



おしえて、聞かせて 青森市民病院 医療最前線

青森市民病院情報誌

ほほえみ

令和四年秋・冬号 (Vol. 97)

■新任医師紹介

■第5回
川柳フェスティバル
入選結果

■先生、教えて！
今流行っている病①
手足口病について

■先生、教えて！
今流行っている病②
梅毒について

■がん相談支援
センターのひろば②

当院の職員紹介⑨

青森市民病院 看護局長

小枝 文子



今回の当院の職員紹介シリーズ⑨は青森市民病院の看護局長の小枝文子さんです。
小枝局長にはお忙しい中取材の時間を作って頂きました。



「失敗も成功も
いつかは必ず役に立つ！」

青森市民病院
看護局長

小枝 文子

●出身はどちらですか？

青森県青森市です。大学は弘前でし
た。
他、県外へ出たのは、ここへ就職してか
ら1年くらいです。勉強のために栃木県
の自治医科大学（小児外科）へ行ったこと
があります。その後は、ずっと青森市に
います。

●看護師になろうとしたきっかけは。

小さい頃にかわいがってくれたおばさ
んが病弱で、私が中学生になった時に何
か自分にできることはないかと思ったこ
とが最初のきっかけです。そこから、父
親が手に職を持たせたいと思い看護師
を勧めてきたのもきっかけの一つです。

●尊敬する人は？

看護学校の時の恩師が尊敬する人で
す。もう亡くなってしまったのですが
外科系の先生でした。その先生がよく
言っていた言葉が2つあります。「ナース
スコールは患者さんの命綱。ナースコ
ールを押されたら飛んでいきなさ
い！」ということと、もう一つ「看護
師の業である診療の補助は、検査や手
技だけでなく後始末まできちんとでき
て初めて『できる』ということにな
る。準備や介助ができて後始末がで
きなれば『できる』ことにはなら
ない」。この2つの言葉が今も教えとし
て常に頭にあります。これは、看護に

関わらず、仕事をする上で大事なことだ
と思いました。この教えを守り仕事をし
てきましたが、これからも教え伝えてい
こうと思います。

非常に厳しい恩師でしたが、看護とは
何か、何をする人なのか、どのように行
動することが必要なのか、常に考えるこ
とを学生時代に教え込まれた記憶があり、
とても尊敬する先生でした。良い先生に
巡り会えたと感じています。

●看護師としてやりがいを感じるこ とは？

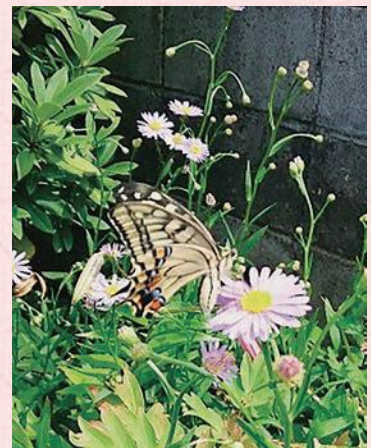
率直に、状態の悪い患者さんが、日毎
に元気になる姿を見るとやりがいを感じ
ます。それは、動けなかった患者さんが
日々のリハビリで動けるようになったり、
飲み込み困難だったのに上手に飲み込め
るようになったり、自分でトイレに行け
るようになったりなど、程度に関わらず、
看護の力が回復の手助けになったと実感
できるからです。

また、その患者さんが元気になってい
く姿を見て、ご家族が喜んでる姿を見

るとさらにうれしく思うし、やりがい
を感じます。看護師の業は、「療養上の
世話」と「診療の補助」となっていま
す。急性期看護では、「診療の補助」も
重要ですが、同時に、急性期の段階か
ら様々な機能が低下しないよう「療養
上の世話」をしていくことが必要だと
感じています。看護のプロだからこそ
できる「療養上の世話」を目指したい
と考えます。

そして、今の立場になると、看護師
の成長にもやりがいを感じます。

知識や技術面での成長に加えて、看
護局の理念である「人に優しく、思い
やりのある看護を提供します」が実践
できる看護師が育つことにやりがい
を感じます。患者さんやご家族に寄り添
い、安心して治療が受けられるよう対
応できることは看護の重要な役割だと
認識しています。看護のプロとして自
分を磨き、成長できることを看護職員
に望むと共に、成長できるよう支援す
ることが私の役割だと思っています。



(庭の様子)

●趣味やいま興味を持っていらっしゃることは？

料理、温泉、家飲み（お気に入りのグラスと器でゆっくり食事すること）。他には、ガーデニングが趣味です。我が家の庭には様々な植物や花が植えられており、春には雪解けと共に福寿草が咲き、ふきのとう、ゼンマイ、ウドなどの山菜が芽を出し、クロッカス、チューリップ、梅、しだれ桜、椿、ぼたん、ツツジ、大手マリなどが咲きます。5月頃が最も花が咲き乱れる頃となります。我が家では、この頃クリスマスローズも咲きます。初夏にはもみじの新緑が映え、ゆり、夏ツバキ、ハイビスカス、キーウイの花が咲き、秋にはアケビやキーウイの実が収穫できます。日々の手入れはあまりできていませんが、手入れができる時には、庭師となつて朝から晩まで思いつきやりつていきます。普段は、隙間時間を利用して、花木の剪定や草取り、芝刈りと地道に作業し、自然に触れてストレス解消しています。最近では、松の剪定を3年ぶりに行いさっぱりしました。ド素人の剪定ですが、一応形になっていると思っています。

