

すこやか健保 2015 年 1 月号

今月の主張

健保組合の維持・発展へ一歩前進

真の改革実現へスタートの年

—新事業のデータヘルスも始動—

あけましておめでとうございます。皆さまにとって、病気やケガもなくすこやかで、幸せな1年となるようお祈りいたします。

さて、去年は健保組合・健保連にとって、正念場といわれた1年でした。それは、政府が今年の通常国会に提出する予定の医療保険制度改革法案に先立ち、改革の内容を審議し決定する重要な年になるとみられていたからです。前回2006年に続き、9年ぶりとなる改革は、08年度の高齢者医療制度の創設後、医療保険制度全体が置かれている現状を踏まえ、改善をめざす取り組みにしなければなりません。

改革の内容は、厚生労働省の社会保障審議会・医療保険部会や自民党の社会保障制度に関する特命委員会・医療プロジェクトチームなど、政府・与党がそれぞれの場で議論を重ねてきました。改革の議論は、昨年11月の衆議院解散、12月の総選挙を受け、中断しましたが、新政権体制のもとで再開し、近く決着する見通しです。

また、政府は、衆議院の解散表明にあわせ、消費税率10%への引き上げを当初予定した15年10月から1年半後の17年4月に延期することを決めました。消費税率の引き上げは、医療、年金、介護、少子化対策の社会保障制度4分野の維持・充実の財源に充てることを目的としているため、財源不足が心配されますが、改革が必要な事態は変わりません。

今年はすべての団塊の世代が65～74歳の前期高齢者となり、10年後には75歳以上の後期高齢者になります。超高齢社会の入口に立つ今、65歳以上の高齢者医療費を支える現役世代の過重な負担に対し、解決策を見出す必要があるからです。

健保組合・健保連の正念場は年を越えて続きます。さらに、すべての国民が公的な医療保険制度に加入し、医療を安心して受けられる「国民皆保険制度」

を守るためには、今年の改革にとどまらせることなく、これからも変化していく社会や時代のニーズに則した不断の取り組みが重要になるのです。

また、今年には、健保組合にとって制度改革の年であると同時に、「データヘルス」という新たな保健事業が始まる年でもあります。データヘルスは、健保組合が蓄積している医療費や特定健診・特定保健指導のデータを分析し、加入者や事業所の特性に応じた健康づくり、疾病予防に取り組むものです。健保組合が強力に推し進めている保健事業をさらに効率的・効果的に実施するための試みであり、その成果は健康寿命の延伸や医療費適正化につながると期待されています。

健保組合は、被保険者とその家族の方がたの健康を守るという重要な使命を担っています。使命を達成するためには、制度改革による財政運営や事業体制の安定化が不可欠ですが、なによりも健保組合に対する加入者の皆さんの理解と協力が欠かせません。

今年、真の改革をスタートさせ、健保組合の意義を内外にアピールする飛躍の年にしなければなりません。健保組合・健保連は、改革も健保組合のデータヘルスをはじめとする事業も、羊頭狗肉とならないよう新たな決意で臨みます。

すこやか健保 2015 年 1 月号

けんぽ単語帳

出産手当金

出産手当金は、産前産後休業期間中の被保険者の収入補償と、休業に伴う経済不安を保護し、生活の安定を図ることを目的とした制度です。

出産日以前の 42 日（出産日は産前休業に含まれます）、出産日後の 56 日以内で、休業（労務に就けなかった）期間に対し、1 日につき、標準報酬日額の 3 分の 2 に相当する額が、出産手当金として支給されます。

また、出産手当金は、被保険者であった期間が、被保険者資格の喪失の前日まで継続して 1 年以上あった場合は、被保険者資格の喪失時に出産手当金を受けている、または受けられる状態（被保険者資格の喪失の前日が産前 42 日間に含まれる）にあれば、被保険者資格の喪失後も、継続して出産手当金が支給されます。

