

ほくほく



令和6年 No.8

赤十字フェスタ 2024 in 北見開催

今年一番の真夏日の中 600名以上という大勢の方にご来場していただきました。北見市赤十字奉仕団と北見市救急法赤十字奉仕団による焼き出しはあっという間に完売！アンリー君やハートラちゃん、ドナルドの周りには小さいお子さんから大人まで大行列！ちびっ子コーナーでもたくさんの未来の看護師さん・救護員さんがかわいい・かっこいい服装に大変身！その他のコーナーもたくさんの方で賑わっておりました。

今後も年に一度開催予定です。来年もたくさんの方のご来場をお待ちしております。



ワールドファーストエイドデー (WFAD)ってなあに？

救急法の普及は、世界の多くの赤十字・赤新月社が力を入れて取り組んでいる事業の一つです。

毎年9月第2土曜日を『世界救急法の日（ワールド・ファースト・エイド・デイ：WFAD）』と定め、世界中の赤十字・赤新月社で救急法を普及するイベントを開催しております。

今年も、市民の皆様を対象に10月26日（土）に端野町公民館にて開催を予定しております。詳細につきましては、現在調整中ですが興味のあるかたのご参加お待ちしております。お申込み等は不要です。また、入場料もございません。



皆様のご参加
お待ちしております！



北見赤十字病院・道立北見病院 職員による

出前講座 ご案内

病院には多くの職種の方が働いています。
地域の医療支援病院として、地域の皆さまに当院職員の医療知識を還元し、地域の皆さまと顔の見える関係を作り、更なる連携をより一層深めて行くことを目指しております。

- 学校の授業の一コマとして
- 市町村の健康講座として
- 病院・施設などの研修として

オホーツク総合振興局管内であれば無料で「出前」いたします！



是非
ご活用下さい！

詳細は、当院HP上の【実施要領】をご覧ください。
ご不明な点は……

北見赤十字病院(代表:0157-24-3115)
担当:事業課まで



5月12日は



看護の日

ナイチンゲールの誕生日5月12日を「看護の日」と定め、毎年全国で、看護の啓蒙活動を行っています。道立北見病院看護部も代々イベントを開催し、地域住民の方々へ、健康に目を向けていただく機会をご提供してきました。コロナ禍を乗り越え、今年5月13日から17日の5日間、4年ぶりに外来患者さん、ご家族とふれあう場を設けました。普段測定する機会の少ない握力を測定し、筋力維持の大切さをお伝えしました。

104名の方へ手作りの健康ハンドブックと、花の種をプレゼントし、「家で体操してみます」「ありがとう」と喜んでいただきました。ご参加いただいた方々の笑顔を見ると、来年のイベントに向けて胸が踊ります。



かんごちゃん



管理栄養士による

OSUSUME!!おうちごはん

【夏バテ防止!! 焼きなすの煮浸し】



○材料 (2人分)

・なす	2本
・ゴマ油	大さじ1/2
☆しょうがチューブ	2cmほど
☆めんつゆ(3倍濃縮)	大さじ2
☆水	100cc
・ねぎ(小ねぎ等)	適量

おすすめポイント

なすに含まれる成分には、体温を下げる効果があるよ。これを食べて夏を乗り切ろう！特に秋に収穫されるなすは、甘みと旨味が多いよ！



作り方

1. ☆の調味料を合わせておく
2. なすを縦に薄切りにして、フライパンにゴマ油を入れてなすが重ならないように両面焼く
3. 両面焼けたら①を入れて中火で味を染みこませる
4. お好みでねぎをのせて完成



赤十字安全法講習会開催しております！！

令和6年度も北見市地区・北見市救急法赤十字奉仕団と共同で講習会を開催しております。すべての講習の参加者を募集しておりますのでご希望される方はQRコードもしくは当院・北見市役所のホームページをご覧ください。参加申込みもホームページから可能です。ご連絡お待ちしております。

講習日	締切	内容
救急法		
基礎講習		
2024年5月12日(日)	4月26日	 傷病者の観察の仕方及び一次救命処置（心肺蘇生法、AEDを用いた除細動、気道異物除去）等救急法の基礎 【講習時間】4時間 【受講費】1,500円
2024年8月4日(日)	7月19日	
2024年9月29日(日)	9月13日	
2025年1月19日(日)	1月6日	
救急員養成講習（受講前に、救急法基礎講習を受講され認定証をお持ちの方が対象となります）		
2024/6/22(土)・23(日)	5月31日	 急病の手当、けがの手当【止血法、包帯法、固定法】、搬送及び救護 【講習時間】12時間（2日間）【受講費】2,100円 ※赤十字看護師ラダー認定取得に救急員資格が必要です
2024/8/31(土)・9/1(日)	8月9日	
2024/12/7(土)・8(日)	11月15日	
2025/2/15(土)・16(日)	1月24日	
幼児安全法講習		
支援員養成講習		
2024/8/17(土)・18(日)	8月1日	こどもに起こりやすい事故の予防と手当及びこどもの病気への対応（AEDを用いた心肺蘇生・気道異物除去） 【講習時間】12時間（2日間）【受講費】2,200円
短期講習（子どものケガの手当てと病気と看病のしかた）		
予定なし		手・頭のけがの手当・けいれん、下痢、嘔吐などの病気について 【講習時間】2時間前後 【受講費】53円
短期講習（小児救命コース）		
2024年5月11日(土)	4月26日	こどもに起こりやすい事故の予防と手当（AEDを用いた心肺蘇生） 【講習時間】2時間前後 【受講費】453円
2024年11月2日(土)	10月17日	
2024年12月7日(土)	11月28日	
短期講習（災害が起こったときに）		
2024年10月5日(土)	9月19日	災害に対する心構え、避難所生活について、災害時に乳幼児及びその保護者を支援するために必要な知識と技術 【講習時間】2時間前後 【受講費】53円
健康生活支援講習		
支援員養成講習		
2024/7/13(土)・14(日)	6月21日	健康増進と高齢者に起こりやすい事故の予防・手当、地域における高齢者支援に役立つ基礎的知識・技術、日常生活の自立に向けた具体的な介護の知識と技術 【講習時間】12時間（2日間）【受講費】900円
2024/11/30(土)・12/1(日)	11月7日	
災害時高齢者生活支援講習		
2024年5月25日(土)	5月9日	災害について・避難所で気をつけたい症状・床からの起き上がり・立ち上がり・リラクゼーション・レクリエーションの知識と技術 【講習時間】2時間 【受講費】53円
2024年9月8日(日)	8月16日	
2025年2月8日(土)	1月17日	
短期講習（地域で支える認知症）		
2024年8月3日(土)	7月25日	認知症とは・認知症の主な症状・認知症の人への対応・予防と早期発見・家族の理解と支援・地域で支えるために・脳とからだの機能を向上させる「コグニサイズ」の体験 【講習時間】2時間 【受講費】53円



▼お申込み詳細はこちらから▼



▲【北見市役所ホームページへ移動します】



▲【北見赤十字病院ホームページへ移動します】▲

所在地



北見赤十字病院

〒090-8666
 北海道北見市北6条東2丁目1番地
 TEL 0157-24-3115

北海道立北見病院

〒090-0027
 北海道北見市北7条東2丁目2番1
 TEL 0157-24-6261

北見赤十字病院・道立北見病院広報誌「ほくほく」について

広報誌「ほくほく」の名前は、病院職員から募集し、その中から選考しました。北見赤十字病院の「北」と北海道立北見病院「北」をつなげ、安心感のある「ひらがな」で表現しています。地域の皆様に安心できる情報をお伝えして行きたいと思えます。