

LP Aの会からのお役立ち情報

後期高齢者の医療費負担割合が見直されました。



国民健康保険加入の75歳以上の方の医療費負担が、令和4年10月1日から変わりました。今までは、現役並みの所得がある方は3割負担、その他の方は1割負担でした。10月から現役並みの所得の方はそのまま3割負担で変わりありません。

今までは、1割負担の方で一定所得がある方は2割負担となりました。では、一定所得とはいくらなのでしょう。前年1月から12月までの住民税課税所得が関わってきます。

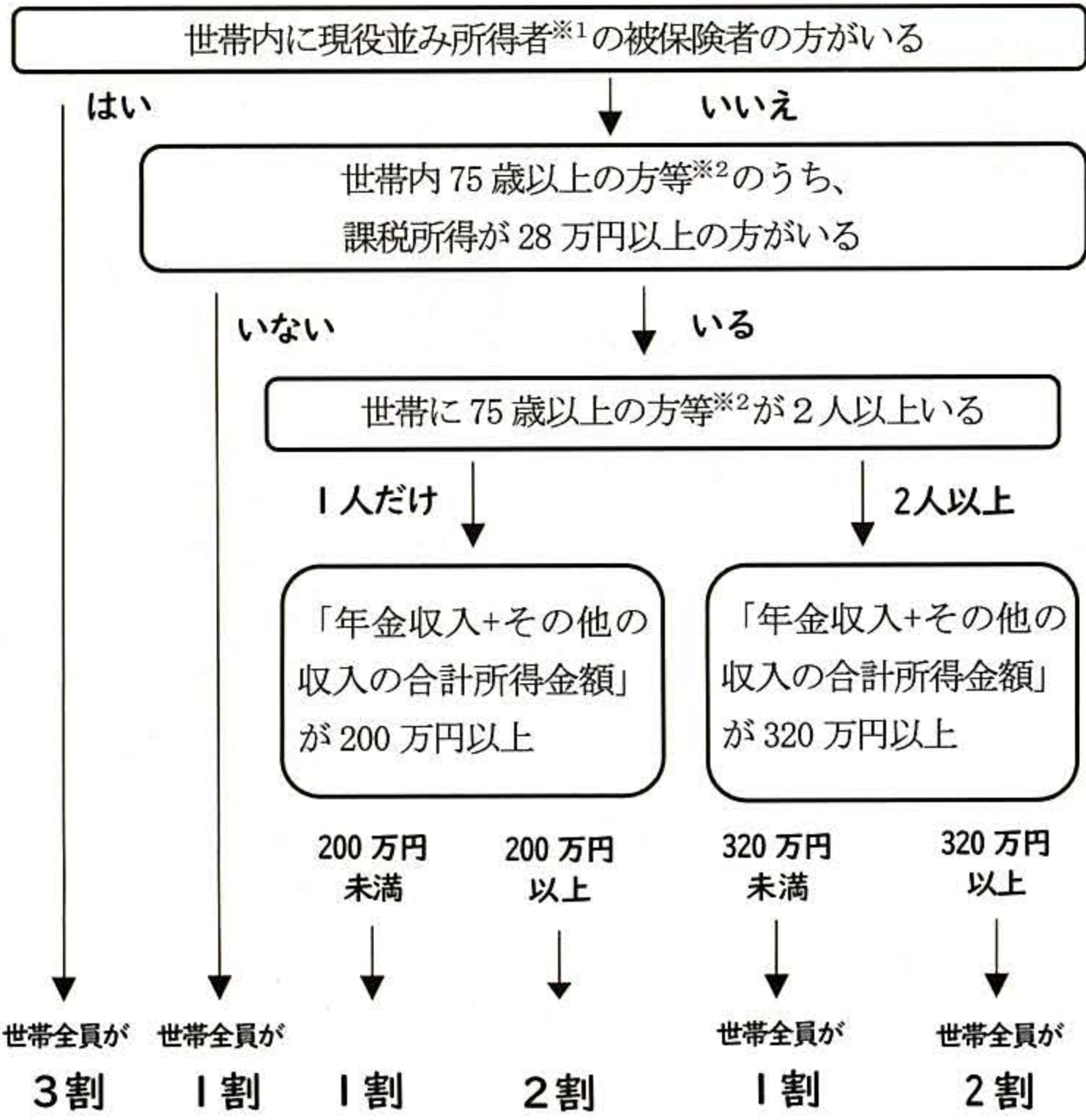
例えば、1人で住んでいる75歳以上の方であれば、まず、住民税課税所得が28万円以上か。住民税課税所得とは、総所得金額等から各種所得控除を差し引いたもので、住民税納税通知書に課税所得が載っているので見ると分かりやすいと思います。住民税が非課税の方には、納税通知書はありません。医療費負担は1割となります。

住民税課税所得が28万円以上の方は、次に所得金額を確認します。年金収入+その他の合計所得金額の合計額が200万円以上になると、医療費負担は2割となります。年金収入とは、控除を差し引く前の金額で、遺族年金や障害者年金は含みません。その他の合計所得金額とは、事業収入は必要経費を差し引いた後の金額、給与収入は給与所得控除を差し引き、さらに10万円を控除した金額となります。

