

やっぱり

看護のミゴト

アナタイロの未来、あります。



生きるを、ともに、つくる。

公益社団法人 日本看護協会



病院・診療所

入院患者さんには24時間、交代で看護します。



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。

広がるフィールド、アナタイロ

看護の仕事には、幅広い活躍の場があることを知っていますか？

看護は、その人がその人らしく生きることを医療と生活の両面から支える奥の深い仕事であり、大きなやりがいにあふれています。

看護職の先輩たちは今日も、さまざまな場所で活躍しています。

いろいろな領域であなたらしく活躍できる看護を、あなたの未来の仕事にしませんか。



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。

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。



産科・助産所

妊婦さんの健康管理や出産を助し、子育ての支援もします。



どちらがう？ 看護師・保健師・助産師の仕事

看護師

看護師の仕事は、傷病者やじょく婦（産後間もない女性）の療養上の世話をしたり、診療の補助を行うこと。“人を見る”という看護師独自の視点で、対象となる人を身体や精神、社会、文化などさまざまな側面から捉え、情報を総合的にアセスメントし、必要な看護を的確に判断します。病院や診療所などの医療機関のほかに、訪問看護ステーションや介護・福祉関連施設など、人々の生命と生活を支える専門職として、看護師が活躍する場はどんどん広がっています。

今後さらに高齢化が進むため、これからの医療を支えるためには看護師が多様な場でさらに役割を發揮することが期待されています。

資格が
生かせる場

病院・診療所／訪問看護ステーション／介護保険施設／介護福祉施設／社会福祉施設／教育機関／企業／研究・開発機関／官公庁・職能団体／国際機関 など

保健師

保健師の仕事は、人々が健康な生活を送れるように保健活動を行うこと。保健所・保健センターなどの公的機関で働く保健師が多く、地域の健康データを分析した上で、問題の解決に向けて乳幼児健診や健康相談、生活習慣病予防対策などを行っています。また、家庭訪問による健康問題の解決への支援を行うなど、子どもから高齢者まで健康に暮らせる地域づくりに向けて活動し、健康に関する自治体の政策にも関わります。

企業では、働く人たちのメンタルヘルス対策や健康相談、健診結果に基づく保健指導、環境調整も行います。

資格が
生かせる場

都道府県・保健所／市区町村・保健センター／子育て世代包括支援センター／地域包括支援センター／企業の健康管理室／健診機関／海外での保健活動／官公庁・職能団体 など

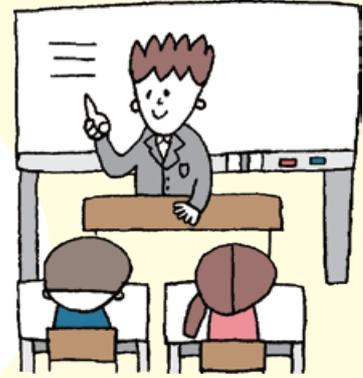
学校の保健室

児童・生徒の健康管理や相談に応じます。



看護の教育機関

看護大学や学校などで看護学生の教育・指導や研究を行います。



の未来。



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。



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。



フライトナース

ドクターヘリに搭乗し、医師と共に患者さんの救命活動を行います。

助産師

助産師は、妊産婦への保健指導や出産の介助、産後の母子のケアを担っています。ほかにも、育児指導や、不妊治療を行っている夫婦の相談、思春期・更年期の性と健康に関する相談など、女性の生涯を通じた性と生殖における健康問題に関わります。病院・診療所に勤務する以外に、自分で助産所を開業することもできます。

2015年から助産実践能力習熟段階(クリニカルラダー)レベルⅢ認証制度が始まり、助産師の実践能力が可視化されるようになりました。実践能力を認証されると「アドバンス助産師」と称されます。

