

育 休 通 信

今年度は上野が担当しますのでよろしくお願いいたします。

平成29年度4・5月号（5月9日発行）



足早に桜の季節もすぎて、つつじが美しく咲く頃となりました。これから夏に向けて街路樹の葉も茂り、緑が増してきます。新緑とさわやかな空気を味わいたいですね。

さて4月には、162名という多くの新採用者を迎えました。例年通り2日間のオリエンテーション後に、新卒者は「看護基礎技術研修」を受け、18日から各所属部署へ配置となりました。先日、病棟で先輩と一緒に、真剣に患者さんに対応している新入職者を見かけました。夜勤のオリエンテーションも始まり、すこしずつ学生から社会人の顔になってきました。

5月18日（木）には永年勤続表彰があります。看護部では30年勤続表彰は8名・20年勤続表彰は19名です。看護職員の平均勤務年数も年々伸びています。保育ルームあいりすを、皆さんに利用してもらえようによりいっそう整えていきたいと思えます。

「看護週間」では、将来看護師を希望する高校生が103名参加し、5月20日に「ふれあい看護体験」を実施します。今年も募集人数100名のところ希望者が多く、お断りする状況でした。昨年同様に第2回目のふれあい看護体験を7月15日（土）に開催する予定です。患者さんとのふれあいや看護師の仕事の様子を見ながら、看護の仕事に具体的なイメージを持つことができ、将来看護の道に進んでくれることを願っています。



2. ハチミツ 乳児に与えない



ハチミツが原因で東京都内の乳児が死亡したことから、ハチミツを1歳未満には与えないよう、国などが呼びかけている。ボツリヌス菌が原因の「乳児ボツリヌス病」だった。子どもの発達段階に合わせた食事には注意したい。亡くなったのは、生後6ヶ月の男児で今年1月から1日に2回ほど、栄養を補うためハチミツをジュースに混ぜて与えていた。2月中旬にせきなどの症状が現れ、病院で治療を受けていた。国立感染症研究所によると、記録が残る1986年以降、発症が確認されたのは36例目で、初めての死亡事例という。さらに、1歳未満の乳児へ与える場合に慎重な対応が必要な食材はハチミツ以外にも多数あり、国などは改めて注意を呼びかけている。

1歳未満には注意が必要な食材

・乳児ボツリヌス症の原因となる可能性がある

- ハチミツ ● 自家製の野菜スープ ● 缶詰
- 井戸水 ● コーンシロップ など

※ 食品安全委員会まとめ

・アレルギー症状が懸念される

- 加工食品に表示義務
エビ、カニ、小麦、そば、卵、乳、落花生
- 加工食品に表示推奨
アワビ、イカ、イクラ、サケ、サバ、オレンジ、カシューナッツ
クルミ、キウイフルーツ、バナナ、モモ、リンゴ、牛肉、鶏肉
マツタケ、ヤマイモ、大豆、ゴマ、ゼラチン

※ 食品表示法に基づく食品表示基準や消費者庁通知から
(読売新聞・産経新聞)



看護部行事（5月・6月）

5月10日	看護部運営部会議
5月13日	栃木県看護大会 病院合同説明会 (東京国際フォーラム)
5月14日	創立記念日
5月18日	永年勤続表彰
5月20日	ふれあい看護体験
5月28日	病院見学会
5月29日	インターンシップ
6月7日	日本看護協会通常総会
6月8日	全国職能別交流集会
6月17日	栃木県看護協会総会
6月24日	病院見学会
6月26日	インターンシップ

復帰する皆様へのお知らせです。

5月15日（月）

6月1日（木） 19日（月）

9：00～12：00の予定でJUMP2の研修を実施します。復帰までに参加できる日程で1回受講をお願いします。申し込みは看護部にご連絡ください。

今月の資料

- ・「みっちゃんの気になる“ことのは” 看護Vol.69 No6 2017.5
- ・相手も自分も責めないコミュニケーション術 看護Vol.69 No6 2017.5
- ・私のロールモデル 看護展望2017-5

