

宮城県看護協会

# 仙台南支部だより

2025年度

第 78 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

公益財団法人 宮城厚生協会 長町病院

仙台南支部長 佐藤 美津子



支部長拝命2年目になりました 仙台南支部長町病院の佐藤美津子です。

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。仙台南支部は、2,031名の会員の方が看護協会に入会しており、支部2番目の大きな支部組織です。昨年度は、看護管理者ネットワーク研修会で『看護職員の定着につながる人材育成』をテーマに管内管理者の方との有意義な意見交換の場を持つことが出来ました。今年に入り5月の支部総会後、仙台4支部合同の『看護のひろば』で看護の魅力発信、健康相談等の活動を開始しております。また10月19日若林区区民ふるさとまつりに『まちの保健室』としての参加、11月には看護管理者ネットワーク会議で『働き続けられる職場環境の改善』をテーマに集う予定です。今年度は今年度支部役員の半数が入れ替わっておりますが、昨年度活動の課題を活かし、支部役員と共に、看護連携を強化した活動を進めて参りたいと思います。支部活動では、地域の各施設の現状や課題などを把握しながら、交流の場をつくり、顔の見えるネットワークづくりを拡大していきたいと思っております。支部役員と協力しながら、楽しく支部活動を進めて参ります。今年度もどうぞよろしくお願い致します。尚、年間の活動内容は、広報を通して会員の皆様にお届けしていきます。今年も仙台南支部会員の皆様には、ご支援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

仙台赤十字病院 摂食嚥下障害看護認定看護師 清水 京香

9月下旬に開催された、宮城県柔道整復師会主催の『はればれ健康フェスタ オンラインセミナー』に講師として参加しました。このセミナーは、宮城県柔道整復師会、仙台市薬剤師会、宮城県看護協会、宮城県栄養士会が協働し、健康や介護予防に関する情報を地域で暮らす方々へ発信する目的で毎年開催されています。今年は「フレイル予防」をテーマに、多職種それぞれの視点から健康講話を行いました。私は、『口から食べる楽しみをより長く続けるために必要なこと』をテーマに、オーラルフレイルに焦点を当てた内容で講話を行いました。

オーラルフレイルは、“口腔機能の健常な状態”と“口腔機能低下”との間にある、加齢に伴う軽微な衰えが重複している状態をいいます。2024年には、日本老年歯科医学会・日本歯科老年学会・日本老年医学会の3学会が合同で「オーラルフレイルに関するステートメント」を発表し、オーラルフレイルが全身のフレイルの前段階であり、早期発見・予防が重要であることを強調しています。また、フレイルは可逆性があることから、予防対策を講じることで改善が可能な状態でもあります。

講話では、加齢による摂食嚥下障害とオーラルフレイルの情報提供のほか、歯科定期受診を含めた口腔管理の大切さ、嚥下体操と安全な摂食姿勢など、日常生活で簡単に取り入れられる予防対策について紹介させていただきました。今回の経験を通じ、地域の方々がオーラルフレイルを自分ごととして捉え、口腔機能の維持を生活の一部として自然に実践できるようになることを願っています。それが結果として、地域全体の健康寿命の延伸につながることを期待しています。



## 看護のひろば

仙台青葉学院大学 真 溪 淳子

フローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ5月12日は「看護の日」。この日を含む1週間は看護週間とされており、5月18日(日)に4支部(黒川・仙台北・仙台東・仙台南)合同の「看護のひろば」をAER 2F アトリウムにて開催しました。

当日は、仙台の初夏の風物詩「仙台青葉まつり」が開催され、仙台駅周辺は大変な賑わいの中、多くの方々が看護のひろばに立ち寄って下さいました。とってもかわいいかんごちゃんも登場し、小さな子どもたちがかんごちゃんと一緒に写真撮影をしている微笑ましい光景も数多く見られました。

仙台南支部では、「看護の魅力発信コーナー」と「健康相談」を実施しました。「看護の魅力発信コーナー」では、看護師を目指すという高校生が真剣なまなざしで、看護の仕事やその魅力について話を聞く姿は、凛としており、とても頼もしく感じました。また、「健康相談」コーナーでは、働き盛り年代の方や高齢者の方々が、健康に関する心配ごとや日頃のちょっと気になる生活習慣などについて相談され、相談後はホッとした表情で帰られる様子に、私たちも暖かな気持ちになりました。

看護職として、「看護」の実際や役割、またやりがいや楽しさなどを一般市民に発信していく機会は大変貴重な機会であり、当日参加することで、「看護のひろば」を開催する必要性を実感することができました。今後も、地域に出向き、看護職が健康に携わる身近な存在として、広く理解していただけるような取り組みを、仙台南支部の皆様と一緒に取り組んでいきたいと思っています。



## まちの保健室

JCHO仙台南病院 土 生 愛 美

10月19日(日)に第37回若林区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」「妊婦体験ジャケット」「血圧測定」「健康相談」「体脂肪測定」「加齢体験」を実施しました。救護活動では1名の負傷者対応を行いました。

「まちの保健室」のブースでは延べ223名と多くの方に参加して頂きました。血圧測定や体脂肪測定をされた方々は日常生活で気になっていることや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頂き穏やかな表情で抱っこしている姿が印象的でした。妊婦体験ジャケットでは中高生の男の子や、ご家族でいらしたお父様方に多く体験をして頂き「良い経験になりました。」とお声も多く聞くことができました。また、村井宮城県知事も妊婦体験ジャケットと赤ちゃん人形抱っこ体験に参加して頂き、赤ちゃん人形を抱っこした際には自然と笑顔になっていました。

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って頂けたことを支部委員・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も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出来ましたことを、心より感謝申し上げます。



## お知らせ

### 令和8年度 宮城県看護協会 仙台南支部 通常総会および研修のお知らせ

- 日 時：5月9日(土)
- 場 所：看護協会 中ホール(予定)
- 研 修：退院支援について
- 講 師：未定

## 編集後記

仙台南支部だより78号をお読みいただき、ありがとうございます。生活習慣病予防やフレイル予防につながる取り組みを通して、地域の皆さまの健康づくりに少しでも貢献できたのではないかと感じています。今後も看護職の皆さまに関心を持っていただける話題や、地域住民に寄り添った活動を発信していけるよう努めてまいります。最後になりますが、今回の発行にあたりご協力いただいた皆さまに心より御礼申し上げます。

広報委員一同

