

ささえあい

主な記事

- ・ サテライト研修が開催されました。
- ・ 新人看護師紹介
- ・ 旬の食材『グリーンピース』
- ・ 4月外来担当医表
- ・ 病院からのお知らせ
- ・ 編集後記

第26号 平成26年4月	隔月発行
医療法人社団玲瓏会 金町中央病院	発行元 東京都葛飾区金町1-9-1
病院長 野田 剛	TEL 03-3607-2001
担当部署 広報チーム	FAX 03-3607-2082 http://www.reiroukai.or.jp/

サテライト研修が開催されました！

2月28日（金）18:30～20:00 亀有地区センター（リリオ館7F）にて
当院主催、ナースプラザ共催のサテライト研修が開催されました。

講師に都立広尾病院看護科長の上野真弓先生を迎え、「教育的な風土づくり」というテーマでご講演いただきました。当院および亀有病院、平成立石病院の看護職員を中心に81名の参加がありました。講義内容は、新人教育や看護部内だけにとどまらず、すべての職場において日頃悩んでいる、「人との関わり方」「自己肯定、モチベーションを高める方法」について先生の実体験や事例を織り交ぜながらお話いただきました。参加者からは「社会人として尊重し合う事がお互いの成長につながる事がわかった」「職場での存在意義の大切さ、学びの意味などを実感できた」という声がきかれました。

「参考になった。すぐ実践したい！」という反響が大きかったものは、
「**SBER (エスバー)**」という報告ツールです。

近年、医療安全対策推進の一環として活動が広がっているTeamSTEPPSでも用いられており、情報の伝達時により安全で有効な報告、連絡ができるといわれている手法です。日常業務で患者さんの病状を医師にうまく伝達できない、急いでいる時に話が長くなり相手にイライラされてしまう、などの経験が少なからずある看護職員にとっては、即身につけたいツールです。医療の場だけではなく、重要な情報を迅速に伝達する場面でもとても役立ちそうです。

今回、主催病院としてナースプラザの協力を得ながら、企画、準備に取り組む事がかかわったスタッフのスキルアップにもつながり、チームワークの良さを実感できた事も収穫でした。ご協力いただいた方々に心より感謝申し上げます。



S	• Situation	状況：最初に連絡報告の趣旨を伝える
B	• Background	背景や経過
A	• Assessment	判断や考え
R	• Recommendation	提案や依頼



～ 新人看護師紹介 ～

今春より、社会人学生を経てヘルパーから看護師となった澤海さんにインタビューしました！

澤海 武さん

Takeshi Sawami

内科病棟勤務



看護師を目指したきっかけをお聞かせください

もともとは介護職として7年ほど働いていました。高齢者と接する中でもっと色々と勉強していけば、その人それぞれの疾患を考慮しながら良いケアができるのではないかと思います。看護師を目指すようになりました。

金町中央病院のいいところをお聞かせください

仕事を終えて午後から学校に向かうとき、「お疲れ様」だけでなく「行ってらっしゃい」と声をかけていただくことも多く、3階病棟以外の多くの方にも親切にしていただけました。金町中央病院は、家庭的な温かさをもった雰囲気は常に感じられるところです。



数少ない男性看護師としてのご意見をお聞かせください

女性中心の職場ではあるけれど、男性だからできる、気づくことができるというところもあると思います。そのような部分は積極的に活かし、女性職員と協力して患者さんの為に働いていければ良いと思います。あまり男性が多くなると華がないかも（笑）



社会人学生のススメ

現役の学生の頃と違い、年齢も幅広く様々な経験をもつ人が集まるため、多くの意見や考え方を学べる貴重な場所だと思います。また、友達も増え、再び青春を味わうことができました。

楽なことばかりではありませんが、社会人を続けているだけではできない経験を積めたことが楽しかったです。



旬の食材【グリーンピース】

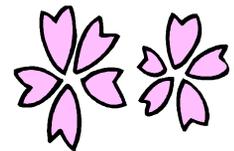
旬は3月～5月。エンドウ豆は未熟な実を食べる「グリーンピース」、若いさやを食べるのを「さやえんどう」、最近では実がグリーンピースと同じくらい大きくなってさやごと食べられる「スナップエンドウ」などさまざまな種類があります。

栄養面では食物繊維、ビタミンB群やC、カリウムなど新陳代謝を促し、春先の体調を整えてくれる栄養が含まれています。特に食物繊維は他の野菜に比べてトップクラスの含有量です。腸の動きを良くしてくれる働きをするため、便秘解消や発がん性物質などの有害物質を体の外に排出しやすくしてくれる効果が期待できます。

ビタミンB群やビタミンCは水に溶ける性質をもっているため、豆ごはんやスープに入れるなど煮汁も一緒に食べられる料理が向いています。ただし、缶詰の場合は処理をする過程でビタミンCがほとんどなくなってしまうので、旬の時期に食べるのがおススメです。



春の生春巻き



(約80Kcal／1人分)

《材料》 1人分

むきえび(小)	3尾
そらまめ	10g
かに風味かまぼこ	2本
グリーンピース	適量
ライスペーパー	1枚



《作り方》

- ① むきえびは背ワタを除き、ボイルする。
 - ② そらまめはさやから取りだし、沸騰した鍋に入れてゆでる。冷めたら皮を剥く。
 - ③ ボールなどにぬるま湯を用意し、ライスペーパーを入れる。
 - ④ ライスペーパーに具材を並べ、巻いたら**できあがり!**
- ※酢醤油やからし醤油などお好みでお召し上がりください。



4月の外来担当医表 (下線は常勤医師) 赤字は女性医師です

		月	火	水	木	金	土
内科	A M	関川 中寺	福田 佐藤(太)	谷口 宮塚(糖尿病) 齊藤(紘)	関川 渡邊(糖尿病) 中寺	佐藤 梅本 石田	小山 石川
	P M	山本	関川 佐藤(太)	南 宮塚(糖尿病)	押川 渡邊(糖尿病) 河田(腎臓・透析)	星野	高嶋(1週) 前田(2~5週)
外科	A M	野田	吉永	吉永	野田	村田	野田
	P M		山下		田中	高野	吉永(1・3・5) 尾高(2・4週)
整形外科 リウマチ科	A M	齋藤	菅田	浦木	齋藤	井上	
	P M	齋藤	菅田	浦木	齋藤	井上	
婦人科	A M	石毛					木村
	P M						木村
泌尿器科	A M		熊野	熊野		熊野	鈴木(1・3・5)
	P M	内田(1・4・5) 清田(2・3)		清田(1・3・5週) 内田(2・4週)	吉良		鈴木(1・3・5)
脳外科	A M			茂木			

※診療時間については各科によって異なります。※当日の変更もございます。事前にお問い合わせください。

病院からのお知らせ

4月1日より、国が定めた2年に1度の診療報酬改定が行なわれ、皆さまが窓口でお支払い頂く金額が変更となります。また、すでにご承知のように消費税も5%から8%へ増税され、それに併せて初診料が120円上がり**2820円**、再診料は30円上がり**720円**となり、自費扱いの金額に関しても金額が変更となります。

お会計時には皆さまへはご説明させていただきますが、お気づきの点があれば受付にお尋ねください。



～ 編集後記 ～



今年は春の訪れとともに、消費税増税や診療報酬改定など、私たちの生活に直接影響がでる事が行われました。これから過ごしやすい季節となりますが、楽しみ方もこれまで通りとはいかないかもしれませんね。

また、麻しん・風しんなどはまだまだ流行る兆候があるようです。体調の管理だけは、これまで通り健康を維持していきましょう！