

KANAGAWA

看護 だより

新入職の仲間たち



シミュレーション研修

シミュレーションを通して急変対応の
チームダイナミクスを磨きます



看護部理念 「Core Care Cure」

患者さまに寄り添い「いのち」を支える
看護の提供を大切にしています



緑豊かな環境で、四季折々の花々が咲きます

今月の 表紙

聖マリアンナ医科大学横浜市西部病院

→施設の紹介は12ページに掲載しています

Vol.207
2022年11月

令和4年度
会員数 37,261人
(令和4年9月30日現在)



公益社団法人

神奈川県看護協会

〒231-0037 横浜市中区富士見町3番1

神奈川県総合医療会館内

TEL.045-263-2901(代) FAX.045-263-2905

<https://www.kana-kango.or.jp/>

診療看護師



医師の思考と看護の心をもったチーム
医療のクッション役として大活躍!!

特定行為研修修了者



手順書をもとに、患者の症状にあわせて、
適切な処置をタイムリーに提供します

スペシャルリソースナース



卓越した看護で回復を支えます

Contents

- 健康ひろば「冷え性」…………… 2～3
- 特別企画「外反母趾」…………… 4～7
- 保健師職能委員会講演会報告…………… 8
- 1日看護体験レポート…………… 9
- 災害支援ナース特集④…………… 10
- 2023年継続・入会の手続きについて…………… 11
- こんにちは事務局です／表紙の写真／編集後記… 12



ひしょう 冷え症



横浜血管クリニック
院長 林 忍

身体にさまざまな不調をもたらす「冷え症」は、日々の生活習慣が大きく関わっています。冷え症は季節や気温とは関係なく、冬だけでなく、真夏であっても寒さや身体の冷えを感じるもの。まずは自分が冷え症体質かどうかを把握することが大切です。

「寒いわけでもないのに手足が冷たい」「布団に入っても手足が冷えて眠れない」「お風呂に入っても、すぐに手足が冷えてしまう」「厚着をしても身体が冷える」「お腹が冷えて下痢になりやすい」——こういったことがある場合「冷え症」の可能性があります。

冷え性の種類

「冷え症」は、臨床的に大きく2つに分けられます。

●末端が冷える…「末端冷え症」

毛細血管レベルの血行が悪く、血液が手足の末端部分までスムーズに流れず、手足の末端が冷える「末端冷え症」です。冷え症で一番多いのはこのタイプで、重症の場合には末端の温度が体温よりも10℃以上低下していることもあります。原因としては、持って生まれた血管の特性が原因となっている場合と後述のストレスが原因になっていることが多いです。また、姿勢の悪さや同じ方向を向いての就寝などにより、骨盤がゆがみ、下半身の血行が悪化することもあると言われています。

●冷えていると思いこんでいる…「メンタル冷え症」

実は冷えてはいないのに、ストレスから手足の冷えを感じているこのタイプを「メンタル冷え症」と呼んでいます。このタイプでは実際に末端の温度を測定しても、体温と比べてそれほど低下していないことが特徴です。「メンタル冷え症」の人には、イライラや不眠、肩こり、頭痛、しびれなどを訴えるケースも多く、既往としてうつ病があったり、うつ病を発症する人もいます。女性では、更年期を迎えてホルモンバランスが崩れることも原因になります。

冷え性の原因と対策

①食生活の乱れ

アイスクリームやジュース類などの冷たい飲食物の取り過ぎは、当然、身体を冷やします。またファストフードやスナック菓子の食べ過ぎ、あるいは無理な食事制限を伴うダイエットは、鉄分、ミネラルやビタミン不足など、栄養バランスを崩し、血液の循環が悪くなり、手足が冷える原因となっていることがあります。また、朝食を抜くと、食べ物を消化する際に発生する熱が産生されません。

食事は、冷たい物や甘い物はなるべく避け、ショウガやネギ、ニンニク、カボチャ、ゴボウ、黒豆など体を温める食べ物を意識的に摂るようにするとよいでしょう。



②ストレス

過度のストレスをため込むと、末端の血流が悪くなり、血行不良を引き起こします。その理由は、ストレスによる血管収縮のメカニズムにあります。手足など体の末端にある毛細血管の血流は、自律神経によってコントロールされています。自律神経は緊張すると優位になる交感神経と、リラックスすると優位になる副交感神経の2系統の神経で成り立っています。したがって、ストレスがかかり緊張すると、交感神経の働きで血管が極度に収縮し、手足の末端の血流が滞り、熱やエネルギーが運ばれにくくなってしまい、冷えてしまうのです。簡単ではないですが、冷え症を改善するにはできる限りストレスのない環境に自分を置くことが大切です。



