



# ベリタス病院ニュース

第159号

発行日 2015年4月1日

## ベリタス病院では川西市国保加入者の人間ドック費用が助成されます！！



川西市国民健康保険加入者の方は、人間ドック費用の助成を川西市より受ける事ができます。人間ドックの費用を助成することにより、人間ドックを受診される方へ、疾病の早期発見・早期治療を支援しています。又、人間ドックの結果を特定保健指導の基準にあてはめ、対象となった場合は、特定保健指導を受けていただくようにし、生活習慣病の早期改善を支援していきます。この機会に是非、人間ドックを受診しましょう！！

目次	
人間ドック費用助成のお知らせ	1
医療講演会	2
日本医療機能評価機構認定更新	2
治験からのお知らせ	2
源氏まつりによる交通規制	2
栄養通信	3
レシピ	4
病院で活躍する専門資格	4

### 助成対象者

次の4つの条件を全て満たす方

- ① 平成27年3月末の時点で、40歳以上の方
- ② 受診日または受診予定日の時点で川西市国保に加入している方
- ③ 保険税を完納している方
- ④ 平成26年度に人間ドック助成を受け、特定保健指導の対象となった方については、その特定保健指導を終了、または高血圧、高血糖、脂質異常の治療・服薬をしていること

※助成金は同一年度(4月～3月)に1回のみで、特定健診や後期高齢者健診と重複はできませんのでご注意ください。

### 助成を受ける為の手続きは次の2つの方法があります。

#### ①人間ドック受診前に助成券の事前申請をする方法

当院の人間ドックを予約後、川西市役所国民健康保険課で助成券の交付申請を行って下さい。助成券は郵送で交付されます。

当日のドック費用は、**助成金額差引自己負担金額のみ**お支払い下さい。(下記の表参照)

\*詳しくは川西市役所国民健康保険課へお問い合わせ下さい。072-740-2006(直通)

#### ②人間ドック受診後、助成金を事後申請する方法

人間ドック費用を全額お支払い後、翌年度の5月末までに川西市役所国民健康保険課にて助成金の支給申請をして下さい。助成額が還付されます。

### 助成金額

人間ドックの費用(消費税を含む)の7割の金額。ただし、助成金額の上限は24,000円です。(1人につき1年度(4月～翌年3月)に1回限り)

コース名	受診費用	助成額	差引自己負担金額
基本ドックコース	43,200円	24,000円	19,200円
レディースドックコース	30,670円	21,469円	9,201円
心臓ドックコース	56,570円	24,000円	32,570円

## ベリタス病院基本理念

### 基本理念

真心のこもった良質な医療を通して地域社会に貢献します

### 基本方針

1. 安全で安心な医療を提供します
2. 優秀な医療技術の向上に努めチーム医療を推進します
3. 快適な医療環境を提供します
4. 全職員が誇りをもって働ける環境をつくります
5. 安定した経営を維持し地域と職員に還元します

### 人間ドック予約のご案内

- 予約受付 : 月曜日～金曜日 13:00～16:30  
 ドック実施日 : 月曜日～土曜日 8:30～  
 心臓ドック実施日 : 月曜日～金曜日 13:00～  
 予約専用TEL : 072-793-6176(健康管理科/直通)



※兵庫県後期高齢者医療加入者の方は川西市保健センターへお問い合わせ下さい。

## 医療講演会のお知らせ

★参加費は不要です。お気軽にお越しください★

TEL 072-793-7890(代) FAX 072-793-0900

e-mail rennkei@shinshinkai.jp

日時 2015年4月25日(土)14:00～15:00

場所 新田ふれあい会館

川西市新田1-2-7

講師 岡村 千絵 (看護師)

(救急看護認定看護師教育課程H27年卒)

