

# 看護ひょうご

Hyogo Nursing Association

VOL. 105  
2020年秋号

医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
此の見える状況の中、未知のウイルスと闘って下さっている医療従事者の皆様、本当にありがとうございます。どうかご自身のお身体も大事になさってください。

医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
感染の恐れと混雑の中、日々頑張って下さり、感謝しています。どうか体を大切にして下さい。

医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
医療従事者の皆様には言葉では足りない程の感謝したいですね。医療のリスクの中で日々闘って下さり、本当にありがとうございます。皆様のおかげで安心の守りにはなっています。皆様への感謝とエールを。

## 医療従事者の皆さま ありがとう

最前線で新型コロナウイルスと闘われている医療従事者の皆さまへ、県民の方より感謝とエールのメッセージが届きました。



医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
最前線で感染のリスクを背負いながら働いて下さっている医療従事者の皆様、大の命を懸けて下さり、本当にありがとうございます。皆さんの感謝、そしてエールを送ります。

医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
最前線の現場で頑張る皆様、ご自身の安全も大切にしながら、ご自身の健康も大切にしてください。どうかご自身も大切にしてください。

医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
年の命がけの仕事、本当に大変だと思います。しかし、皆様のおかげで、この国は安全に保たれています。どうかご自身も大切にしてください。

医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
医療従事者の皆さんが少しでも安らぐ事が出来るといいですね。どうかご自身も大切にしてください。

医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
いつもがんばってくれてありがとうございます。



医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
日々頑張る皆様、本当にありがとうございます。どうかご自身も大切にしてください。

医療従事者の方へのメッセージをお贈りします!!  
命に向き合ってください。どうかご自身も大切にしてください。

### CONTENTS

特集 COVID-19の最前線に立つ.....P2~P8  
 兵庫県看護大会開催報告.....P9  
 教育・認定部だより.....P10~11  
 ナースセンターだより.....P12~13  
 次年度入会手続きについて.....P14  
 令和3年度本会改選役員等／代議員・予備代議員選挙の公示.....P15



看護の力で健康な社会を!

公益社団法人 兵庫看護協会  
HYOGO NURSING ASSOCIATION

発行：公益社団法人兵庫県看護協会  
発行責任者：会長 成田康子  
〒650-0011 神戸市中央区下山手通5-6-24

発行日：令和2年10月15日  
TEL:078-341-0190



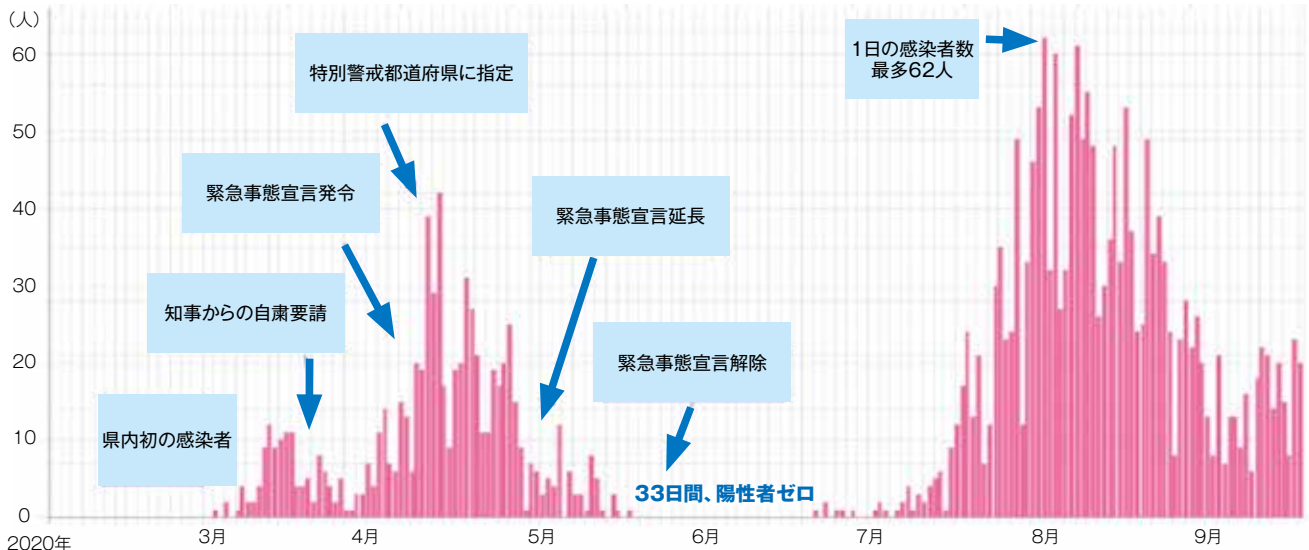
<https://www.hna.or.jp>

会員数：32,140名  
(令和2年9月末現在)  
 保健師：679名 助産師：1,026名  
 看護師：29,583名 准看護師：852名

# 特集 COVID-19 (新型コロナウイルス)

世界的に深刻な影響をもたらした新型コロナウイルス感染症。県内ではじめて感染者が確認されてから半年が経過し、県内の感染者数は9月には2,600人を超えました。看護職は、これまでに経験したことのない未知のウイルスが拡大する脅威の中、医療機関、保健所、訪問看護ステーション、介護施設など様々な場所で、昼夜を問わず懸命に県民の生命を守り、暮らしを支えるため、献身的な働きを示しました。我々看護職は、それぞれの立場で感染症と向き合い、どう動き、何を感じたかを共有することで、備えにつながればと思います。

## 兵庫県の陽性者推移



## 兵庫県看護協会の取り組み

### 健康危機対策支援本部設置

4月6日に新型コロナウイルス感染症対策強化を図るため本会では、協会内に対策支援本部を設置し、行政機関、関係団体等との連絡調整、会員施設の現状把握、相談対応、行政への要望書の提出等を行いました。また、コロナ禍における協会事業の方針決定、協会内の感染症対策の強化等を行い、ホームページで情報発信しました。

### 兵庫県のコールセンター等体制整備への協力

本会は、兵庫県のコールセンター開設当初から協力し、24時間途切れることのないよう担当する電話相談員を調整しました。本会看護職、潜在看護師等が担当した他、7カ所の大学から39人（延べ117人）のご協力をいただきました。また、大学には、軽症者対象の療養宿泊施設への直接的支援や、マニュアル作り等の間接的支援にもご協力いただきました。

### 行政等へ要望書を提出

\*以下の要望のほか、兵庫県新型コロナウイルス感染症対策協議会等に出席し、現場の声を踏まえた発言や、TV、新聞等報道の取材等を通じて、看護の窮状・奮闘についても訴えました。

3月27日	兵庫県健康福祉部長あて緊急要望	・訪問看護事業への支援について ・医療従事者への風評被害防止 等
4月24日	兵庫県知事等に要望	・看護職員に対する危険手当の支給 ・妊娠中の職員の休業に伴う代替職員確保 等
5月21日	兵庫県知事等に要望	・危険手当等特別な手当の支給について 等
6月3日	神戸市長等に要望	・危険手当等特別な手当の支給について 等
7月8日	兵庫県知事に要望	・慰労金（5万円）の支給について





