



2023年4月1日～		月	火	水	木	金
内科	一診 (予約制)	中田	谷口	井川	谷口	井川
	二診 (予約制)	平原	高見	吉田	平原	高見
	三診 (予約なし)	吉田	中田	谷口	鳥大 (井川)	平原
	専門外来 (予約制)	井川 <small>(ペースメーカー チェック)</small>			高見 <small>(禁煙外来) (物忘れ外来)</small>	門脇 <small>(糖尿病内科)</small>
外科		(鳥大) 平岡	平岡	(鳥大) 平岡	平岡	平岡
整形外科 (予約優先)						(鳥大)
小児科		(鳥大)	第3火曜(PM)は小児循環器			(鳥大)
耳鼻咽喉科		(鳥大)			(鳥大)	
眼科 (予約優先)				(鳥大)		(鳥大)
皮膚科			池原			
内視鏡・エコー (予約制)			吉田	中田		

- ・診療 9:00～12:00(開扉7:30、受付8:00～11:30)
- ・**整形外科、眼科は予約優先**になっていますので、当日受診希望の方は、来院前に電話をお願いします。
- ・**発熱やかぜ症状、嘔吐等がある方は必ず事前に電話でご相談ください。**
- ・新型コロナウイルス感染症対策のため病棟への面会は原則禁止ですが、オンライン面会などの方法がありますので、ご希望の方は病院看護師に電話でご相談ください。
- ・令和5年4月より**祝日等で休診となった月曜日の小児科診療**の振替診療(火曜日)は派遣元の都合により無くなりましたのでご注意ください。

今回は「町報のように縦書きの病院だよりを見てみたい」というご要望をいただき、全体が縦書き仕様となるよう作成しました。今回の仕上がりはいかがだったでしょうか。病院だよりをお読みになった皆さまのご感想など、お待ちしております。【広報担当】

日南町国民健康保険
日南病院
〒689-5211
鳥取県日野郡日南町生山511-7
TEL : 0859-82-1235
FAX : 0859-82-1341
HP : <https://nichinan-hospital.jp/>

病院に対するご意見ご要望、または広報誌に対するご意見など、お待ちしております。

⇒入力フォーム

LINE
日南病院LINE
公式アカウント

休診の連絡や予防接種などいち早く情報発信します。

NEWS
リハビリ室の新しい取り組み
— アプリ開発への協力 —



リハビリ室では常に新しいことにチャレンジしています。
今回は、東京のIT企業であるアルプスシステムインテグレーション株式会社が開発している健康増進のためのスマートフォンアプリの試作品を試験運用させていただきます。



この事業は、鳥取県商工労働部立地戦略課から鳥取県リハビリテーション専門職連絡協議会を通じて協力依頼があり、数か所の病院や介護事業所で展開されています。
当院では、主に通所リハビリをご利用いただいている方に参加いただきアプリを試していただきました。



試験運用中の院外の景色
この時はかなりの積雪でした。日南町の冬期に、特に活躍しそうです。

使用感など利用者のご意見を企業に伝え開発に役立てていただきます。日南病院としても新しいサービスの可能性を探る良い機会になりました。
参加者の皆様は、一風変わった運動メニューを行い楽しそうな様子で、有意義な活動の時間になりました。
また、冬期は雪が多く外での運動機会が減りがちですが、屋内で健康増進ができるとあって、我々リハビリ専門職としても大いに注目しています。
アプリの詳細は開発途中で詳しくはお示しできませんが、日南病院では、新しい技術や取り組みに積極的にチャレンジしながら、町民の皆様にとって有益なサービスが展開できるよう日々努めてまいります。

ご近所サポーターの取り組み

ご近所買い物ツアーとお食事会

第二弾



日南病院
リハビリテーション科
科長 田辺 大起
遠藤 隼輝
安田 春香

【事業の背景】

現在も続く新型コロナウイルス感染症の広がり、食事や栄養についても大きな影響を与えており、食支援をキーワードとした介護予防の取り組みが重要視されています。

【目的】

今回の取り組みは、ご近所サポーターの方々が食事や買い物を通して、介護予防を行うことを目的とした事業です。

★ご近所サポーターとは、令和3年〜令和4年にかけて実施した「ご近所サポーター養成講座」を受講された方々が主となって地域に出かけ、声掛けや介護予防に役立つ話、体操、相談等を行います。

