



CONTENTS

特集

02

【診療報酬・介護報酬同時改定】

診療・介護報酬改定とDX

～課題解決に向けた取り組みについて～

- | | |
|---|--|
| 01 就任のご挨拶
看護部長 作佐部 紀子 | 13 第8回・年金保険働き方コラム
高額療養費制度シリーズ① 申請前の準備 |
| 08 医療の輪
予防医療センター 扇 紗季子 医師 | 14 ちょっと一息
地域との交流「ポレポレファーム」
書籍紹介『運 転 者』 |
| 10 スタッフ紹介
検査センターの開設について | 16 レストラン イマジン便り
豆腐と黒ごまのアイス |
| 11 リハビリノート
「夏の間は身体のチェックを!」 | 17 ぶ・ら・ざ
90でハーフ |
| 12 Reporter for knowledge
患者さまとのより良い
パートナーシップに向けて | |

作品名『メディカルプラザ平和台病院'23』木村 利加子(二科展会員)
展示場所:平和台病院 本館1階 エレベーター前に設置



Medical Plaza

医療法人社団 創造会
メディカルプラザ

お知らせ

**平和台病院は病院機能評価で
3回目の認定を受けました。**

平和台病院は、今後も地域の医療ニーズに応えるため、医療提供体制の整備と充実に向け、一層取り組んで参ります。



認定期間：2024年1月6日 ~ 2029年1月5日
(認定第JC1943-3号)



介護老人保健施設エスピーロ



介護老人保健施設クレオ



ケアプラザ柴崎



ケアプラザ寿



サービス付き高齢者向け住宅
アビーサあらか野

就任のご挨拶



医療法人社団 創造会 平和台病院

看護部長

さくさべ としこ
作佐部 紀子

令和6年3月1日付で平和台病院看護部長に就任しました作佐部と申します。前任者から受け継いだ看護部をさらに発展できるように精進して参ります。

当院は、急性期から回復期、在宅医療と幅広く地域包括ケアシステムの一環を担う医療提供を行っています。

2020年からの新型コロナウイルス感染症拡大の影響もあり、医療や介護を取り巻く環境は大きく変わりました。当院でも感染対策の強化はもちろんのこと、地域の皆さまの健康な暮らしを支えるべく、発熱外来の設置や、新型コロナワクチンの集団接種など、職員が一丸

となり取り組んで参りました。

今後も「患者さまと地域の方々」に求められ、望まれる医療と福祉を真摯に「行う」という創造会理念のもと、地域の皆さまのニーズに応え、安心・安全な医療を提供していくことを使命とし、専門職業人としての知識、技術に加えあたたかく、思いやりの心を持った人材育成を進めていく所存です。

患者さま一人ひとり、職員一人ひとりを大切に、「平和台に来てよかった」と実感していただける病院になるよう努めて参りますので、今後ともよろしくお願ひ申しあげます。

診療・介護報酬改定とDX

課題解決に向けた取り組みについて

【介護老人保健施設クレオ】 【平和台病院 医事課】 【経営企画室】



昨年の12月に

2024年度 診療報酬改定・介護報酬改定の改定率が内閣で決定され、

あわせて障害福祉サービス報酬についても

改定率が決まり、

2024年に実施される

6年に1度の「トリプル改定」の大枠が

決まりました。

今回は、診療・介護報酬改定とDXについて

取り上げたいと思います。

診療報酬・介護報酬改定とは

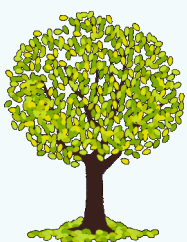
日本の国民皆保険制度は、すべての国民が医療保険に加入することで、全員が公的医療保険で保障され、また、自由に医療機関を選ぶことができ、決められた負担割合(原則3割※年齢や所得に応じて異なる)で必要な医療を受けることができます。医療費は、診療行為ごとに細かく価格(診療報酬)が設定されており、2年に1回その見直しが行われています。また、介護保険制度は、高齢化が進んだことで、介護を社会全体で支えることを目的に2000年に創設されました。こちらは3年に1回、介護サービスの価格(介護報酬)が見直されます。

こうした定期的な改定は、医療機関や施設の経営実態や国民の経済環境を踏まえ、価格を適正な水準にするために行われています。各サービスに対して適切な価格が

設定されることで、医療・介護サービスの質と持続可能性を確保することが意図されています。

どのような形で改定されるのか？

回避する必要性が指摘されました。結果として診療報酬はプラス0.88%（薬価等はマイナス1.00%）、介護報酬はプラス1.59%となりました。医療・介護業界の担い手と、保険料を負担する現役世代の両方に配慮した形となりました。



