

雪わり草

安曇野赤十字病院広報誌



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

2015 45号

Contents

- 02 病院長就任のごあいさつ
- 03 頭部外傷の救急対応について
- 04 知っておきたい糖尿病のこと
- 05 知っておきたい糖尿病のこと
- 05 臨床研修センターから
- 06 地域の診療所紹介
- 07 職場紹介
- 08 母乳相談・育児相談外来
- 09 病院の感染対策について
- 10 着任者の紹介



表題（愛称）雪わり草

冬の厳しさに耐え
春の訪れを告げるように
雪を割って可憐な花を
咲かせる雪わり草。
この小さな花の希望を持って
逆境に耐え抜く力強さを
紙面に載せ、地域の皆さまへ
お届けしたく
「雪わり草」と名付けました。
花言葉：忍耐・信頼・はにかみやなど

写真解説

長峰山（ながみねやま）

安曇野の東山、標高934mの長峰山は、北アルプスをバックに梓川・穂高川・高瀬川が合流して犀川となるのが見渡せる絶景ポイント。NHK朝の連続テレビ小説「おひさま」で度々登場する安曇野平の映像は、ここから撮影された。この眺めは、川端康成、東山魁夷、井上靖の3氏が揃って登った際、川端が「残したい静けさ、美しさ」と眺めを絶賛した。山頂は広々とした草原になっており、パラグライダーの離陸点としても人気がある。



この広報誌は地球にやさしい再生紙を使用しています。

病院長就任のごあいさつ

病院長 中野 武



このたび澤海明人先生の後任として病院長に就任いたしました。新たな任務に、身の引き締まる想いであります。従来と同様に一層のご支援、ご鞭撻をお願い申し上げます。

のが春先で駅からの道は解けかけた雪で歩きにくかった記憶があります。以来25年近く当院に勤務しています。2004年から副院長としての仕事もさせていただいております。

法の講習、青少年赤十字運動、社会福祉活動、赤十字ボランティアなどの活動を行っております。さらに当院は安曇野市および周辺市町村、その住民の皆様をはじめ多くの方々のご尽力により、2010年に新病院が竣工いたしました。まさに安曇野地域の中核病院、市民病院としての性格があります。当院は皆様のご期待に副うべく努力いたしております。

初めに自己紹介をさせていただきます。私は1955年生まれで、出身地は県内北信地方です。信州大学を1979年に卒業しました。大学病院で内科、特に神経系の内科疾患の研修をおこなってきました。大学病院からの派遣で飯田市立病院などに勤務。米国での研究生生活を経て、安曇野日赤病院の前身である豊科赤十字病院への着任は1991年です。着任した

さて当院は創立から64余年の歴史があります。日本赤十字社が運営する92病院の一つです。長野県には諏訪、長野、飯山、下伊那、川西、当院の6つの赤十字病院があります。県内には血液事業のための血液センターもありますし、看護師養成のための専門学校も2校あります。日本赤十字社は病院運営、血液事業、看護師養成のほか、国内、国外の災害救護、救急

アルプスの山々を望む、この自然豊かな安曇野の地において、病院長として目指すべきは、赤十字の理念に則り、患者様に信頼され満足して頂ける病院、そして職員もその使命に向けて、生き生きと職務に励むことができる病院作りであります。救急医療体制の維持、病診連携の推進、医療の質の更なる向上、よき医療人をめざす職員の教育研修の充実など、一歩一歩進めて行ければ良いと思いま



すので、ご支援、ご鞭撻重ねてお願い申し上げます。
◆ 皆さまの御繁栄と御多幸をご祈念申し上げ、就任の御挨拶とさせていただきます。

◎ 特集 1

頭部外傷の救急対応について

頭をぶつけてしまったらどうしますか？
すぐ頭部CT？
いえ、必ずしもそうとは限りません

救急部長 志村 福子



まずは電話でご相談ください。救急部スタッフがお答えします。

「頭を打ちました。心配だから診察して欲しいです。」
救 急外来に勤務していると、1日に2〜3件はこのような問い合わせがあります。また「頭を打った」患者の救急搬送収容の依頼も多く、頭部外傷は非常に頻度の高い救急疾患と言えるでしょう。患者や家族の多くは、「頭の中の怪我が心配なので、病院ですぐ頭部CT画像検査をしてもらおう。」と考えています。また、園や学校などで生徒が頭を打つと、先生方は保護者に急いで連絡を取り、早期の病院の受診を積極的に勧める傾向にあります。

