



茨城北西看護専門学校 後援会ニュース

ハルデンだより No.11

「感謝の思いを胸に」 7 回生 30 名 巣立ちのとき

茨城北西看護専門学校で 3 月 9 日平成 30 年度の卒業証書授与式が行われました。卒業生 30 名は看護の道へ新たな一歩を踏み出し県内外での活躍を誓いました。

式では来賓、実習病院関係者、講師、在校生、ご家族の方々、学校関係者が見守る中、鈴木邦彦学校長が一人一人卒業証書を手渡し、巣立にあたっての饒の言葉を述べました。また、来賓の方からは心温まる祝辞を頂きました。

卒業生を代表して助川綾芳さんは「今日のこの日を迎えられるのは、本当に多くの方々の支えがあったからだと思っている。実習で受け持たせていただいた患者様、実習でご指導を頂いた看護職はじめ、これまでに出会ったすべての方への感謝の思いを胸にこれからも看護の道を進んでいきたいと思う」と答辞を述べました。

振り返れば不安と緊張の中スタートした 7 回生は 18 歳から 44 歳で平均年齢は 22 歳あまり。様々な背景や境遇の中、学業や臨地実習での学びを通し、団結力のあるクラスとして今日のこの卒業式を迎えました。一人ひとりの表情には自信や希望があふれ喜びの顔に変わっていました。

この 3 年間で彼らが大きく成長できたことを関係者各位にお礼と感謝を申し上げますとともに地域医療の仲間入りをする彼らをこれからも温かく見守って頂きたいと思えます。

7 回生からは書架が寄贈されました。



『思い出』～三年間を振り返って～

第七回卒業生は、この3年間同じ目標に向かって歩んできました。その中で患者さんはじめ多くの方々との出会いや別れがありました。そこで多くのことを学び人間として大きく成長しました。3年間共に学んだクラスメイトの皆さん、いつも支えてくれたご家族の皆様、これから卒業生の後続く在校生の皆さん、卒業生の看護に対する思いや考えを是非読んでください。

T.S

この3年間を振り返ると、看護師になるという目標を持つ仲間の中で、互いに支えあい励ましあい、座学や実習で学んだ‘人と人が互いに自分らしく活き活きと生活するためにどのように関われば良いのか’という最も難しい看護のテーマを実施し合うことができる仲間、時とともに増えて行き卒業までには全員と様々な思いを分かち合うことができるようになっていました。学業の成績も大切ですが、この経験は、何よりも得がたい宝物です。また、様々な人間関係に立ち止まり、投げ出したくなる時には、先生方や家族、そしていつでも7回生の仲間がいてくれたことに、心から感謝しております。

ミッキーさん

私は、約10年間の社会人生活を経て看護学校に入学しました。今までとは畑違いの職種のためそれなりの覚悟を決めて入学しましたが、看護師になる道のりは想像以上に辛い3年間でした。何よりも辛かったのは実習でした。毎日、緊張しながら病棟に行き実習終了後は眠気と戦いながら記録と向き合う日々でした。私は、中高生の時に一切勉強をしない落ちこぼれでした。しかし、辛い実習を乗り越えて思うことは、元落ちこぼれでもやればできるんだということです。看護学校での3年間は私に自信を与えてくれました。ひと回りも違う同級生と上手くやっていくのもなかなか大変なものでした(笑)。

S

私は、この学校に入学する前看護助手として病院で働きたくさんの患者さんと関わっていくなかで、患者さんの辛い思いや苦しむ姿をみて看護師になってもっと患者さんの力になりたいと思うようになりまし

た。実際に学校に入学してみると覚えることだらけで課題に追われ苦しい時もありましたが、3年間共にすごした友達の支えや実習で出会った患者さん達の支えがあったからもっと頑張らなくては、という思いになり乗り越えることができたと思います。また、患者さんと関わっていくなかで患者さんから「ありがとう」や「あなたでよかった」「いい看護師になってね」などいただいた一つひとつの言葉が今の私のがんばる源になっています。

