

# ルピナス

2012年10月 第2号



医療法人金澤会  
青磁野リハビリテーション病院  
看護部広報紙

- 外来・健診センター
- 回復期リハビリテーション病棟（北病棟）
- 障害者病棟・亜急性期病床（東第1病棟）
- 一般病棟（東第2病棟）
- 介護療養病棟（南第1病棟）
- 医療療養病棟（南第2病棟）

## 「寄り添う看護」がモットーです

皆様こんにちは。

私たち師長は、年齢は30代から50代、師長の経験年数も2年目から10年以上と違いもありますが、優しい女性の師長3名・頼りがいのある男性の師長3名の6名で、皆20代のころの気持ちで元気に仕事に励んでいます。

（多少、という声も…）

様々な病気で入院・通院されている患者様へ、「寄り添う看護」をモットーに各師長のキラリと光る個性をいたるところに醸し出しながら、明るく元気な職場作りを目指しています。これからも良い看護を実践していくため、入院中や日常生活の中で、ご心配やお気づきの点など、皆様からのご意見をお聞かせください。お待ちしております。

## ～当院病棟・外来師長の紹介～



産休中の  
橋田(北病棟)

上段 左から、寺田(看護部長)、満田(北病棟)、西米(南第1病棟)、起汐(東第1病棟)  
下段 左から、笹原(副看護部長)、上原(外来)、浅井(東第2病棟)、内村(南第2病棟)

## 大庭照子さんの歌声・ハーモニカの音色に癒される ♪ ボランティアコンサート

4月26日東棟4階カームガーデンにて、「小さな木の実」で有名な大庭照子さんによるコンサートが開催されました。病院、青翔苑、ファインテラス、あおばの家などからも大勢の方に参加していただきました。ひと時ではありましたが懐かしい歌を口ずさみながら、皆さんと爽やかな時間を過ごすことが出来ました。



6月7日北棟2階テイルームにて「さつき会」の皆様によるハーモニカ演奏会が開催されました。なかなか聞く機会のないハーモニカの演奏ですが、やさしい音色に思わずうっとり聞き入ってしまうほどでした。梅雨間近の時期でしたが演奏によって心身共に癒され、元気になりました。

## 看護師からのワンポイントアドバイス



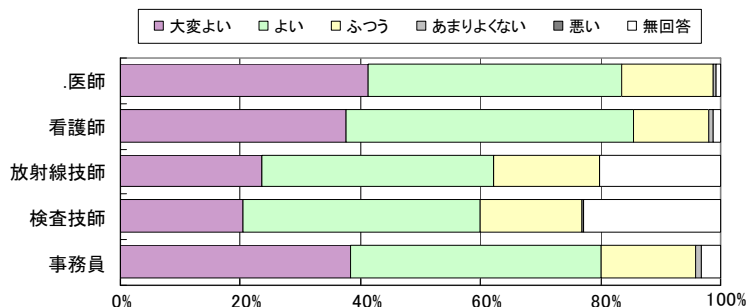
### 皮膚の乾燥対策！ 日常生活では…？

日常生活の中での「かゆみ予防」として、**入浴する時は**、①ぬるめの湯（38～40℃）で、長湯をしない。②石鹸を使いすぎると、皮脂膜を落としすぎるので注意。③石鹸は、よく泡立ててよくすすぐ。④入浴後は、タオルでやさしく拭いて、すぐに保湿剤を塗る。**暖房は**、①長時間使用しない。時々空気の入替えをしながら使しましょう。②湿度は50～60%位を目安に。**衣服は**、刺激の少ない木綿や絹などを選びましょう。

