



医療法人社団 仁恵会

石井病院

人工透析ひ尿器科じんけいクリニック

Now

Vol.164

- Since 2008

JINKEIKAI NEWSPAPER

発行：2021.11

## オンライン資格確認について ～マイナンバーカードを健康保険証として利用しましょう～

10月1日より、当院ではマイナンバーカードが健康保険証として使用可能になるシステム「**オンライン資格確認**」を導入しております。10月20日、国の本格運用に合わせて、プレ運用期間を設けながら実施開始の流れとなりました。

「**オンライン資格確認**」とは、医療機関や薬局の窓口で、マイナンバーカードのICチップまたは健康保険証の記号番号等を利用して患者の資格情報等を確認することとされており、健康保険証の代わりにマイナンバーカードを利用できるシステムです。



どんな **いいこと** があるの？

転職・結婚・引っ越しをしても  
健康保険証としてずっと使えます！



特定健診情報や薬剤の情報が確認・共有でき、医療の質が向上します！

※ 情報の共有は、ご本人の同意が必要です。

情報は  
**マイナポータル**  
で確認できます



医療費の確認、確定申告での医療費  
控除の手続きが便利になります！

※ 令和3年11月 開始予定



窓口への書類の持参が不要になります！



マイナンバーカード を  
健康保険証 として  
はじめてご利用になる方へ

初回のみマイナンバーカードの**健康保険証利用の申込**が必要です！

申込方法 **1.** 顔認証付きカードリーダーで申込 本日から利用の場合

顔認証付きカードリーダーに  
マイナンバーカードを置く

マイナンバーカードを  
保険証として登録する  
ボタンを選択

申込完了！

方法は簡単ですので、右図を参考に受付にて、ご利用下さい。



マイナンバーカードを  
保険証として登録しますか？

登録せずに終了

登録する

医療機関・薬局でできますが、申込完了までに少しお時間をいただく場合があります。



※上記画面はイメージです。実際の操作画面とは異なる可能性があります。



## インフルエンザの予防接種を実施しています



当院ではインフルエンザの予防接種を実施しています。ご希望の方は受付にお申し出ください。

対象者：15歳以上の方

料 金：一般の方 4,500円 / 高齢者（明石市 満65歳以上）無料 / 高齢者（神戸市 満65歳以上）1,500円

※ 但し、薬剤がなくなり次第終了となります。

**ご注意**：新型コロナウィルスワクチンを接種された方は、2週間以上間隔をあけてインフルエンザワクチンを接種してください。（インフルエンザワクチンを先に接種した場合も、2週間以上間隔をあけてください。）

なお、当院での新型コロナウィルスワクチン接種（2回目の方）は、11月20日（土）で終了となります。



## 人工透析ひ尿器科じんけいクリニック ～ 11月といえば～

秋も深まり朝夕は、めっきり冷え込むようになりました。

皆様も、寒暖差に体調を、崩されておられませんでしょうか。



11月といえば、紅葉、食欲、運動ですね。明石公園での紅葉見頃は、11月15日以降12月初めが、見頃とのこと。屋外での散歩でも、人の密集地帯は避けていただけると感染防止対策にも繋がります。

食欲と運動に関する論文はよく出ており、食欲が増加する夏の終わりから秋にかけては、基礎代謝量が増加すると言われております。そして運動を行うことで身体活動量が増加します。基礎代謝量と身体活動量が増加することで、食欲が増進するようです。

一方透析患者様では、季節的活動量変化は少なく、心理的負担感が影響し活動量が変動することが示唆する論文も出ております。透析という事自体が、負担になり運動自体も積極的に行わなくなる事もあります。

当院では、透析患者様が、少しでも「透析」という心理的負担感をなくすため、透析の設定を、個人個人ですべて変更しており、患者様一人ひとりにあった、透析設定を考え実行しております。患者様には、快適な透析時間を過ごしていただけるよう、スタッフ全員で考え実行しております。

医師の回診を中心に、スタッフからもしっかりと患者様の情報を把握し、医師へ報告、医師の的確な判断材料となるよう努めております。他に患者様の身体的特徴を把握するため、InBodyという機器を用いて体水分量、筋肉量、脂肪量を測定の上、患者様の適正体重を求めたり、バスキュラーアクセス（シャント）の血流量が低下してしまわないうちに対応できるよう血流量に応じたタイミング及び、症状が確認され次第のシャントエコーを実施しています。更に、導入透析患者様の約4割が糖尿病を有しており、血管の荒廃が進んでいる状態の可能性もあるため、足のケアを充填にしっかりとしたフットケアとSPP検査（足底血流測定）を実施しております。

患者様が安心して、透析を受けていただけることにより、活動量の増加が加わり食欲が増進し、しっかりと夏場で落ちた体力を取り戻していただけると良いと思っております。

食事に関しては、色々な注意点がありますが、カリウムとしてカボチャ、栗、芋、レンコン、果物です。ただ食べちゃ駄目では、ありません。量に気をつけてください。後は、寒くなって来てお鍋が、増えてくると思います。水分と一緒についてくる事、出汁による塩分増加に、注意が必要です。

以上のような事を守っていただきながら、透析をしっかり行い、ご自宅での生活をごゆっくりお過ごしいただければと思います。

参考論文：血液透析患者の身体活動量と関連要因-心身健康科学の視点から- 河合克尚 著・2019：基礎代謝の季節変動について 島岡章 著・1987



仁恵会本部事務局長代行  
兼 人工透析ひ尿器科  
じんけいクリニック  
事務局長代行  
はら しんいちろう  
原 真一郎

### ■ 医療連携相談室

TEL 078-918-1512 FAX 078-918-1725  
平日 9:00～12:00 14:00～17:00  
土曜 9:00～12:00  
担当 酒見 古門 上野

### 編集・発行

医療法人社団 仁恵会 石井病院 広報委員会  
〒673-0881 明石市天文町1-5-11  
TEL 078-918-1655 FAX 078-918-1657  
<http://jinkeikai-group.or.jp/ishii/>