

県民の安心の
拠り所となる
病院であること

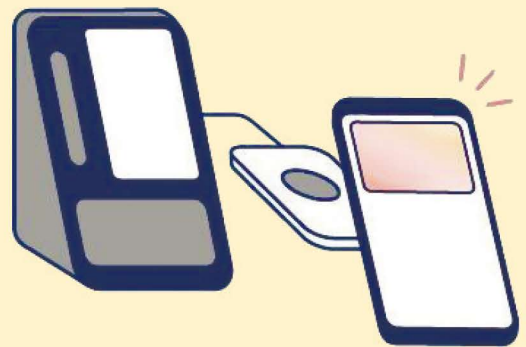
K o h a r u b i y o r i
VOL. 70

こはるびより

愛媛県立中央病院広報誌「小春日和」



スマホで使える 「マイナ保険証」



- Index**
- P1-3 スマホで使える「マイナ保険証」
 - P4 診療科紹介「産婦人科」
 - P5 ドクターズカルテ、研修医紹介
 - P6 「人生100年時代」を生き抜くために
嚥下障害の予防とケアで健康長寿を
 - P7 「愛媛の医偉人」コーナーのご紹介
医療安全管理部だより No.61
転入・転出医師(2025.12.1～2026.3.15)
 - P8 連携医療機関紹介～第41回～

ご自由にお持ち帰り下さい

【発行】愛媛県立中央病院 松山市春日町83番地
TEL:089-947-1111 2026年3月15日発行



愛媛県立中央病院

マイナ保険証利用について

スマホでマイナ保険証を使うための事前準備

準備するもの

- 実物のマイナンバーカード
- 最新のマイナポータルアプリ
- 券面入力用暗証番号(数字4桁)※iPhoneのみ
- 署名用パスワード(英数字6~16文字)
※マイナンバーカードを作成した際に登録したパスワードです



実物の
マイナンバーカード



最新の
マイナポータル
アプリ

1 2 3 4

マイナンバーカード券面入力用
暗証番号(数字4桁)

1234 ABCD

マイナンバーカードの
署名用パスワード(英数字6~16文字)

ステップ
1

健康保険証の利用登録

※すでにマイナ保険証を利用されている場合は不要です。

マイナポータルにログインして、マイナンバーカードの健康保険証利用登録を行ってください。

ステップ
2

スマートフォンにマイナンバーカードを追加

マイナポータルアプリの以下画面の赤枠部分から、追加することが可能です。

Android



※Android11以上の
バージョンが必要



詳しくはこちら

iPhone



※iOS18.5以上の
バージョンが必要



詳しくはこちら

※申請や追加を開始する青いボタンが表示されている場合は、スマートフォンのマイナンバーカードの対応機種です。
対応機種にもかかわらず、ボタンが表示されていない場合は、マイナポータルアプリやスマートフォンのOSをアップデートしてください。

署名用パスワードがわからない場合

署名用パスワード(英数字6~16文字)は、以下の方法で再設定が可能です。

- スマートフォンアプリと
コンビニの複合機を
利用して再設定
- 「JPKI暗証番号リセットアプリ」をダウンロード
- アプリから署名用パスワードの初期化の予約
- コンビニの複合機から初期化・再設定

※利用者証明用パスワード(数字4桁)が必要です。

※署名用パスワードは、マイナンバーカードを作成した際に登録したパスワードです。



詳しくはこちら

- 住民票のある市町村の窓口で再設定

診療科紹介 産婦人科



▲産婦人科集合写真

産婦人科は女性特有の病気全般を扱っています。
分娩だけでなく、思春期・性成熟期・更年期・老年期と
一生を通して女性に寄り添う診療科です。



◎産科

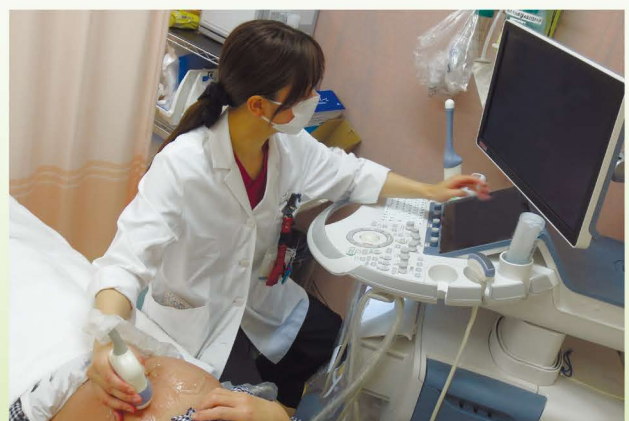
産科領域では愛媛県唯一の総合周産期母子医療センターとして切迫流早産、妊娠高血圧症候群、前置胎盤、合併症妊娠などのハイリスク妊娠分娩の対応を行い、また高度救命救急センターを有する3次救急病院として愛媛県の周産期医療を担っています。近年、分娩数は減少しておりますが、ハイリスク妊娠の増加に伴い母体搬送数は増加しています。分娩時には必要に応じ新生児科医の立ち合いが得られるため、出生直後より新生児の専門的ケアが可能です。

