

# やすらぎ

4月号 / No. 349

平成23年4月1日発行

富山赤十字病院

TEL(076)433-2222

発行責任者 事務部長

編集責任者 萩中隆博

## あなたも **看護** にふれてみませんか？

5月12日は看護の日

### ずっと忘れられない看護がある

患者さんのいのちに寄り添う。それが看護の仕事です。

高度な専門性や知識・技術はもちろん、患者さんと同じ目線に立つからこそわかる細やかな情報は、医療の現場にとって欠かすことのできないもの。退院後の生活アドバイスや、家族のケアまで、患者さんの人生に関わることも珍しくありません。看護は、たくさんの忘れられない思い出と生きられる、かけがいのない仕事なのです。

2011年「看護の日・看護週間」ポスターから引用

今回、当院で開催される様々な行事を通して「看護のこころ・ケアの心」がみなさんに少しずつ広がっていくことを願っています。

平成23年度「**看護の日**」イベント紹介

日時：平成23年5月11日（水） 午前9時～午後2時

病棟紹介



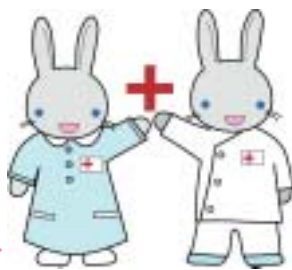
未来の看護師さん？  
記念撮影



ハンドマッサージ



# 看護の魅力 見て触れて 感じよう。



## 今年度の予定

ふれあい看護体験：対象小学4年生  
14歳の挑戦：（中学2年生）  
高校生一日看護体験  
出前講座（模擬授業）

## あなたの町の赤十字病院で「ふれあい看護体験」

地域の小学生が看護の実際を見学・体験することで、命の大切さや健康について考える機会とします。

日 時：平成23年5月9日（月） 12日（木）

場 所：富山赤十字病院

対 象：芝園小学校4年生のみなさん

### 昨年度のふれあい看護体験の様子



## がん相談支援センターのご案内

がん相談支援センターでは、「がん」に関するさまざまなご相談をお受けしています。ご相談は、がん相談支援員研修を修了したがん相談支援員が対応させていただきます。ご相談内容によって、医師やソーシャルワーカー等と連携して、各種情報提供サービスを行っております。個人的な内容が外に漏れることはありません。個人情報保護を厳守いたします。

### \* 相談内容

診断や治療に関する医療相談、医療費、在宅療養に関する相談、がんに対する不安や悩みなどご心配なことがありましたらお気軽にご相談ください。

・ただしあなたの担当医に代わって治療について判断するところではありません。

### \* 相談日

平日 月～金 9：30～15：30

### \* ご利用できる方

どなたでも無料でご利用いただけます。

### \* ご相談方法

面談と電話にて対応させていただきます。

・面談の場合はゆっくりとご相談をお受けしたいので、事前に電話でご予約をお願いします。

### \* お問い合わせ

病院代表（076-433-2222）へご連絡いただき、がんに関する相談であることをお伝えください。



ニュージーランド地震の安否不明者家族を支援する「日本赤十字社こころのケアチーム」の一員として2月27日から3月21日まで、看護師高野恵子を派遣



## 東北地方太平洋沖地震に救護班を派遣

第1班	3月11日	酒井医師以下	5名
第2班	3月14日	芝原医師以下	6名
第3班	3月17日	田口医師以下	7名
第4班	3月20日	吉田医師以下	7名
第5班	3月23日	津幡医師以下	7名
第6班	3月26日	高橋医師以下	7名
第7班	3月29日	小林医師以下	6名



第1班出発式

## 旬の味 さより 細魚 鱈 針魚 halfbeak

管理栄養士 大井 晶子



### 特徴

細身で背が銀青色、腹側が青白く透明で、皮目と白い身が美しい魚です。淡白ですがさっぱりとした脂肪が乗っている高級魚です。細身の体形をしているところから「細魚」、下あごが上あごより長くのび、針のようなところから「針魚」の名があります。美しい姿をしているが腹の内側の膜が真っ黒なことから、「腹黒」といわれます。

### 旬、流通事情

春から夏にかけて多く出回りますが、3～4月のものが脂が乗っていておいしいです。日本各地でとれますが、漁獲量が多いのは石川県と瀬戸内海です。

### 選び方、保存方法

下あごの先の朱色が鮮やかで、腹の白いものは、わたやけを起こしているのを避けます。

保存する場合は、頭とはらわたを取り除き、水洗いし

たのち、水気を拭いてバットなどに並べ、ラップをして冷蔵庫に入れます。塩じめ、酢じめにしたものなら、長期的に保存できます。

### 料理法

和：塩焼き、刺身（クセのない上品な味わいに独特の風味が感じられます）、昆布じめ、椀だね（軽くゆで、椀種にすると淡泊で口の中でほろっととろけるようで、旨みと脂がこちよいです）、蒸し物などにします。