お食事会と介護予防教室

多職種監修レシピ集を見ながら焼き鮭と野菜のレンジ蒸し、カリカリ和風じゃこサラダ、かぼちゃのカレー煮、たまごとおかかのおにぎりを作りました。久しぶりに手料理をして楽しかったことや、お喋りが楽しいなどの感想が聞かれました。

おいしいと評判だったレシピを、一部載せていますので、ぜひ作ってみてください！



食事の後には、保健センターの山田管理栄養士さんから、食・栄養に関する様々な知識を学びました。皆さんも頷きながら真剣な表情で聞き入っていました。参加者・支援者ともに満足度が高く、また参加したいとの声がかれました。

取り組みイメージ



ご近所買い物ツアー

昨年の11月11日金曜日、ご近所買い物ツアーと食事会を行い、総勢6名（ご近所サポーター4名、参加者2名）の方が参加されました。

参加者は10時30分のデマンドバスに乗り込み、拠点から車で約30分の場所にあるスーパーへ買い物に出かけました。



参加された皆さんは、それぞれのペースで買い物を楽しんでおられました。「スーパーで日用品以外にも、ホームセンターで大根の苗を買うことが出来た。」「普段重たくて買えない物も支援者がいる事で購入することができた。」「スーパーから約2km歩いていい運動になった」など、様々な感想を頂きました。



たまごとおかかのおにぎり



- 【材料】1人分（おにぎり2個）
- ・ご飯・・・軽く茶碗2杯
 - ・卵・・・1個
 - ・塩・・・ひとつまみ
 - ・サラダ油・・・小さじ1
 - ・鰹節パック・・・1〜2パック
 - ・しょうゆ・・・小さじ1〜2
 - ・ゴマ（好みで）

- ☑ 簡単調理
- ☑ エネルギー確保



1人分の栄養価
エネルギー454Kcal
タンパク質12.0g
脂質9.8g
炭水化物74.6g
食塩相当量1.1g

【作り方】

- ①卵は割りほぐして砂糖を混ぜ、サラダ油を引いたフライパンでいり卵にする。
- ②ご飯に①とカツオ節、醤油を混ぜ、2等分にして握る。

【ポイント】

- ◎昆布の佃煮など、混ぜるもので美味しさが変わります。
- ◎海苔を巻いて美味しさアップ！
- ◎チャーハンにしてもOK。タンパク質を手軽に摂ることが出来ます。

マイナンバーカードが

健康保険証

として使えます！

1. マイナンバーカードを使われる際は、**診察前に必ず専用カードリーダーで保険証確認をお済ませください。**

- 日南病院ではマイナンバーカードが健康保険証として使えます。
- 受付窓口を設置している専用カードリーダーにマイナンバーカードを差し込んで、ご本人に操作していただきます。
- 専用カードリーダーでは、次の情報を確認しています。

- ① 加入している医療保険（国民健康保険など）
- ② 有効期限
- ③ 負担割合や上限額



※上限額については下記2.をご覧ください。

- 会計時にマイナンバーカードを使用した保険証確認をされた場合は、再計算となり再度お待ちいただくようになりますので、受付時の保険証確認にご協力をお願いします。

注意

主保険と限度額適用認定証は、マイナンバーカードでの確認ができるようになっていますが、**特別医療、指定難病、自立支援**など、他の保険証をお持ちの方は従来通り原本での確認となりますので、病院受診の際は必ずご持参ください。

証類の持参例

【例1】



【例2】



【例3】



3. マイナンバーカードで確認すると**医療費が少し低くなります。**

- 令和5年4月から、従来の健康保険証を確認した場合と、マイナンバーカードで保険証確認をした場合で、医療費に少し違いがあります。
- 従来の健康保険証で確認した場合、次の点数が加算となり少し高くなります。

【変更内容】

■ マイナンバーカードで確認

初診・・・2点加算（3割負担で6円）

再診・・・加算なし

■ 健康保険証で確認

初診・・・6点加算（3割負担で18円）

再診・・・2点加算（3割負担で6円）



【※一点10円】

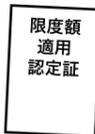
- 日南病院の発熱外来を受診する場合には、ご本人が受付窓口で専用カードリーダーを使用して保険証確認ができない場合は、従来通り健康保険証での確認をさせていただきます。

