

令和7年度 保健師セミナー 開催報告

日時：令和8年3月6日（金） 旭川医科大学看護学科D講義室
参加者：看護学科1～4学年 32名 | 1年目保健師9名 計41名



本セミナーの目的は、保健師課程の実際や保健師の活動内容を知り、先輩後輩の交流を通して将来のキャリアを考えることです。本学公衆衛生看護学領域が主催し、看護学科同窓会・看護職キャリア支援センターとの共催で開催しています。

開会挨拶では、公衆衛生看護学領域 藤井智子教授より、保健師の花「なでしこ」は健康を守る専門職としての記章の象徴という紹介と、教科書では学べないことを先輩方の体験談から学んで欲しい。春休みに足を運んでくれて、来てよかったと感じてもらえたら嬉しいとメッセージがありました。

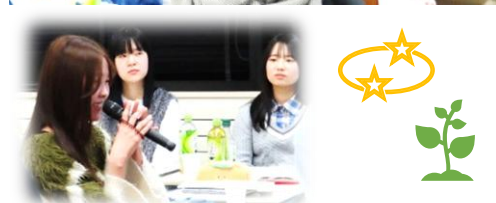


午前の部：The Road of Public Health Nurse：保健師への道のり

保健師課程4年生の報告では、1年間の演習・実習は看護師の臨床実習や授業と並行して進み、多忙な中でスケジュール管理をしながら歩いていくことが報告されました。

保健師の演習は面接の技術を基盤とし、家庭訪問、健康診査、小集団への健康教育、地域ケア会議など個から集団、地域へと看護の対象が広がっていきます。夏休みには実習前に地区視診に出向きます。夏休み明けの演習は、保健師役と住民役になり、毎日が「ロールプレイ祭り」と表現されました（笑）。保健師としての考え方や技術を学び、実習で地域住民や関係者の方々と出逢い、地域での体験すべてが大切な経験となります。就職試験や国家試験の勉強は、焦らず隙間時間をうまく使って取り組んだことなどを振り返って報告がありました。

就職活動では、就職説明会の参加や自分で気になる地域の情報収集、実際に見に行ってみることも重要と実際の体験が語られました。どんな保健師になりたいか、どんな地域で活動したいかをよく考えて決断したと後輩へアドバイスもありました。交流会では自由に語り合い、1年間の学習と就職までのプロセスをイメージ化する時間となったようです。4年生から「この先、どの道へ進もうか迷っても、自分の選択を信じて頑張ってください」とエールが送られました。



先輩の話から保健師になるために学ぶ課程をイメージできたと思う。温かいセミナーに保健師の雰囲気を感じ、今後の道を考える一助としてほしい。



講師 看護職キャリア支援センター
佐藤地域看護職連携部門長



午後の部：1年目保健師の体験談 講師 沼田町&名寄保健所

自治体保健師には「市町村」と「保健所」で働く道があります。今回発表いただいた沼田町は空知管内の小規模市町村でライフサイクル全体の保健活動、名寄保健所は道立で複数の市町村を管轄し精神・難病・感染症などの個別支援や地域の支援体制整備を担っています。沼田町は、まちのビジョンに向かって母子や成人の健診を行い、住民に身近な活動、役場内のアットホームな雰囲気等が紹介されました。名寄保健所は、1年目の歩みとして見学から独り立ちのプロセス、精神障害を持つ方の訪問から、少しずつ信頼関係を作っていく地道な支援の難しさと面白さ・やりがいについてお話がありました。

交流会では、9名の1年目保健師が4月から働く4年生の相談、在校生の質問に答え、保健師とはどのような仕事なのか、その魅力を伝え、先輩後輩が語り合う時間となりました。

在校生からは「先輩たちが保健師として働く姿がかっこいい」と憧れの声が聞かれ、1年目保健師からはうまくいかないことも沢山あるが、実際に地域に出てみていい仕事だと思う。保健師に興味をもってもらえたら嬉しい等とコメントがありました。



シンポジウム「1年目保健師の体験」



4年生&1年目保健師の皆さん



☆アンケート・・・一部紹介

- 1年生「先輩の話から実習経験やみんなで乗り越える達成感を知りより一層保健師課程に興味を持った」
- 2年生「保健師課程の具体的な流れを知ることができ、保健師になるまでのイメージが明確になった」
- 3年生「保健師になるための準備等をよりはっきりイメージでき、自分も先輩方のようになれるよう頑張ろうとモチベーションにつながった」「保健師を志す思いをさらに強くする機会になった」
- 4年生「1年目保健師の体験や生の声を聞き、就職後のイメージがついた」「後輩と話せてよかった」

保健師について語り合い、キャリアを考える1日になりましたね。ご参加ありがとうございました。