

癒・いやし

～ほっとするところ～

2020.7
Vol.48



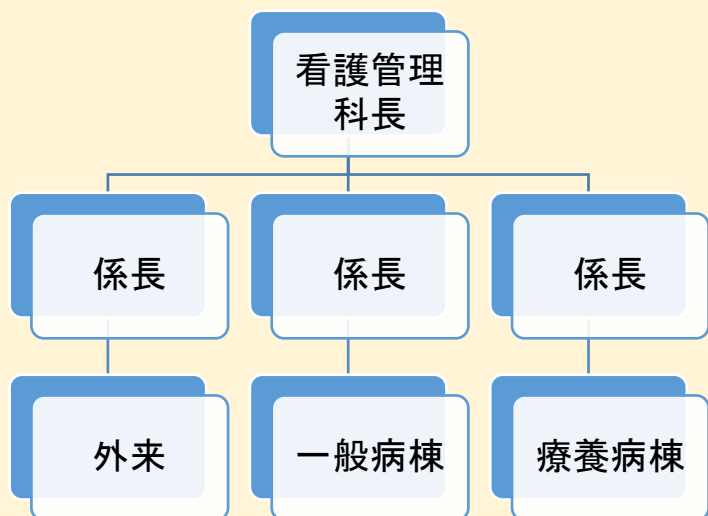
令和2年6月JAところ女性部の
みなさんと花壇づくり

リニューアル号

- ・ なーすこーる . . . 看護部
- ・ 栄養科より . . . 栄養科
- ・ 事務のマメチシキ . . . 事務部
- ・ 病院からのお知らせ



このコーナーでは、看護部から地域の皆さまに情報を発信していきます。
第1回は、私たちが所属する「看護部の体制」についてお伝えします。
看護部では、下の図のように大きく3つの部署に分かれて仕事をしています。



①外来 看護師5名
患者さまの健康管理や
各診察室での介助、内視鏡検査の介助

②一般病棟 看護師13名（日勤・夜勤交替）
入院患者さまの看護処置やケア

③療養病棟 看護師9名・介護福祉士5名
看護助手5名（日勤・夜勤交替）
療養の必要な患者さまの
看護処置や日常のケア

より詳しい仕事の内容については、これからこの広報誌で
少しずつ紹介していきたいと思えます。
いかがでしょうか。何となくお分かりいただけましたか？
今後は私たちのスマイルもお届けできたらと思っていますので、お楽しみに。

第1回は私たちのボス！
京谷看護管理科長です！



元気で明るいスタッフが
地域医療を守ります！
当院の特徴は、頼りになる
ベテランナースが多いことです。

熱中症にご注意！

熱中症を予防しよう！！

熱中症は、涼しい場所に移動する、日傘や帽子を使用する、
水分補給をこまめにする等小さなことが予防につながります。

熱中症のサインを知ろう！！

- ・口が乾く
- ・めまいや立ちくらみがする
- ・生あくびが頻発する
- ・頭痛
- ・吐き気や嘔吐がある
- ・手足のケイレンがでる
- ・身体がだるくなる
- ・まっすぐに歩けない
- ・汗が出すぎたり、出なくなったりする
- ・意識がなくなる、混濁する

何かおかしいと気づいたら、涼しい場所に移動し
水分補給をしましょう。塩分の入った飲物もおすすめです。
元気で楽しい夏を過ごしましょう！！



人間ドック食リニューアル

当院では人間ドックを受診される方へ、お食事を提供しています。
メニューはご利用者からのご要望をいただき、年に一度見直しています。
今年も4月から新しいメニューが始まりましたので、ご紹介します。



北海道厚生連では
道内産食材の
利用拡大を目的に、
“地産地消”に
取り組んでいます！

おしながき

- ① ごはん ～道産米をなまほし～
- ② みそ汁
1杯で1.6gの塩分です。
- ③ 海藻サラダ
1日350g以上の野菜を摂ることが目標です。
- ④ 天ぷら盛り合わせ
時季により、常呂産の魚介や野菜を揚げます。
- ⑤ おさしみ盛り合わせ
時季により、常呂産の魚介類がのります。
- ⑥ ぶりの照り煮
DHAやビタミン類が豊富です。
- ⑦ マーボ豆腐
中華のご希望を取り入れました。
- ⑧ 野菜の炊き合わせ
- ⑨ イチゴプリン
- ⑩ フルーツ（2種）
1日200gを摂るようにしましょう。



事務のマメチンキ

このコーナーでは、身近だけれど詳しくは知らない、医療にかかわる制度などについてご紹介していきます。

今回のテーマは

「後期高齢者医療制度」です。

対象の方

- ① 75歳以上の方 (75歳の誕生日から加入。手続きは必要ありません。)
- ② 65歳～74歳で、一定の障がいのある方
(市町村の担当窓口などで申請し、認定を受けた日から加入。)

