

社会医療法人母恋の使命「医療人として組織として社会に貢献する」

## 目次

- 特集：看護の日 ..... 2～3  
紙上パネル展
- 特集：看護の日 ..... 4  
● 認定看護師
- 栄養通信 ..... 5  
● 旬の食材・キャベツの魅力
- 院内探検隊 ハギウダが行く!! ..... 6  
● 人間ドック受けてみた②
- 母恋インフォメーション ..... 7  
● 産婦人科病棟2部屋リニューアル 2床室へ  
● マスク等医療物資のご寄付、差し入れに対するお礼  
● 新型コロナウイルス感染予防 ～ 外来受診時のお願い
- 日鋼記念病院発 医療・健康情報 ..... 8

今日の  
スナック

桜の木の下で

4月に入職してから1ヶ月が過ぎたフレッシュたち。  
笑顔で毎日、頑張ってます！

特集

看護の日

# 紙上パネル展

ナイチンゲール生誕200周年・看護の日・看護週間制定30周年



毎年5月12日は近代看護の礎を築いた“ナイチンゲール”生誕の日にちなみ、この日を含めた1週間を『看護の日』とし、「看護の心をみんなの心に」をメインテーマに様々な行事を行ってきました。ナイチンゲール生誕200周年・看護の日制定30周年のメモリアルイヤーでしたが感染症の影響もあり、予定していた行事を中止としました。看護の日では看護の心、ケアの心、助け合いの心を私たち一人ひとりが分かち合うことを呼びかけています。新型コロナウイルスにより世界の誰もがつらい気持ちを抱えた今こそ、互いに労わりあう心が必要なのではないでしょうか。今年は広報誌による紙上パネル展で皆様と共にケアの心を分かち合いたいと思います。



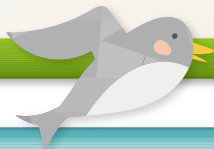
## ICU（集中治療室）

## 状態が変わりやすい重症患者さんを細やかにケア

主に、人工呼吸器による呼吸管理や24時間透析を必要とする重症な患者さんや、様々な手術後の患者さんが入室しています。ICUに入室している患者さんは状態が変わりやすいため、看護師は2時間毎にベッドサイドでの観察を行い、点滴投与、経管栄養など、全身管理をしています。

また、患者さんはベッド上安静で入浴ができないため、毎日の全身清拭の他に、状態に合わせてベッド上で洗髪・手浴・足浴・口腔ケアなど清潔のケアも行います。

重症な患者さんが多いですが、治療で回復して一般病棟に移動していく患者さんをみると、とても嬉しく、やりがいの感じられる病棟です。



## 2病棟（整形外科）

## 入院中から退院後まで 安全な生活を視野に看護する



2病棟は整形外科病棟です。骨折で入院している患者さんが多く、手術もたくさん行っています。

手術前後の看護だけではなく、患者さんが退院後も安全に暮らすことができるように、一緒に運動を行っています。

写真のように、リハビリ以外にも看護師と歩く練習をしています。今年度は3名の新入職員を迎え、チーム一丸となって頑張っています。







## 緩和ケア病棟

## 今日という日を、自分らしく生きるお手伝い

緩和ケア病棟では、限りある時間を患者さん・ご家族の希望に添って過ごせるよう援助をしています。季節ごとに行事があり、患者さんだけではなく家族と共に楽しんでもらえるよう、看護師・医師・他職種で協力をして企画をしています。また、お茶会や園芸を通して、ボランティアも活躍しており、音楽療法も毎週の楽しみの一つになっています。



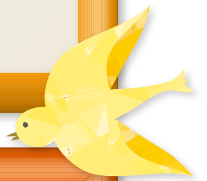
音楽療法士 四方さん



## 老人保健施設母恋

住み慣れた地域でいつまでも自分らしく、楽しく元気に過ごしていただけるよう、心とお体の健康を守るお手伝いをさせていただいております。

介護職員やリハビリスタッフ、管理栄養士さんなど、たくさんの職種と看護の力を合わせ、皆様に笑顔のケアをお届けします。生活の中の不安や困りごとなどいつでもご相談ください。



## 訪問看護ステーション母恋

24時間365日、安心した療養生活を過ごせるよう支援します。



人生の先輩から学ぶ事もたくさん



笑顔が私達の励みです



大きくなったネ

# 特集 看護の日

# 認定 看護師

様々な分野において専門的な技術と知識を駆使して活躍する看護師がいます。日本看護協会では21分野の資格認定を行っており、当院では9分野12名の認定看護師が在籍しています。

