

あさひが丘

No. 82

A S A H I G A O K A

患者さんに寄り添い、患者さんの立場で考える

ごあいさつ

看護部長

奥村 美貴子

Mikiko Okumura



拝啓
 突き抜けるような青空、駆け抜ける涼しい風、秋を感じる頃となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

私は、夏の暑さの疲れからか、この頃気だるさなかなか抜けません。思えば、2021年春に看護部長となってから約3年半、コロナ禍真っ只中において、感染対策、ワクチン接種、面会中止、クラスターの経験、人員不足、職員の疲弊・・・と大変なことが多く月日でした。しかし、職員一体となって乗り越えてきた！地域の皆様とともに頑張ってきた！と改めて実感します。ありがとうございます。

昨年から新型コロナウイルス感染症は5類に移行し、少しずつではありますが日常が戻ってきました。辛かった経験を踏まえて、令和6年度の看護部目標を次のとおりにしました。

看護部目標

- 1) 安全で安心、信頼される看護・介護を実践します。
- 2) 働き続けられる職場環境を整えます。

1)について 職員がより高度なスキルを獲得し、専門職としてよりよいサービスが実践できるよう、新しくeラーニングを導入しました。従来のような対面で実施する研修会についても、豊かな内容となるよう企画運営に取り組んでいきます。

2)について 福利厚生の一貫として産業リハビリテーションサービス※を導入しました。あまり耳馴染みのないサービスですが、産業医や産業保健師さんの仕事のように、働くスタッフの心身の健康を護るものと理解しております。身体的不調を緩和するセルフケアを学び、心理的なストレス対処法などを身につけることが、働きやすさにつながります。他者だけでなく自分も大切に職場文化を培い、多くの仲間とここで働きたい！と思ってもらえるような、笑顔あふれる職場を目指します。

誰もが経験したことのない超高齢社会における老年期医療、老年看護。そして認知症看護の難しさといった大変なこともあります。患者様、ご家族様の看護から教わる機会が多く、やりがいや充実感をいただきます。

そのいただいた力をもって、長期療養の中にあっても積極的な退院支援をする姿勢を保っていきます。また、認知症看護では患者様が寂しい心にならないよう、暗闇の中に明かりが灯るような日々の温かな声かけ。そして充実した作業療法やレクリエーションプログラム、季節行事の提供を心がけていきます。

皆様、引き続きご指導、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

※NPO法人レステーションサポート様より



外来診療担当医師

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	亀井 (循環器病外来)	木村(裕)	木村(裕) (消化器病外来)	多羅澤 (胃腸・嚥下障害外来)	川人 (糖尿病外来)	亀井 (第1週目)
		東出	河本	東出	辰口	伊林 (漢方外来)	多羅澤 (第2週目)
		伊林 (漢方外来)	宮坂 (漢方外来)	河本	垣内	井戸川	木村(裕) (第3週目)
	午後	辰口	川人 (アレルギー・リウマチ外来)	亀井	河本	高田	辰口 (第4週目)
		伊林 (漢方外来)	伊林 (漢方外来)	河本 (第5週目)			

		月	火	水	木	金	土
精神科	午前	藤本	片村	藤本	木村(永) (物忘れ外来)	木村(永)	休診
	午後	藤本	片村	藤本	木村(永)	木村(永)	

診察受付時間	休診日	診療科目
平日 午前 9:00~12:00 午後 13:30~17:00 土曜日 9:00~12:00	日曜・祝日・年末年始	●内科(消化器内科・老年内科・漢方内科) ●精神科 ●放射線診断科 ●リハビリテーション科

※基本的には予約制ですが、予約なしでの診察も可能です。その際、お待ちいただく場合がありますのでご了承ください。
 ※伊林と宮坂の漢方外来のみ、完全予約制となっております。事前に内科外来までお問い合わせください。

※精神科外来初診の場合は予約が必要です。あらかじめお電話にて地域医療連携室までお問い合わせください。
 ※外来担当医師は変更になる場合がありますので、事前にお電話にてご確認ください。

