

かけはし

vol. 113

2025.1 WINTER



CONTENTS

- 2 看護のチカラ
- 3 マイナ保険証について
- 4 ▶ 5 医療被ばく低減施設に認定されました
- 5 公式Instagramアカウント開設!
- 6 新任医師のご紹介



看護のチカラ

摂食・嚥下障害看護

摂食・嚥下障害看護認定看護師
岡本 奈緒



お口のケアについて

冬といえば感染症に注意が必要です。インフルエンザやCOVID-19などの感染症予防には、摂食嚥下ケアと密接に関係する「口腔ケア」が大切なケアの1つとなります。

口腔内には常在菌を含めて約1000億個の細菌がいます。これは大腸と同じくらいの細菌数です。朝、起床時は口の中が乾燥しているため、細菌数はさらに増えて約1兆個になります。これらの細菌が肺に入ってしまうと肺炎を引き起こす可能性があります。特に、免疫力が低下しやすい高齢の方は注意が必要です。



口腔内細菌は、肺炎だけでなく心臓や血管、糖尿病など他の臓器にも影響を与えることもわかっています。

感染症との関係では、不十分な口腔ケアや歯周病が、インフルエンザやCOVID-19感染の重症化に関係していることが示されています。

口腔ケアは摂食嚥下ケアや生活上のケアとして非常に重要です。

特に、就寝前と起床時に口腔ケアをすることで、効果が高まります。歯磨きや歯間ブラシ、粘膜清掃、舌苔除去、うがいなどで自身に合った方法で口腔ケアを行い、感染症から身を守り、口腔機能を維持・向上していきましょう。また定期的な歯科受診も忘れずにしましょう。

口腔ケアのタイミング

食事前

- 口腔内の保清
- 唾液分泌促進
- 食べる意識づけや準備体操となる

食事後

- 食物残渣を除去する
- 誤嚥性肺炎の予防

寝る前

- ひとの口腔内は就寝しているときが1日の中で最も汚いと言われている
- むせのない誤嚥による誤嚥性肺炎予防のためにも寝る前にケアをする



マイナ保険証について

現行の健康保険証は、令和6年12月2日以降新たに発行されなくなります。

その後は、マイナンバーカードの健康保険証利用（マイナ保険証）を基本とするしくみに移行します。

マイナ保険証を利用するメリット

- マイナンバーカードを使って医療機関等に受診した際に、自身のお薬の履歴や過去の特定健診の情報等の提供に同意すると、医師等からより多くの種類の正確な情報に基づいた総合的な診断や重複する投薬を回避した**適切な処方を受けることができます**。
- 医療機関等で高額な医療費が発生する場合でも、マイナンバーカードを保険証として使うことで、患者さんが一時的に自己負担したり、役所で**限度額適用認定証の書類申請手続きをする必要がなくなります**。
- マイナポータルから**保険医療を受けた記録が参照できる**ため、領収証を保管・提出する必要がなく、簡単に医療費控除申請の手続きができます。

今までの保険証はいつまで使えるの？

- 現在、使用している保険証は、その**有効期限まで（最長、2025年12月1日まで）**使用可能です。国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入されている方の多くは、保険証の有効期限が2025年7月または8月となっています。また、健康保険組合の保険証の多くは有効期限がありませんが、その場合は、2025年12月1日まで使用可能です。
- 2024年12月以降、**転職や引っ越し等で保険資格が変わった場合や、使用中の保険証の有効期限が過ぎた場合、マイナ保険証の利用登録を行っている方は、マイナ保険証利用で受診することになります**。
- **マイナンバーカードを持っていない方や、マイナ保険証利用の登録をしていない方は**、現行の保険証の有効期限より前に、保険者から送付される「**資格確認書**」で受診が可能です。なお、これらの方々は「資格確認書」を受け取るための申請は必要ありません。



尾道総合病院のカードリーダー設置場所



総合案内

総合診療科受付

紹介患者受付

入退院センター

ぜひご利用ください

(令和6年12月13日現在)

医療被ばく低減施設に認定されました

●医療被ばく低減施設

医療被ばく低減施設とは、日本診療放射線技師会が安全で安心できる放射線診療を国民の皆様様に提供するための事業として、医療被ばく低減に努めている施設を認定するものです。当院は、2024年6月1日に全国131番目の「医療被ばく低減施設」として認定されました。

放射線に対する不安や疑問についての適切な説明、そして質の高い医療の提供は診療放射線技師の責務であり、安全に検査を受けていただくためにも、医療被ばくの適正化の実施が重要となります。

●放射線量の最適化

放射線検査は診断や治療をする上で非常に有効であり、現在の医療現場では欠かすことのできない重要な手段となっています。なかでもCT検査は全身状態を迅速に把握するために最も重要な検査であり、多くの病院で導入されています。