③運動不足

運動不足は身体の代謝を低下させ、血液の循環を悪くする原因となります。つまり、運動は血液の流れを良くし、新陳代謝を促進します。毎日の生活の中で歩く距離を増やしたり、仕事や家事の合間に簡単なストレッチをしたりするだけでもいいので、まずは意識的に身体を動かすことを心掛けてください。また、身体の熱を生み出すのは主に筋肉であり、女性は男性よりも筋肉量が少ないために熱の産生量が少なくなります。冷え症は男性よりも女性に多いのはこれが理由です。したがって、筋肉を増やすことも冷え症改善には有効です。



④入浴方法

シャワーだけでは身体は温まりませんので、湯船に浸ってください。その際、高温のお風呂に短時間入るよりも、39℃程度のぬるめのお湯に長時間（30分が目安）入るほうが、自律神経の緊張を和らげ、副交感神経が優位となり、末梢の血流が改善しますので冷え症には効果的です。



まとめ

そもそも西洋医学には「冷え症」という概念がありません。従って、診断基準もなく、一般的な医療機関では、病気ではなく、体質の問題あるいは自律神経失調症ととらえられており、治療の対象とみなされていません。一方、東洋医学では正反対で「冷え」は万病の元と考えられており、患者さんが「冷え」の訴えがあれば、治療の対象となります。漢方薬やビタミンEの服用により、冷え症が改善することもありますので、生活改善でよくならない場合には、医療機関を受診し、試してみるのもよいでしょう。

最後に、気をつけなければいけないのは、実は血管に狭窄や閉塞の障害があって、冷えを感じている場合です。例えば、末梢動脈疾患である「閉塞性動脈硬化症」では、初期症状として冷感やしびれが生じることがあります。このような重大な疾患が隠れていることもありますので、冷え症を軽視しないでいただければと思います。





特別企画

外反母趾

看護師の
お悩み解決



医療法人 慶祐会 吉野整形外科
院長 吉野 匠

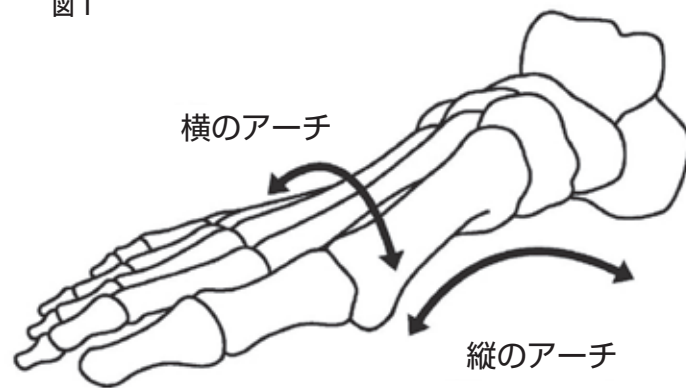
～長時間立ち仕事をしている私たちの足を大切にしましょう！～

足の大切さ

足は大地との接点であり、日常生活で使わない日はないといっても過言ではありません。それくらい大切な身体の一部であるにもかかわらず、我々は日頃から足のケアを疎かにしがちです。外反母趾は我々の日常を取り巻く様々な環境の変化により、近年増加傾向にある足のトラブルの代表的疾患といえます。進行すると歩行をも困難にしてしまうため、日頃のケアがとても大切です。

私たちの足には縦・横 2 つのアーチがあり、地面からの衝撃を吸収するクッションの役割や地面を蹴り返すバネの役割を担っています。アーチは先天的に低い場合と加齢や肥満などにより低くなる場合とがあり、土踏ますの無い幅広い足となります。ときに関節リウマチのような靱帯の脆弱化を伴う疾患でも低くなります。(図1)

図1

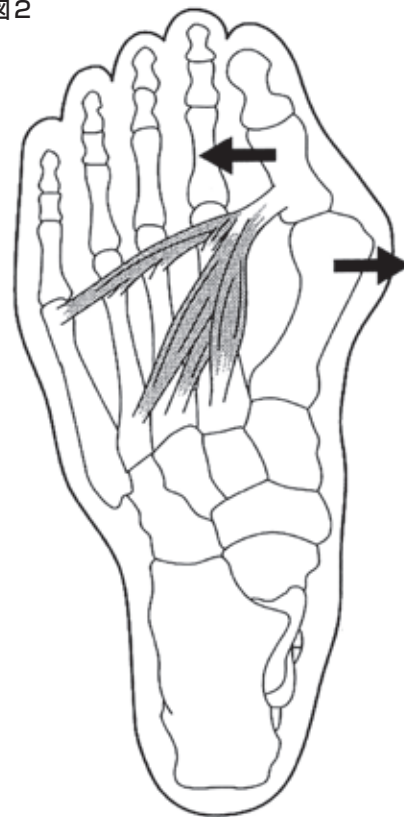


外反母趾とその症状

外反母趾の“趾”とは足の指のこと、つまり外反母趾とは足の親指が“くの字”に曲がる病気です。ことの起こりは横アーチがつぶれ幅広い足になることです。その結果、母趾は靴に押されたり筋肉(母趾内転筋)に引っ張られたりして“くの字”に曲がっていきます。(図2)