# ルス感染症)の最前線に立つ



## ナースセンターでの看護職復職支援“潜在看護職員の確保”

ナースセンターでは新型コロナウイルス感染症対策のため潜在看護職員の復職支援を行っています。そして、宿泊療養施設や健康福祉事務所、PCR検査のための診療所、入退院調整、コールセンター等に看護職を紹介しました。

兵庫県ナースセンター新型コロナウイルス感染症の対策における看護職復職支援の実績  
(のべ人数) 単位:人 集計期間 4/6～8/23

相談・問い合わせ数			求職者数	求人数	紹介人数	採用数
看護職	施設	その他				
348	31	5	115	72	90	50

## 介護施設等での感染対策強化のための支援

●介護施設での感染対策について相談窓口を設置し、電話相談による支援を行っています。

【電話相談窓口】  
月・水・金 13:00～16:00  
TEL:090-1029-1741

●介護施設等での感染対策の強化を図るため、介護施設で勤務する看護職を対象に、感染管理認定看護師の協力を得て、PPEの着脱、環境消毒等具体的な感染対策を学ぶ「感染対策強化研修」を実施しました。



## 看護管理者、感染管理認定看護師の意見交換会開催

感染症指定病院、協力施設等での感染症の対応に奮闘された皆様と意見交換を行いました。課題を共有し今後につながる会議となりました。



- 6月11日「新型コロナウイルス感染症指定病院、協力施設等の看護管理者意見交換会」
- 6月30日「新型コロナウイルス感染症指定病院、協力施設等の感染管理認定看護師意見交換会」
- 8月11日(WEB)「県内の感染管理認定看護師意見交換会」

## 新型コロナウイルス感染症と闘う看護職にエール

本会では、県立大学、商工会議所、産業界等と連携して、看護の現場からのニーズ、困りごと等への対応を図り、看護職を支援する取り組みを進めています。

### 寄付金・寄贈品

\*会員施設の備蓄状況の現状調査を実施し、踏まえて、医療機関、訪問看護ステーション、宿泊施設等に配布しました。

(敬称略)

寄付金	中村 暉彦	300,000円
	匿名(神戸市須磨区在住)	200,000円
寄贈品	一般財団法人 敬愛まちづくり財団	お菓子
	サンスター株式会社	健康飲料サラナ
	株式会社ファンケル	クレンジングオイル
	株式会社ファンケル 大丸神戸店	クレンジングオイル
	株式会社吉岡徳仁デザイン事務所	フェイスシールド
	大陽日酸株式会社	サージカルマスク
	株式会社ファーストリテイリング	アイソレーションガウン
	東洋羽毛関西販売株式会社	サージカルマスク・保湿ローション
	株式会社ホテルオークラ神戸	パン・ケーキ
	花王プロフェッショナル・サービス株式会社	入浴剤・ハンドクリーム・化粧品等
	チューリッヒ・ライフ	マスク
	株式会社セイワ・プロ	マスク
	日本看護協会	防護服、ガウン、マスク
	株式会社大町	駄菓子
その他	スマイル・プロジェクト・ジャパン	スマイルマスクカバー・ケーキ
	匿名(岡山市在住)	アルコール・マスク等

## 保健所全体で取り組む新型コロナウイルス感染症対応

宝塚健康福祉事務所 健康管理課 課長 朝野 京子

宝塚健康福祉事務所（保健所）には、新型コロナウイルス感染症を主として対応する健康管理課以外に5課1室あり、保健師以外に管理栄養士、薬剤師など様々な職種が在籍しています。

検査の結果で陽性が判明すると患者調査、接触者調査を行い、管内の入院医療機関等入院先を調整します。軽症者は看護職等保健所職員が搬送しますが、往復3時間かかったこともありました。

陽性がわかってショックを受けている患者さんに対して記者発表内容の確認も同時に行うため、かなり神経を使っています。

感染が判明してから数時間のうちに一気に聞き取りを行わなければならない非常にエネルギーのいる作業です。

陽性者が多い場合は、所内の職員総出で調査等をしていきます。

帰国者・接触者相談センターの電話相談は1日150件の時もありました。帰国者・接触者外来への受診調整、検査依頼、検体回収もあります。

このように多くの仕事が保健所に集中しているため、所内体制を随時協議しています。

調査等感染者個々の対応や支援はやはり保健師、看護師のスキルが大きいですが、保健所職員一丸となって取り組めるようコーディネートし、終わりの見えないこの状況を乗り切っていきたいです。



## 新型コロナウイルス感染症への産科の取り組み

神戸市立医療センター 中央市民病院 周産期センター助産師 末神 純子

周産期センターでの新型コロナウイルス感染症への対応には、経膈分娩のコロナ陽性・疑陽性産婦のみ病棟の陰圧室で分娩し、分娩後は感染症対応病棟に移動して頂きます。秋以降にオープン予定の仮設コロナ病棟では妊娠から産後まで仮設病棟で対応する予定です。

分娩は、予定入院が組めないことや破水や切迫流産等、異常時の診察に内診台や産科特有の医療機器が必要なことから、場所や方法などについて感染対策委員、診療科と話し合いを重ねました。修正はまだ現在進行形ですので、産科スタッフも医師も常にアップデートを行わなければならない必死でマニュアルを理解し、PPE 着脱トレーニングに取り組んでいます。

今も院内の面会禁止に合わせ、立ち会い分娩、「3密」になる授乳相談や育児相談、マザークラスも一時中止せざるをえない状況ですが、今まで以上に助産師が寄り添うことを心がけています。そのせいか「ずっとそばで支えてくれたので不安や心配はなかったです。」という声が多く、私たちが逆に励まされています。先の見えないこの状況ですが様々なリソースを活用し、お母さんが妊娠から育児まで安心してすごせるよう支援を考えていこうと思っています。





# ルス感染症)の最前線に立つ



## 当院で取り組んだこと

県立尼崎総合医療センター 看護部参事 大西 美樹

当院では、8月末で新型コロナウイルス陽性患者 260 名を受入れました。新型コロナウイルス感染症による肺炎患者は、急激に呼吸状態が悪化する特徴があり、看護師の観察力は重要で、集中治療室では重症肺炎患者の肺全体の換気を維持するために腹臥位療法を積極的に行うなど看護実践力をフル稼働しました。

感染防止策は、ICTや感染管理認定看護師が中心となってゾーニングを明確にし、スタッフはPPEを確実に実施出来るよう着脱練習を繰り返し行い安全にケアが行えるようにしました。また、軽症から中等症の患者については、ナースコールやタブレット端末を活用した対話を行い患者さんとの接触を最小限になるようにしました。

