

きらり 看護学生

2026年 04 05 月号



- 02・03 私の出会った患者さん—— 梶 梨央さん(訪問看護ステーションてがら)
- 04・05 看護学校入学おめでとう!先輩からのアドバイス
- 06 看護学生日記—— T.Yさん(神戸看護専門学校)

- 07 ほっとStation
- 08 学生版 多職種カンファレンス

私の出会った 患者さん



姫路医療生活協同組合
訪問看護ステーションてがら
梶 梨央さん



はじめまして。私は訪問看護ステーションてがらで看護師をしています。私は訪問看護に来るまで一般病棟で約5年勤務をしていました。病棟では様々なサービスを利用して自宅に退院される患者さんが多かったため、患者さんが退院後どのような生活をしているのか学びたいと思い、訪問看護に再就職しました。訪問看護は病棟とは違い、治療をするのではなく利用者さんの生活を支えその人らしく過ごせるために支援しています。そのため、自宅にある物品を使用してケアをすること、その日の利用者さんの体調に合わせた必要なケアや看護を自分で考え関わることなど、最初は戸惑いもありました。しかし、たくさんの利用者さん、所長、主任をはじめ

とするみなさんに支えて頂きながら、働き始めて約2年(内1年育休)が経ちました。

訪問看護ステーションてがらでの看護師は、担当制ではなく様々な利用者さんを訪問をしています。その中で私が出会った利用者さんで印象に残っている方を紹介します。

Aくんは在胎27週で緊急帝王切開により低出生体重児として出生し、在宅酸素を使用しながら自宅へ退院されました。また臍ヘルニアの既往もあり、状態観察・在宅酸素管理・臍ヘルニア処置を目的として看護師の訪問が開始されました。お母さんは3人のお子さんを育ててこられた経験から、ミルク量や排便の観察などの基本的な育児は問題なく行っていました。しかし、Aくんは体動が活発で酸素カニューレが外れやすく、何度も付け直す負担が大きいため、自宅では酸素が十分に装着できていない場面も見られました。

私自身も0歳児の育児を経験していたため、育児に伴う疲労感や大変さに深く共感できました。そのため看護師としては、まずご家族が抱えている負担や不安を丁寧に受け止め、在宅でも無理なく継続できるケア方法を一緒に検討することを大切にしました。ご家族の「大変さ」を否定せずに寄り添いながら、現実的で実践しやすいケアの工夫をともに考え



る姿勢を心がけました。

現在、お母さんには子育てによる疲れも見られず、Aくんも順調に成長しており、呼吸状態も安定して過ごせています。自分自身の子育て経験を仕事に活かすことができよかったです。

病棟では業務が多忙で、患者さんとゆっくり向き合う時間が十分に取れないこともありました。訪問看護では利用者さんとじっくり関わることができ、毎日の関わりがとても楽しく感じられます。また、訪問看護を経験してみて、病棟ではどうしても病気中心の視点になりがちだったことに気づきました。実際の生活の場に入ることで、利用者さんが「できない」と感じている背景には、生活環境が大きく影響していることを初めて理解できる場面も多く、毎日学びが多いです。今後も利用者さんの生活に寄り添い、その人らしい暮らしを支えるために、日々の関わりを大切にしていきたいと考えています。

訪問看護で得られる学びを積み重ねながら、自分自身も成長していけるよう今後も努めていきます。



看護学生のみなさんへ

訪問看護って、みなさんはどんなイメージを持っていますか？「一人で訪問するから不安」「病院より難しそう」そんな声をよく聞きます。でも、訪問看護ステーションてがらで働くスタッフは、毎日とても楽しそうに利用者さんのもとへ向かっています。特色のある利用者さんとの出会いも多く、毎日がちょっとした発見の連続です。

てがらには、小児、精神疾患、難病、重症度の高い方など、本当に多様な利用者さんがおられます。必要に応じて看護師2名で訪問することもあり、決して「一人で抱え込む」ような働き方ではありません。むしろ、チームで支え合いながら、その人の生活に寄り添う看護をじっくり実践できる場所です。20代から60代まで、てがらには幅広

