



いつでも、どこでも、誰でもが最善の医療を受けられる社会へ

-mind



2025
Vol.30
6~8月号

聞かせて! 看護部長

三浦 千賀子

患者になり気持ちが分かった

“一度きりの人生だから、笑って生きたい”

減塩レシピ／旬をからだに
とうもろこしと
トマトのスープ

コラム
チームで支える
安心の看護体制

Information



医療法人徳洲会

成田富里徳洲会病院



聞かせて!

看護部長

三浦 千賀子

Chikako Miura

患者になり気持ちが分かった
“一度きりの人生だから、笑って生きたい”

PROFILE

[みうら・ちかこ]

1998年4月千葉徳洲会病院へ入職。
済生会習志野病院、四街道徳洲会病院、
鎌ヶ谷総合病院勤務を経て2025年2月
より当院現職。

素直に教わる姿勢で まず自分が変わる

今年2月、看護部長として当院に転勤してまいりました。30代で看護の道に入りまして、近隣の徳洲会グループ病院に勤務し、看護業務および、看護責任者として管理業務を行ってきて、当院が4院目です。

9月には開院10周年を迎える当院ですが、グループの理念を実践していくために何ができるのか、みんなが自分たちで考えて行動していけるように、そっと背中を押すつもりで赴任してきました。

「自分が変わらなければ何も変えられない」。管理者として経験を重ねるうちに、本当にそう思うようになりました。理想に当てはめて考えていると自分が苦しくなってしまいますが、「いろいろな人のデコボコが合わさってチームの形が出来上がる」と見方を変えれば、気も楽です。

他の看護師たちにも、型にはまらず、教わる姿勢は素直でいてほしい。その方がうまく変化して、前向きになれたりしますから。明日

どうなるかは誰にも分かりません。一度きりの人生なのだから、精いっぱい生きて自分に誇りを持ち、楽しく前向きなナース人生を送ってほしいなと思います。

オフィス勤務から一転 人生の崖っぷちに

看護師は若い時から真面目に看護経験を積んでいる人が多いので、私の経歴は少し異色で、見方が違う部分があるかもしれません。

大学卒業後、就職して東京・丸の内のオフィスで6年半働きました。結婚後も共働きで、気ままな二人暮らし。「順風満帆な人生」と結婚式では言われましたが、その後何度か落とし穴があって、人生の崖っぷちに立たされました(笑)。

看護師の免許が取れた時は飛び上がるくらいうれしくて、これから自分の人生を切り開いていけると思ったのですが……。今のご時世ではありえないことだけど、夜勤が明けても帰れず、そのまま夕方まで働くというのが当たり前になっていました。仕事漬けの毎日

がたたったのか、体を壊してしまっただんです。

玄関で突然倒れて救急車で運ばれ、4カ月の休職。片方の耳の奥の「内耳」に障害が起きて、一定の音域が聞こえなくなり、体の平衡感覚を保てなくなりました。

自分が患者になって 気持ちが分かった

初めは体のバランスが取れなくて杖をついていましたが、「人間の体は素晴らしい。必ず脳が修正してくれるから、リハビリを頑張りなさい」と医師に言われて、本当にそうだったんです。耳鳴りや、聞き分けにくくて困ることなども日常的にありますが、リハビリでまっすぐ歩けるようになり、今は車の運転も楽しんでいます。

それまで患者さんの大変さや、つらい思いを理解しているつもりでいたけど、自分が病気になって初めて気がついたことがたくさんありました。私はナースコールを押すのも気が引けてしまって。患者になってみて、ようやく本物の看護師に

なったような思いがして、「看護って難しい」と改めて実感しました。

その後、思ってもみなかった、管理者としての道を生きること。重責ではありますが、いただいた機会を生かして「社会の役に立ちたい」という信念のもと働いてきました。

「身内がかかりたい」 と思える診療科に

ある時、私を看護部長に選んだ上司が、その理由を教えてくださいました。「三浦さんは、いつも楽しそうにしているから」と。私は、「明日は今日よりもっと楽しいことがあると思っています」と返事をしました。

たぶん小さい頃からそういうキャラクターなんです。昔の写真をみると、いつも笑顔。亡くなった父には、「人生は一回限り。文句を

言って終わるのではなく、努力を重ね、明るく生きなさい」と言われて、厳しくしつけられました。その割に自由気ままに育ちましたけれど(笑)。

“鈍感力”という言葉がありますが、私は看護師として働けることが楽しくて、もうウキウキして看護していました。もちろん苦しいことも悲しいこともたくさんあるけれど、思い詰めるより、「ははは」と笑って生きていけたら、それが一番。これまでいろいろな人に助けられ、看護師としてやって来られたことは本当にありがたくて、いい人生をいただいたなと思っています。

