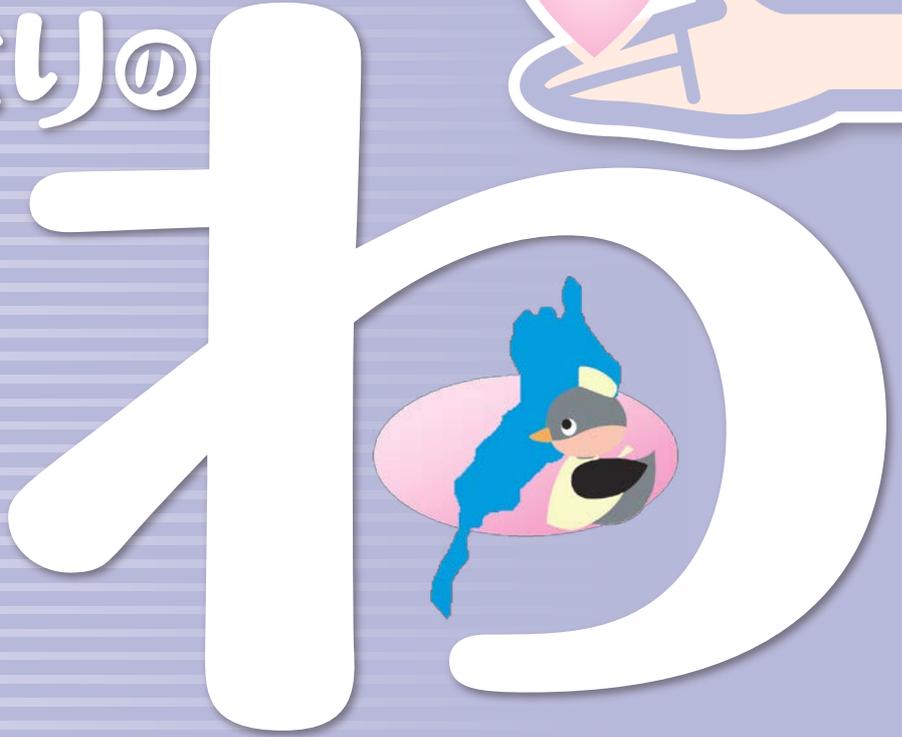




# かいつぶりの



看護の日キャラクター  
「かのごちゃん」

公益社団法人 滋賀県看護協会

三方よし精神で 看護の力で  
**滋賀を元気に!**

— 住み慣れた地域で健康に暮らせるために —

2024.5  
第6号

## 今回のテーマ

# 看護職(保健師・助産師・看護師・准看護師)になろう!

看護職は  
もったもった  
必要です

看護職は、人々の生涯にわたり  
6つの点からさまざまな場で支援しています



●滋賀県看護協会「看護の将来ビジョン」より

## 公益社団法人 滋賀県看護協会

〒525-0032 滋賀県草津市大路二丁目11番51号  
☎077-564-6468(代表) / ☎077-562-8998 E-mail : sigakan@gold.ocn.ne.jp  
ホームページ : <https://shiga-kango.jp/> (詳細は、ホームページから閲覧して下さい。)  
●上記ホームページより、「かいつぶりのわ」のバックナンバーをご覧いただけます。



「かいつぶりのわ」  
の由来



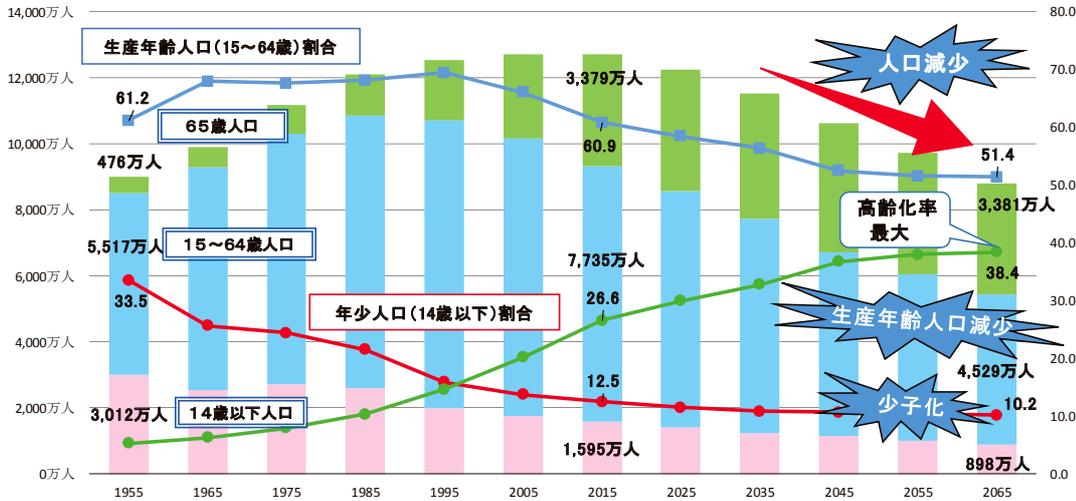
カイツブリは「県鳥」であり、また、滋賀県看護協会のロゴマークにも使用されています。今回県民向けの広報誌を発刊するにあたり、県民のみならず看護職の「輪」が広がればよいと考え「かいつぶりのわ」と名づけさせて頂きました。

