

2005年7月4日

# みつばち通信

2005年-2号

みつばち薬局待鳳店  
京都市北区紫竹西南町 66  
494-1788 FAX494-1566

みつばち薬局紫野店  
京都市北区紫野上築山町 2-2  
417-3911 FAX417-3910

いま、誰もが地球がおかしくなったのではと懸念している。

猛暑、台風の記録的な襲来、大水害、地震・津波など暇がない。ある友人が「今こそ世界各国が協力し合い地球温暖化防止に力を尽くすべきだ」と語っていたが全くその通りだと思う。地球温暖化防止「京都議定書」は、一四〇各国が批准しているが、

アメリカは批准せず妨害し続けている。二酸化炭素の総排出量ではアメリカは世界全体の二〇%以上を占めており増え続けている。

これに対して世界の多くの国は、アメリカに強い抗議をしているが、日本政府は抗議すらしない。

地球を守ることは人類の義務であり、利潤追求のために地球を破壊してよいのか。

日本はアメリカべったりだ。憲法九条の改悪、郵政民営化、みんなアメリカの要求から始まっている。外国に指図されない自主的な日本。アジア諸国と仲良くする日本。この道がいま求められている。

若宮 修

待鳳健康友の会代表世話人の若宮修さんに寄稿して頂きました。

待鳳 紫竹 平和夏まつり 8月6日(土)大門公園一帯

みつばち薬局も出店出します。参加協力券販売します。

# くらしに役立つ制度のご紹介

自分や家族が外来受診したり、入院したりで医療費が大変なときは

**高額療養費** の制度を活用しましょう。

## 高額療養費の制度とは？

この制度は、健康保険や医療健康保険で治療した場合に、1ヶ月に1人の人が一つの医療機関毎に支払った自己負担額が、高額療養費算定基準額を超えたとき、超えた額が後日払い戻される制度です。

## 高額療養費制度の70歳未満の場合

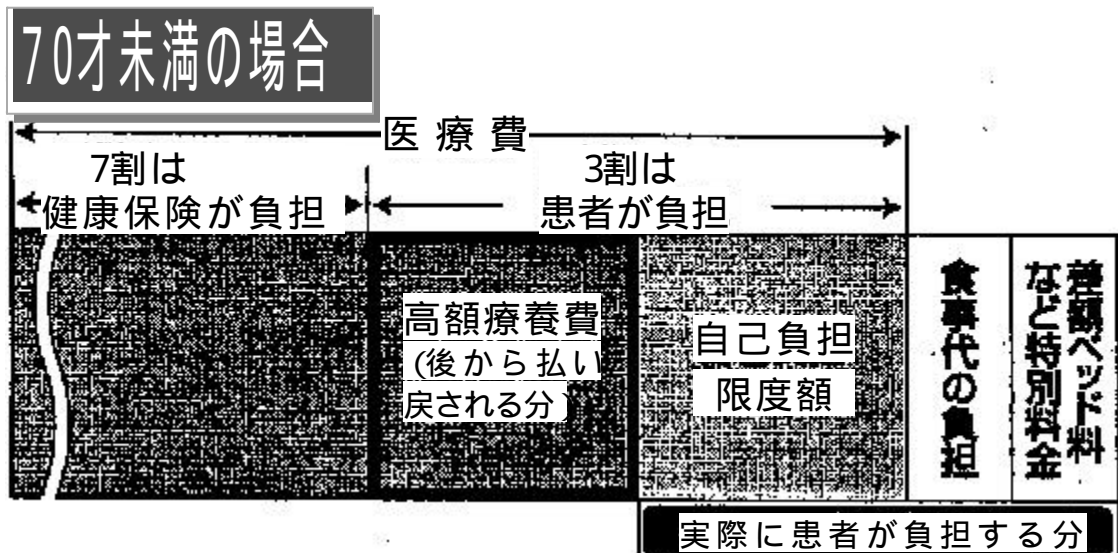
かかった医療費の3割を自己負担していますが、同じ月に支払った3割の額の合計が、一定の自己負担限度額を超えたときに、その分が支払われることとなります。自己負担限度額は収入に応じて計算式があり、それに当てはめると、いくら払い戻されるかがわかります。下の表を参考にしてください。

## 高額療養費制度活用の注意事項

「1カ月」のとりえかたを注意する必要があります。月をまたいで支払った場合は、「それぞれの月の負担金」が限度額を超えていないと払い戻しは受けられません。

手続きのときに必要なものは、領収書、保険証、印鑑と振込先口座です。

医療機関、薬局の領収書が必要なので、必ず保管しておきましょう。



## 払い戻しが受けられるのは・・・(70才未満の場合)

- \* 同じ医療機関で、1人が1ヶ月(1日から月末まで)に払った医療費が「自己負担限度額」を超えた場合
- \* 同じ世帯(健康保険の本人とその家族)で同じ月に、2人以上がそれぞれ21,000円以上の医療費を負担し、合計すると「自己負担限度額」を超える場合
- \* 同じ月に、1人が複数の医療機関でそれぞれ21,000円以上の医療費を負担し、その合計が「自己負担限度額」を超える場合