## 集中ケア



井関 修

救命のための援助や病態アセスメントに基づいたケアの実践・指導・相談を行っています。

## 新生児集中ケア



田邊晴恵

急性期の赤ちゃんに対し、身体的・生理学的安定を図り、後障害を予防するケアと、親子関係形成の支援を行っています。

## 皮膚・排泄ケア

永沼  
早苗



川村  
美奈子



療養中におきる床ずれなどのスキントラブルへのスキンケアやストーマ造設し方のケアを専門的な知識と技術を提供しています。

## 糖尿病看護(特定行為)



清水小百合

インスリン自己注射や血糖測定を行っている方への手技指導や血糖コントロールをしていくための療養相談を受けています。

## 認知症看護



吉田有希

認知症患者さんでも安心して治療を受けられるよう環境整備し、円滑に治療を受けられるよう支援しています。

## 感染管理

加藤  
美紀



矢口  
加奈子



感染から守るために、地域の医療施設と感染対策に関する情報共有や問題解決に向けて密な連携が図れるよう活動しています。

## 緩和ケア

高橋  
純子



菊地  
規子



身体的な痛みや心、社会生活上や家族の悩みなど、療養生活における心と身体を支える看護提供を支援しています。

## がん化学療法



亀田千鶴

安全・安楽ながん化学療法にむけ、副作用や投与管理などの看護ケアに対する相談にのっています。

## がん放射線療法看護



水戸加奈子

患者さんやご家族の意思決定や治療に伴う後遺症・副作用予防の他、治療を完遂できるようセルフケアの支援などを実践しています。

## 《認定看護師の知識と技術を地域で共有》

専門的な知識・技術の共有、医療・健康・福祉への貢献を目的に皆様のご希望に沿った内容で認定看護師による出前講座を行っています。新型コロナウイルスの感染拡大予防に伴い、現在は開催することができませんが、お電話でのご相談・ご質問は随時承っております。

例えばこんな時にご活用ください

- 医療・介護施設職員に向けて
- 町内会などでの介護・健康講座 など

お問合せ

看護部

電話

0143-24-1331 (代表)

勤務状況によってはすぐにはお答えできない場合がございます。予めご了承ください。



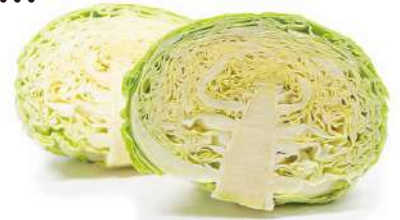


# 旬の食材・キャベツの魅力

栄養課 管理栄養士 伊藤しおり



新生活のスタートや外出自粛などで、生活の疲れが溜まり食事を作るのが大変…  
ということはありませんか？ 今回は、そんな私たちの心と身体をサポートして  
くれる旬の食材“キャベツ”を使った時短レシピをご紹介します。



## 《キャベツのココが魅力！》

- ▶ **胃の不快感の改善** … 胃の粘膜や胃壁を保護する働きをもつビタミンUを豊富に含んでいます。疲れやストレスで胃の不快感がある方は積極的に取り入れると良いですね。
- ▶ **風邪予防** …… キャベツはビタミンC含有量が淡色野菜の中でトップクラス。ビタミンCは免疫力を高める働きがあり、風邪予防に最適な栄養素です。

## 《おいしいキャベツの見分け方・保存方法》

キャベツは葉が柔らかく、弾力のあるものが美味しい証です。  
保存する際は芯を下側に、立てた状態でビニール袋に入れて野菜室で保存しましょう。  
カットしてあるものは断面から水分が流れ出てしまうため、ラップでしっかり包み袋に入れて野菜室で保存しましょう。

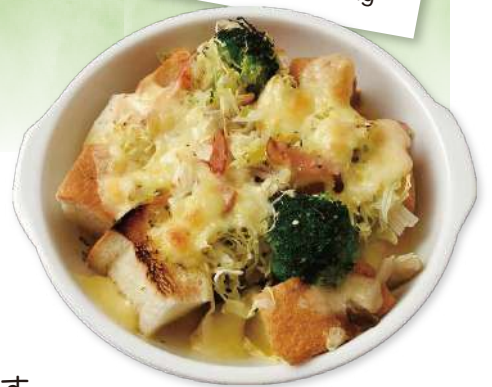


1人分の成分値  
エネルギー 236kcal  
塩分 2.6mg

## 時短！キャベツのパングラタン

つくり置きしてさらなる時短も！  
ガスを使わず、切り置いた野菜でお子さんのお留守番ランチにも！

- 材料** (1人分)
- ・ コーンスープの素 … 1袋
  - ・ お湯 …… 50mL
  - ・ キャベツ …… 30g
  - ・ しめじ …… 20g
  - ・ ブロッコリー …… 20g
  - ・ ベーコン …… 10g
  - ・ スライスチーズ …… 1枚
  - ・ パン …… 1枚