ところが、実際の診療ではどうでしょうか。実は、**頭を打った人全員に頭部CT検査は必要ないのです。**

頭 部外傷で来院した患者に対して、海外では、どのような時に頭部CTを撮影する必要がありますか、診療の指針があります。日本独自の指針はまだ無いので、それらの海外の指針を参考にしています。その判断基準の重要項目を表に挙げてみました。この診断項目

目に該当しない場合、低リスクと考えられ、画像検査は必要ないと考えます。このような指針を使用することにより、不必要な画像検査を減らすことが出来ます。

と いうのも、CT検査はレントゲンの検査に比べ、放射線の被曝量が多く、特に小児は、放射線の影響も大人より受けやすいと言われています。最近の研究では、小児期の頭部CT検査により脳腫瘍や、白血病のリスクが上がる、また、白内障の危険性も高まる、また、白内障の危険性も高まる、と言われています。ですので、小児の場合は本当に必要だと判断した時にしか、頭部CT検査を行いません。

逆 に、高齢者は、脳が萎縮し、出血しやすくなっていること、転んだ時にとっさに体をかばうことが出来ず、脳に強い衝撃を受けやすいことにより、頭部CT検査が推奨されています。また年齢に限らず、抗血栓薬（血液サラサラの薬）を内服していれば、検査をします。

頭部CT検査を行う目安
・来院時に意識障害や物忘れなどの脳神経学的異常がある
・一時的な意識消失や物忘れがあった
・吐き気・嘔吐・頭痛・けいれんがある（あった）
・高い所から落ちた・交通事故ではねられた（2歳未満：90cm以上 2歳以上：150cm以上の高さからの転落）
・認知症のある高齢者
・血液サラサラの薬を内服している
・頭蓋骨の骨折が疑わしい

高 齢者の方は、意識がしっかりとしていれば、あわてて救急車を呼ぶ必要はなく、自家用車やタクシーで病院に来てくださいます。また小児の場合、大きな怪我がなく、元気であれば、受診をせず様子を見ていかまいます。

し かし、そうはいつでも判断に迷うことが多いものです。その場合は電話で遠慮無くご相談ください。



糖尿病重症化予防研修終了
(透析室 看護師)
降旗 都

知っておきたい糖尿病のこと(9)

フットケアってなあに？

血糖値のコントロールがうまくできずに、糖尿病が悪化すると合併症が起こります。更に障害が進むと、足に潰瘍や壊疽(えそ)が起こります。

このような **糖尿病の原因とする足病変の悪化を防ぐ、医療的な足のケアが「フットケア」**です。当院では、医師の指示によって専任の看護師が、タコ・うおのめ・巻き爪などの足のトラブルをケアしたり、正しい爪切りや足のセルフケアについて指導するフットケアを行っています。

足(下肢)にできる閉塞性動脈硬化症はこわい病気

糖尿病による高血糖が続くと、細い血管が傷ついて糖尿病神経障害が起こります。

糖尿病神経障害になってしまうと、足の感覚がぶるるので、痛みを感じにくくなりキズややけどにすぐ気づけなくなります。また、高血糖で身体の抵抗力が弱くなるので、細菌や真菌(水虫)などの感染症に対する抵抗力も落ちて、

キズの治りも遅くなってしまいがちです。このような状態を放置していると、潰瘍(かいよう)ができて、足の形が変形したり、爪がボロボロになったりと、様々な足病変が起こります。

それに加えて糖尿病では大きな血管が動脈硬化を起こします。動脈硬化を起こすと血管の壁が硬く変化して血管が細くなるので、血液が流れにくくなります。これを **閉塞性動脈硬化症**といいます。

閉塞性動脈硬化症になると、初期はしびれや冷感、だるさや痛みなどの症状が現れます。そして新鮮な血液(酸素や栄養)が末端に届けられないためにキズが治らず、感染を起こし、潰瘍(かいよう)に・・悪化すると壊疽(えそ)が起こって、足の切断にまで至るおそろしい病気なのです。



足病変は日頃の予防と早い発見が大切!