改定後の具体的な変化について

診療報酬の場合、国会での予算編成過程を通じて内閣が決定した改定率を元に、社会保障審議会医療保険部会及び医療部会において策定された基本方針に基づき、中央社会保険医療協議会において、具体的な診療報酬点数の設定などの議論が行なわれ、厚生労働大臣の決定を経て実施に至ります。介護報酬の場合には、社会保障審議会介護保険部会の審議を経て、同介護給付費分科会で具体的な報酬単価などが議論されます。

日本の経済・社会は依然として物価高騰や少子高齢化などの構造的な変化に直面しています。医療・介護保険制度の持続性を確保するためにも、現役世代の負担増を

今回の改定により、私たちの身近なところでどのような変化があるのでしょうか。診療報酬改定で見てみましょう。生活習慣病の診療は、総合的な治療・管理が重要であるため、今回の改定で見直しが行われました。従来、結核やがんなどの幅広い

対象疾患があり、内科で算定されることの多かった「特定疾患処方管理料」から生活習慣病である脂質異常症や高血圧症、糖尿病が除外され、「生活習慣病管理料（Ⅰ）」と、検査等を包括しない新設された「生活習慣病管理料（Ⅱ）」に移行されました。具体的には、療養計画書を作成し、患者様のご署名を頂くこととなります。平和台病院では、今回の診療報酬改定を受けて6月1日より「特定疾患療養管理料」から「生活習慣病管理料（Ⅱ）」に移行します。移行により自己負担額が増える場合があります。移行により、ご理解の程よろしくお願ひ致します。また、医療従事者に向けても勤務環境の改善やタスクシェアリング／シフティング、チーム医療、医療DXの推進などの方向性が示されており、各医療機関の取り組みが報酬によって評価されることとなります。

今回の特集では、報酬改定の概要と課題に向けたDXの取り組みを取り上げます。

広報・企画室 小野 誠也

2024年度 介護報酬改定について



【基本的な考え方】

2025年には団塊の世代がすべて75歳以上となり、高齢者人口がピークを迎える2040年頃までには85歳以上人口割合の増加や生産年齢人口の急減といった人口構造の変化やそれに伴う社会環境の変化が生じ、介護を含む各分野における人材不足が大きな課題になります。更には近年の物価高騰や全産業における賃金の引上げが進む中で、サービス提供体制確保の観点から、介護人材の確保と介護事業所の健全な経営環境を確保することが重要な課題になります。

こうした経済状況の新たな変化を踏まえ、今回の改定では以下のように整理されます。

【今回の介護報酬改定に向けた基本的視点】

(1) 地域包括ケアシステムの深化・推進

- ① 住み慣れた地域において利用者の尊厳を保持しつつ、質の高い公正中立なケアマネジメントや必要なサービスが切れ目なく提供されるよう地域の実情に応じた柔軟かつ効率的な取組の推進
- ② 医療・介護DXも活用した情報連携の推進や入退院時支援の強化
- ③ 感染症や災害への対応力の強化
- ④ 高齢者虐待防止、安全性の確保等の取組の推進を図る自立支援・重度化防止に向けた対応
- ⑤ 認知症の方の尊厳保持、対応力向上に向けた取組の推進

(2) 自立支援・重度化防止に向けた対応

- ① 自立支援・重度化防止に係る取組やリハビリテーション・口腔・栄養の一体的取組を一層推進
- ② 科学的介護（LIFE）の更なる活用

(3) 良質なサービスの効率的な提供に向けた働きやすい職場づくり

- ① 賃上げ等を通じた介護人材の確保・生産性の向上
- ② 介護職員の処遇改善、介護職員のやりがい・定着・キャリアアップにもつながる職場環境の改善に向けた先進的な取組の推進
- ③ 介護ロボット等のテクノロジーや介護助手の活用、両立支援・休暇取得の促進など、業務負担の軽減
- ④ テレワークなど柔軟な働き方などを通じた介護職員の負担軽減や、効率的なサービス提供推進に資する取組など人材確保につながる職場環境づくりの推進

(4) 制度の安定性・持続可能性の確保

- ① 介護保険制度の安定性・持続可能性を高めていくことで、若年層から高齢者まで全ての世代にとって安心できる制度に
- ② 利用者負担・保険料負担への影響を踏まえ、評価の適正化・重点化、報酬体系の整理・簡素化の推進

介護老人保健施設クレオ 事務長 高橋 祐樹



2024年度 診療報酬改定について



2024年度の診療報酬改定は、医療、介護、障害福祉サービスのトリプル改定となります。また、DX、働き方改革の影響から改定時期の後ろ倒しが決定され、診療報酬本体は6月、薬価は4月と改定時期も変更されるという異例の改定となっています。改定率はプラス0.88%（うち、賃上げプラス0.61%、食材費プラス0.06%）。薬価等マイナス0.96%となっています。基本方針の概要は以下の通りです。

