No.432

日鋼記念メディカル情報

2023年 3月号

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

- 看護小規模多機能型居宅介護『つむぎ』1年間の活動 … 2〜3
- Nikko Memorial Interview〈Vol.3〉 … 4
  - 当院助産師を経てJICA海外協力隊としてモロッコへ
- 栄養通信 … 5
  - 2023年度人間ドック プレミアムランチ
- 母恋インフォメーション … 6〜7
  - 総合内科診療体制変更のお知らせ
  - 第33期生卒業証書授与式 … 日鋼記念看護学校
  - 行事報告 … ひな祭りを行いました
  - 3月13日以降もご来院時のマスク着用にご協力ください
  - 2023年度、日鋼記念メディカル情報がリニューアルします！
  - 新機導入 … エックス線骨密度測定装置
- 日鋼記念病院発　医療・健康情報 … 8

今月のスナップ

つむぎ 良いとこ 皆おいで！（3月2日 ひな祭りレク）

看護小規模多機能型居宅介護 つむぎが開設から1年を迎えます。
利用者さんが安心して24時間様々な形でご利用できる「第2の我が家」になるべく、
行ってきた活動をご報告します。

看護小規模多機能型居宅介護『つむぎ』1年間の活動

東室蘭サテライトクリニック3階に、2022年4月1日付で開設された看護小規模多機能型居宅介護つむぎ。この1年間、つむぎが皆様にどのように利用いただいたのかをご紹介します。

看護小規模多機能型居宅介護とは

看護小規模多機能型居宅介護とは、訪問看護・訪問介護・通い・泊まりの４つのサービスを提供しており、要介護1以上の認定を受けた方が利用できます。利用者の方の状態・状況に合わせて、必要なサービスを24時間365日利用できます。

これまでは、ケアマネジャーを通じて複数の事業所（や施設）との契約が必要でしたが、複数のサービスを1つの事業所で行うことができるため、煩わしい手続きも不要に。さらに、専任のケアマネジャーが利用者さんの背景を伺いながら、ご利用の回数や方法などを提案します。

わかりやすくて使いやすい！
いいところ3選

- 急な入院や、突然の長期の用事も、連絡はつむぎだけでOK！
- 施設の利用金額はわかりやすい月額定額制
  ※ただし加算、食費、宿泊費、おむつ代などの別途自己負担となるものがございます
- どの利用形態でも同じ施設・同じスタッフで対応するので安心

つむぎ 1年間のプレイバック

SNSでご紹介してきた活動の一部です

Instagram

2022年はじめは開設準備

準備から開設まで

リハビリや訓練など

大人気!!

調理レク

おひるごはんはみんなの楽しみ

季節イベント

豆!?

送迎

見学OK！お待ちしています

看護小規模多機能型居宅介護 つむぎ
TEL 0143-84-5205

Nikko Memorial Interview Vol.3

当院助産師を経てJICA海外協力隊としてモロッコへ

聞き手：広報広告室　神田千智
※ 記載した肩書・内容は2023年1月30日当時のものです

第4病棟・西
（産婦人科病棟）
大髙（おおたか） 悠里（ゆうり） 助産師

ー JICA海外協力隊の参加を志すきっかけなどがあれば教えてください。

英語が好きだった中学生の時、英語の先生から「青年海外協力隊に参加してみては？」と勧められたのがきっかけです。高校生になっても、看護師・助産師となってもその夢は消さず、ずっと心に持ち続けていました。

ー このタイミングでの参加に理由がありますか？

この2年間、コロナ禍で海外への渡航が叶わず募集が全くない中、チャンスが巡ってきたら絶対に受験したいと思っていました。そこに今回の助産師の募集があり、今しかないと思いました。

ー 今回の受験はどのように対策しましたか？

職場の先輩から、同職種で派遣された方を紹介していただいたんです。その方から面接でのポイントなどを教えていただき、試験に臨みました。

ー 大髙さんは、当院では助産師として勤務されていますね。助産師を取得されたのはなぜですか？

途上国では出産というイベントが、我々が思っている以上に危険だったり、その後の子供の成長も安全でなかったりします。そういった話を耳にするうち、「子供とお母さんが健やかな暮らしを送れるよう支援したい」という想いを持ち、助産師を目指しました。