演題 『あなたは大切な人の命、助けられますか?』

あなたのご家族やご友人など、大切な人が突然倒れたら…。

あなた自身の手で助けることができますか？

実際にAEDと人形を使つての演習や、

「こんなときどうする?」といった場面を設定しながら、

あわてず対応する方法を学びましょう。

## 治験(創薬センター)からのお知らせ

創薬センターでは、以下の疾患を対象とした治験にご協力いただける方を募集しています。

- ①2型糖尿病 ②不整脈(心房細動)  
③子宮内膜症 ④糖尿病性腎症

上記について詳しい情報がお知りになりたい方、治験にご興味をお持ちの方、および治験に関するご質問は、医事課受付を通して、創薬センターまでお問い合わせください。



## 日本医療機能評価機構認定を

### 更新しました!

日本医療機能評価機構とは医療の質向上を目的に設立された公益法人で、審査したうえで一定の水準に達した医療機関に、認定を行っています。一度認定を受けた病院も、5年に一度更新のために再認定を受ける必要があります。

当院は10年前に最初の認定を受け、昨年12月に2回目の更新のための審査を受審し、このたび更新が認められました。

審査基準は、病院の規模や役割によって若干異なりますが、大きく分けて「患者中心の医療」「良質な医療の実践」「病院の組織運営」の3つ、細かくは80以上の項目によって評価されます。

「患者中心の医療」では、情報発信を積極的に行っているか、患者様が利用しやすいような施設、設備の工夫がなされているかなどが評価され、「良質な医療の実践」では、各部署の業務が適切に行われているか、特に安全面での配慮が十分なされているかなどが審査されます。また、「病院の組織運営」では、最近一般社会でも重視されるコンプライアンスの状況や、院内のルールが適切に整備されているかなどが評価されます。

当院の審査では、QI(病院の質を評価するいろいろな指標)のインターネットでの公表や、医師や看護師などが共同で治療方針を相談する仕組み、救急患者受け入れのための取組、麻酔科医4名体制による手術対応などが高く評価され、認定の更新が認められました。

今後ともより良い医療の提供のため、努力してまいりますのでよろしくお願いいたします。

## 源氏まつり

4月19日(日)、多田神社で源氏まつりが開催されます。

当日は、病院前および周辺道路で交通規制(13時～15時)が行われます。お見舞い等で病院にお越しの方は、公共交通機関をご利用くださいますようお願いいたします。





## 血糖値を上げない食べ方をしよう

飽食の現代、糖尿病患者が急速に増加しています。糖尿病予防のポイントは、食事の改善と運動です。特に食事については早い時期から見直し、できるところから改善していきましょう。

### 食べ方の工夫

#### 野菜から先に食べましょう

野菜を先に食べることによって、食物繊維が最初に体に入るので、後から食べるごはんなどの糖質の分解・吸収が遅れ、食後の急激な血糖値の上昇を抑制します。

#### 外食はプラス野菜を！

(例) 麺類→野菜などの具が多いものへ



(例) 丼ものや寿司などの単品料理  
→野菜サラダ等野菜料理1品追加



#### 炭水化物の重ね食べに注意！

ラーメンとライス、うどんとおにぎりなどの組み合わせは炭水化物の重ね食べになります。食物繊維の多い野菜などをプラスして血糖値の急上昇を防ぎましょう。

#### 運動もしましょう

運動をするとブドウ糖がエネルギーとして使われ、血糖値を下げるホルモンの働きをよくなり、血糖値を下げる効果があります。ウォーキングやストレッチなど、自分に合った運動を続けましょう。



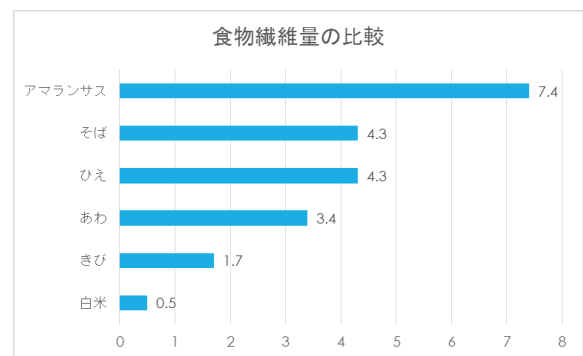
#### 白いごはんを食物繊維の多いごはんに変える

- 雑穀\*1を混ぜる  
普段食べているお米に雑穀を混ぜるだけで、食物繊維を増やすことができます。
- 玄米ごはんや麦ごはんにする  
玄米ごはんは白ごはんの約6倍の食物繊維量です。