N

3年前の春、何も分からず入学し全ての出来事が初めてでした。学業は未知の世界で沢山再試を受けたこともありました。私は、真面目な方ではないため、1年生の頃はバイトや遊びの毎日でした。きちんと勉強しておけばよかったのかなと思いますが、今思えば、就職したら学生にみたいな遊びはできなかつと思うので沢山遊んでいたことに後悔はありません。実習が始まり嫌なことも沢山ありました。指導者に言われること、自分の知識がなく先生にも沢山指導していただきました。実習中は行きたくないと思うこともありとても辛かったです。しかし、病室に行けば患者さんの笑顔、ご家族からの「ありがとう」にとても救われました。また、家に帰れば家族が「おかえり！」と迎え入れてくれたこと、毎朝早いのに何も言わずにお弁当を作ってくれたことにとても感謝しています。何より、3年間、辛いことだらけだった日々一緒に乗りこえた7回生に感謝しています。

しん子ちゃん

私は3年間を振り返ると実習での患者さんを思い出すことが多いです。確かに実習は記録や患者さんとの関わりで悩んだりしたときには立ち止まり泣いてしまうこともありました。私は辛い時には必ず高校の時

に部活でお世話になった監督の言葉を思い出すことにしています。それは‘辛い時こそ笑顔’です。泣いた後におもしろい動画、おもしろい患者さんエピソード何でもよいので必ず笑って明日も‘楽しもう’と思うことにしました。単純な私は辛い時に笑顔になることで次の日の活力にしていました。監督の言葉やいつも支え応援してくれる家族、協力し高め合った実習メンバー、気にかけてくれる先生、先輩方などたくさんの人に助けてもらっていたんだと感謝の気持ちでいっぱいになります。何より未熟な技術でも「ありがとう、頑張ってる」と声をかけてくれる患者さん達に今後はプロとして確かな技術で恩返しをしたいと考えています。

Haruka.O

入学して大変だったことも、楽しかったこともたくさんあります。実習のグループメンバーと考え方が合わなかったり、納得いかないこともあったけど、学生生活を振り返ってみるとその全てが良い思い出だったと感じます。また、クラスのメンバーも、このメンバーで良かったと心から思います。今後は看護師としてさらに大変なこともあると思うけれど、それを乗り越え、成長していきたいです。

X

3年間の看護学校生活は、後悔の連続であった。入学したばかりのころは、看護師という職業に対し強い志しはなかった。入学したきっかけが、「看護師なら職に困らないだろう。」というものだったからだ。そのため座学を受けていても「なんて退屈なんだろう。」「何のために学んでいるのだろう。」という思いでいっぱいであった。また、何となく過ごしていれば卒業できるだろうと思っていたが、そんな甘い世界ではなかった。実習が始まると、それを強く痛感した。実習は本当につらく、何度も入学したことを後悔した。しかし、患者さんの「ありがとう」という言葉を聞くと、この職業を選んで良かったと思うことができた。この3年間、先生方や受け持った患者さんクラスメイト、家族など本当に周りとの人たちに救われたと思う。この感謝の気持ちは書ききれないが、1人前の看護師になって恩返しをしていこうと思う。

Y.O

私は専門学校に入学するまで真剣に勉強したことがありませんでした。しかし、専門学校に入学してからはたくさんの課題に追われました。クラスのみんなが頑張っているんだと思い自分も頑張ろうと思うことができました。また、実習中もう逃げちゃいたいな、楽になりたいな、ゆっくり寝たいなと思うことも度々ありました。しかし、実習場に行くと患者さんが待っていてくれて、自分のケアに対し、「ありがとう」、「楽になったよ」などと言ってくれました。その度には私は、この道に進んでよかったこれからも頑張ろうと思うことができました。

