



サンタ通信



特集 医療費助成制度について

- ★ 認知症セミナー・PDNセミナー開催
- ★ 第5回フォトコンテスト開催

サンタ通信

Vol.13 WINTER / 2019

Contents

◎特集

医療費助成制度について

ページ

- 03 特集 ... 鈴木院長からのお話
- 04 特集 ... 医療費助成制度について
- 08 自宅でできるリハビリ体操
- 08 元気ごはん
- 09 催し物報告
～親睦会・認知症セミナー・PDNセミナー～
- 10 フォトコンテスト
- 12 ご近所さま企業訪問
- 12 わたしのおすすめ
- 13 もみの木通信
- 14 診療案内

— 経営理念 —

- 患者様・利用者様が安心してかかれる、安心して預けられる病院・施設を目指します
- 職員が気持ちよく仕事のできる職場づくりを目指します

表紙の説明



第5回フォトコンテストにて最優秀賞を
獲得した作品です。



院長からのお話

院長 鈴木 進



『病気になって支払う負担は、決して軽いものではない』

平成31年が始まりました。5月には新しい年号になるようですが、新しい元号が気になるところです。

程なく確定申告の時期となりますが、医療費控除があるのはご存じでしょうか？

会社員の方々は年末調整で大方の控除は調整されていますが、医療費などの控除は確定申告で行わなければなりませんので、是非知っておきたいところです。

健康保険制度が始まった1927年当時は、被保険者の自己負担はゼロ円でした。

1940年には被扶養者が5割負担で保険給付の対象になり、1943年には被保険者に定額の自己負担が導入されました。国民健康保険は1958年から5割負担で始まり1961年に世帯主3割負担、1968年には世帯員も3割負担となりました。

1973年老人医療保険制度が創設され、70歳以上は自己負担なしとなりました。

1983年には老人保健制度が始まり入院1日300円、外来が月400円の自己負担制度を導入。1997年には入院1日1000円、外来1日500円となり、2001年に定率1割、2002年に現役並み所得者2割、2006年現役並み所得者3割と上昇してきました。

2008年後期高齢者医療制度が導入され現行の自己負担になっています。

自己負担制度は、2000年から開始された介護保険制度にも導入されています。

国民が健康増進を行うことで医療費が低下しますので、自己負担額の低下の実現ができるかもしれません。

とはいえ、病気になって支払う負担は決して軽いものではありません。今回の特集が少しでも負担軽減の一助となるよう役立てば光栄です。

《医療費を助成する制度について》

心身障害者医療費助成制度（重度心身障害者医療費助成制度）

心身に重度の障害がある方に医療費の助成をする制度です。都道府県や市町村が実施しているものです。北海道では重度心身障害者の健康保持と福祉の増進を図るため、市町村が実施する医療給付事業に対して補助しています。

対象者…

- ①身体障害者手帳1級、2級及び3級（内部障害に限ります…心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫・肝臓の機能障害）をお持ちの方
- ②重度の知的障害の方
- ③精神保健福祉手帳1級をお持ちの方

お住まいの市町村によって対象者を拡大している場合があります。

医療費の助成を受ける場合、所得制限の基準額があり毎年8月に更新されます。医療費助成を受けるためには、事前に「重度心身障害者医療費受給者証」の交付が必要となりますので各市町村役場の窓口で受給者証交付の手続きを行う必要があります。