### 「自己負担限度額」とは？

所得によって以下の3つに分けられていて、計算して出します。

高所得者(本人の月収56万円以上の人・国民健康保険では、同じ世帯すべての人の基礎控除後の総所得が670万円を超える人)

低所得者(市区町村民税非課税者)

一般( に該当しない人)

### 《自己負担限度額の計算の仕方》

- \* 「一般」世帯の場合

(かかった医療費 - 241,000円) × 1% + 72,300円

- \* 「高所得者」の場合

(かかった医療費 - 466,00円) × 1% + 139,800円

- \* 「低所得者」の場合は、35,400円(一律)

かかった医療費は保険診療の範囲が対象。食費の一部負担金や差額ベッド料、高度先進医療の費用は含まない。(民医連では差額ベッド料は取っていない)

### 高額医療費として払い戻される見込額

(払い戻される額) = (自分で負担した分) - (自己負担限度額)

〔例〕所得が「一般」のAさん。ある月にかかった保険診療の医療費が100万円で、自己負担した額が30万円の場合

- \* 自己負担限度額は(100万円 - 240,100円) × 1% + 72,300円で、79,890円になる。よって、払い戻される額は、

30万円 - 79,890円 = 220,110円(Aさんに戻ってくる額)

70歳以上の高額医療費の制度については、次の機会にお知らせします

みつばち薬局

# 何でも生活相談会のお知らせ

紫野店 毎月第3月曜日

午前10:30から12:00まで

待鳳店 毎月第3水曜日

午前10:30から12:00まで

専門家の協力も得て、生活相談（無料）を行っています。  
医療や介護に関することはもちろん、何でもお気軽にご相談下さい。  
相談ご希望の方は、できるだけ事前にご予約ください。

## みつばち薬局 知得クイズ

下の5問に「ウ(間違っている)」「ホント(真実)」でお答え下さい。  
問題が正しいと思う場合は、間違いだと思う場合は×を解答欄に記入して、応募箱にお入れ下さい。全問正解の方の中から、抽選で10名様に図書券(1,000円)を差し上げます。当選者の発表は、薬局内に掲示します。締め切り日：8月6日(土) 薬局内の「クイズ応募箱」に入れてください。

- 問1：自己負担限度額は、所得によって2段階に分けられている。  
問2：高額療養費の対象となる医療費には、入院時の食費も含まれる。  
問3：地上に届く紫外線の内約90%がA波である。  
問4：今年の「待鳳紫竹平和夏まつり」は8月6日(土)に開催される。  
問5：水虫は「白癬菌」というカビが原因で起こる。