- 作り方**
- ① コーンスープの素をお湯（50mL）で溶いておきます。
  - ② ベーコン・ブロッコリーは食べやすい大きさに、しめじはいしづきを取って割り、キャベツは千切りにします。
  - ③ 耐熱容器に②を入れラップをし、600Wで1分半加熱します。
  - ④ 食べやすいサイズに切ったお好みのパンをグラタン皿に入れ、①と③を上からかけ、チーズを乗せてトースターで焦げ目がつくまで焼いたらできあがり。

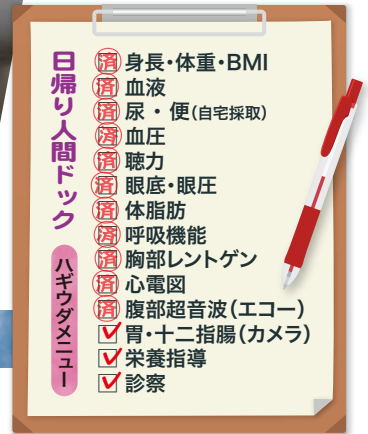
# 院内探検隊 人間ドック受けてみた②



## ハギウダが行く!!

はぎうだきくみ  
 広報・広告室 萩生田貴久美

新年度を踏まえて心機一転、身体の総点検と題して7年ぶりの人間ドック受診の様子をレポート！  
 心電図、腹部エコー、呼吸機能などを終えて本日のメインイベント『胃カメラ検査』をお届けします。  
 前は経口での検査でしたが、今回は違いを知るため、敢えて「鼻」からカメラを入れる経鼻内視鏡にチャレンジです。



### ● 医療は進化している！ 胃・十二指腸(内視鏡)検査



薬を飲みます

胃の粘液を除去する薬を飲みます。普通に飲めるお薬の味です。



鼻の奥を広げる薬を注入

お薬を注射器で鼻にびゅーっと！液体が喉に落ちていきます。



鼻に管を入れます

内視鏡の通り道に事前に管を挿入し、いよいよです。このときも痛みナシ！



検査中

経鼻は痛い！と聞いていましたが、痛みはほとんど感じず。医療は日々進歩してるんだな！と実感。鼻の奥からググッと喉を通る感覚がなんとも不思議でした。

検査を担当してくださった先生からその場で説明。「胃も食道もきれいですよ」  
 やった〜〜〜 \(\^o^)/



### ● お楽しみは人間ドックプレミアムランチ

今回の人間ドックの結果では何と!!!! “再検査” が2つも!? (\*\_\*)が〜  
 実は、食事には気を使っていたつもりなのでちょっとショックなんです…。とはいえ、早めにこれまでとの変化を見つけることができるのが人間ドックのいいところ。再検査を受けて改善するところまでが「人間ドック」です。早速、予約を入れようと思います。  
 検査の締めくくりにプレミアムランチ頂きました。1日忙しかったけど、このランチを食べながらしみじみと検査受けてよかったナァ〜と思いました。



お問い合わせ 健診センター ☎0120-257-457 (平日 8時~15時)



## 産婦人科病棟2部屋リニューアル 2床室へ

4床室2部屋をパーテーションで区切り、2床室へリニューアルしました。これまでよりもパーソナルスペースを広く確保し、ゆったりとお過ごしいただけるお部屋です。ご希望の際は産婦人科外来にてお問合せください。

Before

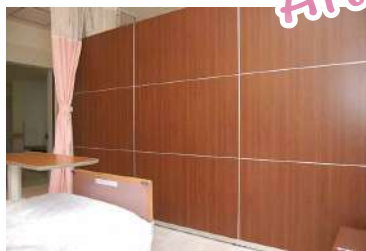


**利用料金** 1日 差額料金：1,650円(税込)

After



落ち着いた木目調のパーテーションとカーテンでお部屋を区切りました。



ナチュラルな床材に新調し、お部屋の雰囲気も一新。産前産後をゆったりとお過ごしいただけます。

## マスク等医療物資のご寄付、差し入れに対するお礼

複数の企業・団体様から当院へマスクなどの医療物資のご寄付のほか、食品の差し入れなどを多数いただいております。皆様からのお志に心より感謝申し上げます。ご寄付いただいた医療資源は大切に使用させていただき、引き続き効率的な運用に努めてまいります。