身体障害者手帳の申請手続き

指定医療機関を受診し、医師の診断書の作成が必要となります。

詳しくは当院（留萌セントラルクリニック）受診時にお気軽に相談ください☆

身体障害者手帳作成のメリット、受けられるサービスについて

減免：所得税・住民税・相続税・自動車税・自動車所得税

交通機関割引（各自治体独自の制度が多い）JR 運賃・有料道路通行料・タクシーなど

その他割引：NHK 受信料・郵便など

医療費助成（重度身体障害医療受給者証交付）

補装具費の支給、日常生活用具給付 など

※各サービスの内容などについては各市町村役場の窓口で再度確認をお願いいたします。



指定医療費（指定難病）助成制度

平成 26 年 5 月に「難病の患者に対する医療等に関する法律」が公布され、平成 27 年 1 月 1 日から、新たな難病医療費助成制度が始まりました。110 疾病を医療費助成の対象疾病（指定難病）と指定して制度が開始され、同年 7 月 1 日に 196 疾病が追加、更に平成 29 年 4 月 1 日から 24 疾病が追加され、現在 330 疾病が指定難病に指定されています。

対象者…

北海道に在住しており医療保険に加入している方で次のいずれかに該当する方。

- ①指定難病の診断を受けており、国の定めた病状の基準を満たしている方。
- ②指定難病の診断を受けており、国の定めた病状の基準を満たしていない場合であっても、申請月に属する月以前の12か月以内に指定難病に係る月ごとの医療費総額が33,330円を超える月数が3回以上ある方(継症者特例該当者)

～医療費助成の内容～

医療保険で 3 割の方は 2 割に軽減されます。

所得や病状に応じて 6 段階の自己負担限度額が定められています。

助成内容は「特定医療費（指定難病）受給者証」に記載された指定難病及び当該指定難病に付随して発生する傷病に関することに限ります。

～対象となる医療の内容～

都道府県知事が指定した指定医療機関
(病院、診療所、薬局、訪問看護ステーション)での保険適用がされる治療など(外来、入院、調剤、訪問看護)

～対象となる介護の内容～

訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養施設サービス、介護予防訪問看護、介護予防訪問介護、介護予防リハビリテーション、介護予防居宅療法管理指導



※助成の対象とならないもの(例)

- 認定された疾患以外の病気やけがによる医療費
- 医療保険が適用されない医療費(保険診療外の治療、調剤、差額ベット代など)
- 介護保険での訪問介護の費用、医療機関、施設までに交通費や移送費
- 認定申請時などに提出する臨床調査個人票(診断書)の作成費用
- 療養証明書の証明作成費用

※補装具の作成費用や、はり、きゅう、あんま、マッサージの費用助成は一部の施設を除き一度全額自己負担していただき還付請求いただいた後、償還払いで対応します(道の単独事業)

特定医療費（指定難病）受給者証の申請手続き

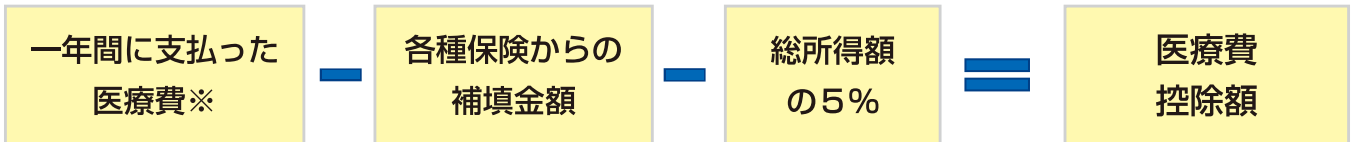
指定医療機関を受診し、指定難病の診断を受け臨床調査個人票の作成が必要となります。
詳しくは当院(留萌セントラルクリニック)受診時にお気軽に相談ください☆

【留萌管内にお住まいの方の申請場所】

- 留萌保健所(留萌合同庁舎内) ☎0164-42-8324(月～金 祝祭日・年末年始を除く8:45～17:30まで)
- 天塩地域保健支所(天塩役場内) ☎0164-22-1179(月～金 祝祭日・年末年始を除く8:45～17:30まで)

医療費控除

生計を一にする家族の医療費が、1月から12月の1年間で10万円（その年の総所得金額等が200万円未満の人は総所得金額の5%）を超える場合には、確定申告を行うと、所得税の控除を受けることができます。