K

私は、3年間友達や先生に支えられてきたと思っています。苦楽を共に分かち合い支えられてきました。3年間で最も辛かったのは実習です。記録が書けず睡眠がままならない日もありました。しかし、友達や仲間に相談し助け合うことで、私だけでは考えつかない意見なども聞くことができ、実習を無事に終えることができたと考えます。困ったときには相談し、他者の意見を聞く、自分だけで考えこまないということを実習で学びました。それと、病気についてだけでなく家族についてもアセスメントをすることが大事であると学びました。

K

先生そして事務の方々、そしてクラスメイト等、本当にありがとうございました。入学当初に書いた‘自分の看護師像、今見ると懐かしく思います。先生たちへの思い出は、辛い思い出、悲しい思い出（ちょっとだけ楽しい思い出）たくさんありましたが、ここではクラスの皆との思い出を書きたいと思います。一人一人書くと書ききれないのでグループごとに、、、。AさんWさん二人には統合で共に支え合いました。前途多難な道でしたが、一番よいチームだったと思います。I〇〇その他数名に笑顔がまぶしくてこちらまで明るくなっちゃいます。その他女性陣、書ききれないのですがみんな許してくれると思います。男性陣にはもともと絶対数が少ないためある意味一線をこえた仲でした。そして一番長く僕を支えてくれた実習メンバー、やさしく熱い、人思いの方々本当に本当にありがとう

ございました。

北西の菅田将暉

私は、新卒で入学した男子学生です。この3年間は楽しいことだけではなく、辛く苦しいことも沢山ありました。一緒に卒業をすることができなかった仲間や、学校をやめていった仲間もいました。しかしこの大変だった3年間を乗り越え、卒業することができたのは、共に支え合い励まし合った仲間や先生方の暖かいご指導のおかげであると感じ心から感謝しています。また私はクラス委員長や、学生会の会長を務めさせていただきました。人の前で話すことも、まとめることも苦手でしたが、最後までやり遂げることができたのは、支え、協力してくれたクラスの仲間がいたからです。本当に優しく暖かい仲間と出会うことができましたことを嬉しく思います。この3年間私は看護を通して様々なことを学び成長することができました。これから入学を考えている皆さん看護は本当に素晴らしいものです。看護を志す人が増え、共に働くことができることを願っています。

ともこ.K

看護学校は特殊だと聞いて入学した。大学を経た自分には、とてもルールが多く窮屈なスタートとなった。3年間を経て振り返ってみると、看護師に必要な素質、態度へつながるためのものだったのだと納得できる。看護の道には答えがなく難解だった。1年目に分かるはずもなく2年目でも分からなかった。3年を終えてこれから学びを深めていけることを楽しみとなっている。また、学校生活において得られた大きなものは親友の存在だ。親友のおかげで楽しく有意義な3年間だった。もちろんクラスの皆も大好き！

おじさん.K

他人と比べない。マイペースでいること。社会人の立場から学生となった皆さんに是非心に留めておいて頂きたい「やり遂げる秘訣」です。座学でも実習でも、自己否定のスパイラルに陥ると抜け出せなくなります。ただひたすらに「私に出来ること」を高く評価して進んでいく。患者さんの笑顔を寄り処に日々実習場に向かう。もうそれだけです。孤独になりがちな皆さんにも一言。どうか負けないで下さい。患者さんと

繋がって下さいね。そして時には、心を温める読み物を読んだり、素敵な音楽を聴く。自分に栄養をあげて下さい。色んな事情で途中で歩みを止めてしまった仲間達のことを今思い浮かべながら書いています。新たにこの道を歩み始めた皆さん、どんな格好でもいい、ゆっくりでいいんです。病室であなたを待っている誰かの処に辿り着けるまで諦めないで進んでください！