【基本認識】

- (1) 物価高騰・賃金上昇、経営の状況、人材確保の必要性、患者負担・保険料負担の影響を考慮
- (2) 全世代社会保障の実現、医療・介護・福祉の連携強化、新興感染症等の課題への対応
- (3) 医療DXやイノベーションの推進等による質の高い医療への実現
- (4) 社会保障制度への安定性・持続可能性の確保、経済・財政との調和

【基本的視点と具体的方向性】

(1) 現下の雇用情勢も踏まえた人材確保・働き方改革等の推進

- ① 医療従事者の人材確保や賃上げに向けた取り組み
- ② 各職種がそれぞれの高い専門性を十分に発揮するための勤務環境の改善、チーム医療の推進
- ③ ICTの活用の推進。長時間労働などの厳しい勤務環境の改善に向けての取り組みの評価
- ④ 地域医療の確保及び機能分化を図る観点から、労働時間短縮の実現性担保に向けた見直しを含め、必要な救急医療体制等の確保
- ⑤ 多様な働き方を踏まえた評価の拡充。医療人材及び医療資源の偏在への対応

(2) 2025年を見据えた地域包括ケアシステムの推進。医療DXを含めた機能分化・連携の推進

- ① 医療DXの推進による医療情報の有効活用、遠隔医療の推進
- ② 生活に配慮した医療の推進など地域包括ケアシステムの深化・推進のための取り組み
- ③ リハビリテーション、栄養管理及び口腔管理の一体的な取り組みの推進
- ④ 患者の状態及び必要と考えられる医療機能に応じた入院医療の評価
- ⑤ 外来医療の機能分化・強化等
- ⑥ 新興感染症等に対応出来る地域における医療提供体制の構築に向けた取り組み
- ⑦ かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬剤師の機能の評価
- ⑧ 質の高い在宅医療・訪問看護の確保

(3) 安心・安全で質の高い医療の推進

- ① 食材料費、光熱費をはじめとする物価高騰を踏まえた対応
- ② 患者にとって安心・安全に医療を受けられるための体制の強化
- ③ アウトカムにも着目した評価の推進
- ④ 重点的な対応が求められる分野への適切な評価。（小児・周産期・救急医療等）
- ⑤ 生活習慣病の増加等に対応する効果的・効率的な疾病管理及び重症化予防の取り組み推進
- ⑥ 口腔疾患の重症化予防、口腔機能低下への対応の充実、歯科医療の推進
- ⑦ 病棟薬剤師業務の評価。かかりつけ薬局の機能に応じた適切な評価
- ⑧ 医薬品産業構造の転換も見据えたイノベーションの適切な評価。医薬品の安定供給の確保



(4) 効率化・適正化を通じた医療保険制度の安定性・持続可能性の向上

- ① 後発医薬品やバイオ後続品の使用促進。長期収載薬品の保険給付のあり方の見直し等
- ② 費用対効果評価制度の活用。市場実勢価格を踏まえた適正な評価
- ③ 医師・病院薬剤師と薬局薬剤師の協働の土地組による医薬品の適正使用等の推進

【特集ページ／診療報酬・介護報酬同時改定】

医療介護とDX

今年度の診療・介護報酬改定は2025年以降の人口構造および社会環境変化への適応という点で重要な内容が盛り込まれています。こうした状況において我々が取り組むべき喫緊の課題として以下3点があげられます。

1. 人手不足への対応

生産年齢人口の減少はあらゆる業界で働き手の不足を引き起こしますが、とりわけ介護従事者の不足は深刻とされています。2025年には全国で30万人、千葉県内でも7000人の介護従事者が不足するとされ、外国人材の採用やICT化による生産性向上の取り組みは進んでいます。不足解消は見通せない状況にあります。介護従事者の不足は間接的に生産年齢人口の減少を助長させる可能性を有しています。すなわち、介護従事者不足により事業所が閉鎖することで介護難民が生じ、親族等の介護のために仕事を続けられ

なくなる人が増加する、というものです。当法人では、そうした地域社会への影響の大きさを踏まえ、人材確保施策を充実させ事業継続性を高めることで“地域社会への貢献”という使命を果たしたいと考えています。

2. 自然災害やサイバー攻撃への備え

持続可能性

近年多発している自然災害への備えも重要です。元旦に発生した能登半島震災において、被災地の医療機関（患寿総合病院）では物資不足、人手不足に直面しながらも病床数の数倍の患者を受け入れ対応していたと聞いています。医療従事者は自らが被災者でありながら、エッセンシャルワーカーとして地域と地域住民とを守る行動が求められます。そうした医療従事者としての強い覚悟と使命感をあらためて我々自身に問うとともに、あらゆる災害を想定し備える必要を強く感じています。自然災害に加え、近年新たな脅威として挙げられるのが企業や公共機関へのサイバー攻撃です。一部機器の脆弱性を突いたランサムウェア