洋：マリネ、サラダ、ワイン蒸し、フライ、ソテーなどにします。

### 調理上の注意

皮は包丁で外引きにしてもよいし、指先でつまんでもよいです。腹のくろい部分は、見た目がきたないだけでなく、苦味があるため、ていねいにとりのぞきます。刺身や、椀種にする場合は、「水玉さより」「結びさより」など、美しい皮目や形を生かした手法にします。



## 4・5月健康教室等のお知らせ

患者さん、ご家族の方、お気軽にご利用ください 【お問い合わせ】電話（076）433-2222 医療社会事業部（内線2922）

教室・外来	内 容	実施日	時 間	場 所	担 当	申込窓口	
糖尿病指導コース	食事療法	毎週火曜	14:00～15:30	3階討議室	栄養士	外来通院の方は 内科外来	
	病気・生活の話	毎週水曜	14:00～15:30	3階討議室	医師		
	口腔衛生について（「病気・生活の話」と一所に）	4月20日(水) 5月18日(水)	14:00～14:30	3階討議室	歯科衛生士		
	薬の話	毎週木曜	14:00～14:30	9F西病棟	薬剤師		
	糖尿病の検査	毎週金曜	14:30～15:00	3階討議室	検査技師		
食事指導コース	運動の話と実技（運動の実技は主治医の許可を受けてください）	毎週金曜	14:00～14:30	3階リハビリ室	理学療法士	入院中の方は 病棟看護師	
	昼食会	4月28日(水) 5月26日(水)	11:30～12:30	看護専門学校2階調理室	栄養士		
	腎臓病教室（慢性腎不全の食事療法）	5月18日(水)	14:00～15:00	3階講義室	栄養士		
	1コース ～イメージしよ体の中を！～	4月1日(金) 5月6日(金)			医師		
安産教室	2コース ～自分と向き合ってみよう！～	4月8日(金) 5月13日(金)	14:00～15:30	化学療法棟1階会議室	助産師	産婦人科外来	
	3コース 楽しく学ぼう！いいお産	4月15日(金) 5月20日(金)			歯科衛生士		
	4コース おっぱいのひ・み・つ	4月22日(金) 5月27日(金)					
禁煙教室	禁煙についての相談と講義	第1～4金曜	15:00～15:30	病棟説明室	保健師	申込不要	
		第1金曜	15:30～16:00 1人 16:00～16:30 1人				
禁煙外来	禁煙についての内服治療を含めた支援	第2～5金曜	14:00～14:30 1人 14:30～15:00 1人 15:00～15:30 1人 15:30～16:00 1人	呼吸器外科外来診察室	医師	主治医 地域医療連携室	
		助産師母乳外来	乳房マッサージ・育児相談・授乳相談	毎週火曜	13:00～15:30	産婦人科外来第3診察室	助産師
助産師外来	妊娠中、分娩から産後の育児についての相談、アドバイス	毎週月～金曜	13:30～16:00	産婦人科外来第3診察室	助産師	産婦人科外来	
看護相談	糖尿病相談（療養上の留意点、自己血糖測定など）	毎週月～金曜	8:30～17:00	2階外来看護指導室	看護師	内科外来	
のびのびサークル	母乳育児期間中の母子の集い（ホームページをご覧ください）	第4木曜	10:00～11:30	化学療法棟1階会議室	保健師 助産師	不要	
		第2木曜	10:00～11:00	化学療法棟1階会議室	栄養士	不要	
		食育相談	10:00～11:00	化学療法棟1階会議室	保健師 助産師 看護師	7F西病棟	
赤ちゃん健診	当院で生まれた赤ちゃんの発育チェック、赤ちゃん体操、母乳育児相談など	毎週火曜	13:30～15:00	化学療法棟1階会議室	保健師 助産師 看護師	7F西病棟	
		三ニレクチャー がんと上手につきあうために	4月13日(水)	14:00～14:30	化学療法棟1階会議室	医師 薬剤師 がん相談員等	主治医 看護師 がん相談支援センター
		交流会	4月13日(水)	14:30～15:00			
やすらぎの会	三ニレクチャー 抗がん剤とのつきあい方 交流会	5月18日(水)	14:00～14:30 14:30～15:00	9F西説明室	9F西スタッフ	申込不要	
		4月13日(水)	14:00～15:00				
れんげそこの会	血液内科疾患 患者・家族・医療スタッフの会	4月13日(水)	14:00～15:00	9F西説明室	9F西スタッフ	申込不要	