

オンコロジーセンター
からのお知らせ

クリスマス会

がんサロン「Southern 花 ~さざんか~」

講演 「食欲がないときの
クリスマスメニュー & お正月メニュー」
(滝島 抄恵 管理栄養士)

クリスマスコンサート

- バイオリン: 下山 ライ (オンコロジーセンター長)
- ピアノ: 三浦 由起子 (言語聴覚士)
- マリンバ: マリンバちゃん (ゲスト)

曲目

- セレナーデ
- ニューシネマパラダイス 愛のテーマ
- ジュピター
- レクイエム (ナウシカ)
- アメイジング・グレイス
- クリスマスメドレー ほか



日時: 2022年 **12月10日** (土)

14:00-15:30

場所: D棟1階 先端医療センター
定員: 30名

お問い合わせ・お申込み

氏名と電話番号を記載いただき、下記メールアドレス
からお申込みください。 onc@shonankamakura.or.jp



〒247-8533 神奈川県鎌倉市岡本1370番1
TEL: 0467-46-1717 (代表) FAX: 0467-45-0190
ホームページアドレス: <https://www.skgh.jp/>

(直通) 予防医学センター: 0467-44-1454
人工膝関節センター: 0467-46-7172
しょうなんメール 編集・発行: 湘南鎌倉総合病院 年報広報誌委員会



しょうなんめーる

SHONAN
湘南鎌倉総合病院広報誌

Mail

Number 184
2022 December



SHONAN Mail Vol.184
2022 December

特集: 病院祭を開催しました

編集・発行 湘南鎌倉総合病院 年報広報誌委員会

▶特集◀ 病院祭を開催しました

診療看護師ってなあに?

管理栄養士のレシピ
洋風白菜ミルフィーユ

お知らせ

オンコロジーセンターからのお知らせ
「クリスマス会」



撮影者: 患者支援室 大久保 由美
撮影場所: 横浜赤レンガ倉庫

グランドオープン記念

病院祭

11.5 土 SAT. 2022
を開催しました!

2021年4月に先端医療センター棟、2022年4月に救命救急センター・外傷センター棟を竣工し、グランドオープンを迎えることができました。近隣住民の皆さまに日ごろの感謝を込めて、3年ぶりとなる病院祭を開催し、750名を超える方にご参加いただき大盛況のうちに終了いたしました。

特別市民公開講座

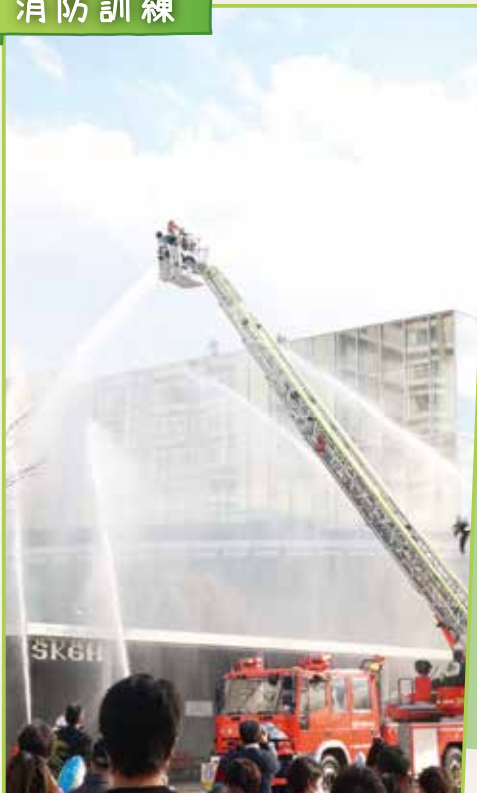
病院長の小林修三がおこなった特別市民公開講座「ウェルビーイングな医療～当院の医療と今後～」は、2つの会場を埋め尽くすほどのたくさんの方にお越しいただきました!

ウェルビーイングとは?

身体的、精神的、社会的に良好な状態にあること。幸福。



消防訓練



鎌倉消防とのコラボレーションで消防訓練をおこないました。はしご車による放水もあり、とても迫力がありました。

体操教室



徳洲会体操クラブの選手がこども向けに体操教室を開催!体操の披露もあり大変盛り上がりしました!



こどもエリア



こどもエリアでは、ストラックアウトやお菓子釣り、バルーンプレゼントなど、終始行列ができていました。

病院救急車の試乗・記念撮影!



治験くんも来たよ!

ピアニストの廣瀬加奈さんをお招きしたピアノコンサートは、病院祭の締めくりにぴったりの魅力あふれる素敵な音楽会となりました。



セラピードッグも大人気!!



ご来場、誠にありがとうございました!



◆ 一定の特定行為をおこなうことができます ◆

診療 看護師 ってなあに？

NURSE PRACTITIONER



診療看護師とは？

医師や他の医療従事者と連携・協働し、医師の指示のもと一定の診療を自律して効果的・効率的かつタイムリーに提供し、

患者さんとそのご家族のQOL（生活の質）の向上を図る看護師です。諸外国においては Nurse Practitioner（ナースプラクティショナー）と呼ばれ、NPとも略されます。日本では診療看護師と表記されるのが一般的です。医学的視点と、看護的視点の両方を持ち合わせていることが大きな特徴です。

また、厚生労働省が定めた、特定行為に係る看護師の研修制度に則り、一定の特定行為をおこなうことができます。特定行為には、気管カニューレの交換や、末梢留置型中心静脈注射用カテーテルの挿入、インシュリンの投与量の調整など 21 区分 38 行為にもおよびます。