（身代金要求型マルウェア）攻撃、メールによるフィッシングサイトへの誘導、偽警告表示による詐欺等々、サイバー攻撃の脅威は年々高まっています。そうした中で推進される医療情報連携によるデータ活用は、サイバー攻撃等のリスクを避けては通れないものとなります。データ活用によって得られる利用者や顧客の皆様にとつての価値を十分に認識しながら、適切なリスク管理の下取り組みむべきと考えています。

3. DX

（デジタル・トランスフォーメーション）

超高齢化社会と生産年齢減少、各種災害や脅威の下での事業継続、未来に向けた医療・介護の発展という課題への対応に共通したキーワードとして「DX」が挙げられます。DXとは各種のデジタル技術を活用することで事業を変革（トランスフォーム）することを意味します。昨今ではヘルスケア産業も急速に拡大し生活に浸透してきています。スマートフォンアプリ、

トレーニングジム、健康食品やサプリメント、SNS上での情報発信など健康に関わる多くの商品やコンテンツが、我々の身の周りに溢れています。それらが一人一人の健康増進につながるよう医療・介護業界とヘルスケア産業とを融合させ、健康な暮らしと幸せの実現に取り組むことも我々の新たな使命として捉えています。

昨今急速に普及しているAI技術の活用もDXには欠かすことのできない要素です。近い将来、AIが「専任のかかりつけ医」として日々の脈拍や血圧のチェック、コミュニケーションを通じた心身の状態把握、健康増進のアドバイス、受診案内などを担ったり、AIが要介護者の見守りや行動管理、モニター越しのコミュニケーションを通じて生活をサポートできる日がやってくるのではないのでしょうか。そのようにAIが人に寄り添い、人と人とが適切に関わることを支援することが、誰も孤立させず安心して暮らし続けられる社会の実現には必要です。

当法人ではこれまで病院・老人保健施設にお

課題	DX
超高齢化	<ul style="list-style-type: none"> ■医療情報の共有とデータ利活用を通じた医療効率化 ■データ連携による在宅医療の推進
生産性の向上	<ul style="list-style-type: none"> ■ロボット活用・作業自動化による業務効率化 ■AI問診による受療行動負担の軽減 ■モニター、見守り機器を利用した効率的かつ適切な安全管理
災害時事業継続	<ul style="list-style-type: none"> ■連携ツールの活用 ■PHR※等による災害時医療連携 <p>※病院や薬局ごとに保存・保管している個人の医療データのこと。 (PHR:Personal Health Record)</p>
未来の医療介護 (予防医療の発展)	<ul style="list-style-type: none"> ■ウェアラブル端末による疾病予防や早期検知 ■疾病予測による早期受療行動の促進



イラスト:Windows Copilot(DALLE-3)で作成

ける電子カルテの導入、通信環境の整備、事務手続きの電子化等を進めてまいりました。そして今後も計画的にデジタルツールを導入・活用しながらDXへ取り組み、来たるべき2025年以降の超高齢・生産人口減少社会においても、地域医療・介護ニーズに応え、地域の皆様の健康増進に貢献し続けたいと考えています。

今後とも地域の皆様のご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

経営企画室 室長 佐藤 健

予防医療センター

おうぎ さきこ

扇 紗季子

- 略歴 琉球大学医学部卒業。千葉メディカルセンターにて臨床研修。千葉大学医学部附属病院、松戸市立総合医療センター形成外科を経て、平和台病院 予防医療センター入職
- 資格 日本医師会 認定産業医



はじめに

2023年5月より予防医療センターに入職いたしました扇 紗季子（おうぎ さきこ）と申します。

私は2019年に琉球大学医学部を卒業し、その後は千葉県で形成外科医として研鑽を積みました。その中で外傷患者さんを多く診療するのですが、驚いたのは労働中の事故の多さでした。

「事故を防げたら、この患者さんは後遺症に悩まされることもなかったのに」という思いから、世の中から1つでも労働災害を防ぐべく産業保健の道、ひいては広い意味での予防医療の道へと舵を切りました。現在は、センター長の川口先生のご

指導のもと、日々健診業務に励んでおります。

予防医療センターでの取り組み

当センターでは主に人間ドック、一般健診（特定健診や長寿健診含む）、有害業務の特殊健診、企業の巡回健診、様々な癌検診（MRIや線虫検査等）、ワクチン接種など多岐にわたる予防事業を提供しています。特に多くの方が抱えている高血圧や高脂血症などに関連した、動脈硬化疾患のリスク評価（頸動脈エコー、冠動脈CT装置、脳MRI等）についても充実したフォローアップを行うことが可能です。

