



[公認イメージキャラクター：医師びんず]



vol.16

広報誌 SUN (サン) は、～地域の皆様に愛され 信頼され 満足される 質の高い情報の提供～ を目指します。

ご自由にお持ちください
.....
Take Free

[なるほど健康塾 – SUN 版 –] 視能訓練士って？

皆さんは視能訓練士をご存知でしょうか？

視力を測る、視野検査を行うなど、眼科に関する様々な検査をしている医療スタッフです。石巻市立病院にも視能訓練士が1名所属しています。視能訓練士は普段、どんな仕事をしているのかを詳しくお伝えします。



～視能訓練士の主なお仕事～

○眼科一般検査

目から分かる**みる機能**と**身体の病気**を専用の機器を使って検査をします。

- ・視力を測る視力検査
- ・目の固さ（かたさ）を調べる眼圧検査
- ・見える範囲を測る視野検査
- ・目の病気にに関する検査 
- ・メガネ、コンタクトレンズの処方に関する検査 

○訓練

子どもの目の病気や斜視、弱視などに対して、訓練を行います。自宅でもケアが出来るように、楽しくご家族と一緒に訓練が出来るよう指導も行います。



○リハビリ指導（ロービジョンケア）

様々な原因で視力が低下した方々が、生活しやすいように指導やサポートをします。



○検診

子どもからお年寄りまで、様々な検診を担当し、病気や疾患の早期発見・早期治療に役立ちます。

眼科のよくある質問

Q. 気球を見る検査は何を測っているの？

A. 目の屈折（遠視・近視・乱視）の程度を測定しています。それを目安に視力検査を行います。その他にも目のカーブ（曲率）なども測定し、コンタクトレンズを処方します。

※当院ではコンタクトレンズの処方はありません。

Q. 目に風がかかる検査は何を測っているの？

A. 眼圧（目のかたさ）を測定しています。眼圧が高い（眼球がかたい）と視神経（目の神経）が障害されやすくなり、視野（見える範囲）が欠ける「緑内障」になるリスクが高くなるため、その鑑別などでも測定する大事な検査です。40歳以上の約20人に1人の割合と考えられています。正常値は10～21mmHgとされています。

Q. 老眼ってどういうものなの？

A. 加齢に伴い、水晶体（レンズ）の見たいものにピントを合わせる機能が減退し、目の疲れが起こり、最終的に近くを見るのが困難となることです。初期老眼期は40歳を過ぎたあたりからと言われています。老眼の初期症状は、夕刻から眼の疲労、頭痛などが始まります。また、薄暗い環境ではよく見えないという症状もあります。治療としては、基本的には老眼鏡で近くを見やすくする方法が主流です。





マイナンバーカードで保険情報確認ができます！

石巻市立病院では、令和3年10月より厚生労働省が勧めている「マイナンバーカードを活用した健康保険証のオンライン資格確認」を導入しました。

利用するためには登録申込みが必要となりますが、《マイナポータル》や《オンライン資格確認を導入している医療機関や薬局》でも簡単に申込みができます。

健康保険証の確認方法は、《顔認証付カードリーダー》で自分の顔を認証し、画面に表示されるメッセージのとおり簡単な操作をするだけです。

また、保険証の確認だけでなく「**限度額認定証**」の確認もできるため、市役所等に行って手続きをすることなく限度額が適用されます。その他、調剤薬局等で受け取った薬の情報や特定健診の情報なども閲覧・共有することが可能となります。（任意登録）