滋賀県内に働く看護職(保健師・助産師・看護師・准看護師)は、

**17,478人**(2022年12月末)です

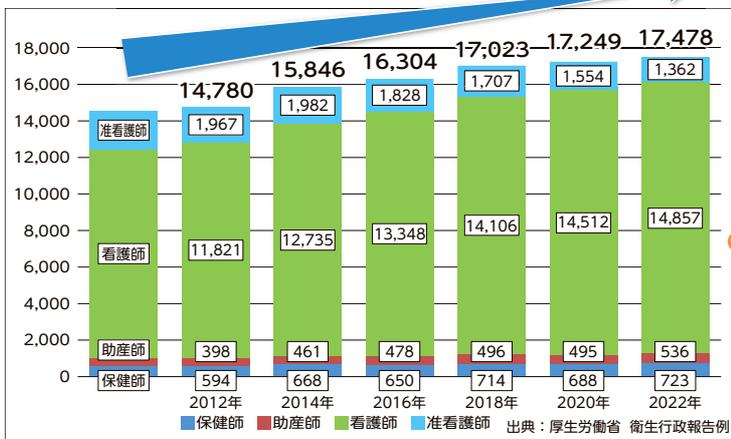
今後 医療の高度化の中でもっと多くの看護職が必要となってきます

年齢3区分別人口および人口割合の推移と予測 (%)



看護にたずさわる人は増加していますが、増加率は鈍化しています

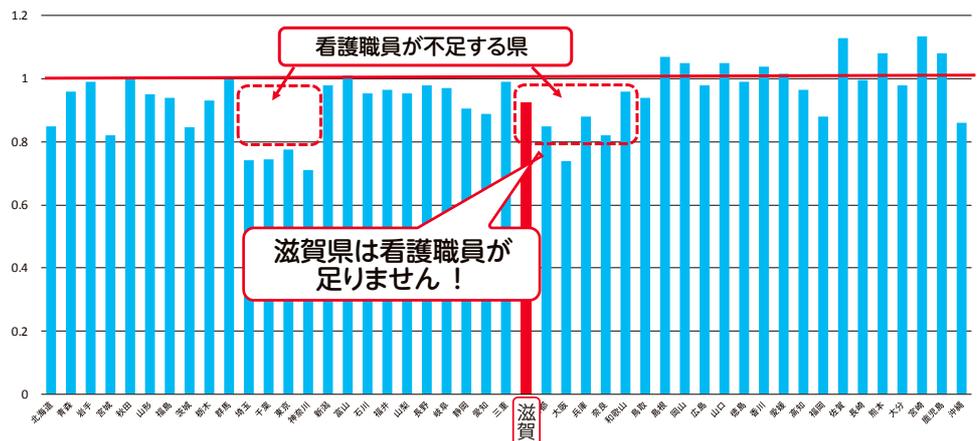
医療や介護が必要な高齢者は増え、医療や介護の人材が不足する状況になると危惧されます。



2025年に必要な看護職数 20,000~21,000人

しかし、現状は

都道府県別の看護職員の需給推計



資料出典: 「医療従事者の需給に関する検討会 看護職員需給分科会 中間とりまとめ(概要)」(令和元年【2019年】11月15日)

