

HUMAN

Vol.281 | 2015.9

医療を通じて人と人とのふれあいを広げる

特集

好きこそ物の上手なれ

臨床検査技師 新井一輝

ナース物語

はじめまして。新入職員紹介

佐藤恵里さんカレンダー

9月9日は「救急の日」

頭の体操

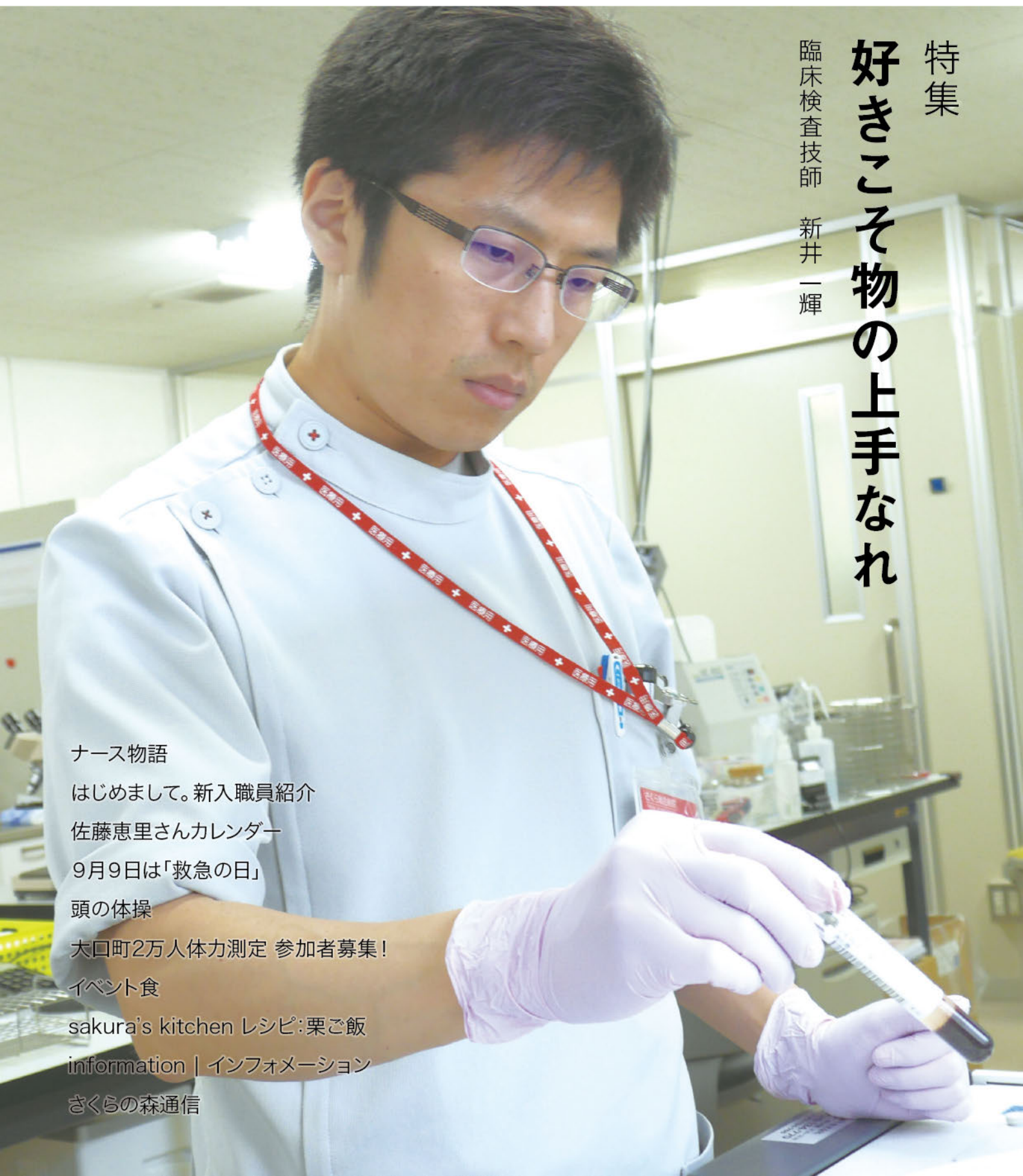
大口町2万人体力測定 参加者募集!

