



神戸海星病院 ニュース

—冬号—

2025年1月14日

発行・編集
神戸海星病院 広報委員会

ごあいさつ



寒さが本格的な季節になって参りました。

本年も引き続き、神戸海星病院の最新情報や皆様の健康増進のために役立つ情報を配信して参ります。

本年もよろしくお願ひ致します。

広報委員会



お知らせ



★ **新型コロナワクチン予防接種を開始しております** ★

完全予約制：コールセンター、総合受付、2階ブロック受付にて予約受付

接種期間：2024年12月2日～2025年1月31日

月・水・金 15：00～15：30 予約制

料金：15歳から64歳 ￥16,500円（税込）

65歳以上（神戸市在住） ￥3,000円（税込）

※住所が確認出来るものご持参下さい。



リハビリテーションセンターより

家でも行える運動で寒い冬を乗り切りましょう！！

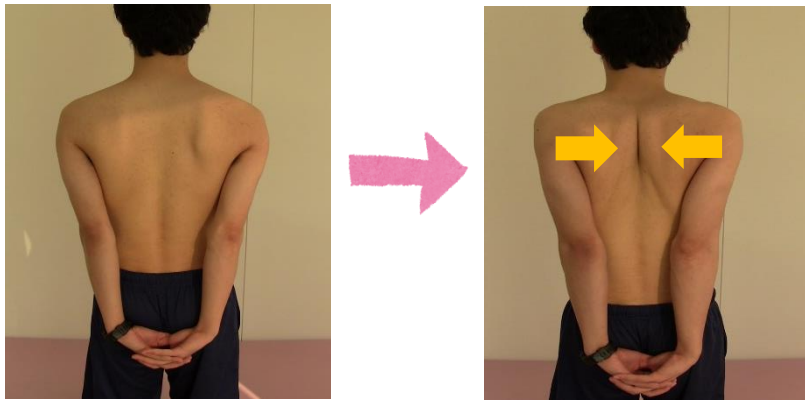
寒くなると、肩が凝る・腰が痛いなど
体の不調を感じる方が多いのではないのでしょうか？
寒さで筋肉が硬直し、血流が悪くなることにより
痛みを生み出している可能性があります！