※本人だけでなく家族のために支払った分も対象になります。
控除対象になる医療費は、入院費・治療費・薬代・交通費・おむつ代なども対象です。

※おむつ代が医療費控除の対象となるのは

おおむね6ヶ月以上にわたり寝たきりであり、医師の治療を受けている方です。
かかりつけ医に相談して「おむつ使用証明書」を発行してもらってください。
医師が治療に必要なを認めて、紙おむつを購入・使用を開始した日から領収書を保存しておきます。確定申告の際に「おむつ使用証明書」と「医療費控除に関する証明書」を添えて税務署に提出します。

セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）

健康の維持増進及び疾病の予防への取組として一定の取組を行う個人が、平成29年1月1日以降に購入したスイッチOTC医薬品の金額が12,000円を超えた場合（最大10万円を限度）にその超えた金額（最大88,000円を限度）が所得控除額となります。

※セルフメディケーション税制と医療費控除は併用できません。
年間の医療費が10万円未満でスイッチOTC医薬品の購入が多い場合にはセルフメディケーション税制がお得になるといえます。

※ここでいう一定の取り組みとは健康を維持するために特定健康検査や予防接種、定期健康診断、健康診査、がん診査などのことを指します。年内に行った予防接種や健康診断などを明らかにする書類（領収書や結果通知書など）が必要になります。

※スイッチOTC医薬品とはもともと医療用として使用されていた医薬品を有効成分や服用方法、用量が全く同じまま市販されている医薬品のことを指します。医薬品でこの税制の対象になっているものの箱に「セルフメディケーション・税・控除・対象」という識別マークが記載されています。

自立支援医療（精神通院医療費の公費負担）

精神科の病気で治療を受ける場合、外来への通院、投薬、訪問看護などについて、健康保険の自己負担のお金の一部を公的に支援する制度が自立支援医療（精神通院医療費の公費負担）です。当院ではてんかんがこれに含まれます。（入院については対象となっていません）

高額療養費制度

入院や外来治療などのため、かかった医療費が高額になった場合、ご自身の所得の状況に応じた自己負担限度額を上回った金額について、高額療養費として、加入している医療保険から後日支払ってもらうことができます。

更生医療

身体障害者手帳をお持ちの方で、医師の診断により障がいの部位を再手術したり治療することによって障がいの程度が軽くなり、職業上または日常の能力が高まる期待がもたれる場合は、厚生労働大臣及び都道府県知事が指定する医療機関で治療を受けることができる制度です。

特定疾病（高額長期疾病）

長期間に渡り高額な医療費が必要となる疾病で、厚生労働大臣が指定する特定疾病」については、自己負担額を月額1万円までに抑えられる制度です。該当する場合には、自己負担額の上限が月額1万円となります。（被保険者の標準報酬月額が53万円以上の場合は月額2万円）

特定疾病に該当する疾病とは以下のものです。

- ・血友病（血漿分画製剤を投与している先天性血液凝固因子障害）
- ・人工腎臓（人工透析）を実施している慢性腎不全
- ・抗ウイルス剤を投与している後天性免疫不全症候群（HIV感染を含む）

労災補償

労働者が業務中や通勤途上での怪我や病気によって治療が必要なときに治療費等が支給されます。

一部ではありますが助成制度についての説明をさせていただきました。
詳細はお住まいの各市町村役場や病院窓口にお問い合わせ下さい。



自宅で
できる

リハビリ体操 vol.3 肩コリのある方にお勧め!! ～猫のポーズ～

① 四つ這いの姿勢を取ります。

② 腰(お尻)を後ろに引き、腕を目一杯伸ばして下さい。



※膝の痛い方は、無理に四つ這いにならないでください。

肩の後ろから背中中の筋肉が伸びるように行うのがコツです。
ゆっくり呼吸しながら、60秒ほど数えておこなってください。

元気ゴハン

★もみの木栄養レシピ★

今回は、グループホームもみの木で冬におすすめする一品を紹介します♪

食材『豚肉とナスのキムチ炒め』



【材料】2人分

豚肉 …………… 40g
ナス …………… 2本
キムチ …………… 100g
しめじ …………… 1パック
A・醤油、酒少々
B・パセリ、赤唐辛子少々
○サラダ油、ごま油少々

