



ほ、元み

《病院理念》

私達は院是「誠」の医療を推進いたします

1. 私達は他人の為に尽くして感謝しよう
1. 私達は自分の力で伸びて行こう
1. 私達は私達の規則を尊重しよう



《基本方針》

1. 地域に根ざした病院として、安心できる医療提供に努めます
1. インフォームドコンセントを徹底し、患者様の選択を尊重した医療をめざします
1. 患者様のプライバシーを尊重いたします
1. 知識と技術の向上に努め最善の医療をいたします
1. 優しさ思いやりを大切に心のこもった公平な医療をいたします

健康増進法で平成24年7月に策定された「健康日本21(第2次)」で、『現状では平均寿命の延伸とともに、不健康な期間も延長することが強く予想されるため、「平均寿命増加分を上回る健康寿命の増加」を目標とする』と明言しており、その中でメタボとロコモの積極的な予防を提言しています。メタボは、皆さんも耳に馴染んでいることと思います。ロコモとは、骨や関節、筋肉、神経などが衰えて「立つ」「歩く」といった動作が困難になり介護や寝たきりになってしまったり、またはその危険性が高い状態のことです。そのなかで「バランス能力の低下」「筋力の低下」「骨や関節の病気がロコモの3つの原因となります。」「骨や関節の病気」としての代



◎診察日【整形外科】
月・水曜日 午前8時45分～12時

『膝が痛いから太るのか？太っているから膝が痛いのか？』

整形外科 平塚圭介

表として、「骨粗鬆症」と「変形性膝関節症」、「脊柱管狭窄症」があります。ロコモになると痛みなどからメタボになり易く、メタボになるとロコモにもなりうるというわけです。ロコモの確認として以下の7項目を確かめてみましょう。ひとつでも当てはまればロコモの心配があります。0を目指した訓練「ロコトレ」を始めましょう。

- ① 片足立ちで靴下がはけない
- ② 家の中でつまずいたり滑ったりする
- ③ 階段を上するのに手すりが必要
- ④ 横断歩道を青信号で渡りきれない
- ⑤ 15分くらい続けて歩けない
- ⑥ 2kg程度の重い物(1Lの牛乳パック2個程度)の持ち帰りが困難

⑦ 家の中のやや重い仕事(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)が困難

そのため、運動をして身体を整えることが困難な場合はどうすれば良いのでしょうか。簡単な方法の一つとして咀嚼(そしゃく)があります。整形外科と咀嚼は一見関係ないと思われませんが、生活習慣病の予防、さらに治療になる可能性があります。咀嚼は、口腔内環境の改善、インスリン抵抗性の改善などから糖尿病、骨粗鬆症、心血管系イベントの予防、痴呆の予防、肥満の予防から改善などが期待出来ます。

その他、夜更かしなどの遅寝遅起きなどの生活習慣の乱れも、生活習慣病の危険因子です。健康寿命とは、健康で介護を必要とせず生活ができる生存期間です。平均寿命は男性79歳、女性は85歳。健康寿命は、愛媛県(平成22年)では男性では69歳、女性は73歳です。いかにその「溝」を埋められるか。「鶏が先か、卵が先か」のジレンマと同じく、身体が痛いから太るのか、太っているから身体が痛いのか。いずれにしても生活習慣を直し、いずれも治す必要があります。当院では、整形外科をはじめ、内科、外科、歯科や健診センターなどを含めた総合的な視点でロコモ、メタボの予防、撲滅を図っています。分からないことがあれば、相談にいらしてください。



支払った(支払う)所得税が安くなる医療費控除って?

経理課 田坂 由穂子

医療費控除とは、居住者が各年において本人または本人と生計を一にする配偶者やその他の親族にかかる医療費を支払った場合に適用できます。



●医療費控除の計算式

A) 総所得金額等が200万円以上の人

$$(\text{医療費の金額} - \text{保険金等による補填額}) - 10\text{万円} = \text{医療費控除の額}$$

※(限度額200万円以内の額)

B) 総所得金額等が200万円未満の人

$$(\text{医療費の金額} - \text{保険金等による補填額}) - (\text{総所得金額等の額} \times 5\%) = \text{医療費控除の額}$$

※(限度額200万円以内の額)

医療費控除の対象となる医療費の範囲は、医師または歯科医師による診療または治療にかかった費用以外にも《別表1》のとおり広範囲です。この控除の適用を受けるときは、確定申告書に医療費の領収書を添付しなければなりませんので、領収書は大切に保管しておきましょう。