慈啓会シャトルバス停留所

円山地区シャトルバス時刻表

土曜日は⑤便までの運行です。日曜・祝日は運休です。

区	分	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
病院発		8:00	8:50	10:10	11:30	13:00	14:30	16:00	18:00
特養職員玄関前→老健		~経由~							
JRバス慈啓会前バス停横	↓	8:52	10:12	11:32	13:02	14:32	16:02	↓	
旭ヶ丘3丁目	↓	8:53	10:13	11:33	13:03	14:33	16:03	↓	
双子山郵便局前	↓	8:54	10:14	11:34	13:04	14:34	16:04	↓	
西友旭ヶ丘店(西友隣駐車場前)	↓	8:55	10:15	11:35	13:05	14:35	16:05	↓	
円山公園駅前		8:10	9:01	10:21	11:41	13:11	14:41	16:11	18:08
南3条西24丁目	↓	9:02	10:22	11:42	13:12	14:42	16:12	↓	
南5条西24丁目	↓	9:03	10:23	11:43	13:13	14:43	16:13	↓	
南7条西24丁目		8:12	9:04	10:24	11:44	13:14	14:44	16:14	↓
ラルズ前	↓	9:05	10:25	11:45	13:15	14:45	16:15	↓	
啓明ターミナル前	↓	9:08	10:28	11:48	13:18	14:48	16:18	↓	
病院着		8:20	9:13	10:33	11:53	13:23	14:53	16:23	18:20

山鼻地区シャトルバス時刻表

土曜日はA便・B便のみの運行です。日曜・祝日は運休です。

区	分	A	B	C
病院発		9:30	10:50	13:40
特養職員玄関前→老健		~経由~		
啓明ターミナル前		9:32	10:52	13:42
南15条西18丁目(ラニオン伏見前)		9:33	10:53	13:43
南17条西17丁目(スーパーシガ前)		9:34	10:54	13:44
南20条西15丁目		9:35	10:55	13:45
タイヤ館前		9:36	10:56	13:46
南26条西13丁目		9:37	10:57	13:47
レクサス藻岩前		9:38	10:58	13:48
南警察署前		9:39	10:59	13:49
北海学園大学工		9:40	11:00	13:50
南23条西11丁目(ドコモショップ石山通店)		9:41	11:01	13:51
南21条西11丁目(北洋銀行石山通支店前)		9:42	11:02	13:52



※道路状況及び雪害等で遅れる場合があります。

社会福祉法人 さっぽろ慈啓会
慈啓会病院

〒064-0941 札幌市中央区旭ヶ丘5丁目6-50
 TEL.011-561-8292 FAX.011-551-3862
<http://www.sapporojikeikai.or.jp/>



無料シャトルバス運行中

低栄養ってどんな状態？ どうして起こるの？

栄養部 かくばり 角張 のりこ 敬子

65歳以上の高齢者の低栄養傾向の人は、およそ6人に一人が低栄養状態です。高齢者は低栄養になるリスクが高いと言われています。

【低栄養ってどんな状態？】

体に必要なエネルギーやたんぱく質などの栄養素が足りない状況を「低栄養」と言います。健康維持のための必要な栄養素が足りなくなり、さまざまな健康問題が発生する可能性があります。「食事をしているから栄養は摂れている」と思うかもしれませんが、食べる量や食べるものによっては低栄養になっていることもあります。

【どうして起こるの？】

- ① 食事量の減少：食欲が低下したり、噛む力が弱くなったりして、食事量が減る。
- ② 偏った食生活：特定の栄養素が不足するような食事を続ける。
- ③ 病気や手術：消化管の病気や手術後、ガンなどでエネルギー消費が増えると、栄養が不足しやすくなります。

【こんなこと思い当たりませんか？】

- 外見や生活動作から、低栄養を発見！
- ・握力が弱くなった
 - ・しばしば「疲れる」というようになった
 - ・歩幅が狭くなってきた
 - ・歩く速度が遅くなってきた
 - ・転びやすくなった

【低栄養が改善されないと・・・】

体に必要なたんぱく質、エネルギーが不足して体力、免疫力、筋力が低下し疲れやすくなります。また、口や喉の筋肉が衰えると、食べ物や唾液などが喉を通るときに気管に入りやすくなり(誤嚥)、それを吐き出すための咳払いも弱まるため、誤嚥性肺炎のリスクが生じます。

【低栄養を防ぐには？】

バランスよく必要な栄養を摂ることと、体を動かすこと。意識して毎日行うことが大切です。

【食事で心がけること】

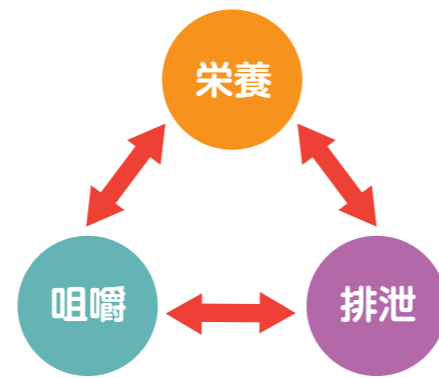
さまざまな原因で食欲や食べる力が低下することがあります。食事は人が生きていく上で欠かせないものです。

