

# 連載企画 市民病院、魅力再発見!!

## 「第2回 看護師が語る市民病院の魅力」

### 思いやりと優しさのある看護を

市民病院看護部では、「患者の皆さんの尊厳を大切にした看護」を理念に、地域に根差した看護に取り組んでいます。医療従事者の視点から市民病院の魅力をお知らせする連載企画の第2回は、看護師から見た市民病院の魅力です。



「入院から退院後の生活までを見据え、家族の立場に立った看護に取り組んでいます」  
宮川裕子 病棟看護師



「アロママッサージで患者さんのリフレッシュなどにつなげれば良いと思っています」  
向後恵美子 アロマセラピー臨床看護師



「定期的に訪問して患者さんの体調変化に目を配り、生活全般を支援するようにしています」  
細野みどり 訪問看護師

## 「私たちの看護」 看護師の目線の魅力



「私たちにお手伝いできることは何か。治療だけでなく、患者さんやご家族の気持ちも大切にしています」  
米村 藍 外来看護師

市民病院では、看護師を含めて複数の医療従事者が連携して、入院から退院まで一貫した看護を提供しています。また、退院後の訪問も積極的に行い、「地域に溶け込んだ病院であること」を願い看護に取り組んでいます。

### 在宅ケアからリラクゼーションまで 地域を支える独自のサービス

近隣病院にはない市民病院独自の取り組みとして、特筆すべきは「24時間の訪問看護体制」と「アロマオイル

### 利用してみたいかですか

看護師さんの間で情報共有してもらっているので、どなたが来てても安心。家族への気遣いもありがたいです。



父が訪問看護を利用  
若山つね子さん

月に一度利用し、マッサージを受けると体が軽くなります。できるなら月2回くらい受けてほしいですね。



マッサージを利用  
笹本裕子さん

マッサージ」が挙げられます。

### ◆24時間の訪問看護体制

訪問看護とは、看護師などが病気や障がいがある人の自宅など生活の場へ訪れ、療養生活を支援するサービスです。院内の「訪問看護ステーションつばきの里」では、24時間365日体制で、利用者の皆さんが安心して在宅生活を送れるように支援しています。かかりつけ医に訪問看護が必要と認められた人は、乳幼児から高齢者までどなたでも利用することができます（市民病院以外の医師でも可）。

### ◆アロマオイルのマッサージ

当院の患者さん向けの取り組みとして、アロマセラピーの資格を持つ看護師による「アロマオイルマッサージ」を平成23年から行っています。これは、病気に伴う「冷え症」「むくみ」の軽減や、リラクゼーション効果による癒やしを目的としています。

地域で暮らす患者の皆さんに寄り添い、住み慣れた地域で安心して自分らしい療養生活を続けてもらえるよう取り組んでいます。

### 《問い合わせ先》

市民病院事務局 ☎72・15255

在宅療養に向けた医療と支援に

## 「地域包括ケア病床」を開設

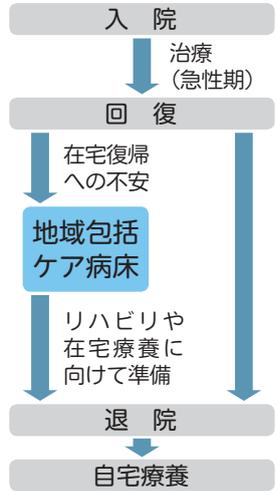
市民病院では、今年7月に「地域包括ケア病床」を開設しました。この病床では、急性期の治療後の在宅療養に向けた「医療」と「支援」の充実を図ります。

### 地域包括ケア病床とは

急性期の治療が終わり、退院後の在宅生活に不安がある人や、在宅療養中に入院が必要となった人を対象とした病床です。計14床を開設しました。専門のスタッフ（医師・看護師・リハビリスタッフ・医療相談員など）が協力し合い、安心して退院していただけるよう支援を行います。

### 地域包括ケア病床の利用イメージ

在宅復帰をスムーズに行うため、リハビリスタッフや医療相談員などが協力して支援を行います。



## 大腸がん検診を実施します

大腸がん検診を、8月23日（木）・24日（金）・26日（日）に実施します。会場は保健センターです。

新規の受診希望者は、問診票と検体容器を郵送しますので、下記まで申し込んでください。

また、市ホームページからも申し込みができます。  
申問健康管理課 ☎73・1200



携帯電話やスマートフォンから市ホームページ「がん検診申し込みフォーム」へアクセスできます

## 国保特定健診と後期高齢者健診

8月は国保特定健診と後期高齢者健診が個別健診で受診できます。健康チェックのため、年に一度必ず受診しましょう。

問 健康管理課 ☎73-1200

### 利用できる人は

在宅への復帰を目指している次のような人に、利用していただけます。なお、入院期間は最長60日間です。

- 入院治療で状態は改善したが、市民病院でもう少し経過観察が必要な人
  - 在宅復帰へ向けて積極的なりハビリが必要な人
  - 在宅で療養するに当たり準備が必要な人
- 問 市民病院事務局 ☎72・1525



## 給食センターからこんにちは

ヘルシーな学校給食をご家庭で再現してみませんか



### menu No.62 オクラ入りかき揚げ

暑い夏を乗り切る“ネバネバ”食材のオクラ。今回は栄養たっぷりの夏野菜・オクラを使ったかき揚げをご紹介します。

問 学校給食センター ☎70-2210

#### ● 作り方

##### 【下ごしらえ】

材料を用意し、イカは短冊切り、ニンジン千切り、玉ネギはスライスにする。オクラは小口切り、ゴボウはささがきにする。

- ① Aを混ぜて衣を作る。
- ② ①で作った衣に、用意した材料を加えて、さっくり（縦に切り込んでそこからすくい上げるように大きく）混ぜる。
- ③ ②から適量を取り、170℃に熱した油で揚げる。

#### ポイント!

米粉を加えることで、衣が“サクッ”と仕上がります。



#### ● 栄養価（1人分）

エネルギー216kcal たんぱく質9.7g  
脂質10.9g カルシウム35.7mg 食塩相当量0.3g

#### ● 給食献立（6月26日・中学校）

冷やしうどん、オクラ入りかき揚げ、冷やしうどん汁、ツナひじきサラダ、タルト、牛乳

#### 材料（4人分）

むきエビ	100g
イカ	50g
ニンジン	60g
玉ネギ	80g
オクラ	20g
ゴボウ	20g
むき枝豆	20g
A	
天ぷら粉	50g
米粉	25g
とき卵	1/4個分
水	適量
揚げ油	適量