

広島市歯科医師会だより

社団法人広島市歯科医師会

第 65 号

(H24.9.10)

今月のトピックス

| | |
|---------------------------|--------|
| 咲帆ちゃんの手術が無事終了しました | 1 ページ |
| 巻頭言 西区支部 椿田直也 | 2 ページ |
| 行事報告 | |
| 第 3 回支部長・副支部長会 | 2 ページ |
| 平成 24 年度広島市総合防災訓練 | 3 ページ |
| 広島市歯科医療福祉対策協議会総会 | 4 ページ |
| 広島東洋カープ 観戦の集い | 5 ページ |
| 第 4 回学校歯科保健のあり方検討委員会 | 5 ページ |
| 支部便り | 5 ページ |
| 各部からの報告 | |
| 保険・医療対策部 | 6 ページ |
| 情報調査部 | 8 ページ |
| 広報部 | 13 ページ |
| 会員ひろば | |
| あげます・売りますコーナー | 14 ページ |
| スタディーグループ「ふくろうの会」南区支部 岡野聡 | 15 ページ |
| 8 月定例理事会報告 | 16 ページ |

咲帆ちゃんの手術が無事終了しました

50 万人に 1 人とされる重い心臓病で苦しむ廿日市市在住の菊地咲帆ちゃん（2 歳）について、7 月 7 日付の本会発送文書にて会員の先生方に情報提供いたしました。その後の経過についてうれしい情報がありましたので、この旨ご報告いたします。

9 月 1 日に臓器提供者が現れ、9 月 2 日に移植手術が行われました。手術は無事終了し、術後の経過も順調だそうです。

ドナーとなった方のご冥福を祈るとともに、咲帆ちゃんが拒絶反応や感染症との闘いに打ち勝ち、元気に帰広されることをお祈りいたします。

<http://ameblo.jp/sahochanmama/entry-11344734477.html>

巻頭言

(広島県歯科医師会代議員の巻)

4 年 後

西区支部 榎田直也

昨年から今年にかけて、私は「定款、諸規程等改正検討委員会」、「学校歯科保健あり方検討委員会」に参加させていただいている。前者では、公益法人を目指すことを前提とした一般社団法人に移行するに当たっての種々の検討を行ったが、役員を選任、会長の選出、総会の開催規程等、その他もろもろ相当の改正が必要で、大変範囲の広い協議となった。

後者については公衆衛生としてのあり方と、広島市歯科医師会独自のシステムとしての「全員校医制」をどう改善していくかについて協議されているが、学校歯科医の定年制、任期制についても検討されている。

両方とも、会長からの諮問を受けての委員会であるが、今後の広島市歯科医師会の方向性を探る上で大変重要な委員会である。その重要な種々の問題に対し委員の

若い先生方はそれぞれしっかりした自分の意見を持っておられ、また、現在の状況等を説明される若い理事の先生方も的確な判断をされている。我が広島市歯科医師会も将来の大きな変化に柔軟に対応していけそうな頼もしさを感じた。

今年の夏は、ロンドンオリンピックで楽しませてもらったが、日本の若い選手たちが懸命にがんばっている競技を見ながら、「ようがんばると、これなら日本も大丈夫じゃ。」と年寄りくさい安心感を味わった。今回の両委員会を通じて、まあちょっとそれに似た安心感を私なりに持ったわけである。新法人の登記は平成25年4月の予定なので、次回のオリンピックのころは、広島市歯科医師会も一般社団法人化に十分に対応し、よりよい会になっていることと思う。

行 事 報 告

平成24年度 第3回 支部長・副支部長会

8月22日(水)午後7時30分より本会会議室において標記会議が開催され、執行部からは三役と瓜生理事が出席しました。

会長挨拶の後、執行部からは県歯会が実施する「平成24年度診療報酬改定に関する実質改定率等調査」について担当の瓜生理事から説明があり、各支部のご協力をいただきたい旨と、フリーマガジン・フリーペーパー等への原稿依頼に対する本会

の基本的なスタンスについての報告がありました。ついで各支部から以下のような報告が行われました。

支部報告

中区支部

7月 4日 ソフトボール支部担当者連絡会

7月23日 中区地対協 第15回介護保険在宅医療研修会

7月28日 中区支部夏期懇親会

8月 2日、9日、18日

ソフトボール練習

9月 3日 中区地域保健対策協議会研修会(予定)

東区支部

6月24日 東区女性会まつり 歯科相談

7月 8日 ぽっぽひがし 歯科相談

7月28日 東区支部会、納涼会

7月29日 東区地対協市民公開講座
「安心して子育てをするために」

南区支部

7月 6日 県立広島病院地域連携ビアパーティー

7月26日 支部研修会
演題「当科における口腔癌治療と治療成績について」

講師 県立広島病院口腔外科部長 桐山健先生

8月 9日 ソフトボール練習開始

8月18日 ソフトボール結団式

西区支部

7月21日 西区支部会 ビアパーティー

8月 2日 西区支部会
(1)年会費
(2)出務手当

続いて協議に移り、中区支部から「歯科医師会社団法人移行に関して、支部長・副支部長の任期との関連についての確認」という協議題のもと話し合われましたが、これにつきましては、各区支部の実情に応じて対応することとなりました。