進行すると母趾が2趾や3趾の下にもぐり込み、足趾の付け根の関節が脱臼することもあります。このように外反母趾の人はみな様に横アーチがつぶれ、幅広い足になっているのです。(写真1・2)

図2



外反母趾の症状には、張り出した母趾の付け根が靴にあたり赤く腫れ、バニオン^{※1}とよばれる皮下滑液包炎を生じるものや、同時に神経が圧迫されつま先に痛みや痺れが生じるものがあります。アーチのつぶれは、足裏の2趾の付け根に有痛性の胼胝を作る原因にもなります。曲がった母趾は地面を蹴ることが困難となり、代わりに2趾がその役目を担うため、足裏に固い胼胝ができるのです。(写真3)

写真1



写真2



写真3



※1：バニオン
外反母趾変形によって足の親指の付け根が大きくなったもの

また地面を蹴り返すバネ力が弱くなるため、ふくらはぎや足底の筋肉が疲れやすくなります。さらにアーチのつぶれにより足裏の神経が圧迫されつま先が痺れたり、クッション性が低下することで足の甲や足関節に疼痛や変形が生じたりもします。つま先が靴に押されて巻き爪の原因にもなります。身体のバランスが崩れることで、足首や膝の痛み、さらに腰痛や肩こりになることもあります。ときに頭痛の原因が足の痛みによるストレスから生じていた人もいます。このようにアーチのつぶれは様々な障害を引き起こすいわば“諸悪の根源”なのです。

外反母趾の原因と靴選び

外反母趾は女性が男性の十倍多いといわれています。一般に女性は男性より関節が柔らかく筋力も劣るため、体重によりアーチがつぶれやすいのです。関節の柔軟性には、女性ホルモンが関与しているともいわれています。つまり女性であることが発症要因の一つともいえるのです。また扁平足や開張足^{※2}など、もともと横アーチが低く幅広い足の人も外反母趾になりやすいといえます。このように靴を履く習慣のない人にも見られるので靴だけが発症の原因ではありませんが、靴による影響が大きいことは誰も疑う余地はありません。特に先が細く踵が高い靴は、いうまでもなく、体重が前足部にかかるため横アーチがつぶれ幅広い足になります。すると母趾は靴に押され“くの字”に曲がってしまうのです。したがって適切な靴選びを行なうことが大切です。

靴選びで留意すべき点は長さ幅です。靴の長さは足より1cm 長いことが重要で、サイズ選びの際にはまずつま先が靴の先にあたるまで足を前に詰めてみます。その時に

※2：開張足
5本の指の付け根を、横に結ぶアーチの形が、崩れて足の指が横に広がってしまう



特別企画

外反母趾

～長時間立ち仕事をしている
私たちの足を大切にしましょう！～

看護師の
お悩み解決



踵に人差し指が無理なく入れれば正しいサイズです。勿論靴を履くときは足を逆に踵側へ詰め、前に滑らないように靴紐をしっかり結びます。

外反母趾の人は幅広の靴を選びがちですがさらに足が広がってしまうので広過ぎはいけません。逆に窮屈過ぎても疼痛の原因になってしまうので、幅はきつくも緩くもないフィット性の良いものを選びましょう。また、足は午後になるとむくみやすいので、紐やベルトで調節できるものが理想です。できれば試し履きは午後に行うことをお勧めします。

早期診断

外反母趾は放っておくと進行してしまうため早期診断が大切です。まずは簡単にできるセルフチェックを行ってみましょう。紙・鉛筆・大きめの定規・分度器を用意し紙の上に足を置き、踵から親指の根元に定規をあて線を引きます。次に定規を親指の横にあて同じく線を引き、この二本の線の交わりが20度以上あれば外反母趾です。

平らな床に置いた足の土踏まずに人差し指と中指の2本を入れてみてください。第2関節まで指が入らなければ扁平足の可能性があり、外反母趾になりやすい足といえます。また母趾や小趾の横、足裏の趾の付け根などに胼胝ができるのも外反母趾の特徴といえます。疑わしい人は早めに整形外科を受診しましょう。

治療

治療には保存療法と手術療法があります。保存療法で有効なのは、アーチのつぶれを矯正する靴の中敷き（足底挿板）です。アーチは一人ひとり異なるため、既製のものではなくオーダーメイドのものをお勧めします。医師の診断により治療用装具として保険適用で作ることができます。国家資格を有した専門の義肢装具士が足型を採型し、微調整を加えながら完成品に仕上げていきます。このように医療機関で作られる足底挿板は、既製品では望めない治療効果が期待できます。足底挿板には進行予防のみならず、痛みや痺れ・胼胝などの症状を改善させる効果、歩きやすく疲れにくくなるといった歩容の改善効果があります。

