



あ い わ

2023 春
Vol.70

Doctors Voice

春、そして青春

愛和クリニック 前川 清 院長

4月より開始されたオンライン資格確認の特集！

「オンライン資格確認Q & A」

薬剤師のお薬豆知識コラム「おくすりアレ・コレ」

管理栄養士のお手軽レシピ「もうイッピン」

凝った頭をほぐす「アタマのストレッチ」など

一首奏上

「満開の桜ずずんと 四股を踏み われは古代の王として立つ」
佐々木幸網



春、そして青春

愛和クリニック
前川 清 院長

温暖化になってきましたが、日本はまだまだ四季を感じる国です。

僕は四季それぞれ好きなのですが、古来、日本では春がめでたいと好まれています。

それはやはり、寒い冬が終わり、いろいろな草花が咲き、虫たちも出てくる、新しい季節の始まりだからでしょう。

だから日本は春に卒業式や、入学・就職があり、また成長する若い年代に青春と名付けられています。

さて、私の春の思い出をお話します。

前はアカデミックな空海と智泉のお話だったので、今回はまたまた京都ですが、くだけたお話にしました。

人生が長くなりましたので、春も何度も過ごしてきました。

自分の人生の中で甲乙つけるものではないのですが、人生の春みたいな経験がありましたのでお恥ずかしいですが、書く事にしました。

京都に住んでいるときに、春に京都会館で海外のロックバンドのコンサートがあり、三条河原町にあるプレイガイド(チケットピアでもない)へチケットを買いに行きました。

当時は、今みたいにパソコンや携帯電話があるわけでもないのにネットで買うのではなく街角にあるプレイガイドというところでチケットをかうのです。

京都に来たばかりだったので、もちろん京都会館には初めて行くので、事前に同じ下宿にいた京都大学の学生に座席はどこがいいか訪ねました。

彼が言うのに、「京都会館はコンサート用にできていないためコンクリートの壁に反響して最悪なので、前の席ではなくて、真ん中の後ろよりがいい」と。

平日の午後に買いに行きました。

カウンターでどの席がいいですかと聞かれ、早く買いに来たため席はいっぱい空いていて選び放題でした。

迷うことなく後ろよりの真ん中の席を選びました。

売り場の人々がチケットを準備している間に、僕の後ろに並んでいた若い女性から、

「私、どこがいいかわからないの。座席はどこがいいですか?」と突然聞かれました。

少し驚きましたが、京都大学の学生から聞いた事を話し、この席を買ったと言いました。

するとまわりに席がいっぱい空いているのにその女性は、なんと僕が買った席の隣の席を選んだのです。

周りがいっぱい空いているのに、ですよ。驚きました。

お店を出るときに、ひょっとして僕に・・・と思いました。

そう思うでしょう?

喫茶店(カフェではありません)に誘ってみようとお店の前でドキドキしながら待っていました。

しばらくして出てきた彼女に声をかけました。「うん」と。

近くにあった喫茶店に入りました。

かわいい女性でした。

お互い自己紹介し、彼女はまり子さんといい、四国でOLをしていましたが、服飾デザイナーになりたい夢をかなえるため退職し、京都の服飾専門学校にきていました。

僕が自分より年下だと嫌だなあと思っていたようで、僕が年上とわかり嬉しそうにしました。

連絡先を交換しましたが、携帯電話なんてまったく無い時代で、お互い下宿していましたから、連絡先は大家さんの家の電話です。

ロックコンサートで再会するのを楽しみに別れました。

制限文字数ではとても書ききれません。

残念ながら、続きはまたの機会に。



オンライン資格確認のQ&A???