我が国の人口100万人あたりのCT装置の保有台数は世界第一位となっています。海外では大きな病院でしか受けられない検査ですが、日本では小さなクリニックでも受けることができます。また、日本では国民皆保険制度があり、海外と比べ全国民が平等に高度な医療を安価で受けることができます。(海外で旅行中に転倒し、検査を受けたら何十万も高額な医療費の請求がきたという話をよく耳にします。更に手術をしたら何百万という話も…。)しかし、容易に検査が受けられるがゆえに、生涯の医療被ばくが増えるという事が懸念されます。



厚生労働省資料「医療機器の配置及び安全管理の状況等について」より引用

そこで、我々、診療放射線技師は適切な放射線量で検査を行わなければなりません。

当院では、患者さんに安心して検査・治療を受けていただけるよう、全ての検査に対して医療被ばくの最適化に努めています。

●放射線科の取り組み

医療被ばく相談窓口の開設

子供は大人より放射線に対する感受性(体への影響)が高いとされています。また、体の大きさも年齢によって大きく変わるため、当院では体の大きさに合わせて放射線の量を調整して検査を行っています。しかし、「放射線検査が必要なのは分かってはいるけど、子供が放射線被ばくして大丈夫なの?」「将来、体に影響はないの?」など放射線被ばくに対して漠然とした不安を感じた事はないでしょうか?



当院では、放射線被ばくに対する不安や疑問を感じている方のために放射線被ばく相談を予約制にて行っています。医療被ばく相談では、被ばくへの不安と疑問の解消に繋がるように放射線被ばく相談員(日本診療放射線技師会認定)及び診療放射線技師が丁寧にお話をさせていただきます。ご希望される方は放射線科中央受付(C受付)までお声かけください。

月曜日から金曜日の13時～16時の間で都合のよい時間でお受けします。

レントゲン手帳のご紹介

もう一つの取り組みとして、ご希望の方に当院で受けた放射線検査(放射線治療は含みません)の放射線量を記録してお渡ししています。放射線量の説明と見方を説明させていただきますので、お渡しできるまでお時間を頂きますが、実際にどれくらいの放射線を使っているのかイメージし易くなります。



注意点として、当院限定での取り組みですので他病院では使用できません。また、過去に遡って調査することはできないため、当日の検査についてのみ記録してお渡ししています。

上記の注意点にご理解いただける方は、放射線科中央受付(C受付)にお声かけください。

お知らせ

公式Instagram アカウント開設!



この度、当院の公式Instagramアカウントを開設いたしました!

病院の日常風景やイベント情報、スタッフの紹介など、さまざまな内容をお届けしてまいります。ぜひフォローして、最新情報をチェックしてください!

皆さまの「いいね」や「フォロー」をお待ちしております!



JA_ONOMICHI_GENERAL_HOSPITAL



よろしくお願いします！

新任医師のご紹介

産婦人科

しば むら な つき
柴村 奈月



広島大学病院より参りました柴村奈月と申します。尾道の産婦人科医療に貢献できるよう頑張りますのでよろしくお願いいたします。

耳鼻咽喉科

かぎ もと けい すけ
鍵本 啓介



東広島医療センターより参りました鍵本啓介と申します。尾道の医療に貢献できるよう日々精進いたします。よろしくお願いいたします。

麻酔科

なが ひら よう こ
永平 葉子



10月より麻酔科に赴任いたしました。安心して手術を受けていただけるよう努力いたします。どうぞよろしくお願いいたします。



病院理念

- 私たちは生命の尊さと人間愛を基調に、力を合わせて病める人々を守ります。
- 私たちは、地域の基幹病院としての自覚を持ち、常に新しくより高い知識の習得と技術の研鑽に励みます。

基本方針

農業協同組合員によって創設されたJA尾道総合病院は、公的病院として保健・医療・福祉・介護活動を通じて、地域に貢献します。

ACCESS

車 尾道バイパス・平原インターから約3分

バス ● 尾道駅（山陽本線）尾道駅前－JA尾道総合病院前下車
（おのみちバス：JA尾道総合病院線・尾道市立大学線・瀬戸田線の3路線）

● 新尾道駅（新幹線）新尾道駅－尾道駅前下車（乗り換え）
（中国バス・おのみちバス）尾道駅前－JA尾道総合病院前

利用者専用シャトルバスのご案内

- 三原方面 JR三原駅西口発（所要時間約30分・途中の停留所7か所）
発車時間 7:40 ▶ 9:05 ▶ 10:25 ▶ 11:35 ▶ 13:25 ▶ 14:28
- ※詳しくは総合案内にてお訪ねいただくか、病院ホームページをご覧ください。

駐車場のご案内

駐車料金 ▶ 30分無料、その後1時間ごとに100円
診察を受けられた方は無料となります。



病院敷地内は全面禁煙となっています。