しかし、足病変が起こらないよう、日頃から足をケアしていれば、必要以上に恐れることはありません。閉塞性動脈硬化も早く発見できれば、足の血管を拡張する治療法などによって、切断を防ぐことができますのです。



神経障害や網膜症が強くなっていると、自分で自覚しにくいので、医師に相談して診察を受けましょう。当院では毎週火曜日の午後(予約制です)にフットケア外来を行っています。平成27年度からは、痛みのない方法で足の血流の状態をみることで新しい検査(皮膚灌流圧測定)が導入さ

糖尿病の進行による変化をチェック

- ①末梢神経の働きが低下する
 - しびれや痛みがあったり、感覚が鈍くなっていませんか?
 - 足がいつもほてっていたり、つりやすかったりしませんか?
- ②動脈硬化が進行して、血流が低下する
 - 足が冷たくありませんか?
 - 足の色が悪くなっていませんか?
- ③皮膚の抵抗力が低下する
 - 傷が治りにくくなっていませんか?
 - ちょっとしたことでも化膿しやすくなりませんか?



潰瘍などに進展する病変をチェック

以下のものがないか、こまめにチェックしましょう。
ある場合は悪化させないように、治療が必要です。

- うおのめ、胼胝
- 水ぶくれ
- 皮膚の乾燥、ひび割れ
- 腫れ
- 切り傷、ひっかき傷
- 皮膚の色の变化
- 靴ずれ
- 化膿・悪臭



フットケアの様子

れ、さらに詳しい検査が可能になります。チェック項目で当てはまることがある方は、お気軽にスタッフまで声をかけください。

臨床研修センターから

臨床研修センター(若手医師教育担当) **亀田 徹**

新臨床研修制度が始まり11年が経過しました。この制度は医師として幅広い能力を養うために、医師免許を取得後、国から指定を受けた施設で2年間の研修を行うものです。当院は同指定を受けており、積極的に臨床研修医の受け入れを行っています。また昨年度には卒後臨床研修評価機構から外部評価を受け、質の保たれた施設として認定されました。現在、医師免許取得後1年目2名、2年目4名の臨床研修医が、指導医と指導者のもとで診療を行っています。臨床研修医は当院にとってかけ

がえのない存在であり、若さと情熱で病院全体を活気づけてくれます。地域そして日本の医療を支える存在として、今後の活躍が期待されます。どうか皆様のご理解、ご支援をよろしくお願い申し上げます。



臨床研修医と臨床研修センタースタッフ一同

○臨床研修医より一言

当院は安曇野の地域医療を担う中核病院として機能していると同時に研修医の教育施設でもあります。当院の研修医の数は4人から6人と増え、にぎやかになってきました。このくらいの人数なので医師だけではなく各部署のスタッフにも顔を覚えてもらい、和やかな雰囲気のもとで研修をさせて頂いております。医師としてのスタートを切って早1年、まだまだ駆け出しとはいえ少しずつ医師の業務が体に染みついてきたことを実感しております。そして生涯忘れ得ないような印象深い患者さんと接する機会もございました。常に学ばせていただくという姿勢で真摯に医療に向き合っていきたいと思っております。地域医療も同様で、皆様のお力添えなしには成し得ません。我々研修医も微力ながら地域医療に貢献していく所存です。何かございましたらどうぞお気軽にご相談いただければ対応させていただきます。



3S病棟スタッフ

による苦痛が少しでも軽減されるよう、部屋や廊下の壁に四季折々の飾りつけをしており、好評を頂いています。

産婦人科では、現在分娩は行っていませんが、切迫早産や妊娠悪阻に対する対応を行っています。

婦人科系疾患では、子宮や卵巣腫瘍などに対し、手術や化学療法を行っています。治療による苦痛の緩和に努め、退院

3 S病棟

■スタッフ体制

- 看護師..... 19名
- 助産師..... 2名
- 看護助手..... 2名
- 病棟クラーク..... 1名

3 S病棟

は、小児科、産婦人科、耳鼻科、眼科、整形外科があり、夜間の救急患者さんも受け入れる病棟です。

小児科は、気管支喘息、肺炎、胃腸炎、川崎病、アレルギー疾患など、様々なお子さんが入院しています。児の成長発達に沿った声かけ、看護ケアを行っています。付き添いをして親族の方も体調を崩したり、不安を抱えていることもありますので、健康管理や声掛け、傾聴に努めています。お子さんにとって、入院