総務課 事務
市来 大祐

オンライン資格確認は、患者さんの医療情報を有効に活用して、安心・安全でより良い医療を提供していくための医療DXの基盤となるものであることを踏まえ、保険医療機関・薬局に、令和5年4月からその導入を原則とするよう義務付けられました。

当院でも4月から導入されております。

そこで、今回はオンライン資格確認についてのお話しをしていきたいと思っております。

オンライン資格確認とは

病院・クリニックなどの医療機関や薬局では、患者さんが加入している医療保険を確認する必要があります。

この作業を「資格確認」と呼びます。

従来の資格確認の方法は、患者さんの健康保険証を受け取り、記号・番号・氏名・生年月日・住所などを医療機関システムに入力する、というものでした。

この方法では「入力の手間がかかる」「患者を待たせてしまう」などの難点がありました。

また、資格を失効した保険証を患者が提示した

場合、医療機関・薬局が保険証の発行元(保険者)に医療費の一部を請求しても医療機関への支払いが行われなかったり、保険者が「元被保険者」である患者さんの医療費を負担したりすることになる問題がありました。

こうした背景があり、2021年10月に本格運用がスタートしたのが「オンライン資格確認」です。



オンライン資格確認の疑問

・オンライン資格確認が導入されたら、マイナンバーカードでしか受診できないのか？

⇒健康保険証でも受診可能です。

※ですが、政府は現行の健康保険証を2024年秋に廃止し、「マイナ保険証」に一本化することを発表しています。(2023年3月現在)

・マイナンバーカードを持っていれば、すぐに健康保険証として利用できるのか？

⇒マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、あらかじめ患者さん本人が、マイナポータルで保険証利用の申込をすることが必要です。

・窓口でのマイナンバーカードの取り扱いは？

⇒医療機関・薬局の窓口ではマイナンバーカードは預かりません。

顔認証付きカードリーダーの場合は、カードリーダーに置いていただき、汎用カードリーダーの場合は、カードリーダーにかざすとともに受付職員に見せていただきます。

<参考情報・資料>

オンライン資格確認の導入について (医療機関・薬局、システムベンダ向け) (mhlw.go.jp)

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08280.html

オンライン資格確認 QA集 (mhlw.go.jp) https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_24976.html#Q1

オンライン資格確認とは？ 導入のメリット・注意点を解説 | メディコム | PHC株式会社 (phchd.com)

<https://www.phchd.com/jp/medicom/park/special/onlineinfo>

おくすり「アし・コレ」

ジェネリック医薬品 に関する豆知識



南千住病院
薬剤師 月永 祥文

広くジェネリック医薬品が普及しており、当院においても積極的にジェネリック医薬品の使用を推奨しています。

しかし昨今の相次ぐジェネリック医薬品企業の不祥事により、一部のジェネリック医薬品が供給不足となっている事態が起きています。

当院でも同様にジェネリック医薬品の流通状況には苦労している所ではありますが、有効性、安全性、供給状況を考慮しながら採用している状況です。

ジェネリック医薬品について心配になる事もあるかと思いますので、今回の豆知識ではジェネリック医薬品について、そしてバイオシミラーについて2020年秋号で取り上げましたがおさらいもかねて再度紹介します。

この機会に理解を深めていただければと思います。

《ジェネリック医薬品とは》

医療用の医薬品は新薬（先発医薬品）とジェネリック医薬品（後発医薬品）に分けられます。

新薬は長い開発期間と多額の費用を開発されるので、新薬の製薬会社は特許出願により独占的に製造・販売することができます。

特許期限が過ぎると、他の製薬会社から同じ有効成分のお薬が製造・販売できるようになります。

それがジェネリック医薬品です。

新薬と同じ有効成分を使っており、有効性、安全性が同等なお薬です。

定められた厳しい試験※に合格し、厚生労働大臣の承認を受けて製造・販売しています。

製品によっては、服用しやすいように大きさや味・香りなどを改良したジェネリック医薬品もあります。

新薬に比べ開発費が少ないために新薬より低価格なお薬です。

※規格試験・溶出試験・生物学的同等性試験・安定性試験を実施することで、有効成分を規定量含有し、新薬と同じように服用後に薬が溶けて吸収される事を確認し、長期間保存して安定であることを確認しています。

