



座談会メンバー

看護師 3 名 (看護師 1 消化器外科、乳腺外科、甲状腺外科)
 (看護師 2 泌尿器科と歯科口腔外科の混合病棟)
 (看護師 3 手術部)、

弘前大学保健学研究科 学生 4 名

ファシリテーター：弘前大学保健学研究科 教員 2 名

-----【座談会内容：2023.03.10（金）開催】-----

◆各病棟の仕事内容について

看護師 1：1日の流れですが、朝は自分がいなかった時間帯の患者さんたちの様子を情報収集しています。外科は手術がメインの病棟なので、朝の 8:30 から手術に行く患者さんもいます。手術室への入室は日勤の看護師が行いますが、準備は夜勤と協力して行います。朝一の手術は多い時で 4、5 件もあったりするので、入室はみんなで協力して行い、そのあとは申し送り、点滴などを回ってやっています。その他、午前中は体を拭いたり、シャワー係は患者さんのシャワー介助を行います。術後の方など一人でシャワーに入れられない患者さんを介助したり、患者さんが 1 日安全に過ごせるようにサポートしています。朝に予定は立っていますが、医師からの指示で急な検査が入ったり、緊急入院の患者さんが来て手術するなど結構忙しい病棟だと思います。

看護師 2：私の病棟は外科系で手術が多いです。基本的な仕事の流れは同じですが、ペア制を導入しているため、2 人ペアで動きます。以前はペア制ではなく、新人看護師も 1 人 1 人それぞれで受け持っていました。ペア制だと、検温も 2 人で対応するので、新人看護師も聞

きたいことがあればすぐに確認できるし、先輩も気をつけなければいけないところなど、その場でアドバイスできるので成長しやすいと思います。

この病棟は基礎的なところが多くて、比較的長い目で患者さんの経過を見て学べる病棟かなと思っています。術前化学療法といって手術前に抗がん剤を入れて腫瘍を小さくしてから手術をする方がいますが、術前から患者さんを見ることになるので、手術当日も顔を知っている状態で、お互いに安心して手術日を迎えられると思います。私は人と話すのが好きなので、コミュニケーションをとるのは楽しいと思っています。また、手術関連業務の楽しさは、離床の援助をするときだと思っています。術後、痛くて痛くて歩けないと訴えがある患者さんも、話をして気持ちが落ち着くようにし、それから歩けるように援助すると、最後は「ありがとう」と感謝の言葉をもらえたりする。そういう場面が働いていて楽しいかなと思います。

看護師 3: そういう意味では手術部では、患者さんと関わる時間は短い部署になります。長時間の手術もありますが、早い手術だと 1 時間かからず終わってしまいます。1 日の流れは、朝一の手術の準備から始まります。朝一の手術は、8:25~8:45 分くらいまでに 10 件~11 件くらい入室があり、それぞれの手術室に分かれます。お昼休憩は交代でとります。器械出しと外回りに分かれますが、器械出しは、ドラマでも見るような医師にメスといわれて渡すような役割で、外回りというのは、全身麻酔だったら、麻酔科医に言われたお薬を準備したり、患者さんの状態を観察したり、患者さんの全身管理を麻酔科の医師とともにしています。手術する場所は清潔野で、私たちの日常の清潔・不潔とは違うものになるので、慣れないうちはすごく難しいです。実習に来たりすると、看護師からすごく不潔だから近寄らないで(笑)と言われることもあるかもしれないですが、患者さんの不利益にならないように清潔・不潔を分けて手術の侵襲以外を患者さんに起こさないように管理しています。

◆看護師の新人教育制度について

学生 3: 先ほどのお話の中にペア制というものがあったと思います。すごくいいなと思いましたが、それ以外に新人看護師の教育で行っていることがあったら教えていただきたいです。

看護師 2: ペア制についてはそれぞれの病棟で働き方があって、他の病棟では違うところもあります。大学病院で新人教育というと、1 年の間に習得することが決まっています。入職して最初のころは研修の時間が多く、そこで基礎的な技術を身につけて、病棟で先輩たちと働きながら実践を積んでいきます。病院全体でプリセプター制度というものもあります。新人看護師をプリセプティー、先輩看護師をプリセプターと呼びます。1 年間で習得する技術表があって、評価を 3 ヶ月、6 ヶ月、1 年目で行い、苦手な部分があれば集中して教えても