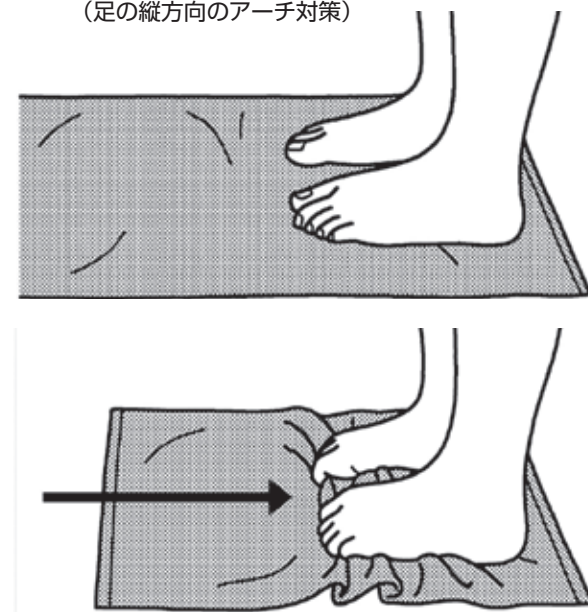
さらに外反母趾の角度やつぶれたアーチを改善させる効果があります。足底挿板により手術を行わずにすむ人も少なくありません。足底挿板は、中敷きを取り外せる市販靴に入れ換えて使えるため、オーダーメイドの高価な靴を買いそろえる必要もなく経済的といえます。

手術療法は保存療法でも症状が改善しない場合に適応となります。ただし手術は外反母趾を矯正することはできても、つぶれたアーチを矯正することはできないので、母趾の曲がりや2・3趾の脱臼が疼痛の主要因である人に適応となります。よって手術後にも足底挿板が必要となります。術式には様々なものがありますが、症例毎にふさわしい術式を選択する必要があるため、非常に専門性の高い治療といえます。

予防

予防には運動・体操・ストレッチがあります。タオル寄せ運動は滑る床に敷いた薄めのタオルを足趾でたぐり寄せる運動です。一見足趾の運動のように思われますが実は足裏の筋肉を鍛え縦アーチを支える力を強化する運動です。（図3）

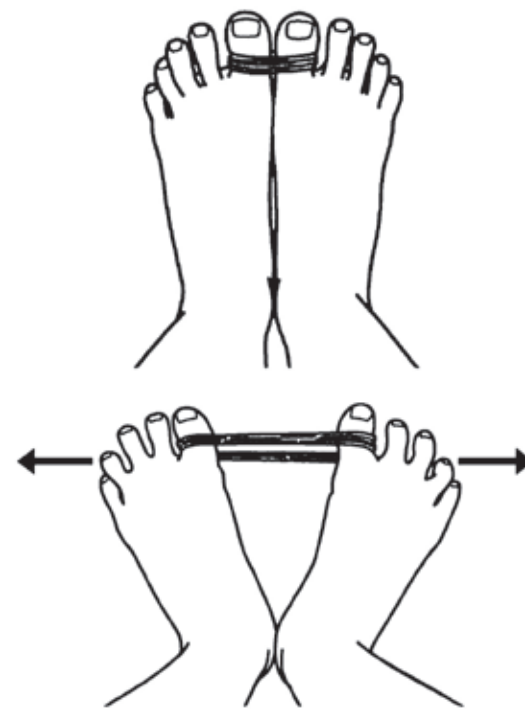
図3 タオル寄せ運動
（足の縦方向のアーチ対策）



椅子に座って、床に敷いたタオルを足の指でたぐり寄せます。足の縦方向のアーチを支える足の裏の筋肉を鍛えることができます。

親指の輪ゴム体操（ホーマン体操）は、幅1cmくらいの太めの輪ゴムを母趾にかけ引っ張り合う体操です。母趾を閉じたまま5～10秒間保持します。これを1セット20回、一日3セットを目安に行ないます。外反した母趾をゴムで矯正する体操のように見えますが、母趾内転筋を鍛えることで横アーチを支える力を強化する体操です。（図4）
外反母趾は放置していると曲がったまま関節が固まってしまうため、日頃からストレッチを行なうことも大切です。注意すべき点はただ単に母趾を引っ張るのではなく、第一中足骨が広がらないよう足の甲を手で握り締めながら母趾を広げることです。これにより拘縮した関節を効果的にストレッチすることができます。（図5）

図4 親指の輪ゴム体操（足の横方向のアーチ対策）



足の親指に太い輪ゴムを引っかけて、それを外側に引っ張る運動です。太めの輪ゴムの代わりに普通の輪ゴム10本でも可。足の横方向のアーチを支える筋肉を鍛えることができます。

