

宮城県看護協会

仙台南支部だより

2024年度

第 77 号

発行所

(公社)宮城県看護協会

仙台南支部

事務局

仙台市太白区長町3丁目7番26号

長町病院

TEL 022(746)5109

印刷所

第二啓生園印刷班

支部長挨拶



長町病院
佐藤 美津子

仙台南支部長の佐藤です。今年度より仙台南支部の支部長を引き継ぎました。どうぞよろしくお願い致します。日頃から会員の皆様には支部活動へご理解とご支援頂き深く感謝申し上げます。

昨年度よりコロナも5類となり支部活動が再開になっております。

今年度は9月8日(日)『はればれ健康フェスタ』、10月20日(日)『まちの保健室』若林区民ふるさとまつりへ参加し、今後1月22日(水)看護管理者ネットワーク会議等を企画しております。

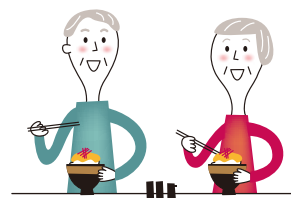
今後も地域の看護職の交流の場をつくり、各施設の現状や課題など共有し、顔の見えるネットワークづくりを進めて参りたいと思います。役員・委員と協力しながら支部活動を実践し、広報を通して活動内容をお知らせしたいと思います。引き続き宮城県看護協会仙台南支部にご理解とご協力をよろしくお願い致します。

はればれ健康フェスタ

JR仙台病院 摂食・嚥下障害看護認定看護師 高橋 菜穂

9月初旬、宮城県柔道整復師会主催による「はればれ健康フェスタ オンラインセミナー」にて講話をいたしました。このセミナーは、多職種が協働して有益な情報を発信し、それを地域で暮らす方が実践することで自分らしい生活を続けることが出来るようにと、介護予防初期支援として毎年行われています。セミナーのキーワードが「フレイル予防」ということで、私は『より長く「口から食べる」を実現するために大切なこと』をテーマにお話させていただきました。フレイル予防には「運動」「栄養」「社会参加」の3つの柱があり、これらは互いにバランスよく影響し合うことで、心身の健康を支えています。この「栄養」を守るためには、食への意欲、栄養価のある食事、口腔機能の維持が重要です。

フレイルのなかでも、特に口腔機能の衰えを指す状態をオーラルフレイルと言います。オーラルフレイルは、咀嚼力や舌可動性の低下、嚥下機能低下などの状態が、のちに心身の機能低下まで繋がる負の連鎖の要因であり、フレイル予防の柱の一つである「栄養」を脅かすものです。日本老年医学会は今年4月、日本老年歯科医学会と日本サルコペニア・フレイル学会とともに「オーラルフレイルに関する3学会合同ステートメント」を発表しました。これはオーラルフレイルの概念と定義をより理解しやすく、かつ評価しやすくすることで、特に口腔機能に関するフレイルの啓発および多職種連携の推進を目的としています。このようにオーラルフレイル予防は、身体的フレイル・社会的フレイル・サルコペニア・低栄養といった次のレベルの障害の発症や重症化を防ぐための重点として、広く認知されつつあります。食事は、生活を彩る大切な要素のひとつです。生涯を通してより長く「口から食べる」ことが出来るよう、オーラルフレイルを意識したセルフケアを継続し、豊かな人生に繋げてほしいと思います。



看護の広場

葵会仙台病院 大関 志保



5月12日は、近代看護教育の母と呼ばれるフローレンス・ナイチンゲールの誕生日です。この日にちなみ、「国際看護師の日」「看護の日」が制定されました。「看護の日」の事業の一環として、各地で盛大な看護週間のイベントが開催されました。仙台・黒川地域では、5月18日にAER仙台を会場に、健康に関する体験を通じて看護を身近に感じてもらうことを目的としたイベントが開催されました。参加者は、骨密度測定、高齢者体験、血圧測定、肌年齢測定、健康相談などを通して、看護を身近に感じてもらい楽しみながら、イベントが盛況のうちに行われました。

また、イベントでは看護師になるための進学相談や日常の看護業務についての説明が行われました。中学生や高校生なども、骨密度測定や高齢者体験などに興味・関心を持って積極的に参加してくれました。参加者の中には「将来、看護師になりたいです」「将来の夢はまだないけど、看護師の仕事に興味があります」といった声が聞かれ、若い世代に看護師の魅力、やりがい伝える良い機会となりました。スタッフもエールを込めて「看護師になって一緒に働こうね」という声がけに、参加者からも「はい、ぜひお願いします」と笑顔で応じてくれたことは、私たちにとって大きな喜びであり、励みとなりました。

一般の参加者からも、日々の生活、健康への質問や体験を通しての感想、スタッフへの感謝の言葉を頂きました。看護師としてやりがいを感じ、仕事への誇りを再確認できた1日となりました。今後も地域社会との連携を強化しながら、健康への関心を高め、将来の看護師志望者を増やす機会を提供していきたいと考えています。



まちの保健室

仙台赤十字病院 菅 優貴

10月20日（日）に第36回若林区民ふるさとまつりが開催され、仙台南支部では救護担当と「まちの保健室」として参加いたしました。

今回は、仙台青葉学院短期大学救急救命学科の学生さん6名とともに、支部委員・役員で協力し救護活動、「赤ちゃん人形抱っこ体験」「妊婦体験ジャケッ」「血圧測定」「健康相談」「体脂肪測定」「加齢体験」を実施しました。救護活動としては、3名の傷病者対応を行いました。

「まちの保健室」のブースでは、延べ158名と多くの方々に参加していただきました。血圧測定や体脂肪測定、健康相談をされた方々は日常生活で気になっていることや困っていることを相談されており、健康状態を振り返る機会になったのではないかと思います。赤ちゃん人形抱っこ体験は、特にお子様に人気でしたが、祖父母世代の方々にも体験していただき、穏やかな表情で優しく抱っこしている姿が印象的で、「今後孫が生まれるから色々教えてほしい」と声を掛けてくださる方もいました。妊婦体験ジャケッでは、中高生や大学生、ご家族でいらしたお父様方、加齢体験では若い世代の方々が、歩行感覚や聴覚・視覚の変化について体験していただきました。



「将来看護師を目指している」「子供が看護学生で実習中です」「看護協会ってどんな団体ですか」という声も聞くことができました。普段は医療施設で働く看護職が、今回の活動を通して職場以外で地域住民と直接関わる機会となったこと、地域の方々に看護職や看護協会の活動に興味を持てただけただけを支部委員・役員として大変嬉しく思います。

最後に、まちの保健室の準備からたくさんの方々にご多大なるご協力を賜り、当日の活動を無事に終えることができましたことを、心より感謝申し上げます。

お知らせ

令和7年度 宮城県看護協会 仙台南支部 通常総会および研修会のお知らせ

- 日 時：5月10日（土曜日）
- 場 所：看護協会 中ホール（予定）
- 講 師：東北大学教育学部 横田 晋務先生

編集後記

仙台南支部だより77号を読んでいただきありがとうございます。生活習慣病、フレイル予防に繋がる活動を通して、健康長寿に向けた取り組みに貢献できたのではないかと思います。今後も看護職の皆様に興味を持てただけ、地域住民と寄り添った活動を目標に情報発信していきたいと考えております。末尾になりましたが、今回支部だより発行にあたりご協力いただいた皆様には心より感謝申し上げます。

広報委員一同