## ● ご意見役立てていきます！

外来患者満足度アンケート調査

各職種の患者様への接し方についての結果です。1年に1回、外来患者様の率直なご意見をお聞きし、今後のサービス向上に役立てています。



## 秋ナスは嫁に食わすな!?

生のナスは体を冷やす作用があります。美味しいからといって食べ過ぎると消化不良の心配もあり、体が冷えて出産時に悪い影響を及ぼすこともあります。

「秋ナス」のことわざは、大切な嫁さまの健康を気遣い、過食を戒めたものと考えられます。ナス特有の黒紫色の成分はアントシアニンで、老化を予防する抗酸化作用があります。発がん物質の生成や動脈硬化を防ぐ上でも注目されています。ナスニンも含まれ、コレステロールを抑える働きをしています。ナスは皮ごと料理するようにしましょう。



## ●新人もベテランも学ぶ

### 段階に合わせた勉強会開催

入職間もない不安がいっぱいの初々しい新人から、経験を積み、頼もしくなってくる2年目・3年目、10年以上のベテランも、各段階に応じて継続的な勉強会を開催しています。



▲みんなで意見を出して話し合い

## ●ストレッチで疲労回復

### 明日の看護を考える会

西部地区5病院で活動しています。

6月22日に「私たちが元気でないと！」を合言葉に親睦会を行いました。「思っている以上に体が動かない(@\_@)」 「軽い運動で美肌効果や動脈硬化予防に役立つ 続けます！」などの感想があり、笑い声や悲鳴が飛び交い、楽しくいい汗をかきました。



▲日頃使っていない筋肉、伸びてますか？

## 行事予定

### 平成24年10月

介護士研修会(4日)

看護部勉強会

ハイリスク薬について(11日)

明日の看護を考える会

看護の取り組み発表(19日)

健康・介護相談(毎月1回開催)

栄養教室(毎月1回開催)

療養病棟お誕生日会(毎月1回開催)

### 11月

看護部勉強会



記録について(8日)

秋季ご家族との集い・家族介護者教室(10日)

### 12月

看護部勉強会 看護研究発表

### 平成25年1月

入院患者初詣

介護士研修参加・受け入れ後の報告会(10日)

### 2月

明日の看護を考える会

看護部勉強会

脳卒中認定看護師による

施設合同連携会



### 3月

医療マネジメント学会(9日)

入院患者お花見(下旬)

### 4月

明日の看護を考える会

## 祝☆定年記念出場!

### ●熊本城マラソン完走!!

7月で定年を迎えた、介護福祉士の西村和子さんの趣味が“マラソン”

仕事でもエネルギーギッシュ!!皆をその脚力で引っ張ってます。

マラソンを始めて20年になります。ホノルルマラソンを目指したのがきっかけです。仕事と両立しての参加はなかなか大変ですが、月1回のペースで出ています。夏場は暑いので、また、涼しくなってから出場しようと思っています。今年最初に走った熊本城マラソンは、6時間で完走しました。



▲くまもと走りました



▲メダル♪

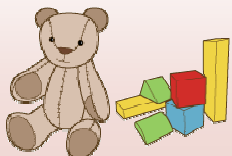
## 保育室スマイル 看護職員にインタビュー

非常勤で就職し第二子が生まれ、生後5ヶ月からエンゼル保育室に預けての職場復帰となりました。

人見知りで「仕事に行けないのでは？」と心配しましたが、お母さんの様な先生方に囲まれ、笑顔でバイバイと手を振り、振り返ることもない息子です。あれ!?あれ!? (笑)



楠原恵里香 看護師(外来)  
洋大(ようだい)くん



- サービス付き高齢者向け住宅(特定施設入居者生活介護)「ファインテラスせいじの」
- 地域介護相談センター「けあまっがけい」
- せいじのヘルパスステーション
- 訪問看護ステーション「城西」

診療科目 内科 整形外科 リハビリテーション科  
診療時間 9時～12時 / 14時～17時

発行 医療法人金澤会 青磁野リハビリテーション病院  
看護部広報委員会  
〒860-8515 熊本市西区島崎2丁目22-15  
TEL 096-354-1731 FAX 096-354-1736  
ホームページ <http://www.seijino.or.jp/>