# 看護師 保健師 助産師

# になるには？

## 看護職を目指すあなたへ

看護を学ぶ学校は、大学・短期大学・養成所などの種類によって修業年限が違い、カリキュラムなどもそれぞれの学校で特色があります。

たくさんの選択肢から進学先を決めるときに大切なのは、未来の自分を思い描くこと。あなたは将来、看護職として、どこで、どんな活躍をしたいですか？

その活躍の土台となるのが、看護職になるための基礎となる学びなのです。

あなたの目標に向け最適な学校を探して、看護職への第一歩を踏み出しましょう！



## 看護師になる学びはどんな内容？



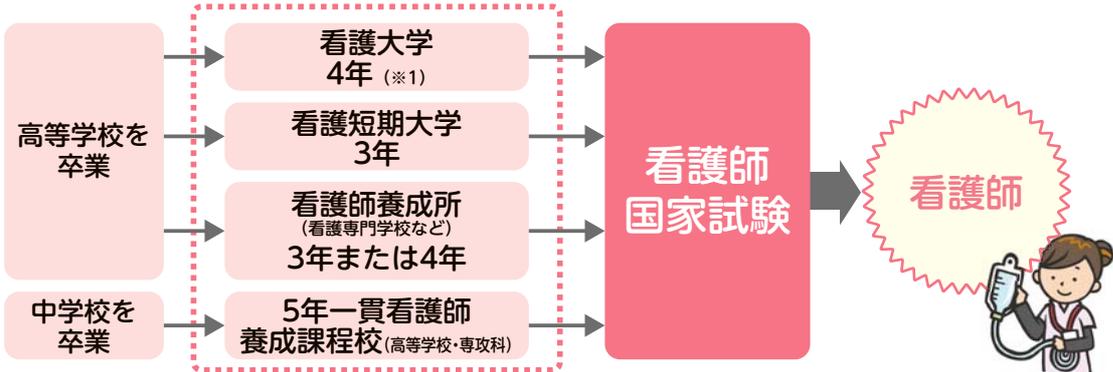
インスタントシニア体験

看護師になるための学びは基礎分野（科学的思考の基盤、人間と生活・社会の理解）、専門基礎分野（人体の構造と機能、疾病の成り立ちと回復の促進、健康支援と社会保障制度）、専門分野（成人・老年・小児・母性・精神等）の講義や実習 合計102単位の取得が必要です。

3年間で学ぶ場合は、忙しい学生生活になります。しかし、専門性の高い、信頼される看護師になるための充実した日々です。

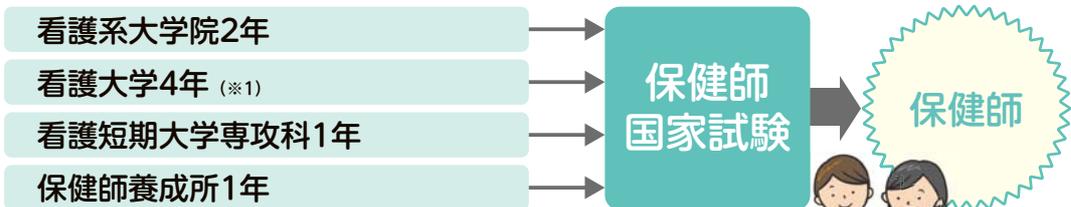


**看護師**  
になるための  
進路コース

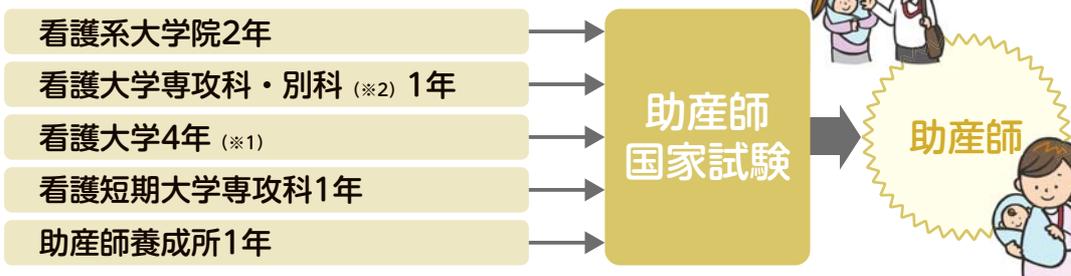


保健師・助産師になるには、看護師国家試験に合格している必要があります

**保健師**  
になるための  
進路コース



**助産師**  
になるための  
進路コース



このほか、都道府県知事免許の「准看護師」があります。准看護師は准看護師免許を取得後、看護師学校養成所（2年課程）を修業することにより、看護師国家試験受験資格を得ることができます。

