



にとな便利



ホームページ QR

第51号

令和8年9月

〒260-8712 千葉市中央区仁戸名町673 TEL043-261-5171

独立行政法人国立病院機構千葉医療センター 千葉東病院

「看護の力」を見つめ直す～看護の日週間～

「看護の日」は、近代看護の礎を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日である5月12日に制定されています。当院では5月11日から15日までを「看護の日週間」とし、「看護の力ー寄り添うチカラ・支えるチカラ」をテーマにさまざまな企画を行いました。

当院には、慢性期疾患や神経難病など、長期にわたる療養を必要とする患者さんが多く入院されています。そのため看護師には、病気の治療を支えるだけでなく、患者さん一人ひとりの思いや生活に寄り添い、その人らしく過ごせるよう支援する役割が求められています。今回の看護の日週間では、患者さんやご家族に当院の看護について知っていただくとともに、私たち職員自身が日頃行っている看護を振り返り、「看護の力とは何か」を改めて考える機会となりました。



期間中は、「白衣の歴史」として大正・昭和・平成・令和それぞれの時代の白衣を展示しました。時代とともに白衣のデザインや機能は大きく変化していますが、患者さんを思い支える看護の心は今も昔も変わりません。展示をご覧になった方々からは、「懐かしいね」「昔はこんな白衣だったね」といった声が聞かれ、看護の歩みを身近に感じて頂く機会となりました。

また、各病棟では日々の看護の中で感じた「看護の力」にまつわるエピソードを紹介しました。患者さんの思いに耳を傾けたこと、ご家族とともに療養生活を支えたこと、その人らしい生活を大切にしたりなど、さまざまな実践が共有されました。私たち看護職員にとっても、自分たちの看護を言葉にし振り返る貴重な機会となりました。認定看護師による体験コーナーでは、嚥下体操や白内障体験を実施し、看護の専門性や役割をより身近に感じていただく機会となりました。



これからも千葉東病院看護部は、「寄り添うチカラ・支えるチカラ」を大切にしながら、患者さんやご家族の思いに寄り添い、その人らしく生きることを支える看護を実践してまいります。そして、地域の皆様に信頼される看護の提供に努めてまいります。



重症心身障害病棟行事「運動会」

療育指導室 保育士 花島 弘美



風船送り

一般的な運動会とは、学校や地域団体などが運動競技を通して交流し合う伝統的な体育行事とされています。当院での行事「運動会」の目的も変わりませんが、異なる点としては、実施内容が運動競技というより利用者さんの身体等の状態に合わせたレクリエーション的なものとなっている点です。

プログラムは、まず紅白に分かれての選手宣誓・応援合戦から始まります。「ペアーリレー」では、二人一組となり、長いリボンを車椅子の押し手につけたり利用者さん自身が手に持ったりして、「いち・に・いち・に」の掛け声に合わせて一緒にゴールを目指しました。次に、「綱引き」ではロープに見立てたスカーフを揺らし、中央にあるリングを動かして制限時間内にどちらのチームにより近いかを競いました。最後は、「風船送り」です。大きなビニール袋を膨らませたものを、車椅子のテーブルに乗せたり手に持ったりして大玉送りの要領でリレーし、ゴールのリングへ先にシュートしたチームの勝ちです。そして、結果発表では、優勝トロフィーが授与され、勝ったチームはトロフィーを手にして喜び、負けてしまったチームも相手にエールを送るように笑顔で手を叩く様子がうかがえていました。

また、今回の行事では初の試みとして職員による二人三脚を行い、利用者さんの中には夢中で競技を行う職員を見て楽しむ方も見られました。このような試みにより、利用者さん自身が競技に参加するだけでなく、職員と一緒に盛り上がることで、より充実した時間を過ごすことができたのではないかと思います。

今後も、障害をお持ちの方々が「どうしたら楽しめるのか」を考え、お一人おひとりの経験の拡大につながるような機会を提供していきたいです。



ペアーリレー



優勝トロフィー授与



季節の健康レシピ

ごはんがすすむ！

秋鮭の照り焼き



栄養価(1人当たり)