- 毎日の生活で大切にしたいのが
- ☆食事を楽しむ ☆規則正しく食事を摂る ☆低栄養に気を付ける
 - ・ 親しい人と一緒に、季節の食材を取り入れたメニューを楽しみましょう。
 - ・ 1日3回、定期的に食事を食べましょう。
 - ・ 食べる力に応じて食事の形態を変えたり、十分な栄養が摂れるよう工夫しましょう。

【健康を保つ3つの要素】

「口から食べる」ことは、栄養の摂取だけでなく、噛むこと自体が全身の健康にかかわってきます。

☆食べ物は、胃や腸などの消化管を通じて吸収されたあと、排泄されます。



栄養バランス充実！ 簡単にすませがちな朝食や昼食の1品に

野菜たっぷり具だくさんスープ

エネルギー162Kcal / 1人分

材料 2人分

- ① キャベツ 60g
- ウインナーソーセージ 2本
- 玉ねぎ 1/4個
- 人参 10g
- ピーマン 1/2個
- じゃが芋 1個
- ミックスビーンズ 30g
- オリーブオイル 小匙1
- ショートパスタ(早ゆで3分) 20g
- 塩 少々
- こしょう 少々
- (A) コンソメ顆粒 3g
- 水 400ml



作り方

- 1、キャベツはざく切りにする。ウインナーソーセージは斜め半分に切り、玉ねぎは薄切り、人参は千切り、ピーマン・じゃが芋は小さめの一口大にする。
- 2、鍋にオリーブオイルを入れて中火で熱し、①を入れて炒める。油が回ったら(A)を加えて弱火で10分程度煮る。野菜に火が通ったらミックスビーンズ、ショートパスタを加え、柔らかくなるまで煮て塩、こしょうで味を整え器に盛る。

連携歯科診療のご案内 傳庄歯科

2001年より、慈啓会病院で入院患者様の訪問歯科診療をさせていただいております。傳庄歯科の齊藤晃子と申します。父である傳庄信也(1990年から2000年まで訪問診療を担当)から引き継ぎ、長きにわたり大変お世話になっております。2007年からは、自身の出産と子育てのため、夫である齊藤正晃(西区西野・齊藤歯科医院)にも協力してもらっています。

慈啓会病院での主な依頼内容は、口腔ケア、義歯治療、歯のぐらつき、残存歯が尖って口唇などの粘膜に傷ができてくるケース、口腔内の出血、顎関節脱臼などが多く見られます。口腔ケアの依頼は、開口困難や拒否、口腔機能低下による口腔内の著しい汚染、口腔乾燥、出血のある方が多いです。口腔内の状態によっては短時間できれいにするのが難しい方もいらっしゃいますが、なるべく患者さんの負担が大きくならないよう、全身状態を考慮しながら対応しております。

また、同行している二人の歯科衛生士も15年近くにわたり活躍しており、一緒に仕事をしております。義歯の治療には簡単に解決するものもあれば、そうでないものもあります。特に何ヶ月も使用していない義歯を再び使えるようにすることは非常に困難です。また、口腔機能低下症や口腔機能不全の症状が見られる方には、咬合力の低下、舌や口唇の運動機能低下、咀嚼機能低下、嚥下機能低下が見られ、義歯の使用を諦めざるを得ない場合もあります。そのような場合は、食形態を柔らかくし、飲み込みやすいものに変更することで、可能な限り口から栄養を摂取できるよう工夫する必要があります。

今後とも、一人ひとりの患者様に必要とされることを考え、丁寧に対応して参りたいと考えております。どうぞよろしくお願いたします。

傳庄歯科

札幌市白石区南郷通12丁目南6-20 サンケンビル1F
電話番号 011-861-4886(現在は訪問診療のみ行っています)

栄養は食事から

食事で栄養を摂ることには、大きく4つのメリットがあります。

- 1 口から食事を摂って消化管を動かして体に必要なエネルギーを摂取することは、体の免疫を維持することにもつながります。
- 2 味だけでなく、食感や香り、見た目にも楽しむ満足感が食欲につながります。
- 3 噛むことで唾液の分泌が促され、脳への刺激が生まれます。
- 4 食事を楽しむことが「心の栄養」になります。