耳鼻科

では、慢性扁桃炎、扁桃腫大、副鼻腔炎等の疾患で手術を行います。術後の苦痛緩和に努めています。時にはお子さんが手術を受けることもあります。

耳鼻科領域が原因とするめまいがある患者さんには、安静と点滴による、症状の緩和を行います。精神的ストレスが原因になっていることが多く、休養して頂くと共に、めまい発症予防のための指導、患者さんの話を傾聴しています。

眼科では

、月に3回程白内障の手術を行っています。2泊から3泊程度の短期入院ですが、円滑に手術が進むようお手伝いをしています。

整形外科では、主に脊椎疾患により、痛みやしびれを緩和するための点滴や牽引療法を行っています。2週間程度の入院で、症状の変化に注目し、苦痛の軽減に努めています。

昨年

10月より、夜間の救急患者さんを受け入れる病棟となり、多くの患者さんが、連日夜間に緊急入院しています。重症の患者さんはICUに入りますが、当病棟では中等症程度の患者さんを対象としています。様々な疾患の患者さ



小児の患者さんが楽しめるように手作りの飾り付けを行っています。

(松嶋 由香)

3 S病棟

は、0歳から100歳代まで、幅広い年齢の患者さんがいらつしゃることが特徴です。各々の患者さんにとって、寄り添う看護が提供できるよう、日々努力しています。

OutLine

- 【診療科】 歯科、矯正歯科
- 【診療時間】 月・火・水・金9:00~12:30
(受付時間 9:00 ~ 12:30)、
14:30 ~ 17:30
(受付時間 14:30 ~ 17:30)
- 【休診日】 日、木、祝日

布山歯科医院

〒399-8102
安曇野市三郷温2251-1
☎0263-77-6388



インタビュー

—布山歯科医院の目指すもの

医院は昭和62年7月に開業いたしました。スタッフにも恵まれ早いもので開業以来28年が経過しました。開業以来、根管治療（歯の神経を取った後の歯の根の治療）、歯周治療（歯周病の治療）、咬合治療（咬み合わせの治療）をきちんと行える歯科医院を目指してきました。なぜならこれらの治療は歯の健康に直結する治療だからです。どんなに高価な入れ歯やセラミックス冠を入れても、この3つの治療がきちんと行われていないとけして長持ちすることはありません。28年経ってもこの基本方針に変化はなく、術後20年以上トラブル無く経過している症例も数多くありました。

歯科医師の臨床能力は症例の経験を積み重ねることで向上します。そのためには初診時からレントゲン写真や口腔内写真など記録をきちんと取ることが必要不可欠です。自分の行った処置が適切であったか否かは術後の経過を観察して行くことでしか答えを得られないからです。たとえ最新の機材や理論などを学会や講



布山院長先生とスタッフの皆様

習会で聞いてきてもそれが実際の臨床でよい結果をもたらすかは術後経過を追わなければ答えは出ないので。この経験値の積み重ねで私自身の診断能力や処置方針も開業時に比べるとずいぶん変わってきました。

一例を挙げるとインプラントを2008年に導入したことです。それまではインプラント治療については批判的な立場でいました。しかし長年患者さんの記録を見返していくと結局歯がだめになる最大の原因が自らの咬合力であることは疑いようがありませんでした。歯の欠損が進むと残った歯が自分の咬み合わせの力を支えられず次々とだめになっていってしまします。現時点ではそんな咬合崩壊を止める有力な手だてがインプラント治療だからです。201



院長先生をはじめ笑顔で迎えて下さったスタッフの皆さんお忙しい中ありがとうございました。美しい田园風景に溶け込むようにある医院で診療に集中されています院長先生が印象的でした。ますますのご活躍をご祈念いたします。



CT撮影装置

1年にはより安全にインプラント治療を行うために歯科用のコンピュータも導入しました。

今後より良い歯科診療を目指して行きたいと思っています。

「母乳相談・育児相談外来」始めました

このたび、これから出産される方、出産され日々子育てに奮闘されているお母さんとその赤ちゃんに、少しでもお役に立てればと「母乳相談・育児相談外来」を始めました。

少子化、核家族化の進む昨今、乳幼児とあまり接する機会がないまま大人になった人たちが親になり、初めての出産・子育てに戸惑う場面が見受けられます。周りのサポートが充分受けられればいいのですが、実家が遠方だったり、さらにその親世代も職に就いていたりとなかなか援助を受けられないこともあります。そして巷には育児書・インターネットなど様々な情報があふれており、どうしていけばよいのか迷うことも多いのではないのでしょうか。