【作り方】

- ① 豚肉にAをもみ込み下味をつける。
- ② フライパンにごま油とサラダ油を熱し、①を入れ、両面を焼き一度取り出す。
- ③ ②のフライパンにナスを炒め、油が回ったらしめじを加え炒め、①を戻しキムチを加え合わせる。
- ④ ③に醤油を回し入れ、火を止め器に盛りBをのせて完成。

☆免疫を高める食材で、ビタミン類が豊富なナスに、たんぱく質を多く含む豚肉と、ビタミンB群とビタミンAがほうれん草の5倍もあるパセリを使いました。

調理者 もみの木職員
中村 正子

免疫力を高め、菌に負けない体を作り、寒い冬を楽しく過ごしましょう!!

催しもののご報告

8/25 夏の親睦会

台風の接近で開催も一時危ぶまれましたが、8/25（土）に何とか天候にも恵まれ、礼受牧場にて、夏の親睦会が開催されました。

当院の職員や子供たち、関係業者様を含めた総勢70名ほどが参加し、留萌の海産物を使ったBBQや景品の当たるビンゴゲームなどで大いに盛り上がりました。



11/2 認知症を考える会 in 留萌

11/2（金）認知症を考える会 in 留萌が留萌産業会館にて開催されました。

東京大学名誉教授である松下正明先生にお越し頂き、『認知症の人を支えるために-認知症医療・介護職の使命』という演題でご講演頂き、認知症に関する知識や生き方に対する理解を深めると共に認知症を支える世代の人々の社会的役割についても考え直される内容となりました。

医療関係者だけでなく、市民の皆様方にも多数ご参加頂き、誠にありがとうございました。



10/20 PDNセミナー

10/20（土）留萌振興局2階講堂にてPDN（Patient Doctors Network）セミナーが開催されました。

座長を鈴木進院長が務め、一般演題では当法人グループホームもみの木管理者の高畑光利さんが『グループホームでの熱中症ゼロ対策～暑い夏を安全で楽しく過ごそう～』という演題で、グループホームで行っている熱中症対策について工夫した点等を発表されました。特別講演には社会医療法人 ピエタ会 石狩病院 皮膚排泄ケア認定師の畠山誠先生を招き『あなたの排泄ケアを見直す必要はありませんか？』という演題でご講演頂きました。