ー 協力隊へはどのような分野での派遣予定ですか。

「母子保健」という分野です。お母さんとお子さん・赤ちゃんを守り、健康に繋がる質の高い保健サービスを提供する体制づくりをします。

具体的には、母親学級の実態調査・企画・運営・現地スタッフへの指導がメインとなります。

ー YouTube や Instagram などの企画立案も担当されましたね。広報広告室も大変お世話になりました。

こちらこそ！　ゼロベースからの企画立案も多く、とても良い経験ができました。

ー 協力隊としての派遣先は決まっていますか？

モロッコを予定しています。研修があるので、順調にいけば秋ごろに出発になります。過去に協力隊のモロッコへの派遣はありましたが、私の派遣予定エリアへは初めてなのだそうで…　私の行動が協力隊の顔となることや、現地の方の日本のイメージになるのかと思うと、身が引き締まる思いです。

ー モロッコではどのようなことをしたいですか？

JICA海外協力隊では赤ちゃんを取り上げるなどの医療行為はできません。私の持つ知識や技術で、現地の方々の笑顔が増えるような活動をしていきたいです。今回は母親学級の開催がメインの派遣となります。当院で行っていたような「楽しさ」をモットーとしたものができればと思っています。

ただ、前任者のいないエリアへの派遣になるので、種まき作業が多くなると思います。これには当院の業務で培った企画立案の経験を生かしていきたいです。また、私の次の派遣者へ繋がるよう、現地の方々との信頼関係の構築も頑張りたいです。

大髙さんには、モロッコでの活動の様子を当誌にてレポートしていただく予定です。どのような活動を行うのか、お楽しみに！

栄養通信

2023年度 人間ドック プレミアムランチ

老人保健施設母恋
管理栄養士 河野（かわの） 未来（みく）

人間ドックを受診された皆様にご用意しているプレミアムランチ。「毎日の献立作りに役立つ」「減塩・カロリーを抑える参考にしている」と、ご好評いただいています。今回は、新年度より提供するメニューを、皆様に一足早くご紹介いたします。

2023年度のテーマは『プレイバックランチ』

コロナ禍で人間ドックを受診できず、楽しみだったランチが食べられなかった…。そんなお声をたくさんいただきました。そこで今年度は、2020年～2022年度内で提供したお料理の中で、皆さまから特に人気だったメニューを中心に提供いたします。
適切な栄養バランス・豊富な食物繊維にポイントを置きながら、和風・洋風の組み合わせに。どんな方にもおいしく召し上がっていただけるよう工夫いたしました。

エネルギー **755kcal**

たんぱく質	34.7g
脂質	24.0g
炭水化物	107.3g
食物繊維	11.9g
食塩	2.4g

2021 モロヘイヤの白和え

普段なかなか口にできない、栄養豊富な緑黄色野菜「モロヘイヤ」を使用しました。

2021 鶏肉のガーリック炒め

市販のタレを使うことで、どなたでも簡単に自宅で再現できます。

2022 きのこの柚子風味マリネ

2017年、2018年にも提供された人気メニュー。きのこは食物繊維が豊富で腸内環境を整えます。柚子とレモンの香りで、さっぱりと頂くことができます。

コーヒーゼリー

2017年にも提供したメニューですが、今回はあんこをプラスして味にアクセントを。

2020 枝豆生姜ごはん

食物繊維をアップさせ、腸内環境を整えます

2022 鮭の酒粕汁

酒粕には食物繊維やオリゴ糖が含まれており、腸内環境を整える効果が期待できます。また、美容や免疫アップにも効果的な成分が含まれており、栄養豊富な食品です。香りで減塩でもおいしく仕上がりました。