育 休 通 信

自治医科大学附属病院看護部

6月21日は《夏至》でした。《夏至》は昼（日の出から日没まで）が一番長い日です。夏至はなじみがありますが、半夏生（はんげしょう）という言葉はご存知でしょうか？半夏生は雑節のひとつにあたり、今年は7月2日から6日で、関西地方ではタコを食べるといふ風習があるそうです。季節の変わり目は、体調を崩しやすいとも言われていますが、皆様はお変わりありませんか？私たちは、医療に関わっている仕事ですが、私たち自身、心身共に元気でいたいものです。

第2回目のふれあい看護体験を7月15日（土）に実施します。県内24校の学生64人が参加して看護体験をする予定です。第1回目のふれあい看護体験は、5月20日（土）に103名の高校生を迎えて行ないましたが、感想文の一つを紹介したいと思います。「看護師の方と行動と一緒にさせてもらって思ったことは、看護師さん自身の判断力、患者さんとのコミュニケーション、患者さんの療養上のお世話など、一つ一つが命に関わる大切なことなんだということがわかり、すごいなと思いました。この体験実習を通して、看護師の仕事は大変なこともたくさんあるが、本当にやりがいのある仕事だと思いました。そして自分も将来、患者さんの力に少しでもなれる看護師になりたいと思いました」担当した看護師が丁寧に優しく対応したので、ほとんどの学生が自分もいつか優しく思いやりのある看護師になりたいという思いを強くしたようです。当院の看護師は、やっぱりステキだなと感動しました。



ママは自分の仕事について語ろう

「私は仕事を持っているので、子どものケアが十分にできない」このようにこぼすママが増えている。ママの中には、子どもが小学生になり手がかからなくなると働き始めるケースが多い。そうでなくとも、女性の社会進出という時代背景や景気の低迷で、少しでも家計の足しにと考えるママが増えているという社会事情もあるだろう。

いずれにしても、仕事をしていると、早く帰宅して子どもの勉強の手ほどきをしたくても、その時間は容易にはとれない。しかしながら、仕事を持っているママたちには、「むしろ、共働きのご家庭のほうが、うまく行くことが多いですよ」とアドバイスをするようにしている。専業主婦の場合は、子育てをほぼひとりで担っているために、ついパーフェクトを求めてしまい、要らぬストレスを抱えるケースが多々ある。逆に仕事を持っていると、どうしても平日のケアが十分にはできなくなるので、ある程度、開き直ることができる。育児も家事も十分にできないことが当たり前と割り切るしかないので、堂々と夫からのサポートはもちろん、子どもにも協力を求めることができる。時にはママの職場を見せたり、仕事での苦労話をしたりしながら、「〇〇ちゃんのこと、お仕事のこと両方頑張っちゃうからね」と語りかけ、子どもに生き方のモデルを見せれば、子どもはママの姿から多くのことを学ぶはずだ。

出展：「頭のいい子が育つママの習慣」

PHP 文庫 清水克彦 著



読み物

- ・看護のチカラ 2017.7.1
身体・認知機能が低下した人とその家族に看護ができること
こうめの人物記
- ・小児看護 40 (7) 2017
最近の乳幼児の食生活の現状
～乳幼児栄養調査の結果より～
- ・看護展望 2017-6
こころをみつめる **BOOK GUIDE**
「いのちをむすぶ」佐藤初女 著

育児休業から復帰の方
対象のシステム研修

- ・8月9日（水）
 - ・9月6日（水）
- 時間：9時から12時
希望者は、看護部にご
連絡ください



7月の予定

- 1・2日 看護師採用面接
- 6日 看護部運営部会議
- 8日 セタコンサート
- 15日 第2回ふれあい看護体験
- 26日 インターンシップ
- 28日 インターンシップ・病院見学会
- 29日 看護師採用面接
- 31日 病院見学会