また人間ドックでは医師が結果に

ついて説明いたします。わかりやすく丁寧な説明を心がけ、受診者様1人1人の疾患リスクや心配事にマッチしたオプション検査についても提案させていただいております。

産業医として

私は主に白井工業団地にある企業様の嘱託産業医としても活動しています。

産業医とは、企業で働く人の病气や怪我を防ぎ、健康を増進していくことをサポートする医師のことです。安全衛生会議での講話や、構内の危険箇所などについての巡視を行っています。

1940年代、産業医発足当初の目

的は有害作業のある工場労働者の健康を守ることでしたが、現在は労働者の生活も大きく変わり、メンタルヘルスの問題、ソーシャルメディアによる影響、オフィスワークによる運動不足からの生活習慣病増加など、時代とともに企業の健康課題も変容しています。

時代に沿ったニーズを提供していくことは勿論ですが、私がかがけていることは、「人の話をよく聞くこと」です。産業保健は通常の診療と異なり、答えのないことの方が多いですので、企業側・従業員双方の話をよく聞いて、ケースに最適な解決策を提案させていただきます。従業員の健康でお悩みの

企業様は、まずはお気軽にご相談ください。

おわりに

最後になりましたが、地域の医療機関の先生方におかれましては日頃よりご理解とご協力いただき心より御礼申し上げます。先生方のご協力なくして当センターは成り立ちません。

まだまだ研鑽途中の若輩者ではありますが、地域の健康増進・社会発展に貢献できますよう邁進してまいりますので、今後ともお力添えいただけますと幸いです。



検査センターの開設について

——2023年10月1日より、検査科は予防医療センターの技師と一元化して検査センターという名称になりました。

昨年の10月より病院と健康診断の検査を担当してきたそれぞれの部署が一つになって診療技術部検査センターとして新たなスタートを切りました。男女ともに平均寿命が延びていますのでより健康寿命を延ばしたいとお考えの方が多いと思います。高齢化社会を迎えて私たち検査部門が貢献できる部分は大きくなっていると考えています。

現在、検査センターには14名の技師がいて、外来に9名、予防医療センターに5名が配置されています。スタッフが増えたことで、スキルアップやトレーニングの機会も増えてくるでしょうから、お互いの知識や技術を共有して検査の質の向上を図りたいと思います。また、これから輸血療法管理や、聴力検査など、



検査センター長 増田 洋美

新たなサービスを増やす予定ですし、検査に関する分かりやすい情報提供も行なっていくと考えています。大変なことも増えますが、仲間が増えたことで新年会はとても賑やかになりました(笑)。

——お仕事でどんなやりがいを感じていますか？

学生の頃から化学や生物が好きでした。人にはとても複雑な機能が備わっていることを知りました。生理検査は様々な生体システムの動きを観察し、分析することができます。そこに魅力を感じています。

最新の医療技術に基づいて検査を行なっていますので、どれくらいまで調べることができなのか、私も日々挑戦しています。検査結果は、病気の診断や治療方針の決定に直結しています。いつも患者様のことを意識しながら取り組んでいます。

——今後の抱負を教えてください。

医療技術の進歩はとても早くてキャッチアップしていくのが大変です。でも後から振り返ってみると、ずいぶん成長できたなと感じることがあります。そうした充実感を一緒に感じられたらと思っていますのでスタッフの指導や次世代の育成にも関わりたいと思っています。それから今後も患者様には検査の不安を和らげるようにして信頼関係を築くことを大切にしていきたいと思っています。



「夏の間は身体をチェックを！」

夏の暑さが年々厳しくなっており、各地で猛暑日が増え、熱中症による緊急搬送数も増加しています。屋外で運動している方も、猛暑日での外での運動は、大変危険な為控えるようにし、冷房の効いた部屋での運動をお勧めします。そこで今回のリハビリノートでは「お家の中でできる身体チェック」をご紹介します。※痛みのある方は無理なさらさないで下さい。

1 前屈



膝をしっかり伸ばして
床に手をつけられますか？

2 片足立ち



片足を上げて
10秒キープできますか？

3 チャレンジ！ 立ち上がり

①腕を組み、
片足を上げて座る



②片足を上げたまま
立ち上がり
3秒キープ！

もしも、屋外で運動をするなら…押さえておきたい熱中症対策！

- ◎吸水性・通気性の良い薄着の服装にしましょう。
- ◎日よけにもなるため、帽子を被るようにしましょう。
- ◎30分に1回は日陰で風通しの良い場所で休憩を取るようにしましょう。
- ◎こまめに水分補給をしましょう。
(スポーツ飲料など適度な塩分と糖分を含んでいる方が疲労回復に役立ちます。
飲料の温度は5～15度が望ましいです。)



熱中症対策にも！”暑さ指数”をご存知ですか？

人間が不快と感じる空気の状態を温度と湿度から算出した数値のことです。我孫子市のHPに、毎日更新されています。外出や屋外での活動をする参考にしてみてはいかがでしょうか？



