



## 「看護の日」のイベントを開催しました

看護部長 かわかみ としえ  
川上 利枝

5月12日は「看護の日」です。看護の日の制定は、21世紀の高齢社会を支えていくために、「ケアの心」「看護の心」「助け合いの心」の3つの心を一人ひとりが分かち合い、社会全体で育むきっかけとなるよう、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、1990年に旧厚生省により制定されました。

当院看護部でも、5月12日の「看護の日」にあわせて、イベントを開催しました。今年度は、「血圧を良くして健康に過ごそう」をテーマとしたミニ講座と「ハンドマッサージ」を行いました。ミニ講座では大矢菜穂子副看護師長（慢性心不全看護認定看護師）により、血圧管理が健康にどのように影響するのか、具体例を挙げて説明を行いました（写真1）。また、しまね版食品中の塩分表や塩分チェックリストを配布し、説明したことが生活の中で取り組んでいただけるよう紹介しました。参加された外来患者さんやご家族の方々は時折メモをとりながら、真剣に耳を傾けておられました。

また、外来患者さんやご家族を対象に「ハンドマッサージ」を行いました（写真2）。リラックス効果の高いアロマオイル4種類を準備し、好みの香りを用いマッサージを行いました。マッサージでは、「癒されました」「気持ちいいですね」などのお言葉をいただきました。

「看護の日」の発信により、地域の方々の看護への関心や健康への関心を高めていただけるきっかけになれば幸いです。

写真1 慢性心不全看護認定看護師によるミニ講座



写真2 ハンドマッサージ



問合せ先 看護管理室 TEL：0853-20-2478