イベント食

sakura's kitchen レシピ:栗ご飯

information | インフォメーション

さくらの森通信



好きこそ物の上手なれ



夏休みの読書感想文が大嫌いだった私が、このような随筆を書くとは思っても寄らず、両親が一番驚いていると思います。自分の考えをしっかり持つことはすごく重要で、社会で生きていくためにはこれがないと成り立たないと考えます。良く言えば信念、時には屁理屈とされ一喜一憂する、この入り乱れが社会であると今のところ自分を納得させています。昔から親には「あんたは理屈っぽいねえ」とよく言われてきました。今考えてみると否定材料が微塵もなく、笑いが止まりません。十年前に社会人となり、さくら総合病院に入った私は、これまで関わったことのない幅広い世代の先輩や患者さんと日々接する中で、自らを律するために新聞や本を読み始めました。新聞では専らコラムが好きで、面白いことが書いてないかと探しては読み、本は特に哲学など人が語っているものが好きで筆者の考え・思いを「ふくん、へん」とつぶやきながら読んでいます。自分が正されたかどうかは謎のままですが、このように文章が書けるようになったのは読書のお陰であると思っています。「本を読みなさい」と言われても一切読まなかった私が、今では後

輩たちに「本を読みなさい」と偉そうに言っていることは、親には内緒にしておきたいことのひとつです。

英語ではこのような言い回しもあるようで、

『Who likes not his business, his business likes not him』

良いこと言っな、と上から目線で感服しています。私と同じ英語が苦手な方に和訳を示します。

『自分の仕事を好きじゃない者は、仕事からも愛されない』

なんと響きの良い言葉ではないでしょうか？逆になんか痛いなと思われた方は私と友達になりませんか？逆に耳が痛いと思われた方は、もう一度自分に問いかけてみてはいかがでしょう。仕事を好きになるというのは人それぞれ好きになる部分が違ってくるのではと考えますが、私の場合はそもそも好きでこの職に就いたわけで、働いてみて間違いではなかったと十年経ったいま実感しています。「好きなことを仕事にできるほど幸せなものはない」と父親が良く言っていたことを思い出すと、さらに満たされます。医療職の多くは大学進学時には就く職がほぼ確定しています。医師なら医学部、看護師なら看護学部、検査技師なら衛生学

Who likes not his business ,
his business likes not him

自分の仕事を好きじゃない者は、
仕事からも愛されない



部というように、その職に就きたいから進学すると言っても良いくらいで国家試験に合格して晴れて医療の仲間入りがかなうわけです。とは言っても理想と現実には必ず分離が生まれ、好きでやっているわけじゃないと思い、悩む方もたくさんいることは事実です。そんな時はなぜ自分がその道を目指したのか振り返り、目の前の業務という仕事を別の視点から見ると興味や好意を抱ける部分が見つかるのではと考え、後輩たちにはそうさせてきました。

『木を見て森を見ず(森を見たらまた木を見る)』
こう繰り返すうちに人は前進し

ているものと思います。

仕事に限らず、趣味や健康に関してもやはり同様のことが言えるのではないのでしょうか。好きなことは上達も早いし、関心を持ってこれまでにない感覚を味わうことだってできる。たった十年の経験しかありませんが、仕事を通して関わってきた人々を振り返ると、自分自身の健康に関心の低い人が非常に多いことや、そうでない人に比べ、病を告知された時に受けるダメージがより大きいことなどネガティブな印象が強く、病を発見する側としては如何に自分自身の健康に関心を向けてもらうかをもっと考えなければいけないと思います。勿論これは我々医療従事者にも言える事で患者さんに熱心である場合ほど自らの健康は後回しなんてことは良くありません。おそらく私もそのうちの一人です。私一人ができること、一つの病院ができることには限りがあり、救えない命があるのも事実です。医療者とそれを受ける者が互いに関心を向けることでもう少し違った未来が見えてくるのかもしれない。そんな終わりになき探求を続けることが自分を成長させるのだと考えます。



