



鈴の音だより



職員が誇りを持って働き、地域の皆様が誇れる病院

編集・発行 松阪市民病院

New Face

新任医師のご紹介

眼科 はしもと ゆうじ
橋本 裕司

10月より眼科で勤務いたします橋本裕司と申します。
済生会松阪総合病院で初期研修を行い、三重大学病院
で眼科医として半年勤務してからの赴任となるので、半
年ぶりに松阪地区での仕事となります。地域の方々へよ
り良い医療を提供できるように精進しますので、どうぞ
よろしくお願いいたします。



iPhone 539台 導入！ 病院スタッフがスマホで仕事をする時代へ

BEFORE

様々なツール



カルテ入力はパソコン
院内電話は PHSで…



音声入力可能



ひとつで多機能

電子カルテ入力／電話／会議
チャット／ナースコール など

医師・病棟・外来看護師
一人1台
スマホ所持に

AFTER

スマートフォン導入は、医療の質向上と業務効率化を目的としています。

＊情報共有の迅速化

患者情報や検査結果など、必要な情報をリアルタイムで共有でき、医療の質向上につながります。

＊業務効率化

紙の書類を減らし、電子カルテや各種アプリを活用することで、事務的作業の効率化が期待できます。

＊コミュニケーションの円滑化

院内での連絡手段が多様化し、迅速な連携が可能になります。

＊患者サービスの向上

患者への情報提供や、業務効率化によって患者ケアの充実等、患者満足度の向上につながります。

院内のプロフェッショナル

地域連携課（患者相談窓口）の紹介

キャリアコンサルタントとは、2016年4月に誕生した国家資格です。キャリアコンサルタントは、個人が自身の能力や適性などを把握し、自己理解を深め、理想のキャリアを実現できるように支援する専門職です。相談者一人ひとりの価値観や希望を把握し、その人が、自身のありたい姿に向かえるようにともに考え情報提供などを行います。

相談者には、これから社会で活躍する若者から、リタイア後の第2の人生のスタートに立つシニア、病気を抱えている人、障がいのある人、育児や介護と仕事の両立を目指す人など多様な人々が対象です。キャリアとは仕事をしている時期ばかりでなく生涯を通じて考えるものです。

病気に直面した時、不安や自信喪失を感じる人が多いです。病院では病気や障がいを抱えた患者さんが、治療を受けながら仕事を続けるためのサポートを行い一緒に考えていきます。患者さん家族のお話を伺い、治療と仕事の両立支援や心理的サポート・医療機関と職場との連携などスペシャリストと協力してお話しさせていただいています。

また、病院と就労を取り巻く環境も世の中の流れと同様に変化している中で、それに合わせて働く人のキャリアへの価値観も変化しています。病院で働く様々な職種のスタッフもキャリアコンサルティングの対象となります。病院で働くスタッフが自身のキャリアについて整理し共に考えて、生き活きとよりよい医療が提供できるように支援してまいります。



キャリアコンサルタント

しばさき ゆかり
芝崎 由香里

看護師復職支援研修会



結婚や育児などで看護のお仕事から一旦離れ、現在復職をお考えの方を対象に復職支援研修会を開催いたします。

看護のブランクがあり復職にご不安をお持ちの方は、是非ともご参加ください。現在、実施されている医療・看護に関する知識や技術を知ること、精神的・技術的な復職への不安を軽減し、再就職のきっかけになればと考えています。

対象は、看護師の資格を有し、現在離職中で復職をお考えの方。募集人数は、5名程度で先着順（多数応募の場合は、市内在住者を優先）。

「ずいぶんブランクがあるから心配」「復職したいけど勇気がない」「働くきっかけがつかれない」など、復職にご不安をお持ちの方は、是非ご参加ください。

月 日	時 間	研修内容
10月17日 (木曜日)	9:30~11:30	採血・点滴・輸液ポンプの取り扱い
10月24日 (木曜日)	9:30~11:30	BLS (一次救命処置)

申し込みは
こちらから ▼



病院 知っ得 それって本当にカロリー0？



スーパーやコンビニで「カロリーオフ」や「糖質ゼロ」と書かれている食品をよく見かけるけど、これって本当に0なのかな？



実はこれらの表示には様々な決まりがあります。
注意するポイントをまとめたので詳しく見ていきましょう！

カロリーオフとカロリーゼロの違い

カロリーオフ（カロリー控えめなど）	カロリーゼロ（ノンカロリーなど）
食品 100g あたり 40kcal 以下 飲料 100ml あたり 20kcal 以下	食品 100g あたり 5kcal 未満 飲料 100ml あたり 5kcal 未満

