

研修生の声

【楽しかったこと】

- ・ 同じ目標を持った仲間と過ごす半年間は、とても貴重な時間です。
- ・ 全国から集まった研修生の横のネットワークができました。
- ・ 前半は、ディズニーランドに行ったり、旅行に行きました。
- ・ お互い悩みを打ち明けたり、励ましあい、団結力を高められました。

【受験対策の勉強方法】

- ・ 学会、乳がん看護研究会、県内や隣県の乳がんに関する勉強会や研修会に参加した。
- ・ 医師に、本に出てくるアルファベットの意味や聞きなれない用語を教えてもらった。
- ・ 患者のカルテを振り返り、なぜその治療を選択しているのかを考え、医師からどのような意図があるのかを確認をしました。
- ・ 乳がんの基礎知識、治療や看護をガイドラインと参考書で勉強した。「患者さんのための乳がん診療ガイドライン」をはじめに読んで、理解することが勉強の始まりだった。
- ・ 過去問題を取り寄せ、何度も解いた。
- ・ 小論文は、話題になっていることを医師から教えてもらい、色々なテーマを自分で作り、実際に時間内にかけるように何度も書いた。とにかく時間内に、起承転結で仕上げられるようにする。私は、恥ずかしかったが、他者に添削してもらうことで小論文が書けるようになった。

【必要だった準備】

- ・ 学会、セミナーなどに参加したり、看護の論文など読んでおけばよかったです。
- ・ 「がん看護」について学んでおいた方がよいです。
- ・ 実践したケアについて、なぜ実践するのか、実践後の変化はどうか、意識的に考える癖をつけておくと、研修に入ってから事例検討や計画立案に役立ちます。机上だけでなく、一人ひとりの患者さんとじっくり関わり、その過程を通して学びを深める機会を持てばよかったですと思います。
- ・ 病棟経験しかなかったので、外来や手術など他部門の見学をしてあげればよかったです。
- ・ 看護過程に沿った記録ができず悩みました。電子カルテ化がすすみ、実際自分で立案することが少ないと忘れてしまいます。看護過程や文書の書き方は、もっと学習しておけばよかったです。
- ・ パソコンをもっと使えるようにしておけばよかったです。
- ・ 人前で話すことが多いので、相手に伝えることの本を読んでおけばよかったです。(伝える力、説明のルールなど)
- ・ 自施設における乳がん治療の化学療法レジメンを知り、薬剤名と商品名をセットで覚えておく。

【住居のことなど】

- ・ 地方から来られる方は、住居を地方で探すことも可能ですが、できれば千葉に来て地元の雰囲気を確認した方が良いでしょう。
- ・ 住居は大学近くにした方が、面接や記録をみてもらうのによいです。
- ・ 住居は実習で移動するため、大学周辺よりも駅に近い方がよいと思いました。
- ・ 千葉に住む方は、自転車が必要です。
- ・ 通学1時間半は、1ヶ月たった頃から慣れ、電車内で資料を読んだりレポート作成をしたりしました。
- ・ 子供がいる方は、途中の帰省も多いので、経済的な面も計画しておいた方がよいと思います。

【受験を考えている方へのアドバイス】

- ・ 所属している病院の大きさは関係ありません。皆仲間です。
- ・ 研修がはじまると時間の調整が大変なので、研修前の事前学習がとても重要です。
- ・ 乳がんの治療については事前の勉強が絶対に必要です。
- ・ 乳がん関連の参考書や雑誌、ガイドラインは、目を通した方がよいです。積み重ねた知識があると、講義も理解しやすいです。
- ・ 目の前の事例を病理結果、治療方針とか、一つ一つ理解していくことが一番良い勉強になると思います。
- ・ 医師が患者に説明するとき立ち会うことで、患者に分かりやすい言葉でゆっくり説明してくれるので自分もよく分かると同時に、患者の反応も理解できるので、病棟経験しない人は、短期間でも外来診療につかせてもらおうと良いです。
- ・ 患者さんの治療経過をたどって一つ一つ理解していく。患者さんが体験している治療の思い、治療を決めた理由を聞いてみると、患者さんの理解が深まります。
- ・ 治療経過の中で患者さんや家族が抱える困難に耳を傾けて、困難さや、辛さの意味を理解して、看護ケア、解決策を考えていくと良いかと思います。一つ一つの事例とじっくり取り組むといいと思います。教科書を丸暗記していても使える知識ではないし、身につかないし、患者さんが見えてこないですね。
- ・ 上司との面接は、乳がん看護認定看護師になりたいという思いや理由、認定看護師取得後に自分がやりたいことを言葉にできるようにしておくことが必要だった。
- ・ 通常勤務の中で、時間を作ることは難しいが、周囲に自分は乳がん看護認定看護師を目指して、教育課程受験のために勉強していることを伝えたほうが、協力が得られると感じた。