最後に、熊谷 宏副会長の閉会の辞で終了しました。

平成 24 年度広島市総合防災訓練

8月23日(木)午後2時より広島市防災会議主催のもと、西区扇二丁目「西部多目的広場と周辺地区」で防災訓練が行われました。災害対策基本法第48条の規定に基づき、大規模な地震の発生を想定し、防災機関はもとより市民・企業・行政が一体となって各種訓練を実施することにより、相互の緊密な連絡協力体制を確立するとともに、地域住民の防災意識の高揚を図る目的で毎年実施されています。今回も72機関が参加し訓練を行いました。当会からも、毎年デンタルパーク号が出動し展示等を行っています。今年も中村隆一学術部

委員長と大久保昌美歯科衛生士が参加しました。



広島市歯科医療福祉対策協議会総会

日時:8月25日(土)午後3時30分
場所:県歯会館 4F 役員室

標記総会が広島市域4地区選出の委員出席のもと開催されました。山本智之協議会専務の開会のあと、土江健也協議会会長から「本協議会は広島市からの委託事業として平成2年より休日救急医療対策協議会としてスタートし、はや22年目を迎えております。訪問診療・節目健診・妊婦健診等色々な事業が増えてまいりました。本日出席の地区代表の先生方には、今日決まりました議案等は地区に帰られましたらそれぞれ報告をお願いいたします。」との挨拶がありました。続いて以下のように報告、議事が行われました。

議長・副議長選出

議長 小田 正秀 委員
副議長 青地 達朗 委員

報告事項

- (1)平成23年度広島市休日等歯科救急医療事業 事業報告について
- (2)平成23年度在宅訪問歯科健診・診療事業 事業報告について
- (3)平成23年度妊婦歯科健康診査事業 事業報告について
- (4)平成23年度節目年齢歯科健康診査事

業 事業報告について
(5)その他

議事事項

- 第1号議案 平成23年度広島市休日等歯科救急医療事業収支決算について承認を求める件
- 第2号議案 平成23年度在宅訪問歯科健診・診療事業収支決算について承認を求める件
- 第3号議案 平成23年度妊婦歯科健康診査事業収支決算について承認を求める件
- 第4号議案 平成23年度節目年齢歯科健康診査事業収支決算について承認を求める件
- 第5号議案 その他の案件

最後に穴村紳一協議会副会長から「このたび福祉対策協議会で出た欠損について理事会・役員会で協議した結果、4地区の会でそれぞれ負担をすることに決めさせていただきました。この点今後の運営について大きな問題であります。今日の資料持ち帰られ各地区の会員の方に説明していただきますようよろしくお願いいたします。」との閉会の辞で会議は終了しました。



広島東洋カープ 観戦の集い

去る8月26日、マツダスタジアムにて本年度2回目となる野球観戦親睦会が開催されました。

セ・リーグは懐かしのユニフォーム週間ということで始球式は北別府・掛布両OBによる対決形式となるなど夏休み最後の日曜日とあって大変盛り上がった試合となりました。

土江会長はじめ参加50余名の会員とご家族のみなさんでの応援も虚しく、残念ながら2-3でカープが敗れてしまいましたが、終盤はチャンスも多くあり見応えのある試合で手に汗を握りながらの観戦となりました。

次回の福祉共済事業は毎年恒例のXmasパーティです。今年は12月22日の開催です。今年も有名タレント&豪華景品にてお待ちしておりますので奮ってご参加くださいますようお願いいたします。



第4回学校歯科保健のあり方検討委員会

8月27日(月)午後7時30分から本会会議室にて標記委員会が開催されました。

はじめに大出委員長より前回の委員会の報告が行われ、次に協議事項として、学校歯科医の任期制及び定年制について、

学校検診時の検診レベルの均一化、出務手当について及び検診データの活用について幅広く協議を行った。

最期に次回委員会を9月24日(月)に開催することにし、閉会した。

支部便り

ソフトボール練習試合

まだ残暑が厳しい9月1日(土)、午後7時より廿日市市の「昭北グランド」において、佐伯歯科医師会ソフトボールチームとの練習試合を行いました。

今回の練習試合の目的は、来る10月14

日(日)に開催される「健康ソフトボール大会」での実戦形式での練習と、佐伯歯会との親睦です。広島市歯会は、中区と南区の合同チームで臨みました。

まず第1試合は佐伯Bと対戦し、立ち上

がりは動きが硬かったが、守備面において内野を中心とした堅い守りから試合の流れをつかみ、攻撃面においてはコツコツと繋いでいく攻撃で、10-2で快勝しました。

第2試合は、昨年の「健康ソフトボール大会」Aクラス優勝の佐伯Aと対戦しました。初回先頭打者のホームランで先制した中区南区合同チームでしたが、流石に相手は横綱。その裏打棒が爆発し、一挙に6点を奪われました。しかし、それ以降は守備陣の立ち直りから、相手に追加点を許さず試合の流れをつかんでいき、終盤に迫いつきましたが、最後は地力に勝る佐伯A、3点