2020 野菜の黒酢あんかけ

2020年度に提供したレシピを参考に、野菜を中心としたメニューにリニューアル。

今年もお食事と一緒にレシピをお渡しします。ぜひご自宅でも作ってみてくださいね！

母恋インフォメーション

『母恋インフォメーション』では、当法人のニュースやトピックス、お知らせなどを掲載いたします。

総合内科診療体制変更のお知らせ

2023年4月から、総合内科を内科と改めて診療を行うことになりました。また、これに伴い、内科および消化器内科で紹介状のない初診患者さんをお断りする場合、診療時間外の対応ができない場合や、待ち時間が長くなる可能性がございます。
診療内容やスケジュールなどが決定しましたら、速やかにホームページおよびTwitterでお知らせいたします。地域の皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力のほど何卒よろしくお願い申し上げます。

第33期生卒業証書授与式 … 日鋼記念看護学校

令和5年3月3日第33期生卒業証書授与式が行われました。
3年間の学生生活がすべてコロナ禍となった33期生ですが、学内での学習と臨地実習により、看護についての基礎的知識と看護技術を修得し、この日を迎えました。
卒業生66名のうち、39名が4月から当院看護師として勤務いたします。病棟などでお会いしましたら、温かい応援を何卒宜しくお願いいたします。

行事報告 … ひな祭りを行いました

毎年外来ロビーに展示している当院各部門の看護師による手作り創作雛は、新型コロナウイルス感染対策のために中止いたしましたが、各病棟や施設ごとにイベントを行いました。

4病棟・西（産婦人科）

4病棟・東（小児科）

緩和ケア病棟

3月13日以降もご来院時のマスク着用にご協力ください

2023年3月13日より、日常生活におけるマスクの着用が任意になりましたが、国や北海道から「病院や高齢者施設などへの訪問の際はマスク着用を推奨」とされています。
当院にはご高齢の患者さん、重症リスクの高い患者さんや妊婦さんなどが多く通院・入院されています。患者さんやご来院の方、ご自身、院内の周りの方々、そしてご自身の身近な方々を守るためにも、ご理解とご協力のほどを何卒よろしくお願いいたします。
マスクを着用されていない患者さん・ご来院の方々へは、恐れ入りますが当院スタッフがお声がけいたします。何卒ご了承ください。

マスク着用周知ポスター

2023年度、日鋼記念メディカル情報がリニューアルします！

日鋼記念病院の広報誌『日鋼記念メディカル情報』が現在のデザインになったのは、2006年4月号でした。そんな当誌が、2023年度にパワーアップ！表紙・コンテンツを一新し、“より楽しく”、“よりためになる”、“より健康になる”広報誌に生まれ変わります。

Point その1

表紙のデザインをリニューアルし、4ページをプラス！当院の情報や人気コンテンツはそのままに、今話題の医療情報や、当院で働く医療従事者の様子をお届けします。

Point その2

連携病院のご紹介をはじめとした西胆振地域に密着した当院の様子を皆様にお届け。編集部が当院から飛び出して見つけた「外から見た日鋼記念病院」をお届けします。

Point その3

充実した誌面の制作期間をいただくため、奇数月の15日ごろの発行に変更いたします。

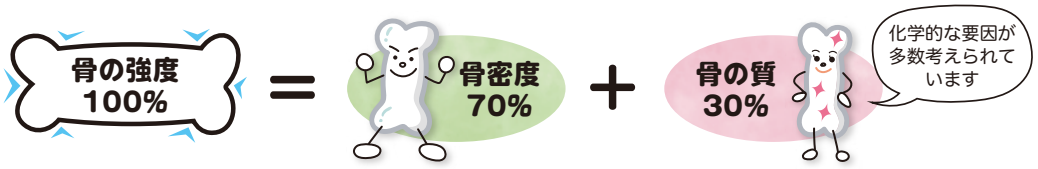
次回は5月の発行となります(奇数月の隔月発行のため)。これからも地域の皆様に愛される広報誌となるよう、編集部一丸となって取り組んでいきます。新しい日鋼記念メディカル情報をお楽しみに！