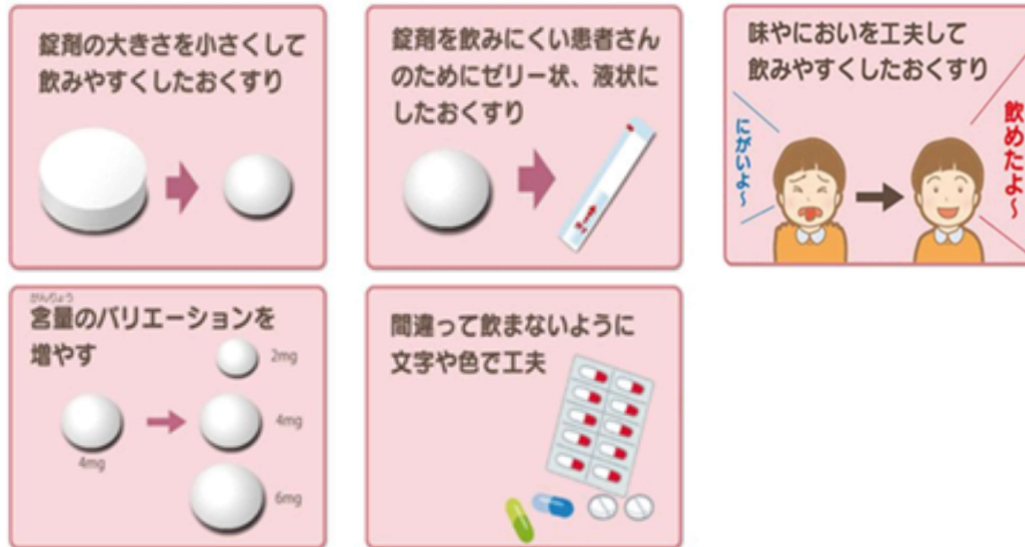
新薬とジェネリック医薬品で異なる点は添加剤です。

医薬品は有効成分に添加剤を加えて成型しています。

そのため新薬と味・匂い・形などの違いが

ありますが、有効成分は同じであり効果に差はありません。

お薬を飲みやすくする工夫がされているジェネリック医薬品もあります。



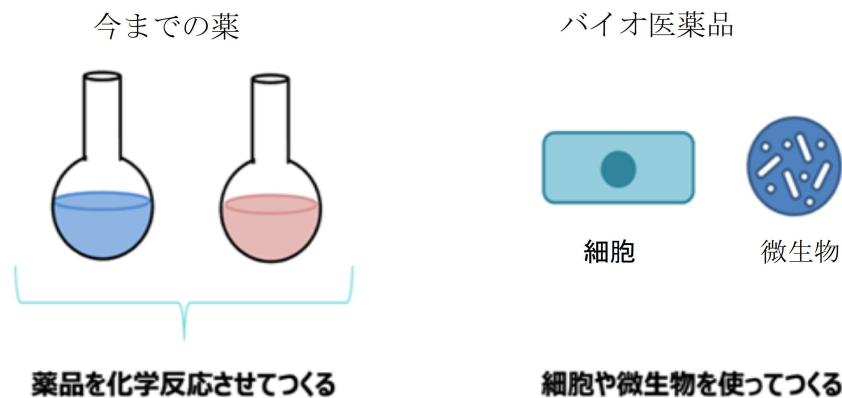
《バイオシミラー(バイオ後続品)とは》

簡単に説明するとバイオ医薬品のジェネリック医薬品です。

バイオ医薬品とは遺伝子組換え技術などにより細胞、酵母、細菌などから産生されるタンパク質由来の医薬品のことです。

従来の薬は薬品を化学反応させて合成しますが、バイオ医薬品は細胞や微生物を使って作る点が大きく異なります。

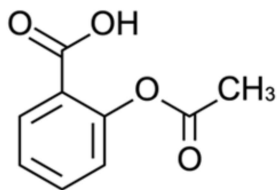
抗体製剤の分子標的治療薬（抗がん剤など）やインスリン製剤など、多くの医薬品が該当します。



