



中部メディカル 訪問看護ステーション

中部メディカル新聞 第158号

利用者さま、ご家族さまへ情報をお届けします

令和8年7月
第158号



令和8年8月から「資格確認書」の届け方が変わります



いよいよ7月になり、暑さとの戦いがやってきました。皆様いかがお過ごしでしょうか。
日頃より当ステーションの訪問看護をご利用いただき、心より御礼申し上げます。

さて、これまでマイナ保険証の登録状況に関わらず、高齢者の皆様全員に一律で配られていた「資格確認書」ですが、国による暫定措置の終了に伴い、令和8年7月末で一律交付の運用が見直されることとなりました。今後はマイナ保険証での受診が基本となります。

<令和8年8月以降のルール>

申請なしで「資格確認書」が自動的に届く方

- ・85歳以上の方全員
- ・84歳以下で、マイナ保険証の利用実績が少ない方（直近1年間に6回未満、または直近3か月以内に利用がない方など）

自動的に「資格確認書」が届かなくなる方

- ・84歳以下で、マイナ保険証を定発的に利用されている方（上記の実績を満たす方）

※お住まいの地域によっては、基準が一部異なる場合があります。
※自動交付の対象外となった方でも、後からマイナ保険証の利用が難しくなった場合は、役所の窓口申請すればいつでも「資格確認書」を受け取ることができますのでご安心ください。ご不明な点は、ご加入の医療保険者窓口までお問い合わせください。



(三宅・管理者・看護師)



看護師 Quiz みちくさ



7月は梅雨明けとともに暑さが増す季節ですね。自宅では夏野菜を育てており、収穫をするのが今から楽しみです。今回はそんな『7月の旬の野菜』からクイズを出題します！3択から答えを選んでくださいね。

第一問
なすは世界に何種類ある？
①100 ②1000 ③10000

第二問
トマトの花の色は何色？
①赤色 ②白色 ③黄色

第三問 なぜ、ビールのつまみには「枝豆」のイメージ？
①色が鮮やか ②二日酔いを防ぐ ③味があう

第四問 朝顔と同じ種類の野菜は？
①さつまいも ②じゃがいも ③さといも

(中村・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



皆様はこちらのお菓子をご存じですか？そうです、「**ぴよりん**」です！名古屋コーチンの卵を使ったひよこ型のプリンで、2011年から名古屋駅内で販売されていました。可愛らしい見た目から、徐々に人気となり名古屋の新名物として愛されてきました。プリンをババロアでつつみ、粉末状のスポンジを散りばめて作られており、少しの衝撃で崩れてしまうとても繊細な作りとなっています。そのため、持ち帰る際に形が崩れてしまう事件が多発…。形をとどめたまま持ち帰ることを、ちまたでは

「**ぴよりんチャレンジ**」と呼ばれていました。そんなぴよりんですが、再開発に伴い2025年に名古屋駅店は閉店し、現在購入できるのは勝川駅前の「**ぴよりんSHOP**」のみとなっています。先日、初めてぴよりんSHOPへ行く事ができたので購入しました！お店の方が「こちらの4羽でよろしいですか？」と確認くださり、思わずにんまり。そして、この写真を撮影できているということは…そうです、私は**ぴよりんチャレンジ成功**しました！家族で美味しくいただきました♪



(浦上・看護師)



スタッフのほっと一息



先日、長男の家庭科の課題で「**家族の好きを詰め込んだゆで野菜サラダ**」を作るという宿題が出ました。思春期に片足入った息子をもつ母からすると、ちゃんと考えてくれるのか心配でしたが、一生懸命取り組んでいる様子あり！俺→チンゲンサイ、姉→きゅうり、妹→コーン、ペットの犬→ささ身、パパとママはなんでも食べる。とメモを渡されました（笑）

母は買い出しに行き、ちょこちょこ後ろから口は出しても手伝いはしませんでした。俺が作るんだからおいしくて足りなくなるに違いないとの謎の自信のもと、**大皿いっぱい**の**チンゲンサイの中**華風**サラダ**が出来上がりました！茹で加減や塩梅もバッチリで全て美味しくいただきました。



(隅原・看護師)



* 脱水症・熱中症 予防 *



暑さが本格化し、湿度も高くなる7月は「**脱水**」や「**熱中症**」のリスクが最も高まる時期です。「自分は大丈夫」という考えが一番の危険！心身の健康を守るための環境を整えましょう。

★年齢を重ねると、脱水や熱中症を招きやすくなります。

- ・ 渇きや暑さを感じにくい： 体内の水分不足や暑さに気付にくく、熱が体内にこもりやすくなります。
- ・ 予備能力の不足： 少しの体調不良から急速に重症化しやすくなります。

★ここをチェック！「脱水」のサイン

- ・ 口の中、舌： 乾燥していたり、ねばつく。
- ・ 尿の色、回数： 色が濃い、尿の回数が減っている。



<予防の鉄則>

①「喉が渴いたら飲む」のではなく【時間を決めて飲む】

起床時： 寝ている間に失った水分を補う。

入浴前後： 入浴で失う水分を補う。

食間： こまめな水分補給。

就寝前： 夜間の脱水を防ぐ。

②室温管理と「風の工夫」

エアコンの使用を惜しまない： 室温が28度を超えないよう、エアコンを使用しましょう。エアコンの風が苦手な方は直接体に当たらないよう風向きを変えるか、薄手の長袖を羽織ってみてください。

(原田・看護師)



私の18のビリーフ 12 身だしなみ



身だしなみは社会人の基本です。清潔感は髪や爪に現れます。場にあった服装、履き物にも注意が必要です。

先日孫が通学している小学校から**香害**のアンケート調査がありました。

柔軟剤、消臭剤、香水等で気分を悪くする子供達がいるようです。

気づかないうちに相手に不快な思いをさせないように、気をつけていきたいです。

(熊澤真・事務)