らえたりします。話やすい先輩が1年間面倒を見てくれる制度と、大学全体での技術習得の制度があるので、自分が新人の時はとても助かりましたし、働きやすいなあとすごく思いました。

看護師1: 私は今の部署に異動して3年目で、その前の部署には5年いました。私はプリセプターの先輩が大好きで、技術はもちろんですがメンタルも支えられました。コロナの前は仕事が終わってご飯を食べに行くこともありました。仕事の悩みを聞いてもらったり、命を預かる仕事なので、駄目なこととか、きちんとやるべきことを教えてもらえたり、プライベートでも相談にのってくれたり、とても心強かったです。

看護師3: 手術部もプリセプティー、プリセプター制です。私も5年目になるので、1年目の看護師のプリセプターを行っています。病棟だと2年目、3年目の看護師がプリセプターになると思いますが、手術部は他の病棟と進み方が違うので、4、5年目がプリセプターになり始める時で、私も今その時期です。私が新人の時、プリセプターの先輩にすごくよくしてもらいました。特に手術部は学校で勉強しないことばかりなので、まず物の名前や針の使い方から、わからないことばかりでしたが、プリセプターの先輩には聞きやすかったです。先輩を使う気でどんどん話しかけてほしいです。

学生4: わからないことがあったら全部聞いても怒られないですか？(笑)

看護師2: 全然大丈夫ですよ。むしろ聞いた方がいいと思う。

看護師1: 入職して最初の研修は、学校で勉強してきた内容の延長線上にあります。私たちの時は、研修は入職した全員で行っていたので、大学が違う子、病棟が違う子との交流の場にもなって、いろいろ情報交換したり、仲間が増えたりしました。同期は大事にしてください(笑)

学生1: 1年目の研修は、お休みの日に入ったりすることはないですか？

看護師2: 基本、ほとんどないですが、1年に1、2回、自分の知識向上のために看護協会主催の勉強会に参加するために、休みに研修に行くという時はあるかもしれません。技術研修は日勤の時間帯で行っています。個人的に看護協会で開催する研修会に参加する時や師長さんの勧めで受ける研修会については、休みの日に参加することもあるかもしれませんが、基本的に週休2日は守られていくので、しっかり休んでください。

◆配属先と部署異動について

学生 4: 僕は附属病院への就職を考えています。就職した後の研修制度については安心しましたが、配属部署はどうやって決まるのかが知りたいです。

看護師 2: 私の時は、入職の時に第三希望まで希望を出しました。私は運動が好きだったので整形外科を第一希望にして希望通りに配属されました。配属は希望を考慮して行われると思います。

看護師 1: 部署の異動は、だいたい 5 年目くらいまでに初めての異動をすることが多いです。早い人だと 2 年目に異動することもあります。1 年に 1 回は、配置換えの希望有無を出します。私も、最初は第三希望の科でした。後は実習先だとか、勉強しながら興味を持つ領域とか、やってみたいなって思うところが出てくると思います。医師ではないので特定の分野だけというのは難しいと思いますが、希望は汲み取ってもらえると思います。

◆現所属（科）を希望した理由

学生 1: 配属の希望は第三希望まで出せるとおっしゃっていましたが、どういうところを見てその科を選んだのか決め手になったものがあれば教えていただきたいです。

看護師 2: もともと外科系に行きたいと思っていて、リハビリのスポーツ系も興味があったので、整形外科を希望しました。部署異動の際は、手術をした人が回復をしていく過程を見るのがすごく楽しく、次も外科系がいいなと泌尿器科を希望しました。泌尿器科は直感で選びましたが、もともと興味があったので、どんな手術があるか、好きな離床を学んだり、経験することが楽しくできそうか、ちゃんと下調べもしました。

看護師 1: 私も実習の経験から外科系がいいなと思っていたのと、看護師の姉が泌尿器科で働いていたことがきっかけです。周手術期の患者さんが入院、手術して、回復していく過程を学んだり、経験できたらいいなと思って。私がこれまで経験してきた泌尿器・消化器外科で共通するのはストーマケアですが、部署異動の時は、泌尿器科で経験したことが活かせるかなと思い、外科系を第一希望に書いていました。

看護師 3: 私は第一希望の手術部に配属になりました。希望した動機はありきたりかもしれませんが、医療ドラマを見てかっこいいなって思ったことです。手術室にいと、術前から術後までトータルで見ることにはできませんが、開腹や開頭だったり、いろいろな手術を見ることができるので、解剖に強くなれると思ったからです。



