



## 発刊元

公益社団法人  
 北海道看護協会留萌支部  
 【働き続けられる職場づくり推進委員会】  
 四戸 清水 高山 妻野  
 代表 留萌市立病院 0164-49-1011  
 kango@rumoi-hp.jp

令和2年度はコロナ禍により、支部活動は自粛となっていました、今年度は感染に注意しながら看護研修事業を何とか再開することができました。

9月には「家族看護」について札幌厚生病院家族支援専門看護師、川村真澄先生にzoomにてご講義いただき、家族看護の目的やコロナ禍で家族に与えた影響など、今後より一層患者・家族のニーズに寄り添う看護の提供が必要であることを再認識した研修となりました。

## 3職能・働き続けられる職場づくり推進委員会 合同研修会を開催

令和3年10月16日（土）新型コロナウイルス感染流行の間隙を縫って、三職能・働き続けられる環境づくり推進委員会合同研修会が行われました。

一般社団法人日本美腸協会 美腸アドバイザーの新谷裕香先生をお招きし、「腸を整えキラキラ輝く人生を～自分らしく生き生きとした毎日のために～」と題し、腸活と美腸ストレッチについて、実技を交え、楽しい研修となりました。

参加者は、コロナ禍での様々な自粛や職場での神経を使う仕事など、ストレスフルな生活を送る状況の中、心身の不調を感じている方おられるかと思えます。研修中は美腸ストレッチに笑顔で取り組む様子が見られ、「便秘だから食物繊維はちゃんと取ろう」「腸に良い習慣を続けてみよう」などの声が聞かれ、それぞれ実り多い研修となりました。まだまだ、各職種で落ち着かない状況は続くと思われれますが、ぜひ腸を労わるセルフケアを行い、免疫を上げてコロナに負けず元気に過ごしていきましょう。



## おわりに

今年度も看護の日やふれあい看護体験などのイベントが中止・延期になりました。そのような状況の中で9月、10月と研修を開催することができたのは皆様方のご協力あってのことと考えます。ありがとうございました。今後は、コロナ禍でも感染に注意しながら、様々な方に看護の世界を知っていただく機会を再考し、次年度以降ふれあい看護体験など再開していく予定です。一人ひとりの努力に加え、支部内の連携も強めて力を合わせて活動していきたいと思えます。

今回、留萌支部は広報誌を初のWebによる活動報告といたしました。コロナ禍、悪天候等で、集まって作業する事はできませんでしたが、テレビ電話で会議できることはありがたいですね。。。

これからもお手隙の際にご覧頂ければ幸いです。