自分に合った運動で 心肺機能を保とう

看護部長になると現場の仕事がで

きない決まりなので、そこが辛いところではありますが、管理業務や病院運営を知ることができて、いい経験をさせてもらっています。

当院の看護体制を整えることが、これからの私の使命。まずは看護を充実させるために、看護師数を増やすことを考えています。前の病院でも看護部長として増員対策に携わり、目標を達成しました。その時は200人ぐらい面接しましたね。

すぐに結果が出ることばかりではありませんが、看護部の質の向上を目指し、「ここで働きたいな」と思えるような取り組みを進めていきたいと思っています。

この病院が向上していく未来を考えると、すごく楽しみです。皆さんに信頼され、「ここに来れば安心」と思ってもらえるように努力していきますので、末長くご愛顧ください。



コラム チームで支える、安心の看護体制

当院の看護部では、患者さんと看護師の双方にとって安全な環境を目指し、「チームナーシング制」を導入しています。病棟の看護師を2～3のチームに分け、診療科や患者さんの病状に応じてチームで協力しながら看護を行う仕組みです。

この体制では、経験豊かな看護師が新人をサポートすることで、

安定した質の高いケアを提供できます。また、業務を分担することで負担が軽減され、働きやすい環境づくりにもつながっています。

今後は、2人の看護師がペアを組んで協力する「パートナーシップ制」の導入も視野に入れ、より安全な看護の実現を目指してまいります。



各種研修により、日々スキルアップに努めています

看護部公式Instagram始めました！

当院の看護部で活躍する看護師たちの日々の様子を紹介しています。ぜひご覧ください！



旬をからだに 減塩レシピ

とうもろこしとトマトのスープ

材料(1人分)

- とうもろこしの実 ……50g (缶詰の場合も同様)
- トマト ……1/4個 (50g)
- しいたけ ……1/2個 (10g)
- 水 ……150cc
- 鶏ガラスープの素 ……小さじ1
- ブラックペッパー ……少々
- 水溶き片栗粉 ……小さじ1 (小さじ1の片栗粉を同量の水で溶かす)
- ごま油 ……小さじ1

作り方

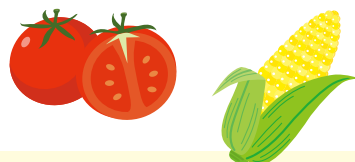
- ① トマトは1cm角、しいたけは5mm程度の薄切りにする。生のとうもろこしの場合は、実を房から取っておく。
- ② 鍋に水を沸かししいたけを入れる。沸騰したら弱火にしてとうもろこしを入れ、弱火で5分ほど煮る。(缶詰のとうもろこしを使用する場合は3分程度でよい)
- ③ 鶏ガラスープの素、ブラックペッパーを加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ④ トマトを加えて火を止め、ごま油を加えて完成。



エネルギー 175kcal
食塩相当量 0.3g ※エネルギー・塩分は1人分の値です

* 減塩のポイント *

とうもろこしの甘みやしいたけの旨味が味に深みを出します。トマトの酸味が爽やかなアクセントになりさっぱりと食べやすい仕上がりになっています。ぜひお試しください!



Information



2025年度、新しい仲間を迎えました!

2025年4月1日に、成田富里徳洲会病院と併設の介護老人保健施設成田富里徳洲苑による合同入職式を開催いたしました。成田富里徳洲会病院には医師2名、看護師23名、准看護師1名、看護補助者2名、薬剤師1名、臨床検査技師1名、放射線技師3名、理学療法士6名、臨床工学技士4名、事務員7名、計50名を、介護老人保健施設成田富里徳洲苑には介護職員1名の職員を新たに迎えることができました。

新入職員は、さまざまな研修を通じて地域の医療・看護・福祉に貢献できるよう努めてまいります。本年度もどうぞよろしくお願いいたします。



成田富里徳洲会病院の運営方針

徳洲会の基本理念「生命だけは平等だ」をこの成田富里の地で実現することを使命として運営します。

理念の実行方法

1. 救急患者さんを断らない
2. 患者さんからの贈り物は一切受け取らない
3. 安心安全な質の高い医療を提供する
4. 地域のニーズに耳を傾け、患者さん目線で医療を提供する
5. 高度な技術と豊かな人間性を併せ持つ医療人を育成する



国道51号線からの場合、京成成田駅入口の信号を富里方面へ曲がり約100m 東関東自動車道の場合、富里ICより成田駅方面へ約8分



医療法人徳洲会

成田富里徳洲会病院

〒286-0201 千葉県富里市日吉台 1-1-1 ☎0476-93-1001(代)
E-mail soumu@naritatomisato.jp https://www.naritatomisato.jp/



「とみちゃん」は富里市の公式マスコットキャラクターです。