食べることも大好きで、直近では、栗をたくさん買って来て、栗の渋皮煮と栗ご飯を作りました。栗の皮むきになんと！3時間もかかってしまい、そこから仕込みに1日かかってしまいました。その甲斐あって、とても美味しくいただきました。

温泉は遠くの温泉へよく行きます。最近ではコロナの影響で遠出ができませんが、以前はよく岩手・福島等に長距離かけて温泉へ行っていました。岩手八幡平の松川温泉が好きです。

自然に触れること、食べること、温泉、この3つが私の元気の源だと思っています。

また、以前から興味があるのは、三味線と流鏝馬です。まずは、馬に乗れなければ話になりませんが、馬に乗って草原を疾走したい！三味線で激しく演奏したい！という願望があります。馬は年齢的に無理かもしれませんが、三味線は実現できるといいなあと思っています（笑）。



(庭の野菜や、お気に入りのグラス等)

●青森市民病院に期待する」とは？

部局の垣根を越えて、安全な医療を提供できる組織でありたいです。また、市民の皆さまに信頼され、愛されるよう、職員一丸となって地域医療に貢献したいと考えます。

市民の皆さまから、「やっぱり市民病院はいいよね」と、自然に言ってもらえるような青森市民病院でありたいと思いません。

●好きな（大切にしている）言葉は

大切にしている言葉は、3つあります。「失敗も成功もいつかは必ず役に立つ！」「困難があっても簡単に諦めない」「柔軟に考える」と言う言葉です。

実際、失敗したことも成功したことも数多くありますが、役に立たない経験はありませんでした。失敗もポジティブに考えれば、良い経験であり、何事も考え方次第だと思っています。つまりは、自分の考え方一つで、良くも悪くもなり方向性が変わると考えます。

困難なことも、これまでたくさんありました。しかし、いつの時も簡単に諦めず、どうしたらできるのかという視点で物事を考えることができた。余談ですが、最近になって、「鬼滅の刃」にはまり、そのストーリーから、強い意思、仲間との絆、同じ目標

に向かって進む、爆発的な力などいろいろなメッセージを感じとることができました。おもしろかったです。困難な目標は、容易に達成できませんが、小さなことの積み重ねや仲間と力を合わせることで成し遂げることができると改めて思いました。

柔軟に考えることについては、自分の思考が偏らないように意識的に行っています。できるかどうかは後で考えることにして、まずはアイデアをだすことに力を注ぎます。型にはまらず、自由に考えることから良いアイデアが生まれると思っています。

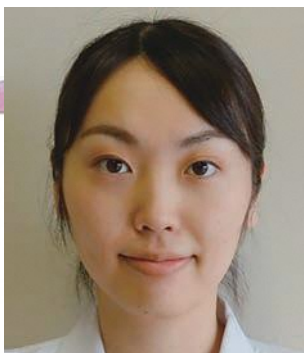
●ほほえみを読んでいたという市民の方へ

私は、コロナが続いている今こそ、看護の力を発揮する時だと思っています。看護職は、患者さんの最も近くにいる存在です。私たち看護職は、そのことを常に心に留めて患者さんやご家族に接し、安心して入院生活を送り、外来通院ができるように務めています。今後も患者さんやご家族に寄り添い、人に優しく、思いやりのある看護を提供できるように努めて参ります。



新採用ドクター紹介

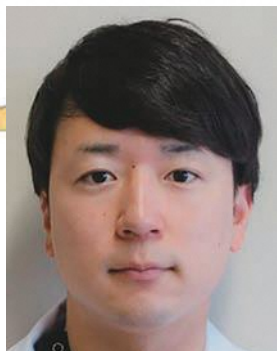
今年、5人の新しい先生が青森市民病院にきてくれました。自己紹介をお願いしました。



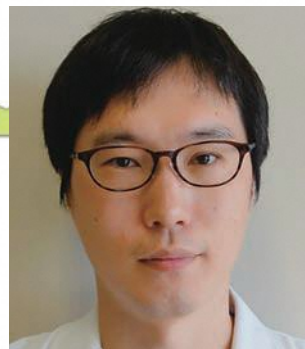
- ①糖尿病内科 医師
- ②田村 亜由美
- ③青森市
- ④カフェ巡り・ゲーム
- ⑤牛タン・紅茶

⑥およそ25年前に松原の官舎に住んでいました。久しぶりの風景を懐かしんでいる毎日です。いろいろとお世話になることも多いと思いますがよろしくお願ひします。

- ① 所属・職名
- ② 氏名
- ③ 出身地
- ④ 趣味・特技はありますか？
- ⑤ 好きな食べ物は？
- ⑥ 今後の抱負など一言



- ①整形外科 医師
- ②山本卓司
- ③福岡県
- ④ソフトテニス
- ⑤惣菜パン
- ⑥どうぞよろしくお願ひいたします。



- ①外科 部長
- ②内田 知顕
- ③東京都
- ④ドライブ
- ⑤デラウェア
- ⑥主に消化器外科領域で入院される患者様を担当しております。丁寧な診察を心がけ市民の皆様のお役に少しでもたてればと思っております。よろしくお願ひします。



- ①麻酔科医師
- ②内田達士
- ③沖縄県
- ④ブラインドでワインの品種と生産地を当てられます。
- ⑤ゴーヤー
- ⑥赴任期間は10~12月と短いですが宜しくお願ひします。



- ①脳神経外科 医師
- ②野村 優
- ③千葉県
- ④トレーニング
- ⑤何でも食べます。
- ⑥皆様のお役に立てるように頑張ります。