当院で受診される患者さまの多くは、75歳以上の方ですので、いちばん身近な医療保険制度と言えるのではないのでしょうか。

75歳以上の患者さまの割合

外来

$$\frac{1,192 \text{ 人}}{1,740 \text{ 人}} \div 69\% \text{ (約7割)}$$

入院

$$\frac{878 \text{ 人}}{1,042 \text{ 人}} \div 84\% \text{ (8割以上)}$$

※令和2年5月の当院の患者数より

保険証

- ・保険証はひとり1枚交付されます。
- ・毎月はじめて病院にかかれるときは、必ず窓口で保険証をみせてください。

有効期限は1年間で、**毎年8月に更新**され、色が変わります。

令和2年8月から
オレンジ色から
水色に変わります。

旧

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	令和 2年 7月 31日
交付年月日	令和 元年 7月 1日
被保険者番号	01234567
被保険者	広城市連合町1丁目
氏名	広城 太郎
性別	男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
資格取得年月日	平成 20年 4月 1日
発効期日	平成 20年 4月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	319011101000 公印(朱)

新

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	令和 3年 7月 31日
交付年月日	令和 2年 7月 1日
被保険者番号	01234567
被保険者	広城市連合町1丁目
氏名	広城 太郎
性別	男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
資格取得年月日	平成 20年 4月 1日
発効期日	平成 20年 4月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011101000 公印(朱)

保 険 料

納める保険料は前年の所得に応じて計算されるため、金額はおひとりずつ違います。

保険料の納め方は「年金からの支払い」と「口座振替」の二通りがあり、どちらか選ぶことができます。

なお、「年金から支払い」される場合、手続きをする必要はありません。



窓口負担

病院や保険薬局の窓口でお支払いいただく一部負担金は「**1割**」です。

ただし、現役並み所得者の方は「**3割**」負担となります。

(同じ世帯内に住民税の課税所得が145万円以上となる加入者がいる方)

医療費が高額になったとき

1ヵ月の医療費の自己負担額が一定の額を超えたとき、超えた分が「高額療養費」として支給されます。(申請が必要です)

自己負担限度額は、所得に応じて6つの区分があり、外来は個人単位、入院した場合は世帯単位で合算された金額が適用されます。

病院窓口で支払いをする金額を抑えたい場合は、受診される前に、お住まいの市町村窓口で「限度額適用・標準負担額減額認定証」または「限度額適用認定証」を申請し、発行された証を保険証と一緒にみせていただくと、自己負担限度額が適用できます。

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証

適用区分 区分Ⅱ

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証	
交付年月日 令和 2年 8月 1日	
保険者番号	01234567
姓 名	広城 太郎
生 年 月 日	昭和 7年 7月 7日
受 診 日	令和 2年 8月 1日
適用区分	区分Ⅱ
交付年月日	令和 2年 8月 1日
保険者印	印
保険者番号並びに医療者氏名等	31901110100
交付印	公印(集)

令和2年
8月から黄色

健康診査を受けましょう！

健康診査を受けることで、自分の今のからだの状態を知ることができ、生活習慣病などの病気を早くに発見することや、かかっている病気の悪化を防ぐことができる場合があります。

後期高齢者の方には、お住まいの市町村から「健康診査受診券」が交付(郵送)されますので、1年に1回受診して、健康管理に努めましょう。



病院からのお知らせ

外来診療予定表

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	午前	山下 千石	山下 千石	山下 千石	山下 千石	山下 千石
	午後	千石	山下	千石	山下	千石
外科	午前	竹之内	竹之内	竹之内	竹之内	竹之内
	午後	竹之内			竹之内	

受付時間 午前 8:15 ~ 11:00
午後 13:45 ~ 16:00

皮膚科（隔週金曜 午後のみ） 受付時間 13:15~
予定日：8月7日（金）・21日（金）
9月4日（金）・18日（金）

乳腺甲状腺外来（予約制）

予定日：8月15日（土）・9月19日（土）

初診の方は事前に
外科外来の受診を
お願いします。

新型コロナウイルス感染症対策について

- ・入院患者さまへの面会を制限しています。
※ご家族以外の方は原則面会禁止。ご家族の方も、次の条件付き。
【条件】連絡先・入退室時間・検温等の記録、面会時間制限（15分以内）など
- ・外来受付窓口での検温にご協力ください。
- ・疑わしい症状がある場合は、お住いの地域を
管轄する保健所へご相談ください。



【参考】北見保健所:0157-24-4171 紋別保健所:0158-23-3108

発 行：JA北海道厚生連 常呂厚生病院
住 所：〒093-0210 北見市常呂町字常呂573番地2
電 話：0152-54-1611
ホームページ：<https://www.dou-kouseiren.com/byouin/tokoro/>

（この広報誌はホームページにも掲載しています）