

今回の保健師職能集会・講演会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響を考慮しオンラインで開催しました。

#### 【保健師職能集会】

まず初めに、保健師職能集会を開催し、長野広敬会長よりご挨拶をいただきました。長野会長からは、新型コロナウイルス感染症拡大の中、研修事業において、オンデマンド配信といった IT 活用により、受講できなかった方が参加しやすくなったことを挙げられ、今後の体制整備について述べられるとともに、会員の皆様の声を取りまとめ、国や県に対し、要望を届ける予定であるといったお話をいただきました。また、今年度の保健師職能委員会の委員について、小田委員長より紹介をさせていただきました。

#### 【講演会】

今回、講師には「楽しく仕事をするモチベーションアップ術 ～自分も周りも勇気づけていくために～」のテーマでお話をさせていただきました。

#### 1 自分も周りも楽しく働ける職場であるために

職場の雰囲気は一人ひとりの感情が作ります。ひとりの感情は周り（メンバー）に連鎖していきます。そのため、ひとりひとり（自分自身）の勇気づけのマネジメントが重要になります。勇気づけのマネジメントを実行し、「自分を勇気づけられる人は他人を勇気づけられます。」と、人を支援する立場の人はこの言葉を受け止めてもらいたいと講師は話されていました。

#### 2 勇気づけコミュニケーションとは

職場のマネジメントの上で一番大切な事は①相手に関心を寄せる②対話をする場をつくる③対応を考え行動する、の3つを挙げられました。対話をする前の態度が大事で、相互尊敬・相互信頼に基づく関係を築き、相手の関心に関心を持つことが大切ということでした。

そして、自分を勇気づける習慣を持つために、「マイナス感情にふたをせずに認め、見つめ、ためずに吐き出し、最後はプラスの言葉で終わる」ことを提示し、「言葉は一瞬で人の人生を変えるくらいの力をもっている」とも話されました。

さらに「心理的安全性の高い職場を創っていく意識が大事」であり、そのために必要な「自分も周りも勇気づける職場づくりのためのコミュニケーションのポイント」を6点あげられました。

### 3 幸せにイキイキ働くためのビジョンを描く

「ライフ&キャリアを考える」として、自分のやりたい活動・仕事は何か、この社会の中で自分はどんな存在でいたいのか、その上で10年後、3年後、1年後のアクションプランを考えること、「自分がどうしたいかであってそれが叶えられるかどうかではない。仕事において、私生活においてこうありたいと思うことが大切で、自分の意識をどこに向けるかで未来の結果は変わってくる。」と話されました。

最後に、「愛して（大切に）して） 学んで 仕事をする」という言葉が私たちに送られました。小さくても決して歩みを止めないで、どんなことがあっても自分を勇気づけ、仲間を勇気づけることが、健やかに自分らしく幸せに生きることにつながると話されました。

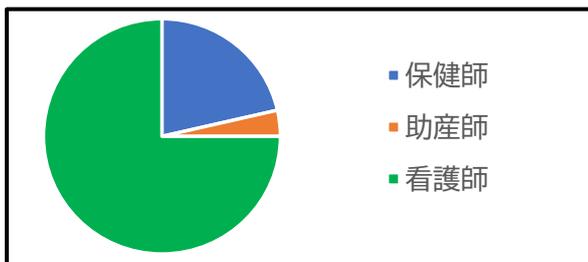
講演時間の全てを使い、講師の熱い思いに、とても心が揺さぶられる良い機会となりました。

講演名	令和4年度 保健師職能集会・講演会 タイトル：「楽しく仕事をするモチベーションアップ術 ～自分も周りも 勇気づけていくために～」 講師：加倉井 さおり 氏 （株）ウェルネスライフサポート研究所 代表取締役 （保健師・心理相談員・ICP 認定コーチ） 
講演年度	2022年度
講演日	令和4年7月14日（木）
開催方法	オンライン講習（Zoom）
講演時間	13時30分から16時30分（受付13時00分から）
参加人員	申し込み人数43名 参加者41名 内訳：会員35名 非会員 6名 職種（保健師15名、助産師1名、看護師25名）
会場	神奈川県総合医療会館 第1研修室より Web 配信

