



第 83 号

令和 7 年 10 月 15 日

〈発行〉島田市立総合医療センター
 事業管理者 青山 武
 〈編集〉広報委員会

マイナ保険証用のカードリーダー、増設しました!

医事課



当院では10月から、正面玄関近くの再来受付機の隣に設置してあるカードリーダーを3台に増設し、多くの方にスムーズにマイナ受付していただける体制を整えました。

車いすをご利用の方、小柄な方も受付しやすい低めの台も1台ご用意しました。

スマートフォンのマイナ保険証利用にも対応しておりますので、ぜひご利用ください!

出典・厚生労働省HP
https://www.mhlw.go.jp/stf/index_16745.html

ご不明点がありましたら
 お近くの職員まで
 お声がけください♪

Q. マイナ保険証の受付って月1回すればいいの?

A. 受診の際には毎回お願いします。

これまでの健康保険証は月初に1回でしたが、マイナ保険証では過去の薬剤情報などを参照するため、患者さんの同意が受診ごとに必要です。医療の質向上のため、ご協力をお願いします。



公式ウェブサイト



公式FaceBook

もくじ

マイナ保険証用のカードリーダー、増設しました! …… P.1
 採血・採尿前の注意点 … P.1
 糖尿病がある人の災害への備え …… P.2,3
 医師診療表 …… P.4

採血・採尿前の注意点

臨床検査室

採血、採尿時の検査項目は患者さんごとに異なりますが、いくつかの検査項目では食事による影響があります。

採血での代表的なものは血糖や中性脂肪です。これらは、食事によって値が上昇しますので採血前日は21時以降の食事および清涼飲料水を避けて、お水もしくはお白湯をお飲みください。

また、採尿では特にビタミンCが様々な項目に影響を与えます。代表的な項目としては尿中のブドウ糖です。ビタミンCが多く含まれる食事をとってしまうと、尿中にブドウ糖があっても検査上では本来よりも少ない、もしくは無いと判定されてしまいます。そのため採血同様に前日21時以降の食事および清涼飲料水は避けてください。また、尿がとれなかった場合にも、お水で排尿を促してください。

糖尿病がある人の災害への備え

糖尿病療養指導士

災害はいつ起こるかわかりません。災害発生後3日間は自分で生き抜くことが求められます。そのため、自ら経過を観察し、対応できるよう災害時に備えて準備をしましょう。

非常持ち出し袋

- ・災害時は、医療機関が通常の診療を行えない場合があります。内服やインスリン注射は1週間を目安に用意しましょう。



非常持ち出し袋チェックリスト（3日分を目安に用意しましょう）

治療に関するもの	その他のもの	
<input type="checkbox"/> JADEC 連携手帳（旧：糖尿病連携手帳）	<input type="checkbox"/> 災害時ハンドブック※	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> 自己管理ノート	<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 応急医薬品
<input type="checkbox"/> 内服薬	<input type="checkbox"/> 非常食	<input type="checkbox"/> ヘルメット
<input type="checkbox"/> お薬手帳	<input type="checkbox"/> サランラップ	<input type="checkbox"/> 軍手
<input type="checkbox"/> 血糖測定器	<input type="checkbox"/> 着替え	<input type="checkbox"/> 笛
<input type="checkbox"/> 針・センサー	<input type="checkbox"/> 防寒用具	<input type="checkbox"/> トイレットペーパー
<input type="checkbox"/> アルコール綿	<input type="checkbox"/> ラジオ	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ
<input type="checkbox"/> ブドウ糖・クラッカー	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> オムツ
<input type="checkbox"/> インスリン注射液・注射針	<input type="checkbox"/> 予備の電池	<input type="checkbox"/> 生理用品
<input type="checkbox"/> 保険証等（マイナンバーカード、資格確認書）	<input type="checkbox"/> 携帯電話	<input type="checkbox"/> 貴重品
	<input type="checkbox"/> 充電器	<input type="checkbox"/> 小銭

※ JADEC の災害時ハンドブックは印刷しておくとう便利です。

食事

- ・災害直後は、いつ食べられるかわからない状況だったり、食べる量が一定でなかったりします。食事量が十分でない期間は、時間をかけてよく噛みながら食べることにより満腹感が得られやすくなるでしょう。
- ・食べ物が安定して供給され始めると、おにぎりやパン類、カップ麺などの炭水化物を多く含む食品が多くなりがちです。ゆっくり時間をかけて食べることで急激な血糖上昇を抑えることにつながります。カップ麺の汁は塩分が多いため、飲みすぎに気を付けましょう。
- ・普段の指示エネルギー量を把握し、日頃から栄養成分表示を注意して見ていると、支援食料の摂取量も自分で調整できそうです。
- ・断水やトイレの心配などから水分摂取量が不十分になると、便秘や脱水症状を招きやすくなり、血糖コントロールが難しくなります。

