

大学を卒業後、NCGMセンター病院の病棟で勤務、
国際医療協力局の実務体験研修、看護職海外研修を経験、
看護部から国際医療協力局に配属された看護師

こどい はるか 小土井 悠

国際医療協力局
人材開発部 研修課/広報情報課
看護師



★略 歴

2012 慶應義塾大学看護医療学部 卒業
国立国際医療研究センター 整形外科・形成外科病棟
2018 国際医療協力局 (6月)

★現在の主な担当業務

チョーライ病院、日越友好病院に向けた院内感染対策リーダー養成研修
仏語圏アフリカ国内保健人材ネットワーク
保健人材チーム / 医療の質チーム

———小土井さんが、看護職を目指したのは何故ですか？

医療職を目指すきっかけをつくってくれたのは、リウマチに苦しんでいた祖母と、大腸がんと闘って病に勝った祖父です。「おばあちゃんのリウマチを治してあげたい」。そんな幼心がずっと胸にあって、初めは医師になる事を目指していました。しかし高校生の時、勉強が大嫌いだった私は、すぐに挫折。受験勉強のスイッチが入ったのは高校3年生の夏でした。その頃、母に「あなたは医者よりも、看護師の方が性格に合っているんじゃないの?」と言われたことで、改めて医療の道に進もうと決意。周りのサポートもあって、無事大学の看護学部合格して上京することができました。

———国際保健医療との出会いは、いつでしたか？

国際保健医療をはっきり目指し始めたのは大学に入ってからです。でも、幼稚園から高校までカトリックの学校で学んでいたこともあり、学校のシスターが途上国で恵まれない子どもたちのためにさまざまな活動をしているのを知っていたので、少し興味は持っていました。「なぜ同じ人間なのに、生まれた国が違うだけで、命をなくしてしまったり、勉強ができなかったり、こんなにも大きな差が生まれるのだろう」。そんなことをいつも考えていました。

大学生の時は、看護を学んでいく中で、初めは最先端の医療を、最前線で行うことを目指していました。しかし、自分の手で人をケアすることができるようになった時、かつてシスターから聞いた、途上国の子どもや女性を思い出しました。「途上国の人たちのために、自分の看護技術を使う道に進もう」。そう決意しました。

———大学時代のことを教えてください。

学生時代は、途上国でHIV/AIDSで死んでいく子どもたちがいること、先進国である日本でも感染者が増加しているという現状に疑問を感じ、NGOシェアのHIV/AIDSの予防啓発活動を学ぶため、タイのウボンラチャタニに行きました。ラオスとの国境近くで、メコン川沿いに位置する町です。それが初めての途上国での経験でした。

当時タイ全土で洪水が発生しており、ウボンラチャタニも川が溢れていました。そのような環境の中、現地の子どもたちが予防啓発のためのイベントを開催しているところや、HIV陽性者のコミュニティをどのようにサポートしているのか、どのような差別を受けているのかを学び、日本で活かせることはないかを考えました。タイではNGOの活動を経験しましたが、草の根の地道な活動が人々の心を動かしていく様子を見ながら、このような活動はとても大切だと思うと同時に、もっと国が問題意識を持ち、課題に対して取り組むことができれば、より多くの人と共に、良い方向に向かうことができるのではないかと感じました。

そんな初めてのタイでしたが、嘔吐と下痢と発熱に見舞われ、その地域で一番大きな私立病院に入院してしまいました。何を言われているのか、あまりわからないまま、抗生剤の点滴を受けました。いま考えると、医療従事者の対応はとてもさっぱりしていましたが、きちんとバイタルを測ったり、「体調はどう？」と声をかけてくれたり、日本の看護師と同じように活躍していました。体調を崩したことで、私は途上国の環境には合わないのかと心配になりましたが、その後はタイに行っても、ベトナムやカンボジアに行っても体調を崩すことはなく、少し安心しました。

———大学卒業後、NCGMセンター病院に入職しましたね。

大学卒業後、NCGMセンター病院に入職して、8階東病棟に配属されました。8階東病棟は入職当時は、整形外科と呼吸器科がメインの病棟でした。現在は整形外科、形成外科、総合診療科の混合病棟になっています。

整形外科では、自由に動けない患者さんや疼痛が強い患者さん、認知症の人など、術後急性期から慢性期、脊椎腫瘍で末期の患者さんまで、さまざまな患者さんを見てきました。患者さんのための最善の策をチームで考える、連携の重要性を実感できました。スタッフ間では新人教育を行いながら、自分も改めて看護師として成長することができました。また、副師長や師長などの管理者なるための幹部任用試験を受験することで、管理者として病棟や病院、ひいては日本の医療をどのように見ていくかという視点を学ぶことができました。