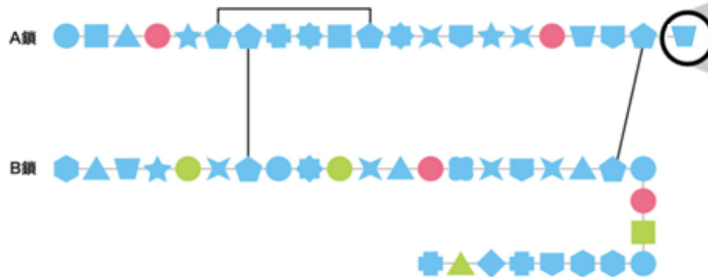
従来の薬は分子サイズが小さく、化学合成によって新薬と完全な同一品を製造することが可能です。

一方、バイオ医薬品は、分子サイズが大きく構造が複雑なため製造工程の違いの影響を受けやすく、先行バイオ医薬品（新薬）と完全な同一品を製造することは困難です。

今までの薬(アスピリンの構造)



バイオ医薬品のイメージ



アミノ酸がたくさん繋がっている

バイオシミラーは、先行バイオ医薬品との同等性/同質性を証明するために、新薬に準ずる様々な試験が必要になります。

「同等/同質」とは、品質が類似していて、安全性・有効性に影響するような違いはないことです。

ジェネリック医薬品とは異なり、効果や副作用について臨床試験を行うことが求められます。当院ではインスリン製剤のバイオシミラーを採用しております。



《最後に》

「【般】〇〇〇錠」と記載された処方箋を受けっ
てはいいのでしょうか。
これは一般名処方と呼ばれる処方です。

一般名とは有効成分ことであり、有効成分をそのまま薬名として処方することです。

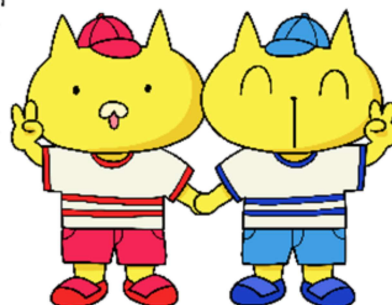
患者様ご自身でジェネリック医薬品に選ぶことができます。

当院でも一般名処方を出していますので保険薬局でジェネリック医薬品についてご相談ください。

昨今の医薬品供給不安定でご迷惑をかけておりますが、ジェネリック医薬品、バイオシミラーについて説明させていただき、治療の妨げにならないよう努めて参りますのでご協力をお願い致します。



ホク、後発



ホク、先発

<参考資料>

日本ジェネリック製薬協会HPよりジェネリック医薬品について
くすりの適正使用協議会より「ハイオ医薬品ってとげなもの?」

★厚労省より、処方箋使用期間について

厚労省より2023年3月24日、処方箋の使用期間が原則4日以内であると知られていないケースがあるため、医療機関や薬局から患者に改めて周知するよう協力依頼がありましたので周知致します。

厚生労働省ホームページでの周知（掲載先：https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_32041.html）

保険医療機関(病院や診療所)で交付される処方箋の使用期間は、交付の日を含めて4日以内です。これには、休日や祝日が含まれますので、処方箋の使用期間が過ぎないようにご注意ください。

なお、長期の旅行等特殊の事情があり、医師や歯科医師が、処方箋に別途使用期間を記載した場合には、その日まで有効となります。

処 方 箋									
(この処方箋は、どの保険薬局でも有効です。)									
公費負担者番号				保険者番号					
公費負担医療の受給者番号				被保険者証・被保険者手帳の記号・番号 (扶番)					
患 者	氏 名			保険医療機関の所在地及び名称					
	生年月日		男・女	電 話 番 号					
	区 分		被保険者	被扶養者	保 険 医 氏 名				
交付年月日		令和 年 月 日		処方箋の使用期間		令和 年 月 日		<small>特に記載のある場合を除き、交付の日を含めて4日以内に保険薬局に提出すること。</small>	