い年代の看護師やセラピストがいて、経験も得意分野もさまざま。だからこそ、お互いに助け合いながら、安心して成長できる環境があります。

看護学生のみなさんにとって、訪問看護はまだ少し遠い存在かもしれません。でも、地域で暮らす人々の生活を支えるという視点は、どの分野に進んでも必ず役立つ経験になります。みなさんがこれから進む道の中に、訪問看護という選択肢が加わり、地域での看護の魅力に触れてもらえることを心から願っています。少しでも興味を持ってもらえたら、ぜひ現場を見に来てください。きっと、訪問看護のイメージが大きく変わるはずです。

学校、課題などの勉強面のアドバイス

授業をしっかり聞く！眠くなる授業もありますが、授業中に重要なポイントや、テストに出るところをさりげなく説明される先生も多いです。

授業中に
ヒントあり

友人と一緒に勉強したり、教えあったりすると知識の定着に繋がりました。

仲間と
ともに

前もって勉強する！早めから自分なりに覚えやすいように要点まとめておくと後々便利だと思います。

課題は早めに

毎日の5分の復習を意識してたら自然と1時間勉強してます！勉強スイッチが重たく固くても勢いで！

最初の5分
大切

実習のアドバイスをぜひ教えてください

事前学習

実習前の事前学習は、余裕をもって取り組みましょう。疾患や援助内容を理解しておくことで、実習中の学びがより深まります。準備ができていると、自信にもつながります。



睡眠

ご飯をしっかり食べて、睡眠の質を高めることも大切です。そして、早く寝たいなら実習から帰ったらすぐに記録に取りかかること。後回しにしないことで、心にも時間にも余裕が生まれます。



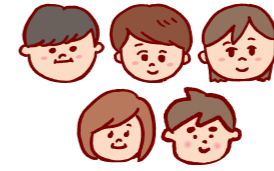
メモ書き



実習中は、メモを全力で取りましょう。その場で感じたことや学んだことは、その瞬間に書き留めることが大切です。メモは後でまとめて書かず、必ずその時に残すことがポイントです。

高校生活との違いに驚いたことがあれば教えてください

専門学校は社会人の人も多く、さまざまな職種で働いていた人や年齢も違うため、いろんな人と関わることができること。



暗記だけでなく、根拠を考えながら学ぶことが必要だと感じました。



テストの科目の多さや土日の自由時間の短さに慣れるのに大変でした。

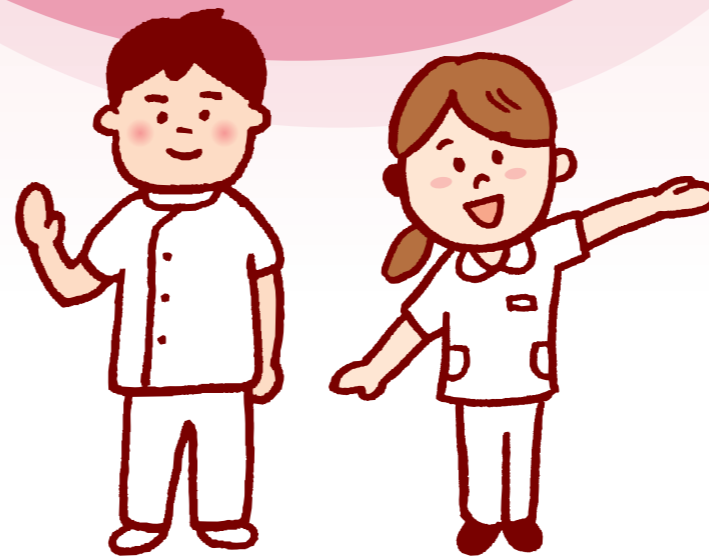
高校とは違い、看護について専門的に学べます。実習などで現場に行き行って学べるので、より看護師になりたい意欲が高まります。