収入や所得により、各世帯で判定基準は違います。現在75歳以上の方はご自宅に郵送された保険証に表示があるので確認できます。

今までは、1割負担だった方が2割負担になると、医療費が2倍になってしまいます。そこで、令和7年9月30日までの3年間、2割負担の方への配慮措置があります。負担が増えた部分を3000円までとするものです。

医療費がかからないよう、健康でいられることが理想です。



～後期高齢者医療制度自己負担割合の判定方法フローチャート～
厚生労働省：「後期高齢者医療窓口負担割合の見直しについて」より作成

※1：住民税の課税所得が145万円以上の被保険者とその方と同一の世帯にいる被保険者。要件を満たすと1割、2割負担になる場合がある。 ※2：65歳以上75歳未満の方で、一定の障害があると後期高齢者医療広域連合から認定を受けた方も含む。

カンタン小物

ころころ、まん丸

コットンボール

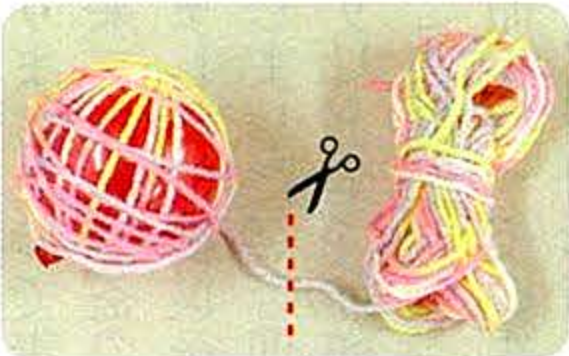


- ・材料
 - ◆毛糸 ◆水風船
 - ◆ボンド ◆水
- ・使用道具
 - ◆深めの紙皿
 - ◆ハケ(筆でも可)
 - ◆ピンセット

① 水風船を付属のポンプやストローを使い、空気を入れふくらませて水風船の口をしぼる。



② ①に毛糸の端を後でほどけるよう軽く結び、縦横色んな方向から毛糸を巻き付け、巻く長さを決めて毛糸を切る。



③ 深め紙皿に水とボンドを1…1の割合でいれハケで十分に混ぜる。

④ 毛糸を③の液にまんべんなくつけ、水風船に毛糸を縦横色んな方向に巻いていきます。巻き終わりの部分が浮いている場合は、巻いた毛糸と水風船の間に挟みます。



⑤ 巻き終えたら、洗濯ハンガーで風船の口をはさみ、つるして乾かします。

⑥ 乾くと水風船と毛糸が離れ割れてきます。割れない時は、ピンセットの先等で割ります。コットンボールの中に入っている水風船をピンセットで取れば完成です。

※木工用ボンドを直接さわると、手が荒れやすくなるので、手袋をする、又は手洗いをしっかりする事をおすすめします。

※グルーガンなどで、ビーズをつけたり、密に巻いたコットンボールにフェルトで目や耳のパーツをつけ、まん丸の動物も作ることができます。また、たこ糸と竹ひごで、左の写真のようなモバイルも作ることができます。

Q&A 拡大版

ギフト用の葉とらずりんごを自宅用にも注文しました。届いたりんごが「真っ赤」だったのですが、葉とらずりんごでも「真っ赤」になる場合があるのでしょうか？

発送しましたりんごについて、北山青果に確認を致しましたところ、出荷したりんごは「蜜入り葉とらずサンふじ」でした。また、「色ムラがない、真っ赤なりんご」について確認し、次のような回答を頂きました。

一般的な葉とらずサンふじは、葉の影により色ムラ等がありますが、北山青果で契約している葉とらずサンふじの生産者は、美味しくするために玉回しをして色ムラをなくしています(少なくしています)。また、りんごのおしり部分にも光が当たるように反射シートも使用しています。葉とらずではありませんが、色ムラのない(少ない)サンふじにしています。

これからも美味しいりんごをお届けできるよう努めておりますが、お気づきの点がございましたら、センター、または、担当者までお申し付け頂きますようお願いいたします。

コープあおもり商品企画課

なぜ、リンゴの皮は赤くなるの？

リンゴの皮が赤いのは、アントシアニン(ポリフェノール的一种)という赤色の色素が含まれているためで、黄色いリンゴは作られるアントシアニンが少ないため赤くなりづらいです。りんごのアントシアニンは、葉で作られたデンプンがブドウ糖に変化し、果実に送られたあと、フェニルビルビン酸(アミノ酸の一種)に変化します。フェニルビルビン酸は気温が15～20℃の時、紫外線(太陽光)を浴びると、アントシアニンに変化し、変化した部分が赤くなります。

葉取らず栽培では、実に葉の影ができやすく、紫外線が当たらない影の部分が色ムラの原因となります。そのため、色ムラのないりんごを作ろうとする際には、本文中にもあるように玉回しや、反射シートを使うことで色ムラを減らします。

また、りんごの着色には、クロロフィルという緑色の色素が関係しており、クロロフィルが減少すると赤く色づきやすくなります。実際に袋をかぶせると、このクロロフィルの減少を促進することができるため、袋を外した後、きれいに赤く色づくそうです。サン～とつくりんごは、袋をかぶせない栽培をしたリンゴで、糖度が増し、おいしくなる一方、袋をかぶせた場合に比べて、クロロフィルが減少しづらいので、着色はむずかしくなるそうです。