※1 保健師・助産師の教育プログラムがある大学では、看護師に加えて保健師・助産師の国家試験受験資格を得ることができます。

※2 大学専攻科の入学資格は、大学卒業者です。

# 看護職はさまざまな場所で活躍しています。



## 保健センターや保健所

地域住民を対象に  
予防活動や健康保持・  
増進を支援します。



## 病院・診療所

入院患者さんには  
24時間、交代で  
看護します。



## 産科・助産所

妊婦さんの  
健康管理や  
出産を介助し、  
子育ての支援も  
します。



## 訪問看護

利用者宅を訪問して  
ケアを提供し、  
利用者と家族を  
支えます。



## 学校の保健室

児童・生徒の  
健康管理や  
相談に応じます。



## 介護保険施設 社会福祉施設

利用している高齢者などの  
健康管理やケアを行い、  
毎日の生活を支えます。



## 企業の 健康管理室

働く人々の健康管理や  
心と身体の健康相談を  
します。



## 災害看護

被災者に必要な  
医療処置やケアを  
提供します。



## 看護の教育機関

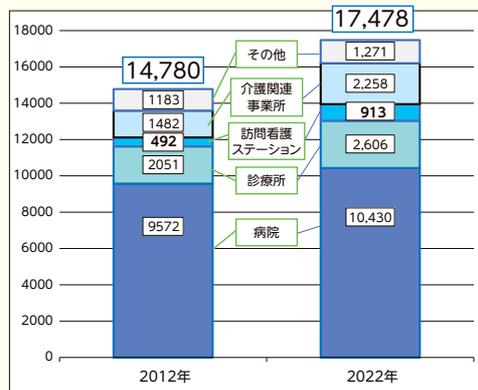
看護学生の  
教育・指導や看護  
研究を行います。



## 国際活動

(青年海外協力隊など)  
開発途上地域で  
青年海外協力隊などの  
活動に参加します。

勤務場所別看護職員数 10年間での変化  
病院以外の職場で活躍する看護職も増えていきます



活動の場が多様化し 看護職が足りなくなっています



## みなさん、 保健師をご存じですか？



保健師

### 保健師の役割とやりがい

滋賀県立大学 黒橋真奈美

みなさんは、保健師をご存じですか？

保健師は、県内に723人働いており、そのうち591人(R4)は、地域の保健所や市役所、町役場等で、赤ちゃんからお年寄りまでの全ての住民みなさんの健康を支援しています。乳幼児健診やがん検診で、あるいは家庭訪問で、保健師に会った！知っている！という方もおられると思います。

地域で活動する保健師は、「担当する地域の健康レベルの改善」を目指しています。これには、医療の進歩等も大きく関わりますが、健康レベルを示す「平均寿命」や「健康寿命」の延伸等を目標に掲げて活動をしています。

そのため、保健師は、住民の方々に保健指導や家庭訪問



等を行うほか、住民の方々に共通する健康上の課題（生活習慣や受診率等）を行政の施策として取り上げ、医療機関や学校、地域の福祉関係者、企業等、様々な方々とともに、連携・協働して活動しています。

こうしたことから保健師の“やりがい”は、「赤ちゃんすくすく育っています」「早期発見でよかった」「保健師さんに会えてよかった」といった住民の方からのお言葉やお声掛けによる“やりがい”と、「平均寿命日本一！」等、何年もとからやってくる健康レベルの改善による“やりがい”、の2つがあると思っています。私自身も、こうした“やりがい”に支えられ、保健師を続けてこられたと感じています。

保健師は過去の先輩の活動を継承しつつ、いまと未来の住民のみなさんの健康を目指して日々活動しています。街で保健師に会われたら気軽にお声かけてください！



助産師

## 新しい「いのち」の誕生



### 感動の場面に立ち会う

高島市民病院 吉岡 千晴

今もどこかで新しい「いのち」が誕生しています。そこには助産師がいます。

産まれてくる赤ちゃんの元気な産声を聞くために、集中力と緊張感が走ります。そしてかわいい赤ちゃんを見つめるお母さんやご家族から感謝の言葉を頂きます。



出産という感動の場面に立ち会うことができる助産師の仕事は大きな魅力の一つです。

少子化でお産の数が減っても、AIやロボットが進化を遂げても、助産師の仕事がなくなることはありません。むしろこのような時代だからこそ、妊娠から子育てまで専門的な知識と技術を提供できるやりがいのある仕事となるのです。

さらに女性の生涯には、そのライフステージにおいてさまざまな問題や課題が発生します。プレコンセプションケア（妊娠前の女性とカップルに医学的・行動的・社会的な保健介入を行なうこと）をはじめ、産後ケア、DV相談、性被害対応など、健康教育、保健指導などに助産師が活躍しています。