そんな時に当院の「母乳相談・育児相談外来」を利用して、助産師による乳房ケアを受けたり、相談したり、育児に対する思いを話すことで肩の力が抜けてリラックスできればと思います。前向きに楽しく子育てできるきっかけになれるような外来にしていきたいと考えています。

☆対象：育児中の母子（出産後～卒乳まで）

☆日時：月曜日 9:00～10:00・10:00～11:00・11:00～12:00

水曜日 13:00～14:00・14:00～15:00・15:00～16:00

完全予約制

☆料金：2000円

◎受診予約はお電話にて、産婦人科外来で受け付けています



健康まつりを開催します

地域の皆様に病院の取り組みを知っていただき、健康管理に役立てていただくため、当院では今年も健康まつりを開催します。アトラクションやパフォーマンス、職員による健康相談や健康講座など楽しく健康に役立つ企画を考えていますので、ご近所お誘い合わせのうえご来場ください。詳細はポスターやチラシ、当院ホームページでご案内をしております。

☆日時：平成26年6月21日（日）9:30～14:00

☆場所：安曇野赤十字病院

☆問合先：健康まつり実行委員会事務局



マスコットキャラクターが来場します



医療機器の展示や体験コーナーもあります

病院の感染対策について

「感染対策チーム」の取り組み



医療安全推進室
院内感染管理者
大塚 百合子

安

曇野赤十字病院は、感染管理に関わる組織を構築し、院内感染の防止に努めています。

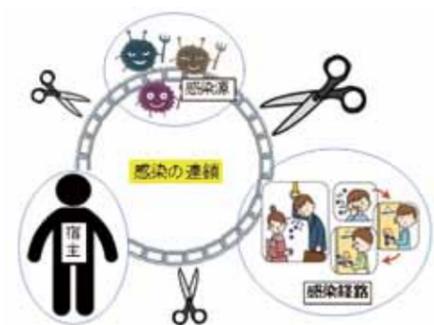
感染対策チーム（以下ICT[※]）は、感染制御医師、感染管理認定看護師、感染管理専門薬剤師、認定臨床微生物検査技師と、様々な職種の人材がその専門性を生かして、感染対策の実践的な活動を行っています。

患者および医療従事者など病院内にかかわるすべての人が、院内で新たな感染症に罹患し

※ICTとはインフェクション（Infection 感染）コントロール（Control 制御）チーム（Team）の略です。

感

染症が成立するためには、①感染源（原因となる細菌・ウイルス、カビなどの微生物とそれを保有する人や物）、②宿主（感染する相手となる患者さんや医療従事者）、③感染経路（血液、咳やくしゃみ、触るなど、感染源から宿主まで微生物を運ぶ手段）の3つの要素が必要です。これら3つの要素のメカニズムは「感染の連鎖」と呼ばれており、この感染の連鎖を断ち切ることが、感染対策の原則となります。



ICTの主な活動は、定期的に院内を巡回し、感染対策事例の把握とともに、感染防止対策が適切に実施出来ているか状況の確認し、更なる改善に向けた検討を行うことです。また新入職員を対象にした研修会、年に2回全職員を対象とした研修会を開催し、教育に努めています。今

※手指衛生とは石鹸と流水での手洗いと擦式アルコール製剤での手指消毒のことです。

ICTの主な活動

- 1) 院内の巡回（ラウンド）
- 2) サーベイランス
- 3) スタッフへの教育
- 4) 職業感染防止対策
- 5) アウトブレイクの早期発見・対応
- 6) 感染防止対策マニュアルの作成・改訂
- 7) 細菌の分離状況の把握とフィードバック
- 8) 特定抗菌薬使用状況の把握・指導
- 9) 安全な療養環境整備 など

染の連鎖を断ち切るために、①感染源の除去（洗浄・消毒・滅菌）、②感染経路の遮断（適切なタイミングでの手指衛生[※]、マスク・手袋など个人防护具の着用、ベッドの配置・隔離対応等）が求められています。

職

業感染防止では、衛生委員会と連携して針刺し事故防止対策や、ワクチン接種を推進しています。

その他、感染防止対策加算1施設として、地域の医療機関（相澤病院・穂高病院・市立大町総合病院・北アルプス医療センターあづみ病院）と施設相互ラウンドや、感染管理に関する合同カンファレンスを行い改善に向けた活動もしています。