エネルギー	126kcal
たんぱく質	18.6 g
脂質	3.3g
炭水化物	6.0g
食塩相当量	0.9g

材料(2人分)

- 生鮭 160g (80g×2切れ)
- サラダ油 6g (小さじ1と1/2)
- ★砂糖 4g (小さじ1と1/3)
- ★みりん 4g (小さじ1/2)
- ★しょうゆ 10g (大さじ1/2)
- (付け合わせ)
- 長ねぎ 60g

作り方

- ① 鮭は薄く塩(分量外)を振って10分ほど置く。水気が多くでたらキッチンペーパー等でふき取る。
- ② 材料の★を混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンに油をひき中火で熱する。皮目を下に鮭を置いて2～3分焼く。(空いているところでねぎを一緒に加熱する)
- ④ 皮に焦げ目がついたら裏返して、★を加える。鮭やねぎを煮絡めていく。タレが少なくなったら弱火にして煮詰める。
- ⑤ 火が通ったら、盛り付けて完成。

【栄養ひとくちメモ】

日本で水揚げされる鮭のほとんどが白鮭で、中でも、9～11月に水揚げされたものを「秋鮭」と呼びます。身が引き締まっていて、あっさりしているのに、うまみが凝縮されていることが特徴です。

白鮭は、日本人に不足しがちなビタミンDを含んでいます。ビタミンDは、カルシウムの吸収を助ける働きを持っています。



診療科紹介

糖尿病・内分泌内科

糖尿病センター長 関 直人

当科では、糖尿病・脂質異常症・メタボリック症候群・肥満症などの生活習慣病、および甲状腺・副甲状腺・副腎・脳下垂体といった内分泌臓器（ホルモンを産生する臓器）の疾患を診療しています。

○ 糖尿病

1型・2型糖尿病ともに、専門医による外来・入院診療を行っております。治療のデバイスとしてインスリンポンプ・フリースタイルリブレなども活用し、血糖コントロール及び合併症の予防・治療を行っています。健康診断などで指摘された糖尿病発症初期の症例から、合併症の進行した症例や治療に難渋した症例まで幅広く対応しております。特に合併症の中でも糖尿病性腎症については、腎臓内科との連携で発症予防から透析治療まで対応しています。シックデイ時の入院加療も可能ですので、その際にはご連絡ください。

糖尿病治療では薬物療法とともに、食事・運動などの生活指導も重要です。医師・看護師・栄養士・臨床検査技師・薬剤師など関係する各部門のスタッフが連携して治療・療養指導を担当しています。

当院では外来で栄養相談のみ受講することもできるシステムを構築しましたので、地域医療連携室までお問い合わせください。

○ 肥満症

2024年から肥満症に有効な注射薬（ウゴビー・ゼップパウンド）による治療を行っています。一定の条件を満たさなければなりませんが、肥満による健康障害（糖尿病・高血圧・冠動脈疾患・脳梗塞・睡眠時無呼吸症候群・非アルコール性脂肪性肝疾患・整形外科の運動器疾患など）の治療に難渋した患者様で、体重コントロールが有効な症例はおられますので、適応も含めてご相談頂ければ対応いたします。

○ 甲状腺

バセドウ病・橋本病などのホルモン異常や甲状腺腫の診断・治療を行っています。甲状腺穿刺細胞診も行っておりますので、ご紹介ください。

○ その他

副腎偶発腫・二次性高血圧疑い症例の精査、電解質失調（血清ナトリウム・カリウム・カルシウムなどの高・低値）なども対応しておりますので、お気軽にご相談いただければ幸いです。



Instagramにて千葉東病院看護部公式アカウントができました！

当院でのイベントや日々の業務等発信して参りますので、フォローしていただければと思います！



ちばとん



NHO_CHIBAEASTHOSPITAL_NURSING