図5 外反母趾の予防に足親指のストレッチ



①足の甲（親指の付け根と小指の付け根あたり）を手でつかみます。

②もう一方の手で親指をつかみます。

③足の甲の開きをしっかりと閉じた状態で、親指をそのまま内側に引っ張っていきます。親指がくの字に曲がったまま固まってしまうのを予防します。



まとめ

本疾患は進行性であるため早期診断と治療が大切です。まずはセルフチェックを行い、疑わしい場合はできるだけ早めに足の専門医を受診しましょう。



楽しく仕事をする モチベーションアップ術

～自分も周りも勇気づけていくために～



講師の加倉井さおり先生

保健師職能委員会では、令和4年7月14日に、(株)ウェルネスライフサポート研究所 代表取締役 加倉井さおり先生をお招きし、「楽しく仕事をするモチベーションアップ術 ～自分も周りも勇気づけていくために～」のテーマで講演会を開催しました。講演時間の全てを使い、講師の熱い思いに、とても心が揺さぶられる良い機会となりました。

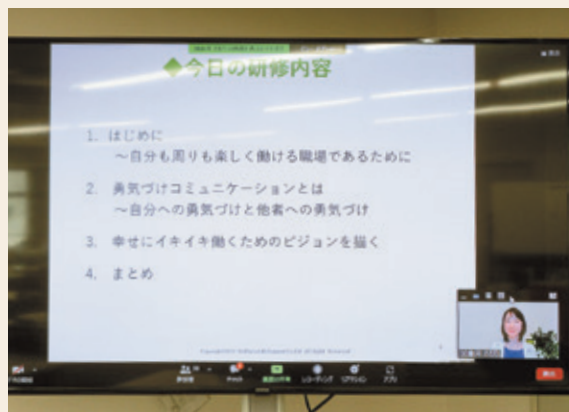
自分も周りも楽しく働ける 職場であるために

職場の雰囲気は一人ひとりの感情が作ります。ひとりの感情は周り(メンバー)に連鎖していきます。そのため、ひとりひとり(自分自身)の勇気づけのマネジメントが重要になります。勇気づけのマネジメントを実行し「自分を勇気づけられる人は他人を勇気づけられます。」と、人を支援する立場の人は、この言葉を受け止めてもらいたいと講師は話されていました。

勇気づけコミュニケーションとは

職場のマネジメントの上で一番大切な事は、①相手に関心を寄せる、②対話をする場をつくる、③対応を考え行動する、の3つを挙げられました。対話をする前の態度が大事で、相互尊敬・相互信頼に基づく関係を築き、相手の関心に関心を持つことが大切ということでした。

そして、自分を勇気づける習慣を持つために「マイナス感情にふたをせずに認め、見つめ、ためずに吐き出し、最後はプラスの言葉で終わる」ことを提示し「言葉は一瞬で人の人生を変えるくらいの力をもっている。」とも話されました。



Web 配信の様子

さらに「心理的安全性の高い職場を創っていく意識が大事」であり、そのために必要な「自分も周りも勇気づける職場づくりのためのコミュニケーションのポイント」を6点あげられました。

幸せにイキイキ働くために ビジョンを描く

「ライフ&キャリアを考える」として、自分のやりたい活動・仕事は何か、この社会の中で自分はどんな存在でいたいのか、その上で10年後、3年後、1年後のアクションプランを考えること、「自分がどうしたいかであって、それが叶えられるかどうかではない。仕事において、私生活において、こうありたいと思うことが大切で、自分の意識をどこに向けるかで未来の結果は変わってくる。」と話されました。

最後に、「愛して(大切に)して 学んで 仕事をする」という言葉が私たちに送られました。小さくても決して歩みを止めないで、どんなことがあっても自分を勇気づけ、仲間を勇気づけることが、健やかに自分らしく幸せに生きることにつながると話されました。

(保健師職能委員会 委員長 小田真智子)



令和3・4年度 保健師職能委員会の皆さん

体験レポート

一日看護体験

東名厚木病院

1-day nursing experience

県央地区にある当院は「看護の日」の一端として、毎年夏に高校生を対象に「一日看護体験」を開催しています。新型コロナウイルス感染症蔓延の状況でありましたが、来院前に体調確認をしてもらい8月18日(木)、8月19日(金)に開催しました。参加者は神奈川県下の高校2・3年生37名でした。

コロナ禍前は、病棟での体験などを交えながら実施していましたが、コロナ禍後は会議室に体験コーナーを設け、実習指導者の看護師と共に、衛生的手洗い、個人防護具の着脱、車いす・歩行器・杖、点滴速度の調整の看護体験を行いました。また、当院に実習に来ている看護大学・専門学校の先生方をお招きし、進学に向けての学校紹介も行いました。

