

# いのち

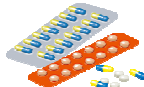
第66号

ご自由にお持ちください

人に尽くし、研鑽を積み、信頼と喜びを明日へ



井上記念病院



## ★後発医薬品のある先発医薬品（長期収載品）の選定療養について★

令和6年10月から、後発医薬品（ジェネリック医薬品）があるお薬で先発医薬品の処方を希望される場合は、特別の料金をお支払いいただくことになりました。（厚労省が定めたものです。）

※保険種別により対象とならない場合があります。

後発医薬品とは

先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に販売される、先発医薬品と同じ有効成分、同じ効能・効果をもつ医薬品のことです。  
先発医薬品より安価で、効き目や安全性は先発医薬品と同等です。

●先発医薬品と後発医薬品の薬価の差額の4分の1相当を、特別の料金として、医療保険の患者負担と合わせてお支払いいただきます。

●先発医薬品を処方・調剤する医療上の必要があると認められる場合等は、特別の料金を支払う必要がありません。

「医療上の必要」がある場合とは？

- ・薬事上承認された効果・効能に差異がある場合
- ・副作用、他の医薬品との飲み合わせによる相互作用、治療効果に差があったと医師が判断する場合
- ・ガイドライン上で、後発医薬品へ切り替えないことが推奨されている場合
- ・剤形上の違いにより必要と判断する場合（単なる剤形の好みは×）

●流通の問題などにより、医療機関や薬局に後発医薬品の在庫がない場合も「特別の料金」を支払う必要はありません。

患者さん皆様の保険料や税金で賄われる医療保険の負担を公平にし、将来にわたり国民皆保険を守るため、国は価格の安い後発医薬品への置き換えを進めています。  
ご理解とご協力をお願いいたします。



☆処方箋について注意していただきたいこと☆

・処方箋には有効期限があります。有効期限は発行日を含めて4日間（土曜・日曜・祝日を含む）です。年末年始やゴールデンウィーク等の大型連休も4日間に含まれますのでご注意ください。なお、当院では有効期限の延長はおこなっておりません。

・処方箋を紛失した場合や、処方箋の有効期限が切れた場合は再受診が必要となりますので、受付でその旨をお申し出ください（期限切れの場合は処方箋もお持ちください）。

また、一部自費となりますのでご注意ください（処方箋再発行は自費、薬代は保険適用）。

※お薬を紛失した場合は再受診が必要となります。

薬の紛失による処方箋再発行と薬代は自費となりますのでご注意ください。



# 健康な食事とは何か

2024年10月24日、FAO（国連食糧農業機関）とWHOは、「健康な食事とは何か」の共同声明を発表しました。健康な食事とは健康、成長、発達を促進し、アクティブなライフスタイルをサポートし栄養素の欠乏や過剰、伝染病及び非伝染性疾患、食中毒を防ぎ、健康を促進するものであるとし、その原則として「十分」「バランス」「適度」「多様」のキーワードを掲げています。「十分」とは、体内で合成できない必須アミノ酸、必須脂肪酸ビタミン、ミネラルの必須栄養素を十分とること、「バランス」とは摂取と消費エネルギーバランスと同時にエネルギー産生栄養素の摂取割合を示しています。成人の場合、摂取エネルギー比率は蛋白質10～15%、脂質15～30%、炭水化物45～75%とし、脂質の中でも脂肪酸は飽和10%以下、トランス1%以下、多価不飽和6～10%、糖類は10%以下とされています。「適度」とは大量摂取で悪影響を及ぼす食塩、飽和脂肪酸、糖類、農薬、添加物、超加工品等の制限です。「多様」とは食品群間でも、食品群内でも、できる限り多様な食品を摂取する方が、栄養素の摂取状況が改善され、死亡率と非伝染性疾患の発症率を低下させることを示しています。栄養素を摂取する「食事パターン」は収入、食品の入手可能性、手頃な価格等様々な社会的、経済的、環境的要因によって決定されるので、さらなる配慮が必要だと述べています。しかしいずれの食事パターンでも原則を満たし安全で環境に配慮した選択をすれば人にも地球にも健康な食事は可能だとしています。

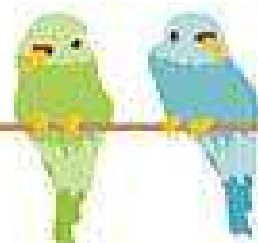
日本栄養士会雑誌より

## 塩分とり過ぎ10の食習慣

1. 食事は満腹になるまで食べる。
2. 主食を重ねて食べる。（ラーメン+チャーハン、うどん+丼、弁当・おにぎり+カップ麺等）
3. 丼物、カレーライス、麺類を週3回以上食べる。
4. 煮物を1日に4皿以上食べる。  
（煮魚、肉じゃが、ひじき煮等も含みます。同じ料理を1日に2回食べた場合も2皿と数えます）
5. 漬物を1日に2種類以上食べる。
6. たらこやすじこ等を1日に1回以上食べる。
7. 麺類の汁を1/3以上飲む。
8. 濃い味付けを好んで食べる。
9. 外食を週2回以上する。
10. 毎日飲酒する。

みなさんはいくつ当てはまりましたか？  
改善できることから1項目ずつチェックを外して行きましょう。

# 井上記念訪問看護ステーション



## 訪問看護とは？

訪問看護は、病気や障害があっても、住み慣れた地域やご家庭で、その人らしく療養生活を送れるように、看護師等がご自宅に訪問し、看護ケアを提供するサービスです。

## このような時にご相談ください

- ◆ 退院することになったけど、家での生活が不安
- ◆ 最後まで自宅で過ごしたい
- ◆ 最後まで自宅で過ごさせてあげたい



## サービスの内容

### ● 病状の観察や健康状態の維持

体温、脈拍、血圧、呼吸の状態などを測定し、心身の健康状態などを観察し、状態に応じ対応します。

### ● 日常生活の援助

清拭・洗髪等により清潔を保持します。食事及び、排泄等のお世話をします。

### ● 医療処置・治療上の看護

主治医の指示に基づく医療処置（在宅酸素、経管栄養、点滴静脈注射、傷の手当て、褥瘡処置等）をします。

### ● ご自宅で患者様に寄り添ったケア

最後まで、その人らしい尊厳のある療養生活を送ることができるよう、本人や家族の思いにそって援助します。

痛みのコントロール、看取り体制への相談。

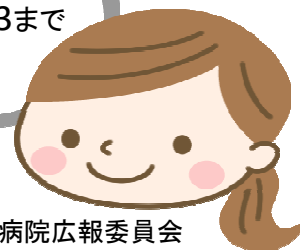
### ● 訪問リハビリテーション

作業療法士・理学療法士等がご自宅へ訪問し、状態を評価して心身機能の維持改善および日常生活動作の自立に向けたリハビリテーションを行うサービスです。

※ご利用いただける人数に限りがありますので、ご相談ください。

当院だけでなく、地域の先生方とも連携しております。

ご相談、料金・その他の詳細につきましては、043-245-4353までお問い合わせください。



医療法人社団 普照会

# 井上記念病院

広報誌「いのうえ」  
企画編集／井上記念病院広報委員会  
発行／井上記念病院  
発行日／令和7年2月19日  
〒260-0027  
千葉市中央区新田町1-16  
TEL 043-245-8800 FAX 043-244-6200