入院生活は、感染対策の観点から面会禁止の上に病室外には出られないため、身体的なストレスに加え精神的なストレスも大きくなります。そのため、患者さんが必要な物品を院内のコンビニから病棟へ配達できるように調整し、病院外部との通信に関しては院内の通信に影響のないようモバイルルーターの設定を行なう等の調整を行いました。また、急な入院で必要物品が準備出来ない患者さんには、業者と調整し入院時に必要な物品をまとめた入院セットを提供できるようにしました。



オープンスペースのゾーニング

## 感染防止対策と看護師のストレス緩和対策

神戸赤十字病院 看護部長 松本 ゆかり

当院は早期から新型コロナウイルス感染症に対し使命感をもち対応してきました。しかし、先が見えない不安と感染リスクへの懸念による看護師の疲弊、加えて今までとは異なる看護を求められ大きな戸惑いでした。例えば、「寂しい。傍にいて身体をさすってほしい」。以前であれば時間を捻出しそばに寄り添うところですが十分にできない。気心知れた患者さまから防護具をつけた看護師に「汚い扱いなのか。目しかみえない、誰かわからへん、ロボットみたい。」と言われ辛い思いをたくさんしました。

感染防止のため接触を避ける看護を余儀なくされ、ベッドサイドで寄り添い患者さまが満足を得るケアを実践したい思いとは真逆の対応を迫られました。ジレンマに陥り、患者さまの言葉が耳に残り自責感をもつ者は少なくありませんでした。

このような看護師の多大なストレス緩和のため、心療内科と看護師で結成されたメンタルサポートチームがストレスチェックや多くの面談を行いました。チームから看護部へ建設的提案があり、連携しながら細やかな対応をしました。また看護への思いを前向きに整えるためデブリーフィングの場を設け、思いを表出できるようにしました。

長期的なコロナ対策が必要です。感染防止対策と共に、職員のストレスマネジメントにも継続的に取り組んでいきたいと思っております。



## COVID-19 患者に従事する看護職員の支援について

市立伊丹病院 看護部長 竹原 三千代

当院は、市内の介護老人保健施設のクラスター発生による患者数の増加から、3月19日に一病棟をCOVID-19病棟としました。急な病棟編成とCOVID-19患者の受け入れによる看護職員の不安軽減のため、看護部において「COVID-19対策プロジェクト」を立ち上げ、戦略マップを作成しプランを実施していきました。当該部署には、病院長と看護部長が説明を行い、さらに師長が異動希望調査を含めて職員一人ひとりにヒアリングを行いました。また、対応期間中は、休養のための休暇取得や師長との面談、加えてストレスチェックを行い、必要時に臨床心理士の面談を受けてもらう等の支援を行いました。しかし、急遽、感染者に対応することとなった病棟では、経験の浅い看護師の継続教育をどのようにするか、が課題でした。そこで、空いた時間には、これまで経験してきた診療科の看護に携われるよう応援に行く部署を考慮し、教育支援を行いました。

同時にICNの業務を看護部内で分担する等、ICNの負担軽減にも積極的に関わりました。

コロナ禍において看護管理者として学んだのは、既成概念に囚われず、目的を理解した臨機応変な対応が必要であるという事です。現在もCOVID-19患者に対応している看護職員に感謝しつつ、感染防止対策を徹底していきたいと思います。

COVID-19 対応における対応と課題  
～感染管理認定看護師の取り組み～

高砂市民病院 感染管理認定看護師 福田 純子

2020年1月16日に日本でCOVID-19患者が確認されてからの2か月間は、当院でもほぼ毎日、外来診療体制・入院受け入れ・職員への情報提供・指導・物品管理などの協議を行いました。この期間で一番難しかったのが職員への対応策周知でした。特に「誰が感染しているかわからない怖さ」や早期発見が極めて困難なウイルスに対する院内感染対策は大きな課題でした。

当初は情報も刻々と変わる中、スタッフに正しい情報をいかにタイムリーに伝え周知できるかが問われていたように思います。必要な情報については、以前より地域の感染管理認定看護師や管轄の保健師とのネットワーク構築が出来ていたため情報共有や相談はスムーズに行うことが出来ました。職員への情報発信と周知については、職種により情報の伝わり方は様々であったため、カルテの掲示板・院内メール・資料配布などを駆使しました。今回の対応から効果的な情報発信ができるように平時から情報伝達手段や方法を確立しておくことが大切であると感じました。

COVID-19対応は、まだまだ続きます。この状況を皆で乗りきるためにも、今後は限られた地域だけでなく兵庫県全体で感染管理認定看護師や行政を巻き込んだネットワーク構築は必須であると考えます。

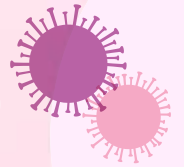
新型コロナ軽症無症状者療養宿泊施設勤務にて  
～ナースセンターからの紹介で県の臨時職員として宿泊施設に～

大野 志穂

初回の開所からお手伝いさせていただきました。現場では、多くの機関が先の見えない不安に立ち向かい、業務は試行錯誤の中、毎日のように改正を繰り返し、関わる者全てが瞬時に足並みを揃えなければならず緊張が絶えませんでした。医療班の責務は、療養者の健康管理とPCR検査介助でした。症状が軽く日常生活になんら支障のない人が行動を制限される身体的・精神的苦痛は計り知れません。しかし、彼らと医療班を繋ぐものは電話のみ。顔が見えないことに困惑しました。「声」だけで看護?どうやって異常を察知できるのか。考える暇もなく、受話器を手に取り、



# ルス感染症)の最前線に立つ



## コロナを機会に、人材を強みと捉えよう

国立病院機構姫路医療センター 看護部長 藤原 恵子

私の脳裏に浮かぶSWOT分析は、外部環境の脅威に新型コロナウイルスが存在し、姫路医療センター内部環境の強みには、感染症専門医2名と感染管理認定看護師2名、そして20名を超える呼吸器疾患を専門とする医師の存在があります。今だからこそコロナを脅威ではなく機会と捉え、役割を果たすことも戦略の一つと考えています。

私たちの病院では、3月末に新型インフルエンザ等対策本部が設置され、同時に部門間の垣根を越えた新たな組織化「新型コロナ部会」ができました(図1)。早急に変革が必要な事項・方針は、トップダウンで全職員に周知し、逆に現場の問題点やモヤモヤなどは、この部会という仕組みを通じて検討することを推進しています。部会で検討された内容には、コロナ陽性及び疑い患者の対応(一般病棟編・増悪時対応編・集中治療編・看取り編)、病院内の感染基準、発熱外来対応、手術時の感染対策、検査対応、来院者の発熱チェック、職員の健康管理等10項目以上であり、主にITを活用したディスカッションを行い、基準の明確化と共有を続けています。また事務部門の施設整備や物品購入、就業環境の調整などが強化されたことも大きく、患者・職員共に安心できる病院であり続けることが、地域から求められる役割であると感じています。

