



独立行政法人 国立病院機構東徳島医療センター

〒779-0193 徳島県板野郡板野町大寺字大向北1-1

TEL 088-672-1171 FAX 088-672-3809 URL <http://www.etokushima-mc.jp/> e-mail 515sy01@hosp.go.jp

NEW FACE



東1、療育指導室

名前	ちょうらく りな 長楽 莉奈
職種	看護師
趣味	ゲーム ジグソーパズル
自己PR	看護師としてやっとスタートラインに立つことができました。常に患者さんの目線に立って最善の看護を提供していきたいと思います。

名前	いけだ ももか 池田 百花
職種	看護師
趣味	ドライブ
自己PR	まだまだ未熟者ですが、精一杯がんばっていくので、よろしくお願いします。ドライブ好きな人は一緒にドライブしましょう！

名前	きしもと ゆき 岸本 有紀
職種	療養介助専門員
趣味	ドライブ、ショッピング
自己PR	4月から東1病棟で療養介助専門員として働かせていただくことになりました。3月まで療育指導室にて保育士を約3年間させていだいていたのでその間に学んだことを生かしなが新しいことにもチャレンジしていきたいと思っていますのでよろしくお願いします。

名前	ふるた えり 古田 衣里
職種	看護師
趣味	バレーボール
自己PR	入社して約1ヶ月。覚える事も多く、毎日嵐の様に過ぎていきます。でもそんな中、患者さんの笑顔に支えられていると毎日感じます。この気持ちを忘れず、今後も頑張っていきたいと思います。

名前	たけうち ようこ 竹内 陽子
職種	療養介助専門員
趣味	猫と戯れる
自己PR	私はこれまで高齢者福祉施設で働いてきました。今までも、これからも変わらず明るく笑顔で接する事を心掛け、患者様との信頼関係を築き、笑顔が見られる介助を目指して頑張りますのでよろしくお願いします。

名前	あき あや 安藝 彩
職種	療育指導室長
趣味	読書（江戸・明治時代を舞台にした小説が大好きです） 散歩（新しいお店を発見したり、気付かなかった小道を見つけると嬉しくなります）
自己PR	大きな楠が見守る東徳島医療センターの一員になることができ、とても嬉しく思っています。患者様へ療育指導室がより良い支援を行うことができるよう微力ながら頑張ります。どうぞよろしくお願い致します。

名前	まつざき ひろや 松崎 寛也
職種	療養介助専門員
趣味	卓球
自己PR	趣味で卓球をしていて、小さい子から年配の方までかかわることができ、はば広い年齢層の人との人脈を作ることができました。病院で入院する患者様もいろんな年齢層の方がいるので、今までの経験を生かして患者様1人1人にあった接し方をしていけるようがんばります。

東2



名前	佐藤 眞由美
職種	看護師
趣味	食べること サッカー観戦
自己PR	東2病棟に配属となりました佐藤眞由美です。食べることが好きで、ラーメン・うどんの食べ歩きをします。徳島ヴォルティスの応援にも行ったりします。よろしくお願いします。

名前	川上 由香
職種	療養介助専門員
趣味	おいしいご飯を食べに行く事
自己PR	4月から東2病棟で働かせてもらっています、川上由香です。毎日笑顔で頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

名前	齋藤 しほり
職種	看護師
趣味	旅行・ドライブ・スノーボード
自己PR	東2病棟に配属になった齋藤しほりです。日々学ば姿勢を持ち、患者さんの笑顔を引き出していけるよう、一生懸命頑張ります。

名前	堀口 聡子
職種	看護師
趣味	ドライブでの旅行 温泉
自己PR	4月から勤務させて頂くことになりました。笑顔で元気をモットーに、患者様に安全で安心な看護が出来ますよう頑張ります。どうぞよろしくお願いします。

東3



名前	佐藤 美咲
職種	看護師
趣味	ダンス ショッピング
自己PR	春から看護師として東3病棟に配属となりました。笑顔で一生懸命に頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

名前	英 美沙
職種	看護師
趣味	旅行
自己PR	大阪医療センターより転勤してきました。早く東徳島医療センターに馴染めるよう頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

名前	田原 沙季
職種	看護師
趣味	旅行 バドミントン
自己PR	今は、緊張していて分からないこともたくさんあるけど、少しずつ病院や病棟に慣れていけるように明るく毎日笑顔で頑張っていきます!!!

