メイヨークリニック研修に参加した方々からのレター

第 10 回（2001 年度）メイヨークリニック看護研修に参加して

亀井めぐみ
（東京インターナショナルスクール　保健室看護師）

1　木村看護教育振興財団（以下、木村財団と略す）との出会い

私と木村財団との出会いは平成 10 年にさかのぼる。当時、看護学生であった私は縁あってメイヨークリニックの研修に参加していた。偶然にも木村財団の 97 年度生の方々とホテルが同じであった。そこで看護師になれば木村財団を通して看護研修助成を受ける機会があることを知った。

2　看護師になるまで

私が看護師になったのは 31 才である。それまで短大の英語科を卒業、ホテルのフロント、国連大学図書館員、外資系企業の米国人付秘書を経験し、28 才で看護学校入学、31 才で正看護師資格を取得した。以前から小児科の看護師を目指していた私は幸いにも初年度から大学病院の小児外科病棟に配属となった。

3　研修に参加するまで

看護師になって 3 年が経ち、2001 年春、早速木村財団の海外看護研修の選考試験を受験。無事、合格し、9 月からの研修が決定した。

一緒に行く 10 人の顔合わせ、オリエンテーションが進む中、N．Yテロ事件が起きた。2001 年 9 月 11 日、私は夜勤の最中にこのニュースを知った。出発を同月 29 日に控えていた私達に木村財団は、「参加されるかどうか、ご家族で話合って決めてください」と促された。他の参加者とも連絡を取り合い、その結果、2001 年度生は 10 名全員が参加することとなった。

4　研修に参加して

研修は綿密なオリエンテーションから始まった。病院、看護部、看護体制、研修制度などについて説明がなされた後、研修生 10 名それぞれが専門分野に分かれて、研修計画をたてた。メイヨー側のナースが 1 対 1 で研修生が何を学びたいのかを確認し、短い研修期間の中でいかに有効な時間を持てるかスケジュールを組んでくれた。（研修途中、何度も変更を重ねた。）そのスケジュールに沿って毎日動くこととなった。

私は小児看護の中で最も興味のあった小児ガンの治療、看護、痛みのケア、本人と家族への告知、心のケア、兄弟児ケアについて学ぶことになった。Mayo Eugenio Litta Children’s Hospital はメイヨークリニックに隣接している 85 床（一般 43、NICU28、

PICU14)の小児専門病院である。病棟に入ると明るい照明、可愛い壁紙が迎えてくれ、病室は全て個室、家族は 24 時間面会可能、各部屋には浴室、ソファベッド、テレビが設置され、家族は希望すれば泊まれるようになっている。病院の中には、緊急輸送用のヘリポート、リハビリセンター、教会なども完備されている。また院内学級だけでなく音楽療法、アートセラピー、ペットセラピーも行われている。患児、家族を支えているのは医師、看護師だけでなく、臨床心理士、チャイルドライフスペシャリスト、栄養士、薬剤師、牧師などコメディカルの役割が大きいことに驚かされた。日本では患者カンファレンスは主に医師が治療方針を提案し、決定することが多い。しかし、メイヨーでは先に挙げた職種の全員が参加し、意見し、それぞれの意見が尊重され、実際の治療、看護に取り入れられていた。

2 週目からは実際に病棟に入り、プリセプターの指示の下、臨床実習を経験した。米国の看護師免許がないため、患児に触れることは許可されなかったが、一緒にその日のケアプランをたて、実行した。

毎朝のカンファレンスでは研修生の私にも意見を求められた。ある医師に「ナースは僕たちより患者のそばにいる時間が長い。それだけに君たちの意見は貴重だ」と言われ、日本との看護師の地位格差を痛感した。

1ヶ月の研修を終えて感じたことは、まず第一に、患者優先の看護であるということ。日本ではその日に行われる検査や治療によって看護計画をたてる。メイヨーでは患者のその日の体調、気分によって計画は大きく変更されていく。小児ガンの子供のほとんどが告知されており、どのような治療が必要で、どのような順番でなされていくのか説明を受けている。決められたスケジュールの中でも変更が可能なものについては患者優先で実施されていた。日本では輸液管理、薬剤管理、治療補助のみならず、ベッドメイキング、授乳、部屋の清掃までもが看護師の仕事となっており、実際患者優先の看護は難しい。今後の大きな課題の一つである。