愛和寫真倶楽部



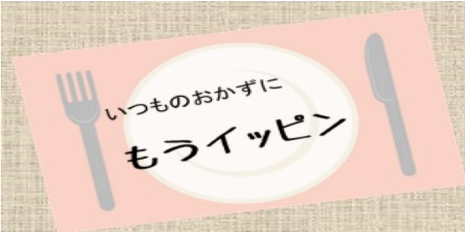
「飛鳥山公園」

王子の飛鳥山公園に行ってきました。まだ桜は満開ではなく少し曇っていましたが、それでも多くの人で賑わっていました。

私は元々この近辺に住んでいたこともあり、とても思い出のある地域です。

この日は、飛鳥山公園の他にも昔住んでいた家の大家さんに会いに行ったり、よく行ったたい焼き屋さんやスーパー等に立ち寄り、とても有意義な時間を過ごせました。

住んでいた時に歩いた道を数年後に歩くと、懐かしさと新たな発見が垣間見え、改めて年を重ねたんだなと思いました。



春の行楽シーズンに♪

皆でいただくお弁当！



春の行楽弁当

旬の食材を使って塩分 3g 以下に抑えた、タンパク質たっぷりのお弁当です。

簡単混ぜ寿司

【作り方】

- 1 レンコン、人参は皮を剥き、いちょう切りにして、レンコンは水に放つ。
- 2 水気を切ったレンコン、人参を鍋に入れ、ヒタヒタに水を加え沸騰してから3分ほど茹でる。
ざるにあけて水気をきり広げて冷ます。
- 3 ボウルに酢、砂糖、塩を混ぜ合わせ、その中に茹でたレンコン、人参を入れて混ぜ、さらに炊きあがったご飯、鮭フレークを入れざっくり混ぜる。
- 4 食べやすい大きさに握り、大葉をくるんでいただく。

防腐・殺菌作用のあるお酢と大葉で食中毒対策を。

【材料】2人分

ごはん	360g
レンコン	40g
人参	40g
鮭フレーク	20g
酒	小さじ3
砂糖	小さじ1
塩	ひとつまみ

【栄養成分】1人分

エネルギー	350kcal
たんぱく質	7.1g
カリウム	229mg
リン	112mg
水分	148.9g
塩分相当量	0.3g

桜えび卵焼き

【作り方】

- 1 ボウルに卵を割り入れ、酒、水を入れよく混ぜる。
- 2 桜エビ、刻んだ三つ葉を入れ更によく混ぜる。
- 3 フライパンに油を入れ、卵液を数回に分けて入れ焼いていく。

食塩は入れず桜エビと三つ葉の香りで頂きます。
また、卵液を濾すときれいに仕上がります。

【材料】2人分

卵	2個
桜えび	3g
糸三つ葉	5g
酒	小さじ1
水	10g
油	小さじ1

【栄養成分】1人分

エネルギー	97kcal	リン	122mg
たんぱく質	8.0g	カリウム	116mg
水分	50.9g	塩分相当量	0.3g

ぶり照り焼き

【作り方】

- 1 ぶりの切り身を半分に切っておく。
- 2 ぶりは、しょう油、砂糖、みりん、酒、おろし生姜で30分程漬けておく。
- 3 アルミホイルに漬け込んだぶりを置き、トースターで5分程焼く。
時々たれを塗りながら中まで火を通す。