名前	中川 賀子
職種	療養介助専門員
趣味	買物
自己PR	分からないことは、先輩方々に教えてもらいながら、早く仕事を覚えられるよう、一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。

名前	倉良 明子
職種	療養介助専門員
趣味	愛犬(ポメラニアン)と過ごすこと
自己PR	教えていただくことばかりで、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、一日も早く仕事に慣れて、お役にたてるよう頑張っていきます。皆さんご指導の程よろしくお願いします。

オープンスクールのお知らせ

- 《日時》 ①平成28年7月22日(金) 13:00~16:00 ②平成28年7月23日(土) 9:00~12:00
- 《場所》 東徳島医療センター附属看護学校
- 《内容》
 - 公開講座「血圧を測ってわかる! 身体のアレコレ」
 - 看護技術体験
 - 在校生との座談会など
- 《参加費》 無料
- 《申込み》 〆切7月8日(金) 17:00まで 参加日時を選んで、下記TEL番号宛にご連絡ください。
- 《問い合わせ・申込先》 東徳島医療センター附属看護学校 事務室 TEL: 088-672-4534



模擬患者さん募集

当校では、看護学生が実習に出るまでに、学校内でさまざまな演習をしています。普段は、学生同士で患者役になったり看護師役になって練習をしていますが、どうしても友人同士では緊張感がもてず、学びも限られてきます。そのため、「模擬患者さん」としてボランティア登録していただいた方に、これまでに、「問診」「コミュニケーション」の演習にご協力いただきました。模擬患者さんとの演習をとおして、学生は多くの気づきを得ることができました。

今回、下記の日程で、1年生が『コミュニケーション』という授業で演習を行います。自分たちとは異なる世代の方とのコミュニケーションを図ることを目的にしています。模擬患者さんには、学生と日常的な会話を30分程度して頂きます。その後学生は自分たちのコミュニケーション方法について話し合いをしますので、アドバイスをしていただきたいと思います。

ご協力頂ける方、興味・関心を持たれた方は、是非ご連絡を御願い致します。

日時: 平成28年8月24日(水) 10:30~12:00
連絡先: 東徳島医療センター附属看護学校 (担当: 富樫)
TEL: 088-672-4534

Take it easy!

内科医長 村田 昌彦

みなさんは認知行動療法ってご存知ですか？ピンとこない人も多いでしょうが、身近では、禁煙外来で取り入れられている心理療法の手法の一つです。

心理療法とは、その人の心に働きかけることによって、「より自分らしく、より楽に毎日を送る事が出来る様なあらゆる方法」と定義され、よく耳にする、カウンセリングもこの治療の一種です。

「カウンセリング」と聞くとあまり効果を期待していないし、自分自身の問題には縁遠いものと思っていましたが、カウンセリングが、あくまで問題解決に対する援助であるのに対し、認知行動療法は、物事のとらえ方・考え方（認知）や、物事への対処（行動）を変える事によって、問題を解決する事と説明される様に“自分でやる”という主体性がプラスされています。受動的ではなく、能動的に思考、行動するという事が重要なのかも知れません。

例えば、自分とは無関係と思っているうちは大した事ではないと感じている様な事も、自分がその当事者になると見え方がガラッと変わるという事ってないでしょうか？自分にはよくあります。

認知行動療法の手法を、こういった、様々に、時に突然出現する「問題」に取り入れていくとは、「問題」を具体的に分析し、その対処をそれぞれ具体的に考える⇒それぞれの対処の矛盾を調整し、総合的に行動を決定するといったところでしょうか。この過程の中では、自然に



自分で「問題」に対する立場を変えてみるという思考がともなっている事が多いと思うし、行動の優先順位を認識出来る可能性も出てきます。また、ここでも「自分で考える」という事が重要なのでしょう。

実際、仕事の中でも、検査結果や今後の展開についての説明の場面で、不安感の強い人や繊細な人等は、“絶対”またはそれに近いことを求めていると感じる事がありません。最近では、そんな時、“視点を変えて考えてみてください”という内容の説明を、より積極的にしています。（限界もありますけど…）

本当に立場が変われば（自分が患者になれば）、その視界は想像以上に違っているのですが、時間は前にしか進まないのですから、クヨクヨしないで出来るだけ明るく、楽しくいきましょうという提案です。また、そのためには、どう

