

# ふ・れあ・い

2013  
7月・夏号

Human♥Communication

## Vol.13

人と心に響き合う

清恵会グループ広報誌

### FREE

ご自由に  
お持ちください



特集

## 看護部長対談

救急医療から在宅まで、  
常に患者様の立場に立った看護を追求する—

「医心伝心」 清恵会病院 小児科  
院長補佐・地域医療連携部長 森 信若 葉

 医療法人 清恵会

# 看護部長対談

救急医療から在宅まで、常に患者様の立場に立った看護を追求する――



清恵会三宝病院 看護部長  
川村 由美子  
1980年清恵会病院に入職。同病院にて主任、師長、副部長を経て、2004年から現職。



法人本部 総看護部長  
松尾 凖子  
1975年清恵会病院に入職。医療専門学院の教員、第1分院総師長、近江温泉病院看護部長、清恵会病院看護部長を経て、2005年から現職。



清恵会病院 看護部長 認定看護管理者  
横山 久美子  
1983年清恵会病院に入職。近江温泉病院へ出向、清恵会病院にて主任、師長、副部長を経て、2012年から現職。

## 今、看護の現場では何が起きているのか

松尾ノリ子総看護部長(以下、松尾)●時代の変化、医療の進化とともに、看護を取り巻く環境も目まぐるしく変わっています。特に、2006年の診療報酬改定で、入院されている患者さん7人に対して看護師が1人という「7対1」の看護配置基準が新たに設けられ、看護師不足が慢性化しているのはご存知の通りです。また、団塊の世代が75歳以上となつて超高齢社会を迎える2025年には、看護職が大幅に不足するといわれています。両病院はどのような状況ですか？

できる看護体制を整える必要があります。

川村由美子看護部長(以下、川村)●清恵会三宝病院は療養型の医療機関ですから、元々、患者さんは高齢の方が多いのですが、近年はADL区分<sup>※3</sup>の高い、つまり介助の必要性が高い患者さんが増えています。療養しているからといって、容体が安定しているとは限りません。清恵会病院と同様、24時間目を離すことのできない患者さんが多く、時にはスタッフステーションの近くにベッドを移動して見守るといったこともありますね。

横山久美子看護部長(以下、横山)●急性期医療を担う清恵会病院では、7対1の看護配置基準は当然クリアしています。激務といわれる看護師の業務は多少なりとも軽減されるはずなのですが、一方で、高齢化社会に伴って患者さんの高齢化も急速に進んでいます。24時間見守りが必要な患者さんが増えていますから、7対1という数字からは見えてこない、現場の努力があることは事実です。今後、さらに加速する高齢化に対応

※3「ADL区分」寝起きや着替え、食事、トイレなど、日常的な生活の動作について、できる・できない、また必要な介助の度合いを調べて区分した介護レベル。

松尾●日本看護協会の2012年度調査によれば、看護職の離職率は常勤で10・9パーセント、新卒で7・5パーセント。4年連続で減少してはいるものの、夜勤負担の重い病院は離職率が高い傾向にあるようです。看護師がより働きや

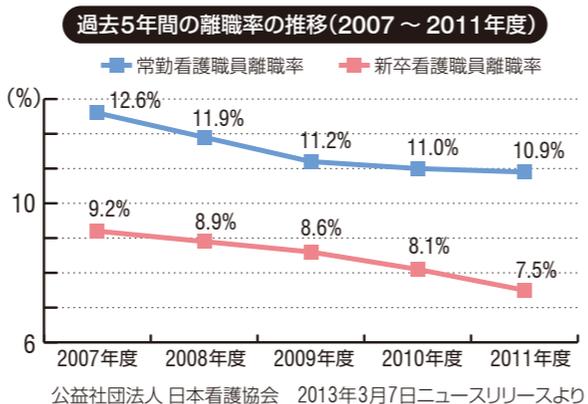
医療と看護。この二つは、生命を守るための両輪です。どれほど高度な医療技術や設備機器を持っていようと、手厚い看護なくして患者さんの心身を癒すことはできません。看護師とは、医師にとって欠くことのできないパートナーであると同時に、患者さんにとって一番身近な存在。患者さんとそのご家族の共感者であり、代弁者であり、まさに生きる支えでなければなりません。

