

相  
談  
室  
だ  
よ  
り

2010年4月1日から肝炎治療医療費助成制度の自己負担が引き下げられるとともに、対象が拡大されました。  
①肝炎治療医療費助成の自己負担限度額が引き下げられました。

肝炎治療特別促進事業における自己負担限度額表

階層区分	自己負担限度額(月額)
甲 世帯の市町村民税(所得割)課税年額が235,000円以上の場合	20,000円
乙 世帯の市町村民税(所得割)課税年額が235,000円未満の場合	10,000円

② B型肝炎の核酸アナログ製剤治療が肝炎治療医療費助成制度の対象になりました。  
③ 制度利用回数の制限が緩和されました。(医学的にインターフェロン再治療が有効と認められる一定条件を満たす方には、2回目の制度利用が認められます。)

【制度の対象となる方は?】  
① B型・C型ウイルス性肝炎の根治を目的として行うインターフェロン治療並びにB型ウイルス性肝炎に対して行われる核酸アナログ製剤治療が必要と診断された方  
② 医療保険に加入している方  
※詳しくは、保健所・センター又は岐阜県健康福祉部保健医療課までお尋ねください。みどり病院でも相談を受け付けています。

医局リレー記事④ 研修医の紹介

みどり病院は、新医師臨床研修制度に基づき2年間の初期研修ができる病院(基幹型臨床研修病院)となっています。2010年4月から2名の初期研修医を迎えることができましたのでご紹介します。



小野貴子医師

みどり病院初期研修プログラムで2年間研修を行います。  
【抱負】訪問診療、訪問看護、助け足ネットなどの職場体験を通して、この地域の方々はどうやって介護したりされたり、又は暮らしているのかを少しずつ学んでいるところです。岐阜に来て7年目になるところです。地域の方々いろいろな教えていただきながら、少しずつ成長したいと思っています。(年ですがまだ成長できる、と思っています)よろしくお願いします。



岩井周作医師

協立総合病院初期研修プログラムにより、6ヶ月間みどり病院で研修を行います。  
【抱負】まず社会人になったということの日々自覚しなければいけないと思っています。早く職場の方々の迷惑にならないくらいに働けるようになります。今はまだオリエンテーションの続きのようで甘えている部分が多々あるので、そろそろ気を引き締めようと思います。実は最近将来像がぼやけつつあるので、とにかく一日一日を一生懸命やっていきたいです。

介護アンケート中間報告

492名のご協力ありがとうございました

岐阜勤医協 介護福祉委員会 渡辺 憲司

3月の健康とくらしに同封しました「この地域で高齢になっても安心して住み続けるためのアンケート調査」にご協力いただきありがとうございます。

介護保険制度の周知が不十分

アンケート総数は3月末時点で492名(うち職員が180名)でした。職員を除くと、66歳以上(77.8%)、76歳以上(41.3%)でした。全体の41.2%が男性でした。

世帯別では、1人世帯(22.8%)、夫婦2人世帯(38.8%)で両方合わせると61.6%と、高齢者のみ、又は将来高齢者のみの世帯が約6割になるものと思われまます。

困っている事では「どんなサービスがあるのかわからない」(20.3%)、「申請・利用方法がわからない」(13.6%)と介護保険制度の周知が不十分ではないかと思われまます。介護保険制度については「料金が高く不安である」(17.9%)、「認定の決定までが長い」(14.4%)などが上位を占めました。

要望の強かった介護サービス

①短期入所施設(ショートステイ)②訪問介護、訪問看護の休日や夜間対応③介護タクシー④特別養護老人ホーム⑤訪問入浴などに多くの要望がありました。

自由記載欄では、「1~3月まで介護休暇を取って90歳の義父を在宅介護している」「自宅介護しているものの健康に不安があり、非常に疲れている」といった現在苦勞しながら介護されているコメントに加え、「今は何とかやっているが、将来が大変不安で…」という内容のコメントが多数寄せられました。

来年度からの事業計画を検討していきます

法人介護福祉委員会では、みなさんのアンケートも参考にしながら、来年度からの事業計画を検討していきたく考えています。

最後に今回の「健康とくらし」に同封しました「高齢者が安心して受けられる介護保障制度の実現を求める」請願署名(今通常国会に提出予定)に、多くの皆様のご協力をいただけるようお願い致します。

健康 Healthy Recipe レシピ No.3 キャベツ

キャベツは一年を通して出回っていますが、早春から5月半ばにかけて最もおいしく、葉の柔らかさ、瑞々しい香りは私達の食欲を誘います。春の日差しや大地からのエネルギーを受け取ったキャベツは、一口食べるごとに私達を元気にしてくれる食べ物です。

アメリカ国立癌センターによるマウス実験では、マウスにキャベツを食べさせると白血球が増加するとの報告があります。これはキャベツに強力ながん予防成分である「イソチオシアネート」や「インドール」などが含まれており、同センターでは癌を予防する食べ物としてキャ

ベツを推薦しているそうです。

また、キャベツにはビタミンU(キャバジン)が豊富に含まれており①胃や十二指腸のただれた粘膜を修復して保護します②肝機能の強化や脂肪肝の予防にも役立ちます。

さらに注目なのは、血圧を下げる働きがあるカリウムが他の野菜に比べて多く含まれています。

多くの健康パワーが隠れているキャベツを皆さんも是非お試し下さい。  
※今年は天候不順で、価格の高騰が続いていて残念です。

キャベツの料理を作ってみましょう!

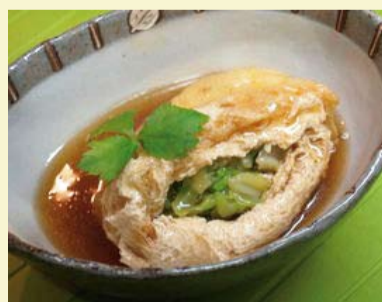
■キャベツのお揚げ 巾着あんかけ(2人分)

材料

- キャベツ 150g(4枚分ぐらい)
- 油揚げ 大きい物1枚
- 中華スープ 300cc
- 醤油 小さじ2
- 酒 大さじ1
- みりん 小さじ1
- 水溶き片栗粉 適量

作り方

1. たっぷりのお湯でキャベツを茹で、冷めたら水分を絞り細切りする。
2. 油揚げは、広げやすいように麺棒で一度押しおき、1のお湯で油抜きする。それを半分に切り、ペーパーで水分を取り、広げる。
3. 油揚げの中にキャベツの細切りをつめて楊枝でとめる。
4. 中華スープに調味料、3を入れ落とし蓋をして中火で6分前後煮る。味を含ませ、器に盛り、汁は水溶き片栗粉でとろみをつけて盛る。



■キャベツの和え物(2人分)

材料

- キャベツ 300g(1/4個ぐらい)
- 味噌 小さじ1
- 醤油 小さじ2
- みりん 小さじ2
- 砂糖 大さじ1

作り方

1. キャベツを3cmのざく切りにして、塩をいれたお湯でさっと茹でる。(お好みの固さで)
2. ざるにあけて、水にあて粗熱を取る。冷めたら絞って水切りする。
3. 調味料をすべて合わせて、絞ったキャベツと和えて完成です。



みどり病院 栄養科 大須賀宗浩