

# 診療報酬改定について

※詳しくは窓口にてお問い合わせください

## 診療報酬とは

診察や治療(医療行為)ごとに決められた点数(全病院共通で定められています)に基づいて計算され、病院などの医療機関が行った医療サービスに対する対価として受け取る報酬のことです。

## 診療報酬改定とは

診療報酬の請求額は、医療費の財源という枠の中で物価や人件費などの動向に応じ、2年に1回年度替わりに厚生労働省により内容が見直しされています。これが、診療報酬の改定と呼ばれ、今回は「社会保障・税一体改革成案」で示した2025年のイメージを見据えつつ、あるべき医療の実現に向けた第一歩の改定と位置づけられています。受診される患者さまには、病院で同じ診察を受けても、2012年3月と2012年4月ではお会計の金額が増減することがあります。

## 今回の改定では下記が変わります(一部抜粋)

- 同一日に2科の受診をした場合、窓口負担金額
- 外来でのリハビリを行った日の窓口負担金額
- 入院費の窓口負担金

## IMSグループからのお知らせ

### 医療・介護のことでお悩みはありませんか?

IMSグループイムス総合サービスセンターが、みなさまからの医療・介護のご相談をお受けいたします。詳しくはホームページをご覧ください。

来訪もしくは、お電話かホームページ(メールフォーム)よりお問い合わせください。

**0800-800-1632** (代表) **03-3989-1141**  
※「050」からはじまるIP電話および国際電話からはご利用いただけません。 受付時間/平日8:30~17:30 土曜日8:30~12:30(日祝・年末年始休み)

イムス総合サービスセンターのサービス内容や、IMSグループの最新情報をご覧ください。

<http://www.ims.gr.jp/gscenter/>

〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-21-11 オーク池袋ビルディング8F

### 皆さまの声を聞かせてください!

イムス三芳総合病院では、よりよい病院づくりをすすめるため、患者さま・地域の皆さまのご意見を募集しています。ご意見は下記FAX、E-mailまたは院内総合受付横に設置のアンケートBOXまで。皆さまの貴重なご意見をお待ちしております。

FAX: 049-274-7016 E-mail: renkei.mkh@ims.gr.jp

イムス三芳総合病院 広報誌  
 Plaza ims(プラザイムス) Vol.23 2012.5  
 発行/イムス三芳総合病院 広報委員会  
 発行日/2012年5月  
 〒354-0041 埼玉県入間郡三芳町藤久保266-1  
 医療法人社団明芳会 イムス三芳総合病院  
 TEL049-258-2323  
<http://www.ims.gr.jp/miyoshisougou/>



2012年5月  
Vol.23

## イムス三芳総合病院

「プラザイムス」は、患者さま、ご家族のみなさまに院内やIMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。

### 新任医師のご紹介



当院で働くことになりました新任医師を紹介させていただきます。

本年4月より着任いたしました明石と申します。  
 今まで、腎臓疾患、透析療法を専門に診療して参りましたが、当院では一般内科疾患も含めて幅広く診療させていただきたいと考えております。  
 患者さまに優しい医療をご提供出来るために頑張ります。  
 宜しくお願いいたします。



医師 明石 真和



### 透析センターのご紹介

当院の透析センターでは、主に慢性腎不全の患者さまに対する血液透析を行っております。入院透析にも対応しており、透析患者さまの合併症に対して、各診療科と連携した治療体制をとっております。ベッド数は12床、月・水・金、火・木・土とも、午前・午後の2クールで治療を行っており最大48名の治療が可能です。  
 最新の透析設備を導入し、HD、HDF、HF、AFBF等多目的治療が可能な個人用透析装置を2台設置しております。

また、全ベッドに液晶テレビを設置して、患者さまが安心して快適な透析時間が過ごせるようにしております。  
 当センターは、透析液の清浄化にも努めており、『日本透析



医学会の透析液水質基準」に沿って毎月定期的に水質検査を行っております。

通院には送迎車のご利用もできます。透析センター内の見学が可能ですので、お気軽にお問い合わせください。

# メタボリックシンドローム

メタボリックシンドロームは、**内臓脂肪型肥満に高血糖・高血圧・脂質異常症のうち2つ以上を合併した状態をあらわします**。特に肥満は様々な病気をまねく要因となります。日本では高齢化により、**がんや虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病などの生活習慣病の割合が増加し、生活習慣病にかかる医療費全体の約3割を占めています**。

昨年11月、厚生労働省は、「健康日本21」についての最終評価を公表しました。「健康日本21」は、国民や社会が一体となって取り組むために平成12年から継続されている健康づくり運動です。