「7対1」という言葉をご存知でしょうか。入院患者さん7人に対して看護師が1人という意味で、厚生労働省が定めた、一般病棟における最も充実した看護配置基準です。急性期機能病院<sup>※1</sup>である清恵会病院は、もちろんこの基準をクリアしています。慢性期機能病院<sup>※2</sup>の清恵会三宝病院は、病棟種別により15対1から25対1までとなっています。

このように、看護師は、配置一つを見ても種々の取り決めがあり、専門分野や資格も多様です。今回は、医療法人清恵会の看護をつかさどる2人の看護部長と総看護部長が、医療と看護を取り巻く現状や展望を語ります。

※1「急性期機能病院」緊急・重症な状態にある患者に対して高度で専門的な医療を提供する病院。

※2「慢性期機能病院」病状が比較的安定している患者に対して長期の入院医療を提供する病院。



すくなるよう職場環境を改善し、離職率を下げるという努力も私たちには必要ですね。

横山●看護師はやはり専門職ですから、キャリアを積みやすい環境を整えることも大切だと思います。それに、同協会によると、全国には71万人の潜在看護師がいるそうです。例えば結婚や出産などでいったん退職した看護師さんたち――その中の1割でも復職してくれば、それは1年度分の新卒看護師の数に相当するわけです。現役・新卒・潜在看護師それぞれを考慮した、働くためのきめ細かな環境整備ができれば理想的だと思います。

## 看護の質を高める認定看護師

**松尾** ●医療が高度化するにつれて、看護の分野もますます高度化・多様化しています。一口に看護師といっても、准看護師や看護師はもとより、専門看護師、認定看護師、認定看護管理者など、さまざまな資格があるわけですが、清恵会病院では一昨年に認定看護師が誕生しました。そのことよって、看護の在り方はどう変わりましたか。

**横山** ●皮膚・排泄ケアの認定看護師ですが、彼女が院内を横断的に動いてくれることで、清恵会病院全体の看護の質がとて高まったと思います。同時に、認定看護師の知識と技術を学ぼうと、一般の看護師たちの意欲も向上していま



す。患者さんにとってプラスであることはもちろん、スペシャリストがゼネラリストを育てるといった形が生まれたことは大きなメリットですね。今年は感染看護認定看護師が新たに誕生する予定です。

**川村** ●複合型である三宝病院の看護師は日頃から、人工透析の技術者やリハビリ臨床認定医、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士など、さまざまな分野の専門スタッフとともに働いています。身近に清恵会病院の例もあり、専門職としてのスキルを高めたいと考えている看護師がたくさんいますので、その人たちを今、認定看護師の教育課程に送り出す準備を進めているところです。

**松尾** ●そういったスペシャリストたちを統括し、看護をしっかりとマネージメントするのが看護部長の役割です。私たちもまた、さらに質の高い看護を目指して知識と技術を磨く必要があることはいまでもありません。今回、横山看護部長が認定看護管理者のサードレベル

(最終教育課程)を修了し、資格を取得しましたね。

**横山** ●昨年、看護部長に就任し、私の元で働いてくれるスタッフたちのために、そして何よりも当院を利用してくださる患者さんとご家族のために、より質の高い組織的看護が必要だと思い、認定看護管理者教育課程にトライしました。知識と技術はもちろんですが、今、日本の医療が目指しているものは何なのか、日本の医療を支える私たち看護師が今、何をすべきなのか——といったことを学び、考えられるようになったことが大きな収穫でした。あらためて、視野を広く持つことが大切だと痛感した次第です。

**川村** ●三宝病院では、看護師長たちが認定看護管理者のファースト・セカンドレベルの資格を取得しています。私から見ても、院内での活動がより幅広くなり、発言が積極的になったという感じがします。また、看護師長を中心として、他の病院の看護師長や看護管理者との情報交換の機会が増えたことも、院内の活性化につながっていますね。

## 24時間365日、 どのような患者様でも、 という思い

**松尾** ●個々の技能を高めて、組織的にも強化していくということですね。清恵会病院が開院した当初は、「救急といえば清恵会病院」といわれていました。もちろん今も救急医療に力を注いでいることは変わりませんが、現在は急性期医療を担う清恵会病院の他に、長期療養型の三宝病院があり、透析外来の向陵クリニック、専門外来の三国丘クリニック、訪問看護ステーション、通所および訪問リハビリ、そして医療専門学院もあります。そのネットワークが清恵会グループの強みといえるわけですが、そう

