

保健師 最前線

信頼できる人の中のひとりになりたい

木津川市

島本 彩花 さん



高校生の頃将来を模索する中で、予防医学に視点を置く保健師の仕事に興味を持った。4年制の看護系大学を卒業後、木津川市の保健師に採用となり今年3年目。主な担当は母子と成人の健診。まだまだ自分には、幅広い知識から柔軟に取捨選択し、考える視野が足りないと感じ、日々学びだという。

在学中は看護師の臨床実習も経験したが、病気の早期発見や予防の必要性、また患者が病院から自宅にもどった後の生活を思うと、地域での支援の大切さを実感した。保健師実習で理想と思える先輩保健師に出会ったこともあり、病院ではなく、生活の場である在宅での支援に魅力を感じ、地域に根ざして働きたい思いが強くなった。

「病気の方だけでなく、全ての人ひとりひとりの生活に目を向け、健康に生活していくためにはどうすればいいのかを考えて、そこを後押しできる仕事っていいなと思ったんです。」

実際の保健師の仕事はデスクワークが多い。気が付くと目の前の事務作業に追われ、保健師としての指針を見失いそうになる。そんな時は、研修会に参加したり本を読むなど知識を増やすように心がけている。学ぶ姿勢が初心に戻してくれるからだ。

「なぜ保健師になろうと思ったかを再確認したら、また元気が湧いて頑張れるんです。」

仕事をする上で、住民との信頼関係は特に大切だと感じる。相談されたことを無駄にはしたくない。良い方向にガラッと変えることは難しいが、その人が想う幸せに向かって、少しでも前に足を踏み出せるように背中を押してあげる、そんな相談者の味方でありたいという。

住民ひとりひとりに寄り添おうとするあまり、悩むことも多い。多くの情報が簡単に手に入る現代、健康や育児に対して相談者の方が豊富な知識を持っている場合も多々ある。しかし過剰な情報は混乱を招くこともある。保健師としてその人それぞれの生活の中で、できる事を一緒に見つけてあげたい。押し付けにならず、少しずつでも健康に対して興味を持ってもらえるように啓発する方法を模索する毎日だ。

今後はどんな保健師に？この人になら気持ちを打ち明けても大丈夫、この人に話を聴いてもらおうと安心する、そんな頼りになる保健師になりたい。

「何かあった時に、信頼できる人の中のひとりになりたいです。」

来年度は念願の後輩ができる。まだまだ分からない事が多いなか、先輩になることへの不安もあるが、互いに刺激しあえる関係になりたいと語った。