本人確認や行政手続きのイメージが強いマイナンバーカードですが、病院や調剤薬局でも利用してみてください。

総合受付と外来窓口Aに設置してありますのでご利用ください。

使用方法がわからない時は、お気軽にお声がけください。



↑顔認証付カードリーダー



外来の診療体制

が変わります！



○耳鼻咽喉科

令和4年4月より、午後のみの診療となります。

○眼科

令和4年5月より、毎週水曜日の診療を開始します。



外来からお願い

(1) マスクの着用について

来院の際は、使い捨ての不織布マスク（布・ナイロン製でないもの）の着用をお願いします。



(2) 発熱等の症状で受診する場合は・・・

直接来院せず、まずはお電話でお問い合わせください。

また、時間調整が必要なため、必ず事前に連絡をお願いします。



連絡先：石巻市立病院

TEL 0225-25-5555（代表）



市立病院の給食を紹介します！～いい和食の日、クリスマス、節分～

11月

今回は和食の日、
クリスマス、節分の
メニューをご紹介します。



～11月24日 いい和食の日～
お赤飯
天ぷら（きす、えび、舞茸）
やま芋のすりながし
青菜の塩麴～焼き蓮根添え～
茶巾しぼり
果物盛り合わせ（ぶどう、りんご）
牛乳

12月



～12月24日 クリスマス～
ターメリックライス
ローストチキン（トマト&バジルソース）
ブロッコリーとえびのグラタン
カラフルサラダ クリスマスケーキ
牛乳



2月



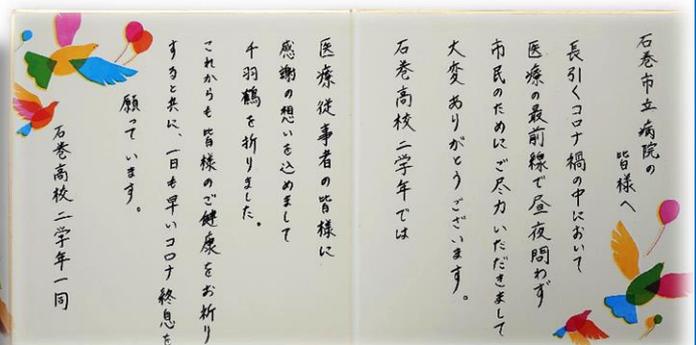
～2月3日 節分～
恵方巻き
メバルのけんちん焼き
椀もの～いわしつみれ～
甘納豆
三色果物盛り合わせ
（オレンジ、苺、キウイ）
牛乳



応援ありがとうございます！

令和4年3月8日、石巻高校2年生のみなさんより、千羽鶴と応援メッセージをいただきました。
この千羽鶴は、新型コロナウイルス感染症に昼夜問わず対応する医療従事者へ感謝の気持ちを込めて作成されたものです。また、みなさんからの応援メッセージは、職員一同、大変励みになっています。
本当にありがとうございました。

☆いただいた千羽鶴とメッセージは、職員やご来院される方にもご覧いただけるよう、院内2階（中央エレベーター付近）で展示しています。



一般外来受診のご案内

受付時間	内科・外科・整形外科		眼科・皮膚科		耳鼻咽喉科		
	初診：午前8時～午前11時		午前8時～午前11時		午後：午後0時30分～午後3時 ※1		
	再診：午前8時～午前11時30分						
休診日	土・日・祝日・年末年始(12月29日から翌年1月3日まで)						
診療日	診療科	受付	月	火	水	木	金
	内科	午前	○	○	○	○	○
	外科	午前	○	○	○	○	○
	整形外科	午前	○	—	—	○	○
	眼科	午前	—	○	○ ※2	○	○
	皮膚科	午前	—	—	—	○	—
	耳鼻咽喉科 ※1	午後	○	○	—	○	○

