

寒くなりました。

“冬”というとなつけないといけないのが、「インフルエンザ」と「ノロウィルス」。

普段から体を冷やさないようにし、規則正しい生活を心がけましょう。

## TOPIC

### 入院費用等が高くなりそうな時の手続き

■病気やけがで入院したり、通院でも頻繁に通って薬をもらったりすると、お医者さんに支払う金額がとても高くなる場合があります。

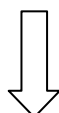
■高額療養費支給申請という、一旦病院等に支払いをして、一定基準より高いと申請することで基準を超えた分の金額が返ってくる、という手続きがあります。

■この手続きですと、後で返ってくるにしても一旦は支払わなければならないため、負担が大きく大変な思いをされた方もいらっしゃると思います。

■現在、その全額を支払わず、一定基準の限度までで済むという手続きを、病院等が勧めてくれるところが多くなりました。（高額療養費支給申請もまだあります。）それを「**限度額適用認定申請**」といいます。

■申請～支払の流れは以下の通りです。

- ①「限度額適用認定申請書」を、**協会けんぽ等に提出**



1 週間くらいで

- ②**認定証が、自宅に送られる**



- ③認定証を**病院等の窓口**に提示



- ④一定基準限度額を病院に支払う

■では、一定基準の限度額とはいくらでしょうか。年齢や入通院別で違ってしますので、次の表をご覧ください。

#### 【70 歳未満】

| 被保険者の所得区分                 | 自己負担限度額(1月当たり)                                  |
|---------------------------|-------------------------------------------------|
| 上位所得者<br>(標準報酬月額 53 万円以上) | 150,000 円+(医療費－500,000 円)×1%<br>〈多数該当 83,400 円〉 |
| 一般<br>(上位所得者、低所得者以外)      | 80,100 円+(医療費－267,000 円)×1%<br>〈多数該当 44,400 円〉  |
| 低所得者<br>(被保険者が市町村民税非課税等)  | 35,400 円<br>〈多数該当 24,600 円〉                     |

#### 【70 歳以上 入院を含む】

| 被保険者の所得区分                         | 自己負担限度額(1月当たり)                                 |
|-----------------------------------|------------------------------------------------|
| 現役並み所得者<br>(標準報酬月額 28 万円以上等)      | 80,100 円+(医療費－267,000 円)×1%<br>〈多数該当 44,400 円〉 |
| 一般<br>(現役並み所得者、低所得Ⅰ・Ⅱ以外)          | 44,400 円                                       |
| 低所得Ⅱ<br>(被保険者が市町村民税非課税等)          | 24,600 円                                       |
| 低所得Ⅰ<br>(地方税法の規定による市町村民税に係る所得がない) | 15,000 円                                       |

#### 【70 歳以上 外来のみ】

| 被保険者の所得区分                    | 自己負担限度額(1月当たり) |
|------------------------------|----------------|
| 現役並み所得者<br>(標準報酬月額 28 万円以上等) | 44,400 円       |
| 一般<br>(現役並み所得者、低所得Ⅰ・Ⅱ以外)     | 12,000 円       |
| 低所得Ⅱ<br>(被保険者が市町村民税非課税等)     | 8,000 円        |

|                                            |         |
|--------------------------------------------|---------|
| 非課税等)                                      |         |
| 低所得 I<br>(地方税法の規定による<br>市町村民税に係る所得<br>がない) | 8,000 円 |

■この場合の「医療費」というのは、負担割合を 10割とした場合の費用です。

■限度額適用は、前の表の中にもあるように、**1 ヶ月 (1 日～末日) ごと**見ていきます。

■表中、多数該当というのは、お医者さんにかかったある月以前 **1 年間に 3 ヶ月以上高額療養 (限度額適用)**を受けた場合の **4 カ月目**からになります。

■表を見ていただくと、だいぶ基準が低くなっているのがわかるかと思います。

■また、緊急入院等で事前に認定証をもらうことができない場合もあるかと思います。  
その場合は、**急いで手続きをして認定証を病院等に提示できれば、限度額適用の手続きをしてもらえる病院等もあります**ので、お話ししてみてください。

■ただし、高額療養 (限度額適用) の対象になる負担とならない負担があります。  
全部が全部ではありませんが、単純には、保険が効いている負担は対象になり、効いていない負担は対象外です。