理学療法士
豊田 宏予・北原 鈴香





患者さまとのより良いパートナーシップに向けて

平和台病院では、「患者さまの権利」と医療者の「職業倫理」を基に、患者さまを中心とした医療の提供に努めています。

患者さまに安心、安全な医療を受けていただくためには、患者さまと医療者がお互いに協力し合って治療を行うていくことが最も大切なこととなります。

薬で何かおかしいと感じられたら、すぐに医師または薬剤師や看護師にお知らせください。

安全な入院生活のために

私たちは職員一同、患者さまとの良き、共に力を合わせて適切な医療を進めて参りますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

検査の結果や治療については、丁寧な説明を心がけています。治療方針に関しましては、患者さまの意見を尊重し、意思決定を支援しています。説明された内容がよく理解できない場合には納得できるまでお尋ねください。

転倒・転落予防のための評価を行い、事故防止に努めておりますが、転倒や転落は予期せぬタイミングで起きます。歩行や立ち上がり不安のある方は、遠慮なくお申し出ください。また、転倒・転落の危険性が高いときには、状況によりご家族にご相談させていただく場合があります。

アレルギー・副作用について
治療を始める前にアレルギー歴・薬剤の副作用歴についてお尋ねしています。ご自身でも積極的に特異体質等について伝えてください。また、服用された

お名前確認について
注射や検査等の際には、お名前を確認します。入院時には手首にリストバンドを着用していただき、点滴の際には専用の器械で読み取りご本人であることを

当院では患者さまやご家族の抱える社会的問題、医療費の負担、施設入所などの問題に関して、医療ケースワーカーを主体として相談窓口※を設けております。お気軽にご相談ください。

アレルギー・副作用について

お名前の確認について



健康保険の高額療養費制度は、入院や通院で保険適用となっている医療費が高額になったとき、その自己負担を抑える大変助かる制度です。今回は、はじめに「協会けんぽ（全国健康保険協会）」に加入の方の例をとり、どのような準備をする必要があるかお伝えいたします。

1. 限度額適用認定証またはマイナンバーカードの準備

1) 限度額適用認定証

医療費が高額になることが想定されたら、なるべく早く保険者（加入されている都道府県の協会けんぽ）から、「限度額適用認定証」を手に入れておきましょう。みなさんの収入によって、病院などの窓口で支払う医療費の限度額が決まっています。これを窓口で提示することによって、その限度額までの支払いで済みます。

健康保険限度額適用認定証	
令和 年 月 日交付	
被保険者	記号 番号
	氏名
生年月日	大正・昭和・平成・令和 年 月 日
	性別
通用対象者	氏名
	生年月日 住所
有効期限	令和 年 月 日
	令和 年 月 日
適用区分	所在地
	保険者

2) マイナンバーカード

マイナンバーカードを健康保険証として使われている方は、原則として「限度額適用認定証」は、必要ありません。基本的にマイナンバーカードを提示するだけで、病院などは限度額を把握できます。利便性を考えると、今はマイナンバーカードのほうが楽かもしれません。ただし、マイナンバーカードを使えない医療機関等は一定数ありますので、その場合は、限度額適用認定証を提示する必要があります。



2. 70歳未満の方は計算のために領収書を細かく分ける

① 1か月(1日～末日)の合計額を計算し、1か月ごとに申請

→まず、1か月分(1日～末日)の領収書を集めます

② 複数の医療機関で受診された場合は別個で計算

→集めた領収書を医療機関ごとに分けます。

→(注) 同じ医療機関内であっても、「歯科」を受診した場合は「医科」と「歯科」に分けてください。

③ 外来と入院は別個で計算

→②で分けたものを「外来」と「入院」に分けます。

④ 処方箋を交付した医療機関と調剤薬局の自己負担分は合算

→調剤薬局の領収書は、その処方箋を交付した医療機関の領収書と一緒にします。

外来診療費請求書兼請求書(再)	
請求者(患者)の氏名	
氏名	花子
性別	女
生年月日	昭和 年 月 日
住所	東京都中央区〇〇町〇〇丁目〇〇番地〇〇号
診療科目	内科
診療内容	〇〇〇〇〇〇
処方薬	〇〇〇〇〇〇
調剤薬局	〇〇〇〇〇〇
調剤薬局の自己負担額	〇〇〇〇〇〇
合計	〇〇〇〇〇〇

3. 分けた領収書のうち合計額が21,000円を超えているものがあるか

- 1) 21,000円を超えていれば、高額療養費の対象になる可能性があります。
- 2) 70歳以上の方は、21,000円を超えなくとも高額療養費の対象となる可能性があります
- 3) 21,000円を超えても保険適用にならない費用(個室等のベッド代、食事負担、先進医療など)を含めることができません。

