者さんを元気にするのは、
看護師の笑顔です。



田鶴浜高等学校衛生看護科専攻科教諭 谷内 静さん

1986年自衛隊中央病院高等看護学院卒業後、看護師として勤務。1988年より田鶴浜女子高等学校実習助手へ。その後1992年より同校で教諭に就く。

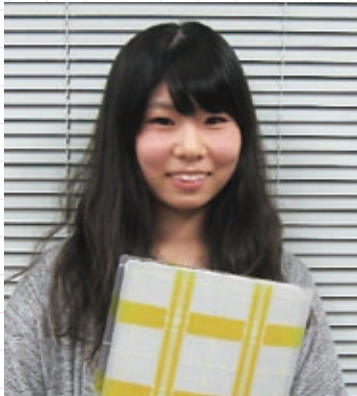
県立田鶴浜高校衛生看護科は、5年間の一貫教育で看護師を育てています。どこよりも早く20歳で看護師になれる県内唯一の学校で、近隣だけでなく県内各地から生徒が集まり、寄宿舎で暮らしている生徒が大勢います。私はここで看護について教えています。現役看護師の期間は短かったのですが、先日偶然、そのとき患者さんからもらった手紙の束が見つかりました。「ありがとう、あなたの笑顔に癒されています」。読み返しなが、看護師は人に愛を与えることもできるのだなとうれしく思いました。人と深く関わる仕事なので、看護師をめざす人は日頃から人に関心を持ち、人の話を素直に聞くこと、自分の生活にも目を

向けて日々きちんと暮らすことなどを心がけるといいかもしれません。

本校の生徒は中学生のときに看護師になる決意をした人たちですから、意欲も満々。また、15歳からの5年間をずっと一緒に過ごすので生徒同士がとても仲良しです。夢をかなえた卒業生たちが生き生き楽しそうに働く姿にいつも元気をもらっています。

MY HAPPY IS...

卒業生がよく学校に遊びに来てくれます。看護師として第一線でがんばっている様子を見たり聞いたりするのが、すごく楽しみ。輝いている彼や彼女の姿が、HAPPYです。



『患者さんの言葉が私の一生の宝物。』

看護という仕事のすばらしさを患者さんが教えてくれた。



金沢医療センター附属金沢看護学校 3年 西 若菜さん
珠洲市出身、2011年 石川県立飯田高等学校卒業

最後の実習も終わり、看護学校生活も残りわずかとなりました。看護の道に進んだのは、看護師のおばの影響です。女性にとってすばらしいキャリアだし、安定しているし。そんなことを考えながら看護学校に入った私に、看護師という仕事の価値を教えてくれたのは、実習先で出会った一人の患者さんでした。「患者はね、看護師の笑顔を待っているんだよ」。難病を抱えて数十年におよぶ療養生活を送り、終末期病棟で最期を迎えようとしている方でした。自分の長年の経験が実習生の将来に役立つなら、と語ってくださったのです。「医者だけじゃ病気はよくなる。でも、看護師の笑顔があれば元気も出る。看護

師ってすばらしい仕事だね」。この言葉を聞いた瞬間、看護師という仕事を心から誇らしく思うと同時に、どんなに忙しくても患者さんの前では笑顔でいようと決意しました。まだまだ未熟な私ですが、将来は患者さんの病気だけでなく人間像もしっかり見つけ、一人ひとりの個性に応じたケアができる看護師になりたいと思います。

MY HAPPY IS...

勉強に、実習に、看護学校生は忙しい。でも、困ったときはみんなで支え合える。わからないことを教え合ったり、相談したり。仲間との楽しいふれあいが、私のHAPPY!

