

自分の健康、みんなの健康を共に考える市民情報誌

ほほえみがえし

Vol. **6**
2006 Autumn
川崎市医師会

Free

ご自由にお持ちください

いったいどうなるの？

「医療制度改革関連法」で
新たな負担増！

- 医療最前線
- 健康ワンポイント
- おしえて、せんせい！ Q&A



「医療制度改革関連法」で 新たな負担増！

平成18年6月
「医療制度改革関連法」が
成立しました。
多くの方に新たな自己負担の増大を
招く内容のものでした。
ここでは、この10月からの変更を中心に
ポイントを説明していきます。



Q 私は、夫婦二人暮らしです。
負担が増えるって本当ですか？

住民（男性）

改正でココが変わります！

A

現役並み所得^{※1}をもつ70歳以上の高齢者に対して、医療機関での自己負担が現行の**2割から3割**に、引き上げられます。
平成20年4月からは、70～74歳の高齢者で一般所得^{※2}、低所得^{※3}の人は、自己負担が**1割から2割**に引き上げられます。

- ※1 現役並み所得……夫婦世帯年収で520万円以上、単身世帯で383万円以上。
- ※2 一般所得……現役並み所得未満で住民税非課税世帯でない世帯。
- ※3 低所得……住民税非課税世帯。

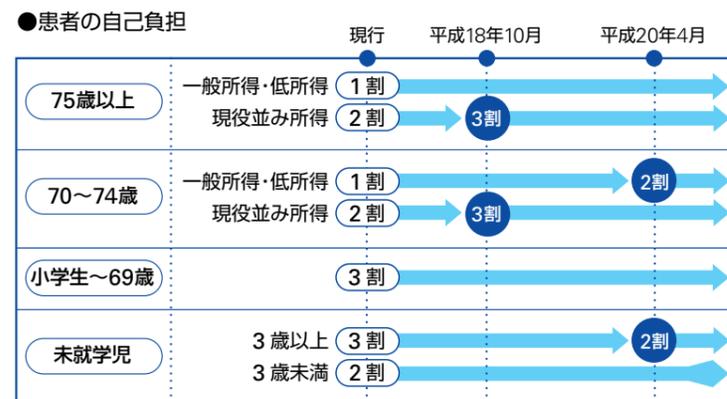
POINT

川崎市医師会は、これからも高齢者の方々に支援する制度を守るため、関係諸機関に働きかけていきます。

高齢者の自己負担が増大

高齢者の自己負担が増えます。これにより、「医療費が払えない。だから医者にかかるのは我慢する…」ということになっては、人生でもっとも大切な「健康」を守ることができなくなってしまいます。

川崎市と川崎市医師会は、高齢者医療費助成制度により、以前から高齢者の方々の自己負担が増えすぎないように努力してきました。私たちは、「誰もが、必要ときに、質の高い適切な医療を受けることができる」こんな社会を維持することが、川崎市民の「健康」を守ることにつながると考えています。



患者さんと家族に 選択肢を！

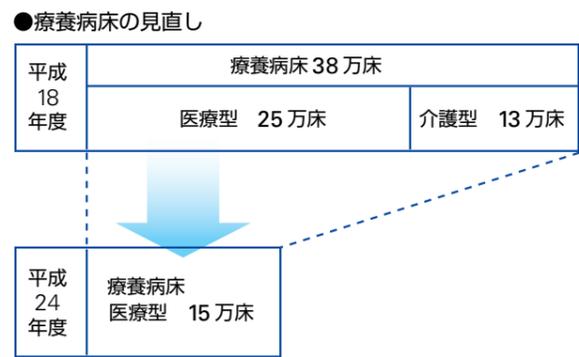
高齢者の方々が適切な医療を受けることができなくなることは、本人の精神的な不安や家族への大きな負担を強いることとなります。
患者さんや家族の「どこで、どのような医療や療養を受けたか」という希望に対して、様々な選択肢が用意されるべきです。

入院中の食費と 居住費が 全額自己負担！

平成17年10月から、介護保険の療養病床の食費、居住費が自己負担になりました。これによって、医療保険でも、療養病床に長期入院する70歳以上の高齢者の方について、食費と居住費が、原則自己負担となりました。
1ヶ月おおよそ5万2千円程度の負担になります。

入院できる医療施設が 減ってしまう！

療養病床に長期に入院している高齢者の方で、「医療の必要性が低い」とされた場合は、医療保険による医療機関への入院ができなくなります。現在療養病床に入院している多くの患者さんは退院しなくてはならなくなるかもしれません。
受け入れ場所として考えられている介護老人保健施設などは十分整備されているとは言えない状況です。行き場のない方々は、「医療難民」になってしまう可能性があります。