◆大学病院で働くことを決めた理由

ファシリテーター：県内色々な病院がある中で、弘前大学病院に決めた理由は何ですか？

看護師 1：私は弘前が地元で、この周辺で生活していて実家から通えるし、実習に来ていて病院の教育の感じもわかったし、大きい病院だったので決めました。仕事の流れや物品がわかっていると、入職してからの仕事のスタートがスムーズかなとも思いました。

看護師 2：私は青森県立保健大学出身で、4年間青森市で一人暮らしをしていました。地元が弘前なので、実家に戻ると給料は自分の好きなことに使えるので、弘前大学一択でした。兄弟がみんな関東に出ていたので、親の戻ってきてもらいたい気持ちもあって、実家に戻りました。

看護師 3：私は弘前大学の保健学科出身で、地元も弘前なので、県内なら弘前大学病院かなって思っていました。3年の時は関東方面での就職も考えたんですけど、親もいるし、何かあった時に地元にいる方がいいかなと思い、弘前大学病院にしました。

学生 2：弘前出身の方が多かったですか？

看護師全員：いや、バラバラだね。

看護師 2：県内の人が多いとはおもうけど、色々な市町村の方がいます。

◆夜勤について

※参考（勤務体制について）：弘前大学医学部附属病院 2024 【看護職員募集案内】

<https://www.med.hirosaki-u.ac.jp/hospital/nurse/pamphlet/2024/#page10>

学生 2：夜勤のことも知りたいです。1ヶ月の夜勤について、回数は決まっていますか？

看護師 1: シフトが4週間でです。4週8休のシステムなので、4週の間には休みを8休いれます。2交代で5、6回夜勤が入ります。

看護師 1: 大学病院の2交代は2パターンあって、ほとんどの病棟で、長日勤、夜勤、非番明け、休みをセットにした13時間夜勤を行っています。長日勤というのが8:30~19:30の勤務です。長日勤の次の日が夜勤、非番となります。もう1パターンの夜勤は、16時間夜勤です。ICUなどで行って、日勤と夜勤しかないので日勤が8:30~17:00、夜勤が16:30~9:00の勤務です。

看護師 2: 夜勤では、仮眠の時間もあります。

看護師 1: 私の病棟は長日勤を取り入れているので、長日勤の看護師が患者さんを主に受け持ちます。日勤の看護師は、手術や入院の患者さんを担当しています。長日勤で担当した患者さんを、次の日夜勤でも担当するので、比較的夜勤は担当しやすいと思います。あとは、部署によって3人夜勤と4人夜勤があって、私の部署は曜日によって違います。手術の日は夜勤の人数を増やして担当しています。

看護師 2: 3交代の勤務には、日勤の他に準夜勤と深夜勤があります。準夜勤務の場合、16:30~1:00の勤務で、次の日も16:30~1:00の勤務となることが多く、夜中の1:00に帰宅して、その日は休みのような勤務です。3交代だと、夜中に帰って寝るともう昼になっているので、休みが少ないように感じるがありました。深夜勤の場合は、深夜勤務の前に日勤をする場合と休みの日の場合があります。体感として、休日であっても休みじゃない感覚になることがあったので、2交代は夜勤の時間は長いけど、休みが増えたと感じています。

学生 4: 夜勤は眠くなりませんか。

看護師 2: その人の体力と、体力に合わせた過ごし方に寄りますね(笑)。私は起きるのは得意なので、前日にお酒を飲んだり好きなことをして、昼14:00頃まで寝て、食事をして仕事に行きます。長日勤が終わった夜が一番好きです。コロナ前だと、長日勤終わってからそのまま出かける人も多かったですね。

看護師 3: 手術室は当直で16時間夜勤です。手術部は17:00までには手術が終わるようにスケジュールを組んでいるので、手術が終わって、次の日の準備として、機械を洗浄したり、滅菌したりという業務を当直帯ではやっています。私たちは、だいたい2、3人で夜勤をやっているので、長時間の手術がある日は、その手術に入ったり、緊急手術を担当することも

あります。翌日の手術が滞りなく行われるように準備をするのが当直帯の仕事です。病棟だと、夜勤は5、6回あると聞いていましたが、私たちは多くても月1、2回しかありません。

看護師 2: 私の病棟は月に4、5回の夜勤です。

看護師 3: 手術部もしばらくは、暦通りに月曜から金曜日まで仕事をして、土日祝日休みという勤務になります。入職して最初のうちは、生活のリズムを作りやすいメリットもあります。