◆令和4年度 保健師職能集会・講演会（回収数28） R4.7.14

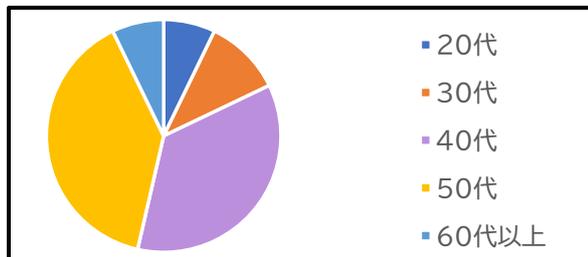
(1) 参加職種

保健師	6
助産師	1
看護師	21



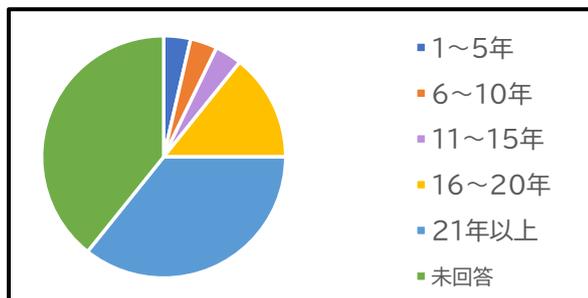
(2) 年代

20代	2
30代	3
40代	10
50代	11
60代以上	2



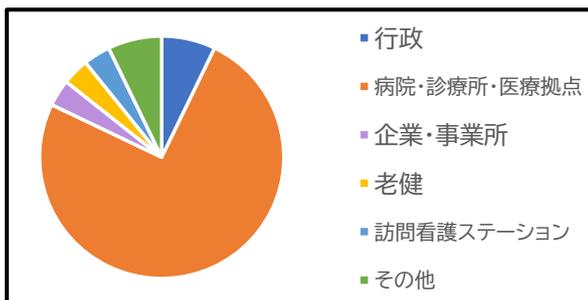
(3) 経験年数

1～5年	1
6～10年	1
11～15年	1
16～20年	4
21年以上	10
未回答	11



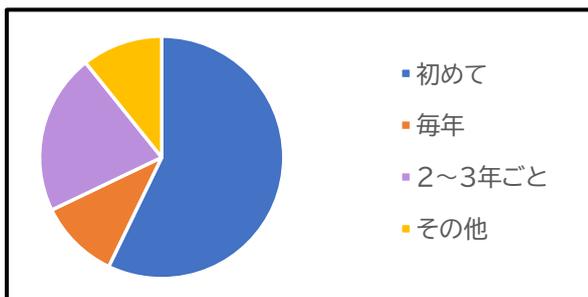
(4) 所属

行政	2
病院・診療所・医療拠点	21
企業・事業所	1
老健	1
訪問看護ステーション	1
その他	2



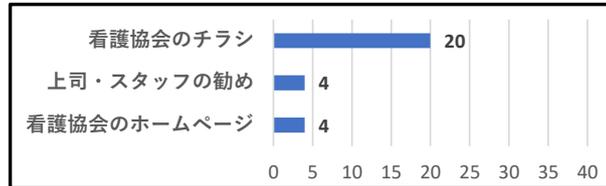
1 保健師職能委員会の企画する講演会や研修会の参加状況

初めて	16
毎年	3
2～3年ごと	6
その他	3



## 2 研修をどのようにして知りましたか

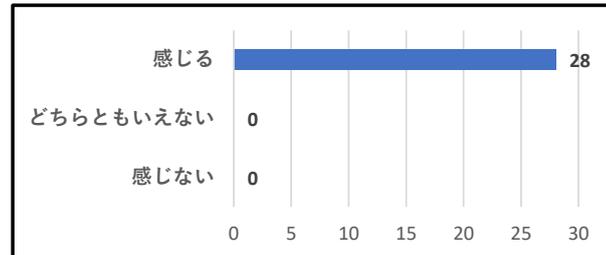
看護協会のチラシ	20
上司・スタッフの勧め	4
看護協会のホームページ	4



## 3 研修の内容について

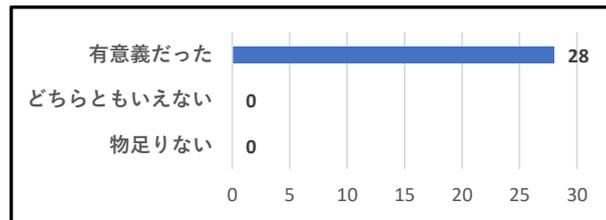
### (1) 必要性を感じるものでしたか

感じる	28
どちらともいえない	0
感じない	0



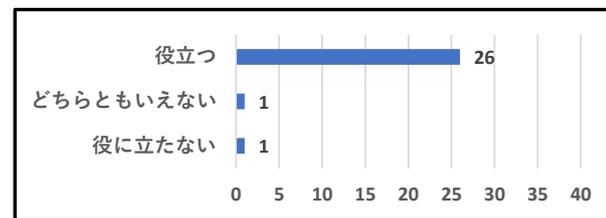
### (2) 有意義でしたか

有意義だった	28
どちらともいえない	0
物足りない	0



### (3) 今後の職務に役立つものでしたか

役立つ	26
どちらともいえない	1
役に立たない	1



## 4 研修会の感想・お気づきの点

- ・ 今、自分のモチベーションがなかなかあがらず悩んでいました。でも、自分が普段スタッフに行っている声掛けや行動が勇気や元気を与える言動にあてはまっており、自分の言動、コミュニケーションは間違いではないことに自信がもてました。落ち込むのも自分のとらえ次第であり、思考を変えることを明日からもう一度意識していこうと思います。
- ・ とても楽しく受講させていただきました。『言葉は一瞬で人の人生を変える』という言葉がとても印象に残りました。これから後輩が増え、指導していく立場になってくるので、『頑張ろう!』と思ってもらえるような声かけや態度を示せるようにしたいと思います。ありがとうございました。
- ・ 今まででも笑顔でと感じながらもやっていない自分がいたと思います。今回を期に自分だけではなく他人も楽しく仕事ができるような雰囲気作りをしていこうと感じました。ありがとうございました。
- ・ 「元気に・明るく・楽しく」をモットーに働いていますが、スタッフの退職などに伴い病棟が多忙となりスタッフは疲弊しています。何とかスタッフのモチベーションを高め楽しく働いてもらいたいと思い、今回受講させて頂きました。「感情は連鎖していく」ととても印象的でした。ありがたい言葉を大切に、朝は、みんなに元気よく挨拶し、頑張ろうという気持ちで関わっていましたが、間違っていなかったと嬉しく思いました。ただ、自分自身も新しく配属された病棟であり、心に余裕がないのが現状でした。Aの世界で生活できるよう、プラスのストロークを大切にしていきたいです。とても楽しい研修でした。明日から職場に行くのがさらに楽しみになりました。ありがとうございました。加倉井先生の本を探してみたいと思います。