外国人実習生を迎えて

ベトナムから2名の実習生を迎えました

当院では、日本精神科病院協会管理団体を通じて、今年度ベトナムから2名の外国人実習生を受け入れました。申し込みからズームによる面接を経て1年越しの受け入れとなりました。

外国人技能実習制度はもともと日本の技術・知識を途上国に伝えて、経済発展に寄与する国際貢献が目的でしたが、深刻な労働力不足と国際的な人材獲得競争の激化から人材育成と人材確保を目的とする育成就労制度に移行する予定で、原則3年の育成就労制度から5年間の特定技能1号に移行できるなどキャリアアップの道筋を明確化することで「選ばれる国」をめざし長期間産業を支える人材を確保するというものです。

2人のベトナム人実習生は6月21日管理団体の職員が同行して来院し、病院のスタッフと顔合わせを行いました。緊張した面持ちの2人でしたが、一生懸命覚えた日本語できちんと挨拶をしてくれて、日本語も大体わかるようで、翻訳アプリを用意していた私たちもホッとしました。

連絡はグループLineで行うこととしたのですが、漢字は難しいかなとひらがなで送ると、漢字大丈夫ですので普通に送ってくださいと漢字で返事が来ました。わからない字は自分たちで調べて内容を理解して送り返してくれますのでやり取りも最初からスムーズでした。

現場での様子

現場のスタッフも「日本語はどのくらい話せるのか?」「まじめに仕事に取り組んでくれるのか?」と不安な気持ちがありましたが、いざ働き始めると、仕事を覚えようと、また患者さんの名前を覚えようと一生懸命メモを取り真面目に仕事に取り組んでいます。

スタッフとのコミュニケーションとは違い、患者さんは、ほとんどの方が認知症であり、精神状態によって意思疎通が困難であったり、介護抵抗があったり、なかなかスムーズにコミュニケーションが取れないことも多い状況ではありますが、臆することなく患者さんと積極的にコミュニケーションをはかり、真摯に関わっています。



最初は、緊張しながら患者さんに話しかけていましたが、最近は自然な笑顔で話しかけることができるようになりました。普段あまり笑顔がなく、お話をされない患者さんも彼女たちと意思疎通をはかるようになり、彼女たちのコミュニケーション能力に驚くとともに、気持ちの伝わる介護を行っていると感じています。

患者さんに対する接し方をみていると、私たちスタッフも初心にかえりコミュニケーションについて勉強させられているとともに、彼女たちのとびきりの笑顔に癒され、病棟の雰囲気も和やかになっています。

今後も、技術面の指導はもちろんのこと、本人たちが笑顔で仕事ができるように指導者をはじめ病棟全体でサポートに努めたいと思います。



インタビュー

日本に来ようと思ったきっかけ

アインさん

子供の頃から日本文化に触れてきたおかげで、日本に興味を持っていました。私はベトナムで看護学校を卒業しており、困っている人を助けたいと常日頃から思っていました。日本は医療・介護が進んでいる国の一つであり、患者さんをサポートするためのケア技術や知識を学びたいと思い、夢を実現する場所として日本を選びました。

ランさん

子供の時から、漫画とアニメが大好きで、漫画とアニメを通して、登場人物の性格と暮らし方を知ることができました。日本は美しいし、人も礼儀正しいし、それに、文化も新しい文化、古い文化があったり、面白い話があったりします。それで、いつか日本に行きたいと思っていました。

介護を日本で学びたいと思ったきっかけは、6年前に母が両膝を手術した際にお世話をするのが難しく、介護技術があればきちんとお世話をすることができたのと思ったことです。母はみんなに助けってもらいましたので私も人を助けたいと介護の道に進むべく、介護技術が進んでいる日本を選びました。

日本に来てみて驚いたこと

アインさん

日本に来る前は、日本人はとても気難しくて真面目で近寄りたがっていたと思っていました。しかし、日本に到着するとすぐに間違っていることに気づきました。みなさんとても可愛くて、いつも明るくて愛情深く迎えてくれて、困った時や分からない時はいつも優しく丁寧に教えてくれます。また、日本食はとても美味しいです。納豆は栄養価が高くおいしい料理で、ご飯と一緒に食べるのが大好きです。