○整形外科は、紹介状と事前の予約が必要です。

○他の医療機関で皮膚疾患治療中の方が皮膚科を受診する際は、紹介状と事前の予約が必要となります。

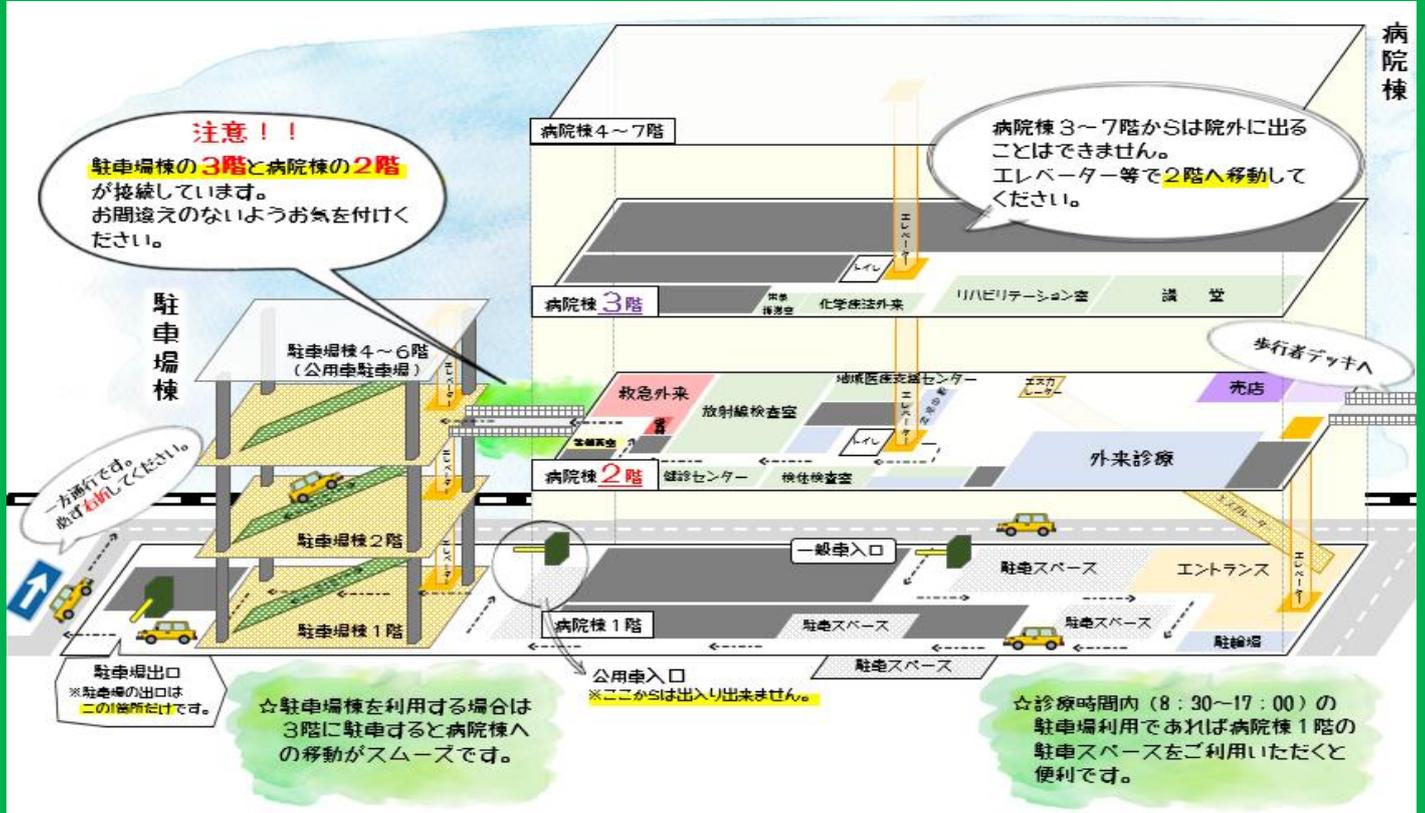
○皮膚科・耳鼻咽喉科は、入院治療や手術等が必要な場合は、他医療機関への紹介を行います。

○小児担当医が不在のため、原則15歳以上の方を診療対象とします。

※1 令和4年4月より、耳鼻咽喉科は午後からの診療となります。

※2 令和4年5月より、眼科は水曜日の診療を開始します。

石巻市立病院 施設案内



石巻市立病院

〒986-0825

宮城県石巻市穀町15番1号

TEL 0225-25-5555

FAX 0225-25-5673



【石巻市立病院ホームページ・SNS QRコード】



【ホームページ】



【フェイスブック】



【ツイッター】

