

# 日々研鑽

～職員が取得している認定資格を紹介します～

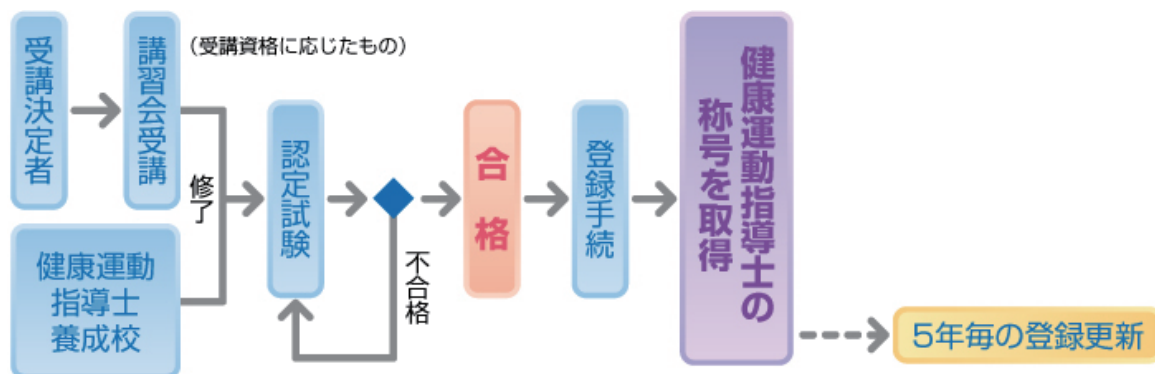


患者さんにより質の高い医療を提供するために、当院の職員は、入職後も日々研鑽を続け、それぞれ特定の分野において高度な知識と技術、経験を積むことによって得られる「様々な認定資格」を取得しています。この連載では、認定資格を得るための条件や流れ、資格取得後の働き方などについてご紹介していきます。

管理栄養士の認定資格

## 健康運動指導士

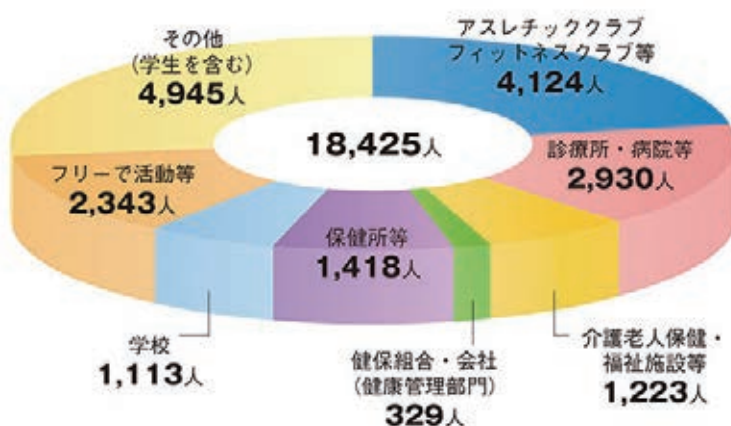
「健康運動指導士」とは、個々人の心身の状態に応じた、安全で効果的な運動を実施するための運動プログラムの作成及び指導を行う者をいいます。厚生労働省所轄の「財団法人健康・体力づくり事業財団」が養成・資格認定・登録事業を行っています。「健康運動指導士」の称号を取得するには、養成講習会などを修了して認定試験に合格した上で健康運動指導士台帳に登録されなければなりません。



養成講習会には、運動生理学をはじめバイオメカニクス、トレーニング、生活習慣病などに関する講義、エアロビックダンスや水泳といったフィットネス、運動プログラムの作成などの実習が含まれます。

講習会の受講資格は①歯科医師、看護師、准看護師、助産師、薬剤師、栄養士、あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゆう師、柔道整復師、理学療法士、作業療法士、臨床検査技師のいずれかを有している者であって大学卒業者(104単位コース)②医師、保健師、管理栄養士の資格を有している者(70単位コース)③4年制体育大学卒業者(51単位コース)④健康運動実践指導者の称号を有する者(40単位コース)などとされています。

令和2年3月1日現在、健康運動指導士として登録されている方は、全国で18,332人(男性6,644人、女性11,688人)おり、それらの方々の職場は、右のグラフのとおりです。



関東中央病院に在籍する管理栄養士の中で、この資格を持っている人は今まで室長しかおりませんでした。しかし、室長はあと数年で定年退職してしまうので、後を引き継ぎたいとの思いから私もこの資格に挑戦しました。現在、この資格を活かして糖尿病の教育入院における運動指導講義、及び2か月に1度開催される糖尿病の患者会である「櫻会」における体操コーナーを担当させていただいております。

肥満や生活習慣病の改善には『食事』と『運動』が車の両輪のように重要な役割を担います。しかし、運動となると「苦手」や「つらい」といったイメージをもたれる方も少なくありません。そのような方にも楽しく続けられる、ワクワクするような運動や体操などを提案していくつもりです。今後の展望としては、個人栄養指導の中で、希望者に対して最後の数分を使って運動の指導も行っていきたいと考えています。そのためにも自分自身のトレーニングに、より一層力を入れていきたいと思っています。

(文責：栄養管理室 石垣 伽那子)



糖尿病の教育入院における運動指導講義



「櫛会」での体操コーナー



## 関中ニュース

### 行事・イベント報告

#### 関東中央病院&おおくら大佛ブルーライトアップ

11月14日の世界糖尿病デーに合わせ、11月4日(水)～20日(金)の間、関東中央病院の正面玄関にブルーサークルをライトアップしました。

ブルーサークルはWHO(世界保健機関)が制定した世界糖尿病デーのシンボルマークで、どこまでも続く空を表す「ブルー」と団結を表す「輪」を意味しています。本来なら、この日に合わせブルーライトアップされた世田谷妙法寺のおおくら大佛を見学しに患者さんと職員とが一緒に歩く「大佛ウォーク」が実施される予定でした。しかし今年には新型コロナウイルス感染防止の観点から中止となりました。来年は、今年の方まで皆さんと共に楽しく歩けることを切に願っております。

(関東中央病院  
糖尿病ケアチ  
ーム)



### 行事・イベント報告

#### 総合防災訓練を実施しました

当院は、災害時に重症者の収容・治療等を行う災害拠点病院に指定されています。それに備え、有事の際でも職員を中心に病院機能を維持し、また迅速に傷病者の治療行為を確保できるよう、定期的に訓練を行っています。今年も10月30日に玉川消防署、玉川警察署のご指導、立ち合いの下、総合防災訓練を実施しました。

- ・防災センター駆付け→チェックリスト記入→役割分担
- ・災害対策本部設営→被害報告、まとめ→外部患者受入れ決定

- ・トリアージ※訓練

トリアージエリア設営、緊急医療救護所の設置及び運営

※トリアージ:治療の優先順位をつけて、負傷者をグループ分けすること。