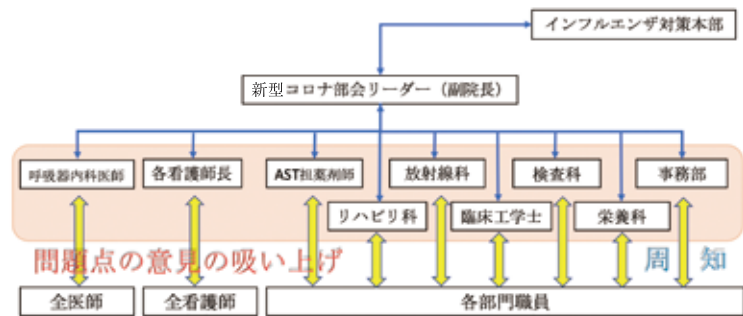


図1 新型コロナ部会組織図

## 新しい訪問看護のはじまり

西部しあわせ訪問看護ステーション 加藤 美奈子



2020年が始まった時にはこんなことが起こるとは思ってもみなかったCOVID-19。在宅には高齢者や呼吸器をつけた子どもさん、そしてそのご家族など多くの方と接触する機会があります。私たち訪問看護師はいかにウイルスを持ち込まないようにするかということに非常に気を配っています。第一波ピーク時は入院したら面会もできない、今世の別れになるからと重症者は入院されず、退院してこられる方は技術指導も受けられない。一日でも長く、一日でも早く在宅で、と望まれるご家族が多く、一時期在宅の現場は重症者が増えたように感じました。スタッフ間では品薄になったマスクやアルコールを店頭で見つけては連絡しあって購入し、買物に行けない高齢の利用者さまやご家族のためにマスクを手作りしてくれるNurseもいました。電話やメールに加え、ライン、タブレットの電子カルテなどで利用者さま・ご家族さま・スタッフ間での連絡が取れるということは、この時代ならではの文明の恩恵かと感謝しています。改めて人が人を支えるということについて考えさせられる機会となりました。引き続きベストを尽くします。

聞き耳を立て、周りの音を拾い、声色に注意し、傾聴し、急変を察知できるよう全神経を注ぎました。さらに、退所が定まらず療養期間の延長で先の見えない不安から精神的ストレスを抱える人が増え、医師会に協力を得て精神科医とのオンライン診療を設置しました。PCR検査では、感染区域に入る前、医師と看護師が入念な手順デモを行い、正確・確実に検体採取できるよう、また、自分達が感染しないよう厳重な防疫体制で臨みます。唯一療養者と対面できる機会でしたが、慣れないPPE下での作業に加え、感染予防から会話は禁止され寄り添うことはできませんでした。第二波では、厚労省の退所基準改正でPCR検査不要、療養期間が明確になり退所日がほぼ確定した事で、課題だった心理的援助が激減。症状観察アプリの利用も周知され、問題なければ一日一回の電話対応のみで健康観察可能となりました。しかし、微妙に症状が残ることも少なくなく、症状の消失日の決定に保健所との連携が責務となっています。



## 受話器の先の健康不安や暮らしと向き合う24時間コールセンター

保健師 濱口 清子

25年前の阪神・淡路大震災時、県の保健師として災害対応にあたり、被災地の看護ボランティアや仮設住宅・復興住宅でのまちの保健室事業を担当。行政と看護協会・養成機関が協働して、被災者の健康確保や生活再建に取り組んだ経験があります。今回、新型コロナウイルス感染症拡大というこの非常時に、災害対応同様、兵庫県のコールセンターで、県民の健康不安や暮らしに向き合おうと、自ら志願し一人ひとりの声に耳を傾けながら、多くの人々の電話相談を担当してきました。

担当初日から一人で80件以上の電話を受けることになり、新型コロナウイルス感染症に対する健康不安や医療相談はもとより、自粛生活からくる高齢者の孤独やコロナうつ、感染者への誹謗中傷に伴う苦しみ、受診拒否や医療のたらい回しへの県民の怒り、社会活動や経済活動の制限に纏わる悩み、国や県の対応への苦情等々まさに人々の生活そのものに係る相談が押し寄せられ対応に苦慮する日々が続きました。学校の休校や再開が議論されていた頃、中学生の男子から、弱々しい声で「ぼくは、両親が亡くなって祖父母に育てられています。若い人は無症状で人に

うつすって聞いているけど、ぼくを一生懸命育ててくれるおじいちゃんおばあちゃんへうつしてしまうんじゃないかと不安で、ぼくは、大事な人に絶対にうつしたくないんです。ぼく学校に行ってもいいんですか。」と電話。胸が締め付けられるほど子どもたちへの健康教育や心のケアの必要性を痛感したものです。

24時間コールセンターに寄せられた相談は約5万件（8月末現在）。今は健康・医療相談に集約されましたが、怒りや不安の電話も最後には「ありがとう」で終わることも多く、看護職の専門性が広く社会に活かせる、相談者に安心が届けられるよう頑張っています。



## 夜間を支える

看護連盟幹事（阪神南）看護師 平川 弘美

コールセンターで夜間対応を担当しました。最大で1人一晚80件近くの相談を受けました。数分から2時間余に及ぶ相談もあり、誰もが経験した事のない感染症対策に精一杯でありながら、準備や訓練、対応の変更や情報伝達、全てにおいて間に合わない状況でした。

センターに着くと業務伝達の余裕も無く、コールに対応します。夜間は特殊な状況下での困難事例が多いため訴えから問題を焦点化することが難しく、関係機関が夜間体制であることから初期対応の質が求められます。フィジカルアセスメントは、臨床経験のみが頼りであり、対象を音声情報でトリアージしなければならない難しさがあります。特に自宅待機中の急変や特別な配慮を必要とする人々への対応は、慎重な聞き取りの上、相談者の危機を回避する指導、救急隊や医療機関との交渉の技術が必要です。更にファーストコンタクトとなるため感情の制御も大切な要件となります。

この経験から、聴覚情報のみを頼りに対象の身体と生活の危機を把握し、護るという看護のはたらきの素晴らしさ、大切さを再認識することができました。今の全ての辛い経験が、後には看護の知として集積・伝達されることを願ってやみません。



# 第54回 令和2年度兵庫県看護大会報告

令和2年度兵庫県看護大会が9月10日（木）兵庫県公館で開催されました。今年度の看護大会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策で、特別講演会を取りやめ一般観覧も中止するなど、例年とは様相が異なる看護大会となりました。

式典では、長年看護に携わり尽力された25名の看護職の皆様へ、井戸敏三兵庫県知事から看護功績賞が贈呈されました。井戸知事からは、新型コロナウイルス感染症対応での看護職の頑張りへの感謝と、受賞の皆様に対しては、「兵庫の安全・安心の第一線でご活躍に県民を代表して感謝を申し上げ、今後も後輩の指導にも配慮願う」と挨拶されました。そして、看護大会に寄せて、「コロナにも負けない活動展開し 医療現場を支える看護」と句を詠んでいただきました。