を奪い結果は6-9で惜敗しました。

今回のこの練習試合は、中区と南区のソフトボールチームにとっては非常に学ぶべき点が多く、またいろいろな課題も多くみつかったものでもありました。

最後に記念撮影を行い、練習試合を終了しました。

参加者

中区 波田佳範 花木清隆 香川次郎
鈴木良貴 小松大造 前田羊一
清水 賢 福傳龍司
南区 岡野 聡 橋岡 優 豊岡正隆



各部からの報告

保険・医療対策部

知っておきたい税情報

社会保障・税一体改革の関連法案である「消費税増税法案」が6月26日衆院本会議で、一部民主党議員の造反があったものの、民主、自民、公明3党などの賛成多数により可決、参院に送付されました。その後、8月10日参院本会議で可決成立しました。消費税は、平成元年に3%で導入され、平成9年には5%に引き上げられていましたので、今回の引き上げは実施時期である平成26年から見ると17年ぶりということになります。当初案では、所得税・相続税の一部も併せて改正することになっていましたが、どのようになったのか見てみたいと思います。

税理士 竹本 利郎

1 消費税増税法案の主な内容

- (1) 消費税率を平成26年4月に8%（国税6.3%、地方消費税1.7%）平成27年10月に10%（国税7.8%、地方消費税2.2%）に引き上げ
- (2) 消費税率8%時点から「簡易な給付措置」を実施（低所得者対策として対象者に現金を支給するというものであるが、支給対象や金額は、今後予算編成に合わせて検討することで先送りされた。）
- (3) 給付付き税額控除か軽減税率のどちらを実施するかは結論先送り
（注）1 「給付付き税額控除」とは、減税と現金支給を組み合わせたもの
【問題点】”ばらまき”との批判が根強いほか不正受給を懸念する声も多い。対象者の所得の把握や的確な給付をするためには、個人を識別する番号制度（マイナンバー）の創設が必要だが、その法案の審議は一切進んでいない。
（注）2 「軽減税率」とは、食料品や光熱費など生活必需品に低い消費税率を適用するというもの
【問題点】対象範囲や軽減率を大きくすると税収が減り、場合によっては、追加の税率アップが必要となる。何を軽減対象にするかという線引きに利権が生じるおそれがある。複数税率には、インボイス制度の導入が必要との意見もあるが、現在のところ具体的な法案は提出されていない。
- (4) 景気条項の名目3%、実質2%の成長率は「努力目標」成長戦略や防災、減災など景気対策を実施
- (5) 増税に伴う住宅取得負担軽減策は税率8%時から実施する。
- (6) 自動車取得税・重量税など車体課税の見直しについても、消費税率が8%となるまでに結論を出す。

2 先送りされた税制改正

平成23年度の税制改正法案として国会に提出されてから、たびたび先送りされてきた所得税の最高税率引き上げや相続税の増税の法案は、今回も改正されず、年末の税制改正に議論を先送りされることになった。先送りされた税制改正案の内容は次のとおりでした。

- (1) 個人所得課税課税所得5000万円超について45%の税率を設ける（現行は40%）平成27年分の所得税から適用予定でした。
 - (2) 資産課税
 - イ 相続税の基礎控除の引き上げ
定額控除を5000万円から3000万円に引き下げ比例控除を1人1000万円から600万円に引き下げ
 - ロ 死亡保険金に係る非課税限度の見直し500万円に法定相続人のうち未成年者・障害者又は相続開始直前に被相続人と生計を一にしていた者の数を乗じた金額（現行は、500万円に全ての相続人の数を乗じた金額）
 - ハ 相続税の税率構造の見直し課税遺産額3億円超について税率を引き上げる。
 - ニ 未成年者控除及び障害者控除の引き上げ
 - ホ 贈与税の税率構造の見直し
20歳以上の者が直系尊属から贈与を受けた場合の贈与税率の軽減
 - ヘ 相続時精算課税制度の見直し
20歳以上の孫の追加（現行は推定相続人のみ）
贈与者の年齢要件を60歳以上に引き下げ（現行は65歳以上）
- 改正は、平成27年1月1日以後の相続又は贈与により取得する財産から適用することとされていた。

情報調査部

「社会保障制度改革推進法等の成立を踏まえ、日医の見解を公表」

日医白クマ通信(No.1579)定例記者会見 <http://www.med.or.jp/shirokuma/no1579.html>

社会保障・税一体改革関連法の成立を受け、横倉義武会長は、8月22日の定例記者会見で、日本医師会の見解を公表した。

「社会保障制度改革推進法」「社会保障の安定財源の確保等を図る税制の抜本的な改革を行うための消費税法の一部を改正する等の法律」など、社会保障・税一体改革関連法は8月10日に成立。これにより、消費税率は、平成26年4月に8%、27年10月には10%に引き上げられることとなったが、まず、同会長は、「消費税率の引き上げにより社会保障の安定的財源が確保されたこと、消費税収を年金、医療、介護、少子化のために充当することが明確化されたことを評価する」と述べ、引き上げに当たり、(1)消費税増収分の使途、(2)控除対