資格が
生かせる場

病院／診療所／助産所(開業が可能)／助産師教育機関
／都道府県・保健所／市区町村・保健センター／海外での助産活動／官公庁・職能団体 など

／ さらにエキスパートを目指すなら ／ 専門看護師・認定看護師

看護職は資格取得後も、知識・技術を高めることが求められます。キャリアアップの仕組みとして、専門性の高い看護師を認定する制度があります。それが専門看護師と認定看護師です。どちらも実務経験5年以上で、そのうち3年は専門看護分野または認定看護分野の看護経験を持つ人がそれぞれ定められた教育を受け、審査に合格することで認定されます。医療の高度化や専門化に伴って専門看護師・認定看護師への期待は高まっています。

● 専門看護師

がん看護、精神看護、地域看護 など

● 認定看護師

救急看護、皮膚・排泄ケア、感染管理 など

もっと知りたい人はWeb動画「キラリ! 看護のシゴト」(裏表紙)をCheck!

これが ワタシ口の 仕事です



Interview 01 仕事と育児の両立

[看護師] **岡田真由美**さん

病院 急性期病棟勤務

**看護師であり、母であること。
両方とも大切にしながら
充実した毎日を過ごしています。**

昨年、初めての出産を経験し、現在は夜勤なしで短時間勤務をしています。夫の協力もあり、子どもが5カ月になったころから復職しました。早めの復帰を後押ししたのは、出産の翌月に感染管理認定看護師の合格通知が届いたことです。学んだことを、早く医療の現場で生かしたいと思いました。

復帰して自分が変わったと思うのは、患者さんだけでなくご家族も含めて安心していただくことへの意識が高まったことです。自分を守るべき「子ども」という存在ができたことで、仕事をやる上での視野も広がったと思います。

職場の上司や同僚には子育て経験者が多く、仕事と子育ての両立を、周囲の理解と思いやりが支えてくれていると感じています。看護師は、結婚や妊娠・出産を経験しながら、専門職として長く働き続けられる職業です。一人の女性としての自分の人生も、職業人としてのキャリアも大事にできるのは大きな魅力だと思います。



朝の申し送りで夜勤の看護師から情報を受けて、日勤のケアを確認します。



ワタシのある1日

- 08:30 **出勤** 自営業で在宅勤務の夫に子どもを預けて出勤します。
- 09:00 **申し送り** 患者さんの情報をしっかり把握して、日中のケアにつなげます。
- 10:00 **清潔ケア** 蒸しタオルで患者さんの身体をふきながら、全身状態のチェックをします。
- 12:00 **昼食** お弁当を食べながら、夫からのメールで子どもの様子を確認。ほっと和むひとときです。
- 13:00 **検温・血圧測定** 病室を回り、患者さんの状態に異常がないかを確認します。
- 14:00 **転棟** 病状が安定し、一般病棟へ移る患者さんをお送りします。
- 16:30 **退勤** 早めに帰宅して、子どもとの時間も大切にしています。



看護職は生涯を通して働ける仕事です

看護職は一生働くことができる専門職です。育児や介護で一時的に今までのように働くことが難しくなった場合には、「短時間正職員制度」^(※)をはじめとした育児や介護と仕事との両立を支援する職場のさまざまな仕組みを利用することもできます。また、病院内保育所の設置など、ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)の取り組みも充実してきています。

※短時間正社員制度：ライフスタイルやライフステージに応じた多様な働き方が実現できるよう正職員のみで勤務時間や勤務日数を短くできる制度。育児や介護などさまざまな制約によって、働き続けることが難しかった人や働く機会が得られなかった人たちの就業や就業継続を可能とする働き方です。



[集中ケア認定看護師] **水流洋平**さん

病院 ICU(集中治療室)勤務

自分の専門性を高め、
他職種との連携も深めることで
質の高い看護を目指します。

看護師になって最初の配属は脳神経外科でしたが、自分からICUへの異動を希望しました。肉体も精神も過酷な状況にある患者さんを看護の力で支えることで、その後の回復過程や心の状態をよりよくしたいと考えたのです。

ICUで5年が過ぎ、後輩を指導する立場になったころ、認定看護師の先輩の考え方や仕事ぶりに刺激を受けて、私も認定看護師の資格を取得しました。より質の高いケアを提供するには、看護師として自分自身がステップアップすることが必要です。今では、医師、歯科衛生士、理学療法士などの他職種と連携したチーム医療にICUの担当者として参加するなど、知識や経験、調整力といった幅広い力が求められる役割も担うようになり、責任と同時にやりがいも一層増しました。

