

高北病院の栄養指導について

管理栄養士 橋本 まり

高北病院では、月～金曜日と第2土曜日の午前中に栄養指導を実施しています。

栄養指導では、患者さんと一緒に食事習慣の見直しをしています。

患者さんに食事記録や写真をとってきていただいたり、記録がない場合には、当日聞き取りを行っています。そして、血液検査や体重などの推移をみて、その方がどういう風な食事がよいのか、どんな食品に気をつけるようにすると良いかなど改善策を話し合います。無理に食事を制限されている方もおられ、もっと食べるように話をする場合もあります。

食事について、気になる事がありましたらお気軽に当院スタッフへお声がけください。

※春の食事ポイント※

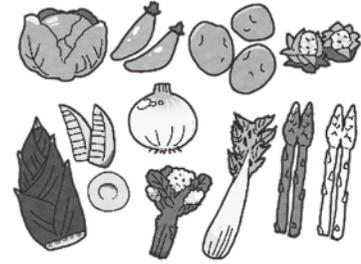
佐川町の春といえば山菜ですが、生活習慣病（高血圧・血糖・脂質異常症など）を気にされている方にとって、食物繊維の豊富な山菜は味方になってくれる食材です。

毎日でも取り入れたい食材ですが、塩分は控えめにしたいところです。

醤油の使用量を少なくしても美味しく調理するコツとして、筍の煮物に鰹節を多めに入れたり、ツナ缶を汁ごと入れてお出汁を利かす、ゴマ油でさっと炒めるなど、旨みや香りを使った調理がお勧めです。

また、歯ごたえのある物も多いので、よく噛むことで満腹感を感じやすくなり、食べ過ぎ予防にもなります。

※注意点：山菜にはカリウムが多く含まれていることがあるため、カリウム制限食が必要な方（腎機能障害など）は主治医または管理栄養士の指示に従うようにしてください。



町内の救急告示病院の休日・夜間の当直（宿直・日直）診療科のお知らせ

高北国保病院 ☎ 22-1166

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 内科	2 整形外科	3 内科	4 外科	5 内科	6 日宿 内科
7 日宿 内科	8 外科	9 内科	10 整形外科	11 内科	12 内科	13 日宿 内科
14 日宿 内科	15 外科	16 整形外科	17 外科	18 内科	19 内科	20 日宿 内科
21 日宿 内科	22 外科	23 内科	24 外科	25 外科	26 内科	27 日宿 内科
28 日宿 内科	29 日宿 内科 日宿 外科	30 外科				

・第2土曜日の午前は内科の外来診察

・外科の当直日の17時15分～18時30分及びその翌日（休日の場合を除く）の7時15分～8時30分は内科または整形外科の医師が当直をします。

清和病院 ☎ 22-0300

日曜日・祝日	月曜日※	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日宿 内科または外科または精神科	精神科	外科	外科	外科	内科または外科	外科



4月1日(月)から令和6年度福祉タクシー券・ガソリン券の申請を受付します

交付を希望される方は、ご本人またはご家族（代理人）の方が健康福祉センターかわせみまで申請にお越し下さい

交付対象者・交付枚数（町内に居住している場合のみ交付します）

交付対象者		福祉タクシー券 (1枚500円)	福祉ガソリン券 (1枚500円)	福祉バイクガソリン券 (1枚200円)
身体障害者手帳 所持者	1級・2級	48枚	18枚	36枚
	3級	30枚	12枚	24枚
	4級	9枚	3枚	6枚
療育手帳 所持者	A1・A2	36枚	36枚	
	B1・B2	24枚	24枚	
精神障害者保健 福祉手帳所持者	1級	36枚	36枚	36枚
	2級	24枚	24枚	24枚

※交付枚数は4カ月ごとに3分の1ずつ減少します。

運転者及び所有者（ガソリン券の場合）（下表にそれぞれ該当しない場合は交付できませんのでご注意ください）

対象者		ガソリン券		バイクガソリン券	
		運転者	所有者	運転者	所有者
身体障害者 手帳所持者	① 18歳未満の方	保護者	保護者	本人	本人
	② 1種の手帳を所持している方	本人または 保護者 (介護者)	本人または 保護者 (介護者)		
	③ 視覚障害を有している方				
	④ その他事情により交付を 希望する方（要相談）				
	⑤ 上記以外の方	本人	本人		
療育手帳所持者		本人または 保護者	本人または 保護者		
精神障害者保健福祉手帳所持者		本人または 保護者	本人または 保護者	本人	本人

※保護者（介護者）とは、障害者本人と生計を一にしている同世帯の親族または常時監護（介護）している方です。

※ガソリン券について、原則障害者本人が運転し、移動するときに交付することとしていますが、療育手帳や精神障害者保健福祉手帳所持者に加え、第1種の手帳を所持している方や視覚障害の方など、移動が特に困難であると認められる場合に限り、保護者（介護者）運転でも利用できます。

※上記以外の理由によりガソリン券を申請する場合は、状況等を聞き取りの上、交付の判断を行います。検討の結果、交付対象とならない場合もあります。

申請時に必要なもの

- ① 各手帳（身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳）
- ② 運転者の運転免許証（ガソリン券またはバイクガソリン券の場合）
- ③ 所有者の車検証（ガソリン券の場合）または自賠責証（バイクガソリン券の場合）

注意点

※タクシー券とガソリン券を1人の方が重複して申請することはできません。

※施設入所または転出、お亡くなりになった場合等は利用できません。健康福祉課まで返却をお願いします。