着任者を紹介します



副院長 雄山 瑞蔵

私は麻酔科医師として31年、この病院に勤務して15年ひたすら臨床医として麻酔をかけ続けてきました。その数は優に一万例を超えています。不幸にして手術を避けることのできない患者様が、少しでも安心して安全な手術が受けられるよう外科系の先生方と協力してまいりました。そして病院の経済基盤が安定するよう下支えをする努力をしてまいりました。今回の昇任は、その地道な積み重ねが皆様に認めて頂いたものと嬉しく思っております。今後も今まで通りの仕事を続けていくのは当然のことですが、副院長の仕事としてもっと病院全体、ひいては地域全体により良い医療を目指すお手伝いができればと思っております。何とぞ、よろしくお願いいたします。



看護部長 渡部 綾子

みんなの「よかった」を大切に・・・常念の雪解けを待ちながら梅の花、桃の花、桜の花、めぐる季節を楽しんでいるところですが、すっかり春らしくなって、と思う頃には、実は夏になっている、私はそんな安曇野に生まれ育ちました。しかも、この安曇野赤十字病院（当時は豊科赤十字病院）の庭は幼少時の大切な遊び場でもありました。その病院に自分が看護部長として働くことになろうとは、当時まったく想像も出来ませんでした。看護部という病院の中で一番大きな集団をまとめるという大役ではありますが、地域の人々の「よかった」、そして、わたしたち働く者の「よかった」に少しでも貢献してゆきたいと思いを絞る毎日ですが、これからもよろしくお願い致します。



小児科医師 柴 直子

今回は7年ぶりです。2回目の赴任になります。毎朝北アルプスと安曇野を一望できる山を越えて爽やかな気分で通勤しております。自然環境に恵まれたこの土地で小児科医としてまた働かせていただく機会が得られ大変うれしく思っています。地域の子どもの健康を守るお手伝いができればと思います。小児神経、筋疾患の分野を専門としていますが、お子様の身体や発達などについて心配なことがありましたら、どんなことでも分野を問わず、まずは相談していただければと思います。どうぞよろしくお願い致します。



泌尿器科医師 原 寛彰

2015年4月より泌尿器科に勤務しております原寛彰と申します。
長野県飯田市の出身で、平成22年に信州大学を卒業しました。飯田市立病院にて初期臨床研修を行い、信州大学医学部附属病院、信州上田医療センターでの勤務を経てこのたび本院へ赴任いたしました。診療は排尿障害、尿路悪性腫瘍など泌尿器科全般を担当しております。わかりやすく、納得いただける説明を心掛けていきたいと思っております。微力ではありますが、地域に貢献できるよう努力いたしますので、どうぞよろしくお願い致します。



救急部医師 濱野雄二郎

2015年4月から救急部に配属になりました。2011年卒業で、初期研修1年目は長野赤十字病院、2年目は信州大学医学部附属病院で、以降信州大学医学部附属病院の救急科に後期研修で入り、高度救命救急センターに勤務していました。大学外に出る、という状況に、ほぼ慣れておらず、安曇野赤十字病院での勤務で戸惑う点もありますが、出来る限りで力になれば、と考えています。出来る事、出来ない事を見極めて、患者さんのために何をしたいか、というところを考えていきたいと思っております。

安曇野赤十字病院の基本理念

人道・博愛の精神のもと 患者さんに信頼される 質の高い医療を行います

基本方針

1. 患者さんの権利を尊重し、医療人としての倫理を守ります。
1. 高度医療の推進と救急医療の充実を図ります。
1. 地域医療機関との連携を推進し、患者さんに一貫した医療の提供ができるように努めます。
1. 健康診断などの保健予防活動を通じて、地域の皆さまの健康増進に貢献します。
1. 災害救護と国際救護活動など社会活動に積極的に参加します。
1. 健全経営を維持し、その成果を医療活動を通じて地域に還元します。
1. 職員は、病院職員としての自覚をもって研鑽に励み、病院と共に成長できる明るい職場をつくれます。

看護部理念

私たちは患者さんに寄り添った、思いやりのある看護を提供します。

看護部目標

1. その人らしさを尊重し、自立を支援します。
2. 安全で安心して頂ける看護の実践に努めます。
3. 他職種の人々と協力し、看護を提供します。
4. 専門職業人として自己研鑽に努めます。
5. 赤十字事業を通じ、地域社会に貢献します。