ぶりは前日から調味だれに漬けておくと味がしっかりつきます。

【材料】2人分

ぶり切り身	60g 2切れ
しょう油	小さじ2
砂糖	小さじ1と1/2
みりん	小さじ1
酒	小さじ1
おろし生姜	大さじ1

【栄養成分】1人分

エネルギー	157kcal	リン	84mg
たんぱく質	13.1g	カリウム	247mg
水分	43.9g	塩分相当量	0.9g

新じゃがと鶏手羽元の煮物

【作り方】

- 1 鶏手羽は分量外の酒、おろし生姜で漬けておく。
- 2 じゃがいもは皮をよく洗い半分に切って、茹でておく。
- 3 鍋に油を熱し、鶏肉を入れ表面がきつね色になったら、水気を切ったじゃがいもを入れてさらに炒める。
- 4 じゃがいもがかぶるくらいの水を入れ、砂糖、酒を入れ肉に火が通るまで煮る。
水気が少なくなったところでしょう油を入れ、照りが出たら出来上がり。

【材料】2人分

鶏手羽元	60g 2切れ
新じゃが	100g 小2個
生姜	10g
しょう油	小さじ2
砂糖	小さじ1と1/2
酒	小さじ1
油	3g

【栄養成分】1人分

エネルギー	183kcal	リン	84mg
たんぱく質	12.2g	カリウム	356mg
水分	85.7g	塩分相当量	0.7g

新じゃが芋は皮つきがおいしく、プチとした触感とねっとりした味わいが特徴です。
また、骨付き肉で旨みがアップです。

当院を彩る花々

生命が活発になるこの季節！
当院の正面玄関を彩る花々
をご紹介します！



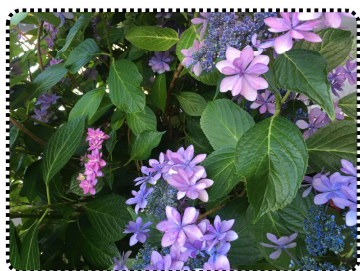
ハナモモ

南千住病院の正面玄関横には、毎年春先になるとハナモモの木が花を咲かせ、春を知らせてくれます。

このハナモモは以前当院に送迎バスの運転手として勤めていた方が植えてくださった木です。

20年以上前から植え始め、年を追うごとに大きくなっていきました。

今の様に綺麗な花を咲かせるようになり、病院の前を通る人達の目を釘付けにするほど鮮やかに咲いてくれます。



アジサイ（去年の5月末頃）

アジサイ

桃の木の下にアジサイが植えてあります。

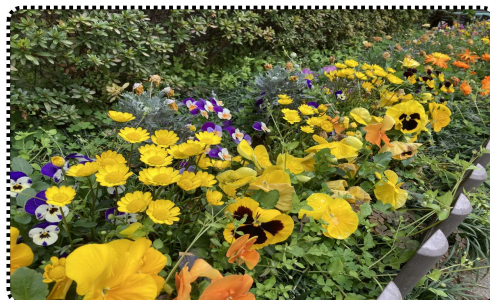
アジサイは両側にあり、大きなガクアジサイが見事に咲きます。

その下には健気に苔が植えられていて、夏にはいっぱい水をかけて枯れないようにしています。

花壇の花

花壇の花は、業者さんに頼んで植え替えをしてもらい通る人達にも、四季折々の花を楽しんでもらっています。

「いつもきれいな花が植えられてますね。通るたびに楽しみです」と声をかけられることがあります。



その他の季節に咲く花々

看板横には金木犀、その後ろには院長婦人が植えられた紅葉が秋に色づき秋らしいキレイな彩を添えます。その話はまた秋にでも。

アタマのストレッチ

簡単なクイズにチャレンジして、固まったアタマのストレッチをしましょう！



<参考>

脳トレ.com

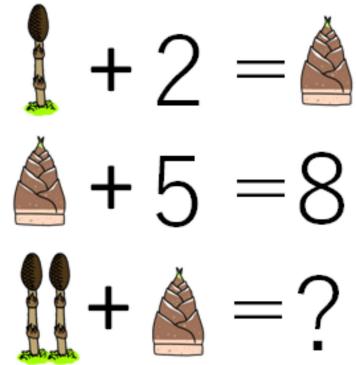
<https://nou-tore.com/>

○のほ○

第1問「クロスワード」
○には同じ文字が入る。
その文字とは？

母

第2問「漢字1文字」
バラバラに分けられた
1つの漢字は何？



第3問「イラスト計算」
上記の条件の時、「？」に
入る答えを求めよ。

帰ってきたシラベニスト「コトバ」の世界

春といえば桜、日本の花といえばキクやサクラが思い浮かびます。

桜の花言葉は「精神美」「優美な女性」です。

