

先輩看護学生に密着!!

# 学校生活 レポート

先輩看護学生に聞いた、実習での  
経験や学校生活の思い出を紹介します!

取材:『Clinical Study』編集室  
協力:本間 美加子



学校情報

上尾市医師会  
上尾看護専門学校

〒362-0021  
埼玉県上尾市原市3494-4  
TEL: 048-722-1043

1989(平成元年)年、緑に囲まれた文教地区で開校しました。「人々が健康な生活を営むために必要な、地域医療の担い手として活躍できる質の高い看護師を育成すること」を責務としています。近年は看護師国家試験の合格率が100%に近く、これまで約1400人の卒業生を送り出しました。「近隣団地に居住する独居高齢者宅への定期訪問」など、地域と連携した教育実践にも取り組んでいます。



2025年度から新しいユニフォームになりました!

## 今月の先輩

### 上尾看護専門学校の 2年生と3年生(2026年4月時)の皆さん

#### 先輩からの メッセージ



わたなべ  
渡邊 さらさん(2年生)

看護の勉強は大変な分、やりがいも大きいと思います。仲間と支え合いながら、充実した学生生活を送ってほしいです。



たにぐち あきこ  
谷口 暁子さん(2年生)

最初は不安に感じることも多いと思います。不安を一人で抱え込まず、仲間と支え合いながら少しずつ進んでいってください。



たかはし かほ  
高橋 花歩さん(3年生)

慣れない環境にとまどうことがたくさんあると思いますが、同級生も同じ状況です。一人で悩まず、だれかに頼ってくださいね。

はやし みさき  
林 美沙樹さん(3年生)

看護の勉強は覚えることが多く、慣れるまでは大変だと思います。一つひとつ乗り越えながら、がんばってほしいです。

## Q1

### 初めての实習で心がけたことを教えてください

**林** ▶ 初めての実習はシャドーイングだったため、看護師さんの動きや病院の療養環境を重点的に観察するよう心がけました。特に印象的だったのは、徹底された清潔管理です。ワゴンの備品配置が“清潔・不潔”で厳格に区別されているだけでなく、手技にも清潔を守るための明確な根拠があることを実感しました。

**高橋** ▶ 身だしなみや立ち居振る舞い、言葉遣いなど、基本的なマナーをおろそかにしないよう気をつけました。また、看護師さんに迷惑をかけないように、その日のスケジュールや時間配分を何度も確認して臨みました。さらに、疑問点や不明点があればすぐに先生や指導者さんに質問し、“わからない”を学びに変えて、できるだけ多くのことをもち帰ろうと意識していました。

**渡邊** ▶ 実習前は不安もありましたが、まずはあいさつやマナーを大切に、患者さんや看護師さんに失礼の

ないよう行動することを心がけました。シャドーイングでは看護師さんの説明をただ聞くだけではなく、“どんなことに気をつけてかかわっているのか”を自分なりに考え、一步踏み込んで理解するよう意識しました。特に、患者さん一人ひとりの病態に合わせた、個性のあるケアを行っていたことが印象に残っています。

**谷口** ▶ 学ばせていただく立場であることを忘れず、病院や病棟の特徴を理解することを意識しました。私の実習先では、保護犬によるアニマルセラピーが導入されており、実際に患者さんと保護犬が触れ合う様子を見学することができました。また、看護師さんが患者さんとのようにコミュニケーションをとっているかにも注目しました。想像以上の速さで歩き、行動する看護師さんに圧倒されましたが、現場ならではの学びを得ようと努めました。

## Q2

### 患者さんや看護師さんとのコミュニケーションで大切なことは何ですか?

**林** ▶ 患者さんと接する際は、一方的な質問攻めにならないよう、会話のキャッチボールが大切です。以前、模擬患者役をしてくださった先生から、「尋問されているみたいを感じるから、自然な会話を意識してみよう」とご指導いただいたことが、会話のしかたを考えるきっかけになりました。また、“自己開示”も大事にしています。こちらから心を開くことで患者さんも心を開いてくださり、距離感がぐっと縮まるのを実感しています。

**高橋** ▶ 私は、あいさつや感謝の言葉を大事にしています。ていねいなあいさつは礼儀として当然ですが、会話のきっかけとしても非常に有効だと感じているからです。また、患者さんの生活背景や価値観を否定せず、“その人らしさ”として尊重することも意識しています。特に高齢の方とは世代のギャップを感じることもありますが、共通点や共感できるポイントを探ることが、スムーズなコミュ

ニケーションにつながると感じます。

**渡邊** ▶ 相手の話をよく聞き、気持ちに寄り添うことが大切だと思います。ふだんの会話で少しずつ意識しておく、実習でも構えずに振る舞えると思うので、友達との会話でも相手の気持ちを考えながら聞くようにしています。私は人見知りで、看護師さんに話しかけるときは、今でも緊張します。ですが、疑問をそのままにして「あのとき聞いておけばよかった」と後悔しないよう、気後れせずに質問することを心がけています。

**谷口** ▶ 私は初対面の方とも臆せず話せるタイプですが、だからこそ一方的に話すぎないように気をつけています。それと同時に、相手が話しやすい雰囲気づくりも大切にしています。具体的には、相手の言葉を引き出すような問いかけをしたり、相手の“素敵ところ”を話題にしたりしています。