

令和5年度職員採用試験 最終合格者（採用予定者）の皆さんへ

皆さんこんにちは！仙台市人事委員会事務局からメールマガジンをお送りします。

今回のメルマガでは、

◆先輩職員（保健師）インタビューをお届けします！

.....
今回は、泉区障害高齢課の山田 一乃さん（保健師職入庁2年目）にお話を伺いました。
職種に関わらず参考になるお話があると思いますので、是非最後までご覧ください。

1. 保健師になろうと思ったきっかけについて教えてください。

小さい頃から看護師に憧れており、高校生の頃真剣に看護系の進路を考え始めました。資格等を調べる中で保健師という職業があることを知り、日々の生活に近い場面から、予防の視点で市民の健康づくりを支える仕事ができる保健師に魅力を感じ、目指すことにしました。赤ちゃんから高齢者まで幅広い世代と関わることができる点も保健師の魅力だと感じています。また、おじいちゃん、おばあちゃん子で育ったこともあり、地域の高齢者の皆さんと元気に活動できたらいいなとも思っていました。

2. 入庁してからの異動歴を教えてください。

令和4年に入庁し、泉区障害高齢課に配属されてから、まだ異動歴はありません。障害高齢課では課名の通り、主に障害のある方や、高齢者の生活相談に応じています。その中で保健師が所属する地域支援係では前者に限らず地域の皆さんの安心した暮らしのために介護予防や難病支援、心の健康相談、認知症対策などにも取り組んでいます。

3. 現在携わっている事業（業務）の内容と、あなたが担っている役割を教えてください。

介護予防事業全般を担当しています。仙台市では、介護予防運動サポーターという役割持つボランティアを中心に、地域の方が集まり介護予防を行う「介護予防運動自主グループ」という活動がありますが、私はそのサポーターの養成や自主グループの活動支援を行っています。

業務としては窓口での相談対応や個別支援があり、主に介護や認知症、心の悩みについて相談をお受けすることが多いです。また、個別支援では高齢者や障害者、難病をお持ちの地域の方に対し、電話で体調を確認したり、訪問したりして直接困りごとを聞いたりして支援を行っています。

4. 職場の職員構成（人数・職種の割合・年代等）について教えてください。

泉区障害高齢課は48名の職員が所属しており、そのうち10名が保健師です。事務職員に加え、看護師や心理士などの専門職も所属していて、年齢の幅も広いです。同じ保健師には年代の近い先輩もいるので、私生活のことについて話したり、相談を聞いてもらうこともあります。

5. 始業から退庁までの一日の仕事の流れを教えてください。

- 8 : 30～9 : 00 朝礼、スケジュールの確認
- 9 : 00～10 : 00 事業打ち合わせ
- 10 : 00～12 : 00 自主グループ訪問
- 12 : 00～13 : 00 昼休憩
- 13 : 00～15 : 00 個別支援ケース訪問
- 15 : 00～16 : 00 ケース記録記載
- 16 : 00～17 : 15 事務作業・電話対応

6. 仕事にやりがいを感じるのはどんな時ですか。

支援をしているご本人やその家族から「話を聞いてもらえてよかった」「来てくれて助かった」と声をかけてもらえた時です。保健師が関わるのは支援対象となるその方一人だけではなく、その家族、周りの支援者、地域の方など多くの人との関わりが生まれます。その方々と支援の足並みを揃えるために、たくさんのやり取りを重ねていきます。意思疎通がうまく図れず苦労することもあります。一支援者としての思いが伝わり、状況が良い方向に動いたことをご本人の言葉から実感できるのはとても嬉しい事であり、やりがいにつながっていると感じます。

保健師として仕事をする中では、個別支援に限らず、研修を無事開催できた時や相談対応で解決の糸口が見えた時など、直接市民の方から「ありがとう」を聞ける場面が多くあります。それらが次の頑張りへのモチベーションになっています。

