



地域に根差して53年 since 1969

Hatta Medical News

2024年5月号



春の次は夏！という感じの季節の移り変わりに体調がついてこない方も多いのではないかと心配しております。

さて、世間を騒がせております、6月からの診療報酬改訂について、皆様に文書に署名を頂くなど、ご協力頂きたいことがありますので、お伝えします。

また大腸がん検診や前立腺がん検診で異常があった時の対処法についてお願いがあります。

また最近では、マイナンバーカードを通して受け付けて頂くことが増えてきましたが、その際に医療情報や薬剤情報についての同意を求められますね。今更ですが、この意味についても解説します。

恒例のYoshikoのささっとレシピ、また事務長によるスタッフ便りもお見逃しなく(^▽^)

6月1日より、お支払いが変わります

6月1日から、診療報酬が改定されます。概ね、これまでより支払いが少なくなりますが、治療を受けておられる疾患によっては支払いが増える場合があります。また、高血圧症、脂質異常症（高コレステロール血症を含む）、糖尿病で検査や治療を受けておられる方は、6月1日以降に来院された初回に限り、療養計画書に署名をいただきます。療養計画書とは、患者さんごとに、を受けておられる治療、疾患のコントロール状況を評価し、現在良い状態の方は良い状態が継続するように、現在コントロールが悪い場合はそれを改善するために、実現可能な生活改善点をいっしょに考え、目標をたてるものです。必要に応じて、栄養指導や検査も計画します。医師が一方的に考えるのではなく、患者さんといっしょに作成し、少なくとも4カ月ごとに評価や見直しをします。初回作成時には患者さんに療養計画書をお渡ししますし、2回目以降もご希望があればいつでも発行が可能です。ただし、気管支喘息や胃潰瘍、胃炎など、国が定める他の特定疾患でも治療されている場合、療養計画書を作成しない場合もあります。医師が説明のうえ署名をお願いした際には、ご協力をお願いします。疑問があれば、お気軽にお尋ねください。

医療・薬剤情報の取得同意について

マイナンバーカードで受診すると、ご本人が同意をすれば、今までに使った薬の正確な情報や、過去の特定健診結果を、医師・薬剤師等と共有できます。例えば、他の医療機関や診療科で処方された薬剤や、過去数年分の特定健診結果がわかることで、口頭では説明しきれない事項も含めた、正確な情報に基づいた総合的な診断を受けることができます。また重複する投薬や避けるべき投薬を回避し適切な処方を受けられるなどのメリットがあります。何か、同意？と問われると、「大丈夫だろうか？」という気持ちになるのも分かりますが、古い薬手帳を持ってこなくても数年前の薬まで調べることができます。また過去数年分の特定健診データなどから、これまでの腎機能などの情報を入手して、より正確な医療を提供することも可能です。なお、過去の情報を閲覧できるのは、同意して診察を受けて頂いた当日だけです。お手数ですが、マイナンバーカードを通された場合は、毎回、同意ボタンへのご協力をお願いします。まだ移行期でもあり、当面は、保険証と併せてマイナンバーカードをお持ちいただくように宜しくお願いします。

以下のサイトに詳細が記載されていますので、ご参考になさってください（HPから閲覧の方のみ）000919901.pdf (mhlw.go.jp)

5/6/7/8月休診

- 4/28~5/6 医院休診
- 5/22 一郎先生休み
- 5/28 文裕子先生休み
- 5/25, 6/29 医院休診 (院長学会)
- 7/13~7/16 医院休診
- 8/11~8/18 医院休診

大腸がん、前立腺がん検診

結果が異常で精密検査が必要という通知の来た方は、適切な医療機関に紹介しますので、通知書をもって相談にいらしてください。時に、自分で探して検査を受けてきたと仰る方もおられますが、その場合は、結果の詳細は当院には通知されません。異常があれば、まずは当院の医師にご相談ください。



イシガキカエルウオ (石垣島 2023)

photo by Tsuguru Hatta

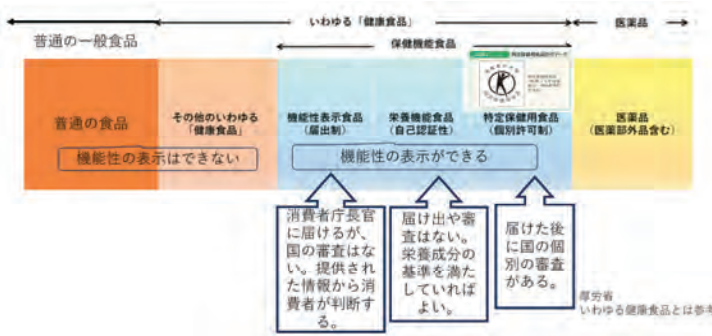


レシピVOL41 山菜の常備菜

○食品には三つの働きがあります○

- 一次機能：食べることで、生活に必要な栄養素を得る
- 二次機能：おいしさ、食事の楽しみを感じさせてくれる
- 三次機能：食品の成分の中には健康の維持や体の動きの調節に役立つものがある。(機能性成分といいます)