いった連携面の現状についてはどうですか？

**横山** ●清恵会病院では、退院調整看護師を配置し、特に同グループである訪問看護ステーションとの連携を密にしながら、退院支援を行っていきます。患者さんの一番の願いは、住み慣れた地域に、住み慣れた家に帰りたいということ。ですから私たちは、救急で運ばれてきた患者さんに適切な医療と看護を行い、地域へ、家へ戻っていただくことを一番の目標としています。冒頭の話にありましたように、高齢化社会が急速に進む中、老老介護の問題などで帰るに帰れないという方も多くいらっしゃると思いますが、救急医療から在宅までを担える清恵会グループの機能をさらに活用し、地域連携をより強固なものにすることで、そういった問題も解決できるのではないかと考えています。

**松尾** ●高齢化や老老介護といった問題は、慢性期機能病院である三宝病院に直結している課題ですね。



**川村** ●そうですね、ご高齢の患者さんを長期的にサポートする中で、入院されている患者さんだけでなく、患者さんのご家族も含めてケアをする必要性を強く感じます。いつもお見舞いに来られるご夫人が2、3日来院されないと、心配になってご自宅にお電話することもありますね。ご家族の心労を和らげるのも私たちの役割ですし、長い療養の道のり、みんなで力を合わせる大切ですね。ご家族をケアすると同時に、ご家族の力も借りながら患者さんと接しています。患者さんの心身を最もサポートできるのは、やはりご家族をおいてほかにありません。

**横山** ●堺市にも大きな病院がたくさんありますが、大病院はま



## 医療法人清恵会のグループ・ネットワークと機能

### ER【救急救命室】

内科、小児科、外科、整形外科、脳神経外科などの救急患者様に対応。

### 急性期医療

幅広い診療科の専門医・看護師が、緊急かつ重症な患者様に対応。

### 回復期～慢性期医療

急性期治療後の療養と回復期における医療・看護実践。

### 自宅療養サポート

退院後の自宅療養をサポートする訪問看護等を実践。

### 医療人教育・育成

二つの医療専門学院から医療界に貢献できる人材を輩出。

#### 清恵会病院 (急性期機能病院)

- 清恵会三宝病院  
(複合型慢性期機能病院)
- 清恵会向陵クリニック  
(通院透析)
- 清恵会三国丘クリニック  
(専門外来)

- 清恵会三宝病院  
(複合型慢性期機能病院)
- 清恵会向陵クリニック  
(通院透析)
- 清恵会三国丘クリニック  
(専門外来)

- 清恵会訪問看護ステーション  
通所リハビリテーション  
さんさんデイケア三宝
- 訪問リハビリテーション  
きらきら訪問リハ三宝

- 清恵会医療専門学院  
(看護師・准看護師)
- 清恵会第二医療専門学院  
(理学療法士・診療放射線技師)



(死別を経験されたご遺族などが立ち直れるよう支援すること)にも取り組んでいます。地域に密着し、患者さんに寄り添い続けるという姿勢は、三宝病院も同じです。

## 看護師である前に、一人の人間として

すます専門性に特化する傾向が見られます。例えば患者さんが救急搬送されたときでも、この患者さんは診られませんというような状況も、残念ながらも避けられないでしょう。そんな中、清恵会病院は24時間365日、救急医療を必要とする患者さんほどなたでも受け入れるという姿勢で扉を開いています。この、創設以来ずっと変わらない姿勢で清恵会は、微力ながらも地域に貢献し、皆様に安心していただけているのではないかと思います。

**川村** ●急性期の治療を終えられた患者さんを看護する私たちが心掛けているのは、QOL(クオリティ・オブ・ライフ＝生活の質)を高めること。患者さんがいかに快適な生活を、充実した人生を送ることができるか、その手助けをすることです。そのために、透析やリハビリをはじめとする各分野の専門スタッフが一丸となってケアをするわけですが、高齢の患者さんとの長いお付き合いは、ときに、患者さんの最期をみるということにもなります。近年は、そのときのご家族のグリーフケア