次回以降は、自己負担分(実際に医療機関へ払うべき額・戻る額・70歳未満と70歳以上の違い)などについて解説したいと思います。

ちよつと一息

「ちよつと一息」は、平和台病院、メディカルスラザ各施設で行われた出来事などをご紹介します。

2024年4月、創造会職員とその家族で近所のポレポレファームの「胡蝶蘭ハウス見学会&農業体験会」に参加しました。ポレポレファームは障がい者の方の雇用の場として農業を行い無農薬の有機野菜を生産販売している帝人ソレイユ(株)さんが経営しています。当日は、胡蝶蘭を見学し、畑ではオクラの種を植えたり菜花を収穫したりしました。また、お昼には石窯で自分たちで焼いたピザや取れたての野菜サラダ、ポトフを頂きながら、帝人ソレイユ(株)の皆さんとの交流を深めました。

地域の交流「ポレポレファーム」



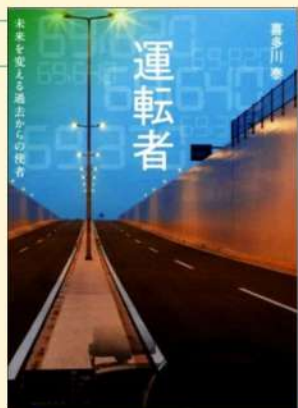
出来立てピザ
美味しそう!



平和台病院の敷地にも「ポレポレファーム」の野菜直売所（無人販売）を設置しています。季節の野菜が、年間100種類ほどで、今の季節は10種類程販売されています。「ポレポレファーム」野菜直売所は東館入口脇に設置されました。16ページの地図をご参照下さい。

Title: 書籍紹介

スタッフのおススメ!



運転者

喜多川 泰

ディスカヴァー・トゥエンティワン社

今回ご紹介するこちらの書籍は、自己啓発小説の旗手とも謳われる喜多川泰さんの作品です。

この作品は『運』というものの本質がどのようなものであるかを、物語を通して一つ一つ学んでいくことができるという特徴となっています。

自分についてはない、運がない、運をよくしたい、と思っている方にはぜひ一度お読みいただきたい内容となっています。

この本を読み終えた頃には『運』を貯めるため、自分自身の行動や考えを見つめなおし、自分本位ではなく他人のために行動を開始するでしょう。

図書館委員会委員長 田中 望生

マイナンバーカードが
保険証として使えます。

医療機関や薬局で、保険証の代わりにマイナンバーカードを使う新たな方法。それが「マイナ受付」です。初めての医療機関などでも薬剤情報等の閲覧機能を使えば今までに使った薬の情報が共有でき、より適切な医療が受けられるようになります。事前に初回登録を行っていただきます。総合受付へお申し出ください。

マイナカードで
お願いします。





豆腐と黒ごまのアイス



手軽に作れておいしい！
豆腐を使った簡単レシピを
ご紹介します。

エネルギー	たんぱく質	糖 質
119cal	6.2g	10g

材料(5人分)

- もめん豆腐 …1丁(400g)
- 蜂蜜 …大さじ3(63g)※1
- 黒すりごま …大さじ2(16g)

作り方

- ①豆腐はキッチンペーパーに包んで30分程度水切りする。
- ②材料をすべてジッパーパックに入れてよく揉んで均一に混ぜる。
- ③平らにして冷凍し、30分ごとによく揉みます。
- ④③を3~4回繰り返し、好みの硬さに凍ったらお召し上がりください※2。

レストラン・イマジン
川崎 有美

はちみつで作る事で砂糖に比べ20%カロリーオフになります。豆腐は価格も安価で手軽にとれるたんぱく源です。ごまは50%が脂質ですが、風味が良いので糖分・塩分減↓になります。

平和台病院
管理栄養士

★我孫子の野菜も取り入れています。ぜひお越しください。

カフェ&レストラン【イマジン】

営業日時

月曜～土曜(定休日 日・祝)

○平日 11:00～14:30

ラストオーダー 14:15

○土曜日 11:00～14:15

ラストオーダー 13:45

メニュー

定食、カレー、麺類など



※1 蜂蜜は1歳未満は食べられません。

※2 一度凍らせてからフードプロセッサーやブレンダー等にかけて、なめらかな食感がお楽しみいただけます。



私が一番ゴルフを楽しんでいた70歳前半の頃、あるゴルフ場でスタートを待っていると、コース半分を一人で回って揚ってきた可なり年配の「爺様プレーヤー」を見掛けた。キャディーさんにそつと聞いてみると、「90歳のメンバーさん。毎週朝ひとりで来てハーフ（9ホール）回り、コーヒーを飲んでお帰りになる。」との羨ましいばかりの話であった。

以来「90でハーフ」は私の大事な目標の一つになった。気力、体力の維持は勿論、何よりも90歳までは生きていなければならぬのである。

危機は突然やってきた。明ければ「卒寿」となる去年（2023年）11月末、大腸がんの手術を受ける羽目になってしまった。盲腸辺りに大きくなった腫瘍とリンパ節にも転移が見つかったステージ3（スリー）の衝撃の診断であった。