セミナーは看護や介護の現場・実践で役立つ、また様々な気づきを得ることが出来る内容で、大変ためになるものでありました。

留萌管内の看護師や介護職員の方を中心に40名程の皆様にご参加頂き、大変盛況の内に終わることが出来ましたこと、この場を借りてお礼申し上げます。

第5回 留萌セントラルクリニックフォトコンテスト

テーマ：留萌の四季

留萌管内の「四季」をテーマにした作品を、平成30年1月1日～11月30日までを撮影期間とし、平成30年11月1日から12月3日を応募期間として募集しました。

応募者数12名・作品数26点の応募があり、審査委員長と審査員にて厳正な審査を行った結果、計6作品が受賞されました。

☆☆☆ 受賞作品 ☆☆☆

グランプリ

「湧き上がる雲海」
近江 美智子さん



準グランプリ

「畏敬」
加藤 明彦さん



特選

「朝日とケアラシ」

村山 康之さん



入選



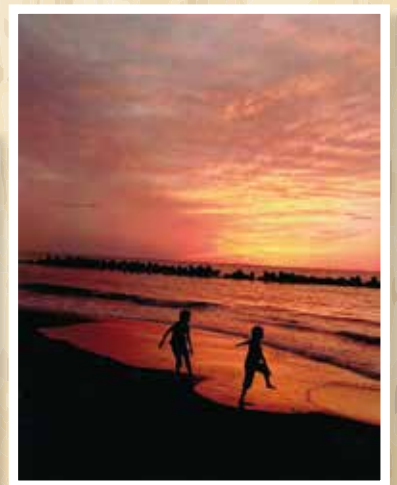
「夏の夕焼け」

中村 忠雄さん



「るもい秋雲海」

龍川 悠平さん



「夕焼け」

飛島 美由紀さん

受賞式は平成30年12月26日、留萌セントラルクリニック外来ホールにて執り行われました。



受賞作品は、平成30年12月26日から平成31年3月末日まで留萌セントラルクリニック内、事務室横の掲示板に掲示しております。

今年も第6回留萌セントラルクリニックフォトコンテストを予定しておりますので、たくさんのご応募お待ちしております。

文：留萌セントラルクリニック 看護師 軽部 美紀

ご近所様企業訪問 第3回

株式会社 サンケミ 様

私たちが日ごろからお世話になっている企業様を紹介させて頂くコーナーです。第3回目は、「株式会社 サンケミ」様にインタビューをさせて頂きました。当院開設当初より担当されている祐川一也様にお話をお伺い致します。



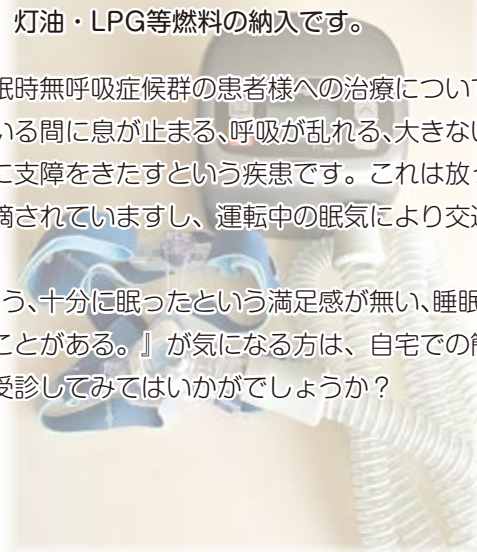
Q：株式会社 サンケミ様はどのような会社ですか？

A：旭当社の主な業務としましては、医療用ガス（酸素、窒素、笑気等）の納入、医療ガス設備の保守点検、医療機器販売、在宅酸素療法・睡眠時無呼吸症候群の治療サポート、灯油・LPG等燃料の納入です。

留萌セントラルクリニック様が積極的に取り組んでおられます、睡眠時無呼吸症候群の患者様への治療について、ご紹介させて頂きます。ここで言う睡眠時無呼吸症候群とは、眠っている間に息が止まる、呼吸が乱れる、大きないびきをかく等の症状があり、十分な睡眠をとる事が出来ず日常生活などに支障をきたすという疾患です。これは放っておくと将来的に、脳卒中や心不全などの疾患を引き起こす可能性も指摘されていますし、運転中の眠気により交通事故を起こすなどのリスクが高くなります。

もしも、次のような症状『日中とても眠い、夜にたびたび起きてしまう、十分に眠ったという満足感が無い、睡眠中に特有のいびきを家族に指摘される、朝にのどが渇く、頭痛を感じることもある。』が気になる方は、自宅での簡単な検査も実施しております。ぜひ一度留萌セントラルクリニック様で受診してみたいはいかがでしょうか？

当院の宣伝までありがとうございました。



留萌でひとつだけの味

カレー大将

僕がお勧めするカレー大将は、小さい頃から留萌でオンリーワンの「ルーカレー」のお店です。スープカレーやネパールカレーは1軒ずつ留萌にありますが、やっぱりカレー大将のカレーは格別です。丼ものや定食もありますが、僕のお勧めなのは揚げたてカツがのったカツカレーです。

