

うとない

Vol.443 2025.4

2025年ウトナイ病院

外来診療体制について

昨年6月に診療報酬改定があり、当院でも新たな加算の導入や4月から外来の診療体制の一部に変更がありましたのでご報告いたします。

健康保険証は12月2日以降 新たに発行されなくなりました

従来の健康保険証は、令和6年12月2日以降新たに発行されなくなりました。その後は、マイナンバーカードの健康保険証利用（マイナ保険証）を基本とするしくみに移行しています。ただし移行後も、お手元の健康保険証は、有効期限までの間、最長1年間使用できます。※後期高齢者医療保険加入者の方の有効期限は2025年7月31日となりますのでご注意ください

マイナ保険証をお持ちでなくても 資格確認書によりこれまで通り医療にかかれます

マイナ保険証を使わない場合の受診方法

- ・2024年12月2日以降は「**資格確認書**」でもこれまで通り医療にかかることができます
 - ・マイナンバーカードの健康保険証利用登録をしていない方には、従来の健康保険証の有効期限がきれる前に「**資格確認書**」を無償で申請によらずお届けします。
- 詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください。

険の窓口にお問い合わせください。

3) 診療報酬の新たな加算について

当院では「早期診療体制充実加算」を導入しています。これは身体面での不調やお薬の副作用などの相談に場合によっては検査も含めて対応すること、障害福祉サービス等の利用に関するご相談に対応すること、障害認定区分認定や要介護認定の意見書を作成すること、電話によるお問い合わせに対応することなど、外来支援の強化に対しての加算となります。今までも対応してきたことではありますが、この加算の導入によって「かかりつけ医」として更にしっかり対応していく所存です。この加算につきましては事前に説明をしたうえで同意書にサインをいただいた場合にのみ算定しています。「早期診療体制充実加算」におきましては「当院がかかりつけ医であること」が前提のため、一般科・精神科を含め他の医療機関を受診される際には事前にご相談いただけますようお願い致します。また該当者は多くありませんが、心的外傷に起因する症状を有する方に対して、医師の指示を受けた公認心理師が対面で30分以上カウンセリングを行った場合に算定できる「心理支援」も導入しています。

外来患者さんにおかれましては新規の予約の場合3か月程お待たせしてしまったり、実際に受診となっても受付から診察までの待ち時間が長かったりなど大変なご迷惑とご不便をお掛けしております。そのような中で「早期診療体制充実加算」についての説明や署名をお願いをしたいと思います、ご協力のほどどうぞよろしくお願い致します。

昨年6月の診療報酬改定を受けて当院でも新たな加算を導入しました。うとない433号（2025年6月号）でも説明させていただきましたが、外来の診療体制の一部に変更がありましたので、それも併せて4月からの外来についてご報告いたします。

1) 診療体制の一部変更

月曜日の内科外来を担当していた松井医師の退職に伴い当面月曜日内科外来が休診となります。

また金曜日の午前中に高木蒼太郎医師の精神科外来が新設されました。

2) マイナンバーカードの保険証（マイナ保険証）について

2024年12月2日以降保険証の新規発行は停止となり、現在の保険証の有効期限は2025年12月1日までとなっています。これに伴い当院でもマイナンバーでの保険証確認のお声がけをしています。事前の紐づけがなくても当院のマイナタッチ（保険証の読み取り機）で受付時に紐づけができますので、事務スタッフにお申しつけください。マイナ保険証にすることで、他の病院で出されたお薬の内容がわかる他、特定検診の結果等も確認できるようになるなど、主治医とのコミュニケーションがよりスムーズになります。またマイナ保険証をお持ちでない方には2025年12月1日までに「資格確認書」が発行される予定になっております。詳しくは加入されている医療保

精神科医の育休日記

新年度に合わせて新連載をスタートします。その名を「精神科医の育休日記」。当院の川並医師が当法人初の医師による育休を取得したため、日々の奮闘ぶりを書き綴ってもらうことになりました。さっそく第1回を掲載しましたので、どうぞご覧になってください。

第1回 なんとかなった

三女出産にあたって、私は日勤当直日勤からの飛行機深夜船便早朝港着からの出産立ち会い（安売りで買ったおむつ一箱も抱えて!）という寝不足真っ只中、妻も一仕事終え、自分もひとウル（涙）過ぎた頃にこれを書いています。長女は立ち会い、次女はコロナ禍でオンラインでしたが、三女は立ち会い許可を頂き、お産の場を盛り上げてくださる先生のもと取り上げと臍の緒の切断をしました。かくして長女ぶりの産まれたてほやほやの新生児、今にも壊れそうな小ささに恐る恐る？出産ハイ?!で抱っこすると、今の長女や次女に慣れきった両腕が「え?!こんなにふにゃふにゃでちっちゃかった?」と違和感と懐かしさを訴え、「なんか小さくて可愛いなあ」と思うと同時にこの三姉妹をどう一度に抱えようと頭を抱えつつ…疲れ果てた自分は赤ちゃんと共に眠りにつくのでした。

これから、育休中の雑感を書いていこうと思っています。ご期待に添えるかはわかりませんが、皆様どうぞよろしくお願いします。



Dr. 望月の日々雑感

もうすぐ春。三寒四温のこの季節で寒くなったり、暖くなったりの繰り返し。5月9日が誕生日なので2025引く1944で81歳になるのかなと最近めったにやらない計算をした。80歳まで生きるなど考えることもなかったのだが…同級生を見てみても、まだ生きてる方がはるかに多いように思う。1944年太平洋戦争の最中で、しかも医師だった父親は私が生まれる前に病死し姉との3人暮らしは母親には大変だっただろうと思われる。母親宅に居候し大学卒業まで暮らしていた。奨学金や家庭教師で何とか学生生活を送ることが出来た。戦争さえなければと幼いころから考えていたように思う。今も世界のどこかで戦争は行われている。人間は戦争なしには生きられない生き物なのだろうかと思うこともあるが、これからも大したことはできそうもないが、反戦のために、できることをやっていきたい。そろそろ若者にタッチして、未来を見据えた若々しい独り言を遠慮することなく、言いたい事を言ってほしいのだが…。