ランさん

色々なことが初めてで、一番驚いたことは緑が多いことです。名古屋や札幌の中心にいても、周囲の丘や山が見えます。空気がとても新鮮です。

休日はどのように過ごしていますか

アインさん

私たちは毎週末を楽しみにしています。特に札幌は多くの観光客が訪れる場所なので、探索できる場所がたくさんあります。毎週末土曜日は、北海道神宮、豊平館、札幌駅、テレビ塔などの有名な場所や景勝地を訪れたり、ただ一緒に歩いたり、近くの公園まで自転車で行ったり、山に登って街を眺めたりして過ごします。日曜日には家にいて一緒に休み、料理をしたり、家の掃除をしたりします。最近では、今年12月に開催されるJLPT日本語能力試験N3レベルに向けて、日本語を勉強しています。

ランさん

休日はアインさんと一緒に近くの娯楽の場所とか神社とか文化を学ぶ場所に行きました。例えば、大通公園、中島公園や北海道神宮や札幌市資料館など...すごく面白かったです。最近、藻岩山に登りました。ちょっと疲れましたが気持ちよかったです。あとは色々な所に行って、学んで、経験したいです。

好きな食べ物は?

アインさん

とても美味しい納豆のほかに、メロンを食べることも大好きです。北海道産のメロンは香りが良くて甘くてジューシーです。ここの牛乳は香り高く美味しくて栄養たっぷり、味噌汁も質素な味でとても口に合います。

ランさん

日本料理には美味しくて栄養価の高い料理がたくさんあります。牛丼とかたこ焼きとかアイスクリームは好きな食べ物です。たこ焼きが一番好きな食べ物です。

行ってみたいところがありますか

アインさん

北海道以外にも、秋田に「なまはげ」を見に行ったり、火の玉を回して幸運を祈るお祭りがあったり、たくさん場所を訪れたいと思っています。東京ドームに行ったり、沖縄の海を見に行ったり、まだまだ探検したい場所がたくさんあります。

ランさん

はい、日本で色々なところに行きたいです。北海道のほかに京都にも行きたいです。京都は日本の文化の中心地であり、主要な観光地であると考えられています。

職場の雰囲気はどうですか

アインさん

私にとって仕事に行くのは毎日が幸せで、皆さんを助けたり、患者様の世話をしたり、たくさん新しいことを学んだり教えていただいたり、いつもみんなが快適でダイナミックな環境を作り出しているの、私たちも迷うことがありません。そのおかげで、私たち一人一人のホームシックは徐々に和らぎ、患者様や皆さんと人生や仕事についてのお話しをするようになり、多くのことを学びました。本当に暖かくていつも感謝しています。

ランさん

初めて病院で働くので、言葉の壁とか新しい仕事に心配しました。それで、ベトナムから一生懸命日本語と介護の知識を勉強しています。日本に来て、職場で働いて、驚きました。皆さんはとても優しく、お世話になりながら教えてもらいました。本当にとても感謝しています。

将来の目標を教えてください。

アインさん

学んだことを活かして社会に貢献したいです。ベトナムで得た看護の知識だけでなく、介護の勉強をするためにいろいろな国に行きたいです。特に機会があれば、もう一度日本に来たいと思っています。

ランさん

日本にいる間、まずは頑張って、しっかり仕事をして、日々多くの経験を積んでいきたいです。その後、勉強して日本語N1を取るつもりです。

プロフィール

THẠCH THỊ KIM ANH

タック ティ キム アインさん

TRA VINH 省 南部出身

好きな言葉 『感謝』



ĐẶNG MỘC LAN

ダン モク ランさん

HO CHI MINH 市 南部出身

好きな言葉 『七転び八起き』



就任のご挨拶

内科診療部長 ^{たつぐち}辰口 ^{はるき}治樹

3月より内科診療部長として、慈啓会病院で勤務しています。院長の木村裕一先生とは札幌医科大学で旧知の間柄で、院長の温和でかつ寛容な人柄を慕い、共に働かせていただきたいと申し出ましたところ、幸いにも採用していただきました。感謝申し上げます。

慈啓会病院は札幌市民であれば知らない人はいない市内有数の病院です。格式の高い病院だけに入職にあたっては家族や兄弟の喜びはひとしおです。

勤務についてからは、清潔な院内環境と、優秀で洗練された職員の方が多く大変働きやすく楽しい日々を送っています。また、窓の外に見える遠くのビル群と近景の緑はThis is the Sapporo! です。