■このように、お医者さん代が高額になったり、その他高額になる長期の病気だったり、世帯の中で年齢層がまちまちだったりする場合等はいろいろと国に負担してもらえる制度があります。  
基準等が細かくなっていますので、詳細はお問い合わせください。

## 大事な お 知 ら せ

### 1. 社会保険等料率について

▼そろそろ賞与が支給される時期となりました。

▼現在、賞与から引く社会保険料等の料率は次の通りです。

|         |             |
|---------|-------------|
| (健康保険   | 4. 9 2 5 %) |
| + (介護保険 | 0. 7 7 5 %) |
| 健康保険    | 5. 7 %      |
| 厚生年金    | 8. 5 6 %    |

雇用保険 0. 5 % (建設 0. 6 %)

▼賞与の額の千円未満を切り捨てた額に上記の率を掛けてください。

それから、上限については、健康保険が年度 (4 / 1 ~ 翌年 3 / 3 1) の累計額 5 4 0 万円、厚生年金は 1 回 (同月 2 回以上支給の場合合算で) 1 5 0 万円です。

ですから、それぞれの額を超えた分については保険料はかかりません。

また、介護保険は **4 0 ~ 6 4 歳**までです。

### 2. 最低賃金の変更について

▼最低賃金については、長野県の場合、平成 2 5 年 1 0 月 1 9 日から **7 1 3 円**になっています。

▼ただし、産業別最低賃金というものがあり、ある特定の業種は産業別最低賃金を適用させることになっています。  
この産業別賃金が、それぞれ変更になります (なっています)。

◎はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具、自動車・同附属品、船舶製造・修理業、船用機関製造業  
**8 0 9 円** (平成 2 5 年 1 1 月 3 0 日より)

◎計量器・測定器・分析機器・試験機、医療用機械器具・医療用品、光学機械器具・レンズ、電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具、時計・同部分品、眼鏡製造業  
**7 9 8 円** (平成 2 5 年 1 2 月 1 9 日より)

◎各種商品小売業  
**7 6 3 円** (平成 2 5 年 1 2 月 3 1 日より)

▼なお印刷、製版業については、平成23年12月31日より変わらず、747円です（据え置きです）。

## 助成金だより

### 「業務改善助成金」

■前コーナーで、最低賃金についてお知らせしましたが、その関連の助成金をご紹介します。

■この助成金の受給の流れは次の通りです。

①助成金交付申請（計画策定）、交付決定



②計画実施（業務改善、賃金昇給）



③実績報告し、助成金確定、受給

■要件は、大きく2つあり、まずはこの2つを満たす計画を立てることからスタートです。

#### ①業務効率が改善するような設備投資等

例として、

- ・軽自動車を、積載量が多い中大型トラックにした
- ・LED照明にした

その他、業務の効率が上がる、改善される、ということなら該当します。

#### ②賃金引き上げ

713円（最低賃金）以上800円未満の時間給（時間給換算額）の従業員の賃金を引き上げる。

- ・その会社の800円未満の従業員を全員
- ・1回の引上げ額を40円以上とし、最終的に800円以上にする
- ・雇用保険に入っていないアルバイトのような従業員でも該当

■助成金率は、かかった費用の1/2で、最高100万円です。（3年間で最大300万円）

■例えば、720円 → 760円 → 800円という賃金引き上げをして、その都度何らかの業務改善投資等をする、3回受給できるという

ことになります。

様々なケースに対応できる可能性がありますので、詳しくはお問い合わせください。

## 今月の付録

今月は、クリスマスですね。

クリスマスとは関係のない話ですが、ご愛読への感謝として、「いのちをいただく」（西日本新聞社）というお話を付録にしますので、是非お読みください。

### 【今月の名言】

●失敗とは、よりよい方法で再挑戦する素晴らしい機会である。

（ヘンリー・フォード）

（あとがき）

いよいよ師走となりました。何かと気ぜわしい感じがします。

ところで、先日右下奥歯が痛くて痛くてたまらず、物を噛むことができない！ということがありました。

当然、痛くて食べることもできません。

少～しだけ歯を触ってみたら、少しグラグラと。

今年の健診で胃上部食道との境の辺が少し緩んできていると言われましたが、歯ぐきも。。。？！

歳とともにだんだんといろんなところが緩んでくるんですね。。。

（キムラ）

たった1クリックするだけで、救われる命や自然環境があります。

自分たちのできる範囲で協力しませんか。

<http://dff.jp/>

携帯版はこちら → <http://www.dff.jp/m/>

〒392-0022 諏訪市高島3-1201-90

宮坂社会保険労務士事務所

Tel 52-2444 Fax 52-6466

E-mail:

