

# 雪がた

— 豊科病院だより —



豊科病院広報誌  
平成25年2月1日 発行  
発行者 豊科病院広報文化委員会  
〒399-8205  
長野県安曇野市豊科5777-1  
URL <http://shironishi.or.jp/>

## 豊科病院の理念

自他を問わず人間を愛し、慈しむ心を礎に、病める人、障害を持つ人、悩める人に常に自分の家族に接するように優しく接し、最良の医療・福祉サービスを提供し、地域の人々の要求及び個別的な要求にも応え、地域で人々が快適に生活できるような支援を行う。

1月4日に新年式が行われました。関健理事長総長は、「①医療機関において注意しなければならぬ事項の一つが院内感染。ノロウイルスなどが非常に感染し易い時期に入ったため注意を払って欲しい。②自立訓練事業所であるアルプスホームが転機を迎えている。道路拡幅工事に伴い建物を新築する為、本日1月4日に地鎮祭を行った。今後の建設を見守って欲しい。③平成26年4月から城西病院において小児病棟の運営を計画している。現在、豊科病院に一般科の病床が18床あるが、その18床を城西病院へ移動する予定。これに



平成25年  
『新年式』

より、豊科病院は更にスリム化を図ることが出来る。④国において税と社会保障の一体改革が進められているが、団塊の世代が75歳に突入する2025年問題」は深刻な状況になりつつある。そのような中、当法人は今後も医療・保健・福祉サービスを担い、職員には安全な医療や福祉サービスの提供をして欲しい。」と、職員に訓示しました。



# 社会制度で安心

## ②

# 「精神障害者保健福祉手帳編」

精神障害者保健福祉手帳 以下、手帳)をご存知でしょうか?

この手帳を所持されることにより、いくつかのサービスが受けられます。今回は手帳の申請方法と、受けられるサービスについてご説明いたします。



### Q・・・申請が必要な?

この手帳は、希望された方のみ  
に交付されますので、申請が必  
要です。但し、初診日から6ヶ月  
以上経過していることが必要で  
す。

### Q・・・申請方法は?

新規申請 更新申請には、以下  
の3つの方法があります。書類の  
提出先は各市町村ですが、希望  
されれば豊科病院が郵送で申請

を致します。

### ①障害年金を利用して申請

障害年金を受給されている方  
は、障害年金の証書を利用し、手  
帳の申請が出来ます。この場合、  
障害年金の等級が1級の方は、  
手帳も1級。障害年金の等級が  
2級の方は、手帳も2級。3級の  
方は3級。というように、**等級が  
移行**します。

よって、この①の方法ならば、申  
請前に手帳の等級の予測が可能  
です。また、障害年金の証書の写  
しを活用しますので、診断書料  
などは不要です。

なお、障害年金の種類が『知的  
障害』の方は、手帳に等級が移行  
されませんので、注意が必要で  
す。

### ②診断書で申請

主治医が作成する診断書を添  
えて、手帳の申請をします。この

場合、診断書の内容を都道府県  
が審査し、等級が決定され、手帳  
が交付されます。注意点として  
は、障害年金を受給されて  
いる方であっても、この診断書に  
よる方法で申請が出来ますが、  
**障害年金の等級よりも、手帳の等  
級が上がることもあれば、下がる  
こともあります。**

### ③自立支援医療と同時に申請

前回このコーナーでご説明し  
た自立支援医療制度(外来医療  
費が減額される制度)を申請さ  
れる方は、手帳と**一緒に申請**が  
出来ます。

豊科病院では基本的に上記②  
の方法(診断書)で申請をいたし  
ます(自立支援医療制度は診断  
書でしか申請が出来ないため)。  
よって、この③の制度を1枚の診断  
書(料)で申請が出来ます。但し、  
この場合、上記②の『注意点』に  
ご注意ください。

また、この同時申請であっても、  
手帳については、上記①の方法で  
申請を希望される方は、職員に  
お申し出ください。

### Q・・・申請の際の費用・持ち物 等は?

- 診断書で申請される方は、  
2,000円(当院の場合)。年金  
証書で申請の方は無料です。
- 初回申請時は顔写真 縦4cm  
横3cm。1年以内に撮影した  
もの。更新時は等級が変わら  
なければ、顔写真は必要あり  
ません。
- 判子(印鑑)。
- 障害年金を利用して申請され  
る方は、その証書の写しと、障  
害年金の等級を関係所管に照  
会するための同意書。

### Q・・・等級は?

1級、2級、3級の3段階です。

**Q・・・有効期限は？**

更新は2年に1回。更新の際は有効期限の3ヶ月前から手続が可能です。

**Q・・・手帳によって受けられるサービスは？**

- 所得税や住民税に関する障害者控除
- 自動車税の減免（条件あり）
- 県営住宅優先入居、家賃一部減免
- NHK受信料の減免（条件あり）
- NTTの無料番号案内
- 県内バス運賃 高速バスを除くの割引
- 施設利用割引
- 携帯電話の基
- 本料金の割引
- 生活保護を受給されている