8月の予定

- 2日 看護師採用試験
- 3日 看護部運営部会議
インターンシップ・病院見学会
- 10日 インターンシップ
- 17・23日 看護師採用試験
- 28日 インターンシップ・病院見学会
- 31日 インターンシップ



育 休 通 信



自治医科大学附属病院看護部

今年の夏は曇りや雨のぐずついた天気が続き、日照不足で農作物への影響も懸念されています。実際、スーパーでは野菜の値段が高く、毎日の献立を考えるのも一苦労なのではないでしょうか？

秋は、栗や柿などの果物がおいしい季節です。みなさんに質問です。「クリにはなぜイガがあると思いますか？」桃やリンゴや柿のように、木になる果物には種があります。でも、ふだん食べている栗には種がありません。ところが、調べてみると栗にも種があるそうです。実は、実だと思って食べている部分が種だったのです。桃もリンゴも柿も、種のまわりに実があります。人間は、その部分をおいしいといいながら食べます。しかし、植物にとって実というのは、大切な種を守る役割を果たしているのです。一方の栗には、種を守る実の部分がありません。そのためにイガで種を守っているというわけです。みなさん、知っていましたか？(子どもが飛びつく！おもしろ雑学 本郷陽二著 日本文芸社)

7月から8月にかけては、次年度の採用に向けての学校訪問就職ガイダンス、病院見学会、インターンシップを、合計11回行ないました。その結果、病院見学会とインターンシップには、462名という多くの方が参加してくださいました。(平成28年度:352名) 病院見学会やインターンシップを通じて、職場の雰囲気や現場で大切にしている看護を感じてくれた結果が、採用面接につながっていると思います。今後も、看護部理念「患者・家族が安心と満足の得られる看護」の実践をチーム全員の力で提供していける組織でありたいと思っています。

子どもに教えた3つの力



子どもたちに、生きるうえでもっとも大切な3つのことを教えましょう。それは、「愛すること」「責任」「人の役に立つ喜び」です。

《愛すること》 どうやって「愛すること」を教えるか？について掲載します

乳児期の子どもにとって、愛することは生理的なことと直結しています。お腹がすいて泣くと、すぐにおっぱいを飲ませてくれる。オムツが汚れて気持ち悪いと泣くと、すぐにきれいにしてくれる。そうやって赤ちゃんは、泣き声という自分のコミュニケーションにこたえてくれる人がいることを知ります。

自分のコミュニケーションにこたえ、欲求を満たしてくれる人がいる。この安心感こそが、人の一生を支える「愛」の始まりです。

よく抱いて肌をふれあう。笑顔でやさしく目を見て話しかける。よく一緒に遊ぶ。子どもに愛を教えるのは、特に難しいことはありません。とにかく無条件にかわいがることです。豊富なスキンシップです。「かわいい」「好きだ」と言葉にすることです。小さな赤ちゃんに「かわいいね。好きだよ」と言ってもわからないと思うかもしれませんが、赤ちゃんには充分伝わります。視線を合わせてその言葉を伝えるとき、言葉とともに親の心に「かわいい、好きだ」と言う気持ちがあふれます。その気持ちが伝わるのです。

(出展) 子どもの心のコーチング 菅原裕子著 PHP文庫

9月・10月の予定

9月6日・10月5日 看護部運営部会議

9月8日・10月6日 師長連絡会

9月9日・15日・10月1日・7日

採用面接試験

9月22日・10月27日

ブロック会・師長会議

9月30日 看護研究発表会

10月5日 感染対策講演会

10月19日 働き方を考えるセミナー

テーマ「時間がない」から、何でもできる

鈴木 穂波先生

(医師・4女1男の母)

