

Information



冬の信濃町へようこそ
信濃町「癒しの森」では
コア健保向け特典がいっぱい。

森を歩くのは、夏だけだと思っていま
 せんか？冬の森だつてとっても魅力的なん
 です。一面真っ白で静かな冬の森は、日常生
 活では味わえない爽快感と開放感を与え
 くれます。

メディカルトレーナーと一緒にスノーシ
 ューで森を歩くもよし、冬の森で植物や動物
 を観察するもよし、もちろん黒姫高原や斑
 尾高原でスキーやスノボを楽しむもよし。
 雪質も抜群です。

お泊まりは信濃町「癒しの森の宿」で！
 コア健保割引がある上に健保からも補助
 金が出ます。

ご利用・申込方法

「信濃町 癒しの森の宿リスト」より、好きなペンションをお選びください。

宿泊の予約 *予約・問合せ時に、コア健保と伝えることを忘れずに！
コアけんぽ特典
 タイプA(1泊2食) 通常1人10,000円→大人 9,000円/子供 6,500円
 タイプB(1泊2食) 通常1人13,000円→大人 11,800円/子供 8,500円
 * コア健保で予約の代行も致します。

森林メディカルトレーナーと一緒に森を歩きたい場合は、こちら。

森林メディカルトレーナー料金				
お客様人数	1人	2人	3人	プライベート(1人)
トレーナー料金/1日	15,000円	25,000円	25,000円	25,000円
トレーナー料金/半日	10,000円	15,000円	15,000円	15,000円

お問い合わせ先：信濃町 農林課 癒しの森係
TEL.026-255-5925/担当 浅原さんまで

ご家族で、お友達同士で、楽しくお過ごしください。

ご利用後には
おごっこい! コア健保 被保険者・被扶養者には補助金があります。
 宿の領収証をお送りください。

例えば) 家族4人で1泊旅行の場合
 タイプA 大人(9,000円×2人)+子供(6,500円×2人) = 31,000円
 健保より 社員さん 3,000円 + ご家族(2,000円×3人) = 9,000円
 お小遣い
 実際にかかる金額 22,000円

* お気軽にコア健康保険組合 桐山までお問い合わせください。
 TEL.0265-76-4023/内線700-486
 E-mail yu-kiriyama@koanet.co.jp

「まず、知ること」に加え、
 「医師との対話を大切にする」
 これは、かしこい患者が主人公になって
 医療に参加するための心構えです。
 医師との対話に欠かせない専門用語に
 「インフォームド・コンセント」と
 「セカンド・オピニオン」があります。
 かしこい患者になるために
 さよっと覚えておきましょう!

医者にかかる 10箇条

あなたが「いのちの主人公・からだの責任者」

- 一、伝えたいことはメモして準備
- 二、対話の始まりはあいさつから
- 三、よりよい関係づくりは
あなたにも責任が
- 四、自覚症状と病歴は
あなたの伝える大切な情報
- 五、これからの見通しを聞きましょう
- 六、その後の変化も伝える努力を
- 七、大事なことはメモをとって確認
- 八、納得できないことは何度でも質問を
- 九、医療にも不確実なことや限界がある
- 十、治療方法を決めるのはあなたです

患者中心の医療を 受けるために。

K社に勤務するA氏(50歳)は、ある日病院で医師から
 胃の摘出手術を勧められ悩んでいた。
 「手術は正直怖いし不安だ・・・どうしたらいいものか。
 なにか違う治療方法はないものだろうか。」
 その時彼はふと思い出した。
 「そうだ、セカンド・オピニオンを求めてみればいいんだ。」
 気が楽になったA氏は、さっそく医師に相談してみた。



コア健保
イメージキャラクター
ひなたちゃん

インフォームド・コンセントとは

医師が患者に治療や処置について必要な情報を提供し、患者はそれを選択・同意したうえで医療を受けることをいいます。これを実現するためには、医師は患者にわかりやすく説明するための努力が必要ですし、患者側も医療を医師まかせにせず、医療に関心を持ち、医師と積極的にコミュニケーションをとりながら理解を深める必要があります。

詳しくは「ぼすびたる」ホームページでも
 ご案内しています。 www.kenporen-hios.com/

「ぼすびたる」とは、「患者中心の(医療)システム」を表す「POS」(Patient Oriented System)と、「病院」を表す「HOSPITAL」の2つの言葉を結び付けてつくった本WEBサイトの愛称です。現在、「POS」をキーワードに患者中心の医療の実現に取り組んでいる診療所や病院が増えています。本WEBサイトを通じて、患者中心の医療に取り組む医療機関を応援するとともに、患者中心の医療システムを提供する病院＝「ぼすびたる」がもっとも増えるように・・・そんな願いを込め、「ぼすびたる」と名づけました。
 「ぼすびたる」は、単に病院を探すための検索サイトではありません。「かしこい患者」として、かかりつけ医や主治医、専門医など医師との十分な対話・コミュニケーションのもと、しっかりと医療に向き合ってもらうために必要な情報提供をめざすサイトです。
 健保組合・健保連では、全国の病院の協力のもと「ぼすびたる」をひとりでも多くの方々に利用してもらい、みなさんといっしょに患者中心の医療の実現をめざして努力してゆくとともに、医療費および老人医療費の適正化に役立て、医療保険制度・老人保健制度の貴重な医療費資源を大切にしたいと考えています。

ぼすびたる 検索 **Click!**

セカンド・オピニオンとは

主治医の診断のほかに、治療や手術について、主治医以外の医師の意見を求めることをいいます。他の見識・専門領域から主治医以外の意見を聞くことは、治療や手術に関して複数の選択肢があることを知り、他の治療法と比較して判断を行うことができます。また、そのことによって、主治医の診断に対していっそう理解を深めることにもなります。

医療の現場では、セカンド・オピニオンを求めることは、むしろ、主治医と患者の信頼関係の構築にプラスになるものとして捉えられており、癌などの大きな手術を伴う場合には、主治医の側からセカンド・オピニオンを勧めることもあるほか、セカンド・オピニオン専門外来を開設している病院もあります。疑問や不安な点は、まず主治医と十分に話し合うことが大切ですが、判断に迷う場合には、他の医師の意見を聞くことも、納得のゆく医療を受けるうえで必要なことです。

セカンド・オピニオンを求める場合には、主治医と相談して検査や診断に関するデータの写しなどをもらい、病院の相談窓口でセカンド・オピニオン受診について、きちんと確認することが大切です。