手術は平和台病院・外科の医師の執刀のもと行うことになった。術式は、最近よく耳にする「腹腔鏡下」での手術である。術後の傷跡も小さく目立たない。特に女性には好評といわれる。また術後の回復が早いことも利点と言われている。

事前に行った内視鏡センターの医師との連携も緊密に行われた。さらに、患者が高齢であることもあり、麻酔科医からも家族同席で丁寧な事前説明がなされ、安心して手術室に入ることが出来た。

「終わりましたよ」の呼びかけがはつきり聞こえた。遡ると4時間余り、「分かりますか」、全身麻酔確認の2回の呼び掛けからかつて経験したことのない完全無意識の時間が過ぎていた。5か所の小さな切孔痕は1週間で完全に塞がった。切除した25センチ余りの患部を引き出すために切開した臍下5センチ

弱の傷跡も、退院後10日程で完全に塞がった。肝心の腸の働きの云えば、まるで生まれ変わったように快適になっていた。デスクに戻った元気な私の姿に亡霊を見るかのように吃驚される方も多い中、私自身は「90でハーフ」の夢を今年こそ実現したいと逸る気持ちを抑えるのに苦労しそうだ。（よし）

創造会理念

- 私たちは患者さまと地域の方々に求められ、望まれる医療と福祉を真摯に行います。
- 私たちは医療と福祉を通じて人のために尽くすということが私たち自身の喜びとなるような創造会にします。
- 私たちは、常に、私たちの可能性を信じ新たなものに挑戦していきます。



日本医療機能評価機構認定病院

平和台病院

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1111(代表)

腎・泌尿器・透析センター

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1111(代表)

予防医療センター

千葉県我孫子市布佐834-28 04-7189-1119

在宅センター

千葉県我孫子市布佐834-28

【訪問診療室】 04-7189-1121
【訪問看護ステーションふさ】 04-7189-1114
【在宅介護支援事業所ふさ】 04-7189-1113
【在宅介護支援事業所けやき】 (クレオ内) 04-7179-7755

我孫子市病後児保育所

こどもデイルームみらい

【院内保育所みらい】
千葉県我孫子市布佐834-176 04-7189-1783

介護老人保健施設

エスパーロ

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1112

ケアプラザ柴崎

デイサービス柴崎

千葉県我孫子市柴崎121-3

04-7181-3100

グループホームヴィスタリオ

千葉県我孫子市柴崎121-3

04-7181-3900

サービス付き高齢者向け住宅

アビーサあらし野

千葉県我孫子市新木野2-1-48

04-7188-7222

【訪問介護ステーションアビーサあらし野】

04-7188-6377

【アビーサあらし野クリニック】

04-7188-7222

介護老人保健施設

クレオ

千葉県我孫子市我孫子1855-4

(我孫子市役所北側)

04-7179-7700

【クレオ保育所きぼう】

04-7184-4820

ケアプラザ寿

小規模多機能型居宅介護

ケアプラザ寿

千葉県我孫子市寿2-16-5

04-7179-6600

グループホーム寿

千葉県我孫子市寿2-16-5

04-7179-6600

介護福祉士実務者研修校 (通信課程)

創造会ケアカレッジ

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1236

平和台病院 予防医療センター

★人間ドック・脳ドック・健康診断・各種がん検診・各種予防接種



RSワクチン(アレックスビー)の接種ができます。

新オプシオン検査のお知らせ



マイナイチンゲール (採血検査)

血液健康スコア(ナイチンゲールヘルススコア)と、生活習慣病の将来リスクを見える化するサービスです。健康診断や人間ドックだけでは分からない将来の生活習慣病のリスクも評価できます。



腸内フローラ検査 (検便検査)

日本人に特化したデータベースを用いることにより、ご自身の腸内フローラと疾患との関連性まで検査することが可能です。国内有数規模の日本人腸内フローラデータベースを用いた検査サービスです。



線虫N-NOSE検査 (検尿検査)

嗅覚に優れた「線虫」が、尿に含まれるがんのにおいを検知。ステージ1の早期がん、自覚症状のないがん、全身15種類のがんを一度に判定できるがんリスク検査です。※部位の特定はできません。

詳しくは平和台病院 予防医療センターまで



お問合せ TEL.04-7189-1119 【受付時間】 平日 9:00~16:30



ぴなっ

医療法人 創造会 メディカルプラザ <https://www.medicalplaza.or.jp>

〒270-1101 千葉県我孫子市布佐834-28 04-7189-1111(代)

編集・発行責任者 広報・企画室

● 広報・企画室へのお問合せ 04-7189-1250(直通)

● 発行日 2024年6月1日