



看護部通信



2025年 7月

今年も暑い夏がやってきました。熱中症に気を付けて過ごしていることと思います。
暑い日々、気分だけでも涼しく感じられる風鈴、ガラス製の皿やコップ、かき氷、ハーブなどの草花
竹林、風景などなど
涼しさを目👁️・耳👂・鼻👃・舌👅・手👋 五感で感じ、暑い夏を乗り切る対策の一つに加えるのはいかがでしょうか？
(看護管理室)



めざせ、健康美！！

外来・M

ちょっとデブプリの私は肉が好きで、野菜が苦手です。焼肉が好きすぎて、某看護師クンに「血を滴らせて生肉を食べているイメージ」と評されたほどです。こんな私が標準体重をめざして TRY したのが糖質制限と 16 時間ダイエットでした。運動ナシは喜ばしい♪♪♪

効果がないまま数か月経過した頃に人間ドックがありました。突きつけられた結果は『栄養状態不良』… (´；ω；)㏄……ダイエットをやめることで栄養状態は改善しましたが、片寄ったダイエットは不健康の基だと痛感した出来事でした。

標準体重は未だに遥か彼方ですが、外来勤務を機に「私が肥えているのは糖質ではなく脂質のせい」と自分に言い聞かせながら、野菜と魚を意識した食生活を始めたところです。

健康は毎日の積み重ねです。皆さんも食生活を見直してみませんか？

「病院の顔として・・・感じていること」

外来・H

春からの異動により、10 数年ぶりに外来での仕事がはじまりました。
外来は、入院とは違うスピード感と緊張感があります。

短時間の待ち時間に診療科や受診目的に合わせて、必要な情報を収集・共有して患者さんが満足する医療提供できるよう診療補助にあたっています。

しかし、私はまだまだ、半人前。周囲の人を巻き込み、試行錯誤の毎日です。
そんな中で日々感じるのは、職種を超えた連携の大切さです。看護師、医師、事務スタッフ、検査部門や薬局など・・・それぞれの立場で動いているようで、目的は同じ。

だからこそ、そこでのチームワークが病院全体の印象を左右するのだと感じています。

患者さん目線でできることをアップデートしながら“つなぎ役”として、力になれるよう頑張っていきたいです。