**松尾** ●医療法人清恵会のモットーは、「いつでも、どこでも、どなたでも」です。開院当初から佐野恵前理事長は折に触れて、「人の命は地球より重い」と話しておられました。その思いが現在の二つの病院、二つのクリニック、訪問看護ステーション、通所・訪問リハビリという清恵会グループを形成したわけですね。また、「命を救う医師には優秀なパートナーが必要である」という考えで、1975年に看護師育成コースである清恵会医療専門学院を、1977年には理学療法士、放射線技師の育成コースを清恵会第二医療専門学院として設立されました。私も清恵会医療専門学院の一期生です。一つの理念のもと、同じ教育を受け、志しを同じくした看護師たちがいる。そのことが、清恵会の質の高い組織的な

姿を実現する看護」ということ。一つの疾患に対して複数の治療方法があり、患者さんが選択できる時代です。私たちは、患者さんとご家族がベストな選択ができるよう支援し、選択された方法をまた力の限り支援し、なりたいたい姿を実現していくことが役割だと思えます。私たち看護師が患者さんに一番近い存在、患者さんの支えですから。

看護を実現している一つの要因で最後は、両看護部長の日頃からの看護に対する思いを聞かせてください。

**川村** ●長期療養の看護というのは、毎日大きな変化が起こるわけではありません。すぐに好結果が表れるというものでもありません。だからこそ、自分本位ではなく、自己満足ではなく、常に「患者さんやご家族のためになつていくか」と自問自答して行動するよう、自分にも周りにも言い聞かせています。そして、病院にも明るさが必要で、明るく元気に、いつも患者さんとご家族に力を与えられる場所でありたいと願っています。

**松尾** ●看護部の理念にもありますように、「常に患者様の立場に立った看護を追求」することが私たちの使命です。患者さんとご家族の気持ちを推し量れる看護師を育てることが私たちの役目です。そして、看護師の資格の前に、一人の社会人としての、一人の人間としての優しさと思いやりを持つことが、看護師の本当の資格ではないでしょうか。



# 医心 伝心

医の最前線から  
第十三回



森 信若 葉

清恵会病院 小児科  
院長補佐・地域医療連携部長

1989年、大阪医科大学卒業。  
同年、大阪医科大学付属病院  
小児科へ入局。2000年より清恵  
会病院小児科勤務。  
2010年より同院院長補佐・地域  
医療連携部長。日本小児科学  
会専門医。

地域に根ざした病院の医師として。二人の子を持つ母親として

救急から専門外来まで、  
充実の体制で臨む  
清恵会の小児科

清恵会病院は、堺市の中堅病院として、救急医療の充実に力を注いでいるのが特長の一つです。私が所属している小児科では5人の医師が一次・二次救急に対応しています。一次は初期、二次は入院や手術を必要とする状態のこと。感染症、呼吸器疾患、胃腸炎、けい



子どもやご家族が気軽に  
相談できる雰囲気づくり

れん、異物誤飲など、さまざまな患者さんが来られます。また、神経疾患、発達障害、アレルギーなどの専門外来を設けて、長期的フォローも行っております。私自身は、一般外来診察とアレルギー外来、乳児健診を担当。堺市の乳幼児健診に出向いたり、清恵会グループの医療専門学院で看護師や理学療法士のタマゴたちに小児科の講義を行ったりもしています。

子どもたちの病気は経過が早いことが多く、ぐったりして入院した子が、翌日にはじっとしていられないほど元気になったり、おなかか痛いと言っていた子が、ハンバーガー食べたいと言いつたり。そんな

様子を見るのが一番の喜びです。退院してからも、「運動会に参加できました」とか「部活で頑張っています」というようなお知らせをいただくと、この仕事のやりがいを感じます。病気が治癒するまでの間、子どもとご家族の不安や心配を少しでも和らげるよう最善の医療を提供し、病状や経過を丁寧に説明するのが私たちの役割。「こんなことを聞いたら怒られるかな」などと遠慮せずに、何でも聞いて、ご相談ください。ご家族ならではの目線やご意見が、診療のヒントになることもあるのですから。

私も、子育てに奮闘してきた母親のひとり。中学生と高校生の娘がいます。休日は、娘たちとお買い物を楽しんだり、おいしいものを食べに行ったり。気分もリフレッシュして、また子どもたちのために頑張ろうと思います。

誰かのために、何かができる  
自分でありたい

看護師になる前は、保育士として病児保育室で働いていました。病児保育室とは、何らかの疾患を持つ子どもたちを預かる場所です。中には、さつきまで元気だったのに突然、具合が悪くなる子もいます。そんなとき、そばにいる私が何もしてやれない悔しさ。駆けてくださった看護師さんへの憧れ。そんな気持ちがあった看護士さんへの憧れ。そんなグループの医療専門学院で学び、今は清恵会病院の西3階、循環器疾患と内分分泌疾患を対象とした病棟に勤務しています。入院している患者様のケアはもちろん、他部署と連携しながら、住み慣れたご自宅へ戻れるように退院支援も行っています。入退院の入れ替わりも激しく、忙しいですが、他のス