## 兵庫県看護功績賞 受賞者の皆様 おめでとうございます。



采女 正彦

岩本 恵子 太田 加代 片島 常代 坂口 ゆかり 坂本 由規子 高 由美子 高井 裕美 高階 優子 高濱 正子  
 巽 真樹 溜本 満穂 長田 敏子 中野 純子 中野 輝美 西岡 三津代 花岡 澄代 春名 真日子 藤原 恵美子  
 正木 典子 松下 清美 水口 正子 兵庫県看護協会長 兵庫県知事 兵庫県健康福祉部長  
 成田 康子 井戸 敏三 藪本 訓弘 宮本 年美 山田 みゆき 山本 靖子

## 兵庫県看護協会の動き (10月16日～1月15日)

- 10月19日（月）日本看護協会地区別法人会会員会（奈良県）
- 10月20日（火）日本看護協会地区別職能委員長会  
近畿地区看護協会会長会（奈良県）
- 11月7日（土）理事会
- 11月14日（土）看護フェア
- 11月21日（土）看護実践研究会
- 12月5日（土）午前：理事会、午後：理事・支部・委員長  
合同会議・支部代表者会
- 12月14日（月）看護職資格の活用基盤強化を考える会（JNA  
ホールより配信）
- 12月26日（土）・27日（日）認知症看護認定看護師教育課程  
（B課程）入講審査
- 12月29日（火）～1月3日（日）年末年始休暇のため休館
- 令和3年度日本看護協会通常総会・全国職能別交流会  
6月9日（水）～10日（木）〈千葉県（幕張メッセ）〉
- 令和3年度兵庫県看護協会定時総会  
6月17日（木）〈神戸ポートピアホテル〉

## 理事会の報告

### 第4回理事会 令和2年7月4日（土）

出席理事 20名より、定足数を満たしていることを確認。 出席監事 / 2名

- |      |   |
|------|---|
| 協議事項 | 1) 令和3年度 政府・兵庫県・神戸市予算編成に対する最重点<br>要望事項について……………承認 |
|      | 2) 令和2年度委員会委員の選任について……………承認                       |
|      | 3) 令和2年度支部代表補佐の選任について……………承認                      |
|      | 4) 選挙管理委員会規則の改正について……………承認                        |

### 臨時理事会 令和2年8月6日（木）

出席理事 19名より、定足数を満たしていることを確認。 出席監事 / 1名

- |      |  |
|------|--|
| 協議事項 | 1) 令和3年度認知症看護認定看護師教育課程特定行為研修を<br>組み込んでいる教育課程：B課程開講について（報告）<br>「受講料等に関する規程」の改正について……………承認 |
|      | 2) 兵庫県看護協会会長感謝状贈呈について……………承認   |

### 第5回理事会 令和2年9月12日（土）

出席理事 19名より、定足数を満たしていることを確認。 出席監事 / 3名

- |      |                                   |
|------|-----------------------------------|
| 協議事項 | 1) 令和3年度本会代議員及び予備代議員選出人数について（案）承認 |
|      | 2) 旅費規程の改正について……………承認             |



新型コロナウイルス感染症の影響下でも、感染防止を徹底しながら私たちは、学び続けています!!

## 令和2年度 兵庫県専任教員養成講習会

兵庫県専任教員養成講習会は従来なら4月初旬に開講する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、開講そのものをどうするか、開講時期をどうするか等の検討を連日重ねながら、在宅でのe-ラーニング教科の増加、在宅学習中でも学習効果上がるような担当者の関わりなど体制を整え、4月27日に開講しました。6月1日からは「本会の新たな事業様式」による十分な安全対策を講じて、本会館で開講しています。

### 受講者の声

私たちは看護教員になることを目指し、令和2年度兵庫県専任教員養成講習会を受講しています。22名全員が次世代を担う看護師を育成することに使命感を持ち、日々学習に励んでいます。各領域のエキスパートである先生方から授業を受け、看護教育の楽しさや難しさを実感しています。豊岡市から南あわじ市までの兵庫県全域に加え、大阪府や京都府からそれぞれ経験の異なる仲間が集まり、切磋琢磨しています。私たちの強みは「チームワーク」であると考えています。本講習会では1ヶ月間の在宅学習の期間を経て、全員が集まることができました。この在宅学習の期間があったからこそ、私たちはより強い絆を感じています。一人ひとりがそれぞれの役割を果たしながらチームとしてまとまることで、総和以上の学習効果を得ることができています。

2022年には保健師助産師看護師学校養成所指定規則の第5次改正があり、看護教員に求められる能力は益々高まっています。この講習会で多くを学び、一人でも多くの看護師育成に貢献していきたいと考えています。



10月には教育実習があります。看護学生に授業や実習指導を行い、教員としての役割が果たせるよう、12月25日の修了を目指します。

## 令和2年度 認定看護管理者教育課程セカンドレベル



新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、認定教育課程の年間スケジュールも変更を余儀なくされました。「3密」を防ぎソーシャルディスタンスを基本に、8月19日のセカンドレベルは36名と少人数での開講に至りました。

セカンドレベルは、感染拡大期2の最中に開講することになり、協会初のリモート研修となりました。操作に不慣れな本会職員に対し、講師・受講者の皆さんから温かい協力を得ながら日々緊張しつつ対応していきました。9月24日にはファーストレベルⅡ期を並行で開講しました。コロナ禍での大変な中、本会も柔軟に対応していきたいと考えています。

## 令和3年度 特定行為研修を組み込んでいる 認知症看護認定看護師教育課程 (B課程) 開講のお知らせ

- ◆開講日：令和3年4月6日（火）
- ◆認定看護分野：認知症看護
- ◆特定行為区分：栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連  
精神及び神経症状に係る薬剤投与関連
- ◆入講審査日：令和2年12月26日（土）・27日（日）  
\*予備日 令和3年1月9日（土）・10日（日）
- ◆出願期間：令和2年10月1日（木）～10月31日（土）
- ◆募集要項・出願書類一式は、本会ホームページに掲載しています。

\*現在、指定研修機関の認定申請中です。



# 令和2年度教育研修計画 1月～3月開催研修一覧

1月～3月開催予定の研修をご案内いたします。各研修の詳細は、本会ホームページもしくは教育研修計画冊子をご覧ください。  
今後の状況により、日程や研修方法等変更をさせていただく場合がございます。最新情報はホームページに掲載いたします。  
必ずご確認の上、研修申込みをしていただきますようよろしくお願いいたします。