看護学校では進級が決して簡単ではなく、努力が必要だと実感しました。高校までの学習環境がいかに恵まれていたかにも気づかされました。

看護学校入学おめでとう

14人の先輩看護学生さんに聞いた。看護学生生活のヒント



新入生へのメッセージをお願いします



辛いこと、しんどいこともたくさんありますが仲間や指導者さん、患者さんとの関わりはそれらを越える励みになります。頑張ってください。

テスト、課題、実習、大変なこともあるけど3年間の学生生活を同じ学年と仲良く協力しながら、勉強して楽しみながら過ごすことで、愚痴をこぼしながらも耐えれたとおもいます！遊ぶ時は遊んで勉強のときは真面目に取り組む！切り替えをもって楽しい看護学生生活を送ってほしいです！



看護の道へようこそー！！ありえないくらいしんどいこともたくさんあるけど患者さんと接した時は選んで良かったとも思えます！あほでも2年に上がったので！一緒に頑張らましょー！



勉強も大事だが学生の時しかできない経験や思い出も大切に自分のペースで頑張ろう！



看護学生

日記

兵庫民医連
奨学生



神戸看護専門学校
3年生
T.Yさん

✓看護師をめざしたきっかけ

幼い頃から体調を崩すことが多く、看護師の伯母に母がよく体調について相談をしていました。その姿をみて、自分も同じようにアドバイスできるような存在になりたいと思い目指すようになりました。また、両親から「看護師が向いてと思うよ」とアドバイスを受け、伯母と同じように人の役に立てる職種だと思い選びました。実習を通して、人とのコミュニケーションの大切さや個性について学び、さらに看護師になりたい気持ちが強くなりました。

✓趣味

音楽を聴くことと映画鑑賞です。フェスのような賑やかな音楽やクラシックやジャズなどの落ち着いた曲などが好きです。映画鑑賞では、ヨルゴス・ランティモス監督の映画を観るのが特に好きです。映画を観た後にネットで色々な考察の記事を見ているような考え方に触れることも好きです。



✓ストレス解消法

音楽を聴くことと、イラストを描くことや何かを作ることです。

奨学生に記事を書いてもらい、通っている学校の紹介や最近の楽しみ、悩みなどを掲載しています!! 学生の皆さんは共感できることも多いのではないのでしょうか。ぜひ、読者の声で感想や質問もお待ちしております!!

ストレス解消するときに聴いている音楽は、曲のこと以外何も考えられないように大音量で曲を聴きます。また、イラストを描くときなどは、勉強のことは忘れてそのことに没頭できるのでストレス解消の一つです。ストレスを解消できるものは何かに没頭している時だと思っています。



✓私の学校自慢

私の専門学校は、「共有活動」という1~3年生の12人ぐらいを1グループとし、看護について意見交換をする時間があります。上の学年の経験や考えを共有し学べるのがこの学校の強みだと思います。



✓奨学生になって良かったこと

看護奨学生交流会に参加し、学校外の人と交流ができることや、看護師や医師の方々の話を直接聞くことができるので、奨学生になって良かったです。

去年は、災害医療についての講義を聴いた後、段ボールを敷いて避難所生活を体験し、グループワークをしました。奨学生だからこそできる学習や体験は貴重です。

また、勉強する時間が増えるとアルバイトをする時間がなくなるため、奨学金を借りることで学業に集中できるようになりました。



読者の声

ぼんださん! 推し活は社会人になってからさらに大事な活力になるかと思えます。ぜひ仕事も推し活も楽しんでください!

来年から新人看護師として働きます! 社会人になっても推し活を続けて仕事が楽しいと思えるような生活をしたいと思いました! (ぼんだ)

かなさん! 看護学生としての1年間、本当にお疲れ様でした! 2年生もさらに飛躍の1年になりそうですね☆応援しています!

