



先輩のお仕事ナビ



「就職したら、どんな仕事をするの?」「職場の環境はどんな感じ?」
准看護学生が知りたいお仕事の実際について先輩が伝授します!

今回のお仕事：研修講師

ナビしてくれる先輩



このめぐみ
河野 恵美さん

リフレイム・代表

看護師、心理相談員、米国認定NLP
マスタープラクティショナー、TAカ
ウンセラー、メンタルヘルスマネ
ジメント検定Ⅱ・Ⅲ種、ストレスチェ
ック実施者、日本SMO協会公認CRC
旭川市医師会看護専門学校高等課程
准看護師科・同専門課程看護師2科
卒業

河野さんってどんな人?!

北海道旭川市で生まれ、20歳で旭川工業高等
専門学校を卒業後、一般事務などを経験しながら、
30歳代で看護師になりました。卒業後は旭川市内

リフレイムってどんなところ?!

リフレイムでは人材育成のための研修を主に請
け負っています。研修内容としては、新入職員マ
ナー研修、ビジネスマナー研修、医療従事者向け
接遇マナー研修、メディカルコーチングセミ
ナー、リーダーシップ研修、コミュニケーション
セミナーなどがあります。

また、メンタルヘルス対策支援として、2015

のクリニック、デイケア、訪問看護、外科病棟で
看護の経験を積みました。その後は、治験施設支
援機関*に入社し、治験コーディネーターとして医
療機関と協力して治験を進め、被験者となる患者
さんをサポートしていました。また、治験施設支
援機関では、オフィス管理責任者として人材育成
にも携わっていました。

その際に学んだことがきっかけとなり、2015
(平成27)年にリフレイムを設立しました。個人
事業主として一人で事業を行っているため、大変
なこともあります。が、「仕事は楽しく!」をモッ
トーに日々励んでいます。

* 治験施設支援機関：円滑かつ適正な治験が実施できるよ
うに、医療機関の治験業務を支援する組織です

(平成27)年12月から企業に義務化されたスト
レスチェックの実施や、個別カウンセリング、メ
ンタルヘルス研修などの業務も行っていきます。

そのほかにも要望に応じて、種々の研修を行っ
ています。クライアントのあらゆるニーズに応え
ることが、私の仕事だと思っています。



資格を生かし、医療機関でマナー研修を行うこともあります



治験コーディネーターの頃の写真です

① 河野さんのある一日の仕事の流れ



【詳細説明】

① 研修を行う企業を訪問 ② パソコンチェック、マイクチェック、スクリーンの設置 ③ 接遇マナー、ビジネスマナー（訪問と来客対応、メールのエチケット、電話対応の基本）などの研修 ④ 個別カウンセリングは1名につき1時間。この日は3名実施 ⑤ 午前の研修のかたづけ、カウンセリング記録の記入、次回研修の準備、見積書および請求書の作成、事務処理など

＼この仕事を始めた理由は？／

看護職として働いていたときの私は「接遇？ マナー？ それ、何？」という具合に、マナーを学ぶ機会がないまま過ごしていました。しかしその後、会社員として試験施設支援機関で働き始めたことをきっかけに、マナーを身に付けることの必要性を痛感し、マナーの学習を始めました。マナーは相手のためであると同時に、自分にとっても便利なツールであると考えています。マナーを身に付

けることで、自分自身を輝かせ、自信をもっていろいろな人とかかわっていくことができます。

また、“心の健康”について考えるようになったことがきっかけで、メンタルヘルスマネジメントなどの資格も取得しました。職場の職員一人ひとりが、最高のパフォーマンスを発揮するためには、からだの健康はもちろん、心の健康が必要不可欠だと考えています。

＼仕事をするうえで大切なことは？／

講師として、時には数百人の前に立つこともあります。「緊張しないのですか？」と質問を受けることがありますが、まったく緊張はしません。

なぜなら、これまでの様々な職務経験をとおして、どんな仕事も事前準備をすることで自信がもて、緊張しないと学んだからです。看護業務も同じで、経験の浅いうちはなかなか自信をもてないことも多々ありますが、だからこそしっかり準備をすることが大切です。より良いケアを提供する

ために、患者さんのことを情報収集してよく知り、しっかりと準備をすれば、緊張せず自信をもって看護業務を行うことができます。

私はセミナーや講演などを行う際に、イメージトレーニングやリハーサルを何度も繰り返しながら、準備を進めています。準備をしっかり行うことによって、多くの人を前にしても緊張せずに挑むことができます。

＞看護学生へのひとこと

新型コロナウイルスの影響により、仕事の依頼が減っていくなかでも、資格は心の支えとなり、「大丈夫！ 何とかなるさあ」という強い心を育ててくれました。看護職の資格は、どんなときも私を強力にサポートしてくれます。近い将来、看護職となる皆さんを楽しみにしています！一緒に日々邁進していきましょう！

＞会社の概要＜

リフレイム

・TEL：0166-35-3851