Y

看護学校に入学時、三年間の勉強や実習を乗り越えられるのかが一番不安だった。その不安は続いていったが、実習での患者様からの「頑張ってるね。」言葉や実習メンバーと励まし合いながら実習に臨んだ。実習では、人前で話すことや記録がとても辛かったが、実習メンバーが支えとなり、諦めずに取り組むことができた。また、授業や国試に向けた勉強も、クラスメイトのおかげで取り組めたと思う。

C氏

私は、看護の事を何も知らずに入学しました。一年の時は、実技の授業があるものの座学の授業がメインであったため看護学校に入学したものの看護について実感できずにいました。初めての实習である基礎看護学I実習に行った際、学校で勉強している座学が実際の現場でそのまま活かせることを実感し自分の勉強不足を痛感しました。二年目の後半から本格的に領域実習に入り、日々自分の勉強不足を感じる毎日でした。時には、精神的にキツく感じ心が折れそうになり周りの色々な人達に迷惑を沢山かけましたが、温かく見守ってくれた人達のおかげで実習や受験勉強を乗り越えられる事ができました。これからは、迷惑を沢山かけた分、返していきたいと思います。

K.S

私はこの学校に入学する前は人前で発表したり、グループのリーダーなど人をまとめたりする事が苦手でした。しかし、入学後はグループワークで発言したり、実習でのカンファレンス、実習の振り返りなど人前で発言する機会があり、初めはとても緊張して震えながら発表しましたが、徐々に慣れてきて今では新人研修の発表で積極的に人前で発言することができ、自

分自身の成長を感じました。この3年間で最も大変だったのは実習です。私は記録を書くのに時間がかかるため夜遅くまで起きていることが多く、ひどい時には朝になっても終わらないこともあり心身共に疲れ看護師になることを諦めようと思ったこともありました。しかし、先生方やクラスメイト、家族に支えられ乗り越えることも多くあり、逃げずに乗り越えたことで成長することができました。

M氏

この学校で3年間過ごし、つらかったこと、楽しかったことなどがたくさんありました。実習の記録はとて大変でつらかったけれど患者さんの笑顔や「ありがとう」の言葉のおかげで最後まで辞めずにここまで来ることができました。それは私のことを支えてくれた家族、友人、先生方のおかげだと思います。とても感謝しています。これからは臨床で働きますが、ここでの出会い、学びを忘れず、これからも努力を重ねていきたいと思います。本当にありがとうございました。

A氏

実は私は、昔から看護師だけにはなりたくないと思っていました。理由はコミュニケーションが苦手で人間関係にはトラウマしかなかったから。だから本当は人となるべくかわらない職に就きたかった。しかし何かの縁か気づけばここにいました。絶対来たくないと思っていた道にきてみて、私は全ての物の見方が変わりました。生と死に触れて、様々な理解や学問、何より様々な人と価値観に触れて、人生のどん底にいた過去の自分に向き合えるようになりました。人を見る学問。深く知るほど、人生を豊かにしてくれるものだと今は強く感じています。

S

私は北西看護専門学校に入学したこの3年間はテストや実習であつという間に過ごしてきました。チームメンバーは最後までまとまることはなく、他のチームが協力しながら実習をするのを少し羨ましく思ったのはいい思い出です。記録では自分が何を考えているのかさえわからなくなるようなご指導をいただき辛くなったこともありました。

また実習が終わると十分に休むこともできず、すぐに国試の勉強がはじまりました。国試問題を一心不乱

に解き、分からない問題は学習支援の先生に教えていただいたり、覚えなくてはいけないポイントをメモに書いてレビューブックに貼っていきその情報を共有して、学びを少しずつ深めていきました。「もう一度」は絶対やりたくないですが、クラスメイトに恵まれてとても楽しい3年間でもありました。