桜にはいろいろな種類がありますが、それぞれの花言葉が違うことはご存知ですか？

ソメイヨシノ

「純潔」「高貴」「優れた美人」

江戸時代末期から明治初期にかけて染井村で確立された品種で、現在のほとんどがソメイヨシノにあたります。

八重桜

「豊かな教養」「おしとやか」
ソメイヨシノなどと比べ開花時期が少し遅いのが特徴です。
花びらが重なって咲き、八重咲になる桜の総称です。

桜の花言葉



枝垂桜 「ごまかし」「円熟の美人」

「ごまかし」は枝の陰に何かを隠してそんな幻想的な雰囲気から、「円熟の美人」は年を重ねて頭を垂れる女性の姿に通じることから。

山桜 「あなたに微笑む」「美麗」

山地に自生する野生の桜をまとめて山桜と呼び、桜の中では高木で大きいものだと30m程の桜もあります。

諸外国の桜の花言葉

フランス 「私を忘れないで」

花が散っていく様子を恋人たちが別れる切なさに例えた。

アメリカ 「優れた教育麗」

初代大統領ワシントンの桜の樹の逸話に由来します。

まだまだありましたが今回はこの辺で！



オンライン面会を開始

新型コロナウイルス感染症対策として、安全な医療の提供のために、当院では入院患者様への面会制限を継続させていただいております。

しかしながら、ご家族の方に少しでも安心していただけますよう、この度オンライン面会サービスを開始いたしました。

内容を抜粋いたします。

- ↓ ※詳しくはHPの
- ↓ 「LINEを使ったオンライン面会について」
- ↓ をご覧ください。
- ↓

《LINEによるオンライン面会》

当院ではLINEでのオンライン面会を行っております。

まず、「南千住病院のアカウント」を友達登録していただきますと、「南千住病院のアカウント」からご希望の面会日時を記載したメッセージを送信してください。と自動送信されます。

その後、当院にお電話いただき本人確認を取らせていただきます。

こちらで担当医師に確認を取りまして、一週間以内に本予約通知をLINEにて行うという流れになります。

《注意事項》

- ・入院してから31日以上経過の方のみ
- ・申請者はキーパーソンの方に限ります。
- ※面会希望者がキーパーソン以外の方の場合、キーパーソンの方の了承を経てくださいようお願い致します
- ・面会時間15分
- ・面会回数月に1回
- ・予約は1週間前まで1ヶ月先の日程まで可能
- ・平日 15:30～15:45、16:00～16:15の枠

また、変わり次第随時ご報告いたします。

編集後記

今号は表紙に桜。特集には正面玄関のハナモモ達など日本の春を彩るラインナップでお送りしましたが、編集後記も桜で締めましょう。

こちらは、根津のどこかの路地の写真です。

最寄りの駅に向かおうと、ふと入った路地に綺麗な桜が一本咲いていました。

道を通る人達も足を止め写真を撮っていました。

日本にはいたるところに春を告げる景色が広がっています。

たまには、いつもと違う通りを電車や車ではなく歩いて帰るのもいいかもしれませんね。



どっしりと桜が立っていました。
細い路地だったので余計に目立っております。

あいわ vol.70 春号

発行日 2023/4/21

発行 医療法人社団 愛和会 南千住病院

日本医療機能評価機構認定病院

〒116-0003 東京都荒川区南千住5-10-1

電話 03 (3806) 2232

ホームページを開設しています

URL : <http://www.aiwakai.or.jp/>