今尾 由理香

清恵会病院 西3階病棟 看護師  
2010年4月入職

タッフとコミュニケーションを取りながら、明るく仕事をしています。

患者様とは、毎日の挨拶や細かな配慮・説明等、日々の積み重ねから信頼が生まれてくると感じています。「ありがとう」「あなたが担当でよかった」「安心です」と言っていただけることがなにより嬉しいです。

また、入院患者様は高齢の方が多く、患者様の最期に立ち会うこともあります。看護をする上で大切にしているのは、患者様やご家族が今どうして欲しいと願っているかを常に考えて行動することです。ご家族には「らく、受け入れるのには時間がかかりますが、患者様・ご家族に寄り添い、できる限り希望を叶えられるように最期まで支援していきます。患者様が穏やかに最期を迎えられたときや、「これでみとつてもらえて良かったです」とご家族からお言葉をいただいたとき、自然と感謝の気持ちが高み上げ、もっと頑張らねばと強く励まされます。

これからは幅広い知識と専門性を身に付け、患者様に、ご家族に、より安心していただけるよう日々努力していきたいと思えます。

## ナース・フェイス Nurse Face

私の看護、私の思い



# 地域医療ネットワーク

清恵会病院と共に地域の医療を支え合う  
医院・クリニックをご紹介します。



おもてなしの精神をモットーに

## 佐々木内科クリニック

堺市北区百舌鳥赤畑町2-55-1

☎072-250-0200

- 診療科目／内科、呼吸器内科、アレルギー科
- 診療時間／9:00～12:30・16:30～18:30(木曜・土曜の午後は休診)
- 休診日／日曜日、祝祭日
- 開院年／2008年
- ホームページ／<http://www.sasaki-naika.com>



人生の長きにわたるライフサポーターとして

## 高田内科クリニック

堺市北区中百舌鳥町2-39-302

☎072-251-2663

- 診療科目／内科、循環器内科
- 診療時間／9:00～12:00・16:30～19:30(木曜・土曜の午後は休診)
- 休診日／日曜日、祝祭日
- 開院年／2003年
- ホームページ／<http://www.takada-clinic.jp>



### 診療科目や 専門分野について

狭心症、心筋梗塞、不整脈、高血圧症、心臓弁膜症、心不全などの循環器科疾患を専門として診療してきましたが、クリニック開院後は地域医療を主に考え、総合内科医を目指すべく、広く内科疾患一般について診療しています。高脂血症、糖尿病、気管支喘息、肺炎、急性上気道炎、インフルエンザをはじめとする種々の感染症やアルツハイマー型認知症など、多岐にわたる診療範囲です。

### 医療に対する思い、 患者様へのメッセージ

当院の診療目標は「平均寿命以上」です。患者様の人生の長きにわたりライフサポーターとしての診療を心掛けています。加えて「信頼」をモットーに診療しています。

### 現在の取り組みや 将来の目標について

患者様の生活状態や環境を通して病態観察をさせていただいています。それには日々の体重経過

### 診療科目や 専門分野について

当院は呼吸器を中心とした内科クリニックです。長引く咳、ぜんそく、COPD(慢性閉塞性肺疾患)、その他の呼吸器疾患などについて専門的な診療・治療を行っています。また、一般的な内科疾患についても専門的かつ総合的に診療しています。院長である私の内科・呼吸器内科医としての約20年の経験と、清恵会病院での10年間勤務の実績をもとに、スタッフ一同が患者様の健康維持に少しでもお役に立てるよう努めています。

### 医療に対する思い、 患者様へのメッセージ

私たちは、患者様とのコミュニケーションをとっても重視しています。初診時には、現状に至るまでのお話を十分に伺った上で診察・検査を行い、患者様に最適な治療方法をお勧めしています。