Z

卒業して、今学校生活を振り返ると大変だった実習やグループワークなどもクラスメイトがいたから共に頑張ってくれたのだと思う。迷ったり悩んだときには一人でかかえこまず周りのクラスメイトや先生に相談してほしいと思う。同じ目標に向かっていくクラスメイトは3年間の中で切磋琢磨してかけがえのない友になったように思える。3年間支えてくれた家族への感謝も忘れずにいたい。大変だと思うこともあるが3年間あつという間なので、1、2年生には頑張してほしいと思う。

No.13

絶望、苦悩、苦痛、不安、恐怖に直面したとき、克服するのは自分自身の力だけが頼りだ。辛い時はどうする。先生、友達、家族に相談か、そんなものは逃避であり、何の意味もない。どうすればよいか。簡単だ。自分で行動し変わっていけばいい。話はきいてくれるかもしれないが、自分と同じ状況になった人などいるわけがない。同情を求めて話すのならいいだろう。しかし考えてほしい、自分の問題は解決することなどありえない。今、この瞬間、逃げずに立ち向かい、自分で克服した者のみが、前に進め、失敗を恐れるな。努力をし、成功した者のみが評価をされる。粉骨砕身、七転び八起き、死力を尽くして事に当たれ、楽できたのは昨日まで。

K.H

右も左も分からず、ただ‘看護師になりたい’という思いで入学した3年前の春。入学して間もなく、たくさんの座学が始まりました。何も分からなかった私は、看護師になるためにこんなことも必要なのか？と思っていました。それから、度重なるテスト、実習でもう無理辞めたいと思うことも何度もありました。しかし、クラスのみんな、家族、先生方に支えられ、気付けば国家試験に専門学校卒業。今思うとあつという間

の3年間だった気がします。自分1人だったらここまで来ていませんでした。ここで出会った仲間はこれから先も私の宝物です。

S

この3年間を通して多くのことを学びました。それと同時に苦しいこと、つらいこと、楽しいことをたくさん経験することができました。1年生では90分の授業に慣れず眠ってしまうことが多かったです。2年生から始まった領域実習では、基礎看護学実習よりレベルが上がり、毎日の記録が辛く、泣きそうになることも多くありました。患者さんとの関わりでも悩むことが多く、看護計画を何度も修正したりしましたが、患者さんの反応や喜ぶ姿を見ると頑張ろうと思うことができました。先生方にもアドバイスを頂き助けられました。グループやクラスメイトとも協力し、互いに助け合いながら色々な事を乗り越えることができました。つらいこと、苦しいことの方が多い3年間でしたが、この学校で学んだことは、自分にとってとても大きいものだったと感じます。学んだことを今後職場で活かせるように努力していきたいと思います。

K

この3年間で看護師資格取得に向け様々な事がありました。1年時の座学では解剖など医療的な事を学び「あー医療者なんだ」と実感しました。2年生では実習が本格的にはじまり記録の多さ、患者様との関わり、実習先の雰囲気など常に緊張して臨んでいました。評価の時には点数が決まるという不安で、うまく言いたいことを伝えることができずにもう少し伝えたかったと思うことがありました。実習は先生方との相性も3週間を乗り切るポイントになっていました。図書室の本は私は使う機会がありませんでした。実習着は志村のリハビリ職員と似ていて少し嫌でした。ポケットが広がったのは使いやすかったです。不満があっても「そうなのね」で流れてしまうことがあり学生の声も聞いても良かったのではと思いました。しかし、聞いてくれる方はしょうがない、個性と聞いてくれました。

P

入学前、ダンボール2箱分の参考書が届いた時は、3年間でこんなに学習しなければならぬのか、自分が乗り越えられることができるのか不安だったこと

を覚えています。3年間、実習が一番辛くてやりがいがありました。患者さんに対する関わりや援助に悩んでいる時、自分の記録を書く時間をさいて相談にのってくれたクラスメイトに救われました。同じ辛さを知っているからこそ、お互いに助け合い乗り越えられることができたのだと思います。また、実習で朝早い時間にも関わらず毎日お弁当を作り送り出してくれた家族の支えもありました。3年間、支え合いながらすごしてきました。これからもお互いの辛さ、喜びを共有し、支え合うことの大切さを思いながらすごしていきたいです。