ご住所： \_\_\_\_\_

お名前： \_\_\_\_\_

電話番号： \_\_\_\_\_

問題	問1	問2	問3	問4	問5
解答欄					

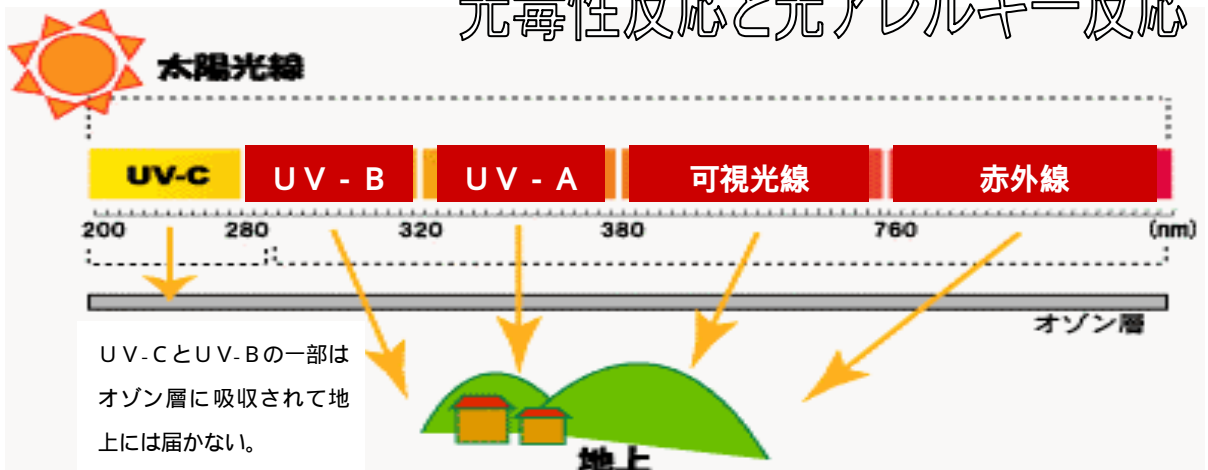
# 紫外線A波に注意しましょう！！

わずかな光線によっても起こる「光アレルギー反応」

太陽光線は大きく3つにわけて、紫外線、赤外線、可視光線があり、可視光線は地上に光を、赤外線は熱を送っています。紫外線は、波長が短くエネルギーの高い光です。紫外線はそのエネルギーの高さゆえに、有害な影響の方がクローズアップされがちです。

紫外線は、UV-A、UV-B、UV-Cの3種類に分けられます。そのうち、A波は地上に届く紫外線のうち約90%を占め、皮膚の老化を早めたり、遺伝子を傷つけたりと皮膚の中で悪い作用を起こします。

## 光毒性反応と光アレルギー反応



消炎鎮痛剤などの貼付剤の皮膚への影響は、2種類あるといわれています。一つは、貼ってかぶれる**接触性皮膚炎**。もう一つが、貼っただけでは何ともないのに紫外線に当たるとかぶれの症状が起きる**光接触性皮膚炎**、**薬剤光線過敏症**です。薬剤光線過敏症は貼り薬だけでなく、内服薬でも注射でも坐剤でも起こります。その薬を使うだけでは何も症状がありませんが、紫外線が当たると当たったところだけに、また、貼り薬や塗り薬ではその場所に紫外線が当たると、かぶれの症状が出てきます。さらに薬剤による光線過敏は、光毒性によるものと、光アレルギー性のもので、2種類に分かれます。

前者は、薬を使っているときに長時間日光に当たると誰にでも起こるもの、後者は、薬物と紫外線の化学反応によりできた物質に対してアレルギー反応が起きるものです。専門医が診れば症状の違いからわかります。患者さんの多くはこの光アレルギー性のもので、ごくわずかな光線でも発現しますから注意が必要です。光によるアレルギーと聞くと、日焼けに弱い人や化粧品でかぶれる人に多いのではないかと思います、そのような差はないのだとか。

単なるアレルギー反応なので、年齢も性別も、また日焼けと違い人種による肌の色も関係ありません。起こしやすいタイプというものはなく、誰にでも起きる可能性があります。光線過敏症を予防する為に、原因となり得る薬剤を服用、使用する際には、長時間強い光線を浴びる日光浴、海水浴を避けることや、万一普通でない日焼け症状がみられた場合には直ちに主治医に相談してください。

薬剤師 倉田美保

# 水虫のこと

## ！水虫の基礎知識 そもそも水虫とは？

水虫は「白癬菌（はくせんきん）」というカビが原因で起こる感染症の一種です。白癬菌は、皮膚の角質の成分であるケラチンを栄養源として角質層に寄生しています。また、ほかのカビと同様に高温多湿を好みますので、ジメジメして蒸し暑い梅雨時期や夏場には、白癬菌が活発になり繁殖します。

## ！感染について どのようにしてうつる？

水虫感染のほとんどは、水虫患者が落とした患部の皮膚や垢などが、他の人の皮膚に付着して感染するケースです。しかもその皮膚には3～半月もの間、白癬菌が寄生していると言われていています。しかし、皮膚に付いたからといって必ず感染するわけではありません。皮膚に付いた白癬菌は2～3日潜伏し、その皮膚の環境がよければ寄生し発病となるのです。たとえば、手にも水虫は感染するのですが（手白癬という）、手の場合は常に洗い、露出していますので、水虫の住み家とはなりにくく、感染するケースが少ないのです。ですから、常に足を清潔にし、蒸れた状態を長く続けないことが予防につながります。

## 治療について 本当の水虫ですか？間違いが多い自己判断

自己判断をし自力で治そうとされる方が多いですが、自己判断で「水虫」と思っている半分近くが別の皮膚病らしいのです。水虫でないものに水虫の薬を塗ると逆効果となり、かえって悪化させる結果となります。ですから、恥ずかしがらずにちゃんと皮膚科で診てもらい、適切な処置を受けるのが水虫完治には一番の近道です。また、家にいるときは裸足が良いといわれていますが、衛生面・家族への感染を考えると、裸足よりも蒸れない靴下の方が効果的と思われます。

**うつりやすい場所を避けましょう**

**清潔な状態を心がけましょう**

**湿気を避けて乾燥を心がけましょう**

**はきっぱなしは禁物、通気を心がけましょう**