ひとりでも多くの方に助産師の道を目指していただきたいです。

# 病院で働く看護師としての 働き甲斐や魅力



## 病院看護師

独立行政法人国立病院機構  
東近江総合医療センター  
中島 利恵

豊郷病院  
回復期リハビリテーション病棟  
外川 栄子

当院は東近江市にあり、地域に根ざした中核病院として急性期医療を提供しています。私は入職時手術室に配属し、その後一般病棟、外来、教育担当看護師長などで約25年の経験を重ねてきました。

就職した頃は、毎日出勤することを目標に手術手順を覚えながら懸命に働きました。3年目には地に足が着き、患者さんへの影響を最小限にしたいと医療の進化にあわせながら手術手順を作成・修正していました。病棟勤務時は、副看護師長として看護師が患者さんと向き合える時間を確保できるようにと入院書類をセット化したり、物品配置の調整を行うなど業務効率の改善に努めました。現在は看護管理者として、安全な看護を提供できるよう職場環境の改善に取り組んでいます。



私がこれまで働き続けてこれたのは「自発性」だと思います。自分自身が部署の中でどのような役割を求められているかを考え、踏ん張りながら自発的に行動し成果を得る。その楽しさが、働き甲斐になっていたのだと思います。

これまで私にも退職を考えることがありました。そんな時、職場の方から「私は人間関係では辞めない。悔しいじゃない。」と声をかけてくださいました。当初は何気なく聞いていましたが、しばらくしてあの言葉の意味は“人間関係はどこでも同じ。その場で踏ん張ることのほうが難しい。共に頑張りよう。”だと気づき、立ち止まることができました。多くの人が行きかう病院で出会えた人を大切に、これからも自分磨きを続けていきます。

湖東圏域は高齢化率も高く、中でも近隣2町は30%を超えています。そこに位置する豊郷病院は、急性期機能から、回復期機能まで338床を持つ地域に根ざした病院で、高齢の方、認知症の方も多く入院されています。

ADL低下（日常生活における行動がうまくできない）や認知機能（理解・判断する力）を保つための対応として各病棟に、日中のリズムを整える目的で院内デイケア サロン「ひまわり」を開設しています。

治療を受けながらも自分らしく過ごしていただける場所で、居心地のよい家庭的な温かい雰囲気作りを目指しています。

患者さんと笑い合い、会話が増えていくのを実感し、とてもやりがいがあり、いっぱい学ばせてもらい毎日楽しく仕事をさせてもらっています。

私は、入職して現在に至るまで急性期、回復期看護を経験し、その時々で精一杯看護という仕事に携わってきました。今も看護師という仕事を続けられることに感謝し患者さんとのかかわりを大切にしていきたいと思っています。



院内デイケアの案内



# 訪問看護師の役割

## そしてやりがいと楽しさ



訪問看護師



ヴェール訪問看護ステーション  
末廣 昌子



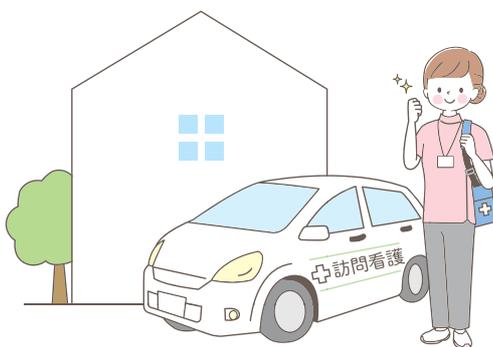
看護師として病院で5年働いたのち、訪問看護師として働くことになりました。

当初から、利用者さんのご自宅に訪問するのがとても新鮮で楽しいと感じたことを、今でもよく覚えています。訪問看護の場では、おひとりの利用者さんに集中でき、自分が培ってきた看護を目の前の利用者さんにしっかりと提供できているという実感を持つことができました。

訪問看護師になって出会った高齢の女性のことを紹介したいと思います。この方は機能障害があり自分ひとりでは入浴はできません。家族の介助にも不安がありました。ご自宅のお風呂では「限界かな」と感じていたのですが、ある時、本人の体調、表情も良く、外気温も暖かく、これなら入浴ができるのではと思いました。とはいっても久しぶりの入浴にはリスクを伴います。身体の動きや体調面に不安もあるため、入浴前に軽く四肢運動を行い安全面に配慮しながら入浴介助を実施しました。入浴後、ご本人から、「こんなに気持ちがいいお風呂は初めてでした。本当にありがとう」という言葉を頂き、後日娘さんから丁寧なお手紙を頂きました。「先日はありがとうございました。入浴介助をしていただいた日は、寝るまで表情が良く、看護師さんへの感謝を口にしていたので、思わず手紙を書きました。」と感謝の意が綴られていました。