併設する慈啓会特別養護老人ホームにも診療に行っていますが、病院同様に清潔感があり、明るい雰囲気です。診察室のドアを開けると看護師や医師、介護士の明るい笑い声が聞こえてきます。輪をつくって利用者さんのことの話し合いや勉強会をおこなっています。和気あいの雰囲気ながら真剣に話し合っています。介護士のプロ意識は高く「褥瘡はつくりたくない」ときっぱりと語っています。理想的な職場環境と思います。病院や施設のすばらしさを語るには紙数がたりません。また機会があれば書かせていただこうと思います。

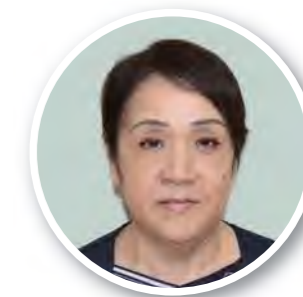


看護副部長 ^{おくま さちこ}小熊佐智子

皆様、こんにちは。令和6年4月1日付で看護副部長に着任しました小熊佐智子と申します。

5月よりベッドコントロールナースとして従事し、毎朝のコントロール会議で全病棟の調整を多職種メンバーで実施しております。平成30年より導入されたシステムであり、目的は患者さんの病状に合わせた入退院を柔軟に対応することで患者満足向上につなげること。また、スムーズなベッド調整を行うことで、各部署や地域の医療機関・介護施設との連携強化を図ることです。この取り組みは地域包括システムの推進に大きく貢献できるものと実感しており今後も、多職種協働体制を推進しながら、病院・地域貢献につなげたいと思っております。

私の看護師経験の大部分は急性期病院であり、この度は看護師人生の集大成として高齢者・慢性期医療を学ばせていただく事になりました。これまでの経験を活かしながら皆様と共に精進してまいりますので、どうぞ宜しくお願い致します。好きな言葉: Time is money、有言実行、簡潔明瞭。



マイナンバーカードについて ^{おのの}岡村 ^{やすてる}泰照

当院では、マイナンバーカードの健康保険証利用を実施しています。

マイナンバーカードをご持参の方は、受診時受付に設置してある専用のカードリーダーにて受付をお願いします。



2024年12月2日に現行の健康保険証は廃止され、マイナ保険証を基本とする仕組みに移行します。マイナンバーカードの保険証利用登録がお済でない方は、受付に設置してある顔認証付きカードリーダーから利用登録が可能です。

操作手順がわからないなど、お困りの方はお近くの職員までお問い合わせください。

※医療費受給者証(母子・福祉・障害等)や公費負担医療の各種証については、マイナンバーカードでは確認できませんので、必ずお持ちください。



マイナンバーカードを利用した受付方法 (マイナ保険証利用申込後の受付方法)

① 読み取り	② 本人確認	③ 同意取得	④ 受付完了
 <p>マイナンバーカードを線にそって入れてください。</p>	<p>顔認証又は暗証番号を選んでください。</p> <p>顔認証の場合</p>  <p>画面の枠に顔が収まるようにしてください。</p> <p>暗証番号の場合</p> <p>カード申請時に設定した4桁の番号を入力します。</p>	<p>医師・薬剤師に提供する情報を選んでください。</p> <p>過去の診察/薬剤情報</p> <p>過去の診察、処方された薬の情報を医師・薬剤師に提供するか選べます。</p> <p>特定健診情報(40歳以上)</p> <p>特定健診(40~74歳)や高齢者健診(75歳以上)の結果を提供するか選べます。</p>	<p>受付が完了したら、カードリーダーからカードを取ります。</p> <p>高額療養費制度をご利用される方は、カードを取らずに、限度額情報を「提供する」を押してください。窓口で限度額以上の支払いが不要になります。</p>



精神科診療部長 ^{ふじもと}藤本 ^{かずき}和輝

2024年4月に着任しました藤本和輝と申します。これまで、大学病院、精神科単科病院、総合病院で精神科医師として勤務してまいりました。それぞれ特徴が異なる病院で勤務してまいりましたので、その経験を活かしたらと考えております。一時期、山登りが好きで、その時には恵庭岳や風不死岳などに登っておりました。しかし、近年は熊の出没情報が多くなっており、熊との遭遇が怖くて足が遠のいておりました。

病院の近くに藻岩山登山道の入り口があるのをみて、今後、熊情報に注意のうえ、藻岩山にも登りたいと考えております。街にも自然にも近い環境で働けることがとても楽しみです。地域の医療に少しでも貢献できる様、努力していく所存です。よろしくお願いいたします。

