



医療費控除について

中村事務部長より

医療費控除という言葉をご存知ですか？自分自身や家族のために医療費を年間10万円以上支払った場合、確定申告をすると、一定の金額の所得控除を受けることが出来る制度のことです。（高額療養費給付制度とは別の制度となります。）

医療費控除の対象となるものはどのようなものでしょうか。例えば医師に支払った治療費、診療費や、子供の歯列矯正、通院、入院のための交通費、在宅介護の利用料、老人保健施設、療養病棟の利用料（食費、居住費など）があります。逆に対象とならないものは、美容整形の費用や予防注射の費用、メガネやコンタクトレンズ購入のための眼科受診料も対象にはなりません。また、やむを得ない場合のタクシー代や、6ヶ月以上寝たきりの人のオムツ代などは医師の証明があれば、医療費控除の対象となります。

医療費控除を受けるために、申告用紙（1月から最寄の税務署でもらえます。返信用封筒を送れば郵送もしてくれます。）、領収書、源泉徴収票（給与所得がある人）、認印、通帳、身分証明書を用意します。

以上のものがそろったら税務署で申告を行います。期間は2月16日～3月15日までです。変更がある場合がありますので、まずは電話で確認して下さい。



何かご不明なことがございましたら、当院の医療相談室までお気軽にご相談下さい。医療相談室 0467-31-7691（直）月～金（祝祭日除く）8：30～17：30

診療科案内

内科・循環器内科

変わってきた血圧管理(携帯型24時間自動血圧計)

当院内科外来では、携帯型24時間自動血圧計を導入しました。医師が血圧を測るときに腕に巻くカフを上腕に巻き、機械本体をポケットに入れておけば24時間、時間ごとに空気を自動的に取り込み、カフを膨らませて血圧を測定し、図った血圧を記録します。300g以下と非常に軽く、ずっと付けていても負担にならず、入浴時を除いて、普段の日常生活の中で血圧が測れるのが特徴です。最近注目されている夜中の「高血圧」は、24時間血圧測定でなければ発見できません。従来寝ている間の血圧は問題にされませんでした。携帯型自動血圧計で夜間の血圧が測れるようになり、夜中から明け方にかけて血圧が高くなるタイプの人がいることが判ったのです。血圧に不安のある方はぜひ、医師に相談して携帯型24時間血圧測定をしてもらってはいかがでしょうか。

ちなみに、料金は検査自体でしたら負担割合に応じて、200円～600円（診察料その他別途）です。



病棟紹介 医療療養病棟



急性期の医療を終えて、症状が安定した後も退院が困難で長期療養を継続する必要がある患者さんを対象に、一人ひとりに見合った生活づくりや、機能回復の効果的な援助が出来る様にリハビリテーションを行いながら、快適な療養生活を提供する病棟です。また、寝たままの状態の入浴出来る特殊浴槽での週二回の入浴、リクライニング

車椅子での院内散歩や病室での音楽鑑賞、四季折々の飾り付けなどで季節の移り変わりを感じながら、毎日をゆったり過ごしていただいております。

「長期にわたる入院生活によって、狭くなりがちな生活空間や人間関係を少しでも広げられるように！」をモットーに患者さんの安らぎと笑顔を引き出せる様、スタッフ一同努力していきたいと思ひます。



～旬を食べよう～

栄養科より

すっかり肌寒い季節になりました。今回は旬の食材を使った料理をご紹介します。今、旬な食材は「鱈(たら)」です。鱈は比較的水分が多く、低カロリーな魚です。ダイエット中の方や、生活習慣病が気になる方には最適な食材です。鱈は切り身の場合、身に弾力のあるもの、透明感のあるものぬめりのないものを選ぶと良いですよ。

鱈とほうれん草のグラタン

(1人分189Kcal 調理時間20分)

材料(4人分)：生鱈(4切れ)、ほうれん草1/2束、しめじ1パック、粉チーズ適量、ホワイトソース缶1缶、バター小さじ2、A【白ワイン1/4カップ、顆粒コンソメの素小さじ1、塩・こしょう少々】

作り方：① 鱈は食べやすく切り、塩・こしょうをふる ② ほうれん草は茹でて3、4cm長さに切り、しめじは小房に分ける

- ③ 鍋に鱈とAを入れ、蒸し煮にする
- ④ バターを温めて②を軽く炒め、塩・こしょうをふる
- ⑤ ③と④をホワイトソースで和え、耐熱の器に入れて粉チーズをふる
- ⑥ オーブントースターで焦げ目がつくまで焼く

☆ポイント！ほうれん草の

代わりに、白菜など余った野菜を使ってもOK！



管理栄養士 高麗瑠泉

年末年始 外来診療のお知らせ

年内は12月29日(月)まで診察いたします。

年始は1月5日(月)より開始いたします。

休診期間中(12/30～1/4)は、救急患者さん

はお受けいたしますが、

お薬などは最低日数分

しかお出しできませんの

で、年内にお早めの受

診をお願いいたします。



●編集後記●

次回 平成21年1月発行予定

いよいよ冬到来です。風邪やインフルエンザのウイルスがやってきます。

外出から帰ったら「手洗い」「うがい」を忘れずにしましょう。

おかしいかなと思ったらすぐに受診しましょう。

Y. N



医療法人 社団南浜会 鈴木病院

〒248-0026 鎌倉市腰越1-1-1

TEL0467-31-7651(代)

<http://www.suzuki-hp.ne.jp>