傷病手当金

傷病手当金は、被保険者が病気やケガで業務に就けない期間で、会社から給与の支払いがない場合の生活保障を目的とした制度です。

一定の支給要件を満たす場合に、支給開始日から 1 年 6 カ月を限度として、傷病手当金が支払われます。

●支給要件（概要）

- ・ 病気を治すために治療する、休養するなど療養のための休業である
- ・ 業務外の理由による病気やケガでの療養である（業務上のものや通勤途上のものは、労災保険の対象）
- ・ 業務に就けない状況である
- ・ 業務に就けず、4 日以上休んでいる（3 日連続で休んでいる）
- ・ 会社から給与の支払いがない（給与の支払いがあっても、傷病手当金の額より少ない場合は、差額を支給）

両手当金の申請方法等は、ご加入の保険者のホームページ等をご確認ください。

リハビリ病棟「2カ月の壁」とは？

【相談】

73歳の叔父は、うつ病で3カ月前から精神科病院に入院しています。入院1週間後に病室内で転倒し、それ以来、歩けなくなってしまいました。とくに骨折はしていないようで、脳神経外科は受診させてもらえたのですが、MRI検査で脳にも異常がないと言われました。

精神科の担当ドクターからは「精神的なものでしょう」と言われています。たとえそうであっても、リハビリテーションを受ければ歩けるようになるのではないかと思うのです。歩けないのを放置していれば、筋力は低下するばかりです。そこで「リハビリをしてもらいたいのですが」と頼んだのですが、「当院は精神科単科で、リハビリに必要なスタッフはいないのです」と言われました。そして「うつ病の状態は改善してきているので、入院を継続されるなら、受け入れてくれる転院先を見つけてきてください」と言われたのです。

転院するならリハビリをしてもらえる病院をと思って、いくつかの回復期リハビリテーション病棟のある病院をあたったのですが、転倒から2カ月以上経過していることを理由に断られます。理由を尋ねると「2カ月の壁」と言われ、なんのことだか理解できません。なぜ受け入れてもらえないのですか。

【コメント】山口育子（COML）

回復期リハビリテーション病棟とは、脳卒中や骨折などで急性期（発症してから積極的な治療が必要な時期）の治療を終え、リハビリが必要な患者さんが入院する病棟です。理学療法士や作業療法士、言語聴覚士といったリハビリの専門スタッフが一定数配置され、十分なリハビリが受けられます。

ただ、この回復期リハビリテーション病棟の入院料を請求できる条件として、発症や手術後1～2カ月以内であることが条件とされているのです。この期間は病気などの種類によって異なり、入院できる最大の期間も定められています。そのため、転倒で歩けなくなった患者さんの場合、2カ月を過ぎると回復期リハ

ビリテーション病棟入院料が請求できないので、受け入れてもらえないのです。
転院にあたって相談できる医療ソーシャルワーカーを紹介してもらって、転院先を一緒に探してもらってはいかがでしょうか。

「介護保険」申請時のポイント

お正月に久しぶりに会った親。一段と老いた様子を目の当たりにし、今後に不安を抱えている人もいるかもしれません。親の生活に何がしかの手助けが必要になっているなら、「介護保険」の申請を検討する時です。親に「そろそろ利用しようよ」と提案してみましよう。

本人が申請することが難しければ、家族がおこなうこともできます。けれども親の家が遠方だと、「次回帰省したときに…」と先延ばしにしがちです。仕事もあると、思うように行動できないこともあります。そんなときは、親の暮らす地域を担当する地域包括支援センターに申請を代行してもらおうといいでしょう。電話で相談してみてください。手続きは無料です。

申請すると、介護が必要な状態か調査が行われます。認定調査員が親の家を訪問し、心身の状況などを聞き取るものです。何度も帰省することが難しい場合は、申請時は代行で済ませて、認定調査のときに帰省することをお勧めします。なぜなら、「できますか」と問われたことに、本当は難しいことでもプライドや遠慮から「できます！」と答える親が少なくないからです。認定結果に影響を及ぼし、実際に必要なサービスを受けられなくなると大変です。親が事実と異なることを言ったら、現状を伝えるようにします。ただし、親のココロを傷つけないよう、本人に聞こえないように配慮することをお忘れなく。事前に気掛かりなことをメモ書きしておき、調査員に手渡すのもいいでしょう。