その中では

## 男性の20歳代から30歳代にかけて

「肥満者の割合が増大することが示唆されるとともに、男女ともに20歳代で他の年代に比べ、脂肪エネルギー比率が30%以上の者の割合が最も高く、野菜摂取量が最も少なく、朝食欠食率が最も高く、体重コントロールを実践する人の割合が最も低いという結果であった」

## 栄養状態、栄養素・食物摂取について

「女性(40~60歳代)の肥満、食塩摂取量には改善がみられたが、脂肪エネルギー比率や野菜の摂取量などについては改善がみられなかった」

との報告がされて、まだまだ自分の健康を改善していく意識を高めていく必要があります。肥満を防ぐためには食事は重要になるため、食生活におけるポイントを確認してみましょう。

**腹** 八分目を心がける



**食** 物繊維を多めにとる

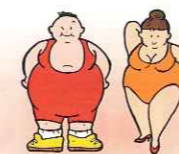
**夜** 食は控える



**ア** ルコールはほどほどに

いかがでしょうか? 「わかってはいるけど…」とつい言うってしまう気持ちを抑えて、ぜひ食生活を見直していただきたいと思います。また何を食べるかだけでなく、早食いせずによく噛むことが肥満防止や、歯周病や体全体の健康につながることを意識し、正しい食生活を心がけていきましょう。

# 肥満 運動



基礎代謝という言葉があります。身体を動かさなくても使われるエネルギーのことで、筋肉の量で決まります。身体の脂肪は主に筋肉の活動により燃焼し消費されるので、基礎代謝を上げるには筋肉の量を増やすことが大切です。無酸素運動で筋肉量を増やし、有酸素運動で脂肪を燃焼することにより、効率よく減量することが可能となります。

## ○無酸素運動

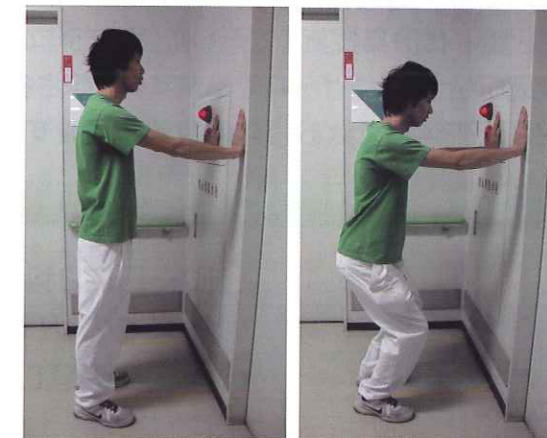
### 1) 腹筋

仰向けに寝て、ひざを曲げます。両手を胸の前で組んで、上体だけを起こします。腹筋を意識するように行います。肩甲骨が少し浮くくらいで十分です。



### 2) スクワット

壁に手をつき肩幅より少し広く足を開きます。背筋を伸ばしたままゆっくりと太ももが水平になるくらいまで腰を下ろして、また真直ぐに腰を上げます。



## ○有酸素運動

有酸素運動には、ウォーキング、ジョギング、水泳、などがあります。有酸素運動は、30分以上行うようにしましょう。身体の脂肪は、有酸素運動をはじめて15~20分くらいから燃焼を始めますので、その前に運動をやめると、効果的に肥満の改善ができません。少しずつ運動を継続して行い、肥満を解消しましょう。

## Good Cooking

# 酢鶏



### ポイント

- ・酢鶏は酢豚の豚肉を鶏肉に変えたもので、豚肉より鶏肉を使うことによってカロリーをおさえることができる。
- ・鶏胸肉に塩こうじをつけることによって肉がやわらかくなり旨みもでる。
- ・油を使わずに鶏肉の皮で焼くことによってカロリーをおさえることができる。
- ・鶏肉の皮をとるによって80Kcalおさえることができる。

### 材料(12cm丸型)

皮なし鶏胸肉	80g	しいたけ	15g
塩こうじ	8g	ピーマン	15g
しょうゆ	3g	ケチャップ	10g
玉ねぎ	50g	砂糖	3g
にんじん	30g	酢	10g
たけのこ	30g		

### 作り方

- ① 鶏胸肉を塩こうじにつけ1~2時間ねかす。
- ② ねかせておいた肉を食べやすい大きさに切ってフライパンで焼き、しょうゆをたらして肉に焼き色をつける。(この時にむね肉の皮をとる)
- ③ 玉ねぎ、にんじん、たけのこ、ピーマンは乱切りにし、しいたけは十字に切り、レンジで加熱する。
- ④ 肉と野菜をケチャップと砂糖で炒め、最後に酢を加える。

### 塩こうじについて

塩こうじとは麹と塩、水を混ぜて発酵、熟成させてきた調味料で、疲労回復、ストレス軽減、便秘解消、老化予防、美肌効果などの効能がある。塩こうじからでる酵素によって食材の旨みや甘みを引き出すこともできる。

## Good Cooking