

厚労省が示した年収区分高額療養費上限額の見直し例（70歳以下）

年収区分	370万円～510万円	510万円～650万円	650万円～770万円
現行 1 月上旬上限額	約 8 万円	約 8 万円	約 8 万円
* 多数回該当	約4.4万円	約4.4万円	約4.4万円
27年 8 月から	約8.8万円	約11.3万円	約13.8万円
* 多数回該当	約4.8万円	約6.3万円	約7.6万円

* 多数回該当：12か月以内に3回以上、上限額に達した場合は、4回目から上限額が引き下がる制度

政府を追い詰めた。3月7日、石破首相は制度見直しの凍結を求める患者団体との面会後、高額療養費制度の負担上限額引き上げについて、本年8

「凍結」でなく中止を

国会審議を通じて、厚労省は制度利用者の収入データも持ち合わせていないことが分かりました。また多数回該当を据え置いた政府修正案でも1950億円の受診抑制を見込むなど命を蔑ろにする姿勢が露わになりました。受診抑制を前提とし、患者の命への責任も放棄する政府の姿勢に対し、当事者や患者団体の怒りを背景に批判的な世論が広がり、

(1面からつづく)



区民のいのちを守れ

渋谷社保協

高額医療、大幅増員を
渋谷区議会へ請願要請

3月21日、渋谷社保協障推進協議会は渋谷区議会会派への請願行動を実施し、代々木病院と労働組合が参加しました。労組は安全・安心の医療・介護の実現（大幅増員と処遇改善）を国に求める意見書請願の要請を区議会各会派に要請しまし

た。労組の佐藤書記長は、医療現場での看護師不足と過重労働、変わらない低賃金構造など深刻な実態を伝え、改善への協力を求めました。社保協は、高額療養費限度額引き上げの中止を国に求める意見書の請願を要請し、限度額引き上げは受診抑制と生活破壊につながる恐れがあり、「区民のいのちを守れ」と区議会として声を上げる

平和を守るアピール行動



千駄ヶ谷駅前

3月6日お昼に、千駄ヶ谷駅前で行いました。行動では、3日から7日まで行われる第3回核兵器禁止条約締結国会議に、「核兵器の非人道性」を言いながら今回もまたオブザーバー参加を求めました。あわせて8.7兆円の大軍拡予算に抗議し、戦争する国づくりのための大軍拡と9条改憲への反対を訴え、署名の呼びかけをしました。

月実施予定の定率改定を含めて、制度の「見直し全体について実施を見合わせる」と3度目の見直しを表明しました。「事実上の引き上げ凍結」と報道されていますが、石破首相は2026年度以降の制度のあり方については、今年の秋までに再検討し決定すると表明しています。少子化対策、現役世代の負担軽減のためと称して、その財源を若い世代、現役世代も多く含むがんや長期療養患者の負担増に求めることは、健康な人びとと現在の療養中の人びととの間に分断を持ち込み、健康の自己責任論をいっそう強めることにつながりかねません。本来であれば、物価上昇を考慮して患者の負担を減らすなど、全世代のいのちを守る「セーフティネット」としての役割を発揮することこそが求められます。



入れ歯にしたりします。学校に行っていた頃は歯の役割を發揮することこそが求められます。

歯医者に行くのはいつですか？
痛みや腫れなどの不具合が出たらですか？確かに、虫歯でもないのに歯医者には行かないよ、という方もいらっしゃると思います。でも、歯が痛くなつてからの治療は結構重症になってからの治療で神経の処置が必要になったり大きな被せ物をするようになったり歯を抜いて入れ歯にしたりします。学校に行っていた頃は歯の役割を發揮することこそが求められます。



歯医者に行くのはいつですか？

— その129 — 歯科医師 妹尾ゆかり

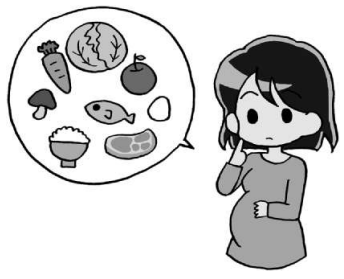
科検診を受け、痛くもないのに虫歯がありますと言われ歯医者に行つていただく皆さんは忘れてしまつたのです。歯周病は成人の約7割がかかっています。高血圧の4割に比べてもかなりの罹患率です。今の高校の授業では生活習慣病の勉強もあり歯周病は高血圧や糖尿病と並び学んでいます。生活習慣病は自覚症状ではなく健康診断での検査でわかるもの

です。歯周病も検査で重症度を判定します。代々木歯科の患者さんの大半は歯

歯医者に行く頻度は少ない方でも1年に1回のチェックをお勧めします。抜かなきゃならないほど悪くしてから抜くのは嫌だ、入れ歯は嫌だとならないように歯医者で管理してもらいましょう。

サプリメントに頼らない生活

薬剤師 藤竿伊知郎 (元外苑企画商事)



貧血を防ぐために、鉄分が多い食べ物としてよく知られているのがレバーです。特に妊婦さんには、鉄とたんぱく質が豊富な牛肉やレバー、カツオなどの赤身魚、あさりなどがおすすめです。また、妊婦初期に

した。50gあたりの鉄の量(㎎)は、牛もも肉が1.3、カツオやマグロが1.0なのに対し、豚レバーは6.5、鶏レバーでも4.5と、効率よく鉄をとることができる。一方、レバーには赤血球を作るのに必要な葉酸やビタミンB12、肌や粘膜を健康に保つビタミンAも多く含まれています。一見、レバーはとても優れた食材に思えますが、ビタミンAのとりすぎには注意が必要です。栄養バランスを考えながら、適量を心がけましょう。

とりすぎると奇形の子が生まれることが分かっています。特に、妊娠前3か月から妊娠初期3か月に1日3000㎍以上とると、そのリスクは5倍になります。ビタミンAは脂溶性で、体内に蓄積されやすい特徴があります。

(117) レバーの鉄分とビタミンAの注意点