SCHOOL DATA 金沢医療センター附属金沢看護学校
〒920-8650 金沢市下石引町1番1号 TEL.076-262-4189 FAX.076-262-4190
URL: <http://www.kanazawa-hosp.jp/nurse/>



『“ありがとう”の聲が私の背中を押してくれる。』

コミュニケーション力を磨き、心にもっと寄り添う看護を。



金沢看護専門学校 2年 山田 唯香さん
津幡町出身、2012年 石川県立金沢北陵高等学校卒業

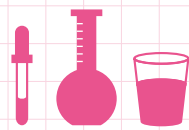
母は看護師。働く姿を見て私も人に関わる仕事かと思いき、この道に進んだのですが、実はコミュニケーションが苦手…。でも、看護師には欠かせない能力です。患者さんの思いを心の奥から引き出してあげないと、いい看護ができないからです。実習でも初めはうまくコミュニケーションがとれませんでした。しかし、患者さんの口からこぼれる言葉に一生懸命耳を傾けているうちに、距離が縮まった気がします。「オムツをする気持ちがわかるか」。本音をもらしてもらえたのも、少し心が通じたからかもしれません。未熟な私は上手に答えることなどできませんでしたが、気持ちを正直に伝えると、「そうや

なあ」と納得していただきました。集大成となる長期の実習がもうすぐ始まりです。難しいことだらけで大変ですが、学校の温かい応援と患者さんの「ありがとう」のひと言に勇気づけられています。実習が終わったら国家試験。しっかり合格し、この人になら話せる、任せられると思ってもらえる看護師になりたいです。

MY HAPPY IS...

看護学校には同じ目標を持つ人が集まる。だから、クラス全員が友達で、すごく仲良し。授業が終わって、みんなとおしゃべりしながら食べるお昼ごはんがおいしくてHAPPY!

SCHOOL DATA 金沢看護専門学校
〒920-0811 金沢市小坂町北62番1 TEL.076-251-9558 FAX.076-251-8968
URL: <http://www.kanazawakango.jp/>



『あなたの看護でよかった。
そうしてもらえる存在に。』

目にするすべてが糧になる。
発見と感動の学校生活。



七尾看護専門学校 1年 延命 真依子さん
中能登町出身、2013年 石川県立田鶴浜高等学校卒業

介護福祉士になるために田鶴浜高校の健康福祉科に入学したのですが、1年生のときの介護実習で看護師さんのかっこいい仕事ぶりに感動。ぜひ看護師に、と思うようになりました。先生に相談したら「今の成績では…」。どうしてもなりたくて、それから猛勉強。おかげで看護学校にも、介護福祉士の国家試験にも合格することができました。

同じ目的を持つ仲間と一緒に、毎日がとても楽しく充実しています。先日の解剖実習では初めて献体にじかに触れ、心が震えました。献体されたご本人や家族の思い、命の大切さがひしひし伝わってきて…。もっともっと勉強しなくちゃ、と改めて思いました。

看護実習では、患者さんにとって病院は単なる治療の場ではなく、ある意味「家」だと気づきました。だから、自分の家にいるみたいな治療環境を届けられるといいなと思います。介護の視点も加えながら患者さんの思いに寄り添い、痛みや喜びを分かち合えて、「あなたでよかった」といってもらえる看護師をめざしたいです。

MY HAPPY IS...

患者さんが笑うとすごくうれしい。
私が笑顔だと患者さんもうれしいみたい。
患者さんの笑顔に勇気づけられています。
私を見て元気になってもらえたらHAPPY!

SCHOOL DATA 七尾看護専門学校
〒926-0854 七尾市なごの浦156番地 TEL.0767-52-9988 FAX.0767-53-6548
URL: <http://www.nanaokango.jp/>