血糖測定

- ・血糖測定が出来ない場合は、その時に感じた体調の変化に照らし合わせ、おそらくこの位だろうと想像し対応しましょう。その際、低血糖の危険を避けるため、災害直後の数日間は血糖値が多少高めでも構わないと考えましょう。日頃から体調と血糖値の感覚を覚えておくと、いざというとき役に立ちます。

薬

★糖尿病経口薬を服用している場合

- ・食事がとれるときは、食事の量に応じて用量を加減してください。
- ・食事がとれないときは、服用をお休みしてください。

★インスリン治療を行っている場合

- ・1型糖尿病患者さんは決してインスリン注射を中止しないでください。



低血糖、高血糖への対応

【低血糖】

災害時は食事が少なくなることが考えられます。さらに、糖尿病がある人は一見健康な人と同じように見えるため、他の被災者と同じ仕事を行い、活動量が増える可能性があります。そのため、低血糖になりやすくなります。低血糖時の対応について再度確認し、症状などを覚えておきましょう。

【高血糖】

高血糖症状に注意し、口が乾く、尿の回数が多くなる、だるいなどの症状が出てくることがあれば、速やかに医療者に相談しましょう。災害時はトイレの心配などから水分を控えがちになることもあります。水分不足からも血糖値が上がる可能性があります。お茶やお水などで水分摂取を心がけるようにしましょう。ストレスや感染なども高血糖の原因になります。手洗いなどできない場合も、アルコール消毒などが活用できます。少しでも清潔を保てるように準備をしておくといいですね。

そのほかの注意点

- ・ケガをしたら傷を放置せず、きちんと手当をしましょう。
- ・発熱、吐き気・嘔吐、下痢、脱水などの症状がでたら、すぐに診療所・医療救護所へ行くか、巡回している医療スタッフに症状を伝えましょう。
- ・災害時は血糖を急激に上昇させる食品が配給されることも多くなります。食後に散歩や足の屈伸、ラジオ体操などを取り入れてみましょう。
- ・1人で悩まないことが大切です。避難所で不安を抱え込まず周りに相談していきましょう。
- ・災害が起こって普段通りの生活ができないときの高血糖・低血糖を防ぐ薬の飲み方やインスリンの打ち方について、**普段から主治医や薬剤師に相談して「自分のためのルール」を確認しておきましょう。**

当院ホームページに、さらに詳しい内容の特集ページを掲載しています。
以下の二次元バーコードからご覧ください。



島田市立総合医療センター
「糖尿病がある人の災害への備え」

糖尿病療養指導士とは・・・

糖尿病に関する幅広い知識、技術を持ち、糖尿病がある人に対して医師と一緒に治療支援を行うスタッフです。

当院には、糖尿病看護認定看護師1名、日本・中部糖尿病療養指導士約40名が在籍しており、看護師、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師など多職種スタッフで、糖尿病がある人をチームで支えています！

島田市立総合医療センター医師診療表

電話 (0547) 35-2111(代)

◆診療各科窓口の受付時間は平日の8:15~11:00です。(一部診療科を除く)
◇電話受付時間 平日の15:00~16:45 (形成外科は8:30~正午)
初診予約と再診予約の変更については、電話受付時間にお問い合わせください。



★紹介状がなくても受診できる科 (紹介状がない場合は特定初診料が7,700円かかります)