## ◆ 1月開催研修 申込期間：10/20～11/2

No.	開催日	研修名	申込方法	申込用紙
114	1/13(水)	高齢者施設における看護(スキンケア) ★	Web 〒	様式1
208	19(火)	いざという時に慌てない急変時のリーダーナースの役割①	Web 〒	様式1
209	20(水)	いざという時に慌てない急変時のリーダーナースの役割②	Web 〒	様式1
136	20(水)	保健師資質向上研修	Web 〒	様式1
131	21(木)	新生児蘇生法(NCPR)Sコース(兵庫医科大学病院共催研修)	〒のみ	専用用紙
206	22(金)	医療安全における看護記録 ★	Web 〒	様式1
307	23(土)	みんなで取り組もう一部署目標の立て方・書き方・伝え方	Web 〒	様式1
144	26(火)	看護職員認知症対応力向上研修②(3日間)	Web 〒	様式1

## ◆ 2月開催研修 申込期間：11/20～11/30

No.	開催日	研修名	申込方法	申込用紙
130	2/8(月)	介護職員等によるたんの吸引等研修事業指導者講習会フォローアップ研修	〒のみ	専用用紙
126	9(火)	看護研究はじめての一步	Web 〒	様式1
142	15(月)	医療安全管理者養成研修(集合研修7日間)	Web 〒	様式1
124	18(木)	看護職のためのキャリアマネジメント ★	Web 〒	様式1
308	20(土)	面接対話力の向上とモチベーション・マネジメント	Web 〒	様式1
410	23(火)	兵庫県看護学校協議会共催研修2		別途案内文書送付
212	25(木)	在宅療養支援における外来看護管理者の役割	Web 〒	様式1

★インターネット配信研修は、県立淡路医療センター、市立西脇病院、公立宍粟総合病院、公立豊岡病院を会場として、それぞれ別日程で開催します。(申込用紙 様式2をご使用ください。) 詳細は、教育研修専用サイト (<http://www.hna-kyouiku.com/>)、教育研修計画冊子 p14,p15をご覧ください。

## ◆ 3月開催研修

No.	開催日	研修名	申込方法	申込用紙
146	3/4(木)	施設代表者等研修会(第2回)		別途案内文書送付

\*短期研修のリモート受講については、諸条件の整備が必要であるため、検討中です。

# 令和2年度支部研修について

支部研修開催の有無については必ず本会ホームページにてご確認ください。



郵送での返却が可能になります。  
利用の詳細は、カウンターまで  
お尋ね下さい☆(司書 大河)

### 新着図書

分類記号	タイトル	著者名	出版社	発行年
N120	ACPアドバンス・ケア・プランニング実践ガイド	池永昌之	中央法規出版	2020
N230	ワクワクする職場をつくる。ハンディ版	高橋克徳	実業之日本社	2018
N262	医療法律相談室 医療現場の悩みに答える	川西譲	法律文化社	2017
N680	認知症plus家族支援 地域で安心して暮らすために	安武綾	日本看護協会出版会	2020
N680	ペコロスの母に会いに行く 続	岡野雄一	西日本新聞社	2019

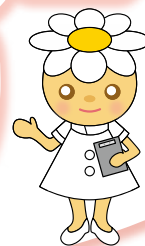
映画化作品。認知症の母と息子の会話に気持ちが温かくなること間違いなし!の漫画です。

ご来室の際お持ちいただくもの  
や開室状況は、ホームページで  
ご確認ください。

開室日時 | 月～金 9:00～17:30  
お昼休みも開室しています!



# ナースセンター だより



## 令和2年度 進学説明会 実施報告

開催日時：令和2年8月23日（日）参加者：130名（WEB18名）

参加校：大学12校、看護師3年課程11校、看護師2年進学課程2校

新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、当初予定していた進学説明会の方法をWEB会議システムの活用・ホームページ閲覧・資料請求に変更し実施しました。WEB活用での実施は初めての試みでしたが、無事終了しホッとしました。

## 令和2年度 再就業支援研修及び合同就職説明会 （神戸・北播磨地域）実施報告

再就業支援研修は、従来の5日間コースに加え1日コースを新設しました。「受講日を研修内容によって選択しやすい」「子供を預けやすく参加しやすい」等の意見もあり、分散型の研修は再就業を希望する看護職には効果的でした。5日間コースも「基礎から体系的に学べた」「他の受講者とのつながりができて励みになった」と好評でした。

新型コロナウイルス感染症患者の治療をはじめとして、看護職員の人材確保が求められるため、感染拡大を予防する十分な安全対策等を講じた上で合同就職説明会を実施しました。合同就職説明会（神戸）には、41のブースに89名の潜在看護職員等が参加し「再就業への不安はあるが、再就業したい気持ちが高まった」と前向きな意見が聞かれました。また、北播磨地域看護職・看護学生のための合同就職説明会は、12のブースに19名の潜在看護職員等の参加があり、いずれの説明会でも、参加者は積極的にブースを訪問されました。

## プラチナナース活躍推進事業を始めました

少子高齢化社会、就業人口の減少に伴い看護職員の需要が増加しています。

兵庫県における看護職員の需給推計によると、2025年には4,000人以上の看護職員が不足する見込みです。**“看護職が足りません”**

**「プラチナナース活躍推進事業」とは** ナースセンター本所の専任者および支所の相談員が、定年や勤務時間等の理由で退職する看護職員（プラチナナース）に対してセカンドキャリア支援として、再就業支援の働きかけを行い、県内の看護職員を確保する事業です。**“プラチナナースの出番です、ぜひ活躍しましょう”**



### 「プラチナナースが活躍する仁明会病院を訪問しました」

プラチナナースが安心して働くことができる職場環境をめざした雇用の拡大と、プラチナナースの就業意欲の向上に向けた施設訪問を現在企画中です。ぜひ、ご協力をよろしくお願いいたします。

- ★写真中央の手島さんは、現在71才、体調に十分に気を配り週3日、月2～3回夜勤勤務を継続しておられます。
- ★仁明会病院は、年齢は問わず働く意欲のある方を歓迎し、積極的にプラチナナースの雇用を進めています。



右より、仁明会病院森村安史理事長、手島美津子氏、成田康子会長

### 「プラチナナース研修を行いました」

開催日：令和2年9月8日（火）13:00～16:30 参加者：50～70歳代の看護職10名

プラチナナースを雇用している施設の看護部長と、訪問看護ステーションの管理者を経て現在も訪問看護師として活躍しておられるプラチナナースから講義を受け、その後、グループワークで情報共有を行いました。

参加者からは「今後に向けての刺激と方向性が見えて良かった」など今後にも活用できる前向きな反応がありました。今後も、プラチナナースが働き続けることができるように研修を計画していますので、ぜひ参加してください。



## 開催案内

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、研修会等の開催について変更の可能性があります。  
詳細・変更はホームページに掲載予定です。お申し込み・お問い合わせは、兵庫県ナースセンターまで。

### イベント・研修会 | 参加(研修)費無料・申込み必要

#### 看護フェア

会場: 兵庫県看護協会  
日時: 11月14日(土) 10:00~15:00  
内容: 健康相談会(in まちの保健室)、  
フレイル予防体操 Nursing  
now

#### 再就業支援研修

会場: 兵庫県看護協会  
日時: 1日コース  
10月20日(火)  
11月17日(火)  
12月15日(火)  
いずれも10:00~16:00

ゆるキャラグランプリ  
2020  
THE FINAL

#### 結果発表

企業・その他部門292体中141位1,355票でした。応援ありがとうございました。これからも協会活動を発信していきます!!