主な業務内容①

医師の直接指示による診療の補助

医師から直接指示を受けて、患者さんへの採血や静脈注射、点滴、投薬、医療機器の操作、各種の処置などをおこないます。一般の看護師との違いは、医学的知識を有しているからこそ、必要なアセスメントをタイムリーにおこなえることです。時には、医師に対して適切なタイミングで異常の報告や治療の提案をしています。また、治療がスムーズに進むように、医師の診察・診療をサポートします。

主な業務内容②

医師の手順書に基づく特定行為

前述した通り、特定行為をおこないます。特定行為は、特定行為研修を修了した者が、手順書を用いておこなう行為です。決められた範囲ではあるものの、医師による直接指示を待たずに処置ができるので、患者さんにとって大きなメリットとなります。



主な業務内容③

医師と看護師をつなぐ

診療看護師には医学や看護に関する豊富な知識とスキル、そして経験が求められます。現場の看護師からは相談がしやすく、頼りになる存在と思われることも少なくありません。医師と現場の看護師がうまく連携をして業務が進むように、両者をつなぐ役割も期待されています。

主な業務内容④

若い世代の教育

診療看護師は豊富な現場経験年数をもっていることから、経験年数の少ない看護師の教育を担うこともあります。時には、研修医に対して看護的視点のアドバイスもおこないます。

主な業務内容⑤

患者及び家族のニーズの把握

多忙な医師に変わり、看護師と共に患者さんとそのご家族に近いところにいるからこそ、細かいニーズにも対応できるように努力しています。例えば、適切なタイミングでの症状緩和や、説明の補足、退院先や退院後の不安にも寄り添えるように常にアンテナを張っています。

診療看護師の仲間たち



診療看護師を目指したきっかけは？

10 年程前、看護師として6年経過した頃、一通りの業務は出来るようになり、居心地の良い環境の中で不自由なく過ごしておりました。それと同時に“このまま過ごしても自身の力だけでこれ以上の成長はない”とどこかで焦りを感じていました。

また、外来や手術、処置で多忙な医師に代わって、対応できるようになれば、患者さんのためになるのではないかと考えておりました。そんな時、当時の看護部長より診療看護師になるという考え方があることを教えてもらい、患者さんのためになることであればなんでも学んでみたいと思ったことがきっかけです。



戸田 泉



洋風白菜ミルフィーユ

ベーコンと白菜を重ねるだけの簡単レシピ。見た目も映えるミルフィーユ！子どもから大人まで喜ばれるおいしさです。



白菜について

中国では大根・豆腐と合わせて養生三宝と呼ばれ、体調を崩しがちな冬の風邪予防や**免疫力アップ**にも**効果的な葉物野菜**です。特に芯葉の黄色っぽい部分は甘みがあり、ビタミンCや余分な塩分を排出し高血圧予防が期待できるカリウム、健康維持に欠かせないミネラル類も含んでいます！

白菜は水分が多く、100gに対して14kcalと低カロリーのため、ダイエット中にもおすすめの食材です。クセがなく、漬物や鍋、炒め物、煮込み料理など、さまざまな料理で活用できるため、ぜひおかずの1品として使ってみてください。

美味しい白菜の見分け方

- ・外葉が緑色で葉の先まで隙間なくしっかりと巻いてあるもの
- ・断面が見える場合は芯の部分が全体の3分の1以下のもの（→芯のあたりがもりあがっていると古い）
- ・白い部分にツヤがあり、ずっしりと重いもの

白菜の保存方法

カット白菜の場合 芯があると葉が生長を続け鮮度が落ちてしまうため、芯の両端から斜めに切れ込みを入れて、三角錐の形に切り落とす、または縦に深く切れ込みを入れて乾燥を防ぐためにラップでしっかり包んでから保存するようにしましょう！※切り口をキッチンペーパーで覆うとさらに保存性がアップします。

まるごと白菜の場合 芯は取らず、丸ごとキッチンペーパーで包んでから新聞紙で全体を包みます。野菜は生えているときと同じ向きで保存すると長持ちするため、日光や暖気の当たらない場所に立てて保存しましょう！

★**黒い斑点の正体** 白菜の黒い斑点の正体は、ポリフェノールです。黒い斑点が白菜に散りばめられたゴマのように見えることから「ゴマ症」とも呼ばれます。これはチッソ肥料の過多や、低温での長期貯蔵・土壌成分の状態などによって現れるもので、食べても体に害はありません。

白菜がたっぷり食べられます!!

洋風白菜ミルフィーユ



①白菜、ベーコンを耐熱容器の高さに合わせて切る。



②耐熱容器に白菜とベーコンを交互に詰める。



③コンソメと胡椒をふりかけ、ふんわりラップをかける。



④電子レンジで600W3分間加熱する。



⑤一旦取り出してチーズをのせ、もう一度ラップをかけて600W1分30秒加熱する。

⑥チーズがほどよく溶けていたら完成!

完成



おすすめ!!

電子レンジでの加熱時間はあくまで目安です。特にチーズのとろけ具合はお好みの状態で調整して下さい!ベーコンの代わりに豚肉を使用しても美味しいです。今回は簡単に作れることを追及してベーコンを選びました!



POINT!

RECIPE 材料(2人前)

- ・白菜3枚
- ・ハーフベーコン8枚
- ・コンソメ小さじ1/2
- ・シュレッドチーズ20g
- ・胡椒適量

<1人分の栄養量>

- ・エネルギー 210kcal
- ・たんぱく質 8.4g
- ・脂質 17.3g
- ・食物繊維 2.0g
- ・塩分 1.9g



管理栄養士 高橋 萌絵