『先生、仲間、患者さん、
素敵な出会いがいっぱい。』

学ぶことが次から次へ。
看護の世界は広くて深い。



加賀看護学校 1年 西野 二以菜さん
加賀市出身、2012年 金沢大学卒業

大学生の頃ですが、祖母がだんだん体が動かなくなっていくのをそばで見ながら何もできなくて…。そのときの無念な思いがきっかけで、看護師になろうと決意しました。初めての看護実習は、コミュニケーションの学習。患者さんも私も緊張してすぐには打ち解けられませんでした。でも、しばらく一緒にいるうちに気づいたのが、ご主人が面会に来ると患者さんの表情が生き生きすること。家族の話題を持ちかけると会話が弾むこともわかり、患者さんとの関わり方をほんの少し学ぶことができたように思います。学校の授業はテンポが早くて大変。でも、先生方が親身になって支えてくださるので

とても心強いです。それに、加賀市民病院のドクターの講義など、興味深い授業が盛りだくさん。楽しく勉強しています。自分の将来の姿はまだ見えていませんが、専門的な知識をたくさん身につけ、医療チームの一員として率先して治療に携わる看護師になれば素敵だなと思います。そのためにも、これからもっと頑張りたいですね。

MY HAPPY IS...

学校にはいろんな世代の人が集まっている。
10代から30代後半、働きながら学ぶ人も。
知らない話をいっぱい聞ける仲間との
おしゃべりタイムが、私をHAPPYに!

SCHOOL DATA 加賀看護学校
〒922-0057 加賀市大聖寺八間道12番地1 TEL.0761-72-2428 FAX.0761-72-5337
URL: <http://www.kagakango.jp/>



患者さんから
「看護師さん」でなく、
「高田さん」と
呼ばれるとうれしい。



石川県立中央病院
整形外科、耳鼻咽喉科看護師
高田 真歩 さん

Profile
かほく市出身
2012年 石川県立総合看護
専門学校卒業

『患者さんの心の声に しっかり耳を傾けて。』

病院のやさしいお姉さんに、
幼い頃からずっと憧れていた。



幼い頃に県立中央病院に入院した時に、お世話をしてくれたやさしいお姉さんに憧れた記憶があります。気がつけば、看護師になりたい、なるならこの病院でと考えるようになっていました。その夢がかない、昨年からは病棟で働いています。私はもともと人とふれあうのが好きなので

が、よりよい看護を提供するためにも患者さんとふれあい、患者さんをよく知ることが重要です。相撲ファンの患者さんのために相撲のことを勉強したり、入院したばかりで寂しそうな方にはできるだけ声をかけるように努めました。「高田さん」と名前前で呼んでもらえると距離が縮まった気がしてうれしいです。

元気になって退院するときの、
患者さんの笑顔が大好き。



心に思っているけどなかなか口に出せない。そんな心の声を引き出せれば、より充実したお世話ができるようになります。たとえば、家に戻ったら家族に迷惑をかけるのではと悩んでいる患者さん、自宅で世話ができるだろうかと不安な家族…。信頼関係を築いて心の奥の思いを読み取り、看護に活かしていきたいですね。家族の方ともっとつながり、多職種スタッフも巻き込んで、患者さんや家族が納得できる医療を考えていきたいと思っています。先日、一緒におしゃべりをしていた患者さんが突如倒れて大あわて。先輩看護師やドクターを呼び、意識が無事戻ってほっとしました。「ありがとう、高田さんのおかげで命拾いましたよ」と感謝されましたが、私もこんなにうれ

しい「ありがとう」を贈られて感動しました。毎日たくさんの「ありがとう」をもらえる看護師になって、ほんとうによかったと思います。

MY HAPPY IS...