営業時間 11:00 ~ 20:00 (15時~17時は中休み)
住 所 北海道留萌市大町3-36-5

カツカレー大盛
1,000円



← 店内はカウンター席とテーブル席が3つあります



カツ自慢が美味しっ

もみの木通信

平成31年1月発行

発行元：グループホームもみの木

住所：留萌市栄町1丁目5番27号

TEL：(0164) 56-4666 FAX：(0164) 56-4660

グループホームもみの木は、開設から3年目の冬を迎えました。毎年この時期はインフルエンザ流行の真只中。いつも以上に環境整備を徹底し、面会者様へは手洗い・うがいの推奨、場合によってはマスク着用の協力をお願いしております。職員も発生の媒介者とならないよう健康管理・予防対策に努め、入居者様には安全に安心して過ごして頂けるよう職員一丸となって平成最後の冬を乗り切りたいです(*^_^*)

もみの木全員集合



♪盆踊り大会♪



#船場公園へ散歩#



☆敬老会☆

11月10日(土)もみの木にて、スガイダンスイノベーションの子供たちが来られダンスを披露してくれました。小学1年生3名・幼稚園児1名一生懸命踊られていました。可愛いダンサーでした♡スガイダンスイノベーションの子供たち来てくれてありがとうございました。



リハビリ・お手伝い

もみの木では、毎日の歩行運動、体操、口腔体操、棒上げ等のリハビリ・お手伝いを実施しています。一人一人に合わせて無理のない生活を行い、その人らしい生活が出来るように支援しています。



きれいに拭けたよ♪

お盆拭き



きれいに塗れたよ♡♡♡

色塗り



頑張って歩行運動していま〜す♪

歩行運動

収穫しました ♡ 今年も、立派な野菜を収穫することができ入居者様も喜ばれてました。♪



とったぞ〜!!!

パブリカですよ

もみの木一言

新年を迎え、平成もあと4カ月で終わろうとしています。改めて振り返りますと、スタッフの未熟な点もあり、ご家族様や入居者様にご迷惑をかけてしまった所も多く、反省しなくてはいけない事が多々ありました。施設全体を通してみると笑顔で楽しく1年を過ごせたのではないかと思います。これから、冬本番となり、ますます寒くなる事が予想されますので、施設全体で風邪やインフルエンザ等に気を付け、職員一同、体調管理・環境整備にも力を入れ平成最後の冬を乗り切りたいです。

記：館山 渉子



診療案内

医師名	診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
院長 鈴木 進	脳神経外科 午前①	8:00 ~ 11:30	○	○	○	○	○	○
院長 鈴木 進	脳神経外科 午後①	16:00 ~ 18:00	○	×	×	×	○	×
大野病院 医師	循環器科 午前②	8:00 ~ 13:00	×	×	×	○	×	×

※土曜日の脳外科は出張医となる場合があります。

※受付時間以外の緊急受診の際は事前にご連絡下さい。

◎診療時間 午前① 8:30 ~ 午前② 10:00 ~
 午後① 16:30 ~

◎休診日 日曜・祝日・年末年始【12月30日(午後) ~ 1月3日】
 ※脳神経外科の診察は緊急手術等にて休診になる場合があります。



募集案内 (皆様の応募をお待ちしております)

介護職員 急募中

- * 医師
- * 看護師・准看護師
- * 理学療法士
- * 作業療法士
- * 言語聴覚士
- * 放射線技師
- * 臨床検査技師
- * 臨床工学技士・社会福祉士・介護支援専門員・保育士・ヘルパー

託児所完備!

*印：奨学金制度あり
 ※詳細は事務 村井まで



社会医療法人 孝仁会 <留萌地区>

- 留萌セントラルクリニック
- 通所リハビリテーション
- 訪問リハビリテーション
- グループホーム もみの木
- グループホーム ノエル
- 居宅介護支援事業所 サンタ
- 訪問看護ステーション サンタ
- サンタ託児所



JR留萌駅から 徒歩5分
 中央バスターミナルから ... 徒歩2分