したら、どう考えたらいいでしょうかという問いかけでもあります。

今、“この原稿を仕上げなければいけない”というストレスの中、テレビでは、総理大臣が自身の経済政策の変更について説明しています。終わりのない世界規模の経済戦争（？）の中で、“絶対に貫徹する”となかば断言していた作戦（政策）を変更するのに、敗けを認めず、“転進”すると言っている様です。不意に「歴史は繰り返す」という言葉も心をよぎり、複雑な思いもありますが、ここまでの話の展開上、物価が上がらなくてよかったと軽く流しておきます。

不安、ストレス以外にも色々と「問題」はあるのですが、時間は前にしか進みません。そして、“自分の時間”には限りがあります。

自分と関係ある事もない事も勝手に進んでいってしまいます。

同じ時間なら、出来るだけ気楽に行きませんか？その過程の中で視点を変えるとは、自分を客観的にみるということでもあるのですが、“どこかの知事”の様に、やはり時には“厳しい眼”も必要でしょうね。



糖尿病教室のごあんない

日時 2016年7月12日(火) 午前11時～午後2時

場所 第二会議室(二階)

内容 『検査のお話』

臨床検査技師

『暑い夏が来る前に知っておこう

あなたにあった水分補給法』

管理栄養士

※試食会(400円/材料費込) 筆記用具をお持ちください



看護の日記念行事

近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、看護の日は5月12日に制定されています。看護週間には、全国でたくさんの記念行事が行われます。毎年当院でも地域の方々に向けた看護の日の記念行事を行っています。

今年は、「心と体を健康に」というテーマで、5月11日（水）9時30分から15時に身体計測や血圧測定、骨密度測定等の健康チェック、看護師・薬剤師・理学療法士・管理栄養士による健康相談、リラクスクーナーとして手のマッサージや阿波踊り体操等を行いました。当日は、お天気にも恵まれ「毎年楽しみにしています。」と歩いて来られた方や「広告を見てバスで来ました。」という方等、106名の方に参加していただきました。

健康相談に参加した方々からは、「血圧が高いから食事に気をつけなあかんけどむずかしい。栄養士さんに話をきいて、どうしたらいいか分かったからよかった。」や「生活習慣について不安なことがあったけど、看護師さんに話を聞いてもらえてよかった。」等、笑顔で話して頂きました。また「生活習慣について見直すきっかけとなった。」「今まで以上に気をつけようと思った。」との意見が多数聞かれました。

看護部実行委員や多職種の協力者からは、「地域の方々とのコミュニケーションの機会に参加できて貴重な時間となった。」「日常生活で気になっている事や家族の話をゆっくり丁寧に聞く事ができた。」「来ていただいた方々の笑顔を見て記念行事に参加できてよかった。」等の意見がありました。担当者一同、地域の皆さまから元気と笑顔をいただきました。

今年度の病院目標のひとつである「地域住民の健康意識の向上をはかる為、情報提供および啓蒙活動を展開する。」ことを意識して、これからも地域住民の方々との交流を大切にしていきたいと思ひます。（看護の日実行委員／北町・一本松）



看護学校便り

看護の日記念行事 ～看護で繋がる笑顔の輪～ を終えて



毎年5月12日ナイチンゲールの生誕を記念し、「看護の日記念行事」が行われています。

今年は、嬉しい・楽しい気持ちを多くの人と共有し、笑顔が輪のように繋がってほしいという思いを込めて、『看護で繋がる 笑顔の輪』というテーマが選ばれました。

午前の部では、実習でお世話になっている病院へ日頃の感謝を含め

て、手作りのカレンダーと小物入れを届けました。さらに、自分が今まで行ってきた看護で笑顔になった場面について発表し合い、素敵なエピソードを聞くことができました。

午後からは、学校周辺や病院内で清掃活動、また、ハンドベルメンバーによる曲の演奏を行いました。ハンドベル演奏は、実習させて頂いている東病棟やすだち保育園で披露し、ご指導くださる看護師の方々や、快く実習生を受け入れて下さる患者さん、子供たちに笑顔をプレゼントすることができたと思います。清掃活動では先生方も加わり、東徳島医療センターの各病棟や駐車場、支援学校と看護学校の敷地を全員で協力して綺麗にすることができました。患者さんに快適な療養環境を提供し、私たち学生が心地よい学校生活を送るために欠かせない活動だったと思います。

今回、学生や先生方からのたくさんの協力のもと、看護の日記念行事を成功させることができました。今後も、実習や行事などを通して助け合いの心・看護の心を育み、自分の目指す看護師像に一歩ずつ成長していきたいです。

（看護学校／学生自治会 看護の日担当 2年生）

