



発行 JAとりで総合医療センター 〒302-0022 茨城県取手市本郷 2-1-1 E-mail: toride@medical.email.ne.jp 発行人 新谷 周三
TEL 0297(74)5551 (代) URL http://www.toride-medical.or.jp/

専門薬剤師を 目指して

薬剤部
薬剤師 川上 智也 さん

わたしの
近未来

現在、薬剤師として3年目です。高校生の時、将来は医療系の国家資格を取得し人の役に立つ仕事をしたいと思いい薬剤師を目指しました。



入院患者さんに服薬の説明を行う川上さん

専門薬剤師の資格には学生の頃から憧れていました。専門薬剤師には、がん、感染症制御、NST等幅広い分野があります。その中で私は現在、感染症制御専門薬剤師を目指しています。

抗生剤は診療科を問わずあらゆる場面で使用されています。抗生剤の使用量を必要最小限にし、耐性菌の発生を抑制することが薬剤師の役割です。

道のは長いですが憧れに向かって専門薬剤師の資格を取ります。そのためには、まず認定薬剤師の資格が必要となります。そのためには5年以上の実務経験が求められます。



坂元医師のお母さんが知りたい男の子の話 ～はじめまして！小児外科医です～

講師 JAとりで総合医療センター
小児外科 科長 坂元 直哉 医師

6月29日(金) 10時30分～白山地域子育て支援センター
TEL 0297-73-2277

7月12日(木) 10時30分～藤代地域子育て支援センター
TEL 0297-83-8831

●事前の申し込みが必要ですのでお問い合わせ下さい。
●取手市内在住の方が対象ですのでご了承下さい。



「看護の日」のコーナー



栄養相談の様子

「看護の日」

健康増進を呼びかけて 健康・栄養相談を実施

日本看護協会は、フロア・レンズ・ナイチンゲールの誕生日にちなんで毎年5月12日を「看護の日」、12日を含む週の日曜日から土曜日までを「看護週間」として実施しています。

「看護の心をみんなの心に」をメインテーマに、高齢化社会を支えていくための看護の心や、助け合いの心を若男女を問わず育むために、管理栄養士が「五大栄養素」についてのミニ講座も行いました。看護師が血圧測定しながら相談を受けると、「血圧を測ったことがないが、測ったほうがいいですか」などの声が聞かれ、栄養相談でも肥満対策などについての相談が多く寄せられました。



腎臓病療養指導士の認定証

「腎臓病療養指導士」と認定 腎センターと病棟の看護師5名

第1回「腎臓病療養指導士」認定資格試験に看護師5名(腎センター:石川弘子師長、黒田清美、横野奈津子、山口貴子、3階西病棟:村山千歌子)が合格しました。この資格は日本腎臓学会、日本腎不全看護学会、日本栄養士会、日本腎臓病療養学会の4学会共同認定です。主な役割は、慢性腎臓病患者さんへの生活指導や、栄養指導、薬物指導などの病期に応じた包括的な療養指導を行います。

うことです。また腎臓専門医をはじめとしたチーム医療のスタッフへの橋渡し役となり、腹膜透析(血液透析、腎移植)の選択に関する説明や心理的支援も行います。腎臓病療養指導士として病と共に生きる患者さんの思いに寄り添うことを大切にしながら、慢性腎臓病の進行予防や患者さん主体の腎代替療法選択の支援など、質の高い看護を提供していきたいと思っております。(腎センター師長 石川弘子)

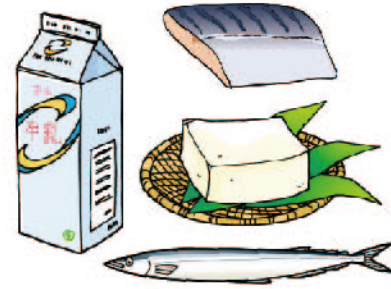
栄養だより(8)

脳の老化を防ぎましょう

栄養技師部長 唯根理子

加齢にともない脳年齢が進むと、記憶力が低下したり、集中力がなくなったり、認知症のリスクも徐々にあがってきます。「最近、もの忘れが増えた」と感じてきたら、はじめたい「認知症予防対策！」からただけではなく、脳もいつまでも元気に若々しくありたいものです。

青魚に含まれるDHAやEPAは脳の神経伝達や血



バランスのとれた食事をとりましょう

や生活習慣をコントロールすることで、ある程度予防することが出来るのではないかとわかっていきます。脳の老化を防いで、健康で元氣な生活を送るためのポイントをお話ししたいと思います。

主食はかさずとりましょう



脳の唯一のエネルギー源は糖質です。糖質がなければ、からだと同様に脳も元気に動いてくれません。



また、仲間と交流をもち、趣味やスポーツなどの生きがいをつくることも大切です。

生活のリズムをつくりましょう

主食としてのご飯やパンやめん類などを毎日の食事に適量とりましょう。

食べることを、作ることを楽しみましょう

脳のトレーニングには、料理を作ることがおすすめです。食事作りは献立を考え、食材を選び調理し、味を付けて盛り付け、盛り付ける。知らず知らずのうちにからだを動かして、脳を活性化させていきます。

また、よく噛むことも脳の刺激につながりますので、食物繊維が多い食材や歯ごたえのある食材をとり入れることもいいでしょう。毎日の食事にいろいろな食材を取り入れて、脳の老化を防ぎましょう。

次回「暑い夏をのりきるための食事」についてお話ししたいと思います。

募集中

ナーシング・アシスタント

●お仕事の内容
患者さんの食事、入浴等の介助など
●応募資格 50歳未満、経験は問いません
●お問い合わせ 0297・74・5551
看護部長



大塚 未雅 (おおつか みやび) さん

1さい
平成29年5月27日生まれ



いつもかわいい笑顔を見せてくれるみやちゃん。これからもたくさん食べて、たくさん遊んで、たくさん笑って家族みんなを癒してね。生まれてきてくれてありがとう。1歳の誕生日おめでとう。・・・まより

院内保育所から お誕生日おめでとう

荒木 穂風 (あらき ほのか) さん

3さい
平成27年5月17日生まれ



3歳のお誕生日おめでとう。歌っておどるのが大好きで、いたずらもたくさんするけど元氣で明るく育ってくれていて嬉しいです。これからもいっぱい食べて、いっぱい遊んで大きくなってね。・・・お母さんより

木村 莉子 (きむら りこ) さん

3さい
平成27年5月21日生まれ



ゴールデンウィークはババの実家へ。大自然に大喜びのりこちゃんは網とバケツを持ち、ザリガニやどじょう、カエルを捕まえて遊びました。我が子の成長がとても楽しみです。元氣いっぱい、すこやかに育ちますように。・・・お母さんより

神松 芽沙 (かみまつ めいさ) さん

2さい
平成28年5月27日生まれ



いつも元氣なめいさちゃん。お誕生日おめでとう!! 最近、お歌をいっぱい歌えるようになったね。お歌を歌っている時はご機嫌だね。これからも明るくいっぱい笑顔を見せてね。・・・お母さんより