私の部署では44人の看護師のうち8人が男性です。男性看護師は着実に増えているので、看護の仕事に興味がある人は男女を問わず、ぜひチャレンジしてほしいと思います。



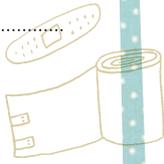
呼吸器ケアサポートチームのカンファレンス(協議)の様子。



[看護師] **松本優子**さん

訪問看護ステーション勤務

私を待っている人のもとへ。
地域で療養する方たちの
パートナーです。



私が看護師になって初めて勤務したのは大学病院の急性期病棟でした。会話もできないほど病状の重い患者さんが多い環境で看護師として経験を積むことができました。一方で、もっと一人一人とコミュニケーションを大切にしながらじっくりと関わってみたいという思いも湧いてきて、訪問看護ステーションで働くようになりました。

住み慣れた自宅で過ごす利用者の方々と1対1で接し、その方の生活に寄り添った看護を提供できるのは、訪問看護の大きな魅力です。ご自宅を訪ねると「待っていたよ」とか「会えてうれしい」と言ってくださるのがとてもありがたく、大きな励みになります。

私は一度社会に出た後、あらためて看護学校で学び看護師になりました。会社員だったころと比べると、看護職には年齢や性別に関係なく働き続けられる環境が整っていると思います。これからも私自身成長しながら、地域で看護を必要としている方々のパートナーとして共に歩んでいきたいです。



自転車で乗って、1日4件ほどの利用者の方々の自宅を訪問します。



〔助産師〕 中村育美さん

病院 産婦人科病棟勤務

人生の一大イベントである
妊娠・出産を支えることに
大きな喜びを感じています。



子どものころから看護の仕事に憧れていた私が助産師になりたいと思ったのは、高校の生物の授業で見た出産の映像に感動したことがきっかけです。進路は迷わず看護大学を選び、卒業後さらに専攻科で学んで助産師資格を取得し、病院に入職して3年目になります。

勤務先は、東京都母体救命搬送システムで「母体救命対応総合周産期母子医療センター」に指定されていることもあり、早産の可能性や高血圧などの疾患を抱えた緊急な対応・処置が必要な妊産婦さんが多く、さまざまなケースを看ることが出来ます。医療的なケアはもちろんですが、妊産婦さんの不安を和らげる心のケアも助産師の大切な仕事です。

「陣痛が一番つらい時に一緒にいてくれてありがとう」と言ってくくださった方や、1カ月健診の際に赤ちゃんの元気な姿を見せに病棟まで足を運んでくださる方もいて、女性の人生の中でも印象に残る出来事である妊娠・出産を支えることができるこの仕事に就いて、本当によかったと感じています。



妊婦さんのお腹にモニターをあて、心音を確認しながら赤ちゃんの状態を把握します。

〔保健師〕 菊地瑠美さん

市役所 保健予防課勤務

悩みを抱えた人に寄り添い、
生活の場に根差した支援で
笑顔を引き出します。

高校生のころ、私は看護の仕事に就くことを夢見て看護大学へ進学しました。保健師になろうと決めたのは、大学時代に児童養護施設のボランティアで虐待によって心に傷を受けた子どもたちと接する中で、さまざまな人の生涯に幅広く関わっていきいたいと思うようになったからです。

卒業後は2年ほど病院で看護師として勤務した後、今は埼玉県内の自治体で精神保健担当の保健師として働いています。

保健師の仕事は相談者が来るのを待つのではなく、予防や支援が必要な人にこちらからアプローチしていくことが特徴です。うつ病や摂食障害、ひきこもりなど、さまざまな悩みを抱える方に対して、家庭訪問や面談・講座などを行い、生活の場に根差した支援を行っています。また、データを基に市内の関連施設で精神疾患に関する講義をしたり、病院の相談員が集まる交流会に参加したりしながら、地域の人々と共に健康な町づくりに努めています。その方が笑顔でいられる時間が増えるよう、一緒に考えて、生活を支える。それが保健師という仕事のやりがいなのだと思います。