また、当院は2008年より「赤ちゃんにやさしい病院」Baby Friendly Hospital (BFH) として認定を受けています。BFHとは、WHO (世界保健機関)、UNICEF (国連児童基金) が提唱している「母乳育児を成功させるための10カ条」を長期にわたって遵守し、実践する産科施設のことです。

◎婦人科

婦人科領域では子宮筋腫、卵巣腫瘍、子宮脱および悪性腫瘍を中心に多くの手術を行っております。総合病院であることを活かし必要に応じて、消化器外科、泌尿器科と連携し手術することもあります。

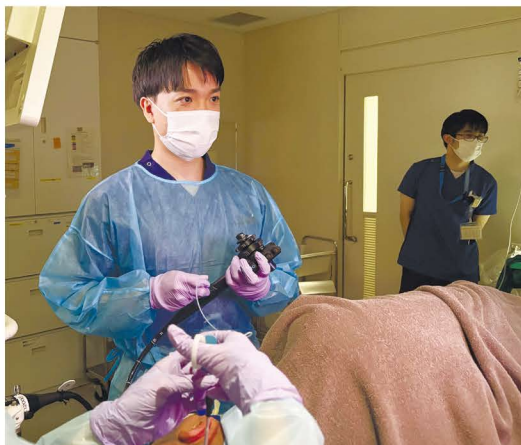
また、低侵襲手術である腹腔鏡下手術を積極的に取り入れており年間200件程度の手術実績があります。卵巣腫瘍茎捻転や異所性妊娠などの、婦人科救急疾患にも幅広く対応しています。



消化器内科の碓井亨と申します。愛媛大学を2020年に卒業し、当院で初期研修を行いました。内科後期研修を広島、岡山で行い、2025年度より再度当院で勤務させて頂いております。

現在は消化管を中心とした消化器内科全般を診療しています。特に、ESD(内視鏡的粘膜下層剥離術)などの内視鏡治療に関わっていきたいと思っています。

私生活では旅行、ゴルフ・野球観戦を楽しむなど、充実した時間を過ごしております。今後も愛媛県民の皆様に寄り添った医療ができるよう、精進してまいります。



▲早期胃がんに対する内視鏡治療中の写真



▲夏休みには旅行でウィーンに行きました

当院の研修医を紹介します

1 年次研修医 ふじい 藤井 あいと 愛途医師

Resident

仕事以外の過ごし方を教えてください。

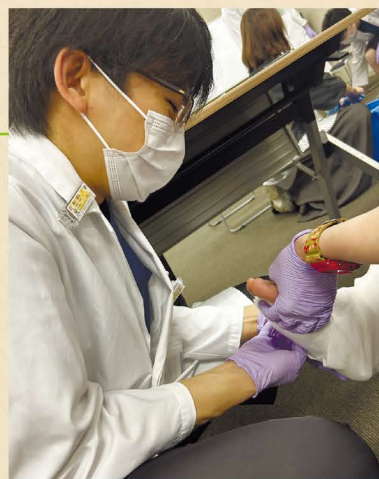
休日は基本部屋で過ごしています。最近は運動不足になっていることに危機感を覚え、ジムに行くようにしています。また、春から秋にかけてはキャンプに行くときもあります。

日頃気を付けていることは何ですか？

健康でいるために、心の平穏を保ち、疲労やストレスをためないようにしています。良質な睡眠をとる、趣味の時間を確保する、適度に体を動かすなどしてストレス対策しています。

今後の目標は何ですか？

研修医として働き始めて1年が経とうとしていますが、まだまだ未熟な点も多く、学びの絶えない職業であると実感しております。地域の医療に貢献できる医師を目指し、今後も学びを継続していきます。



ギブス研修▶



▲忘年会の様子 (右列手前から2番目)

「人生100年時代」を生き抜くために 嚥下障害の予防とケアで健康長寿を



摂食嚥下は、生命維持と栄養確保、誤嚥性肺炎の予防、全身の健康維持と回復、QOLの維持・向上、認知機能の維持など多くの役割を持っており、今後高齢社会において益々重要性が増してくる分野です。また高齢者の楽しみは「食べること」であり、口から楽しく美味しく食べて年を重ねていきたいものです。当院でも令和5年より摂食嚥下支援チームが立ち上がり、微力ながら院内で活動を行っています。



