

はるかぜ ネットワーク

8月号

Vol.265

平成 29年 7月 27日発行



＜七夕＞星に願いを ★未来に願いを込めて

2～3

25周年企画 リレーエッセイ②	4
アニサキス中毒への対応対策	5
健康サポート 52 溶連菌について	6～7
第220回 春風狂句	8
介護保険証についてのお知らせ	9
杏心の丘 絵画展示会	10
ちょっと得する栄養情報	11
心を磨く 美化委員	12
別紙) 小規模・看護小規模活動日記	

職員で患者さん宅に笹の収穫に伺いました。笹をご提供いただいた上野剛介さん、ありがとうございました。
今年も立派な笹で七夕の飾り付けをすることができました。
皆さんの願いが叶いますように。



◆ お知らせ・ニュース ◆

- ・8月 2日(水) ぼうぶら祭りに向けた熱中症勉強会がはるかぜホールにて開催されます。
- ・8月 5日(土) ぼうぶら祭りに救護班として外来ナースが参加します。例年通り、健康相談ブースには真理子先生も待機しています。ぜひお立ち寄りください。
- ・8月 13～15日(日～火) お盆休みのため春日クリニックは休診となります。薬が切れないうちの残薬の確認は早めにおさめましょう。
- ・8月 24日～9月 1日 真理子先生が不在となります。理事長・院長・小出先生の3名体制です。

(写真掲載につきましては、ご本人・ご家族のご了承を得ています)

＜七夕＞ 星に願いを 未来に願いを込めて

今年の七夕は雨。星空を眺めながら願い事をすることはできませんでしたが、みなさんは短冊にどんな願い事を書かれたでしょうか？

今回は「願い」をテーマに、未来に向けた春日クリニックグループの取り組みを2つお伝えします。

将来の健康のために、今のうちからできること ～春日小学校保健委員会～

近年、高齢者だけでなく、子どもの体力低下についても指摘がなされるようになりました。いわゆる運動器症候群（ロコモティブシンドローム：以下 ロコモ）が子どもにも増えてきています。

先月のネットワークでもお伝えしましたが、春日クリニックグループでは子どもたちから自分自身の健康について考えるきっかけを持ってほしいと、内科健診に医師だけでなく理学療法士も派遣しています。今回は、内科健診の結果を踏まえ、6月28日に開催された春日小学校の保健委員会で、真理子先生とリハビリ事業部の井手所長が健康講話を行いました。



← 真理子先生と
学校薬剤師の
松岡先生



真理子先生は「心と体をほぐそう」というテーマで、姿勢や深呼吸の効果を話されました。真理子先生の優しい語り口調に、子ども達は真剣に聞き入り、知識を深めていました。

その後、井手所長からロコモ対策の運動の指導があり、実際に一緒に実施してきました。座って話を聞くだけではなく、その場で体を動かす、ということで子どもたちも楽しくワイワイ参加してくれました。身近にある本やタオルを使った運動で、家でも学校でも簡単にできるものばかり。意外にバランスが取れなかったり、腕が動かなかったり。子供たちはお互いに見合いながら真剣に取り組んでいました。

なんでもない運動ですが、日々子どもたちの会話の中で「あれでできるようになった～?」「この前の運動やってみよう」などの会話が出てくれば、と期待しています。ふとした時に思い出してチャレンジしてみるだけでも将来大きな違いが出てくるかもしれません。

子ども達の健康を保っていくためには、心と体の両面からみていく事が大切です。それには親や周囲の方々の支えや協力が必要となってきます。「30～40代の健康は、子どものうちからつくる」という意気込みで、私達おのおのが、健康に対する意識を高め、運動や食事などへの取り組みを行い、未来を担う子供達の健康も保っていきたいものですね。



数年後の活躍を期待して

～ 訪問看護実習 ～

輝け！
未来のホープ



はるかぜ訪問看護ステーションでは、毎年訪問看護実習生を多数受け入れています。今年も実習のシーズンがやってきました。

先月はるかぜ訪問看護ステーションで在宅看護実習を終了した高戸愛佳さん（熊本駅前看護リハビリテーション学院）。未来のホープとして、これからの活躍を願い、実習の感想と今後の抱負を語っていただきました。



熊本駅前看護
リハビリテーション学院
高戸 愛佳

私が介護士として働いていた頃、現場でやりたいことがたくさんあるにも関わらず、指示や連絡を待つことしかできずに何度ももどかしい思いを経験しました。そんな中、“一人ひとりの患者さんの思いを尊重しながら一緒に望みを実現しよう”とする看護師の姿を見て、もっと医療・看護の知識や技術を学んで、信頼され、感謝され、慕われながら患者さんに寄り添うケアができる『看護師になろう！』と決心しました。

はるかぜ訪問看護ステーションでの実習では

在宅で生活している利用者の方の現状を知り、自分らしい在宅生活への深い思いや様々な支援のあり方など多面的な視点で学びました。

住みなれた地域で“自分らしく在宅生活を送りたい”という希望を叶えるために、多くの職種が連携して在宅支援を行い、小さな希望も全員の協働で達成し、ご本人やご家族と一緒に喜びを分かち合っている現場に参加できたことは、とても貴重な経験になりました。在宅生活を支えるということは、職種が違っていても思いは皆同じ、チーム一丸となって『ずっとみていく』という理事長先生、またスタッフの皆さんからのお話が一番印象に残りました。将来は、より多くの経験を積んで、訪問看護や緩和ケアを含む在宅や施設での寄り添う看護をやりたいと思います。

2週間という短期間の実習中、明るい笑顔で積極的に取り組み、学生らしい看護ケアを実践し、患者さんとの信頼関係を築く姿に、私たち訪問看護スタッフも新鮮な刺激を受けました。実習での学びを大切に、立派な看護師になって大活躍してくれることを願っています。

私達も、初心を忘れず、訪問看護師としての誇りを胸に、後に続く若い世代のお手本になれるよう精進していきます。（はるかぜ訪問看護ステーション 緒方真理子）



優しい立派な
看護師さんになっ
てね♪

願いを込めて<番外編>

成長日記 その2 ゴーヤとトマト編



ゴーヤを植えて3ヶ月が経とうとしています。

利用者の皆さんが、毎日欠かさず水をやり、愛情を注ぐ中、先日の台風！一時はどうなるかと心配しましたが、ゴーヤは約10センチの大きさまで育っています。1つなり始めると、次々に実をつけ現在10個。トマトは、茎が折れ、倒れそうになりましたが何とか無事でした。これからが本番です。乞うご期待！