10月21日 秋のコンサート

10月25日 ハラスメント講演会

10月28日 看護部交流会・国試対策講座

10月30日 安全対策講演会

育児休業復帰者 システム研修

10月11日(水) 11月8日(水)9時~12時

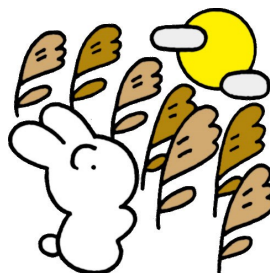
本館2階 情報閲覧室

希望者は看護部 (0285-58-7205) に連絡してください

今月の読み物



- ・「赤ちゃんの不思議」赤ちゃんの感覚世界
- ・「子育てウオーサオー」長女のごま和え協奏曲
- ・「かれいどすこ〜ぷ」
信号機みんなでなくせば怖くない!?
- ・「看護系絵本堂」
ホームランを打ったことのない君に
小児看護 2017年9月
- ・私のロールモデル
看護展望 2017年8月



担当：上野



育 休 通 信



平成29年度 11・12月号(11月1日)

街路樹の落ち葉が歩道や車道に舞い散る季節になりました。冬が着実に近づいてきていると感じます。

病院では、10月21日の土曜日に恒例の「秋のコンサート」を開催しました。今年は、ピアノと歌、フルートとクラリネットの演奏で、曲目もジャズ、童謡、懐かしい昭和の歌謡曲等15曲を演奏してくれました。超大型の台風21号が接近し心配していましたが、多くの患者さんやご家族の方にご来場いただきました。アンケートの結果では、「心が癒された」「元気をもらった」という意見をたくさんいただきました。音楽を聴くことで、不安が軽減され心が安らぎ、歌うことで、ストレス発散ができるといわれていますが、主催している私たちもこれまでの準備の苦労も忘れ、楽しいひと時を過ごすことができました。

山田太郎さん (クラリネット)



ダイナマイト・ミキさん(ピアノ&歌)
稲見郁恵さん(フルート)



はじめての経験は、誰でも不安になるものです。なかでもはじめてのお子さんを出産しての育休中の方は、子育てに対して心配なことも多いのではないのでしょうか？「TANOKURA」という雑誌の中から子どもと睡眠について紹介します。

子どもと睡眠 (TANOKURA vol. 17 より引用)

寝る子は育つ。昔の人の言葉は、全くその通りだと思います。寝ている間に筋肉と骨は丈夫になり、頭の中は整理されて翌日もたくさんの情報が入ってくるようになります。睡眠は、子どもが健やかに育つ上で、体の面でも脳の面でも欠かせない要素だということです。筋肉は使えば使うほど成長します。体を構成するマイクロ単位の筋肉の繊維は、動かすと細かく切れ、それがまたくっつく度に丈夫になっていきます。この再生を促すのが睡眠中に多く分泌される成長ホルモンです。すなわち、しっかりと質のよい睡眠をとることでより丈夫な筋肉になるということです。特に神経系が発達する3歳から5歳の間にどれだけ体を動かしたかは運動神経の良し悪しとして大人になるまで影響してきます。筋肉を使うことで骨にも負荷がかかり、それによって骨は丈夫になっていきます。自分で作り出せないカルシウムは、特に継続的に摂り続けてください。そして摂った栄養がきちんと定着するにもやはり睡眠が大切です。理想は、昼間にたくさん動き、疲れ切てバタンキュー、です。やはり「よく食べ、よく動き、よく寝よ」にたどりつきます。

今月の読み物



- ・ ころをみつめるBOOK GUIDE
『最後の医者は桜を見上げて君を想う』
二宮敦人著. 看護展望 (2017年10月号)
- ・ 子どもエナジーステーション
『こわかった・・・こわかったんだよ』.
小児看護 (2017年10月号)
- ・ みっちゃんの気になる “ことのは”
看護 (2017年10月号)

システム研修日程

12月6日(水)
1月16日(火)
2月7日(水)
3月3日(水)
時間：9時～12時
場所：情報システム
研修室

インフルエンザ予防接種について

希望者は、保健センターに連絡して日程を調整してください。

看護部の予定

11月2・3日
スタッフ育成・管理担当者研修会
11月9日師長連絡会
11月21日ブロック会
11月22日病院長講話
11月29日秋の講演会
12月1・2日看護師研修会
12月8日師長連絡会
情報セキュリティ研修会
12月9日クリスマスコンサート
12月22日ブロック会