～衛生的手洗い～

実際に手洗いを体験し、「普段の洗い方では汚れが落ちていなくて、丁寧に手洗いしなくてはいけない」という声が聞かれました。



～個人防護具の着脱体験～

「実際に着てみて驚くくらいの暑さだったので、現場で働く看護師さんがいかに大変か理解することができました」「私たちの周りにはどんな菌がいるか分からないし、患者さんに菌を感染させない自分も感染しないようにするために大事だと思いました」という声が聞かれました。



～点滴速度の調整～

「今まで点滴をしたことがあっても、数値や方法については知らなかったので、良い経験になりました」という声が聞かれました。



～車いす・歩行器・杖の体験～

車いす体験では「使い方を一歩間違えると患者さんを危険にさらしてしまうので、一つ一つ丁寧に言うことが大切だと思いました」という声が聞かれました。



～学校紹介～

「看護師資格をとるためにはどのような勉強が必要かわかり、進路選択の参考になりました」という声が聞かれました。



～意見交換会～

終了時の意見交換会では「今日の体験を踏まえて、頑張ろうと思いました」「体験を通して、より勉強のモチベーションを高めました」「今まで以上に自分自身もコロナにならないようにして、少しでも医療従事者の方々に助けられたなと思いました」という声が聞かれました。最後に、一日看護体験「参加証明書」を手渡し終了しました。



担当者からの コメント

参加した高校生の多くは「将来看護師になりたい」と気持ちを抱いて参加していました。そのため、看護体験では目を輝かせ、真剣に体験に臨んでいました。今後を担う高校生の方々が、看護職を目指すことに頼もしさと嬉しさを感じました。これからの看護を担う人財となることを期待しています。

(社会医療法人社団三思会東名厚木病院 下島三千代)

※写真は、ご本人の了解のもとに掲載しています。

神奈川県看護協会災害支援ナース

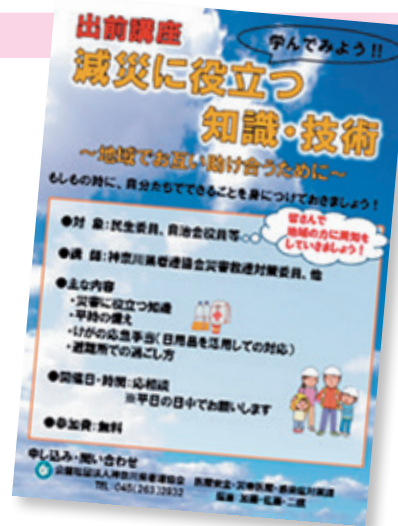
災害支援ナースは、こんな事もしています！

いつ来るか分からない災害！

災害に向けての備えは、医療・看護の現場で訓練と言う形で行われていますが、家庭や職場でも、非常持ち出し袋に備蓄品として2～3日分の食料やラジオや懐中電灯などを準備しているのではないのでしょうか。

災害支援ナースは、県民の皆さんに向けてのボランティア活動として、マラソン大会や行政主催の防災訓練での救護係を担ったり、イベントで『災害時のお役立ち情報』の発信や出前講座を行っています。

特に出前講座では、減災の知識や手当の技術を発信して、災害発生時に備えるため、自治会や民生委員の方を中心に講義・演習を実施しています。



出前講座

6月29日、中区不老町ケアプラザで自治体役員の方に向けて『学んでみよう減災に役立つ知識・技術』をテーマに出前講座を開催しました。出前講座は、災害から一人一人が身を守り、地域でお互いが助け合うために、日常品を活用したケガの応急手当や、避難生活についての学びを役立ててもらうことを目的としています。

当日は、災害支援ナースの原美智子さん、長島良江さんを中心に、神奈川県看護協会の災害救護対策委員が協力して地域の特徴を踏まえた「災害に役立つ知識」や「平時の備え」について講義や演習を行いました。

講座後は、参加した自治会役員の方たちから「日頃の備えの大切さが良く分かった」「日頃から準備しておかなくてはならないものや、避難所での過ごし方など住民一人一人に知ってもらいたい」「実演・体験がイメージしやすかった」と非常に前向きなご意見をいただきました。このような活動は、川崎市看護協会や、日本災害看護学会でも行っています。災害時は、公助だけでなく、自助・共助が大切です。今後も災害支援ナースの平時の活動が、地域の減災活動の一助となれるよう、減災の知識や技術を継続して提供していきます。



演習の様子 災害救護対策委員会の皆さん

出前講座プログラム

1. 災害時に役立つ知識
(自然災害・発災時の安全の確保・安全を守る行動等)
2. 平時の備え
(備蓄品・食料品・携行物品について・服用している薬の管理等)
3. けがの応急手当
(日用品を活用したけがの対応・けが人の搬送方法等)
4. 避難所での過ごし方
(避難所とはどういうところか・持参すると便利な物等)