もうすぐ2年生です! 実習も勉強も趣味も頑張ります! (かな)

スタバの桜シリーズのグッズが可愛すぎる! もうすぐ満開の桜を見るのが楽しみ! (ぼーちゃん)

ぼーちゃんさん! スタバの桜シリーズ、かわいいですよ! 今年も桜の季節楽しみましょうね☆

りっちさん、ありがとうございます! 診療所での看護の雰囲気を感じ取ってくださってとてもうれしいです☆

診療所の雰囲気が見れたのが良かったです。アットホームで働きやすそうだと思います。(りっち)

初めての病棟実習ががんばります! (みーみ)

みーみさん、初めての实習はドキドキですね。素敵な出会いがありますように!

国家試験が終わり、今までの頑張りが自己評価の段階では一息がつけました。(匿名)

国家試験、本当にお疲れ様でした(*´▽`*) これまで頑張った分、入職までのラストの学生期間、思う存分楽しんでくださいね!

【教えて!! あなたの息抜きの方法は?】

睡眠

睡眠不足だと頭が働かずに普段行動できることもできなくなってしまうので、寝ることが重要だと学生生活を通して思いました!



たくさん友達とおしゃべりする、美味しいもの食べながらカフェでゆっくりする
友達と話していたら、嫌なことも時間も忘れられるから



読者に聞きました

さあこのテーマは?

教えて!! あなたの好きなおにぎりの具は?

- ①うめ ②しゃけ ③ツナマヨ
- ④おかか ⑤こんぶ

今回は、「おにぎり選手権」!!
たくさんの投票をお待ちしています!

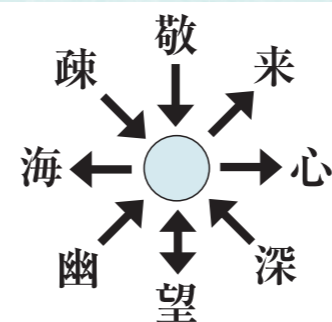
簡単!!
1分で回答できます

漢字熟語パズル&アンケート回答で応募!
抽選で5名様に図書カード
締切:5月10日必着
※当選発表は発送をもってお知らせします!

アンケート回答、パズルの解答はこちらから



漢字熟語パズル



矢印方向で二字熟語ができます。真ん中の空欄に漢字を入れましょう。
前回答え「結」

広報誌を読んでくださってありがとうございます!

「こんな企画してほしい」「ここをもっと知りたい!」など、皆さんの声をぜひお聞かせください。ご意見・ご要望は下のQRコードから簡単に送信できます。次号の企画づくりの参考にさせていただきます! たくさんのメッセージ、お待ちしております!



毎年好評の医系学生企画!

学生版

多職種

大阪医科薬科大学病院 総合診療科科長
 地域総合医療科学寄附講座・特別任命教員教授

鈴木富雄 医師

カンファレンス

～病気ではなく人を診る 患者に寄り添う医療とは～

学生同士の多職種カンファレンスを開催します。
 医療系の学生が集まって、実際にあった医療現場での事例をもとに、ディスカッションします。
 専門的な知識はなくてもOK!お気軽にご参加ください♪

2026年6月14日(日) 13:00～17:00

会場 神戸市産業振興センター

対象 医学生、看護学生、薬学生、医師をめざす高校生・予備校生

参加費 無料

定員 先着50名

昨年参加された方の声

- レッテルを貼らずに患者さんを診ることが大切だと思った(医学生)
- 患者さんの背景に隠れているものは一つじゃないからこそ多職種と連携し、支援することが大切だと思った(看護学生)
- 「これはこういうもの」と思い込んでいる部分も疑問を持ち、「どうにか解決できないか」と思う大切さを改めて感じる事ができた(薬学生)

お申込み・お問い合わせ

兵庫県民主医療機関連合会 医系学生担当まで

兵庫県神戸市中央区港島南町5丁目3-7 TEL:078-303-7351

Email : igakusei@hyogo-min.com

お申し込み
 はこちら