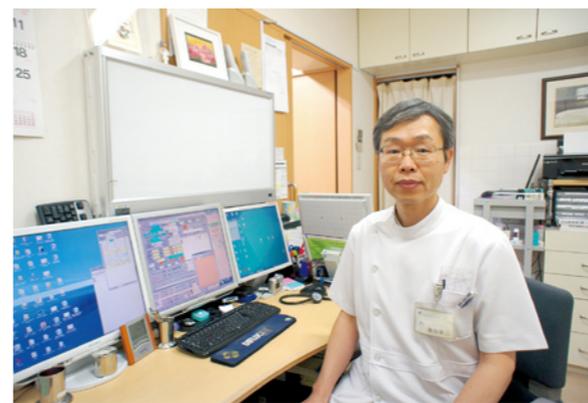
### 現在の取り組みや 将来の目標について

安心・安全を第一に、おもてなしの精神をモットーに、患者様

が大変参考になります。健診や他院でのデータも共有し、患者様データに追加しています。

### 医療法人清恵会との かかわりについて

1990年から13年間、清恵会病院で循環器科診療に従事させていただきました。多くの患者様の診療を通じて、地域社会および清恵会病院に少しは貢献できたかもしれません。良きドクターが大勢おられ、多くのことを勉強させていただけた場所でありました。クリニック開業後も最もお世話になっている連携病院です。



に優しい医院を目指すという姿勢は、これからも変わりません。呼吸器の疾患なら「佐々木内科クリニック」といついただけるよう頑張ります。

### 医療法人清恵会との かかわりについて

相互に紹介を行うとともに、当院が行えない救急対応や精密検査、入院が必要な場合において、清恵会グループと連携を図り、さまざまな症状の患者様に対応していきます。今後も連携と情報交換を密にしながら、地域に貢献できる医院でありたいと考えています。



## 清恵会三宝病院の 言語聴覚療法について

言語療法科 科長  
濱田ゆかり

言語聴覚療法(Speech-therapy)は、略してST)は、話すこと、食べることに障害に対して行うリハビリです。

患者様の言語障害やコミュニケーションの障害、嚥下障害(食べることに障害、摂食困難)がどのような状態であるのかを判断し、その方に応じた訓練や援助を行います。

### 言語聴覚療法の対象となる 障害を引き起こす主な疾患

- 脳梗塞、くも膜下出血などの脳血管障害
- 事故による頭部外傷などの脳損傷疾患
- 神経疾患(進行性も含む)
- 誤嚥性肺炎他、急性疾患で二次的に発生した嚥下障害

### 訓練の一例

- 嚥下障害 → 口の運動、飲み込む訓練
- 構音障害 → (呼吸訓練)発声訓練、発音訓練
- 失語症 → 聴いて理解する訓練、発語訓練
- 高次脳機能障害 → 脳の機能を活性化させる訓練など

使って一対一の集中的な言語リハビリを行います。しっかりと時間をかけて、患者様の症状に応じた最適な訓練を提供します。ここでは高次脳機能障害※患者様のリハビリも行います。

※高次脳機能障害とは、脳の損傷が原因で言語や記憶、注意、情緒といった認知機能に起こる障害のこと。

ことが非常に多く、栄養をどのようにに摂取するかが治療を進める上で重要なため、まずは嚥下障害に対してアプローチすることが多くなります。

突然、コミュニケーションが取れなくなったり、食べる楽しみを奪われたりして不安でいっぱいのお客様の支えになれるよう、私たち言語聴覚士は日々研鑽しています。言語障害や嚥下障害のことで疑問があれば、お気軽にご相談ください。



▲清恵会三宝病院での訓練場面

一方、清恵会病院では、脳血管障害や頭部外傷などの脳疾患全般と、何らかの急性疾患で救急搬送された患者様が主な対象になります。嚥下障害を合併している

総合リハビリテーションセンターを有する清恵会三宝病院では、病状が落ち着き、いよいよ訓練に集中してこうという患者様が主な対象となります。静かな個室を

## 地域医療の未来を担う！卒業生と在校生の今

清恵会グループには、二つの医療専門学院があり、卒業後も清恵会で活躍している職員が少なくありません。教員からだけでなく先輩からも、臨床実習を通じて共有する医療の心と成長があります。医療の道を歩む先輩職員と在校生に語ってもらいました。

先輩職員



清恵会病院 西2階病棟 看護師  
九鬼綾香

### 今の仕事について

看護師2年目の私は、消化器センターでチームナーシング(※のメンバー業務を担当しています。リーダーを中心として、患者様が予定されている検査や治療、手術などを円滑に受けていただけるように看護を行っています。1日の業務計画を立て、チームで協力しながら実践していくので幅広く経験し、学ぶことができています。