Q 私の母は長期入院中です。
変わることはありますか？

住民（女性）

改正でココが変わります！

A

療養病床[※]に入院している70歳以上の高齢者の食費と居住費が、10月から全額自己負担になります。これにより、1ヶ月の目安として食費と居住費で合計5万2千円程度の負担が必要です。平成20年4月には、65歳から69歳の方にも同様の負担の見直しを行う予定です。

※療養病床……主として長期にわたり療養を必要とする患者さんのための入院施設。

平成24年4月からは、療養病床に入院している患者さんは、医療の必要性が低いと判断されると、病院ではなく、老人保健施設などに受け入れてもらうこととなります。今後は、介護型と医療型をあわせて**約38万床ある療養病床を、約15万床に削減**していくという厳しい方針が出ています。

POINT

川崎市医師会は、高齢者を受け入れる施設の不足に対して今後の拡充を強く訴えています。

平成18年10月	<p>人工透析を要する70歳未満の上位所得者の自己負担額が引き上げられます</p> <p>慢性腎不全で人工透析を要する上位所得者（総所得金額が600万円を超える世帯）については自己負担額が1万円から2万円に引き上げられます。</p>
	<p>出産育児一時金が30万円から35万円に引き上げられます。</p> <p>少子化対策の一つとして、子育て世帯の負担軽減のため、出産育児一時金が増額されました。</p>
平成19年4月	<p>傷病手当て、出産手当金の支給率が見直されます。</p> <p>標準報酬日額に賞与を加えた総報酬ベースで計算されます。</p>
平成20年4月	<p>70～74歳の医療費自己負担が1割から2割に引き上げられます。</p> <p>乳幼児の医療費の自己負担の軽減対象を小学校入学前に拡大し、自己負担が3割から2割に引き下げられます。</p> <p>40歳以上の全国民に健康診断の実施と保健指導が医療保険者に義務付けられます。</p> <p>生活習慣病の予防のために、病気の早期発見はもちろん、生活習慣の改善のために、健診の受診と保健指導が義務付けられます。</p> <p>75歳以上の高齢者が全員加入する新医療保険ができます。</p> <p>75歳以上の高齢者は全員保険料を払う義務が生じるため、今まで子どもなどに扶養されていた高齢者は、保険料が新たに負担増になります。</p>

ほかにもあります こんな変更点！

負担増
負担減

（誌面の金額などは今後政策決定により変更の可能性もあります 2006年9月現在作成）

医療現場から

医療費を含む社会保障費が日本の財政を圧迫していることと政府とマスコミは言います。

日本の総医療費は先進国の中で最下位です。にもかかわらず、政府は患者さんの負担ばかりを増やし、国からの負担を減らすことだけを考えています。減らされ続ける総医療費、増え続ける患者負担、患者さんやご家族、医療従事者みんなが日本の医療制度を守っていかなくてはなりません。

川崎市医師会は、地域の皆様と一緒に、市民一人一人が適切な医療を受けられるように今後も努力してまいります。



Q 今月は家族に病気やけがが重なって医療費が心配です。自己負担の限度額も引き上げられると聞きましたが…。

住民（男性）

A

改正でココが変わります！

同じ月内で医療費が高額になったときは、決められた自己負担の限度額を超えた分は、高額療養費（老人保健の場合は高額医療費）として減額されます。

この限度額のうち、所得の低い方以外の限度額が引き上げられます。

POINT

医療費の自己負担が高くなるおそれから、必要な医療を受けず、病気の発見が遅れたり悪化が心配されます。

●70歳未満の方の自己負担限度額

所得区分	3回目まで	4回目以降 ※2
一般	72,300円+ 医療費が241,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算。	40,200円
上位所得者 ※1	139,800円+ 医療費が466,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算。	77,700円

所得区分	3回目まで	4回目以降 ※2
一般	80,100円+ 医療費が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算。	44,400円
上位所得者 ※1	150,000円+ 医療費が500,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算。	83,400円

●70歳以上の方の自己負担限度額

所得区分	外来（個人単位）	外来+入院（世帯単位）
一般	12,000円	40,200円
現役並み所得者	40,200円	72,300円+ 医療費が361,500円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算。 (4回目以降の場合は40,200円)

所得区分	外来（個人単位）	外来+入院（世帯単位）
一般	12,000円	44,400円
現役並み所得者	44,400円	80,100円+ 医療費が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算。 (4回目以降の場合は44,400円)

●計算例（70歳未満の一般世帯の場合）

医療費の総額が100万円かかった場合、自己負担3割分は30万円
 この場合の自己負担限度額は、定額部分80,100円+加算部分（100万円-267,000円）×1%で87,430円となり、改正前と比べると7,540円自己負担分が増えます。
 ※改正前の自己負担額：定額部分72,300円+加算部分（100万円-241,000円）×1%=79,890円

※1：基礎控除後の総所得金額などが600万円（平成18年9月30日までは670万円）を超える世帯。
 ※2：過去12か月間に、一つの世帯での支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額。

自己負担限度額がアップ！

病気やケガで医療費が高額になった場合、一定の金額を超えた部分が払い戻される高額療養費制度の自己負担限度額が引き上げになりました。70歳以上の人は、医療機関での自己負担増と合わせて二重の負担となってしまいました。これによって、必要な医療であっても受診を控える

る可能性があり、病気の早期発見、早期治療が妨げられることも考えられます。ただし、改正で自己負担限度額は引き上げられましたが、高額療養費制度は大きな助けになります。対象者には通知が来ますので、忘れずに申請しましょう。

見直してみましよう、母子健康手帳!!
予防接種法が
大きく変わりました

麻しん・風しんの予防接種に
変更がありました!