2. 同意していれば申請なしで

「限度額適用認定証」「高額療養費」の確認もでき便利になりました！

- ご本人が専用カードリーダーを操作し、「限度額適用認定証」「高額療養費」の確認に同意した場合、入院や外来診療で医療費が高額になった場合、窓口での自己負担額が自動的に所得に応じた上限額に設定されます。（同意がなければ上限額は確認できません）

- 今まで各個人で役場などに申請し、発行してもらっていた限度額適用認定証などが、専用カードリーダーで確認することによって、別途申請しなくても確認できるようになっています。



専用カードリーダーの使い方!!

- ◆ 専用カードリーダーは外来受付カウンターにあります。
- ◆ マイナンバーカードはケースやカバー等から出してご使用ください。
- ◆ 顔写真の面を表にして縦向きに置き、専用カードリーダーの奥まで差し込んでください。



- ◆ マイナンバーカードを置いた後は、ご本人にて画面の指示に従って操作していただくこととなります。
- ◆ 取り忘れにご注意ください!!
- ◆ 本人確認の際4桁の暗証番号が必要になります。

- ※暗証番号は3回間違えるとロックがかかりますのでご注意ください。
- ※保険証の確認は引き続き、月一回必ず必要です。
- ※病院職員がマイナンバーカードをお預かりすることはありません。



令和5年度 65歳以上 肺炎球菌ワクチン接種の 費用助成対象者の皆さまへ

初めて接種される
左記の年齢に該当
する方が対象です

今年度も日南病院では65歳以上肺炎球菌ワクチン接種を実施します。

費用助成対象者（令和5年度）

肺炎球菌ワクチンを今まで一度も接種されたことが無い65歳以上の方で、**5歳間隔の年齢の方が対象です。**

【65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳】

※基準となる65歳は昭和33年4月2日～昭和34年4月1日
生まれの方です。

●対象の方には福祉保健課から「日南町高齢者肺炎球菌ワクチン接種のお知らせ」が3月中旬に郵送で順次届きます。

●まだお誕生日を迎えておられない方も、**助成接種のお知らせが届いたら接種可能となりますので、**どうぞ日南病院へご予約ください。



【助成対象外の方へ】

※すでに接種をされた方（2回目）や、年齢が該当しない方は、助成対象外となり、自費での接種となりますので、ご注意ください。

※日南病院での自費接種費用は、8千円～1万1千円ほどです。

**マスクの着用・手指の消毒を
引き続きご協力お願いします**

令和5年3月、マスクの着用が個人の判断に委ねることになりました。

日南病院では、患者さまとご家族の皆さまに安心してご来院いただくため、**感染対策として引き続きマスクの着用と、手指の消毒をお願いします。**

病院職員も日々感染対策に努めておりますが、皆さまのご理解、ご協力をお願いします。



マスクしよう



消毒しよう

費用助成期間…1年間

・令和5年4月1日～令和6年3月31日まで
※日南病院では10月2日～翌年1月末まではインフルエンザ予防接種期間とし、肺炎球菌ワクチン接種は行っておりません。

日南病院のみで使用できるクーポン券を使うと、さらに1千円の助成があります。ぜひご活用ください！



接種は前日までに**予約**が必要です

電話：82-11235（代表）

・平日8時30分～17時00分にご連絡ください。

接種時間

14時00分～15時30分

・午前中に予約診察がある方のみ、診察日（午前中）に予約を取ることが可能です。

接種当日は・・・

・予約当日、腕が出しやすい服装で福祉保健課から届いた

①受診券 ②予約票

③クーポン券（日南病院接種費用助成券）

の3つを持っておいってください。



肺炎球菌ワクチンの予約を取りたいのですが・・・



退任のご挨拶

病院長 佐藤 徹

本年3月で日南病院を辞することになりました。

至らない点が多々あったと思います。短い間ではございましたが、本当にお世話になりました。

職員の皆さんのご健勝と、日南病院が安心して安全な病院であり続けることを心よりお祈りして、退任の挨拶とさせていただきます。