長年愛用されたご自宅のお風呂に安心して入浴できたことは、ご本人・ご家族、訪問看護師の私にとっても大きな喜びとやりがいを感じた出来事でした。

住み慣れたご自宅で、病気や障害になっても少しでも長く、安心して快適に過ごしていけるよう、ご家族や多くの在宅療養を支える専門職と一緒に連携しながらサポートしていきます。その方の人生の一端に携わっていける、そんなご縁に感謝してこれからも頑張っていきたいと思えます。



訪問看護師は、  
ご家庭で看護を行います



**多くの方が、できれば、住み慣れた自宅で療養したいと思っています!!**

療養が必要となっても、可能な限り、住み慣れた地域で、自宅で暮らしたいと願っています。その願いを実現することを支援するのが訪問看護師です。

病院は時々入院する場所です。これからの療養は、医師や看護師等の支援を受けながら、住み慣れた自宅で療養する社会になっていくと言われています。



# 特別養護老人ホームの 看護職の役割とやりがい、楽しさ



特別養護老人ホーム青芳  
岩佐 暁彦

特別治療の必要がないながらも、常時介護を必要とされ、在宅での生活が困難な高齢者に対して、生活全般の支援をする入所施設です。また、利用者様の健康管理や緊急時の対応、診療の補助はもちろん、ご家族様の相談にも応じています。

生活の場である特別養護老人ホームでは様々な職種が共に働いており、中でも看護職は大きな役割を担っています。それは、利用者様や利用者様を取り巻くご家族様のQOL向上のため、より質の高いケアの向上に努めることが求められ、医療を提供する者としての責任を持ってチームケアを行いながら、リーダーシップを発揮していかなければならないからです。特に、近年の新型コロナウイルス感染症の対応ではより重責を担い、かつ、やりがいを持って取り組んでいました。

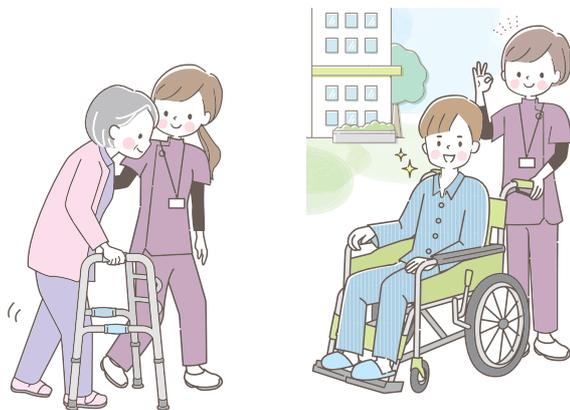
また、当施設でも記録や情報共有、見守りの分野でも介護ロボットの導入が進められている所が、私自身興味のある分野でもあります。施設内のICT化への取組みにも看護職の視点を持ち、積極的に関わることができ、これもやりがいになっています。

日々目まぐるしく変化する医療・介護分野において、常に最新の情報をとり入れ、看護・介護の質の向上のための一助となるように自己研鑽を怠らず、成長と共にやりがいをさらに追求していきたいと思っています。

滋賀県済生会特別養護老人ホーム淡海荘  
松並 睦美

終身雇用といった制度もなくなりつつありますが、私は60歳定年、人生の節目に今までとは違う職場、介護福祉施設に転職し仕事をしています。寿命の長寿化により、人生100年時代を考えると労働人生60年にむけて、この後の20年を自分に合った働き方を選択し人生設計を描く必要があると思っています。これまでの看護師の活躍の場と言えば、病院や診療所などの医療機関が中心でしたが、老人福祉施設や介護事業所が増える中で看護師の活躍できる場も増えています。

介護現場における看護師の役割は、利用者の疾病管理、重症化予防を中心に健康管理全般を担い、常にその人らしい生活が送れるように利用者の尊厳と自立を支援することです。そして、人生の最期となる看取りケアにおいては、本人の意向と家族の思いを尊重しながら、積極的な治療を施さない医療・ケアの決定プロセスに介入し多職種と共に意思決定を支援しています。長く関わった利用者さんを看取ることは、家族を亡くすような悲しさ、さみしさもありますが、「此处でお世話になってよかった」と言って頂けるご家族からの言葉に励まされ、看護師としてのやりがいを実感しています。24時間利用者に寄り添う介護職と実践を振りかえり、チームのキーパーソンとして生活と医療の両面から利用者を支え、看護の専門性を発揮することが地域福祉の貢献につながると考えています。