新機導入 … エックス線骨密度測定装置

2023年3月13日に、『骨の質』の評価の指標として注目される海面骨構造指標を測定するソフトウェア『Integrated TBS』の稼働がスタートしました。

『骨の質』とは

骨粗しょう症などでよく骨密度を測定しますが、実は骨密度だけでは骨の強度を図ることは不十分と言われています。骨の強度には「骨の質」も関わっているといわれていますが、これには様々な要因を含んでいるため詳細を明確にすることが難しく、指針もありません。



『骨の質』を画像解析で確認

今回当院に導入する『海綿骨構造指標ソフトウェア Integrated TBS』は、現在の骨密度測定装置で計測した画像の濃度を解析して、海綿骨構造指標（Trabecular Born Score:TBS）を計算します。TBS は、骨密度の評価を補足する指標として注目されています。

日鋼記念メディカル情報5月号でも詳しくご紹介します

日鋼記念病院発 医療・健康情報

WEB がんサロン『ほっとほーむ』

対象者 北海道内にお住いの方（ご家族も可）

開催時間 4月5日(水) 13:30～14:45
申込締切：4月3日(月) 17:00

お気軽にご参加ください

5月10日(水) 13:30～14:45
申込締切：5月8日(月) 17:00

途中15分間の休憩を挟みます

詳しくはこちら

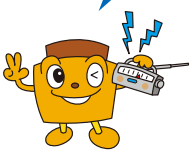
使用アプリ Zoom　**参加費** 無料

お問合せ がん相談支援センター
TEL 0143-22-2225（担当：志摩）

FMひゅー ラジオ健康プラザ

放送時間 毎週月曜日 8:05頃放送

84.2 MHz



3月20日　いきいき健康レシピ
3月27日　医療トピックス
4月　3日　母恋トピックス
4月17日　母恋トピックス
5月　1日　看護週間

※記載のない日にちは前週の再放送をお送りします

日鋼記念病院ホームページ「ラジオ健康プラザライブラリー」でバックナンバー公開中です

wi-radio のインターネット放送が始まり FMひゅー 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！

Listen Radio リスラジ で検索！ ⇨ wi-radio 77.6MHz を選局！

SNS好評配信中！

Instagram インスタグラム
日鋼記念病院 地域周産期母子医療センター
@NIKKO_KINEN

助産師さんが赤ちゃん・病棟の様子や、出産・育児にまつわる情報を紹介！

Twitter ツイッター
日鋼記念病院 公式Twitter
@NIKKO_KINEN

休診情報・いち早くお伝えしたい情報のほか、病院の様子をお届け中。Twitterだけの情報も……!?

YouTube ユーチューブ
日鋼記念病院チャンネル

健康生活にまつわる情報を随時更新してまいります！
YouTubeで「日鋼記念病院」を検索

おすすめ！ Pick Up

Happy Days
－お家で学ぶ両親学級－〈分娩編〉

P4でインタビューした大髙助産師が出演。企画・シナリオ作成も助産師たちが行いました！

新型コロナウイルス 感染拡大防止の取り組み

引き続き、ご協力をお願いします

ご来院の際は

- 手洗い・マスク着用および検温
- ソーシャルディスタンスのお願い

編集後記

3月は年度末ですね。新入職員を迎える準備、異動、会計締め…どの会社も忙しいことと存じます。日鋼記念メディカル情報も変革の時を迎えています。そう、P7でお届けした通り、誌面がガラッと変わります。デザインが変わるのは…なんと16年ぶり!?この時のために制作担当者や編集部員たちと、もう何か月も何か月も何か月も相談してきました。ぜひ楽しみにしていてください！

（執筆に燃えるカンダ）

発行 社会医療法人 母恋
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 ㈹
FAX 0143-22-5296
e-mail koho@nikko-kinen.or.jp
ホームページ https://www.nikko-kinen.or.jp
編集　広報誌編集委員会　委員長　山田康弘