室蘭ヤクルト販売様 / OMOIYARIプロジェクト運営委員会様 /  
医療法人札幌ハートセンター札幌心臓血管クリニック様 / 登別市様 /  
三井住友海上火災保険株式会社北海道本部様 / 吉山商店様 / 麵屋彩未様 /  
奥芝商店様 / ミルクランド北海道様 / 有限会社リーグラフィ様 (順不同)



## 新型コロナウイルス感染予防 ～ 外来受診時のお願い

以下に該当する症状がある場合は、事前に下記の相談窓口にご連絡いただき、紹介された医療機関にご一報の上、受診くださいますようご協力をお願い申し上げます。

《次のような症状は「**すぐに相談**」を》

- 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- 重症化しやすい方<sup>\*</sup>で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
  - <sup>\*</sup> 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD等）等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方
- 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪症状が続く場合（症状が4日以上続く場合は**必ず相談**を）

**相談窓口** 室蘭保健所 **電話** 0143-24-9833 (平日8時45分～17時30分)

北海道保健福祉部健康安全局地域保健課 **電話** 011-204-5020 (24時間)

# 日鋼記念病院発 医療・健康情報

病気の予防や健康維持を目的に日鋼記念病院では各種講座を開催したり、ラジオ番組を放送しています。普段、なかなか質問することができないことなど、気軽にご相談いただく機会としてもご利用ください。

## 糖尿病教室

合併症予防は適切な血糖コントロールから。気になる症状、生活上の注意など専門職がお話をします。

5月中の講座はすべて中止させていただきます。  
再開時期が決まり次第、ポスター・ホームページ  
等でお知らせいたします。

**お問合せ** 糖尿病センター TEL 0143-24-1331

## マナブ!ウゴク! 健康プラザ

学んでイキイキ、動いてイキイキ。病気予防や健康維持を目指して、みんなで学びを深めましょう。

5月の開催は中止となります。  
再開時期が決まり次第、ポスター・ホームページ  
等でお知らせいたします。

**お問合せ** 広報・広告室 TEL 0143-24-1331

## 母親学級・両親学級

母親学級および両親学級は当面の間中止しております。  
再開時期が決まり次第、ポスター・ホームページ  
等でお知らせいたします。

**お問合せ** 産婦人科外来 TEL 0143-24-1331


## FM77.6MHz ラジオ健康プラザ

**放送時間** 毎週月曜日 8:05頃放送

- 5月18日 いきいき健康レシピ
- 5月25日 お家でチャレンジ(運動)
- 6月1日 医療トピックス
- 6月8日 医療トピックス



番組内容は予告なく変更になる場合があります。

 wi-radio のインターネット放送が始まり FM77.6MHz の番組が 77.6MHz パソコン、スマホで聴けるようになりました!

 リスラジ で検索!  wi-radio 77.6MHz を選局!

## がんサロン 申込不要 『ほっとほーむ』



病気と向き合うからこそ分かること、  
伝えられること、話してほっとしませんか。

6月のサロンはお休みします。  
開催時は院内ポスターおよびホームページでご案内します。

**お問合せ** がん相談支援センター TEL 0143-22-2225

### 編集後記

例年行っていた看護週間の行事が今年  
は新型コロナウイルスの影響で全て中  
止となってしまいました。企画を担当さ  
れていた看護師さんも残念そうにされていま  
した。その中で、音楽療法士四方先生と FM びゅーさんの協力でラジオを通じ  
てハート&ハーモニーコンサートをお届けすることができました。  
お聞き逃した方は当院ホームページからもお聞きいた  
だけますので、ぜひアクセスしてみてください。

(ハギ)

発行 社会医療法人 日鋼

 日鋼記念病院

〒051-8501 室蘭市新富町1丁目5番13号

**TEL** 0143-24-1331 (代)

**FAX** 0143-22-5296

**e-mail** koho@nikko-kinen.or.jp

**ホームページ** <http://www.nikko-kinen.or.jp>

編集 広報誌編集委員会 委員長 山田康弘