◀ 摂食嚥下支援チーム



摂食嚥下支援チームとは・・・

医師、歯科医師、言語聴覚士、薬剤師、管理栄養士、看護師から構成される多職種協働のチーム医療です。摂食・嚥下障害を有する患者さんに対し、専門的な知識を持ち寄り、なるべく安全に口から食べられるように、食事の工夫や体位の調整、栄養方法、嚥下リハビリなどを検討し、その人にあった食事環境を提供できるようにしています。何かご不明な点がございましたら病棟スタッフにお声がけください。

自宅でできる誤嚥性肺炎の予防

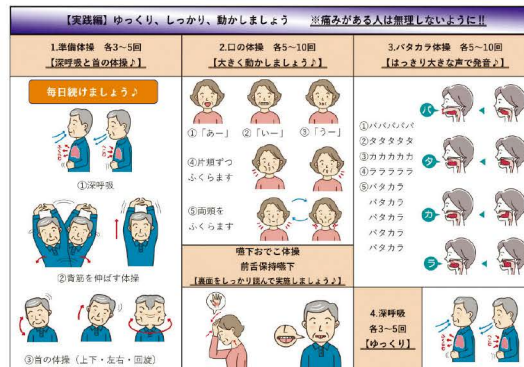
① 姿勢を整える「食べる姿勢が嚥下に影響します」

背もたれに深く腰をかけて食べ、あごを軽く引いて飲み込みましょう。食べた後はすぐに横にならないように。

② お口と喉を元気にする嚥下体操「1日5分の嚥下体操で健口を保ちましょう」

詳細は右の愛媛県言語聴覚士会 HP のパンフレット、当院で作成した動画（二次元バーコード）でご確認ください。

愛媛県言語聴覚士会HP
嚥下体操パンフレット(横)▶



愛媛県公営企業管理局
県立病院課YouTubeチャンネル
嚥下体操の実施方法
by Engelflix 【4分25秒】

③ 口の中を清潔に保つ「歯みがきは誤嚥性肺炎予防の基本です」

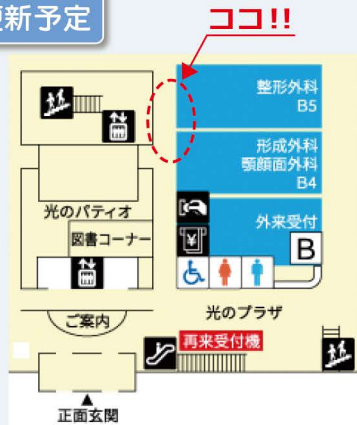
口の中の細菌が誤嚥性肺炎の原因となるため、食後・就寝前の歯磨き、入れ歯のケアは念入りに。

誤嚥肺炎の予防は、特別な訓練よりも「毎日のちょっとした工夫」の積み重ねが大切です。気になることがあれば、言語聴覚士にご相談ください。

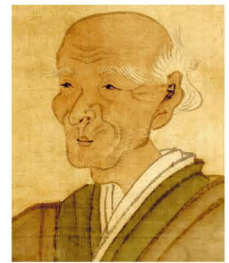
いいひと
「愛媛の医偉人」コーナーのご紹介

皆さんは、医療界で有名な愛媛に縁のある偉人をご存じですか。このコーナーでは、そんな「愛媛の医偉人」を取り上げ紹介していきます。院内の総合案内から図書コーナーに進んださらに先の壁に特設パネルを設置していますので、ぜひご覧ください。

不定期で更新予定



にのみや けいさく
二宮 敬作
(1804年～1862年)



画像提供：西予市

伊予国宇和郡磯崎浦（現・八幡浜市保内町磯崎）出身。江戸時代後期の蘭学者・医学者。日本初の女医（産科医）となったシーボルトの娘・楠本イネを養育したことで知られています。

1819年、志を立てて長崎に赴き美馬順三につき蘭語・蘭医学を学ぶ。1823年シーボルト来日後は、師順三と共に師事し、シーボルトより最も信頼されました。1826年、シーボルト江戸参府に学友高良斎と共に随行。途中富士山の高さを実測しました。1828年「シーボルト事件」に連坐、投獄されましたが、1840年、許されて卯之町に開業。診療に従事し、薬草園を造り、高野長英を庇護し、村田蔵六らと親交を結びました。敬作は気性英邁、篤実で憂国の情厚く、偏狭な攘夷論を排し、義理人情に厚く、シーボルトの妻子であるタキやイネを扶助教育し、多くの門弟を養成しました。

1862年3月12日、死去しました。その日は、シーボルトがイネやタダ、門弟たちに別れを告げ長崎を離れた日でもありました。敬作の墓は長崎の寺町の皓台寺にあり、彼を父のように敬慕してやまないイネが建てたものです。遺髪は西予市宇和町光教寺境内にも奉納されています。