臨床検査技師
新井 一輝

経歴 |

平成17年3月 藤田保健衛生大学
短期大学卒業

平成17年4月 さくら総合病院入職

最後まで私事にお付き合いくださった方に感謝し、もう一つ好きな言葉をお贈りします。

『おもしろきこともなき世をおもしろく、すみなすものは心なりけり』

解釈は諸説あるようですが、私は、最終的には自らの心が自らを導く、なんて今の自分に言い聞かせています。

ナース物語

感謝

外来看護師

私がこの原稿を任された時に、何について書くかと考えて、まず浮かんだのが『感謝』という言葉です。ですから、この場をお借りして感謝の言葉を伝えたいと思います。

私には小学生の子供が2人います。下の子が小学1年生になったのを機に、当院の外来で非常勤看護師として働かせてもらうようになって3年が経ちました。私は復職するまで10年のブランクがあり、入職したての頃は初めての外来業務ということもあって、慣れない仕事への不安や生活スタイルの変化に戸惑い、何度か辞めようかと悩んだこともありました。でも、これまで3年間続けてこれたのは、一緒に働くスタッフの皆さんの支えがあったからだと思います。一つ一つの作業をととても丁寧に教えてくれたり、サポートしてくれたり。また同じように子供を持つスタッフが多いので勉強になることが多く、とても働きやすい環境です。スタッフの皆さん、ありがとうございます。

また、実は患者さんにも救われることが多いのです。外来看護は病棟看護に比べて患者さんと接する時間が少ないですが、私の名前を覚えてくださって、通りすがりでも声を掛けてくださる方や、治療を終えられ「ありがとうね。」と笑顔で帰宅される方などを見ると、この仕事に復帰し、続けてきて良かったと思えます。そう思わせてくださる患者さんに感謝の気持ちでいっぱいです。

最後に、日頃あまり伝えておりませんが、家族にも感謝しています。

たくさんの方々を支えてもらった3年間でした。石の上にも3年…!?いえ、まだまだ一人前とは言えませんが、これからも感謝の気持ちを忘れず、看護師として、母として、成長していきたいと思えます。

私たちと一緒に
働きませんか?

求
人
募
集

詳細をチェック!

さくら総合病院 求人 検索

看護部門

- 看護師
- 准看護師
- 訪問看護師(常勤 | 非常勤)
- 訪問准看護師(常勤 | 非常勤)
- 夜勤専従看護師・准看護師
- パート看護師・准看護師

診療支援部門

- 診療放射線技師(常勤 | 非常勤)
- 臨床検査師(常勤 | 非常勤)

さくら総合福祉センター・ スタッフ

- ケアマネージャー
- ケアスタッフ(常勤 | 非常勤)
- 訪問介護スタッフ(常勤)
- デイケアセンター御嶽(常勤 | 非常勤)
- デイケア・スタッフ主任候補
- 入浴介助スタッフ(非常勤)
- 入浴介助スタッフ[御嶽](非常勤)



ケアスタッフ
浅野 栄介
Eisuke Asano
よろしく申し上げます。

はじめまして。7月に入職した職員紹介

9月9日は「救急の日」 誰にでもできることがあります



当院のERが
取材されました!
名古屋テレビ
「UP!」
救急医療に密着(仮)
9月9日(水)
18:15~放送予定!

救命の第一歩は 応急手当から—

救急現場に居合わせたら、まず速やかに119番に通報しましょう。救急車が現場に到着するまでのあいだに、その場に居合わせた人がいかに早く応急手当を行うかということが、病人やけが人の命を救う重要なポイントになります。



日ごろから、心肺蘇生法やAEDの使用方法を身につけておくと、いざというときに役立ちます。

救急の日

救急医療週間

6日
7月
8火
9水
10木
11金
12土

「救急の日」を
機会に、
次のことを
心がけましょう

- いざというときのため、正しい応急手当の知識を身につけておきましょう。
- 健康には日頃から十分気をつけ、何でも相談できるかかりつけ医を持ちましょう。
- 一刻を争う重症患者を救うため、救急車および救急医療機関の適切な利用をお願いします。