象外消費税の解消、(3)国民皆保険の堅持—に関する3点を要請した。

>>>上記の(3)国民皆保険の堅持については、社会保障改革推進法であいまいととられる表現(「原則として」すべての国民が加入する仕組み)が混合診療の解禁、健康保険適用範囲の縮小など懸念されると日医は指摘しています。また経済力により受けられる医療に格差が生じることは許されないと強調されています。そしてさらに今後設置される予定の「国民会議」に日医代表を参画させるべきとも要望しています。医師会、歯科医師会足並みをそろえていくことが必要でしょう。

平成25年度制度・予算に関する要望書(平成24年7月、日本歯科医師会)

日歯メンバーズルーム <http://www.jda.or.jp/member/c0103#d001542>

要望項目は25項目。(太文字は重点的な要望)

超高齢化社会を迎えた我が国のもっとも大切な課題は、高齢者の健康を守り、可能な限り健康寿命を平均寿命に近づけることです。高齢者のQOLの向上と社会的自立の確保を図るため、在宅歯科医療も推進し「歯科医療」から「介護」を支えてまいります。

その実現のために歯科医師は口腔機能を維持・増進させることにより、人の基本的な営みである「食」と「会話」を支え、国民が生きがいのある人生を送れるよう、その役割を今後も果たしていくと述べられています。

I 歯科医療の確保と充実について

- 1 国民皆保険制度の堅持と充実
- 2 歯科診療報酬の充実と財源確保

- 3 院内感染予防対策の充実強化・医療安全対策への対応
 - 4 医療情報に関する個別法
 - 5 **歯科医療分野のIT化推進のための予算措置**
 - 6 歯科医療機器の新規開発への助成及び保険償還価格の適正な見直し
 - 7 **医療計画における歯科医療の位置づけ**
- II 生涯を通じた歯科保健対策の確保と充実について
- 8 8020運動のさらなる推進
 - 9 「**歯科口腔保健の推進に関する法律(歯科口腔保健法)**」の普及・推進
 - 10 歯科と食育の連携強化
 - 11 健康増進法における歯周病予防対策の充実

- 12 特定健診(メタボリックシンドローム対策)に相当する新たな成人歯科健診の導入
- 13 全労働者を対象にした歯科健診の導入と産業歯科医の法制化
- 14 「健康日本21(第二次)」における歯科保険の位置づけ
- Ⅲ 高齢者に対する歯科保健対策と在宅歯科医療の充実について
- 15 介護予防における「口腔機能の向上」の推進
- 16 総合的な在宅歯科医療の推進
- Ⅳ 歯科医療従事者の要請・確保について

- 17 歯科医師の質の確保及び適正な供給のための環境整備
- 18 身元確認に資する人材育成のための法歯科医学教育の体制整備
- 19 歯科衛生士及び歯科技工士の要請
- V その他の事項について
- 20 口腔機能と全身的な健康状態の関係についての研究の推進
- 21 医系(歯科)技官の配置
- 22 身元確認に必要な資機材の整備と、歯科所見のデータベース化
- 23 災害時優先電話の活用
- 24 震災関係に関する要望
- 25 スポーツ歯科への支援

平成 25 年度制度・予算に関する要望書<重点的な要望> (平成 24 年 7 月、日本歯科医師会)
http://www.jda.or.jp/member/upd/file/seidoyosanyobo_h25_juten.pdf

平成 25 年度制度・予算に関する要望書 (平成 24 年 7 月、日本歯科医師会)
http://www.jda.or.jp/member/upd/file/seidoyosanyobo_h25.pdf

>>>> 過去 16 年以上にわたり 歯科医療費は年間 2 兆 5000 億円程度で横ばいを続けています。なんとか医療費予算の増加を、また超高齢化社会における歯科医療の方向性を定着させるために、国民が最後まで質の高い生活を送れるためにとの観点に

立ち 我々も素早い対応がとれるよう自己研鑽を積み重ねる必要があるでしょう。高齢者特有の全身状態の把握、対応方法、そして欠損補綴として「義歯」とどう向き合うか など考えなければいけません。

コーヒーブレイク

**サラリーマンには退職金がありますが、開業医の院長のリタイア後はどうなる。
 個人事業主の退職金「小規模企業共済」について**

開業歯科医院の院長先生など、小規模企業の個人事業主が個人事業をやめられた時(リタイアされた時)は企業に勤めるサラリーマンとは違って退職金というものはありません。院長などの個人事業主は退職金を払う立場ですが、もらうことはないのでしょうか。

国がつくった「経営者の退職金制度」というものがあります。「小規模企業共済」です。

小規模企業共済制度は、個人事業をやめられたときなどの生活資金等をあらかじめ積み立てておくための共済制度です。

小規模企業共済法に基づき、独立行政法人中小企業基盤整備機構が運営しています。

また、退職金としてだけでなく、事業の緊急時には積み立てている共済金の一部範囲内での借入もできるようになっています。

小規模企業共済のメリット

一番のメリットは節税効果です。掛け金は全額所得控除の対象となります。通常の生命保険料控除や年金保険料控除と比較したらかなり有利になっています。

また、日本の所得税は累進課税制度となっ

ており、高所得者ほど税率が高くなるため、このメリットは所得が多い人ほど高くなります。(小規模企業共済の節税効果は「支払った掛け金」×「税率」となっているためです)

