



発行 自治医科大学さいたま医療センター
医事課
住所 〒330-8503
さいたま市大宮区天沼町1-847
電話 048-647-2111
FAX 048-648-5180
URL <http://www.jichi.ac.jp>

センターだより第13号案内

- 栄養相談室より・清涼飲料水について
- 入院時の窓口支払いの自己負担限度額について
- センターからのお願ひ
- ご理解願ひます
- 大宮医療センターの名称が変わりました
- 公開講座のお知らせ

栄養相談室より

◆ 清涼飲料水について

汗をかくことの多くなる時期、十分な水分補給が必要です。一方、のどが渇いた時、様々な清涼飲料水が発売されており、気になるところです。清涼飲料水のエネルギー量（カロリー）についてお話します。

清涼飲料水の甘さの原料は糖類で、ブドウ糖果糖液糖（ブドウ糖が果糖より多い）、果糖ブドウ糖液糖（果糖がブドウ糖より多い）、砂糖、果糖などがあります。商品の栄養成分表示では、糖類の量は炭水化物として表示されています。また、エネルギー量には炭水化物以外の栄養素のエネルギー量も含まれています。



<主な飲料とエネルギー量（100ml 当たり）> * 平均的な値を示しました。

飲料の種類	エネルギー (kcal)	炭水化物 (g)	糖類の種類
果汁入り飲料 果汁20%	46	12	果糖ぶどう糖液糖
炭酸飲料	44	11	果糖ぶどう糖液糖、砂糖
紅茶飲料	33	7	果糖ぶどう糖液糖、砂糖、果糖
コーヒー飲料	42	8	砂糖
スポーツ飲料	27	7	砂糖、ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖

（月刊糖尿病ライフさかえ2005年7月号より）

最近「カロリーゼロ」「カロリーオフ」と表示された飲料もでてます。健康増進法では栄養表示基準が定められており、「カロリーゼロ」は100ml当り5kcal未満、「カロリーオフ」は100ml当たり20kcal以下とされています。「ゼロ」、「オフ」の表示があっても全くエネルギー量（カロリー）がないわけではありません。また、表示は100ml当たりです。500mlのペットボトルでは表示の5倍量であることを理解しましょう。

入院時の窓口支払いの自己負担限度額について

平成19年4月から医療制度の一部が改正されました。

今までは、70歳未満の方が入院した場合、入院費の窓口自己負担分（3割または2割）を一度医療機関にお支払いいただき、後からの申請により自己負担限度額を超えた分が還付される制度でした。

新制度を利用される場合は、入院の前に各保険者（国保は各市町村、社保は各事業所）に手続きし「限度額適用認定証」を発行してもらい、入院時に入退院受付にご提示いただければ窓口でのお支払いが限度額までとなります。

なお、70歳以上の方は平成14年から既に実施されておりました。

入院が決まったら各保険者にお問い合わせください。

センターからのお願い

◆ 受診には健康保険証のご提示を!!

毎月初めの受診の際は、必ず健康保険証のご提示をお願いいたします。

ご提示がなく健康保険証の確認ができない場合は保険請求ができなくなることがあり、原則として、当該日の診療費は自費診療扱いとさせていただきます。

◆ 住所・電話番号が変わられた場合はお申し出を!!

当センターから患者さんへのご連絡等が必要な場合があります。住所や電話番号が変わられた場合は、必ず初診受付までお申し出ください。

◆ お薬手帳の携帯を!!