平成18年4月1日より、麻しん・風しんの予防接種について、2回接種法（1歳代と小学校入学前）が導入され、麻しん・風しん混合ワクチン（MRワクチン）が使用されることになりました。さらに6月1日付で「予防接種法施行令」と「施行規則」及び「実施規則」の一部が改められました。

その主な変更点に注意をしないと、せっかく無料でできるワクチンも有料扱いになってしまいます。また、ワクチンを接種しないまま成人になり、小児期にかかっていたれば軽くすませられた病気が、成人の場合重症化してしまうこともあります。

母子手帳のワクチン欄を
チェックしてください

こうしたことがおこらないように、予防接種をきちんと受けているかどうかを把握しておきましょう。その図



図のために、役に立つのが母子健康手帳です。手帳のワクチンのページに空欄がないかを調べてみてください。空欄があればまずかかりつけの先生に相談して一つずつ埋めてもらいましょう。今年の改正の大きな点は、24ヶ月未満であれば、MRワクチンだけでなく、やり残した麻しん・風しんのワクチンを別々にできることです。更に、第二期（小学校入学前の1年間）については、原則MRワクチンですが、過去に麻しん・風しんのいずれかにかかったお子さんも、かかっていない方の単独

のワクチンが接種できるようになりました。

平成19年に新1年生になる
お子さんは必ず接種を!

川崎市では、平成19年に新1年生になるお子さんのいる全家庭に対して、9月中旬に第二期についての通知を出しております。今年初めての年であり、平成19年3月までの半年間しかあ

りませんので、忘れずに接種をしてください。

成人麻しんや、先天性風しん症候群という、非常に怖い経験をだれもがしてほしいありません。今年の春、麻しんが茨城県や千葉県で流行しました。ほんの握りの人が、ワクチンを接種していれば十分に広がったものです。

お子さんの健康を守るために、予防接種をきちんと受けるようにしたいものです。

おしえて、せんせい! Q&A

Q 夫がたばこをやめてくれませんか。本人の健康のためだけでなく、家族のためにも禁煙してほしいのですが…。

A たばこの害については改めて説明するまでもないでしょう。本人ばかりか、家族や周りの人にも副流煙の問題があります。一方、依存性の強さから禁煙できずにいる人も少なくありません。平成15年に製薬会社が実施したアンケートによ

ば、実は禁煙を勧められて最も効果的だったのが「子どもです。ついで「家族」

「妻」と続きます。ですから、家族が禁煙をサポートするのはとても効果があります。

ニコチンパッチを使用すると、禁断症状がやわらいで禁煙の成功率が高くなります。利用には医師の処方が必要です。かかりつけ医に、ぜひご相談ください。



健康のポイント

5分からだを動かそう

「忙しくて運動する時間がない」そんな、あなたにもできる「ちよっとした」運動を紹介します。



首まわし

まず頭を下に傾け、ゆっくり回転させます。首のどの部分が伸びているかを意識しながら行いましょう。左右交互に行います。



目の運動

できるだけ力をこめて目を閉じ、3つ数えます。開く時でもできるだけ大きく開いて3つ数えます。これを3回繰り返します。

脚の裏伸ばし

指先を逆側のつま先につけるように、上体を前に倒します。からだを倒すときに息を吐き、起こすときに吸う呼吸法でリズムをとりましょう。左右交互に行います。



腰伸ばし

下半身が動かないように注意しながら腰をまわします。左右交互に行います。立ったまま行う場合は、壁を背に立ち、両手を壁に向けて上体をねじります。



腕まわし

腕を肩の高さ上げ、内回り、外回りと交互にゆっくりと円を描きます。最初は小さな円から始め、徐々に大きくしていきます。



胸をひらく

後ろで手を組み、背筋を伸ばしてそのまま斜め下に引きまわります。次に、背筋を伸ばしたまま、上体を前に倒します。



あしがき

今号の発行は秋になりました。表紙も写真からイラストに替わり、健康の情報誌として生まれ変わりました。成立した医療制度改革関連法が新たな自己負担増を招きます。特集として取り上げました負担増はまったなしです。前号のあしがきに書いたとおりになりました。本誌を編集しながら心が痛みましたが、健康ワンプポイントで5分からだを動かしただけで体も心もすっきりしました。皆様にもぜひお勧めします。