初めのうちは看護師に対して強がり、打ちとけずいたあの患者さんも、最後には「高田さん、バイバイ!」とすぐうれしそうに退院していきます。患者さんの満面の笑顔が、私のHAPPYです。



～高田さんの1日～

6:00	起床 朝食、身支度	11:30	昼休憩
8:00	出勤 患者さんの状態をカルテから知る 点滴準備	12:30	翌日の点滴のチェック
8:30	全体申し送り	13:30	清潔援助などのケア リハビリ送迎
8:45	担当患者さんの血圧測定	16:00	申し送りシートへの記入 リーダーさんへの申し送り カルテ記入
9:30	清潔援助などのケア リハビリ送迎	17:15	終業 趣味の時間、余裕があればショッピング
11:20	昼食の準備	23:30	就寝





看護の仕事も
営業の仕事も
人との信頼関係の上に
成り立っている。



金沢医科大学病院
精神科看護師
塚本 真央 さん

Profile
内灘町出身
2013年 金沢医療技術専門
学校卒業

『 ずっしりと、心に感じる “ありがとう”の重み。 』

難しい分だけ感動も大きい。
精神科で見つけた、自分のやりがい。



以前は営業の仕事をしていました。やりがいもあり、楽しく働いていたのですが、将来を考えたとき、何の資格も持たずに結婚・出産後も働けるかどうか、不安に思えて…。いつでもどこでも活かせるキャリアがあればと考えるようになり、悩んだ末、看護師という職業を選びました。人との信頼関係を重視する営業職に

通じるものがあると思えたからです。金沢医科大学病院の精神科に勤めて半年になります。看護の道に入るまでは精神科のことは全然知らず、実習で初めて訪れて自分の先入観とのギャップに衝撃を受けました。そこにいる患者さんたちが自分と何ら変わらなかったからです。彼らのどこにどんな辛さがあ

看護師になることがゴールじゃない。
その先に広がる世界を見つめる。



るのだろう。表面からは見えない難しさに逆に心ひかれ、精神科で働きたいと思うようになりました。

精神科のケアは患者さんとのコミュニケーションに重きが置かれます。一緒に時間を過ごしながら患者さんの体調や心の状態を観察し、退院後の生活に向けて看護を進めます。言葉選びから立ち位置、角度、視線まで、慎重さが求められる難しい看護で、信頼関係なくしては成立せず、落ち込むこともしばしば。けれどもその分だけ看護師のやりがいも大きく、先日も患者さんの奥さんから「塚本さんがいたので安心できた」と夫がいてましたよ」と声をかけられ、感激してしまいました。専門学校の先生に「看護師になることがゴー

ルではない」といわれたことが今も心に残っています。もっと勉強して専門性を高め、看護の可能性を追求していきたいと思います。

MY HAPPY IS...

精神科の患者さんやご家族は、毎日が真剣勝負。彼らからの「ありがとう」はとても重くて大きくて、ずっしり心に響きます。感動あふれるこの仕事、私の最高のHAPPY。



～塚本さんの1日～

6:00	起床 朝食、身支度	12:30	昼休憩
8:00	出勤 業務準備(与薬・処置・ケアなど)	13:30	ラジオ体操、患者さんと一緒にウォーキング 作業療法 患者さんとのコミュニケーション
8:45	朝礼、申し送り 患者さんの注意点や変更事項の確認	15:30	記録
9:00	検温、患者さんと一緒にウォーキング 点滴、処置、ケア	17:00	リーダーへ申し送り、終業
10:30	看護カンファレンス	18:00	帰宅、夕食準備
11:30	昼食、与薬		入浴 映画鑑賞、自己学習などその日の気分に合わせて疲れやストレスを翌日に持ち越さないように過ごす
12:00	リーダーへ患者さんの様子を報告	23:00	就寝





サラリーマンから
看護師へ。
180度の転身で
笑顔の人生を手。

国民健康保険小松市市民病院
緩和ケア病棟看護師
高木 浩二 さん

Profile
小松市出身
1998年 こまつ看護学校卒業

『患者さんの人生を そっと側で支えるケアを。』

体にふれる手のぬくもりが、
不安や痛みを軽くしてくれる。



私の職場は緩和ケア病棟です。緩和ケアとは、がん患者の心や体の痛みを和らげるケアのこと。患者さんがその人らしく過ごせるように、自分の家と感じられるような環境を提供しています。病室に何を飾ってもいいし、ペットの持ち込みも可。台所や家族が泊まれる和室もあります。