食品の分類



食品の三つの働きは、いろいろな食品を過不足なく組み合わせる事によって、さらに、体内時計に合わせて摂ることで、その効果ができます。

また、日本の季節に出回る旬の食材は、私たちの体質にあった効果を持っています。山菜は冬場に体内に滞っていたものを、あの特有の苦みが出してしてくれるそうです。



琵琶湖の有人島沖島の桜湖面まで伸びた桜のトンネル



山々には、タラの芽・こしあぶら・わらび・筍などが伸びてきています。



筍とわらびの常備菜

材料・分量 2人分

わらび (あくぬき)	100g
筍 (あくぬき)	150g
あぶらあげ	半分
木の芽	適量
だし	
しょう油	大2
みりん	大1
砂糖	小1

栄養価 (1人分)

エネルギー	101 kcal
たんぱく質	7.0g
脂質	2.8g
食塩相当量	2.8g



わらびのあく抜き

いろんな方法がありますが、私の方法です。わらびがすっぽり入る鍋にいれ、熱湯を沸かしかける。その時、素早く重曹大1を表面にふりかけておく。一夜放置。翌日水でよくあらう。余った分は水に浸けて冷蔵庫に保存する。



最近、古本屋さんにはまっている。古本と言っても、状態がとても良い本がたくさんある。そして何より、お財布に優しい！色々な本を手元に置いて読みたい方にはおすすめです。

先日、岩倉の古本屋「しばのき文庫」のちらしが、自宅のメールボックスにポストインされていた。ネット検索したら、「実家の片づけで出会った、心温まる古本屋、しばの木文庫さん」というブログを見つけた。ご両親が亡くなられ、非常に心の負担の大きい「実家の片づけ」という作業の中で、素晴らしいハートウォーミングな仕事をされる古本屋さんに出会えたと。「母の蔵書が大手の古本屋さんに、無価値なものとしてゴミとして扱われることが悲しくて耐えられそうにありませんでした。」と書いておられた。心温まる古本屋さん。どんな古本屋さんか早速訪れてみることに。迷いながら、やっとたどり着くことができた。岩倉の民家にひっそりとたたずむ姿。可愛らしくて、温かい雰囲気漂っている。小学生らしき子供達が数人お店の前にいた。駄菓子も置いておられるようだ。駐車場がないか確認するためにドアを開ける。20代後半から30代前半位の男性店主が「あの白い車は私の車なので、その横に置いてもらったらいいですよ。」と優しい声で案内してくれた。最初、外に並べてある本を物色。面白そうな本が並んでいる、文庫本は1冊100円。その他の本は300円。購入できそうな本があることを確認して、ドアを開けて中に入る。暖炉があり、とても暖かい。中に入っていくと、色々なジャンルの古本が並んでいる。2階に上がる階段にも本が並び、2階には児童書やおもちゃなどが並んでいた。思わず「色々な本をそろえておられますね！こんな素敵な古本屋さんがあるなんて知りませんでした！」と店主さんに話しかけていた。顔をまじまじと見ると、実に可愛らしい、上品な雰囲気の青年だった。こちらが聞くこと以外はお話しされず、静かに本を選ぶことができる。とても癒される空間。そして癒される時間だった。本好き、そして本の処分を考えておられる方にオススメの古本屋さんだと思う。

当店について | しばのき文庫一本の買取、ご実家の片付けやご遺品整理ご相談ください (shibanokibunko.com)

作り方

- ①わらびは4cmくらいの長さ、筍は食べやすい厚さ5mm幅に切る。あぶらあげも5mm幅に切る。
- ②沸騰しただし汁に調味料を加え、①を入れ落とし蓋をして、20分程度中火で煮る。
- ③筍が軟らかく煮えたら、火を止めそのまま冷ます
- ④冷めてから器に盛り付け、天盛りに木の芽を添える。

今回は副菜にしましたが、主菜にするには、この時期に美味しいなまり節や鯛の切り身等を煮つけにして、その煮汁を使うと、お味もグーンとアップします。