6月29日に中区不老町ケアプラザにて行われたプログラム



災害支援ナース 原さん



災害支援ナース 長島さん



出前講座の様子 中区不老町ケアプラザにて



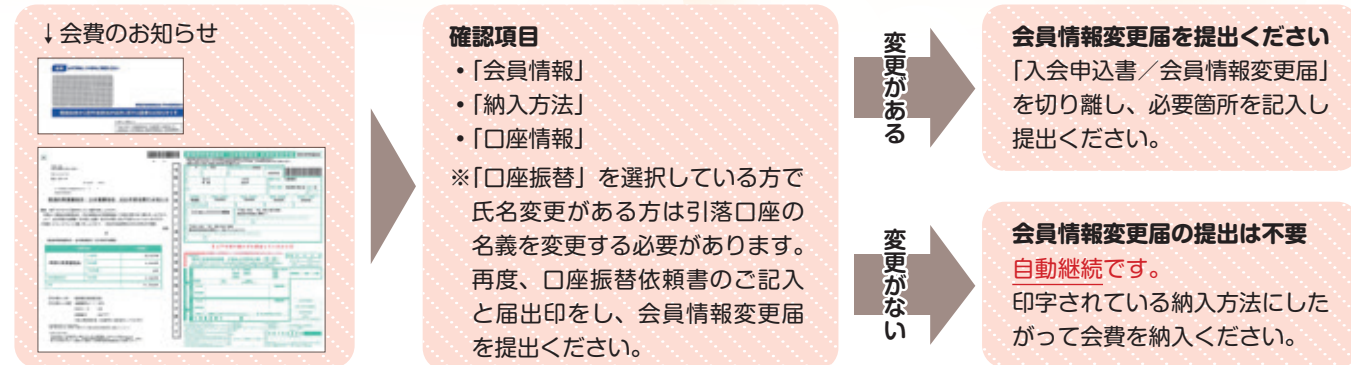
令和5(2023)年度

継続・入会の手続きについて



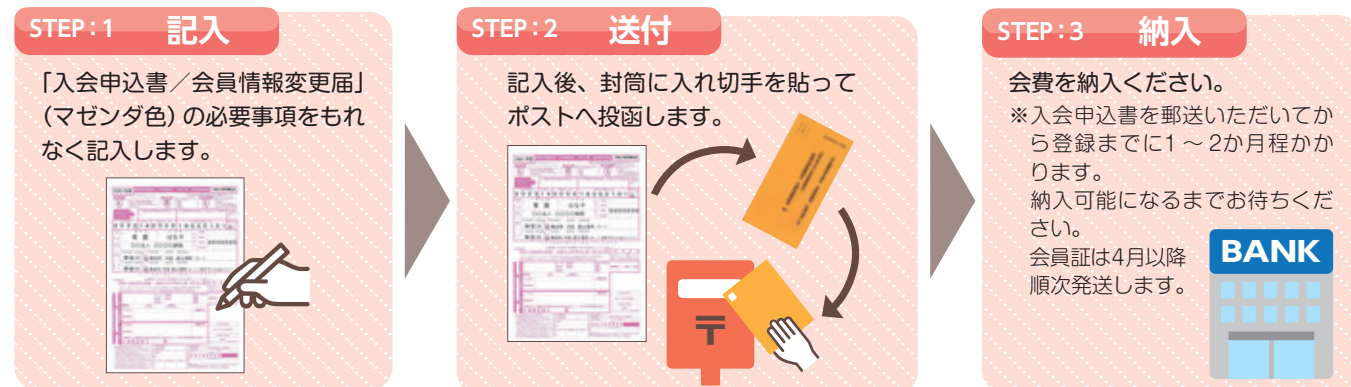
■継続会員の方

令和4(2022)年度の会員の方には、9月16日付の会員データに基づき、登録されている施設もしくは自宅へ順次「2023年度会費のお知らせ」をお送りいたします。

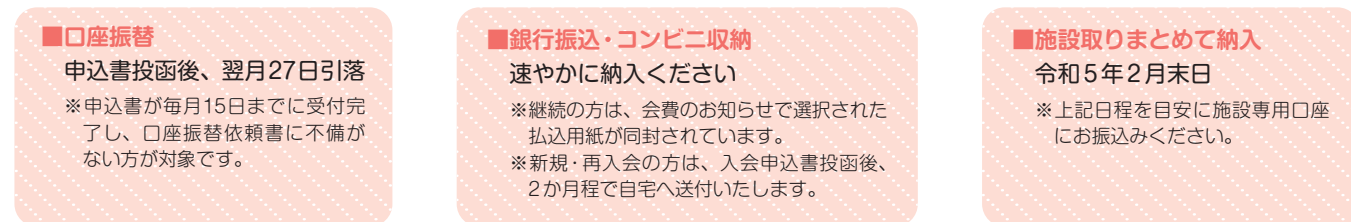


■新規・再入会の方

「入会申込書／会員情報変更届」(マゼンダ色) がお手元にならない場合は、下記の問合せ先まで連絡ください。
(10月14日までに希望枚数をご回答いただいた施設の方については11月より順次郵送いたします)