例えば…  1本 (500ml) あたり**100kcal以下**でも、
カロリーオフと表示できる

 1本 (500ml) あたり**25kcal未満**でも、
カロリーゼロと表示できる

注意

「カロリーオフ」「カロリーゼロ」と記載をされていても、大量に摂取するとエネルギーが過剰になってしまいます。

糖類ゼロ、糖質ゼロの違い

糖類ゼロ	糖質ゼロ
砂糖は使っていないが、 他の糖分 （人工甘味料）等は色々 使われている可能性がある	砂糖や他の糖分（人工甘味料）等も 含まない

ポイント

糖質を制限したい方は、糖類ゼロよりも糖質ゼロの方がおすすめです。

微糖と無糖の違い

微糖・低糖	無糖
飲料 100ml あたり、糖質・糖類が 2.5g 以下 または 対象の商品と比べ、 2.5g 以上低減	飲料 100ml あたり、糖質・糖類が 0.5g 未満

糖の含まれている量が少ないとは限らない！

例えば…



微糖と書いてある商品でも
1缶 (190ml) あたり**スティックシュガー1本以上**含んでいる可能性も！

注意

「甘さひかえめ」等の表示は、味の表現である為、砂糖の量が多くても記載されている可能性があります。



表示の方法によって様々な意味がありますね。
今後商品を選ぶ際の参考にしてみてください。

出前講座

あさみサンサン学級 「ロコモティブシンドロームについて」

なかむら ふじお
リハビリテーション室 中村 富志央

9月10日に松阪市朝見地区の『あさみサンサン学級』へお邪魔させて頂きました。テーマは『健康寿命をのばしましょう』でロコモティブシンドローム（ロコモ）について講座をさせて頂きました。講座の中ではロコモテストやロコモトレーニングを体験して頂きましたが、参加者全員の方が積極的に参加して頂き、介護予防に対する意識の高さに敬服致しました。今講座にて参加者様（地域御高齢者様）の現状『ロコモ度』や『ロコトレ』の指導をさせて頂き、私自身も非常に勉強になりました。ご自身の健康状態を知り目的を持って運動に取り組んで頂く事の大切さを改めて実感させて頂きました。また今回の公民館講座の様に地域に密着した活動の必要性を強く感じました。あさみサンサン学級の皆様には温かく迎えて頂き本当にありがとうございました、今後のご健康をお祈りしております。今回このような場にお声掛け頂きありがとうございました。



令和6年10月から 医薬品の自己負担の仕組みが変わります！

- 後発医薬品(ジェネリック医薬品)があるお薬で、先発医薬品の処方を希望される場合は、特別の料金をお支払いいただきます。
- この機会に、後発医薬品の積極的な利用をお願いいたします。

- ・後発医薬品は、先発医薬品と有効成分が同じで、同じように使っていただけるお薬です。
- ・先発医薬品と後発医薬品の薬価の差額の4分の1相当を、特別の料金として、医療保険の患者負担と合わせてお支払いいただきます。
- ・先発医薬品を処方・調剤する医療上の必要があると認められる場合等は、特別の料金は要りません。