ファシリテーター: 休むこともお仕事ですね。お休みのことですが、新人さんはすぐ夜勤に入ったりしないっていいことですね。夜勤とか祝日などお休みの勤務は割と段階的に入っていくような感じですかね。

看護師 1: 5月下旬から6月くらいに一度お試し夜勤みたいなものがあります。看護技術の習得具合にもよりますが、早いと夜勤や土日の勤務は夏くらいから入ってくるかな。GWまでは新人看護師はカレンダー通りで行くことが多いと思います。休みも希望すれば取れます。部署にもよると思いますが、私の部署は希望が通る方なので、夜勤、非番と合わせてお休みを取ったりしています。

看護師 2: 非番をうまく使って、旅行に行ったり、そういう楽しみもあります。

◆男性看護師は少ない？ずっと続けられる？

学生 1: 3年生で病棟を回って気になったのが、男性看護師さんはいても、年齢層の高い方をあまり見かけませんでした。看護師としてキャリアを積むにあたって、何十年も男性看護師として職場で働くことができるのかが気になりました。

看護師 2: 今まさにそこを考えているところです。実際、上の年齢の男性で働いている数は少ないです。昔も病棟で男性の副師長はすごく少なかったんですが、今は管理職となっている方も増えているし、師長さんになった方もいます。そういうキャリアアップという意味では道は開けてきたのかなと思います。あとは、学校の先生になる人もいるし、ファシリテーターの先生も看護師として働いていた方だと思います。病棟も昔は、手術室や精神科だけでしたが、今は一般病棟で働く人も増えてきています。ずっと病棟に居てもいいだろうし、実際病棟で働いてみて、その病棟でずっと働き続けるのが難しいと思えば、また次の道を考えてみてもいい。資格を取りにまた勉強に行こうかなって思ったりしています。

学生 1：資格はどういった資格を考えていますか？

看護師 2：認定の資格です。1つそういう武器があった方が男性は働きやすいのかなって思います。資格がなくて看護師ひとつでいくのもいいと思いますが、コロナもあって考える時間がたくさんあったので、ちょっと勉強でもしてみようかなって思いました。

学生 1：他の男性看護師の方も違う病棟で勤務なさっていますか？

看護師 2：そうですね。先輩とかでも 16 年とか働いている方はいます。私が入ったころは男性看護師が 15 人くらいしかいませんでしたが、今は 50 人くらいいて、男性看護師は増えてきています。

看護師 3：術場では全身麻酔で意識がない状態の患者さんの異常の発見、対応なども行うため、男性看護師を頼りにしています。術場には男性看護師が 5、7 人いますが、仲良くやっていますね。男性看護師は目立つので、医師からはすぐ覚えてもらっている印象があります。

看護師 2：確かに。先生と仲良くなりやすいかもしれない。

ファシリテーター：女性が多い職場で心配や難しそうなのがあるかもしれないけれど、たぶん女性看護師は男性看護師のことを頼りにしていると思うので、頑張っってね。

◆お休みの過ごし方について

学生 1：休みの日の過ごし方を聞きたいです。職場以外でのコミュニティだとか、サークル活動など所属しているものはありますか。

看護師 2：私はサッカーをやっていて、以前の病棟では医師主催のサッカー大会と一緒に出たりしました。試合は、他の病院も多く参加していて、病棟チームで参加させてもらいました。その他、社会人リーグのチームにも参加していました。

ファシリテーター：お仕事とは別のコミュニティを作ったりして、プライベートを充実させているんですね。

学生 3：その他の休日はどのように過ごしていますか？

看護師 3：私はバイクに乗っていて、雪がない時はバイクでツーリングしています。自動車

の免許は持っていたんですが、中型バイクの免許は働きながら取得しました。

看護師 1: 私は旅行が好きなので、非番をうまく使って、東京や大阪の友達に会いに行ったりしました。先輩では海外行く人もけっこういて、土日休みと夏休み6日を繋げて10日くらい休みを取り、アメリカやハワイに行つたと聞きます。



◆就職活動・国家試験について

学生 1: 就活中にどういった準備をしていたか教えてください。

看護師 1: 希望する病院以外の病院もたくさん見るのも大事だと思います。各病院で特色があるし、一つにとらわれず、見て欲しいと思います。実際に病院を見に行つて、雰囲気を知ることが大切です。他には、言葉使い、所作を見られると思うので、頑張ってもらいたいと思います。勉強は、授業をちゃんと聞き、友達と問題を出し合うなど楽しく覚えた方が覚えられます。3年生の時の実習が一番辛いと思いますが、4年生はちょっと余裕が出てくるので、仲間を大切に学生生活を楽しんでください。

