

### 下肢(脚)の筋力チェック

### あなたの脚年齢は?

何にもつかまらなくて背筋をのばしたまま立ち上げられる。

はい

いいえ

何にもつかまらなくてゆっくり座れる。

いいえ

はい

手で膝を押せば立ち上げられる。

いいえ

膝に手を添えればゆっくり座れる。

はい

いいえ

膝を90°まで曲げて屈伸が10回以上できる。

はい

いいえ

膝を120°まで曲げて屈伸が楽に10回以上できる。

はい

いいえ

**20~30代**

**40代**

**60代**

**70代**

**80代**

このテストは、主に大腿四頭筋という太ももの筋力をみるものです。大腿四頭筋は立ち座り、歩行、階段昇降などの多くの動作に重要な筋で、この筋が弱いと転倒しやすくなったり、膝の痛みや変形を引き起こしたりすることがあります。あくまでも目安ですので個人差がありますが、実年齢より高かった方は要注意です!脚の筋力を鍛えて、いつまでも元気に歩きましょう!!

**皆様の声を聞かせてください!**

イムス三芳総合病院では、よりよい病院づくりをすすめるため、患者様・地域の皆様のご意見を募集しています。ご意見は下記FAX、E-mailまたは院内総合受付横に設置のアンケートBOXまで。皆様の貴重なご意見をお待ちしております。

FAX : 049-274-7016 E-mail : renkei.mkh@ims.gr.jp

イムス三芳総合病院 広報誌  
Plaza ims (プラザイムス) Vol.9 2008.5  
発行/イムス三芳総合病院 地域医療連携室  
発行日/2008年5月  
〒354-0041 埼玉県入間郡三芳町藤久保266-1  
医療法人社団明芳会 イムス三芳総合病院  
TEL049-258-2323  
http://www.ims.gr.jp/miyoshisougou/

# PLAZA IMS 春

## プラザイムス

2008/5月 Vol.9(春号)

イムス三芳総合病院

耳鼻咽喉科・小児科外来を開設しました。

★ 「耳鼻咽喉科」「小児科」 OPEN ★

イムス三芳総合病院  
耳鼻咽喉科医師  
宮崎 貴志

イムス三芳総合病院  
小児科医師  
泉田 美知子

耳鼻咽喉科に赴任してきました宮崎貴志です。耳、鼻、のどの疾患はもとより、めまい、いびきなどの診療を行ってまいります。地域の皆様から親しまれ、信頼されるよう力を尽くしたいと思います。お気軽にご相談ください。日本耳鼻咽喉科学会・認定専門医の資格を有しています。

4月から小児科外来を担当する泉田美知子です。日本小児科学会小児科専門医です。小児科医になって、一層子ども好きになりました。子どもが病気になると親御さんも不安になるお気持ちよくわかります。気になる症状があれば、何でもご相談下さい。少しでも地域の皆様のお役に立てますよう、頑張ります。



耳鼻咽喉科

「耳鼻咽喉科」「小児科」  
**OPEN**

小児科

耳鼻咽喉・小児専門の科ができました。地域の皆様のお役に立てますようスタッフ一同頑張ります。



耳鼻咽喉科外来のスタッフです。笑顔で患者様をお待ちしています



個性的な顔の看板犬「まっきー」が窓口でお迎えます。



小児科外来スタッフ。みんな子供が大好き! 笑顔でお待ちしております。



当院のネブライザーは先端が柔らかく、軽い設計です



最新ユニットで丁寧に診察しています。



対話をしながら丁寧に診察していきます。

# 平成20年4月より 後期高齢者医療制度(長寿医療制度)がスタート

平成20年4月から、これまでの老人保健制度に代わり、新たに後期高齢者医療制度がはじまります。この制度は、高齢者の医療の確保に関する法律(平成18年6月成立)の施行により、新たに独立した医療制度です。保険者は各都道府県の後期高齢者医療広域連合となり、各区市町村に後期高齢者医療の係りの窓口が設置されます。75歳以上の方は、いままで加入していた保険(国民健康保険、社会保険等)を抜けて後期高齢者医療制度へ加入となります。また、65歳以上75歳未満の方で一定の障害がある方は任意で加入する保険が選べます。

■ 対象者

- ・ 75歳以上の方(生活保護受給者等を除く)
- ・ 一定の障害がある65歳以上の方で、申請をして認定を受けた方

■ 医療機関等にかかる時

医療機関等で受診した時は、かかった医療費の一部を負担していただきます。(負担していただく割合は保険証に記載されています。)

一般	1割
現役並み所得者	3割

■ 患者様負担

月ごとの負担の上減額

所得区分	自己負担限度額 外来	自己負担限度額 入院+外来(世帯合算)
現役並み所得者	44,400円	80,100円+ (医療費-267,000円)×1% (※ 44,400円)
一般	12,000円	44,400円
低所得者	8,000円	24,600円
低所得者	8,000円	24,600円

(※)内の金額は、多数該当(過去12ヶ月に3回以上の高額療養費の支給を受けた場合の4回目以降の支給に該当)の場合

年ごとの負担の上減額

所得区分	高額医療・高額介護合算制度における 自己負担限度額※
現役並み所得者	670,000円
一般	560,000円
低所得者	310,000円
低所得者	190,000円

※同一世帯の被保険者において、医療保険と介護保険の自己負担がある場合、それらを合算した額の年間(8月~7月)の上減額

■ あとで払い戻されるもの(療養費)

次のような場合には、かかった医療費を一度全額自己負担していただきますが、必要な書類を添えてお住まいの市町村の後期高齢者医療の係りへ申請することにより、一部負担金を除いた額が払い戻されます。



1. 急病などのやむを得ない事情で、保険証を持たずに医療機関にかかったときの費用
2. 輸血したときの生血代
3. 医師が必要と認めた治療用装具(コルセット、義足など)の費用
4. 医師が必要と認めた、はり、きゅう、マッサージ等の施術費
5. 骨折・ねんざ等で施術を受けた柔道整復師の費用(保険を取り扱っている柔道整復師については、一部負担金で施術を受けることができます。)
6. 海外旅行中に医療機関等にかかったときの費用

■ 葬祭費の支給(葬祭費の支給)

被保険者が亡くなられたとき、その葬祭を行った方に5万円が支給されます。次の書類等を持って、被保険者がお住まいであった市町村の後期高齢者医療の係りへ申請して下さい。

- ・ 葬祭を行った証明書類
- ・ 亡くなられた方の保険証
- ・ 葬祭を行った方の印かん
- ・ 葬祭を行った方名義の振込先口座(郵便局は除く)