新たな仕組みについて

特別の料金の対象となる医薬品の一覧などはこちらへ



後発医薬品について

後発医薬品（ジェネリック医薬品）に関する基本的なこと



※QRコードから
厚生労働省HPの
関連ページに
アクセスできます。

将来にわたり国民皆保険を守るため
皆さまのご理解とご協力をお願いいたします



厚生労働省

ひと、くらし、みらいのために
Ministry of Health, Labour and Welfare

マイナンバーカードが健康保険証として利用できます！

本年12月2日から現行の健康保険証は発行されなくなります。※
マイナンバーカードをお持ちの方は次回受診時にご持参ください。

※12月2日時点で有効な保険証は最大1年間有効です。

マイナ保険証 保険証利用登録について

医療機関・薬局に設置されている、顔認証付きカードリーダーでも保険証利用の登録ができます！

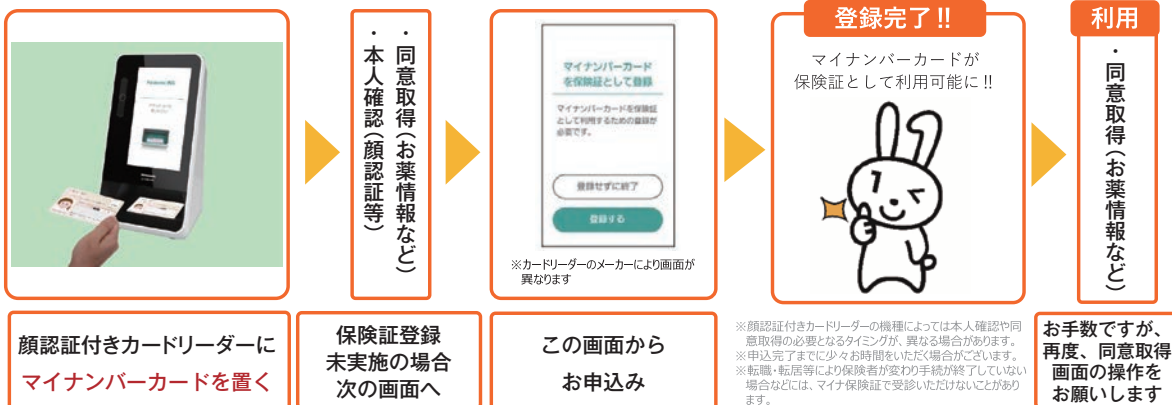
マイナンバーカードの保険証利用の申込みは、

医療機関・薬局の 受付でもOK!!



当日その場でも
いいのね♪

マイナンバーカードを医療機関・薬局にお持ちいただくだけで、
健康保険証として利用するための申込み手続きや、実際に利用いただくことが可能です！



デジタル庁

総務省
MIC
Ministry of Internal Affairs
and Communications

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

健康保険証利用の
申込みのお問合せ先

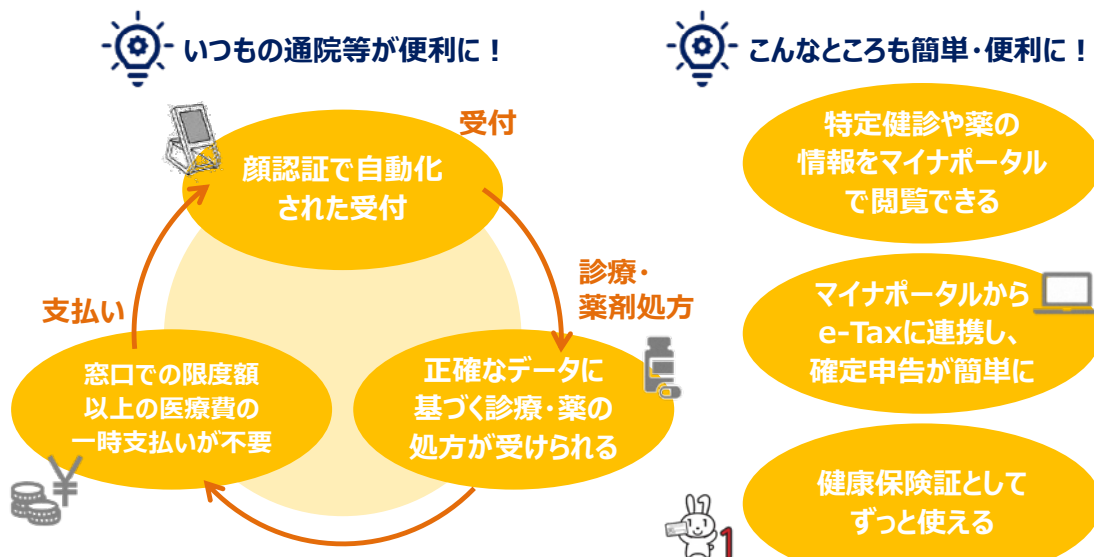


マイナポータル
フリーダイヤル
0120-95-0178

5番を選択のうえ、音声ガイダンスにしたがってお進みください。
受付時間（年末年始を除く） 平日：9時30分～20時00分
土日祝：9時30分～17時30分

マイナンバーカードを健康保険証として利用するメリット

通院においても、その他の場面でも
マイナンバーカードの健康保険証利用で便利になります



令和6年10月分 松阪市民病院外来医師担当表

内科		月	火	水	木	金
	一般内科(新患)	井上れみ	三重大 三輪啓志	三重大 伊藤稔之	吉元琢真	三重大 田丸智巳
	糖尿病科			三重大 西瀧康太		
	特殊外来(午後 (13:00~15:00))	腎内 石川英二		▲2,16,23,30日 血液 三重大 山口素子		

(注)一般内科受付は11:00まで (注)水曜日午前2診(糖尿)は予約診療のみ
▲(注)水曜日午後1診(血液)は第1,3,4,5予約診療のみ
※変更がある場合がありますのでご確認ください。