No.61

医療安全管理部だより

安心、安全な検査が実施できるように ～生理検査での取り組み～

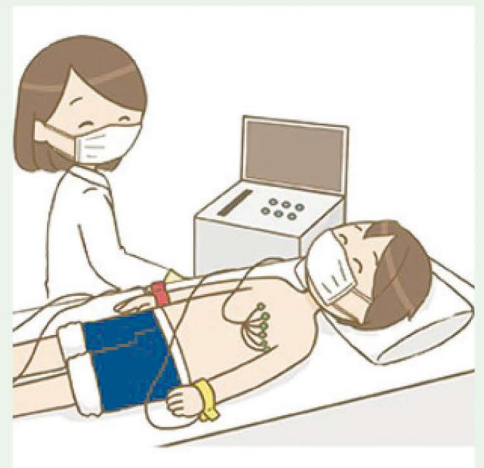
生理検査では、患者さん間違いを防ぐため検査前に患者さんのお名前（フルネーム）と生年月日をお聞きしています。

また、転落防止のため心電図検査では、柵のあるベッドの上で行っております。

検査を始める前には、どのような検査をするかをお伝えし、患者さんがなるべく不安を抱かず、安心して検査に臨めるように声掛けをしています。

検査は病気の診断や治癒効果判定などに必要です。私たち臨床検査技師は、患者さんが安心・安全に検査を受けられるよう努めております。

皆様のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。



転入・転出医師 (2025.12.1～2026.3.15)

▶ 転入

所属	氏名	専門
産婦人科	高崎 萌	産婦人科一般
産婦人科	藤田 茉由貴	産婦人科一般
小児科	田代 良	小児循環器、小児一般・保健

▶ 転出

所属	氏名
腎臓内科	菱田 佑輔
血液内科	上田 怜
血液内科	橋田 里妙
循環器内科	日野 華子
心臓血管外科	高橋 研

連携医療機関紹介 ～第41回～

八坂公園前クリニック

- 所在地 松山市三番町1丁目4番地6
- TEL 089-907-1321 ■FAX 089-907-1322
- 診療科目 内科・外科
- 外来診療時間 休診日 土曜・日曜・祝日

	月	火	水	木	金	土	日
9:45～13:30	○	○	○	○	○	×	×
15:00～19:00 (受付は19:00まで)	○	○	○	○	○	×	×

※臨時休診はHPの「お知らせ欄」にて告知

【病院の概要】 2025年10月1日に三番町に新規開院いたしました。内科～外科と幅広く診療しております。

【病院の特徴】 地域の皆様が気軽に相談できる存在を目指しております。内科では日常の体調不良から、糖尿病や高血圧などの生活習慣病の管理まで幅広く対応しています。外科では切り傷や打撲、やけどなどのケガに加え、肩こりや腰痛の注射治療や膝の痛みに対する関節注射も行っております。また受診時における皆様の負担軽減の目的で、昼休み時間の治療(12:00～13:30)や夕方診療(17:00～19:00)を行っていますのでお気軽にいらしてください。



すがクリニック 消化器内科・婦人科

- 所在地 松山市三番町4丁目2番地5
- TEL 089-931-1242
- 診療科目 婦人科・一般内科・消化器内科
- 外来診療時間 休診日 木曜・土曜午後・日曜・祝日

	月	火	水	木	金	土	日
婦人科 (予約制)	9:00～12:30	○	○	○	×	○	×
	14:30～17:30	○	×	○	×	○	×
一般内科 消化器内科	9:00～12:00	○	○	○	×	○	×
	15:00～17:30 (12:00～15:00は検査)	○	○	○	×	○	×

※臨時休診はHPの「お知らせ欄」にて告知

【病院の概要】 当院は1949年、「須賀医院」として開院して以来、地域の皆様に支えられながら70年以上診療を続けてまいりました。2023年4月より継承し、新たに「すがクリニック消化器内科・婦人科」として再出発しました。内科(主に消化器)と婦人科の2科体制で診療を行っており、県立病院から城山方面へ徒歩約5分の場所にあります。

【病院の特徴】 消化器内科では、県立病院において消化管疾患の検査や治療に長年携わってきた経験を活かし、腹痛や食欲不振、便秘異常など、年齢を問わず見られるお腹の不調に幅広く対応しています。婦人科では、思春期から更年期までの女性の体調変化に寄り添った診療を行い、一般不妊治療にも取り組んでいます。内科と婦人科が連携し、症状を総合的に捉えることで、より適切な診療につなげています。また必要に応じて県立病院などの医療機関と連携し、安心して治療を受けていただける地域医療を目指しています。



当院は、2010年10月29日に「地域医療支援病院」の承認を受けています。このコーナーでは、紹介・逆紹介によって連携している医療機関を随時ご紹介させていただきます。(紹介順序につきましては、順不同ですのでご了承ください。)