育 休 通 信



平成30年度1・2月号 (H30年1月5日発行)

新しい年をスタートさせました

今月の資料:

- ・看護展望 Vol. 43. 2018
 ところを見つめるBook GUIDE
- ・小児看護. 41 (1) . 2018
 看護系絵本堂 だいじょうぶ だいじょうぶ
- ・小児看護. 41 (1) . 2018
 赤ちゃんと眠り



今年もどうぞよろしくお祈りします。

昨年は新病院情報システムの更新が1月1日に行われ、慌しい年末年始でしたが、今年は穏やかなお正月を迎えられました。今年はいよいよ新館南棟が開設予定です。手術室を4床、集中治療室を6床、高度治療室(HCU)16床の新設等により、高度急性期医療の更なる充実を目指し、人員配置、運用基準などの準備を行なっているところです。

また、例年行なっている病院長表彰授賞式が、2月15日にあります。全職員を対象に1月15日から2月2日に投票が行われて決定します。日々の業務が増加している中で、患者さんにいつも優しく接していてスタッフから慕われている方、スタッフへの教育が素晴らしい方、目立たなくても縁の下の力持ち的存在でコツコツと取り組んでいる職員の方などに敬意と感謝の意を示し、表彰しています。患者さんから「手術で入院したが、看護師さんがいつも気遣って優しい言葉をかけてくれた。どんな小さな不安にも答えてくれ、心強く嬉しかった。」と言う投書をいただきました。患者さんに寄り添った看護を提供し、優しい言葉をかけられるステキな看護師さんがたくさん選ばれるといいですね。

看護部行事 (1・2月)



- 1月4日 学長・病院長の新年の挨拶
- 1月5日 看護部運営部会議 新春交歓会
- 1月12日 師長連絡会 主任研修会
- 1月17日 感染対策講演会
- 1月18日 看護師長研修会
- 1月26日 ブロック会・師長会議
- 2月1日 看護部運営部会議
- 2月6日 医療の質向上・安全講演会
(医療事故調査について)
- 2月9日 師長連絡会
- 2月15日 病院長表彰式
- 2月22日 病院見学会・インターンシップ
- 2月23日 ブロック会・師長会議



下野市居住の方でなくてもわかき保育園に入園できます。手続きは、居住地の市役所に申し込んでください。

「努力は実る」赤ちゃん認識?



大人の姿見て我慢強く (読売新聞 社会面 H29 9.22より)

「大人が努力する姿を見た赤ちゃんは我慢強く物事に取り組むとする成果を、米マサチューセッツ工科大 (MIT) の研究チームがまとめた。赤ちゃんが『努力は報われる』と感じた可能性があるという。論文は、米科学誌サイエンスに掲載される。

実験の対象は生後13ヶ月～18ヶ月の赤ちゃん68人。チームは半数に大人が箱などからおもちゃを努力して取り出す様子を見せ、残りには大人がたやすくおもちゃを取り出す様子を見せた。その後、赤ちゃんに大きなボタン付きのおもちゃを渡すと、大人が努力する姿を見たグループは、簡単に取り出す様子を見たグループより、ボタンを押す回数が2倍多かった。

おもちゃには、赤ちゃんが押したボタンとは別に隠しボタンが付いていて、これを押すと音楽が鳴る仕組み。音楽を鳴らしてからおもちゃを渡すと、赤ちゃんは大きなボタンを押して音楽を鳴らそうとする。大人の努力を見た赤ちゃんは、努力が報われると感じ、音楽が鳴らなくても、繰り返しボタンを押した可能性があるという。同誌は『我慢強さは遺伝的性質というより、人間関係をもとに生まれることを示す成果だ』との専門家の指摘を紹介している。」

私たち大人も、困難なこと、辛いことに会おうと投げ出したい時がありますよね。粘り強くあきらめずに困難を乗り越えていく大人の姿を、子どもに見せていくことが大切ですね。