リハビリにより 奇跡の復活を 果たした

佐藤恵里さんカレンダー

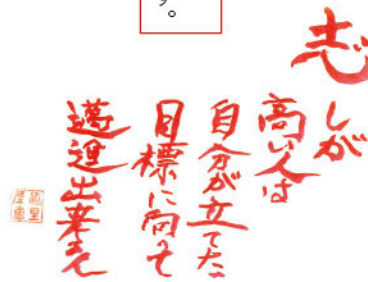
「人を思う」

2016年版佐藤恵里さんカレンダーを
当院リハビリ受付にて販売をいたしました。

佐藤さんは友人の車で帰宅中、
信号無視の対向車と衝突し、
車外に投げ出されました。
意識不明の重体になり、
目が覚めたのは100日後でした。

現在も脳挫傷による体幹機能障害が残り、
ご家族の支えもあり、懸命にリハビリを続けています。

人差し指に付けた筆で字の練習に励み、
多くの人に支えられていることへ感謝を込めて
書いた詩でカレンダーを作りました。



このカレンダーの
売上は
東北の被災地へ
寄付いたします



恵里ちゃんからの
メッセージ動画は
こちらからご覧になれます。

数独の 解き方

- 1) タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- 2) 太線で区切られた3×3の枠内(マスは9個)にも1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- 3) タテ・ヨコ、枠内で同じ数字が重複して入ることはありません。

秋の夜長に
チャレンジしてください

問題1 難易度★

5			4	8			6	3
	9			1				4
	1	6	7		3	2	8	
	2		9		7			
						4		6
3		1		2	5		9	7
2			5		1	3		
9		5			4		1	2
	8			6		9	7	

問題2 難易度★★★

5	8			7	6	4		
	1				8		6	
		9		1		8	3	5
	7		1	8				
2			7		3	1		
		4			5			
			3			9		2
6		5						4
		7		5	9		1	

頭の 体操

数独(ナンバープレース)

体力測定は、自分の体力や筋力・活動量を知ることによって現在の健康状況や生活習慣を振り返るきっかけとし、自分に合った運動習慣を身につけること、また日常生活の中で意識して動くことにより、早い段階から生活習慣病を予防することができます。



柔軟性
[長座体前屈]



全身持久力
[3分間歩行]



歩行能力
[10m速歩]



敏捷性
[ステッピング]



上肢の筋力
[握力]



下肢の筋力
[椅子立ち上がり]

家族そろって毎年、自分の体力を確認しよう!



服装
持ち物

運動に適した服装、上履き(持参してください)
水分補給用のお茶または水、タオル
人間ドッグ・健康診査等の結果のコピー(ある方のみ)

大口町 2万人 10年後も元気でいよう!

参加者募集!

大口町民の方は無料

10/31(土)

健康まつり

でも実施します!

[ほほえみプラザ4階]
10:00~15:00

要事前
予約

場所	〒480-0126 愛知県丹羽郡大口町伝右1-35	
	保健センター [ほほえみプラザ2階]	大口町トレーニングセンター [ほほえみプラザ5階]
実施日	毎月(原則)第2金曜日 [BCG予防接種会場に併設]	毎月第2水曜日(予約制) [体力測定の日]
時間	13:30~15:00	10:00~19:00
お申込み お問合せ	TEL:0587-94-0051	TEL:0587-94-0057



イベント



Event Menu



療養病棟・回復病棟に入院中の患者さんを対象にイベント食を実施しています。

旬の味を楽しむ「秋の味覚御膳」を企画いたしました。

ホクホクした栗ご飯をお楽しみください。

今月のイベント食は「秋の味覚御膳」です。

栄養相談室では、糖尿病、脂質異常症、胃切除を受けた方などの栄養指導【外来・入院、食に対して不安を感じている患者さんに対する栄養相談を随時行なっています。お気軽にご相談ください。

献立：栗ご飯、金目鯛の照り焼き
牛肉しぐれ、蒸し物の銀あんかけ
味噌汁、きょうろぶき、果物

日時：10月8日(木) 12:30～
コンドル館1階・2階病棟
10月9日(金) 12:30～
コンドル館4b病棟

金額：お一人様 ¥1,000 (税込)

申し込み〆切日：平成27年9月30日(水)

【案内状・申込み用紙は診療費の請求書に同封します】

*献立内容・金額：一部変更になることがあります。ご了承ください。



sakura's
kitchen

さくら's キッチン

さくら総合病院 栄養科監修
美味しい&ヘルシー
レシピ

新米が出回る時期になりました。お米だけでも美味しく頂ける時期ですが、旬の栗を加えた栗ご飯の紹介をさせていただきます。

栗ご飯

【材料】

- 米……………2合
- 栗(殻付き)………400～600g
- 塩……………小さじ1と1/3

ひとことアドバイス

【栗の豆知識】

栗は種実類(ナッツ類)の仲間で、種実類は現代人が不足しがちなビタミンやミネラルが濃縮されています。和え物などに使用することで、香りや食感に変化を付けることができます。