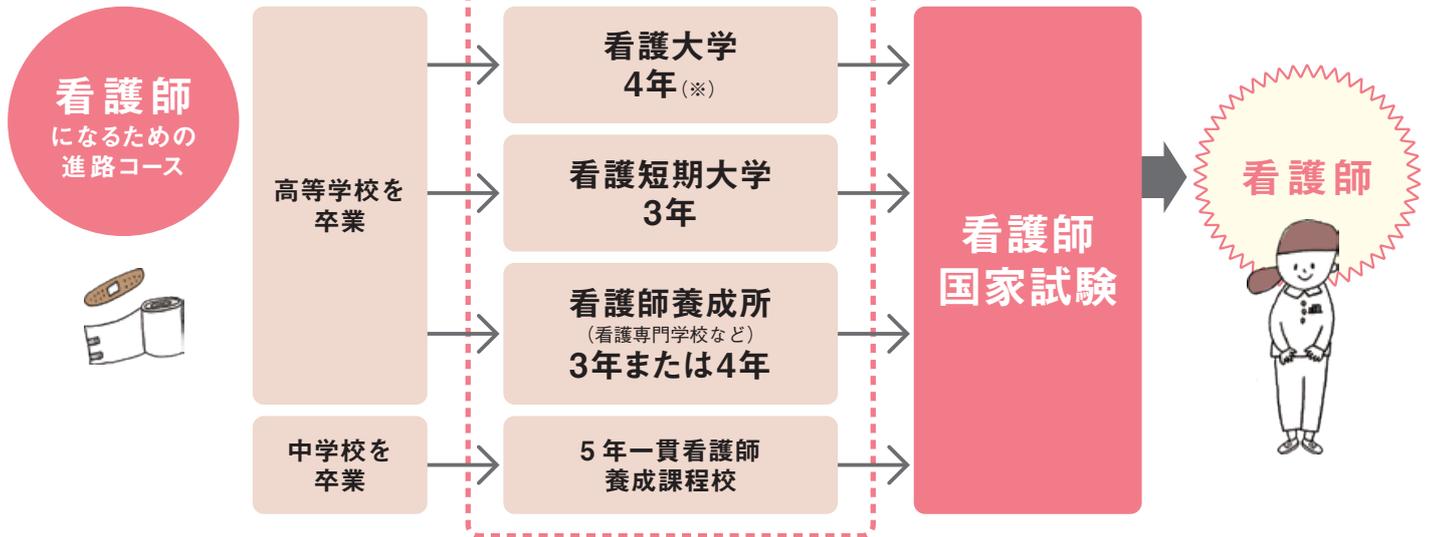


住民を対象としたグループワークなどでもコミュニケーションを深めます。

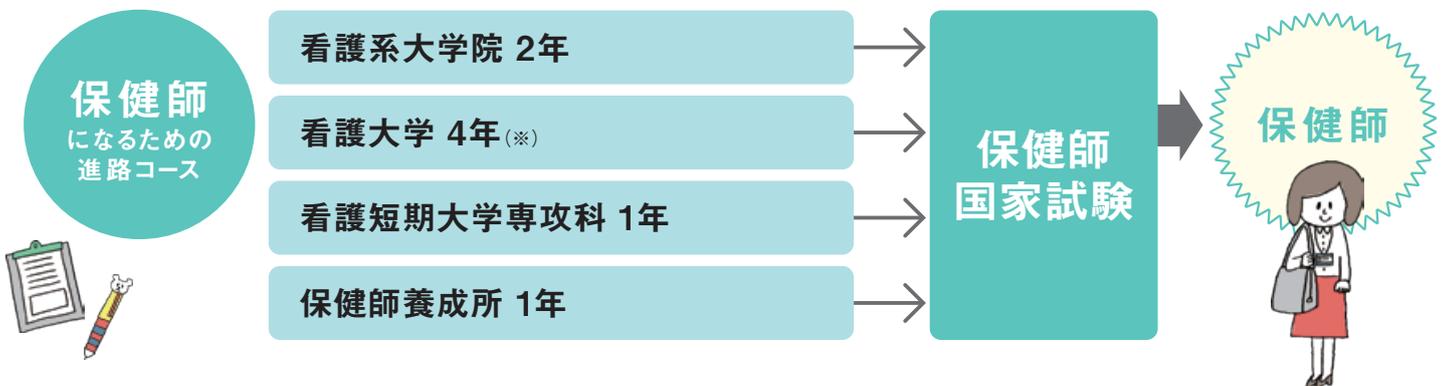
看護師 保健師 助産師 になるには？

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！

日本看護協会では、看護職がこれからの社会・医療に対応できるよう、看護師は4年間の教育を、また、保健師・助産師は大学院での教育を目指しています。



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



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。

※ 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。

看護のシゴトをもっと詳しく知りたい人は、 日本看護協会のWebサイトでチェック!



看護職を目指す皆さまへ

看護職の主な仕事や活躍の場、看護職になるための道すじなどに関する情報が見られます。

<https://www.nurse.or.jp/aim/>



キラリ! 看護のシゴト

さまざまな領域で看護に携わる20人の看護職の活躍を動画で見ることが出来るWebサイトです。

<https://www.nurse.or.jp/aim/kango/>



ナースストリート

ライフサイクルやライフスタイルに合わせた看護職の多様な働き方・働く場所を紹介しています。

<https://nurse-st.jp/>

全国の都道府県にあるナースセンターが、 あなたの思いをバックアップします!

看護の道に進みたい方の進路相談を受け付けています。

北海道
☎ 011-863-6794

青森県
☎ 017-723-4580

岩手県
☎ 019-663-5206

宮城県
☎ 022-272-8573

秋田県
☎ 018-832-8810

山形県
☎ 023-646-8878

福島県
☎ 024-934-0500

茨城県
☎ 029-221-7021