また寒い冬、外に出るのは億劫だなあ・・・なんてことはありませんか？？

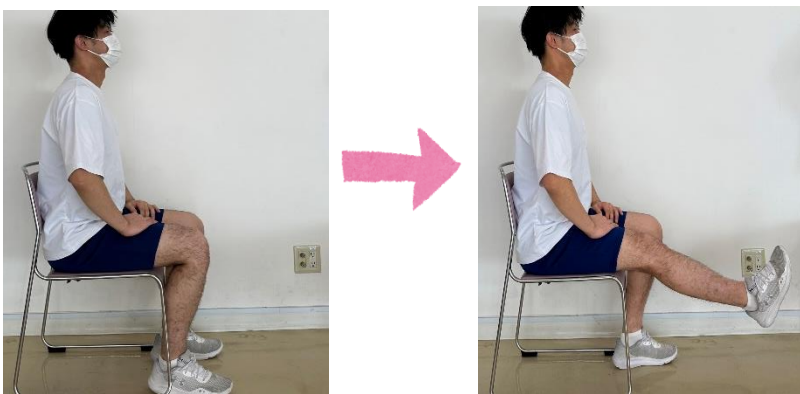
家で簡単にできる運動で筋肉が硬くなることを防ぎましょう！！

●肩甲骨寄せ 10回3セット



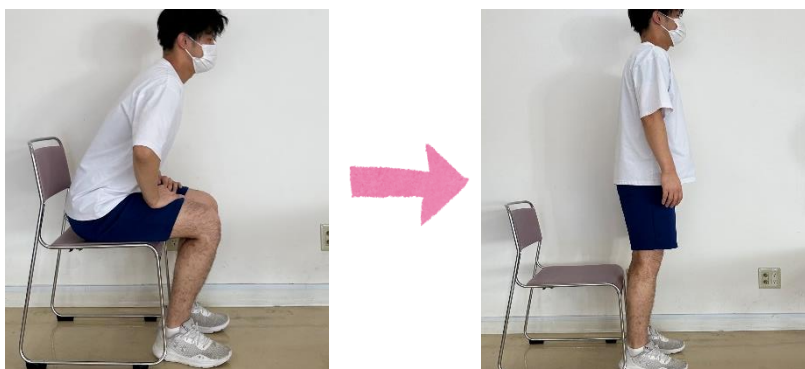
腕が頑張らないように
気をつけましょう

●膝伸ばし運動 20回3セット



太ももが椅子から
離れないようにしましょう

●立ち座り運動 5回3セット



膝が内股になったり
足のゆびが浮かないように
しましょう

医事課よりマイナ保険証についてお知らせ

● 現行の健康保険証の新規発行が終了します

2024年12月2日以降、現行の健康保険証の新規発行が終了し、マイナンバーカードを健康保険証として利用する「マイナ保険証」へ移行しました。

ただし、すでに発行されている保険証がすぐに使えなくなるわけではありません。

● マイナ保険証のメリット・デメリット

マイナ保険証があれば限度額適用認定書の申請は不要で、一時的に高額な医療費を立て替える負担もなくなります。

さらに、医療費控除を申請する際に、領収証の提出を省略できることもメリットです。

一方で、紛失や盗難によって個人情報流出する危険性があることは否定できません。

ただし、カード自体に情報は格納されていないため、不正利用される危険性は低いとされています。

マイナ保険証 マイナポータル
登録方法 について



診療案内 (2025年1月1日から)

		診察室番号	月	火	水	木	金	土
内科	午前	南棟1階 ⑥~⑪	小谷 総合内科	小谷 総合内科	桂 糖尿病 小林 循環器/睡眠時無呼吸			
			古田 循環器	古田 循環器 中川				
		南棟2階 ⑩~⑭	李 消化器	李 消化器	野口(第2・4) リウマチ			
			井上 循環器 高橋	岡田 消化器 福島 消化器 小林 循環器/睡眠時無呼吸	川崎 リウマチ 井上 循環器 岡田 消化器	高原 呼吸器 福島 消化器	丸田((第1・3・5) 金丸(第2・4) 消化器 矢野(第1・3・5) 北代(第2・4) 消化器	
	午後 (予約制)	南棟1階 ⑥~⑬			*青木(第4) 消化器			
		南2棟階 ⑳~㉔		*柱本 リウマチ	*北村(第2・4) 漢方外来		*柱本 リウマチ	*橋本(第1) リウマチ
国際内科	午前 (予約制)	南2棟階 ㉔	*山本	*山本	*松本(第1・2・4・5) *飯村(第3)	*山本	*飯村	
外科	午前	南棟2階 ⑰⑱	河村	太田		太田	河村 川口	担当医
乳腺外科	午前						河野	
	午後 (予約制)						*河野	
整形外科	午前	南棟2階 ㉓~㉔	★石田	★生田	★木原 *西本 (骨粗鬆症) 由留部 (脊椎専門)	★田中	★社多	★宮島
			宮島 角谷 (脊椎専門) 杜多	*柴沼 木原	*柴沼 杜多	人羅 (脊椎専門) 石田	生田 三浦	亀長 林
			*田中(スポーツ整形/ 16:00~18:00)	*木原	*神戸大学(第2)	*田中(スポーツ整形) *生田	*柴沼 *石田	*田中(スポーツ整形/ 14:30~16:00)
	午後 (予約制)							
眼科	午前	北棟1階 ⑩~⑭	金井 吉川	安積 村井	金井 担当医	安積 吉川	村井 担当医	交代制 (11時まで)
	午後 (完全予約制)				*神戸大学(第3) 角膜専門外来		*田岡(第2・4) 斜視専門外来	
皮膚科	午前	南1棟階 ⑧~⑩	佐藤	福本	佐藤	福本	佐藤(第1・3・4・5) 福本(第2)	佐藤(第2) 福本(第1・3・4・5) 神戸大学
耳鼻咽喉科	午前	北1棟階 ④						丹生
神経内科	午前 (予約制)	南1棟階 ⑪						*小牧 (第2・4)
泌尿器科	午前	南1棟階 ⑫⑬			神戸大学			神戸大学
婦人科	午前	南1棟階 ⑭⑮	登村	川口		登村	川口	西川(第2・4)
精神科	午後 (予約制)	南1棟階 ⑰					*山根(第4)	
看護専門外来	午前 (予約制)	南棟1階				*ハートケア外来		
	午後 (予約制)		*高齢者看護相談			*ハートケア外来		
放射線科	午前		越野	越野	越野	越野	越野	神戸大学

診療受付時間	
初診・予約外受付時間	8:30~11:00
再診受付時間	8:30~11:00

ご注意
完全予約: *マークの医師
整形外科 ★は初診患者様のみ
 コンタクトレンズ外来は第2、第4月曜日の午前中に行っております(完全予約制)
 休診・代診などはお電話でお問い合わせ下さい

神戸海星病院
 TEL (078)-871-5201
 FAX (078)-871-5206
 URL <http://www.kobe-kaisei.org>
 2024.10.1改訂