当センターでは平成18年10月1日から薬を院外処方に切り替えております。患者さんが利用される保険薬局では、薬を渡すときに「お薬手帳」を発行し、処方された薬の情報を患者さんご自身も把握できるよう推奨しております。

また、医療機関では、診療上その患者さんがどのような薬を飲んでいるかということは貴重な情報となってきます。

受診の際は「お薬手帳」を携帯されますようお願いいたします。

ご理解願います**◆ 駐車場のご利用について**

南館建設工事のため構内南側道路を閉鎖しております。そのため、立体駐車場（約220台）だけでの運用であるため、毎日、駐車場が満車状態で構内及び公道まで渋滞している状況にあります。来院される患者の皆様には、大変ご不便とご迷惑をお掛けしております。

可能な限り、送迎やバス・タクシー等の公共交通機関などをご利用くださるよう切にお願い申し上げます。

少しでもより多くの方が駐車できるように職員と警備員を配置し、車両誘導をしておりますが、渋滞解消には程遠い状況にあります。こういった事情をご理解いただき、下記期間中ご協力くださるよう重ね重ねお願い申し上げます。

平成19年5月14日（月）～平成20年1月上旬までの間

なお、当センターは通称「見沼たんぼ」といわれる自然環境保護地域に位置しており、施設等の整備には多くの制限を受けていることから、新たに駐車場を増設することは極めて困難な状況にありますことを申し添えます。

◆ 予約変更電話の混雑について

当センターでは、予約の日時を変更したい方は、下記の専用電話で受付しておりますが、時間帯により大変混雑し電話がつながりにくい場合があります。

患者様には大変ご迷惑をおかけしておりますが、電話回線に限りがありますのでご理解願います。

予約変更電話受付時間 14:00～16:00
電話番号 048-647-4898

◆ 院内での携帯電話の使用は禁止としています

当センターに受診の患者さんは循環器疾患の患者さんが多数いらっしゃいます。

循環器疾患の患者さん方は、高度の電子医療機器を必要とし、生命維持用の医用電子機器を装着し病棟や通路を移動している患者さんも多くおられます。

このため、少しでもリスクのあるもの（一般携帯電話の医療機器への障害発生率は37%と言われています。）については、患者さんの生命の安全を第一と考え、安全性に確信が持てない限り排除（使用禁止）することとしております。

一方、センター内で医療関係者が使用している携帯電話（PHS）は、医療現場の緊急用として、送信電力は一般携帯電話（500mW）の約1/50（10mW）以下であり、一般家庭電話の無線子機や電子レンジよりも低出力のものです。このように院内での使用にあたっては十分な注意を払っております。

なお、センター内には、ご不便を来さないよう公衆電話を数多く設置しておりますので、院内では公衆電話をご利用願います。

大宮医療センターの名称が変わりました

平成19年7月から当センターの名称が「自治医科大学附属さいたま医療センター」となりました。

合併によりさいたま市が誕生したこと、平成20年度に南館200床が開設されることに伴い名称を変更することになりましたが、名前は変わっても、患者中心の医療、地域連携などを更に推し進め、地域に根ざした医療を追求するため、引き続きセンター教職員一同頑張つてまいります。

自治医科大学附属さいたま医療センター公開講座のお知らせ

メインテーマ「脳の健康」

日 時／8月25日（土）13：30～15：50
会 場／大宮ソニックシティ市民ホール第1, 2集会室（さいたま市大宮区桜木町1-7-5）
内 容／「認知症の予防について」

さいたま医療センター・神経内科 植木 彰 教授

「脳血管障害の治療と予防について」

さいたま医療センター・脳神経外科 篠田 宗次 教授

定員・対象／180人（どなたでも受講できます。）

受 講 料／1000円

申 込 み／往復はがきによる事前申込みが必要です。

往復はがきの往信裏に、①「8/25の公開講座を希望」②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号を、返信表に郵便番号・住所・氏名を記入し、8月10日（金）（必着）までに、〒330-8503さいたま市大宮区天沼町1-847自治医科大学附属さいたま医療センター総務課総務企画係へお申し込みください。

（応募多数の場合は抽選。結果は返信はがきで全員に通知します。）

問 合 せ／自治医科大学附属さいたま医療センター総務課総務企画係

TEL 048-647-2111（内 2339）

FAX 048-648-5166

さいたま市教育委員会生涯学習振興課 TEL 048-829-1704

FAX 048-829-1990