■ 掛金の全額所得控除による節税額の一覧表

| 課税される所得金額 | 加入前の税額(a) | 加入後の税額(b) | | | 加入後の節税額(a-b) | | |
|-----------|------------|------------|------------|------------|--------------|----------|----------|
| | | 掛金月額1万円 | 掛金月額3万円 | 掛金月額7万円 | 掛金月額1万円 | 掛金月額3万円 | 掛金月額7万円 |
| 200万円 | 306,500円 | 286,000円 | 250,000円 | 178,000円 | 20,500円 | 56,500円 | 128,500円 |
| 400万円 | 776,500円 | 740,500円 | 668,500円 | 538,500円 | 36,000円 | 108,000円 | 238,000円 |
| 600万円 | 1,376,500円 | 1,340,500円 | 1,268,500円 | 1,124,500円 | 36,000円 | 108,000円 | 252,000円 |
| 800万円 | 2,008,000円 | 1,968,400円 | 1,889,200円 | 1,730,800円 | 39,600円 | 118,800円 | 277,200円 |
| 1,000万円 | 2,768,000円 | 2,716,400円 | 2,613,200円 | 2,406,800円 | 51,600円 | 154,800円 | 361,200円 |

※1 「課税される所得金額」とは、その年の総所得金額から、基礎控除、扶養控除、社会保険料控除等を控除した後の額で、課税の対象となる額となります。(なお、所得税、住民税の課税される所得金額は計算上同一としております。)

※2 税額は、平成22年1月1日現在(平成18年度税制改正適用)の税率に基づいています。

※3 節税額の計算については、中小規模ホームページの「加入シミュレーション」もご利用ください。
(<http://www.smrj.go.jp/skyosai/simulation/index.html>)

■ 所得税の確定申告書(お様式の例)

掛金月額3万円(3万円×12ヵ月)
課税所得金額
400万円であれば
108,000円
の節税!

小規模企業共済の毎月の掛金

掛金月額は1,000円から7万円までの範囲内(500円単位)で自由に選択できます。また、加入後も増額したり、減額したりすることができるので、事業の収入に応じて掛金を設定することができます。

共済金(退職金)の受け取り

共済金は事業の廃止(廃業)や退職した場合に受け取ります。満期はありません。また、共済金の受け取りは税法上「退職所得」として扱われるため、通常の所得税よりも税法上で優遇されるようです。

事業資金の貸付制度が利用できる(担保・保証人不要)

共済契約者は、払い込んだ掛金合計額の範囲内で、事業資金などの貸付が受けられます。

疾病または負傷により一定期間入院をした場合、または火災、台風、地震等の災害により被害を受けたため経営の安定に支障が生じた場合にも事業資金の貸付が受けられます。

共同経営者も加入できる

平成23年1月1日以降は制度の改正により、共同経営者も一事業主につき2名まで加入できるようになりました。

小規模企業共済の注意点

上記のようにさまざまなメリットがある小規模企業共済ですが、注意しておく点もあります。

加入資格がある

一定以上の規模の事業所(医院)の場合は加入できません。例えば、商業(卸売業・小売業)、サービス業を営む場合は、常時使用する従業員の数が5人以下の個人事業主でないと加入できません。医療法人などの直接営利を目的としない法人の役員も加入出来ないようです。

一年以内の解約の場合はゼロ

加入から一年以内に解約をする場合には掛け金は掛け捨てとなりますので、短期的な節税を考えている方には不向きです。

退職や廃業以外の理由での解約は一時所得扱いとなる(多額の税金がかかる)

退職や廃業の場合の共済金の受け取りは「退職所得」となり税制上優遇されますが、それ以外の場合には一時所得扱いとなり、受け取った時に多額の税金を支払う必要があります。

退職や廃業の場合、納付期間が5年以上必要

退職や廃業の場合は納付期間が5年以上であれば共済金の受取額が掛け金額以上になります。それ以外の場合は受け取り金額が掛け金額を上回るのは20年以上必要です。

以下に掛け金月額が1万円の場合の共済金等の受取額の表を示します

掛金月額が10,000円の場合 例えば、掛金月額を30,000円として試算するときは、下表の金額を3倍にしてください。

| 掛金納付年数 | 掛金合計額 | 共済金A | 共済金B | 準共済金 | 解約手当金 |
|--------|------------|------------|------------|------------|--|
| 5年 | 600,000円 | 621,400円 | 614,600円 | 600,000円 | |
| 10年 | 1,200,000円 | 1,290,600円 | 1,260,800円 | 1,200,000円 | ●掛金納付月数に応じて、掛金合計額の80%~120%増額額が受け取りいただけます。掛金納付月数が、240か月(20年)未満の場合は、掛金合計額を下回ります。 |
| 15年 | 1,800,000円 | 2,011,000円 | 1,940,400円 | 1,800,000円 | |
| 20年 | 2,400,000円 | 2,786,400円 | 2,658,800円 | 2,419,500円 | |
| 30年 | 3,600,000円 | 4,348,000円 | 4,211,800円 | 3,832,740円 | |
| | 税法上の取扱い | | 退職所得扱い | | |

以上のことから、経営者の退職金としての目的以外での利用の場はかなりメリットが消されてしまう制度であることが言えます。またその場合でも最低でも5年は掛け金を支払わないと損をすることになります。

しかしながら、これらの条件を考慮に入れても経営者の退職金として利用する場合はかなりのメリットのある制度であるよう

です。まだ未加入で加入条件を満たしている先生は導入を検討されてみてはいかがでしょうか。

くわしくは小規模企業共済(独立行政法人中小企業基盤整備機構)のホームページをご覧ください。

<http://www.smrj.go.jp/skyosai/>

猫背は万病のもと!?

