

病院だより



看護週間行事としての応急処置講習会

Kaoru Ohishi

大石 薫

正しい知識で安全な食事を

Mio Sakaue

坂上 美緒

看護フェスティバル

Yumiko Shimura

志村由美子

国際親善総合病院

URL <http://shinzen.jp>

〒245-0006 横浜市泉区西が岡 1-28-1
TEL 045 (813) 0221 (代表)
FAX 045 (813) 7419 (庶務課)

国際親善総合病院看護部
モバイルサイト



看護週間行事としての応急処置講習会

看護週間の行事として応急処置講習会が、泉区福祉保健センターと国際親善総合病院の共催にて、毎年6月に開催されています。この行事は、平成12年に第1回をスタートし、以後、毎年欠かすことなく行われ、今年で12回目となりました。参加者は、泉区の保健活動推進員の方々と、毎年45～50名の方が受講され、大変好評が得られています。



内容は、ケガや病気になったときの応急手当、自動除細動器（AED）を含めた救命処置の方法などでした。熱心な参加者の皆さまから活発な質問が飛び交い、和気あいあいとした雰囲気の中で学んでいただきました。実技では、額に汗をかきながら楽しく体を動かしていただけたようです。



この講習会は、地域救護活動の一環として位置づけられています。開催日は、看護の日を記念する看護週間に合わせています。看護週間は、地域の皆様に「看護の心」を身近に感じていただくことを目標としています。

参加者の熱意が場を盛り上げ、地域の皆さまのお役に立ちたいという私たちの思いがマッチして、両者ともに満足度の高い講習会になっていると思います。

今年度は、大震災の記憶もあり、これほどに地域における人と人との絆の大切さを痛感した年はありません。今後も地域の皆さまとの交流や連携に役立てる活動を推進していきたいと思ひます。

正しい知識で安全な食事を

最近、生肉の摂取や肉類の誤った取り扱いにより食中毒が発生したニュースがありました。生肉は魚介類と異なり、新鮮であれば安全に食べられるというわけではありません。

O-157などの腸管出血性大腸菌は牛などの家畜の腸内に存在し、屠殺の段階で内臓が肉に触れてしまうために、その後も肉の表面に菌が存在し続けます。そのため1枚肉なら表面を加熱することで殺菌されますが、ハンバーグやサイコロステーキなどは、肉をミンチにしたり、細かい肉をつなぎ合わせたりする過程で菌が入りこんでしまうために、中までしっかり火を通さないと危険です。肉を串に刺す、焼肉などで生肉に触れた箸で御飯を食べるなどの行為によっても、食中毒になることがあるため、注意が必要です。また、乳幼児や高齢者などは、菌に対する抵抗力が弱く、少しでも体内に入ると重症化しやすい傾向にあるため、衛生管理には特に注意が必要です。

これからの季節は、細菌による食中毒がおこりやすくなります。食材を生で食べる機会が増えることや、暑さによる抵抗力の低下も食中毒発生の一因となります。飲食店だけでなく、家庭でも食中毒が起こるリスクは十分にあるため、家庭での衛生管理はとても大切です。細菌は目に見えませんが、正しい衛生管理の知識をもって食品を扱い、調理することで食中毒を予防することができます。

食中毒を予防する三原則

「菌をつけない」

食品や手、調理器具をしっかりと洗う。食品はラップなどに包んで保存する。

「菌を増やさない」

食品は冷蔵保存が基本。料理した食品は早めに食べきる。

「菌を殺す」

食品内部まで十分に加熱する（中心温度75℃以上で1分以上）。熱湯消毒や漂白剤による調理器具の消毒も効果的。

看護フェスティバル

6月10日に「看護の日」を記念して看護フェスティバルを開催しました。

「看護の日」とは、看護の基礎を築いたナイチンゲールの誕生日を記念して「5月12日」に制定されました。「看護」をもっと皆さまに知って頂けるよう、多くの医療機関で毎年、様々なイベントが行われています。

当院も毎年、外来フロアにてご来院された皆さまに看護部の紹介や血圧測定などを行っています。今年は血圧測定、体脂肪測定、血糖測定、部署紹介、看護相談、介護用品の展示や様々なパンフレットの配布を行いました。

一番の人気は血糖測定で、普段気にしていても測る機会がないので測りたいという方が多くいらっしゃいました。来場者は全体で120人を超えるほど盛況で、地域の方の健康への意識が高いことが伺えました。体脂肪測定も好評で測ったあと管理栄養士の食事相談を聞く事ができ、生活習慣を見直す機会になったとの声も聞かれました。介護用品も実物を展示することにより使用感を確認でき、実際の購入方法やアドバイスも行いました。

また、今年は皆さまに興味を持って頂けるよう表示した看板に風船を付けたり、積極的に皆さまに声をおかけし体験して頂けるようにしました。そのおかげで、多くの方に参加して頂く事が出来ました。担当した私達も皆さまの声を聞かせて頂いて良い経験となりました。

来年以降も継続して開催する予定ですので、より多くの皆さまに参加して頂ければと考えております。