臨床での経験を積み重ねながら、病棟の人たちの協力もいただいて、入職3年目に国際医療協力局の実務体験研修、入職5年目に看護職海外研修に参加させていただきました。その時は、3年目、5年目にならないと研修を受け入れないことを疑問に思っていたのですが、実際に研修を受けた後は納得がきました。実際に国際医療協力局の看護師の活動を学んだことで、今後の自分のキャリアについて考えることができました。海外での活動から、海外で国や病院のトップのレベルの人たちと一緒に活動をするためには何を身につけなくてはいけないのか、どのようなスタンスで国際協力というものを行うべきなのかを考えさせられました。自分自身の看護師としての経験や、専門的な知識、技術を持った上で国際協力の現場に出ると、そうでないのでは、大きな違いがあると気づきました。その時から、臨床での看護や教育、管理に対する意識も少しずつ変わっていきました。



大学時代、NGOシェアのHIV/AIDS予防啓発の活動を学びにタイへ。メコン川でのボートレースを見に行ったときの一枚。この数日後に海外初入院を経験。



世話になった先輩の最後の勤務の日。
たくさん迷惑をかけた同期と一緒に。

国際医療協力局については、実際に研修に行つて知つたのですか？

国際医療協力局を知つたのは、慶應義塾大学に在籍中です。当時お世話になつた先生がパレスチナで長年活動をしていて、その先生から、国立国際医療研究センターという病院に国際医療協力局という部署があると教えていただきました。看護師として臨床の経験を積んだ後、国際分野にそのまま進めるというのは、当時の私にはとても魅力的でした。また、国レベルでの支援を行うことができるということも、私にとってはとても重要なことでした。正直、進路については悩みました。大学院へ進学し、国際機関で働くこともいいかと思つたり、青年海外協力隊で一度海外に出た方がいいのかと思つたりしました。

しかし、看護師としての専門性を身につけてからの方が絶対にいいという先生方の言葉もあり、まずは臨床で経験を積む道を選びました。



看護職海外研修。カンボジアのタケオに青年海外協力隊として活動していたNCGMの先輩と一緒に、一所懸命活動している姿に刺激を受けました。

国際医療協力局で、これからどのような仕事をしたいと思つていますか？

国際医療協力局に来てまだ日も浅く、臨床の現場の時と仕事が大きく違うこともあって、わからないこと、覚えることが多く、インプットの毎日です。正直、数年先の自分が何をやっているのか、国際医療協力局での活動が自分に合っているものなのか、自信を持って言えません。しかし、臨床の現場で培つた経験を活かしながら、多くの人を救っていけるような国づくりの支援をしていきたいという思いは変わりません。

国際医療協力局に入った今、とても興味があるのはアフリカでの活動です。学生時代には治安の問題もあり、行くことが叶わなかつたこともあって、アフリカにはいつか行ってみたいという思いが強くありました。現在、国際保健におけるさまざまな課題の中でも、保健人材開発について取り組むチームに所属していることや、病棟時代にも人材育成についてとても悩んだ経験もあり、チャレンジの意味を込めて、アフリカ地域の保健人材をどのように整え、マネジメントしていく必要があるのかを考えていきたいと思つています。

国際医療協力局が支援している国の多くはフランス語を公用語としていますので、今後はフランス語の勉強も始める予定です。そして、やりたいことを達成するためには、もっと学習と経験を積まなくてはいけないと思つています。大学院への進学は、いずれチャレンジしたい目標でもあります。幸いなことに、協力局には専門性の高い先輩方がたくさんいらっしゃいます。その方々からたくさん学び、成長できたらと思つています。

そして、もうひとつ、女性としてのライフステージをしっかりと考えていきたいという気持ちも強いです。こればかりは私一人でどうにかなるものではありませんが、結婚して子どもが欲しいという気持ちがあります。海外に出て行く機会がある仕事なので、なかなかハードルが高いですが、越えられない壁ではないと思つています。先輩たちにアドバイスをいただきながら、人生についても考えていきたいと思つています。

最後に、これから国際医療協力の世界を目指そうとしている人にメッセージをお願いします。

私はどちらかというと、ここまで脇道のない一つのレーンを、スーッと流れるように来たように思います。しかし、それでもまだ足りない、もっとこうしていたらと思うことばかりです。同時に、これが私らしくていいと思うところもあります。

20代後半という年齢で国際医療協力局に来て、「若い」と言ってもらえる事に時々嬉しくなりますが、一人前になるのはそれだけ時間のかかることなのかとも感じています。国際協力への関わり方、道の進み方は人それぞれです。間違った道などはないと思っています。たとえ回り道をして、道を行ったり来たりしても、自分の中で自信を持って言える専門性や経験があることはとても大切だと思います。そのために、自分のやれることは「Yes!」と言って取り組んでみるということも必要だと思います。できる範囲で、ほどほどにですが、そうすれば、世界は広がるかもしれません！



ありがとうございました。