[hiroko.miyasaka@nisawaac.e-arc.jp](mailto:hiroko.miyasaka@nisawaac.e-arc.jp)

このニュースレターは、会員の皆様にのみお届けします。

しゃろうし みやさかの  
ひとりごと

しつまつり  
- 霜月祭 -

12月に入り 何かと 気ぜわしい 毎日です。  
外は毎日霜が降り 草木はすっかり葉が  
霜枯れて 冬本番です。

私は南信濃 遠山郷に 伝わる  
「霜月祭」というのを 1度 見に行きたいと  
思っています。

その出身の 友人から いつも 聞いて  
いたのです。

煮ええる お湯を 着せで すくうとか  
燃えている 「おき」 の上を 裸足で 歩くとか  
神様に 祈りあっているのを 熱く 抱いたとか...

しかも 祭りは 夜に行われるので  
さぶい、ねむい、けむい (さぶい祭り) とも  
言われるとのこと。

友人から 話だけは 聞いて いました。友は  
その日は 夕飯を せて 実家に 帰っていた。

近年は ニース 祭でも 出て いますので

機会を あれば 見に行って

みるのも いいのでは ないでしょうか？

さて この寒い時期に うらの  
居間には マリーゴールドが 咲いています。

これは 8月の 終りころ 夕ネを まいて  
おいたのです。

花の 無い時期に 部屋を 彩ってくれる  
マリーゴールド。

幾つも 夕ネを まいて 水を 与えていると 咲き  
ます。 咲いたら 友人に 鉢ごと  
あげると ように されます。



【心を込めて「いただきます」「ごちそうさま」を】

その絵本の帯に、一人の名も無い主婦のメッセージが書かれていた。

「朗読を聴いて、うちのムスメが食事を残さなくなりました」

絵本に食肉加工センターの「坂本さん」という人が登場する。

実在の人物である。

坂本さんの職場では毎日毎日たくさんの牛が殺され、その肉が市場に卸されている。

牛を殺すとき、牛と目が合う。

そのたびに坂本さんは、「いつかこの仕事をやめよう」と思っていた。

ある日の夕方、牛を荷台に乗せた一台のトラックがやってきた。

「明日の牛か...」と坂本さんは思った。

しかし、いつまで経っても荷台から牛が降りてこない。

不思議に思って覗いてみると、10歳くらいの女の子が、牛のお腹をさすりながら何か話しかけている。

その声が聞こえてきた。

「みいちゃん、ごめんねえ。みいちゃん、ごめんねえ.....」

坂本さんは思った。

（見なきゃよかった）

女の子のおじいちゃんが坂本さんに頭を下げた。

「みいちゃんはこの子と一緒に育てました。

だけん、ずっとうちに置いとくつもりでした。

ばってん、みいちゃんば売らんと、お正月が来んとです。

明日はよろしくお願いします...」

（もうできん。もうこの仕事はやめよう）

と思った坂本さん、明日の仕事を休むことにした。

家に帰ってから、そのことを小学生の息子のしのぶ君に話した。

しのぶ君はじっと聞いていた。

一緒にお風呂に入ったとき、しのぶ君は父親に言った。

「やっぱりお父さんがしてやってよ。心の無か人がしたら牛が苦しむけん」

しかし、坂本さんは休むと決めていた。

翌日、学校に行く前に、しのぶ君はもう一度言った。

「お父さん、今日は行かなんよ！（行かないといけないよ）」

坂本さんの心が揺れた。そしてしぶしぶ仕事場へと車を走らせた。

牛舎に入った。坂本さんを見ると、他の牛と同じようにみいちゃんも角を下げて威嚇するポーズをとった。

「みいちゃん、ごめんよう。

みいちゃんが肉にならんとみんなが困るけん。

ごめんよう」

と言うと、みいちゃんは坂本さんに首をこすり付けてきた。

殺すとき、動いて急所をはずすと牛は苦しむ。

坂本さんが、

「じっとしとけよ、じっとしとけよ」

と言うと、みいちゃんは動かなくなった。

次の瞬間、みいちゃん目から大きな涙がこぼれ落ちた。

牛の涙を坂本さんは初めて見た。

（『いのちをいただく』西日本新聞社）より