敬老のつどい



# 人生100年時代 生涯現役！ いきいきと歩む看護人生

県立小児保健医療センター 松倉とよ美

私は現在75歳です。20歳で准看護師となり37歳で看護師として病院勤務を始めました。小児病棟で18年間3交代勤務をしました。この時代は子育てと3交代勤務の激務の中で、無我夢中の日々でした。しかし、難病のわが子とともに生きるお母さん方の深い悩み苦しみに一緒に涙し、子ども達の成長を家族と共に感じ喜び、その体験を看護研究としてまとめ、その意味を問い自分の看護を振り返ることで多くの看護のすばらしさを経験することができました。定年の1年前に『看護外来』担当となりました。医療依存度の高い患者家族の在宅生活を支援する役割です。現在は非常勤で週3日勤務しています。待つ看護ではなく「動く看護外来」として患者家族のそばに出向き看護師から声をかけています。この日々の経験が動き続ける原動力になっています。

現在も活き活きと働くことができているのは、現役時代の年代に応じた役職から解放され、看護外来の仕事のみに専念できる事です。



子どもたちと向き合う時間は少なくなりましたが、お母さんたちとの関わりの時間を大切にしています。この時間が、一緒に悩み・喜び、子どもと家族の新たな発見の場であり、私の生き方を支える場にもなっています。このような関係性が築けたのは、38年間患者家族と共に、病気と向き合いながら、歴史を紡いできた結果ではないかと思っています。これまでの関りの積み重ねから信頼関係を深め、経年的に変化していく子どもと家族の生きる力を感じて、共に歩いてきたからこそ、一緒に考えることができました。患者家族に寄り添うとは、患者家族の歴史を紐解き、一緒に病気と向き合い、生きる事を支え、共に年輪を重ねていくことだと家族から学びました。

今後も残された人生を豊かに生きるために看護の奥深さを探求し、看護人生を歩んでいきたいと思っています。



**多くの方が看護職として活躍されることを期待しています!!**

看護は、その漢字が示すように「手と目で」人の命や健康を護る仕事です。ロボットやAIが導入されても、やっぱり人の手と目を生かすお仕事です。

あなたにしかできない看護の専門職として、活躍してみませんか。





## 寄り添うとは・・・ 看護とは・・・



大津赤十字看護専門学校 1年 小網 信恵

入学してから三度目の実習を終えました。今回の実習では二週間、受け持ち患者さんと向き合う時間がありました。私の受け持った患者さんはがんの終末期の患者さんで、苦痛を和らげる治療に専念されていました。

私は、一日のすべてをベッド上で過ごし、筋力や体力の衰えだけでなく、意欲が低下していくなかで、どのような看護が必要となるのかを一生懸命考えました。援助を実施していく中でみえてきた患者さんの価値観や想いをくみ取り、自分にできることは何かをひたすらに考えました。最初はベッドサイドに行っても、コミュニケーションをとることを拒否されることがありました。毎朝「本日もお願いします」と自己紹介をするのですが、最初は無関心であったのに、一週間が経つ頃、私の名前を繰り返し呼んでくださるようになり、援助を次第に受け入れてくださるようにもなりました。

患者さんの苦痛を和らげようと日々試行錯誤していく中で患者さんに、看護とは何か、寄り添うとはなにかを教えてください、貴重な体験をしました。この経験から人生の大切な瞬間に携わらせていただいているという認識を強く感じました。一生懸命向き合ったのちに、患者さんにとってよい影響として現れたとき、看護のやりがいを感じました。



## 退職されてもまた、看護職として活躍していただけるよう リスタートナース研修を開催しています！！

退職された方にとって、再度看護師として現場に戻る時、医療現場の高度化についていけないのではないかと復職を迷われる場合があります。そんな時に再度学び直して、活躍していただけるように看護協会では「リスタートナース研修」を開催しています。多くの方が、研修を受講して、現場にて活躍しておられます。

### リスタート研修受講者の方の声

～初めの一步が大きな一步～ K.T

医療現場を離れて10年以上経過し長く医療現場から離れているため、実際はかなり変化していることや看護技術にも不安があることなど心配は尽きませんでしたが、子育てが一段落したことをきっかけに、もう一度看護師として再就職を考えリスタートナースサポート研修を知り受講しました。