※チームナーシングとは、看護助手・新人看護師・ベテラン看護師など、経験や能力に幅を持たせた人材でチームを組み、一定水準の看護を提供する方法。チームリーダーが状況を把握し、チームメンバーへ仕事を割り振る。

### 仕事をはじめて

学生の頃とは違い、患者様を受け持つようになって「分からない」ということが怖く、そして恥ずかしく感じ

るようになりました。今は、その日疑問に思ったことは、たとえ遅く帰宅しても本や辞書を開いて学習するようにしています。

### 学生の頃

実習先のほとんどが清恵会グループの病院であるため、在校中に交流のあった先輩たちが多く働いています。実習中に何度も助けてくださり、とても心強い存在でした。それは、看護師になった今も変わりません。

### 後輩へのメッセージ

清恵会医療専門学院での講義内容は、看護師として働く上で備えておかなければならない重要な知識ばかりなので、一つ一つの講義を大切にして学んでください。



休日には旅行や、好きなアーティストのライブに出かけます。生活にメリハリをつけて気分をリフレッシュし、また明日からの仕事に集中!

### 第1看護学科編

在校生



清恵会医療専門学院 第1看護学科  
深川利菜

### 悩んだり、つまずいたりしながら、看護師を目指しています。

清恵会医療専門学院に入学するまで私は、医療系とは異なる仕事に携わっていましたが、入学前は、クラスメートとの年齢差や初めての勉強に対してとても不安でしたが、学院生活や実習などを共にする中で、年齢は違っても同じ境遇にあるクラスメートに支えられ、良い刺激を受けています。

実習で患者様との関わりが上手にできたときなど、看護師になりたいという思いがさらに強くなります。悩んだり、つまずいたりすることもあります。強い意志を持って、自分の目指す理想の看護師になれるよう努力し続けたいと思います。



この貴重な機会である消防署との合同訓練において実地で学んだ教訓を、今後の消防・防災活動に生かしたいと思えます。

3月5日(火)、清恵会三宝病院にて、堺市堺消防署との合同消防訓練を実施しました。全国一斉に行われる「春の火災予防運動」の普及啓発イベントの一環で、堺消防署長をはじめ大勢の消防関係者も集まりました。三宝病院では、自衛消防隊の職員で毎年2回以上の訓練をしていますが、この日は清恵会グループの他施設の職員も参加し、火災を想定した大掛かりな訓練に臨みました。はしごを延ばしての救助活動、救護所のトリアージ訓練、一斉放水など、その訓練はもちろん真剣そのもの。終了後は、堺消防署長から火災予防の大切さや、人命救助に関する体制強化と一層の協力依頼など、有意義なお話を伺いました。

Topics  
堺市堺消防署との合同消防訓練を実施しました



4月29日(祝)、産経新聞社・サンケイスポーツ主催の「2013堺シティマラソン」が堺市の大仙公園で開催されました。清恵会病院は、会場の救護所テントでケガなどの処置を行う救護支援に、医師・看護師・事務のスタッフ計6名で参加しました。当日は初夏を思わせるような陽気で、脱水症状が心配されるコンディションでした。午前中は走る距離も短く、擦り傷や打撲など軽症の方ばかりでしたが、10kmを走破する午後1時の部がスタートすると、熱中症の方が続出し救護所内は、患者様で埋め尽くされました。清恵会スタッフは救護所テントで迅速に対応すると同時に、容体に応じて清恵会病院へ4名、他の病院へ1名を搬送。幸い人命にかかわるようなことはなく、救護活動を終えることができました。ますます暑くなる季節、市民の皆さん、熱中症には十分ご注意ください。

Topics  
「2013堺シティマラソン」で救護支援を行いました

広報委員会事務局より

おかげさまで広報誌「ふれあい」を復刊、発行してから3年が経過しました。さらなる内容の充実と読みやすさを追求するため、サイズの見直しも含めてリニューアルいたしました。清恵会をもっと身近に感じていただければ幸いです。今後も努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



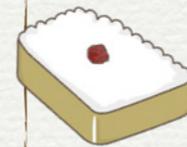
**熱中症**とは、高温の環境下で、熱くなった体内の熱を下げるといった体温調節がスムーズにいかないために起こる、さまざまな障害のことです。健康な人でも、誰にでも起こりえます。