#### \*1 雑穀とは

一般的には米・麦以外の穀類の総称をいいます。雑穀の種類で代表的なものにアマランサス、そば、ひえ、あわ、きびなどが挙げられます。

\*100g当たり



#### ゆっくり食べましょう

満腹とを感じる為には脳の満腹中枢を刺激する必要があります。それが刺激されるのは食事を始めてほしい15分程度経ってからです。ゆっくりとよく噛んで、できれば30分以上かけて食べることで少量でも満腹感が得やすく、血糖値も上がりにくくなります。



# 雑穀チリコンカン

1人分：203kcal 塩分1.2g



## 【材料】(6人分)

たまねぎ	1個
にんにく	1かけ
オリーブオイル	大さじ2
ツナ水煮缶	1缶
水	300cc
トマト缶	1缶
ローリエの葉	1枚
固形コンソメ	2個
チリパウダー	小さじ1/2
ミックスビーンズ	200g
大豆水煮	100g
雑穀米の素	80g
ブロッコリースプラウト(飾り用)	適量

## 【作り方】

- ①玉ねぎとにんにくをみじん切りにする。オリーブオイルを入れ熱した鍋に、にんにくと玉ねぎを入れ透明になるまで炒める。
- ②水を切ったツナを加え中火でさっと炒める。
- ③ミックスビーンズと大豆を加えてさらに炒める。
- ④雑穀米の素を加えて炒める。
- ⑤トマト缶、水、固形コンソメ、チリパウダー、ローリエの葉を加え、沸騰したら弱火にして30分ほど煮込む。
- ⑥水分が飛んで、ドロツとした感じになれば完成。
- ⑦お皿に盛り、お好みでブロッコリースプラウトの葉を飾る。

ベリタス病院ニュース  
発行 医療法人晋真会  
ベリタス病院 広報委員会  
発行責任者 丸中雅博

〒666-0125  
兵庫県川西市新田1-2-23  
電話 072(793)7890  
FAX 072(792)5771  
Email: info@shinshinkai.jp  
ホームページ  
<http://www.shinshinkai.jp/>

## 2015年 4月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## 病院で活躍する専門資格

医療の世界では「医師」「看護師」などの基本的な国家資格のほかにも専門的な知識、技術を持っているとして認定されたさまざまな資格が存在し、その知識・技術を生かして活躍しています。今後ベリタス病院ニュースでは定期的に病院内で活躍する専門資格を紹介してまいります。

### ①呼吸療法認定士

呼吸療法認定士とは肺の病気に関するリハビリテーションの専門知識や技術を有する認定士のことです。

呼吸療法認定士になるためには、理学療法士、作業療法士、臨床工学技士、看護師、准看護師のうちどれかの資格を有し、一定期間以上の勤務経験のうえで、認定委員会が認める学会や講習会に出席し規定以上の単位を取得し、認定試験に合格する必要があります。また合格後も、学会出席や論文発表などを行い、5年ごとに更新する必要があります。

現在ベリタス病院には臨床工学技士3名、理学療法士2名、作業療法士1名、計6名の呼吸療法認定士が在籍し、呼吸器機能改善のためのリハビリや、酸素療法、人工呼吸器の取り扱いなどで活躍しています。

特にリハビリテーション科では今年度も数名の資格取得をめざしており、資格取得へのサポートも充実させています。

今後も更にいろいろな分野の専門知識を習得し、より良質な医療を患者様に提供できるよう努力していきたく思います。

## 求人のご案内

ベリタス病院では、以下の職種を募集しています。募集要項、及び待遇等につきましては、当院HPをご覧ください。

皆様もベリタス病院で一緒に働きませんか。

### <募集職種一覧>

- ・看護師(常勤)
- ・薬剤師(常勤)
- ・作業療法士(常勤)
- ・医事課職員(常勤)
- ・医療ソーシャルワーカー(常勤)
- ・介護支援専門員(常勤)
- ・看護助手(常勤)
- ・外来クラーク(非常勤)

※2015/3/31現在