育 休 通 信

平成30年3・4月号（3月1日発行）

1.看護部の動き



今月の資料

- ・赤ちゃんにつながる：小児看護 Vol.41 No.2 2018
- ・先生って分かったよ：小児看護 Vol.41 No.3 2018
- ・ナイーブさゆえのずっこけ、でも明日があるさ
看護管理 Vol.28 No.2 2018

先日閉会した平昌オリンピックは、日本選手が大躍進を遂げ、過去最高の数のメダルを獲得しました。アスリートの方々は、オリンピックでメダルを取ることを目標に人並みならぬ努力をされてきたと思いますし、オリンピックに出るといふこと事態並大抵のことではありません。惜しくもメダルを逃したアスリートの方々も、その努力に拍手を送りたいと思います。3月9日にはパラリンピックが開催されます。今度はどんなドラマが繰り広げられ、私たちを熱くしてくれるのでしょうか？とても楽しみです。

平成29年度も残すところわずかです。まとめや片付け、申し送りの準備など、大忙しの毎日を過ごしています。3月26日には看護師国家試験の合格発表があります。144人（既卒者12人含）の入職者を一人も漏らさず、4月に迎え入れられることを願っています。

【病院長賞】

平成29年度の病院長賞の授賞式が、2月15日（木）に地域医療情報研修センター大講堂で行なわれました。今年度は、医師11名、看護師6名、コメディカル8名、事務8名が受賞しました。

荒川京子さん（中央手術部）、直井恵子さん（健診センター）、尾沼恵梨香さん（移植・再生医療センター）、星川寛子さん（2A病棟）、菅原大生さん（2A病棟）、郷間由美さん（中央手術部）です。

何れも、同僚・後輩・他職種からの信頼が厚く、モデルナースとなるべくすばらしい方々ですね。



倫理的な観点から子育てを考える



子どもは受け身であり、親がどのような子育てをするかで、その一生が左右される。こどもは愛されているという環境で育てられることによって、相手を思う「あたたかい心」を育む。さらに、社会の中で共に生きるための躰も必要である。そのような子どもの目線で子育てをするのが、子育ての倫理である。



元上智大学学長のピタウ大司教は次のように言っている。「人が人を愛することができるのは、自分が愛されていることを知るからです」。まさに人生のスタートにおいて愛されることが大切であり、それがわが国の子育ての原点の「はぐくむ（慈しみ抱きしめる）」に一致する。生まれてから最初の愛を与えるのは、その子どもを産んだ母親であり、あたたかい心を育むうえで母親が重要であることは明白である。

母親が、子どもに、見返りを期待しないアガペと呼ばれる絶対的な愛を与えると、そのように育てられた子どもは、たとえこの世にたった一人の人（母親）であっても、自分以外の人が自分を愛し、受け入れ、信じてくれていることを、心の中に刻み込む。そのように育てられた子どもは、愛してくれた人（母親）を悲しませることをするはずがない。それが、子育てのもっとも大切なポイントといえよう。

「あたたかい心」とは、単に抱いて温めるとかミルクをあげる、といった具体的な事柄を超えた、相手に思いを馳せ「あの人は今悲しいのか、苦しいのか」と自分の悲しみや苦しみのように感じ、何とかしてあげたいという心であり、やさしさや思いやりなどの言葉を超えた根源的な相手への思いである。

【仁志田博司：倫理的な観点から子育てを考える

小児看護 2018年2月より抜粋】

看護部行事（3月・4月）

- 3月2日、8日、14日、22日、29日
インターンシップ+病院見学会
- 3月7日、15日、23日、28日
インターンシップ
- 3月8日 師長連絡会
- 3月23日 ブロック会・師長会議
- 3月12日～16日
固定チームナースング成果発表会
- 3月26日 保・助・看 国家試験合格発表
- 4月2日 辞令交付
新採用者オリエンテーション
歓迎会
- 4月5日 看護部運営部会議
新人看護職員看護基礎技術研修
- 4月13日 師長連絡会
- 4月27日 ブロック会・師長会議

