

## 第1回 看護師による

### 「よりみち健康教室」を開催しました

毎年、看護部リソースナース委員会では、当院利用者や地域の方々に対し、健康増進・疾病予防や治療に関する役立つ情報を発信する健康教室を開催しています。

今年度第1回目は7月28日（土）に4つのテーマで開催いたしました。

当日は台風接近中という悪天候にもかかわらず、通院中・入院中の方を合わせ、のべ43名のかたに参加して頂きました。

**看護師による  
よりみち  
健康教室**

日時：平成30年  
7/28(土) 10:00~11:20  
場所：外来 2階ラウンジ

時間	内容
10:00~10:20	糖尿病患者さんにニューズ 血糖値の測定に新時代が来た！ フラッシュグルコースモニタリングシステムとは 糖尿病看護認定看護師 高本香
10:20~10:40	あなたの皮膚を守ります!! ～スキン-ケアを予防する～ 皮膚・排泄ケア認定看護師 小宮山敬子
10:40~11:00	治療中の食事について ～症状別のレシピ紹介～ がん化学療法看護認定看護師 林智恵
11:00~11:20	「そうだ。患者相談窓口に行こう」 ～大きな悩み、小さな悩み聞かせてください私たちに～ 医療安全管理 三谷寿恵

よりみち健康教室とは  
専門分野を有する看護師が、健康増進・疾病の予防や治療に関する  
お役立ち情報を発信します。  
ちょっと立ち寄って聞いてもらう教室です。

#### ～参加者の皆様の声～

- ・ 家族が糖尿病なので、とても参考になった
- ・ 傷の予防を普段気にしたことがなかったので参考になりました
- ・ ケースバイケースのレシピを詳しくお話しいただき分かりやすかった
- ・ 困ったとき悩んだ時に相談できる窓口があり、一緒に考えてくれるスタッフがいることがよくわかりました
- ・ とても良い機会を作ってくださいありがとうございました。とても勉強になりました
- ・ 初めて参加しました。参考になることが沢山ありました

など多くのお声を頂きました！！

今後も身近な問題をテーマにし、皆さんに立ち寄っていただけるような教室にしていきたいと思います。教室終了後には、ご相談にも出来る限り対応させて頂いておりますので、気軽にお立ち寄り下さい。

スタッフ一同、多くの皆様のお越しをお待ちしております

JR東京総合病院 看護部  
リソースナース委員会