栃木県
☎ 028-625-3831

群馬県
☎ 027-269-5202

埼玉県
☎ 048-620-7337

千葉県
☎ 043-247-6371

東京都ナースプラザ
(ナースバンク東京)
☎ 03-5309-2065

神奈川県
☎ 045-263-2101

新潟県
☎ 025-233-6011

富山県
☎ 076-433-5251

石川県
☎ 076-225-7771

福井県
☎ 0776-52-1857

山梨県
☎ 055-226-0110

長野県
☎ 0263-35-0067

岐阜県
☎ 058-277-1010

静岡県
☎ 054-202-1761

愛知県
☎ 052-871-0600

三重県
☎ 059-222-0466

滋賀県
☎ 077-564-9494

京都府
☎ 075-222-0316

大阪府
☎ 06-6964-5511

兵庫県
☎ 078-341-0240

奈良県
☎ 0744-25-4031

和歌山県
☎ 073-483-0234

鳥取県
☎ 0857-25-1222

島根県
☎ 0852-27-8510

岡山県
☎ 086-226-3639

広島県
☎ 082-293-9786

山口県
☎ 0835-24-5791

徳島県
☎ 088-631-5544

香川県
☎ 087-864-9075

愛媛県
☎ 089-924-0848

高知県
☎ 088-844-0758

福岡県
☎ 092-631-1221

佐賀県
☎ 0952-51-3511

長崎県
☎ 0957-49-8060

熊本県
☎ 096-365-7660

大分県
☎ 097-574-7136

宮崎県
☎ 0985-58-4525

鹿児島県
☎ 099-256-8025

沖縄県
☎ 098-888-3127



生きるを、ともに、つくる。

公益社団法人 **日本看護協会**

看護師・保健師・助産師・准看護師が任意で入会する職能団体です。
看護職になったあなたをサポートします。

〒150-0001 東京都渋谷区神宮前 5-8-2
TEL 03-5778-8831 FAX 03-5778-5601
<https://www.nurse.or.jp/>