7. 職場デビューしてから1～2週間の職場での様子を教えてください。

初日に自分の名前の名札が席に用意してあったことがとても嬉しかったことを覚えています。職場デビューして1週間は指導担当の先輩に、庁内LAN（市役所内のグループウェア）の使い方や、回覧書類の処理の仕方などを教えていただきました。市全体の新規採職員向けの研修に加え、課内で実施する各業務の研修もあり、緊張する間もないほど研修三昧であつという間に1週間が過ぎたように思います。

次の週からは、担当する地区業務の引継ぎと訪問業務の予定が入ってきました。訪問は先輩職員に同行いただき、また電話や窓口対応についても先輩職員に同席いただいたり、助言をいただきながら徐々に経験を重ねていきました。何もかも初めての経験だったため、ワクワクして毎日を過ごしていました。

8. 実際に働いてみて、入庁前に抱いていたイメージと違うと驚いたことはありますか。

デスクに座っての作業も多いかな、と思っていたのですが想像以上に訪問や会議など直接市民の皆さんに会う機会が多かったです。記録作成など事務作業が大変だと感じることもありますが、直接会って市民の皆さんの色々な話を聞けたり、自分に会うのを楽しみにして下さっている方がいると頑張ろうと思うことができます。また、訪問や会議の参加のため公用車で外出することも多いため、運転免許をお持ちの方は運転に慣れておくのも良いかもしれません。

9. 学生時代に学んだことが、今の仕事に役立っていると感じることはありますか。

1点目はパソコンスキルです。業務の書類作成や、日々の相談対応の記録はすべてパソコンで作成します。そのため、基本的なワードやエクセルの操作や、タイピングについては学生時代に培ったものを活かしていると思います。課内研修等でパワーポイントを作成する機会も意外とありました。

2点目は専門職としての知識です。国家試験のため、たくさんの疾病について勉強しましたが入職する頃にはだいぶ薄まった知識になっていて、もう少しちゃんと覚えておけば良かった…と思う場面がいくつもありました。国家試験対策ほどの明確な知識までとは言いませんが、疾病の名前と大まかな症状が結びついたり、イメージを持てるようにしておくで相談に乗りやすいかなと思います。ただ、働く中で徐々に知識を得ていくことができるのであまり心配し過ぎなくても大丈夫です。

10. 合格してから入庁するまでの間、どのように過ごしていましたか。また、その時期にやっておくといいこと、やっておけば良かったと思うことはありますか。

合格してからは、国家試験の対策に専念しました。採用試験の合否が出るまでは就職活動と国家試験勉強の両立に焦りもありましたが、国家試験さえ受ければ保健師として働くことができる！とかなりモチベーションになっていました。国家試験が終わってからやっと試験から解放され、好きなものをたくさん食べたり、友達と遊んだり旅行に行ったりしていました。

配属が決まるまでは心構えもなかなかできないと思いますので、家族や友達との時間を大切に過ごしていただきたいと思います。同期だけでなく、他の仕事をしている友達や家族が心の支えになることもあるかと思います。

ちなみに、事前に準備しようと思っていた通勤の服装やカバンなどについては、働き始めてから先輩の様子を見て徐々に揃えていきました。

11. 最後に、合格者へのメッセージをお願いします。

皆さん、合格おめでとうございます！試験勉強も本当にお疲れ様でした！

保健師は地域の人とたくさん関わることのできるとても素敵な仕事です。相談を受ける側として悩むこともたくさんありますが、課内の先輩に相談したり、アドバイスをもらったりしながらうまく支援の方向性が決まると大きなやりがいを感じることができます。地域の方から嬉しい報告を聞いたり、活動に誘ってもらえたり、働き始めてからできた地域の皆さんとのつながりはかけがえのないものを感じています。

入庁まで楽しい時間をお過ごしください！皆さんと一緒に働ける日を楽しみにしています！

.....
※このメールは、令和5年度職員採用試験に最終合格した方で、メールアドレスを登録いただいた方に配信しています。