控除の対象となるのは、**申告年度中に支払った医療費**です。例えば12月に入院していて、1月に支払った場合は、翌年の医療費となりますので注意してください。



支払った医療費そのものが、医療費控除の対象になるわけではありません。健康保険組合や生命保険などから受け取った保険金などがある場合は、その金額を差し引かなくてはなりません。《別表2》



医療費控除は、家族の中で最も税率の高い人が申告をするとおトクになります。なぜなら戻ってくる(安くなる)税金は、控除額に所得税率《別表3》を掛けた金額になるからです。還付(安くなる)税額は所得税の計算上、多少の誤差が生じますが、目安の金額を求める計算式は以下の通りです。

●還付(安くなる)金額の計算式〔目安〕

$$\text{医療費控除の額} \times \text{所得税率} = \text{還付所得税の額}$$

《別表2》医療費から差し引く保険給付金と差し引かない保険金一覧

保険給付金の種類	差し引くもの	差し引かないもの
社会保険等からの給付金	療養費、移送費、 出産育児一時金、 家族療養費、 高額療養費 など	傷病手当金、 出産手当金 など
生命保険・損害保険等からの給付金	傷害費用保険金、 入院給付金、 手術給付金 など	所得補償保険にもとづく 保険金・生命保険金 など

※医療費が保険金などでいくら補填されるか、正確な金額が申告時にわからない場合は、見込み額で計算をします。見込み額と実際の金額が違っていたら、判明した時点で修正申告もしくは、更正の請求を行わなくてはなりません。

《別表3》平成24年度 所得税率表

課税される所得金額 (千円未満切捨て)	税率
195万円以下	5%
195万円超～330万円以下	10%
330万円超～695万円以下	20%
695万円超～900万円以下	23%
900万円超～1,800万円以下	33%
1,800万円超	40%

※実際の所得税の計算には控除額がありますが、今回は税率の一覧のみ掲載しています。

《別表1》 医療費控除の医療費の例

医療費控除の対象となるもの	<p>【治療、療養を目的としたもの】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 医師、歯科医師に支払った治療費 ● 入院費および通常の部屋代 ● 通院に必要な電車、バス代 (日付、病院名、金額を一覧表にすると良い) ※緊急時以外のタクシー代は対象外 ● 医師の送迎費用(往診費) ● 指圧師、はり師、きゅう師または、柔道整復師の治療費(有資格者の施術費) ● 歯列矯正の治療代(美容目的は不可) ● 海外旅行中の疾病治療費 ● 出産の費用 (母親学級等、出産に直接関係のない費用は対象外) ※陣痛のため、本人がタクシーを利用した場合のタクシー代は対象 ● 最低限度の日常生活を送るための義手、義足、松葉杖、補聴器、義歯等の購入費用 ● 治療または療養に必要な医薬品の購入費
	<p>【介護保険制度を利用している場合】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 老人保健施設の利用料のうち、食費、特別食料、室料等の一定のもの (指定介護老人福祉施設等の発行する領収書に、対象となる金額が書いてある) ● 居宅介護サービスの費用 (指定居宅事業者(都道府県知事が指定)の領収書に、対象となる金額が書いてある)

医師等の証明があれば対象となるもの	<p>【領収書の他に治療が必要である旨の証明書等の添付が必要】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 弱視、斜視、白内障、緑内障、難治性疾患として医師が認めた場合の眼鏡代 ● 医師が治療のためと認めた厚生労働大臣認定の温泉利用型健康増進施設の利用料 ● 医師がおむつの使用証明書を発行した場合のおむつ代 ● 医師が必要と認めた場合の、B型肝炎ワクチンの接種費用 ● 医師の証明がある場合のストーマ用装具にかかる費用(ストーマとは排泄孔のこと。人工肛門用、尿路変更用等がある) ● 医師が必要と認めた場合の、指定運動療法施設の利用料金
-------------------	---

医療費控除の対象とならないもの	<p>【美容、予防、健康維持に類するもの】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 美容整形等の手術代 ● 歯科の美容目的での治療代 ● 歯科ローンの利息分 ● 健康維持目的で購入した血圧計等の医療器具代 ● 栄養ドリンクやサプリメント代 ● 人間ドック、健康診断の費用(ただし、そのドック等により病気が発見され、治療を始めた場合は対象となる) ● 通常の近視等により眼鏡をかけるための検眼費用、眼鏡代 ● リュウマチ治療等のための湯治、転地療養の費用 ● 医師、看護師への謝礼、贈答品にかかる費用 ● インフルエンザワクチン等の予防接種料 ● 必要以上の豪華な特別室に入院した場合の特別室の費用 ● 入院中のパジャマなどの代金、クリーニング代 ● 入院中に看護を頼んだ友人・知人・親族への謝礼 ● 自家用車で通院した場合のガソリン代や駐車場代
-----------------	--