第二に、それぞれの職種がお互いに尊重し合い、協力した看護がなされていることが挙げられる。先に述べたカンファレンスがその一つである。抗がん剤の副作用で口腔内が荒れて食べられない子供への食事について悩んでいたら、「栄養士に相談したら？」と。すぐに実行し、次の食事から舌に優しい献立に変更された。このように一人の患者に多くの職種が協力し合って看護がなされている。他職種との協力については、帰国後病院に報告し、徐々に実践されるようになった。

5　研修中の思い出

研修中、研修生は2人1室でキッチン付きのホテルに宿泊した。個人研修が始まると毎日多くの課題が出されるため、夜は部屋を行き来して意見交換や勉強して、大変有意義な毎日であった。

中盤にさしかかったある夜、突然の停電があった。一つの部屋に 10 人で集まり、

フロントからもらったロウソクと懐中電灯で一晩を過ごした。テロの再来かと不安が横切ったが地域一帯の一時的な停電であると知り、ほっとした。

また、休日にはバスツアーやホームステイなどもあり、ロチェスターの秋を楽しんだ。ホームステイしたお宅とは今でも交流がある。病棟の子供たちとハロウィンパーティを計画し、仮装して研修した日もあった。

メイヨークリニックはホテルから徒歩で約 10 分ほどであったが、小児病院はバスでさらに 10 分ほどのところにある。ランチは本院で食べるため、病院が広くて何度も迷子になった。

研修中、苦労したことはやはり英語力である。外資系秘書をしていたので日常会話には困らなかったが、やはりカンファレンスなどで専門用語が出てくると、戸惑うことがあった。研修前に少なくとも自分の分野で使用する単語は学習していくべきであった。

6　研修後 12 年が経って

研修後、病院に戻り、全職員の前で研修成果の発表をした。学んできたことを病棟の業務改善や看護の質の向上に活かせるよう努めた。限られた時間の中、どうしたら患者優先の看護ができるかを日夜模索した。実際に変えていくのは難しかったが、少しずつ患者に寄り添う看護ができるようになったと思う。

大学病院で 5 年働いた後、看護師の資格と英語力を活かして、インターナショナルスクールの保健室看護師となった。仕事にも慣れてきて自分の時間が取れるようになった頃、メイヨークリニックで私よりも年上の看護師が大学院で勉強していることを思い出した。いくつになっても勉強はできる。そこで私も奮い立ち、通信教育で大学の心理学科を卒業した。卒業と同時に、こども医療センターに血液腫瘍科病棟看護師として戻った。ここではメイヨークリニックで学んだことを最大限に活かすことができた。患者とその家族の立場にたって行う看護、心理面のケア、痛みのケア、兄弟児のケアなどすべてが研修で培ったものである。

諸事情があり、病院をあとにして、今は横浜インターショナルスクールの保健室に勤務している。世界 40 カ国から約 700 人の生徒が集まる多国籍集団である。学校では言葉の問題を始めとし、国による習慣の違いなどから様々な問題が起きている。少しでも力になりたいと今度は臨床心理士を目指して大学院進学を考えている。

今でも一緒に研修したメンバーと年に数回は会う機会を持ち、情報交換したり、相談にのってもらったりしている。今年の春にはハワイでメイヨークリニックの方達と再会し、楽しいひとときを持つことができた。

最後になりましたが、この素晴らしい経験の機会を与えてくださった木村財団の皆様、メイヨークリニックの皆様方に感謝の意を表したいと思います。ありがとうございました。

【プロフィール】

亀井　めぐみ　［かめい　めぐみ］

1998 年	NTT 東日本関東病院附属高等看護学院卒業。 卒業後は順天堂大学病院小児外科病棟、NICU 病棟に勤務。
2001 年	木村財団海外看護研修参加
2003 年	St. Maur International School 保健室看護師。
2005 年	在職中に通信教育で明星大学教育学部心理学科卒業。 卒業後、神奈川県立こども医療センター血液腫瘍科病棟に勤務。
2007 年～ 2013 年7月	Yokohama International School 保健室看護師。
2013 年8月～	Tokyo International School 保健室看護師、現在に至る。

2010 年	人命救助（救急蘇生）で神奈川県警、神奈川消防署より表彰。
2012 年	『震災時の学校における対応』WHO（世界保健機構）より出版。