【調理方法】

1. 栗の皮を剥き、水につけてアクを抜きます
2. 米は洗米し、炊飯器の2合の目盛まで水を加え30分～1時間浸漬する
3. 栗と塩を加えて炊飯する

[栗の皮の剥き方]

1. 栗の皮を剥く1時間以上前から水につけ、皮を軟らかくする
2. 栗のザラザラとした方を包丁で落とす
3. 切り落とした部分から外の硬い皮をはがし、包丁で内側の渋皮を剥く
4. 皮むきが終わった栗はすぐ水につける

Information 2015.9

インフォメーション

10/25

日曜日
13:00-15:00

医仁会・秋祭り

イベント

プラスバンド、和太鼓、鳴子踊り、
じゃんけんゲームなど

模擬店

焼きそば、たこ焼き、唐揚げ、大判焼き、
豚汁、フランクフルト、綿菓子、
ドリンクなど

※内容が変更になる場合がございます。
あらかじめ御了承ください。

【場所】 太郎と花子 駐車場、正面玄関

※雨天決行です。

皆様お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

9/12

土曜日
11:30-20:00

第14回 やろ舞い大祭

100年続く祭りを目指して始まった
「やろ舞い大祭」が
「来て!観て!踊るまい!」を合言葉に、
今年も大口アピタ前 大口町町民会館
第1駐車場で開催されます。

※予備日:9月13日(日)

10/3

土曜日
19:00-20:00

2015 江南市民花火大会

リクエスト曲に合わせて
打ち上げられる音楽花火。
夏とは違った雰囲気味わえます。

【場所】 すいとびあ江南および周辺河川敷

※名鉄江南駅よりシャトルバス(片道200円)運行。
小雨決行。荒天時は10月4日(日)に延期となります。

患者さんのための Library

OPEN

さくらの森 通信 

月曜日-金曜日

9:00-12:00

13:00-17:00

本館2階 脳卒中脊椎脊髄センター前

今月の図書紹介



図解・腰痛の治し方

星 虎男/竹川 広三

腰のこり・疲れからギックリ腰、坐骨神経痛、脊柱間狭窄症の痛み、しびれまで、腰痛の症状別治し方が一目でわかる完全図解版です。

腰痛を一掃するための医学

知識として、ツボ指圧・マッサージ・温冷刺激・ストレッチ・再発防止法など、自宅ですぐに実践できて効果が高いと評判の療法が、写真とイラストで掲載されています。付属のDVD「プロ直伝の腰のこり・痛みを取り去るマッサージの極意&ツボストレッチ」では、マッサージの基本とコツを解説しています。

病気・治療・検査・薬に関する医学書や小説などの一般書や、DVD、パンフレットの他にインターネットによる医療情報の検索も可能です。ぜひ、お気軽にご利用ください。

数独の解答

■ 問題 1

5	7	2	4	8	9	1	6	3
8	9	3	2	1	6	7	5	4
4	1	6	7	5	3	2	8	9
6	2	8	9	4	7	5	3	1
7	5	9	1	3	8	4	2	6
3	4	1	6	2	5	8	9	7
2	6	7	5	9	1	3	4	8
9	3	5	8	7	4	6	1	2
1	8	4	3	6	2	9	7	5

■ 問題 2

5	8	3	9	7	6	4	2	1
4	1	2	5	3	8	7	6	9
7	6	9	2	1	4	8	3	5
9	7	6	1	8	2	5	4	3
2	5	8	7	4	3	1	9	6
1	3	4	6	9	5	2	8	7
8	4	1	3	6	7	9	5	2
6	9	5	8	2	1	3	7	4
3	2	7	4	5	9	6	1	8

数独の答え合わせは山折

さくら総合福祉センターからのお知らせ

ご病気や冠婚葬祭、ご旅行などで
今日からでも一時的に介護ができなくなった場合などに
ぜひご利用ください。

ショートステイ 太郎と花子

ご予約受付中

ショートステイ専用 TEL:0587-95-0134