精神科医 田中 尚朗

第25回 駅探訪 メルローズ・ハイランズ駅

みなさんこんにちは。今回で連載が3年目に入りました。アメリカもしくはボストンエリアの一般的な鉄道事情に始まり、廃線跡めぐり、駅探訪と話が進んできましたが、今年も引き続きどうぞよろしくお願いします。

今回紹介するのは、前回登場したメルローズ/セダーパーク駅から北へ1kmほど離れたメルローズ・ハイランズ駅です。第21-24回で取り上げてきた駅と同様、ボストン・アンド・メイン鉄道の駅として、1845年に開業。1903年に2代目の立派な駅が建設されましたが、やはり鉄道の衰退とともに取り壊されています。その時期は1950年代とも60年代とも言われ、正確にはわかっていないようです。このため現在、駅舎はありません。構造は2面2線、メルローズ/セダーパーク駅同様、コンパクトな感じのする駅です。

こんなわけで、メルローズ市には、ワイオミング・ヒル駅、メルローズ/セダーパーク駅、メルローズ・ハイランズ駅の3駅が、約1kmの間隔で並んでいることになります。これは駅間距離としてはかなり短い方です。植苗駅と沼ノ端駅の間が6.4km、苗穂駅と札幌駅の間でも1.9kmとされていることを考えればその短さが実感されます。乗降客があまり多くないため、これらの駅を「フラッグストップ」にしている列車が多いです。これは第4回で書いたように、乗る人は列車から見えるようにホームに立ち、降りる人は車掌に意思表示しておかなければならないというシステムです。

メルローズ・ハイランズのエリア自体も、市の中心街とは独自の街を形成しています。メルローズの主要部分が南隣のモールデンから分離したのに対し、メルローズ・ハイランズは西隣のストーンハムから分離してメルローズ市に加わっています。ストーンハムといえば第10回で廃線を取り上げましたが、その廃線はストーンハムから西へ伸びるもので、結局メルローズ市とは縁がありませんでした。



数年前、ひょんなことから浦河べてるの家の理事長、向谷地生良さんが参加する「当事者研究」で学ばせてもらうようになりました。「当事者研究」というのは、困りごとや悩みをもつ人たちが、一緒に対応策を話しあう集まりのことです。

「当事者研究」については東京大学の熊谷晋一郎さんたちも研究していて、いまや北海道だけでなく全国で注目を集めています。ただ、向谷地さんの「べてる式」の「当事者研究」は一味違うような気がしています。そこでは私たちの悩みの種である「弱み」を、悩める仲間とともに「強み」に変えていくさまざまなヒントがあるからです。

そんなヒントのひとつに「なつひさおチェック」というのがあります。私たちが心や体の調子を崩す背景として、な=なやみがある、つ=つかれている、ひ=ひまである、さ=さみしい、お=お金がない、こんなようなことがないか仲間やスタッフとともにチェックするのです。これを知ったとき、私は「確かに！」と納得しました。

最近はとくに調子が悪いなと思ったら「なつひさおチェック」をして、スタッフと話し合ってみるのも良いかもしれませんよ。

興味をもったかたは『レッツ！当事者研究』（コンボ）をご覧ください。

(M.W)

押入れの奥から登場知らぬ箱

★ジョー

クツみがき自分もみがき別人に

T・N

お知らせ

◆ 令和7年4月1日より入院時の食事にかかる患者負担額が変わります

近年の食材費等が高騰していること等を踏まえ、健康保険法ならびに高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、入院時の食事にかかる患者負担額が以下の通り変更になります。

区 分	負 担 額	
	3月31日まで	4月1日から
①一般の方	490円/食	510円/食
②住民税非課税の世帯に属する方（③を除く）	230円/食	240円/食
③②のうち、所得が一定基準に満たない方など	110円/食	110円/食 (変更ありません)

※指定難病又は小児慢性特定疾病の方は280円から300円へ変更となります。

※オンライン資格確認で減額認定区分が確認できない場合、保険者が発行する「限度額適用・標準負担額減額認定書」等の提示が必要になります。

※ご不明な点がございましたら事務課入院担当までお申し出ください



◆ 「うとない」デジタル配信について

この度、広報委員会では近年の省資源化とデジタル環境への移行を鑑みて、2025年4月より「うとない」の発行部数を減らすことにいたしました。社会医療法人こぶしホームページでの配信を基本とし、郵送による配布は請求書に同封する場合のみとさせていただきます。毎月10日に更新の予定ですので、ホームページをチェックしていただけますと幸いです。何卒ご理解賜りますとともに、今後とも「うとない」をご愛読いただけますようよろしくお願い致します。

ウトナイ病院ホームページ

<https://www.uenae-hp.or.jp/about/#about-3>



病む人と出会い
病む人を支え
病む人に学ぶ

発 行

社会医療法人こぶし広報委員会
苫小牧市ウトナイ南2丁目1-8
TEL:0144-84-5561
<http://www.uenae-hp.or.jp/>



白米と一緒に沢山食べたいな

〈後記〉健康診断の時期がやって参りました。付焼刃的なことをしても意味がないのはわかっていますが、朝になると「昨日は食べ過ぎたから」といって先延ばしにしまいます。いつまで延ばせることやら。今日こそは食べ過ぎないぞと思いつつ、今夜のメニューは唐揚げです。(K.S)