ふと気付くと自分が猫背になっていることを自覚しました。

凝りやすい、疲れやすい猫背座りはボールやクッションを置いて改善

日経ヘルス編集長 藤井省吾の「健康時評」

http://www.nikkei.com/article/DGXNASFK1700C_X10C12A8000000/?dg=1

夏の休暇を終え、オフィスに復帰したとたん肩が凝る、疲れると感じている人はいないだろうか?

オフィスワークのときの椅子への座り姿勢が悪いために、肩こりや首の凝りなどで体調が悪くなったり、足がむくんだり、さらには太りやすくなる人がいる。実は、こんな不

調の多くは、骨盤を後傾させる座り方に原因があるとわかってきた。

まずは、下の写真の「いい座り方」と「悪い座り方」のどちらに近いかを、確認してほしい。これは、整形外科医でスポーツドクターの中村格子医師がまとめたもの。

悪い座り方＝猫背座り(疲れやすい、太りやすい)



いい座り方(太りにくい、凝りにくい)



右がよい座り方だ。このとき、骨盤は“立つ”状態で、首、肩、背筋のラインが縦に1直線になる。ところが、左の悪い座り方のときには、骨盤は“後傾”といって後ろに傾いた状態になる。椅子には背もたれがあるので、後傾状態でも背中では背もたれで支えられる。一見すると、楽そうだが、お腹はつぶれ、お尻は圧迫され、肩に対して首と頭が前側に突き出た格好になる。「骨盤が後傾した座り方は、楽なようで、実は楽でなく、肩や首が凝りやすい姿勢」だと中村医師は説明する。

しかも、太りやすい座り方でもある。日経ヘルス編集部では、代謝を測定する装置で「いい座り方」と「悪い座り方」のときそれぞれで安静時代謝を測定したことがある。すると、前者では1日当たりに直して1800kcal/日、後者は1390kcal/日だった。代謝に差が出た理由は姿勢を維持する抗重力筋の働きの有無にある。いい座り方の時には、腹筋や脊柱起立筋などの抗重力筋が体を縦に支えるが、悪い姿勢のときには、これらの筋肉群はほとんど働かなくなってしまう。

■女性の猫背座りは椅子が合っていないのが一因、ボールなどで骨盤を支えると改善

この悪い座り方は、猫背の一種であると考えられている。特に、女性では、立っ

るときは猫背ではなくても、座っているときにこの“猫背座り”が現れる人が多い。その理由の一つとして、椅子を研究する人々が挙げるのが、多くの女性が体格に合わない椅子に座っていること。

ボールやクッションを腰に当てると、骨盤が“立つ”

腰に自然なカーブをサポートするようにボールを当てる。腰がとても楽！



本来、オフィス用の椅子は、背もたれの下部が骨盤の上部を支えて「いい座り方」を促すように設計されているが、ここに大きく関わるのが座面の奥行き。男性にはぴったりの椅子でも、女性には奥行きが長すぎることがあり、そのために背もたれの下部が骨盤に当たらないことも。すると、自然と背中の上側を背もたれにもたれさせる“猫背座り”になってしまう。

では、肩こりや太るもととまでされるこの“猫背座り”の対策は？ 今、注目されているのがオフィスで椅子の背もたれと骨盤の間に、柔らかいボールやクッションをはさむ方法(右の写真)。ボールやクッションが骨盤の後ろ側を支えることで、骨盤は“後傾”状態から、“立つ”状態に変わり、自然と「いい座り方」を維持できる。

同じ働きを狙った専用のクッションや、スタンド状のグッズなどもあるが、ボールやク

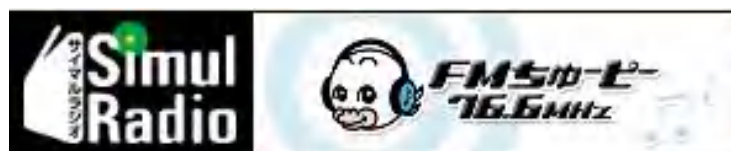
ッションでも効果は上々で、今、オフィスの女性の間では密かな流行となっている。

夏休み明けのオフィスで、「疲れやすい」と感じた人で、猫背座りを自覚しているならば、ボールやクッションを椅子の背と骨盤の間に挟む改善法をぜひ試してみてください。

>>>>診療室でできる簡単なストレッチ考えてみますかね。

広 報 部

FM ラジオ「FM ちゅーピー76.6MHzサイマルラジオスタート
お口の健康ひろば デンタルパーク 毎週月曜日午前 11 時から



広島市歯科医師会提供のお口の健康ひろば「デンタルパーク」がインターネットラジオで聴けます。FMちゅーピーのホームページ <http://chupea.fm/> の上記FMちゅーピーのロゴをクリックすると、ネット放送を聴くことができます。