※医療費控除の対象は、広範囲です。認められるかどうか迷った場合は申告の際、税務署職員へご相談ください。



● 対外活動委員会 ●

院外医療講演の報告



『認知症予防』
～頭の体操をしましょう～

1月16日(水)午前10時より、河内町自治会館にて『認知症予防～頭の体操をしましょう～』と題して、作業療法科主任 曾我部有司による院外医療講演を開催しました。対象は惣開校区在住の高齢者で、受講者は23名でした。講演は、「体力・運動機能を維持するための筋力トレーニングや柔軟体操」、「わらしべ長者の音読」、「動物のイラストを用いた神経衰弱」、「両手じゃんけん」等レクリエーションを交えた内容で、参加者からも笑顔が見られる講演となりました。

糖尿病教室のお知らせ

糖尿病をよく知ろう!



開催日	内容	担当
3/6(水)	日常生活でも無理なく運動をとりいれよう ～誰でも出来る運動を紹介します～	内科医師 理学療法士
3/13(水)	最近のインスリン治療について聞いてみよう 血糖値を自分で測ってナイスコントロール	薬剤師 臨床検査技師
3/27(水)	しめじとえのきを知っていますか? ～糖尿病合併症～ 食物繊維で高血糖を防ごう	看護師 管理栄養士

糖尿病のことはわかっているつもり… 前にも聞いたことがある…
もう一度聞いてみませんか? 忘れていたことがあるかも。

どなたでもお気軽にご参加ください。お申し込みは不要です。

日時 毎週水曜日 午後2:00～ **場所** 外来棟3階 カンファレンスルーム

※都合により内容が変更になる場合があります。

病院敷地内 全面禁煙

トイレや人目につかないところでの喫煙は防火管理上も大変危険ですので、喫煙はくれぐれも遠慮ください。皆様のご理解とご協力を、よろしくお願いたします。 病院長

移動図書館 青い鳥号 来院予定日

3/13(水)・27(水)

来院時間 午後3:10～3:50

お問い合わせは…

新居浜市立別子銅山記念図書館
TEL(0897)32-1911

◎悪天候や特殊な事情により、運行を中止することがあります。

所在地のご案内



交通のご案内

- 《お車》新居浜ICから約20分、いよ西条ICから約20分
【駐車場完備 272台収容可能】
- 《バス》瀬戸内バス …… 「十全病院前」下車
- 《JR》JR 予讃線 …… 新居浜(にいほま) 駅下車、タクシーで約10分

患者さまの権利

私たちは患者さまとのより良い信頼関係を築くため、「患者さまの権利」を尊重します。

1. 良質で安全な医療を平等にうける権利
1. 病気の診断・治療方針・今後の見込みについて十分な説明をうける権利
1. 他院を含め他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利
1. 自分が受ける医療に参加し自ら決定する権利
1. 診療上の個人のプライバシーについて保護される権利
1. 診療記録の開示を求める権利

患者さまの責務

1. 医師が説明し同意した治療方針に協力する義務があります。
1. 自分自身の健康に関する情報はできる限り正確にお伝えください。
1. 院内の規則を守り、他の患者さまの治療に支障を来さないよう協力をお願いします。



財団法人 積善会

十全総合病院

〒792-8586 愛媛県新居浜市北新町1番5号
TEL(0897)33-1818 FAX(0897)37-2124

ホームページアドレス <http://jyuzen.jp/>

編集 広報誌編集活動委員会



未来が変わる。日本が変わる。
ストップ! 温暖化

医療・福祉 十全グループ

- 十全看護専門学校
あたたかい気持ちとあつい心をもった看護師の育成を図っています。
- 愛媛十全医療学院
理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の育成校は【博く学び、深く思い、厚く思いやる】
- 愛媛十全医療学院附属病院【内科・整形外科】
生活能力の回復と維持を図っています。
- 医療法人 十全会 十全第二病院【精神科】
あたたかい心、思いやりの心、私達は心の医療を推進します。
- 社会福祉法人 三恵会
子供から高齢者まで、幅広い世代へのお世話を行っています。
総合福祉施設 やすらぎの郷
介護老人福祉施設 ハートランド三恵
介護老人保健施設 リハビリステーション三恵荘
介護老人保健施設 希望の館
障害者支援施設 三恵ホーム
児童福祉施設 十全保育園
総合福祉館 コミュニティハウス三恵
福祉館 恵海
児童福祉施設 中萩保育園



環境負荷を抑えた植物油インキと適切に管理された森林から生産された紙を使用しています。