

健診結果を 放置しないように しましょう

健診は毎年受けることがまず大切です。でも、結果を放置しては意味がありません。「要精検」や「要治療」などの指示を無視したのでは、せっかく健診を受けた意味がなくなります。忙しいならなおさら、早めに受診して不安をなくしてください。もし病気と診断されても、治療の開始が早いほうが治りやすいですから、「健診を受けてよかった」と前向きにとらえましょう。



医療費控除の季節です



1年間（1～12月）に自己負担した医療費が10万円（年収200万円未満の人は年収の5%）を超えた人は、税務署に申告すれば所得税の還付を受けることができます。

医療費控除の対象となる「医療費」は、健康保険の適用よりも幅広く認められています。

$$\begin{array}{|c|} \hline 1年間の \\ \hline \text{医療費合計} \\ \hline \text{(家族分)} \\ \hline \end{array} - \begin{array}{|c|} \hline \text{保険金等で} \\ \hline \text{補てんされる} \\ \hline \text{金額}^* \\ \hline \end{array} - \begin{array}{|c|} \hline 10万円 \\ \hline \text{(年収200万円未満の} \\ \hline \text{場合は年収の5\%)} \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{医療費} \\ \hline \text{控除額} \\ \hline \end{array}$$

*傷病手当金・出産手当金は差し引く必要はありません。

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{医療費控除額} \\ \hline \end{array} \times \begin{array}{|c|} \hline \text{所得税率} \\ \hline \text{(所得に応じて5\sim40\%)} \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{還付される金額} \\ \hline \end{array}$$

※課税所得が変わり所得税率が下がる場合は、還付される金額がさらに増えることがあります。

■詳しくは最寄りの税務署または
国税庁ホームページ (<http://www.nta.go.jp>) まで

花粉症対策はお早めに

花粉症対策に欠かせない、花粉飛散情報。日本気象協会や環境省では、飛散開始時期の予測や花粉飛散量を発表しており、インターネットなどでもチェックできます。服薬開始時期の参考にしたり、飛散量のピーク時期や多くなる時間帯を把握し、花粉をシャットアウトするのに役立ちます。

■日本気象協会の花粉情報

<http://tenki.jp/pollen/>

1月頃から情報を配信。各地のスギ花粉前線予測などの情報も提供している。

■環境省花粉観測システム

「はなこさん」

<http://kafun.taiki.go.jp/>

2月上旬から、各地の1時間ごとの平均花粉量などをホームページに掲載。毎時35分頃に情報を更新している。

花粉飛散情報を
チェックして、
セルフケアに活用を



事業概要

(平成24年11月末現在)

事業所数



8事業所

被保険者数



男 1,476人
女 658人
計 2,134人

平均標準報酬月額



男 360,283円
女 261,015円
平均 329,674円

被扶養者数



1,076人
1人当たり扶養率
0.50人

介護保険第2号被保険者数



658人