8月28日収録、9月3日放送分

広島市歯科医師会 大石正臣
「唾液の効能」

唾液は私たちにとって不可欠なものです。1日に1ℓ以上分泌される唾液には、最近の発育抑制や食べ物の消化を助け、口臭を消し、むし菌や歯周病を防ぐ様々な効果があります。また唾液は条件反射によっても分泌され、例えば梅干しを見たり、想像することでも出ます。今回は、唾液の特徴・効能について考えていきます。

8月28日収録、9月10日放送分

広島市歯科医師会 瓜生 賢
「歯はパワーのみなもと」

重たい物を持ち上げる時、奥歯をグッと噛みしめてませんか？ 噛みしめる事により体に力が入り、よりパワーを発揮できるようになります。マウスピースをしているスポ

ーツ選手を見る事も増えました。今日は噛み合わせと全身の関係についてお話します。

8月28日収録 9月17日放送分

広島市歯科医師会 植木貴宏
「すてきな女性の輝く笑顔は健康的な口元から」

すてきな笑顔は、どんな方からも好印象を持たれます。口元に自信がないと、笑顔もぎこちなくなりがちです。むし菌や歯ならば、口臭などのお口の悩みと健康についてお話しいたします。

8月28日収録 9月24日放送分

広島市歯科医師会 細原賢一
「口臭の原因と対策について」

人と人とのつながりが避けて通れない現代社会では、口臭予防は身だしなみの一

つです。口臭のせいで、せっかくのおしゃれも台無しとなり、大切な人間関係に悪影響を及ぼすかもしれません。さわやかな息づかいで好感度アップを目指しましょう。今回は口臭のさまざまな原因や対策方法についてお話しします。

8月28日収録 10月1日放送分
広島市歯科医師会 村上明延

「喫煙と受動喫煙の危険」

皆さんは、最近良く耳にする副流煙や受動喫煙という言葉の意味や、それにまつわる害についてご存知でしょうか？今回は、今一度、喫煙のリスク、副流煙、受動喫煙とはなんなのか？どんな危険性を持ったものなのか？といったことについてお話ししたいと思います。

会員ひろば

あげます・売りますコーナー

不要になった機材で破棄するには惜しいモノはありませんか？

会員間の取引実績上がっています！

『売るためでなく、皆様の笑顔をつくりだすため』

写真1枚と100文字までの文章を受け付けます。

広島市歯科医師会事務局までどうぞ

東区きむら歯科 木村 太言

DELL 26インチモニターアナログテレビ・
端子つき
譲渡希望価格 5千円

パソコンモニターですが。テレビ出力用のカメラや顕微鏡の出力に最適です。



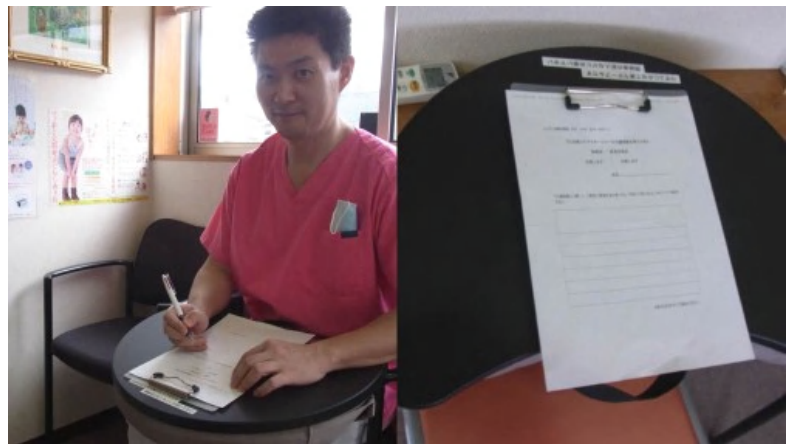
RF社製口腔内カメラ MIHARU
譲渡希望価格 5千円

画質は古いアナログテレビ程度ですが上記のテレビとセットで使えば「なんちゃってマイクロ」として根管も探れます。



IKEA で買ったクッションつき机 譲渡希望価格 1 千円

待合室に机がなくても問診票の記入が
楽になります。



※会員間での売買の際は当事者間で交渉して、薬事法等にご留意ください。

広島市歯科医師会は掲示するだけで 仲介はいたしません。

連絡先、電話番号は広島市歯科医師会名簿を参照ください。

スタディーグループ「ふくろうの会」

南区支部 岡野 聡

「ふくろうの会」は平成9年に発足して約15年になります。メンバーは6人 山本晃生、國司 政則、宇都宮 誠、大坪 宏、中村 隆一、岡野 聡です。発足のきっかけは、一人で診療していると何かといきづまることもあるのではないかと、そんな時気軽に相談できたり、また情報交換できる場があればいいのではないかとということで発足したのではなかったかと思います。三人寄れば何とかが六人寄ればといったところででしょうか。活動は、毎月一回金曜日の午後9:00～午後11:00の2時間、メンバー誰かの医院にて勉強会を行っています。お題は担当になったメンバーが自由に決めて行っています。特に決まったお題はありません。自分が最近興味のある内容だったり、参加した研修会の報告だったり、また業者を招いて新しい材料、機材の紹介だったりとさまざまです。日々の臨床に役立つ内容がメインです。もちろん症例検討もあります。また、年に一回ぐらい講師の先生を招いて研修会を開いたりもしています。過去には、尾澤 文貞 先生をお招きして咬合につい

