



## マイナ保険証



今年も残りわずかとなりました。令和6年は医療・介護・障害保険制度の改正がありました。最後にもうひとつ新たな取り組みが始まりました。

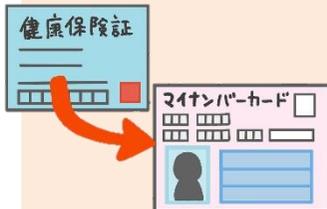
「**マイナ保険証**」という言葉をお聞きになる方も多いのではないのでしょうか。

「マイナ保険証」とは、マイナンバーカードに健康保険証の機能がついた状態のものを示します。通常のマイナンバーカードは健康保険証の機能がありませんが、別途健康保険証利用の申し込み手続きを行うことで「マイナ保険証」として利用できるようになります。

**訪問看護の利用にもマイナ保険証の活用が始まります。** 順次、職員がお声がけさせていただきますのでご協力宜しくお願い致します。

### —マイナ保険証のメリット—

- ・利用者様の同意の元、薬剤情報や特定健診等の情報を閲覧できる
- ・限度額適用認定証の申請が不要となる
- ・過去の薬剤情報や診療情報の情報が漏れなく共有できる



### 災害時に有効活用

- ・薬を家に置いてきたが、薬の名前が思い出せない場合
- ・家から持ってきた薬を飲みきってしまった
- ・かかりつけ医以外のところで受診する

(三宅・管理者・看護師)



中部メディカル新聞は皆さまの情報をお待ちしております



## 看護師 Quiz みちくさ



1. 今年の冬至は12月21日です。冬至とはどんな日のことをいいますか？

- ① 昼と夜の時間が同じになる日
- ② 1年で最も日が出ている時間が短い日
- ③ 1年で最も寒さが厳しくなる日

2. サンタクロースの相棒「トナカイ」について、当てはまるものはどれでしょうか？

- ① オスにだけツノがある
- ② メスにだけツノがある
- ③ オスにもメスにもツノがある

3. 「もういくつ寝ると～お正月～♪」のフレーズで有名な童謡「お正月」は誰が作曲したのでしょうか？

- ① 阿久悠
- ② 美空ひばり
- ③ 滝廉太郎



(浦上・看護師)



### 中部メディカル 訪問看護ステーションの理念

- **こころを大切に** (ご本人とご家族のこころを大切にします)
- **連携を大切に** (地域のケアチームと親密で良好な関係を築いていきます)
- **スピードを大切に** (出来る限り早く対応して信頼されるステーションを目指します)



### 中部メディカル 訪問看護ステーション

〒463-0048  
 名古屋市守山区小幡南三丁目 17-31  
 カーサ・ルーチェB-3  
 TEL 052-792-9802  
 FAX 052-792-9803  
 NO.2361390186





## 中部メディカルのスタッフ便り



先日、春日井の弥勒山に家族で登ってきました。

弥勒山は愛知県と岐阜県との県境に位置する山で、大谷山、道樹山とあわせて春日三山とよばれる山だそうです。いくつもの登山口があるのですが、私たちは都市緑化植物園（グリーンピア春日井）から片道1時間30分程で山頂までの行けるルートで登ってきました。山頂には展望台があり、普段住宅街で生活しているとなかなか見られない景色に大はしゃぎでした。1時間半の短いコースでも大人は「はあ～はあ～」言いながら登る一方で子供たちはずーっとおしゃべり。子どもの話に返事ができず、「ねえお母さん、ちゃんと聞いてる～？」と言われながらの道中でした。時には小走りになりながらどんどん進んでいく子どもとの体力の違いに衰えを感じてしまいます。いつかみんなで富士山に登ってみたいと思っていたのですが…。まずは、日帰り登山を楽しみながら体力作りに励みたいと思います。おすすめの登山ルートなどありましたら、ぜひ教えてください♪



(山中・看護師)



## スタッフのほっと一息



もうすっかり冬ですね。今回ご紹介するのは、サーティワンアイスクリームのアイスケーキです。先日、息子が4歳のお誕生日を迎えました。今年のケーキは、どうしようかな～、と考えていたら、なんと、サーティワンに恐竜のアイスケーキが！！今年は恐竜目当てにお出かけすることが多い我が家。恐竜にハマっている息子のために、今年は恐竜のアイスケーキでお祝

いをしました♪息子もお姉ちゃん達も大喜び！みんなで美味しくいただいて、残ったケーキはラップに包んで冷凍庫に入れました（笑）冷凍できるのもアイスケーキの良いところですよ。サーティワンのアイスケーキ、いかがでしょうか？来年はどんなケーキにしようかな～？是非みなさんのオススメのケーキ屋さんを教えてください♪



(安田・看護師)



## \* 健康食品を正しく理解しよう \*

近年、サプリメントをはじめとする健康食品の需要は世界的に高まっています。使用を希望する場合は薬剤師、医師、看護師等に相談して、サプリメントのリスクについても適切に理解しましょう。

—健康食品で病気が治るのですか？—

**健康食品は病気の治療には使えません。**また、病気の人が健康食品を使用することには、以下のようなリスクが伴います。

- \* 健康食品を使用して病院へ行かず病状が悪化する
- \* 健康食品が、薬の効果を強めたり弱めたりする
- \* 治療費に加えて、健康食品にお金がかかる

**特定保健用食品（通称トクホ）**は「その製品を使って」「ヒトで試験した結果」が評価され、国によって機能表示が認められたものです。他の健康食品とは違い、個別の製品ごとに安全性や有効性が評価されています。トクホのマークがついていれば「有効成分を含む、その製品の有効性」については信頼できると言えます。しかし「国が許可したトクホと同じ成分です！」などの表示があったとしても、**マークがついていなければ、「製品の有効性が評価されたものではない」**ことに注意する必要があります。

(隅原・看護師)



## 私の18のビリーフ4 守秘義務



業務で知り得た情報は厳密に管理し、秘密を守る事は医療従事者の誇りです。医療保険請求がオンラインへと変更となり、利用者様へ**マイナンバーの確認**する機会が増えました。重要な個人情報のひとつでも

あるので緊張感をもって取り扱いをさせていただきます。社内にある「**守秘義務3つの誓い**」を守り安心安全に今日も仕事に向かいます。

(熊澤真・事務)

