

後輩たちへのエール！

その42

2020年6月26日

後輩のみなさんへお伝えしたいこと

◇今回は、市原沙也伽さん（岐阜大学医学部看護学科）をお送りします！

はじめまして。2年前に関高校を卒業しました市原沙也伽という者です。現在、岐阜大学の医学部看護学科に所属し、看護師資格を取得するべく勉強しています。今回は、後輩への応援メッセージを、とのことでこの文章のお話をいただきました。私自身、そこまでできた人間ではありませんので、果たして先輩としてまともなことが書けるのか、というかそもそも私が書き手となってもいいのかどうか、甚だ疑問ですが、頑張ってお伝えさせていただきます。よろしくお願いいたします。

1. 今の世の中に思うこと

現在、新型コロナウイルスに世界は引っ掻き回されています。高校生の皆さんも、コロナでどうなるんだろう、と思っているところに慣れないオンライン授業が始まり、慣れ始めたかと思えばオンラインと対面が混ざることになり、そしてついに対面授業が開始、と、変化ばかりの日常にストレスを感じているところだと思います。そして3年生の方は、その上に受験に対する不安も重なり、本当に大変な日々を過ごしておられると思います。

本当に、私も心が痛いです。そして、そんな中の皆さんにこれから私が言いたいことは、漠然としたことになってしまいますし、人によれば「お前に何が分かるのだ」と言われてしまうようなことかもしれません。しかし言いますと「心を大切にしてください」ということ、私が皆さんに言いたいことは、これに尽きます。心こそ、人間の最も基本となるものだと思います。この先が見えない世の中で、将来のこと、勉強のこと、いろいろ考えてこれから私はどうなってしまうのだろう、と思悩むこと、「普通じゃない」日常にストレスを感じることに。それは人間として普通のことであり、健全な精神の働きだと思います。しかし、どうかそれによってあなたが追い詰められすぎませんように。人によってストレスの対処法には様々ですし、私はまだ専門家ではなくえらそうなことは言えないので具体的な方法を書くのはよしますが(だからこそ余計漠然となってしまうって申し訳ない)、「心を大事にする」ことを心掛けてこの日々を過ごしてください。

そうして私が皆さんにもう一つ、言いたいこと。皆さんはこんな状況の中、本当によく頑張っています。自分を褒めてください、労ってください。私からも労わせてください。本当に、お疲れ様です。

カウンセリングみたいになっていますね、ほんとうにこれでいいのでしょうか。

2. 高校生の皆さんへ

私が思ったこと、考えてきたことをつらつらと書いていこうと思います。まず、経験は人生においてとても重要なことだ、ということです。具体的な事例を挙げていくつかお話したいと思います。まず、医療系に進まない方にはあまり知られていない事実だと思うのですが、看護学生はその学生生活の中で一度、人体の解剖を見学させていただく機会があります。「自分の死後、この体を医療の発展に使ってください」と、体を提供してくださった方のご遺体を医学部の学生が解剖し、それを見せていただくのです。私はこの経験から、今自分が学んでいる学問の重みを感じられるようになりました。このように、遺体を提供して下さる方がいるから今までの医療者が育ってきたし、これからの医療者も、私たち含め、育てていただけたのだと思いました。また、多くの人の支えがあって私たちは勉強ができるのだと改めて感じ、「看護師に絶対なろう」という決意を新たにすることができました。

また、実習に行ったとき、守秘義務というものが看護学生にはありますから詳しくは書けないのですが、私は教科書には書いていないことをたくさん学ぶことができました。私たちは様々な経験をすることでいろいろなものの重要性や重み、質量やかたちを感じたり、様々なことに対するモチベーションを高めているのだと思います。高校時代、今は思うようにはいかないかもしれませんが、きっとこれからも様々な機会があることと思います。選ぶことができるもの、できないものまで。それらをめいっぱい利用すること、そしてチャンスに飛び込むことを、大事にしてほしいと思います。

また、自分と向き合うことを大切にしてほしいです。私は、今でこそ看護師になる、という夢に向かって歩んでいるわけですが、高校時代に一度、進路に関して本気で悩んだ経験があります。その時はとても苦しかったです。自分の人生という、あまりにも大きすぎる問題、問題集のように、解説のパートがあるわけではありません。誰かが自分の人生決めてくれないかな、などとまで思い詰めました。しかし、その時私が自分と向き合って答えを出し、「看護師になろう」と強く、迷いのない決意ができたからこそ、私はあの苦しい大学受験を乗り越えられたし、今の勉強の苦しさも受け止めて歩くことができているのだらうと思います。あれは自分にとって必要なことでした。ここまでで何が申しあげたいかと言いますと、どうか自分と向き合うことを恐れなくてほしい、ということです。向き合うことはつらくとも、きっと、それで悪い結果にはならないと思うのです。自分の心に関して疑問に思うこと、将来について今のままでいいのか、と思うこと、様々、もしもあつたら、その心を大事に、そして、その心と納得がいくまで向き合うこと、大切にしてほしいと思います。

3. 看護師を目指す皆さんへ

ここからは対象が限定されてしまうお話になりますが、せっかくの機会ですので書かせてください。私が看護を目指す皆さんにお伝えしたいこと。それは、看護師になりたいと思ったきっかけを、その気持ちを、ずっと忘れないで、大切にしてください、ということです。脅すようなことを言うべきではないでしょうが、看護学生は大変です。頭でも体でも、覚えることばかりです。実習にも何回もいかなければなりませんし、最後には国家試験も待っています。でも、そんな大変な時に自分を支えてくれるのは、やっぱり「なりたかったと

きの自分」なんじゃないかと思います。ずっと、大切にしてください。そして、看護の勉強と高校の勉強が結びつかない…とモチベーションが上がらない方がいましたら、朗報です、生物にしろ生物基礎にしろ、「生物」と名のつくもの、一生懸命やっておくと看護に入ったときに多少有利になると思います。また、副科目になりますが、家庭科の子供についての授業は小児看護論に、保健体育の性についての授業は母性看護論にそれぞれつながっています。「看護」と聞くと全く新しい分野に聞こえますが、実は高校の勉強とつながっている部分は結構あるものです。

4. 最後に

随分とぼやぼやしたことを長々と書いてしまいました。ここまでお付き合いいただきありがとうございました、と言うべきか、こんなところまでお付き合いさせてしまい大変申し訳ありませんでした、と言うべきか。心に何も残らなかったら、こんな文章の存在、潔く忘れてくださいね。記憶の容量の無駄ですからね。

最後になりましたが、こんな状況の中ですが、皆さんが少しでも充実した高校生活を送れることを祈っております。ここまでの相手は市原沙也伽でした。ありがとうございました。



SGH 講演会の講師、ブルーコーナー社長の石垣幸二さんと。