### 研修会 | 研修費無料・申込み必要

詳細はホームページをご参照ください。

#### 兵庫県看護協会開催

一次救命処置(BLS)の研修

看護基礎技術研修Ⅰ(初回の方)

看護基礎技術研修Ⅱ(看護基礎技術研修Ⅰ修了の方)

#### 兵庫県ナースセンター姫路支所開催

一次救命処置(BLS)の研修

採血・静脈注射技術研修

#### 兵庫県ナースセンターサテライト北播開催

採血・静脈注射技術研修

## 届出制度のご案内

看護師等免許保持者の届出は、スマートフォンやパソコンで簡単にできます。

★「看護師等の人材確保の促進に関する法律」により、免許を持ちながら看護師等の仕事に就いていない方に、氏名・連絡先等をナースセンターに届出いただくことになっています。(努力義務) まだの方は、ぜひご登録をお願いします。ご不明な点は下記の兵庫県ナースセンターまでどうぞ。



### 兵庫県ナースセンター連絡先一覧



## 第7回ナース川柳“ひょうご”募集のお知らせ

**応募資格** 兵庫県在住・在勤・在学の方

**応募期間** 10月から12月末

**賞** 兵庫県看護協会会長賞 など(入賞者には副賞として最高1万円分のQUOカードをプレゼント)

**募集部門** 成人一般・看護職・看護学生・高校生・中学生・小学生

**応募方法** ホームページ(QRコード)・郵送・FAX



### <郵送・FAX送付先>

〒650-0011 神戸市中央区下山手通 5-6-24 FAX:078-361-6652 TEL:078-341-0190

日本看護協会会員手帳 2021 が  
発行されます。

ご希望の方はホームページをご覧ください。  
お問合せ先: 兵庫県看護協会 078-341-0190

2021 (令和3) 年度の会員手続きが始まります

## 看護協会の入会は自動継続です。

今年度 (2020年度) の会員は次年度 (2021年度) 自動継続されます。

2021年度継続のお知らせが11月に日本看護協会からご登録の施設 (個人会員はご自宅) に順次届きますので必ず内容をご確認ください。

会員情報もしくは講座情報に変更

なし

あり

書類の提出は**不要**です。

書類の提出が**必要**です。

- ・名前や住所が変わった方
- ・納入方法が口座振替の方で、口座登録が完了していない方

↓ 会員登録事務局へ郵送する。

「入会申込者/  
会員情報変更届」  
の送付先

〒206-8790 日本郵便株式会社多摩郵便局 私書箱第21号  
公益社団法人日本看護協会・都道府県看護協会 会員登録事務局 宛

※普通郵便、レターパック、ゆうパックに限ります。宅配便は利用できませんのでご注意ください。  
※「入会申込書 / 会員情報変更届」・「送付状」以外の書類は受付されませんのでご注意ください。

会員情報の変更は、キャリアース  **キャリアース** (会員のマイページ) から直接行うこともできます!

### 【口座振替について】

2021年度 (令和3年度) の会費の引落しは2021年1月27日 (水) です。

登録口座に資金をご用意ください。

資金不足等で引落しができなかった場合は、ご自宅に届くコンビニ収納票でお支払いください。

### 【勤務先で取りまとめて納入】施設とりまとめご担当者様へ

2021年2月末日を目安に会費を専用口座にお振込みください。

施設用WEBで納入対象者を特定し、表示された人数分の会費額合計をお振込みください。

翌営業日に施設用WEBで納入済みとなっていることをご確認ください。

研修費等を会員価格で受講していただくためにも、会費の前納にご協力をお願いいたします。

### 【退会について】

次年度の継続を希望しない方は、2020年12月末日までに、退会届を送付してください。

#### 〈退会届のダウンロード方法〉

本会ホームページ→入会のご案内→手続き・会費案内ページより

#### 「退会届」の送付先

〒650-0011 神戸市中央区下山手通5-6-24 FAX : 078-361-6652 兵庫県看護協会 総務部 会員担当宛

### 【お手続きに関する注意事項】

11月に送付される「継続のお知らせ」は9月8日時点の情報で発行されます。9月8日以降にキャリアースや会員情報変更届で情報を変更された場合は、再度の書類の提出は不要です。お心当たりのある方は、会員情報の変更が完了しているかをキャリアースでご確認ください。



# 令和3年度 兵庫県看護協会 改選役員、推薦委員及び選挙管理委員の選挙の公示

令和2年 10月15日  
選挙管理委員会

令和3年6月17日(木)に神戸市中央区で開催する定時総会において、令和3年度改選役員、推薦委員及び選挙管理委員の選挙を実施しますので、公示します。

◇改選役員の役職名及び定数並びに推薦委員・選挙管理委員の定数	役員 < 任期: 2年 >	会長 1名 第二副会長 1名 常務理事 1名 保健師職能理事 1名	看護師職能II理事 1名 神戸東部地区理事 1名 北播地区理事 1名 西播地区理事 1名	但馬地区理事 1名 准看護師理事 1名 監事 1名
	役員 (補欠) < 任期: 1年 >	阪神南地区理事 1名		
	推薦委員	推薦委員 9名 (各支部より1名)		
	選挙管理委員	選挙管理委員 9名 (各支部より1名)		
◇立候補の届け出	役員、推薦委員及び選挙管理委員に立候補しようとする方は、正会員5人以上の推薦を受けて届け出て下さい。			
◇届け出の方法	立候補届け出用紙に記入の上、下記宛先へ郵送して下さい。※立候補届け出用紙は、本会総務係へ請求して下さい。			
◇宛先 お問合せ先	〒650-0011 兵庫県神戸市中央区下山手通 5-6-24 公益社団法人兵庫県看護協会 選挙管理委員会			
◇締切日	令和3年4月17日(土) 必着			

## 推薦委員会 からのお知らせ

令和3年度改選役員、推薦委員及び選挙管理委員の候補者について、次の事項に該当する方を所属支部の地区理事までご推薦下さい。  
なお、候補者は支部で1名選出し、推薦委員長に推薦することとされています。

◆改選役員・推薦委員・選挙管理委員の選出人数	選挙の公示のとおり
◆推薦基準	①兵庫県看護協会の目的達成のための活動に積極的に取り組み、任務を遂行できる人 ②本会の定めた会議に出席できる人
◆推薦方法	所定の推薦書に必要事項を記入の上、所属の地区理事(支部長)へ提出して下さい。 ※推薦書は、各支部又は本会総務係へお問い合わせ下さい。
◆宛先 お問合せ先	〒650-0011 兵庫県神戸市中央区下山手通 5-6-24 公益社団法人兵庫県看護協会 推薦委員長(親展)
◆推薦締切期日	令和2年12月31日(木) 必着