重症度	症状	治療	従来の分類
軽症	めまい、大量の発汗、あくび、筋肉痛、筋肉の硬直(こむら返り)	安静にし、水分と塩分を補給する	熱失神・熱けいれん
中等症	頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、集中力や判断力の低下	入院治療が必要。体温管理、安静、水分と塩分の補給(経口または点滴)	熱疲労
重症	意識障害などの中枢神経症状、肝臓・腎臓障害、血液凝固異常	入院にて集中治療	熱射病

## 予防法

とにかく水分をとること。それに加えて塩分もとることが大切です。汗をかくと塩分も一緒に失います。発汗による脱水、かつ血中の塩分濃度が下がった状態は、筋のけいれんを引き起こします(熱けいれん)。水やお茶より身体に吸収の良いスポーツドリンクを飲み、市販の塩アメなどを食べるのも良いでしょう。(スポーツドリンクに塩分(=ナトリウム)が含まれているものもあります)

## 「日の丸弁当」には、ちゃんと意味がありました。



昔、家庭で漬けた梅干は本当にしょっぱく、だからご飯も傷まないし、昼食時に塩分がとれました。でも今は健康のために減塩が基本。スーパーで売っている梅干は、減塩タイプがあるなど多様になりました。バランスよく食べ、汗をかき日はちょっと塩分を気にしておくくらいが良いでしょう。

## 予兆と予後

「汗が出てこなくなった」「足がつる」「こむら返りが起こった」などの症状が出たら、すぐ日陰に入り、風通しの良い所で休みましょう。

水分と塩分をとり、ぬらしたタオルを首や胸にあてて体の表面を冷やします。扇風機があれば使しましょう。霧ふきで水を吹き付けるのも良い方法です。細かな水は蒸発しやすく、蒸発するときに熱を奪ってくれます。そのまま症状が落ち着いたら大丈夫でしょう。もし気分がすぐれなかったり、不安がある場合は、診療所や病院で受診してください。また、頭痛や嘔吐、虚脱など重い症状のときは救急車を呼んでください。

健康と美容のワンポイント! アドバイス

~その1~

# 「熱中症」

救急部長兼内科部長代理  
伊藤 巧

## 予防のポイント

- ☀ 水分をとる
- ☀ 多量に汗をかいたら塩分もとる
- ☀ 直射日光を避けて日傘や帽子を使う
- ☀ 通気性の良い服装をする

ポイントは水と塩!!



## 清恵会グループのご紹介

### 清恵会病院

急性期機能病院

☎ 072-251-8199(代)

〒590-0024 堺市堺区向陵中町4丁2番10号

### 清恵会向陵クリニック

人工透析外来

☎ 072-251-8199(代)

〒590-0024 堺市堺区向陵中町6丁2番11号

### 清恵会三国丘クリニック

専門外来【予約制】

☎ 072-251-8199(代)

〒590-0024 堺市堺区向陵中町6丁4番10号

### 清恵会訪問看護ステーション

訪問看護・訪問リハビリテーション

☎ 072-257-6074

〒590-0024 堺市堺区向陵中町4丁4番4号

### 清恵会医療専門学院

看護師・准看護師養成校

☎ 072-259-3901

〒591-8031 堺市北区百舌鳥梅北町2丁83番地

### 清恵会第二医療専門学院

理学療法士・診療放射線技師養成校

☎ 072-222-6226

〒590-0026 堺市堺区向陵西町4丁5番9号

### 清恵会三宝病院

複合型慢性期機能病院

☎ 072-226-8131(代)

〒590-0903 堺市堺区松屋町1丁4番地の1

### さんさんデイケア三宝

通所リハビリテーション

☎ 072-225-0066

清恵会三宝病院 介護事業部

### きらきら訪問リハ三宝

訪問リハビリテーション

☎ 072-225-0066

清恵会三宝病院 介護事業部

### ケアプラス(照恵商事株式会社)

居宅介護支援・訪問介護・福祉用具貸与

☎ 072-259-4622

〒590-0024 堺市堺区向陵中町6丁6番25号 神田ビル2階

### 清恵会本部

☎ 072-251-8199(代)

〒590-0024 堺市堺区向陵中町4丁4番4号

清恵会グループのWEBサイトもご覧ください

<http://www.seikeikai.or.jp>

清恵会

検索