温泉 de 健康に vol. 34

温泉と宿のライター 野添ちかこ

第 34 湯 奥津温泉（岡山県）

錆びない、若返りの湯

昔、化粧品のコピーに「さびない、ひと」というのがあったけれど、抗酸化作用のある温泉は“さび（＝酸化）させない温泉”。

2014 年夏、奥津荘はモニターを集め、入浴および飲泉が人体にどのような効果を与えるか検証。湯治前と後の血流や ORP（酸化還元電位）、唾液などを調べることで、奥津荘の温泉は、医学的にも抗酸化作用が高い、アンチエイジングの湯だと証明した。

400 年前、津山藩主が湯小屋に番人を置いて鍵をかけ、一般の入浴を禁じたといわれる「鍵湯」。

ごつごつとした岩の間から染み出す pH9・2 の温泉はつるつるとした感触で鮮度が高く澄明。肌にさらりとやさしいのが特徴だ。

温度は熱すぎず、ぬるすぎずちょうどよい。10 分も入っていれば額から汗が噴き出し、浴後は全身が軽くなる。殿様が独り占めした湯というのも頷ける。

湯殿はほかに 1・2m の立湯があり男女交代制。日帰り入浴（1000 円、10 時 45 分～14 時 30 分）もできる。この湯の若返り効果、お試しあれ。

温泉 DATA

泉質：アルカリ性単純温泉

特徴：無色透明、さらりとした感触でよく温まる

名泉鍵湯 奥津荘 TEL:0868-52-0021

追ってけ！カルチャー vol.46

明知真理子

自由に！好きなことを！

新しい年の始まり。ノートに 1 冊用意して、日記を始めるのはどうだろう？毎日付けなくてもいい。形式さえ気にしなければ、長続きするはず。そこで、日記という枠にとらわれない日々の記録を、ふたつ紹介しよう。

まずは、いとうせいこうによる『ボタニカル・ライフ』。立派な庭を持つガーデナーに対抗し、都会の狭いベランダで植物を愛でる「ベランダ―」という言葉を生み出した人気エッセイ。チェコの作家カレル・チャペックの『園芸家 12 カ月』に触発されて日記をつけ始めたという著者は、ベランダの鉢植えの動向に一喜一憂し、枯らしてもいいという姿勢ながら植物への愛にあふれている。値下がりがした胡蝶蘭を「元エリート官僚」に、毎日咲くニチニチ草を「三等兵」にたとえたりする口調も楽しい。

もうひとつは、映画監督が創作のアイデアを記した『ギレルモ・デル・トロ 創作ノート 脅威の部屋』。師に「とにかく記録しろ」と言われて始めたメモ帳だったが、長女が生まれた時、彼はノートの意味を考え直し、形見としての性格も持たせ始めた。映画のアイデアだけでなく、会った人や食べたものなどあらゆる日々の記録が、イラストを交えつつびっしりと記されている。ファンにはたまらない一冊であると同時に、思い描いたことは実現できるという希望を与えてくれる。

この 2 冊に共通するのは、思いついた時に好きなように書いていること。

肩肘張らずに、ノートに書いておこう。いつか読み返してみれば、過去の自分のひらめきや、友人や家族の優しい言葉に、ふっと癒やされるはずだ。

『ボタニカル・ライフ ―植物生活』

いとうせいこう著 （新潮文庫刊）

日付により植物のサイクルも感じることができる。第 15 回講談社エッセイ賞受賞。第 2 弾『自己流園芸ベランダ派』もある。

『ギレルモ・デル・トロ創作ノート脅威の部屋』

ギレルモ・デル・トロ著 / 阿部清美訳 (DO BOOK 刊)

『パシフィック・リム』などで熱狂的なファンを持つ映画監督の創作アイデアが満載。限定数のため入手は困難になりつつあるが、ファンは必見の一冊。