看護師 2: 就職は雰囲気とか人柄をみられると思うので、知識も大事ですが、言葉づかいも大事にしてください。私の友達は、あまり面接の練習をしない人が多かったですが、緊張しすぎない方がいいと思います。でも言葉づかいは大事です。

看護師 3: 色々な病院を見るのはいいと思いますし、面接は特別練習まではしていませんでしたが、質問を予想して答えを考えたりはしました。勉強はアプリを使っていました。

ファシリテーター: 色々な勉強法があるので、各々自分に合ったものを使っているんですね。4年間を通して自分がやりやすい勉強法っていうのを気づいていくかなと思うので、本を見て覚える人もいれば、動画をみて覚える人もいる、自分に合った勉強法を見つけていくのがいいんじゃないかと思いますね。

学生 3: 皆さんはいつごろから国試の勉強をされましたか？

看護師 1: 夏から模試があると思いますが、国試の勉強は早い子は就活を早めにやって、夏からスタートっていう子もいました。私は、肌寒くなって雪がチラホラ降ってきてから本格的に始めました。自分が一番覚えやすい覚え方でやれば、効率よく出来ると思います。

看護師 2: 模試の過去問の答えを見返せるようにしておくことも必要です。答えを覚えるのではなくて、なぜ正解なのか、解説が大事です。友達は夏くらいからやっている人もいました。

看護師 3: 早い人だと4年生になってすぐ始めている人もいましたが、だいたい夏の模試から、本格的にやらないといけないって思い始めてくると思います。部活もあつたりすると、引退の時期にもよると思いますが、自分の勉強法を見つけてもらえればと思います。



◆先輩看護師が後輩に求めるもの

学生 1: 5年目以降の看護師さんからみて、1年目～3年目のような働きだての看護師さんに求めるものはありますか？スキル以外の働く姿勢だったり、こういう看護師になってくれるとありがたいなとかありますか？

看護師 1: 自分で勉強して知識を自分のものにするのはもちろんだけど、「わからないこと」を教えてほしいです。最初って、自分が何をわからないかがわかenらいたいと思うんですよ。だからなんでも聞いてほしいです。入職したらわかると思うんですけど、どうしても声をかけづらいときもあると思います。命の現場でもあるし、忙しいとやっぱり、ピリついたりもあるので。でもその時間けなくても、業務が終わってからでも、聞いてもいいですし、素直に隠さずに教えてほしいです。あいまいなままにしておく、あの時間聞いておけば良かったなと思うこともあるので。1年生のうちに聞けるところは聞いて、あとはもじもじしないのでハッキリしてほしいかな。

看護師 2: 私が思うのは、わかる？と言われてわからなかったら、素直にわからないって言

ってほしい。それが1年目の特権なので。わからなかったら、わかりませんが減ってくるのが勉強だと思います。新人看護師から、これはここまでやってもいいと言われましたとか、一人ではやったことありませんとか、具体的に自分がどこまでできるか伝えることが、教える方も教えやすいし、自分にもメリットしかないかなど。いっぱい勉強しすぎるのも疲れてしまうので、その日のわからなかったことをメモしたものを家で勉強するだけで成長に繋がると思います。その日のことを1つずつ忠実にやっていくだけでもすごくいいと思います。一気にやろうと思ったら大変になっちゃうから。

学生1: 少しずつでもわからないことを減らしていくということですね。

ファシリテーター: 今日には看護師の仕事内容、休日の過ごし方、最後は就職活動や国家試験のアドバイスなど、皆さんの聞きたいことたくさん聞きましたか？3年生はこれから4年生の実習をして就職活動、国家試験、看護師になる準備を進めていきますし、2年生は来年度病院での本格的な実習がはじまっていくかなと思います。看護師という仕事について、学生の皆さんも気づいたところもあると思いますし、今日話を聞いてみていいなと思ったところは、自分の生活に取り入れてほしいと思います。看護師の皆さんのお話はとても皆さんにとって参考になるお話でしたので、ぜひ、看護師の卵になって先輩たちの仲間入りができるように頑張ってください。

ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。

オンライン参加者の皆さまもたくさんの質問をありがとうございました。