消化器・内視鏡治療センター		月	火	水	木	金
	一般外科(新患)	横井 一	伊佐地秀司	春木祐司	中橋史棋	藤永和寿
	一般外科(再来)			中橋史棋	春木祐司	
	乳腺外来(午後 (13:00~))		澁澤麻衣			
	消化器内科 (新患)	川村 聡	西脇 亮	藤部幸大	西川健一郎	河内瑞季
	消化器内科 (再来)	西脇 亮				
			西川健一郎		黒田 誠	藤部幸大
	■特殊外来(5診) ■午後(13:30~16:30)		肝臓 清水敦哉			

(注)一般外科受付は11:00まで (注)乳腺外来は予約診療のみ。
★火曜日特殊外来(5診)は予約診療のみ。

呼吸器センター		月	火	水	木	金
	1診	再診 田口 修	新患 伊藤健太郎	再診 田口 修	新患 医師交替	再診 田口 修
		新患 畑地 治	▲1,15,29日 畑地 治		新患 畑地 治	畑地 治
	2診(補助診)			新患 鈴木勇太		
	4診(再来)	安井浩樹	鈴木勇太	伊藤健太郎	江角征哉	新患 藤浦悠希
	5診	新患 ▲28日 ★江角征哉	西井洋一	再診 藤浦悠希	★新患 中西健太郎	再診 中西健太郎
	呼吸器内科 内科2診 (新患・再来)	手術	■加納 収	手術	■加納 収	手術
	呼吸器外科 内科3診 (新患・再来)	手術	樽川智人	手術	樽川智人	手術

(注)新患の受付は11:00まで

循環器内科		月	火	水	木	金
	午前	1診	泉 大介	飯尾晃太郎	市川和秀	泉 大介
	午後	検査	検査	検査	検査	検査

整形外科		月	火	水	木	金
	午前	1診	池村重人	大学医師	池村重人	大学医師
		2診				
		3診	園田星	園田星	山田淳一	▲4,18日 山田淳一 ▲11,25日 大学医師
	手術	午前	手術	手術		手術
		午後	手術	手術	手術	

(注) 新患、予約のない方の受付は11:00まで。
▲10月金曜3診は第1,3山田医師、第2,4は大学医師となります。

リハビリ科		月	火	水	木	金
	午前				舘 靖彦	

(注)完全予約制

泌尿器科		月	火	水	木	金
	午前	1診	再来 中野駿吾		再来 米村重則	泌尿器科 医師
		2診	新患 米村重則	新患 櫻井正樹	新患 櫻井正樹	新患 中野駿吾
	午後	検査	手術	手術	検査	検査

眼科		月	火	水	木	金
	午前	1診	高嶋祐布子	高嶋祐布子	高嶋祐布子	高嶋祐布子
		2診	★橋本裕司	★橋本裕司	再来 田中弥生	代務医師
	午後	1診	高嶋祐布子	高嶋祐布子		
		2診	★橋本裕司	★橋本裕司		
		検査	検査	手術	検査	手術

★(注)午後の診察は月曜日・火曜日の13:30~14:00。

形成外科		月	火	水	木	金
	午前					▲4,18日 小泉正樹
	午後					手術

▲(注)10月は第1,3金曜。予約診療のみ。

皮膚科		月	火	水	木	金
	午前	1診	杉本恭子		杉本恭子	杉本恭子
		2診	大学医師	手術	大学医師	

(注)新患の受付は10:00まで。要紹介状。予約診療のみ。

歯科・口腔外科		月	火	水	木	金
	午前	初診	松山博道	交替	仲村秀明	中橋一裕
		予約	中橋一裕	交替	中橋一裕	▲10,24日 中橋一裕
		予約	仲村秀明		松山博道 (予約のみ)	▲3,17,31日 松山博道
	午後		中橋一裕	中橋一裕	手術・ 歯周病 外来	▲10,24日 中橋一裕
			松山博道	松山博道 (予約のみ)		▲3,17,31日 松山博道
			仲村秀明		仲村秀明	手術・ 歯周病 外来

(注)受付は10:00まで (注)顎関節外来は予約診療のみ。
(注)火曜午前初診・予約は中橋医師と松山医師の交替制となります。
(注)急遽担当医師が変更になることがあります。
▲(注)10月木曜診察は中橋医師10,24日、松山医師3,17,31日。

脳神経外科		月	火	水	木	金
	午前	1診		三重大 当麻直樹		
		2診				

★(注)受付は11:00まで

耳鼻咽喉科		月	火	水	木	金
	午前	大学医師		大学医師	大学医師	

受付時間 午前 8:15~11:30
午後(診察のある科のみ) 13:00~14:00
(科により異なります)

変更箇所 ★:今月より変更 ●:月途中より変更 ■:先月より変更 ▲:今月のみ

松阪市民病院	〒515-8544 三重県松阪市殿町1550番地 ☎0598-23-1515(代表)
--------	---