■会費のお支払い



注 意

令和4(2022)年度会員の方は自動継続されます。他県の施設へ就職が決まっている方で移動先の看護協会へ入会予定の方、退会希望の方は所定の退会届を12月28日までに提出ください。

問合せ先

公益社団法人神奈川県看護協会 総務課 企画・会員班 TEL.045-263-2918



こんにちは事務局です

TEL. 045-263-2901 FAX. 045-263-2905

令和5(2023)年度 入会・継続手続きについて

■令和5(2023)年度継続について

令和4(2022)年度会費納入済みの方には、10月下旬より順次、登録されている施設もしくは自宅へ「2023年度の会費のお知らせ」および「会員情報変更届」をお送りいたします。

会員登録情報に変更がある場合のみ、「会員情報変更届」をご提出ください。

■令和5(2023)年度新規・再入会について

令和5(2023)年度の新規・再入会の手続きが始まります。「入会申込書／会員情報変更届」がお手元にならない方は下記の問合せまでご連絡ください。

有効期間／令和5年4月1日～令和6年3月31日

入会費／20,000円(県協会に初めて入会する方)

年会費／11,000円(日看協5,000円＋県協会6,000円)

問合せ／総務課 企画・会員班 ☎045-263-2918

高齢者のエンド・オブ・ライフケア (ELNEC-J 看護師研修プログラム)

日時／令和5年2月4日(土)・5日(日)の2日間
9:30～

対象／高齢者ケアに携わる看護職

定員／50名

受講料／16,000円(会員8,000円)

場所／神奈川県ナースセンター研修室

問合せ／地域看護課地域看護班 ☎045-263-2933

表紙の
写真

「患者さまの生きる力を 支える看護」を大切に

—聖マリアンナ医科大学横浜市西部病院
(横浜市旭区)

当院は、横浜市西部地区の地域中核病院として、また大学付属病院として、24時間対応の救命救急センター・周産期センターを併設した総合的な医療機関です。

35周年を迎えた今も518床を有し、地域の皆様の生きる力を支える医療を使命としています。

また看護部は、理念に沿い「人間としての尊厳」を重んじ「いのちを救い、いのちを護り、生活の場へいのちをつなぐ」ことを大切にしています。そのための知識として根拠ある臨床推論、確かな看護技術の伝承、看護観の醸成を柱に教育プログラムが成り立っています。その中でワークエンゲージメントが高い看護職員たちが実践する「患者さまに寄り添う質の高い看護」を今後も継続していきたいと思えます。

副院長 看護部長 北原 日美紀

助産師職能研修会開催① WEB研修

日時／令和5(2023)年1月20日(金)

内容／「磨こう!助産技術」(仮)

講師／ウパウパハウス岡本助産院

院長 岡本 登美子氏

参加費／非会員1,000円(会員無料)

定員／80名

申込締切／令和4(2022)年11月24日(木)

助産師職能研修会開催② WEB研修

日時／令和5(2023)年2月10日(金)

内容／「周産期メンタルヘルス」

講師／神奈川県済生会横浜市東部病院

こころのケアセンター 心理室

公認心理師・臨床心理士(助産師)

課長 相川 祐里氏

参加費／非会員1,000円(会員無料)

定員／80名

申込締切／令和4(2022)年12月22日(木)

問合せ／企画・会員班 ☎045-263-2918

認定看護管理者教育課程募集

■ファーストレベル

開講時期／令和5年5月12日(金)～8月31日(木)

募集人員／70名(予定)

募集期間／令和5年1月10日(火)～1月31日(火)必着

■セカンドレベル

開講期間／令和5年10月6日(金)～令和6年2月29日(木)

募集人員／45名(予定)

募集期間／令和5年5月8日(月)～5月31日(水)必着

募集要項はホームページからダウンロードしてください。

問合せ／研修課 認定教育班 ☎045-262-2630

ナースセンター課

新型コロナウイルス感染症対応で働く看護職の皆様へ

■相談窓口を設置しています

窓口開設期間／令和4年4月1日～令和5年3月31日

受付時間／平日 9:00～16:00

☎045-263-2910

「もっと自分の知識や技術を高めてみたい…」

「私、看護職としてやっていけるのかな…」

「コロナ禍のいま、ダブルワークなど働き方を考えたい…」
など。

働くことに悩んでいるなら、ご相談ください。

編集後記

秋も深まってきました。食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋など、さまざまな秋を楽しめる時期ですが、皆様いかがお過ごしですか。私は実りものを楽しんでいます。次号は恒例の「お年玉プレゼント」企画です。お楽しみに!

(M.S)