そこで患者さんを看護しているのですが、その際心がけていることがあります。その一つが「笑顔&タッチング」。笑顔やタッチには不安を和らげる力があるからです。懸命にがんを闘っている患者さんの苦痛を少しでも軽減できればと、笑顔で手を握ったり、体をさすったり。心と体のふれあいに努めています。

人生は自分で選ぶもの。患者さんに
自分らしい生き方を選んでもらえたら。



また、ケアの際は「○○しますよ」という一方的でない方でなく、「○○してもいいですか」と尋ねてから行うことにしています。病状が悪化すると患者さんは自分でできることがどんどん減り、私たちに頼らざるを得なくなります。でも、たとえどんな状況でも人間には自分の生き方を選ぶ権利があります。「自分の好きなように選んでいいんですよ」と伝えることで患者さんの心に余裕を、との思いからですが、そんな風に考えるのは以前、お客様に選んでもらう仕事をしていたからかもしれません。実は大学卒業後、企業の営業マンをしていました。あまりに忙しくて、見かねた父に転職を進められ、看護師に転身しました。おかげで生涯のパートナーにも出会えたり、子ども

にも恵まれたし。患者さんから「ありがとう」と声をかけられるたびに、看護師になってよかったとしみじみ感じています。

MY HAPPY IS...

緩和ケア病棟の担当になってから、タバコをやめ、炊事、洗濯...家事もよく手伝うようになりました。いろんなことを教えてくれる患者さんたちに、笑顔をいっぱい届けること。それが私のHAPPYです。



～高木さんの1日～

6:30	起床 犬と散歩、朝食、身支度	13:30	カンファレンス
8:20	出勤	14:00	患者さんのケア カルテ記入
8:30	情報収集、ミーティング	16:00	申し送り
9:30	検温 入浴など患者さんのケア	17:15	終業 入浴、夕食など
11:30	リーダー報告 昼食	22:00	就寝





「ありがとう」を
もらうたびに、
もっと頑張ろう!!
という気持ちになる。



岡本病院
内科准看護師
河上 梨沙 さん

Profile
加賀市出身
2013年 小松市医師会附属
小松准看護学院卒業

『もし、自分が患者なら… 気持ちに応える看護を。』

何もできないと思っても、
患者さんの役に立てることがある。



もともと世話好きで、子どもの頃からよく幼い
子の面倒を見ていました。そんな私を知る高
校の先生から「看護師に向いているね」とい
われたこともあり、看護の道へ。この春就職し
たばかり、経験半年の新米看護師です。

岡本病院では就職直後の1ヶ月は外来で注
射や採血などの経験を積み、それから病棟

で仕事を始めます。現在の職場は内科の療
養病棟。比較的症状が安定している患者さ
んが長期間療養する所です。ここで毎日、検
温や点滴、食事や入浴などのお世話をして
います。初めは何をするにも不安でしたが、先
輩たちのやさしい指導のおかげで徐々に仕
事に慣れてきました。

患者さん一人ひとりの個性に
ふさわしい看護をとどけたい。



患者さんの状況を知るためにも、患者さん
とおしゃべりは大事な仕事です。先日もある
患者さんと話していたら、その方が間近に控
えた他病院での手術について、とても不安に
思われていることがわかってきました。未熟な
私は適切なアドバイスもできず、とにかく一生
懸命に話を聞きました。そうしたら「聞いてくれ
てありがとう」と私の手を握り、涙を流して感
謝されたのです。こんな私でも患者さんの役
に立てるのだと思うと、ほんとうにうれしくて。
改めてやりがいのある仕事だと実感しました。
患者さんが急変したときなど私はおろおろす
ばかりですが、先輩たちはさすがです。臨
機応変にすばやく、かつ落ち着いて行動する
姿にいつも憧れています。私も早く一人前に

なり、患者さん一人ひとりにふさわしい看護、
患者さんの気持ちになった看護ができるよう
になりたいと思います。

MY HAPPY IS...