方で1〜2級であれば、障害加算が支給 ※その他、市町村が独自のサービスを行っている場合があります。

**◆安曇野市の場合◆**

- 重度心身障害者福祉金
- 1〜2級で入院されていない方に1ヶ月あたり2,000円が支給。
- タクシー券
- 1〜2級の方に500円券が30枚（15,000円分）交付。
- 「デマンド交通 あずみん」100円で乗車が可能。
- 「ビレッジ安曇野など」入浴券の交付
- 65歳以上の方で1〜2級の方は、福祉医療給付金の対象となり、全診療科の入通院費が還付。 …など



**◆その他◆**

- ▼ 市町村によっては年齢に関係なく福祉医療給付金の対象となり、全診療科の入通院費が還付されます。
- ▼ 65歳以上の方は手帳を所持することにより、申請されれば後期高齢者医療の対象となり、全診療科の治療代が1割負担となります。

精神保健福祉士 荒川 豊

**【材料／2人分】**

作り方は、裏面です!!

豚肉団子	豚バラ薄きり肉	150g
	しょうがのみじん切り	小さじ1
	片栗粉	小さじ2
	顆粒鶏がらだし	小さじ1
	酒	大さじ
	ごま油	大さじ1/2
	大根	2cm(70g)
にんじん	1/2本 (100g)	
かぼちゃ	100g	
せり	1束 (80g)	
赤ピーマン (細切り)	1個(130g)	
生しいたけ	2枚	
きくらげ (乾)	3g	
ねぎ(斜めに切る)	1/3本	
しょうが(薄切り)	20g	
煮汁	水	3カップ
	顆粒鶏がらだし	大さじ1
	酒	大さじ2
タレ	豆板醤	小さじ1/3
	黒酢	大さじ3
	しょうゆ、黒砂糖	各大さじ1
	ごま油	大さじ1/2

**豚肉団子と野菜の薬膳鍋**

**黒酢だれ添え**

しょうがには辛味成分のジンゲロールが多く含まれていて食べると冷え性の改善や免疫力の強化になります。また唐辛子の辛味成分のカプサイシンには血流を良くし、食欲も増進させる効果があります。そこでしょうがと唐辛子を使った体の心から温まる鍋をご紹介します。黒酢のタレがポイントです。

管理栄養士 上條 史子

**管理栄養士の  
簡単レシピ  
No.12**



「豚肉団子と野菜の薬膳鍋  
黒酢だれ添え」レシピ

1人分(エネルギー-338kcal 塩分2g)



「ひよつが」でぽかぽか  
寒い冬をのりきろう!!

- ①豚肉はあらみじん切りにし、包丁で軽くたたいてボールに入れる。団子の残りの材料をすべて加えてよく練り混ぜ、4～6等分にして丸める。
- ②しいたけは軸を除き、きくらげは水でもどす。
- ③大根、にんじん、かぼちゃは皮付きのまま食べやすい大きさの薄きりにする。せりは根を除き食べやすく切る。
- ④なべに煮汁の材料を合わせて火にかけ、煮立ったら①の団子を入れ、途中でアクを取りながらねぎ、しょうがを加えて2分ほど煮る
- ⑤残りの具をすべて彩りよく加え、火が通るまで10分ほど煮て、混ぜ合わせてら出来上がり♪  
黒酢だれをつけてお召し上がりください。

外来 医師担当表

平成25年 2月1日現在

曜日	月	火	水	木	金	土
精神科	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	にしぎとよしあき 西里 吉昭 医師	ごみぶち みつのり 五味洵 満徳 医師	ごみぶち みつのり 五味洵 満徳 医師 又は なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	ごみぶち みつのり 五味洵 満徳 医師
内科	こばやし たかし 小林 孝至 医師	休 診	ささき みほ 佐々木 美保 医師	休 診	こばやし ひでき 小林 秀樹 医師	休 診

◎ 受付時間 午前 8:00～午前 12:00  
◎ 診療時間 午前 9:00～終了まで

※ 午後は全科**休診**となります。  
※ 日曜・祝日は全科**休診**となります。

※ご不明な点等は、受付へご確認下さい。  
お問い合わせ先 電話 0263-72-8400



～・ 編集後記 ～

豊科病院広報誌「雪がた」第26号をお届けしました。お読みになっていかがでしたでしょうか？

また、今年は例年がない冷え込みと雪に見舞われた冬でしたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか？

立春を迎え、徐々に寒さは峠を越えつつありますが、こんな時期にインフルエンザが県下で大流行し、亡くなられている方も出ています。季節の変わり目ですので健康管理に十分お気をつけください。

※表題「雪がた」について 春から夏にかけて北アルプスでは様々な雪形が見られ、当院からは常念岳の常念坊や、蝶ヶ岳の蝶などの雪形を正面に望むことが出来ます。雪形が季節の変化に合わせて融けるように、患者様の病も融ける・・・表題にはそんな願いが込められています。

また、表題の写真は当院屋上から撮影しました。