



# おさふね通信

## Vol.177

<2023年3月>

内科、リウマチ科、透析内科、  
糖尿病内科、腎臓内科、消化器内科

医療法人社団 仁明会  
おさふねクリニック

TEL.0869-26-8080

内科・リウマチ科	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
16:00~19:00	○	/	○	/	○	/

休診日：日曜・祝日(急患は、電話でご相談ください)

www.osafune-clinic.com



最新情報は  
ウェブサイトへ!

# 3月

受診案内



中村院長以外は  
全て予約制です

診療科	月		火		水		木		金		土	
	午前 9:00-12:30	午後 16:00-19:00	午前 9:00-12:30	午後 16:00-19:00	午前 9:00-12:30	午後 16:00-19:00	午前 9:00-12:30	午後 16:00-19:00	午前 9:00-12:30	午後 16:00-19:00	午前 9:00-12:30	午後 16:00-19:00
内科	中村 益田	中村 益田	中村	—	中村	中村	中村 不定期 益田	—	中村	中村	中村	—
脳外科 内科		南	南 7日 10:00-13:00	—	南 10:00-13:00	南 8・22日 16:00-18:30		—	南 10:00-13:00	南 16:00-18:30		—
循環器科			山地 14・28日	—				—				—
リウマチ科				—		若林 8日 15:00-18:00		—				—
整形 外科				—		難波 1・15・29日 17:00-19:00 西田 29日 15:00-16:00		—			片山 4・18日 9:00-12:00	—
フットケア (血管外科)				—						森田 3・17日 17:00-19:00		休診
皮膚科				—			浦上 9:00-12:00	—			休診	—
内視鏡 (胃カメラ)				—	石山 8日 9:00-11:00			—			原田 11日 9:00-12:00 藤村 25日 9:00-12:00	—

- 中村(理事長・院長):一般内科・糖尿病・腎臓病・リウマチ膠原病
- 南(副院長):脳神経疾患・頭痛・物忘れ・一般内科
- 益田:一般内科・腎臓内科・糖尿病

※診察時間は科によって異なりますのでご注意ください。

# 介護保険



## 介護保険制度とは

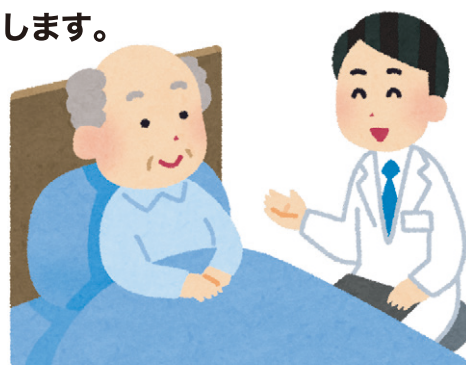
人口の高齢化とともに、核家族や独居老人も増加しています。このような社会情勢の変化に伴い、高齢者の介護を家族だけで負担するのには限界が生じてきました。そこで2000年度高齢者介護を社会全体で支える仕組みとして創設された社会保険制度です。被保険者は40歳以上とし、被保険者が納める介護保険料と税金で運営されています。

## 介護サービスの対象者

- 1 65歳以上の方(第1号被保険者)は、原因を問わずに要介護(要支援)認定を受けたとき。
- 2 40歳から64歳までの医療保険加入者(第2号被保険者)は、加齢に伴う疾病が原因で要介護(要支援)認定を受けたとき。

## 介護サービスを利用するには

- 1 お住いの市町村の窓口で「要介護(要支援)認定」の申請をします。
- 2 認定調査員が自宅を訪問し、心身の状況について聞き取り調査を行います。また、市町村から直接、主治医に意見書を作成してもらいます。それらをもとに、介護認定審査会で要介護度の判定が行われます。
- 3 市町村から認定結果が通知されます。
- 4 要介護と認定された方は、在宅で介護サービスを利用する場合、居宅介護支援事業者のケアマネージャーに依頼してケアプランを作成してもらいます。施設へ入所を希望する場合は、希望する施設に直接申し込みます。要支援と認定された方は、地域包括支援センターで担当職員が介護予防ケアプランを作成します。



- 5 ケアプランに基づいて自宅や施設でサービスを利用します。利用者負担は所得に応じて1割～3割(第2号被保険者は所得に関わらず1割負担)です。

「最近物忘れが多くなった」「できていたことができなくなった」など生活の支援が必要と思ったら、まずは主治医にご相談ください。



管理栄養士 羽川さんの  
**健康  
レシピ**

## ヘルシーレシピ! 豆腐のきのこあんかけ

植物性たんぱく質(大豆製品)は動物性たんぱく質(肉・魚)に比べ脂肪分が少なく低カロリーな食材です。コレステロールの数値が高い、肥満傾向の方にオススメです。



### 材料2人分

木綿豆腐	300g(1丁)
しめじ	100g(1袋)
小ねぎ(小口切り)	適量

### <合わせ調味料>

めんつゆ(2倍濃縮)	大さじ3
水	大さじ4
すりおろし生姜	小さじ1(5g)

(生姜チューブでも可)

### <水溶き片栗粉>

片栗粉	小さじ1(3g)
水	小さじ2(6g)

### 1人前の栄養価

エネルギー140kcal たんぱく質12.0g  
カリウム390mg リン218mg 食塩1.0g

## 作り方

- 1 しめじの石づきを切り落とし、ほぐす。
- 2 中火で熱したフライパンで①を軽く炒める。
- 3 <合わせ調味料>を加え煮詰まらない程度に煮立てる。
- 4 火を止め、<水溶き片栗粉>を加えとろみをつける。
- 5 水気を切った木綿豆腐に④、小ねぎをかけ完成。





## 研究業績



### ■ 糖尿病合併高血圧治療 Up to Date

2023年2月21日(日) <WEB開催>

・慢性腎臓病患者さんへの血圧管理

院長 中村 明彦



## お知らせ

### 1 整形外科外来のお知らせ

毎週土曜日の整形外科外来は **令和5年1月**から**隔週** となります。  
診察医は **片山 信昭先生** のみ となります。  
整形外科外来は **完全予約制** となりますのでご注意ください。



### 2 新型コロナウイルス PCR検査のお知らせ

自費でPCR検査をご希望の方はお申し出ください。

- 結果判定: 約90分
- 検査料: 診断書なし 9,800 円(税込)、診断書あり 12,000 円(税込)



### 3 発熱外来について **完全予約制**

**完全予約制** のため、**午前中** にお電話でご予約ください。  
診療時間に変更になる場合があります。当番日を除く祝祭日の診療はありません。  
発熱・風邪患者さんの診療は下記時間帯に第2診療棟で行います。



診療時間	月	火	水	木	金	土
13:30~15:30	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医

- 都合により休診の場合がありますので事前に電話にてご予約をお願いします。
- 午後の診察後 (19:00 以降) の発熱外来はありません。

### 4 リハビリ棟の改築工事を開始しました

工事期間中は患者さまをはじめ来院される皆様には何かとご迷惑をおかけすることになりますが、何卒ご理解ご協力をいただきますようお願い申し上げます。  
一旦お休みをしておりますリハビリ業務は、令和5年春ごろよりリハビリ棟にて再開予定です。

・工事期間: 令和5年2月1日~令和5年3月下旬(予定)

