

## 確定申告(医療費控除)で税金の一部がもどります

医療費控除とは、被保険者や被扶養者の分も含めて1年間の医療費が一定額を超えた時、確定申告により税金が戻ってくる制度です。

### 控除額の算出方法

$$\text{支払った医療費} - \text{給付金・保険金等} - \begin{cases} 10万円 \\ \text{または} \\ \text{年間所得の5\%} \\ \text{どちらか少ない方} \end{cases} = \text{医療費控除対象額} \quad (\text{最高限度額 } 200 \text{ 万円})$$

※医療費控除対象額が戻ってくる金額ではありません。

$$\text{戻ってくる金額} = \text{医療費控除対象額} \times \text{所得税率}$$

### 控除対象となる主な医療費 (治療上必要な費用)

次のうち日野自動車健康保険組合から支給された給付金等を除いた自己負担金に限られます。

- ・医療機関に支払った治療費や医薬品の購入費
- ・通院費用、往診費用など

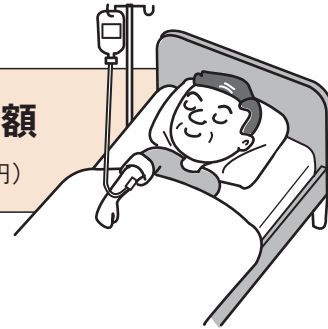
### 控除対象とならない主なもの (注意!)

- ・健康診断、人間ドックの費用
- ・美容整形や歯列矯正の費用
- ・ビタミン剤、消化剤、体力増強剤など治療のためでない医薬品の購入費

【申告時期】 2015年2月16日(月)～3月16日(月) (サラリーマンの医療費控除等の申請は1月から受付)

【申告に必要なもの】 印鑑、給与の源泉徴収票、医療費の内容のわかる領収証、諸費用の領収証等

【確定申告に関するお問い合わせ】 最寄りの税務署へお問い合わせください  
(国税庁ホームページ [www.nta.go.jp](http://www.nta.go.jp))



## ジェネリック医薬品の使用にご協力をお願いします。

日野自動車健康保険組合の財政は、医療機関への支払いと高齢者医療制度を支える為の納付金により大変厳しい状況が続いています。

医療費を減らし、家計や健康保険組合財政の負担軽減の為、ジェネリック医薬品の使用にご協力をお願いします。

### ジェネリック医薬品って何?

ジェネリック医薬品とは、先に開発された新薬(先発医薬品)の特許期間または再審査期間が切れたあとに、同じ成分で製造販売される医薬品です。なお“ジェネリック”とは、英語で“普及した”とか“一般的な”という意味です。

### ジェネリック医薬品はどのくらい安くなる?

医療用医薬品の値段は、厚生労働省がその医薬品の価値や、同じような効果をもつ医薬品の価格を考え併せて、適正な価格を決定します(薬価)。

ジェネリック医薬品の薬価は、原則として先発医薬品の7割と定めていますが、すでにジェネリック医薬品が数多く発売されている場合には、さらに低くなる場合もあり、実際は先発医薬品の2割から7割の価格になります。

### あなたのお薬代が、どの程度安くなるか、計算できます。

日野健保ホームページから『ジェネリック医薬品ガイド』にアクセスしてください。

- ・薬品名を入力 → ジェネリック医薬品名 表示
- ・服用数を入力 → 薬価差 表示



### お知らせを受け取ったら

価格や効能、副作用等、新薬との違いや特長について、医師または薬剤師に相談・説明を受け、自分にあった薬を選びましょう。

### 「ジェネリック医薬品利用促進」のお知らせを送付します。

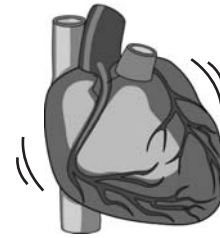
- ①2014年9月～11月に健保が受付けたデータを基に作成しました。
- ②ジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担額を500円以上軽減できる可能性のある方にお送りします。
- ③「お知らせ」が届いた方で、ジェネリック医薬品への変更が難しいので、次回以降の送付の差し止めを希望される場合は、健康保険組合までご連絡ください。

### 貼って伝えよう! ジェネリック医薬品お願いシール

昨年6月に配布しました「ジェネリック医薬品お願いシール」はご活用いただいていますか?

まだ、お持ちでない方は健康保険組合までご連絡ください。

一人ひとりの薬代の節約で誰もが安心して医療を受けられる健康保険制度を継続するために皆様のご協力をお願い致します。



## 「運動と心臓病について」

～健康相談だより～



産業医 田村先生

昨年9月から、「こころとからだの健康推進センター・日野」に赴任いたしました。今後ともよろしくお願いいたします。

健康増進のために運動をしている方は多いと思います。あまり神経質になる必要はありませんが、心臓に関する症状について知っておくと安全に運動するために役に立つでしょう。運動中の突然死の原因の85%は心臓だといわれています。原因の解明や予防は難しいのが現状ですが、病気の知識を持てば、早期に発見することも可能です。

### 狭心症

心臓には酸素と栄養を送る冠動脈という血管が3本走っています。この冠動脈が動脈硬化で狭くなったものが狭心症です。狭心症は、悪くなると心筋梗塞になって突然死することがあるので、早期に発見することが大切です。症状としては普段は何ともないのに、運動すると10分前後の左胸痛や圧迫感があるというのが最も典型的です。人によっては背中が痛い、顎が痛い、肩が痛いという場合もありますし、たまに痛みがなくても少し動いただけですごい息切れがするという人もいます。ただ、症状が1時間以上ずっと続くことはまずありません。続いた場合は、他の病気を考えたほうが良いでしょう。10分ぐらい胸が痛むが、休むと良くなるという場合はできるだけ早く循環器内科を受診してください。

### 心筋梗塞

冠動脈が動脈硬化で完全に閉塞すると心筋梗塞になります。症状は狭心症と似ていますが、痛みも強く30分以上続きます。心筋梗塞になると心臓の筋肉の一部が死んでしまい、心不全や不整脈で意識を失うなどということが起こります。最悪の場合、心臓が血液を送れなくなり、致命的な不整脈のために死に至ることもあります。ここで大切なことは、発症から治療開始までの時間が早ければ早いほど治療の選択肢が増えるということです。発症後6時間以内ならカテーテルによる治療が可能で(12時間以内でも可能な場合もあります)、心臓の筋肉の壊死を減らすことができます。



以上の2つの心臓病は、症状からかなり判断できます。狭心症や心筋梗塞と思われる胸痛発作がおこった時は、すぐに専門病院で受診するのが最善の策でしょう。

## 2015年度 直営保養所「山中荘」カレンダー (4月～6月)

	4月	5月	6月
利用日	4月1日(水)～4月30日(木)	5月1日(金)～5月31日(日)	6月1日(月)～6月30日(火)
利用予約(電話予約)	2月1日(日)～	3月1日(日)～	4月1日(水)～
予約申込先	山中荘	山中荘	山中荘
保養所申込書提出先	山中荘 (FAXまたは郵送)	山中荘 (FAXまたは郵送)	山中荘 (FAXまたは郵送)

※抽選予約は、2012年6月利用分より廃止になっています。

※下記①、②に該当する申込みで、『稼働日カレンダーの休み前日』の利用は、利用日の3週間前からの受付となります。

① 利用人数の内訳が次の通り。

日野自動車健保の保険証をお持ちでない人数 ≧ お持ちの人数の2倍 (家族、外部等)

② 日野自動車健保の保険証をお持ちでない方のみでの利用

■ = 休館日



4月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

6月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				