研修中は実際に働いている講師から最新の情報を踏まえた講義を受け、同じ気持ちを持つ受講生と交流し充実した研修期間を過ごしました。講師の方々に知識技術や実際の症例を提示していただき、看護師としてのやりがいや魅力、看護の力でできることに改めて気づきました。過去の自分の看護を振り返る時間にもなり、どのような看護師像をもって働いていけばよいかを考えるきっかけにもなりました。

病院実習では、看護外来を見学し、専門性を発揮して多職種と連携されている姿に、看護の魅力を実感することができました。外来看護師長から「私もリスタートナース出身なのよ」と聞き、働いていく勇気をいただきました。

今はおかげさまで就職して働き始めましたが、リスタートナースサポート研修を受講することが初めの一步で、それが歩みだせる大きな一步だったと実感しています。





## 看護補助者

# 共に働く看護補助者

患者様や、看護職にとって、なくてはならない存在です。

済生会守山市民病院

山田 星奈 (20歳) 就業経験2年

### 【看護補助者になったきっかけ】

高校生の時顔面神経麻痺を患い、点滴治療に通院した際、優しい看護師さんに出会い、「こんな風になりたいな」と思いました。高校を卒業して働ける仕事が看護補助者だったので、働くこととしました。

### 【仕事をしていてやりがいを感じるエピソード】

仕事をしていると「しんどいな」と思うこともあるけれど、患者さんに「ありがとう」とお礼を言われたり、自分を頼ってもらっていると感じる時がうれしいです



琵琶湖中央リハビリテーション病院

福本 裕己 (36歳) 就業経験16年

### 【看護補助者になったきっかけ】

高校生の時、祖母が介護サービスを受けていて高齢者を手助けする仕事があることを知りました。自分もなりたいたいと思い介護福祉士の資格を取り、卒業後現在の病院で働いています。

### 【仕事をしていてやりがいを感じるエピソード】

リハビリの病棟に勤務しており、患者さんの回復を見ることができると、また自分たちの日々の関わりを通して自立する手助けができることそして歩いて退院される患者さんの姿を見ることがやりがいを感じる時です。



## 看護補助者は、病院の看護チームで活躍中

“看護補助者”というお仕事を知っていますか？

病院や診療所で、看護チームの一員として、看護業務をサポートしています。介護福祉士等の資格をお持ちの方もおられますが、特に資格は必要ありません。資格のない方も、研修などを受けて、活躍されています。

滋賀の魅力！就職先仕事

しがアナース3!

滋賀県では、看護職の魅力をガイドブックと動画で紹介しています！

滋賀県ナースセンターでは、看護師・准看護師・保健師・助産師や看護補助者の方のお仕事紹介をしています。興味のある方は、お電話ください。電話番号は、077-564-9494です。



滋賀県看護協会では、未来っ子たちへ  
看護の魅力を発信しています。

### 中学生・高校生 一日看護体験

県内の高校生が病院で看護体験をしていただいています。令和6年度からは、中学生の方にも参加していただくことができます。

より自分のやりたい看護体験をほりきりすることができました。

患者さん一人一人に工夫されていて驚いた。

同じ看護の道を考えている人と話せて楽しかった。

達成感が強いやりがいのある仕事だと思いました。

参加者の感想

実際に体験できたことがうれしかったです！

進路の相談にのっていただけで大満足です。

患者さんとたくさん話せてよかったです。

高校生のみんながすごいぞう

点滴の交換や外すところを見せていただき、とても充実した一日でした。

ぜひ、看護師になりたいです。

受験も控え、モチベーションを上げるために参加しました。

どの病棟も、やりがいがあると思いました。

看護師さんの細かな気遣いや、話し方を身で感じることができました。

素敵な看護職になってお

NURSE

### 看護の魅力配達事業

滋賀県の中学校・高校へ現役の看護職から看護の魅力の出前事業を行っています。



### すまいる アクション フェスタ



### 看護の日 看護フェア



### 滋賀県看護協会・滋賀県ナースセンター 公式LINEはじめました！

研修情報等、看護協会のことを発信するよ！



公益社団法人  
滋賀県看護協会



看護の日キャラクター  
「かんごちゃん」



滋賀県ナースセンター公式キャラクター  
【いっぽナー】

お仕事探し、相談・研修等、情報が得られるよ♪



滋賀県ナースセンター  
SHIGA NURSE CENTER

お友だち登録をお願いします♪皆さん、一緒に滋賀県の看護を輝かせましょう◎