科 別	診療区分	月	火	水	木	金	科 別	診療区分	月	火	水	木	金		
総合内科	午前	渡邊	谷尾	第1・第3・第4・第5 奥田	谷尾	鈴木大	外 科	一診	磯野	上村	植田	野澤	植田		
	(専門外来)	物忘れ・午後		第2 交替				二診	渡邊	齋藤	惟康	佐京	磯野		
漢方内科	午前・再診				鈴木			三診・午前	横地						
		※完全予約制です。詳しくは総合内科にお問い合わせください。						三診・午後	平山		岸	佐竹			
循環器内科	一診	青山	薦野	小夫家	石田	金森	専門外来	午前					ヘルニア専門外来 和田		
(専門外来)	二診	北橋	青山	西山	午後 薦野	中村	午後	肥満外科外来 渡邊							
13:30~15:00	三診	第2・第4午前 金森	小夫家	午後 上村		午後 山本	乳腺外来	午後	※乳腺外来は初診予約が必要です。 詳しくは外科にお問い合わせください。						
	ペースメーカー	石田	※ペースメーカー外来は初診予約が必要です。 詳しくは循環器内科にお問い合わせください。						形成外科	午前・一診	寺井	杉村	寺井	市川	杉村
小児科	午前・初診	高梨	七野	七野	七野	※当日紹介状のみ	脳神経外科	午前・二診	第2・第4 市川						
	午前 専門外来	腎臓(第1・第3・第5) 和田	発達相談 那須	専門 那須	専門 那須	専門 武藤		午後	レーザー	手術	手術	レーザー	手術		
	午後 専門外来	心臓 第2 高梨	発達相談 植田	専門 武藤	専門 武藤	アレルギー 植田	一診	山形	金城	成井	村田	浦野			
		乳児検診 (第1・第3)					二診	中村	石崎志		山形	奇数月第3 こども 石崎			
	神経・発達 那須	発達相談 那須	神経・発達 那須	内分泌(第2・第4) 谷川	発達 武藤	※受付時間は10:00までです。 ※初診の方は待ち時間があります。 ※受付時間は10:00までです。									
	心臓 第2 こども	アレルギー 植田	専門 武藤	腎臓(第1・第3・第5) アレルギー(第2・第4) 植田	アレルギー 植田	泌尿器科	一診	第1・第3・第5 染谷	福澤	福澤	西澤	後藤			
	※受付時間は10:00までです。 ※金曜日初診は紹介状の方のみになります。 ※"こども"は県立こども病院からの非常勤医師が対応します。						二診		後藤	西澤	中川	染谷			
眼 科	午前・一診	田平剛	原	田平	原知	田平剛	その他	手術	検査・処置・手術	検査・処置・手術	手術	手術			
	午前・二診	原	原知	小原	小原	原知	※初診の方は待ち時間があります。 ※受付時間は10:00までです。								
	午前・三診	田平					産婦人科	午前・一診	小松	村上	小松	小松	小松		
	午後	小原	田平	原	原	田平	午後・一診	第1 手術	村上	小松	小松	小松			
	※完全予約制です。詳しくは眼科にお問い合わせください。						耳鼻咽喉科	一診	山河	牧野	山河	牧野	山河		
							二診	牧野	山河	牧野	山河	牧野			
							※診察は午前のみになります。								

★紹介状と初診予約が必要な科

科 別	診療区分	月	火	水	木	金	科 別	診療区分	月	火	水	木	金
血液内科	一診	野垣	柳田	柳田	柳田	柳田	整形外科	一診	中山	斉藤	渥美	大田	交替 (再診)
	二診		午前 小林			山下		二診	スポーツ外来 佐伯	渥美		斉藤	
※新患は火曜日のみになります。						三診		大田	中山	佐伯		義肢装具 (第2・第4)	佐伯
糖尿病・ 内分泌内科	午前	非常勤 (月1回)	第1・第3・第5 非常勤	第2・第4 非常勤			歯科 口腔外科	午前・一診	田中	田中	田中	田中	田中
神経内科	午前			非常勤(隔週)		近藤		午後・一診	廣末	廣末	廣末	廣末	廣末
腎臓内科	午前	神谷	野垣	久保	平井	増田		午前・二診	廣末	廣末	廣末	廣末	廣末
消化器内科	一診	石橋	渡邊	長木	井口	榛葉		午後・二診					(蔡)
	二診	長木	井口	榛葉	渡邊	金山	午前・三診						
	三診	小林	北川	午前 松下	松下	大瀧	午後	手術		手術	手術	手術	
放射線治療科	午前	齋藤	齋藤	齋藤	齋藤	齋藤	皮膚科	一診	岡田	岡田	岡田	岡田	岡田
	午後		齋藤	齋藤	齋藤	齋藤		二診		第2 伊藤	福地		後藤
呼吸器内科 呼吸器外科	一診	午前 非常勤	午前・再診 伊藤	第1・第3・第5 非常勤	午前・再診 松下	午前 非常勤		光線	光線	光線	光線	光線	光線
	二診		小林		午前・再診 小林	午前 伊藤		午後	手術・検査	手術・検査	手術・検査	手術・検査	手術・検査
	三診	再診	再診 藤川		午前 藤川	再診	リンパ浮腫外来	第1・第3 市川	第2・第4 磯野				
	四診 (呼吸器内科)	初診 金田	初診 上原	午前・初診 一條	午前・再診 金田	再診 上原	学童専門外来	※「学童専門外来」は特定の疾患の方のみが対象となります。					
(内科)			気管支炎 手術	気管支炎 手術									
(外科)	手術												

◆都合により変更する場合がありますので、ご了承ください。
◆最新の診療表は、当院のホームページでご確認ください。