患者さんから、ご家族から、いろんな
「ありがとう」をいただくたびに、もっともっ
とがんばらなくちゃと思います。「ありがとう」を
もらえるこの仕事が、ほんとうにHAPPYです。



～河上さんの1日～

6:00	起床 朝食、身支度	13:00	重症者の検温
7:50	出勤	14:00	経管、入浴患者の介助など
8:30	朝礼、申し送り	15:30	おむつ交換、水分補給など 2時間おき体交、吸引、 夜間勤務の準備など
9:00	検温、おむつ交換、処置、経管など	16:00	申し送り
10:00	点滴	17:15	終業 友人との食事や家で休息
10:15	患者さんのリハビリ治療の介助・移動	23:00	就寝
11:00	患者さんの水分摂取の介助		
11:30	昼食の準備、注射		



大学

金沢大学医薬保健学域保健学類看護学専攻(4年制)

〒920-0942 金沢市小立野5丁目11-80 TEL.076-265-2500

金沢医科大学看護学部(4年制)

〒920-0293 河北郡内灘町大学1丁目1 TEL.076-286-2211

石川県立看護大学(4年制)

〒929-1210 かほく市学園台1丁目1番地 TEL.076-281-8300

高等学校5年一貫教育

石川県立田鶴浜高等学校衛生看護科(5年制)

〒929-2195 七尾市上野ヶ丘町59 TEL.0767-68-3116

看護専門学校

金沢医療センター附属金沢看護学校(3年制)

〒920-8650 金沢市下石引町1番1号 TEL.076-262-4189

金沢看護専門学校(3年制)

〒920-0811 金沢市小坂町北62番1 TEL.076-251-9558

七尾看護専門学校(3年制)

〒926-0854 七尾市なぎの浦156番地 TEL.0767-52-9988

加賀看護学校(3年制)

〒922-0057 加賀市大聖寺八間道12番地1 TEL.0761-72-2428

石川県立総合看護専門学校(4年制)

〒920-8201 金沢市鞍月東2丁目1番地 TEL.076-238-5877

金沢医療技術専門学校看護学科(3年制)

〒920-0849 金沢市堀川新町7番1号 TEL.076-263-1515

こまつ看護学校(3年制)

〒923-8630 小松市向本折町へ14番地1 TEL.0761-23-7223

准看護師学校

石川県立総合看護専門学校看護学科(2年制)

〒920-8201 金沢市鞍月東2丁目1番地 TEL.076-238-5877

小松市医師会附属小松准看護学院(2年制)

〒923-0937 小松市本町2丁目12番地 TEL.0761-22-2671

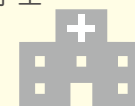
看護学生のための 奨学金のご案内

石川県看護師等修学資金貸与制度

この制度は、卒業後に石川県内の指定する医療機関等で働き、地域の方と共によりよい医療をめざす学生を対象にしたもの。充実した学生生活と学びを支えるために設置された制度です。

看護師等 修学資金

将来、県内の指定する施設で、保健師・助産師・看護師・准看護師として働くことを希望している学生



指定する施設で
5年以上働いた場合、
その返還は免除されます！

地域医療支援看護師等 修学資金

将来、下記の医療機関で働くことを希望している学生

- 市立輪島病院
- 珠洲市総合病院
- 公立穴水総合病院
- 公立宇出津総合病院

修学資金の貸与期間と
同期間働いた場合、
その返還は免除されます！

申し込み方法

在学している看護師等養成施設の事務窓口にて、申請書類を受け取り、募集期間中に必要書類を看護師等養成施設の事務窓口へ提出します。

※詳細につきましては下記までお問い合わせください。

石川県健康福祉部医療対策課 看護師等修学資金担当
TEL. 076-225-1431 FAX. 076-225-1434