# 令和3年度兵庫県看護協会代議員・予備代議員選挙の公示

公益社団法人兵庫県看護協会定款第13条第3項及び定款細則第18条第1項に基づく令和3年度兵庫県看護協会代議員及び予備代議員(以下「本会代議員等」という。)の選挙について下記により公示します。

## 1 支部別本会代議員等の定数

(単位:名)

支部	代議員	予備代議員
阪神南	37	37
阪神北	24	24
神戸東部	28	28
神戸中部	22	22
神戸西部	18	18
東播	30	30
北播	15	15
西播	32	32
但馬	8	8
計	214	214

## 2 本会代議員等選出のスケジュール

立候補の届出期間…令和2年11月30日(月)まで(必着)  
候補者名簿の公示…「看護ひょうご」新春号(令和3年1月発行予定)に掲載  
選出期日…令和3年2月1日~28日の間に行われる兵庫県看護協会各支部委員会において選出代議員名簿の発表…「看護ひょうご」春号(令和3年4月発行予定)に掲載

## 3 本会代議員等に立候補しようとする方の届け出の方法

立候補しようとする方は、支部内の正会員5人以上の推薦を受け、立候補届出用紙にご記入の上、選挙管理委員会に郵送にて提出して下さい。  
なお、選挙管理委員会以外への提出や記載不備は無効となりますのでご注意ください。

提出先・お問合せ先: 〒650-0011 神戸市中央区下山手通 5-6-24  
公益社団法人兵庫県看護協会 選挙管理委員会

## 4 その他

代議員は6月に開催される定時総会に出席し、議決・投票を行うことを任務とします。  
令和3年度本会代議員等の任期は、令和3年4月1日から1年間となります。

## 広告

水と、空気と、睡眠と。

### 東洋羽毛 睡眠セミナー 無料サービスのご案内

よく眠った人には、かなわない。


\*— 今よりもぐっすり、幸せな毎日のためのヒントがきっと得られるはずです —\*

睡眠セミナー講師を無料で派遣いたします。

東洋羽毛では「睡眠健康指導士」の資格を有した社員が講師を務める充実したセミナーをご用意しています。  
正しい情報を得て睡眠習慣を見直し、イキイキと健康的な毎日をお手伝いをさせていただきます。

【お役に立てる主な研修】

- ★ 医療安全対策研修
- ★ メンタルヘルス研修
- ★ 学校保健委員会
- ★ 高齢者の睡眠ケア



東洋羽毛イメージキャラクター 桃井かおりさん

TUK 東洋羽毛関西販売株式会社 神戸営業所 ☎ 0120-360420

# つながる **和** ペンリレー

## 息子の言葉に痛み半減

姫路赤十字看護専門学校 **松井 里美**

車で買い物に出た時に、急に雨が降り出しました。傘を持っていなかったため、駐車場からスーパーの入り口まで、それいけ!と走り出した途端に、思いつき転倒。両肘、両膝をけっこうな擦過傷で、服もずぶ濡れ。一緒にいた息子は、小さな声で「大丈夫?」。とりあえず、息子に買い物を頼み、車で帰りました。帰りの車中で、「こんな時は、どんな言葉をかけたらうれしい?」と聞かれました。息子の意外な質問に「大丈夫って、心配してくれるだけでうれしい」と伝えました。息子が夜遅くに買いたいものがあると出かけた先の転倒だったので、悪かったと思ったのでしょうか。数cmの段差で転倒してしまった恥ずかしさと情けなさがありますが、息子の照れながらの声かけに痛みも半減しました。ただ、「何でこんなところで、こけるんだろう」と不思議だったようで、加齢に伴う転倒のリスクは理解できなかったようです。

## 地元のまんまを楽しもう

公立豊岡病院 日高医療センター **田中 美奈子**

地元の県北部にある「たじまんま」をご紹介します。JAの店舗なのですが、鮮度バツグンの地元野菜や果物をはじめ、但馬牛、こうのとりの米、出石そばやバームクーヘンなどの但馬のお土産、いろいろ売っています。他県の特産物もあつたりして、行くたびにワクワクします。今日は、レタスやトマト、豊岡ぶどう(枝は緑色で、実がぷりっぷり!)、それから、高知県

名産塩けんぴ(甘さの中の塩加減が抜群です!)を買ってきました。

いつもの夏なら、友人3人で「今年はどこに行こうか」と、旅行の計画をしているはずなのに、今年は…。こうなったら、「たじまんま」で地元のまんまに浸って、楽しもう。旅行気分もちょっぴり味わえるかな。

但馬の食の魅力いっぱいの「たじまんま」、皆さんにも楽しんでいただけたらなあと思います。どこでも安心して行き来ができる日が来ますように…。



## 継続が大切

兵庫県立尼崎総合医療センター **藤村 聡子**

もともと姿勢が悪く、肩こりと腰痛との付き合いが続いています。通っていた整体師さんに「日頃のストレッチが大切です」と言われていたこともあり、ストレッチポールやマットなどを購入しました。が、すぐに飽きてしまうのが悪い癖。なかなか続かない日々でした。

このコロナ禍で、整体にも通うことが難しくなりました。体がバキバキと悲鳴を上げてきたこともあり、購入していたストレッチ器具で、自分なりにストレッチを始めてみました。ストレッチポールで太もも、腰、肩甲骨周囲をゴリゴリしていると、「ギヤー! 痛いー!」と思わず声が出てしまいます。でも、じっくりストレッチしていると、だんだんと体が軽いように感じることも増えてきました。

痛気持ちいいストレッチを続けていきたいと思っています。



## 【お知らせ】新型コロナウイルス感染症緊急包括支援事業について

### 「慰労金の申請はお済みですか?ご活用ください」

**対応従事者慰労金**：職員一人あたり5～20万円の慰労金が支給されます。  
(医療機関・事業所等を経由して支給されます。)

**拡大防止支援金**：拡大防止に向けた取組みを行う医療機関等に対し、支給されます。

詳細は兵庫県ホームページをご覧ください。

[https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk03/corona/corona\\_support\\_top01.html#corona/corona\\_support\\_top01-0805](https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk03/corona/corona_support_top01.html#corona/corona_support_top01-0805)

## 広告



**ニプロハートライン**

見守り支援システム「ニプロハートライン」は在宅・施設の療養環境と医療従事者・介護者をつなぎ、療養環境を必要に応じ継続的にケアすることが可能なシステムです。

オンライン診療のサポートに。見守り支援システムのご提案





**ニプロ株式会社** お問い合わせ

企画開発技術事業部  
国内商品開発・技術営業本部  
検査商品開発・技術営業部

**06-6373-3168**

- バイタル情報がわかる
- 緊急時に自動お知らせ機能
- 顔を見ながらテレビ電話

9:00～17:30(土・日・祝祭日を除く)  
※電話受付はよくお聞かせの上、おかけ直さすようお願いいたします。

2018年8月作成