A

この3年間でたくさんの苦しい事、辛いことがありました。多重課題やテスト、実習中の記録、たくさん悩んできた事があるなど振り返るとその思いがあります。ですが、それよりももっとたくさんの嬉しいことがありました。多重課題やテストでクラスメイトと助け合いながら乗り越えてきたこと。実習中はクラスメイトだけではなく、直接優しく声をかけてくれた患者さん。私は患者さんの「ありがとう」がとても嬉しくてなんだか泣きそうになります。直接当たり前のことをして「ありがとう」と言ってもらえる嬉しさもあれば「ありがとう」と言われても何も出来ていないときの患者さんへの申し訳なさもあります。その中で、私が患者さんに出来ることは全て伝えたい、支えたい、安心させたい。ずっとこの気持ちでした。なおさら、感謝の気持ちを伝えていき、初心の気持ちを忘れずにやっていきたいと思います。

M.W

私は、3年間の学校生活を無事に卒業し新たな一歩を踏み出すことができました。私は、この3年間で、持病を抱えながら最後のラストスパートとなる実習を行うことがとても辛くて、今では心に残っています。こんな状況の中で実習を続けていくことができるのか、最悪自分の体を優先し留年も父と考えていました。しかし、皆と卒業したい気持ちが強く、実習及び国試を乗り越えることができました。ここまで私を支えてくれたのも、学校の教員や父の支えが一番でした。「自分でできる範囲でやる」、「どんな結果でもこの時間は無駄になっていない」この言葉は私に大きな希望

と力をくれました。実習が終わってからの国試までの約2ヶ月間、缶詰め状態での勉強の日々で、一日終わる度にプレッシャーが大きくなってました。しかし、やらずに後悔だけは絶対にしたくなかったので本気でやり遂げました。おかげでさらに自分を成長させることができたと思います。

S.T

茨城北西看護専門学校に入学してから卒業に至るまで数多くの学びや出会いをし、貴重な経験をさせていただきました。様々な人との出会いで社会性を培うことができたのはもちろんのこと、実習や国家試験に向けての取り組みは今までで一番辛い出来事でした。しかし、その中で仲間と共に励まし合ったり悩んだり、喜び合ったりしたことは良い思い出になっています。また先生方や家族の方には、長い間看護学を学べるよう尽力して下さりとても感謝しています。これから勉学に励む後輩の方々には楽しいことやつらいことなどの様々な思い出つくりしながら学校生活を送ってほしいと思います。

Y.K

実習は、一番大変でした。記録や、受け持ち患者や、家族とのコミュニケーションも大変でした。しかし、グループのメンバーや担当の先生からのアドバイスによって助けられたことも多々ありました。授業では、試験は大変でした。しかし、学ぶことは多く、演習では、実際に経験して、学ぶことも多かったです。実習では患者さんに励まされたこともあり、とても助けてもらいました。学校でも実習でもとてもいい経験をすることができました。

双葉氏

看護の勉強を始めてから今まで多くのことを学び多くの人と出会ってきました。勉強は新たなことと学べる喜びを与えてくれるのと同時に辛く苦しいものでもありました。実習では机上で学んできた知識が通じず、患者さんの状態の変化に対応しきれなくなり、自分への無力感を感じ挫折したこともありました。その時、私に寄り添い熱心に指導して下さった先生方、時には厳しく、時には優しく看護への道を示してくれた両親、同じ目線で共に頑張ろうと励ましてくれたク

ラスメイトがいてくれたからこそ今の自分があると本当に感謝の気持ちでいっぱいです。また、実習先での指導者さんや患者さんにいただいたことばにも何度も救われました。これからは私は看護師として、今までたくさんの人に支えていただいた感謝を胸に一生懸命務めを果して行きたいと思います。