での研修会、岩淵 龍正 先生をお招きして経営の研修会、またエンドに関してや口腔周囲筋に関する研修会その他さまざまな研修会をしております。今年の6月にはプレゼン話し方研究所株式会社代表取締役社長の 吉野 真由美 先生を講師にお招きして約3時間の研修をしていただきました。しかし、毎回勉強会かというところでもなく季節に応じてビアガーデン、忘年会と毎年欠かさず行っています。その他なぜか時々飲み会も。

そんなこんなで約15年、毎月メンバー集まるとの会です。正直あまり派手な活動ではありません。けれども、基本的なことからしっかり日々診療をするために研鑽することを目的として頑張ろうという気持ちで続いているように思います。これからも細く長くという感じかもしれませんが、続けていこうと思います。

最後に、「ふくろうの会」の名前の由来ですが、古代ギリシャではふくろうは知の象徴。また、ふくろうはよく首がまわります。首

を回して世界をよく見ていろんな情報を得るように。そして、首が回らなくなりますよ

うに。できれば、「不苦勞」でありますように。



8月定例理事会報告

平成24年8月29日(水)

部外報告

- 7月27日 広島市歯科医療福祉対策協議会会計監査
- 7月28日 広島県歯科医師国保組合・互助会総代会
- 8月4日 郡市地区歯科医師会会長会議
- 8月8日 連合地対協第2回災害時医療救護検討委員会
- 8月9日 第54回広島市学校保健大会・第51回よい歯の集い
- 8月16日 国保診療報酬審査委員会再審査部会
- 8月17-21日 国保診療報酬審査委員会
- 8月23日 平成24年度広島市総合防災訓練(西部多目的広場及びその周辺)
- 8月25日 広島市歯科医療福祉対策協議会役員会・総会
- 8月27日 広島市医療安全推進協議会

(連盟関係)

- 8月4日 連盟理事会、評議員会、デンタルミーティング

総務関係(山本専務)

- 7月27日 第9回会館建設対応検討特別委員会
- 7月28日 中区支部会
- 7月30日 合同総研との協議
- 8月6日 原爆死没者慰霊祭
- 8月7日 職員採用面接
- 8月10日 三役会(十三大市歯科医師会役員連絡協議会運営会議)
- 8月11日 B型肝炎ワクチン接種(第2回)
- 8月20日 広島市歯科医師会選出広島県歯科医師会代議員打合わせ会議
- 8月22日 第3回支部長・副支部長会
- 8月23日 合同総研との協議
- 8月26日 広島東洋カープ観戦の集い
- 8月27日 第4回学校歯科保健のあり方検討委員会
- 8月28日 三役会
- 8月29日 定例理事会

(慶弔関係)

- 8月1日 西区支部力田昌計先生ご逝去
- 8月5日 水野良行先生叙勲祝賀会

(入会関係)

- 8月20日 西区 入会希望者入会前面談
8月28日 中区 久保美貴先生入会後面談

(1)公衆衛生部

- 8月6日 原爆死没者慰霊祭
8月17日 委員会
8月8日 (県)常任委員会
8月9日 第54回広島市学校保健大会・第51回よい歯の集い

<高齢者歯科保健>(荒谷理事)

- 8月1日 休日歯科救急医療保険請求事務
8月2日 広島市地域包括支援センター運営協議会
8月4日 連盟評議員会・デンタルミーティング
8月9日 パナソニック保健師と協議
8月10日 デンタルサッカーフェスタ
8月11日 デンタルサッカーフェスタ
8月20日 入会前面談
8月25日 広島市歯科医療福祉対策協議会役員会・総会
8月26日 広島東洋カープ観戦の集い
8月28日 入会後面談
8月29日 休日歯科救急医療保険請求事務
8月2、18-23日 社保診療報酬審査会
7月31、8月7、21、28日 介護認定審査会

<一般歯科保健>(三戸理事)

- 7月27日 第9回会館建設対応検討特別委員会
7月30日 (県)第1回広島口腔保健センターあり方検討委員会
8月9日 広島市障害者施策推進協議会
8月10日 (県)第1回広島口腔保健センターあり方検討委員会小委員会
8月13日 広島市健康づくり計画「元氣じゃけんひろしま21」策定懇談会
8月16日 休日歯科救急医療視察
8月23日 広島市障害者施策推進協議会
8月25日 広島市歯科医療福祉対策協議会役員会・総会
8月12、20日
広島市歯科医療福祉対策協議会対応

<学校歯科保健>(上田理事)

- 7月25日 広島市学校保健会表彰審査委員会
8月6日 デンタルサッカーフェスタ打合わせ
8月10日 デンタルサッカーフェスタ

- 8月11日 デンタルサッカーフェスタ
8月23日 広島県学校歯科保健研究大会
8月26日 広島東洋カープ観戦の集い
8月27日 第4回学校歯科保健のあり方検討委員会

(2)学術部(本山理事)

- 7月31日 警察歯科小委員会
8月3日 警察歯科小委員会
8月6日 原爆死没者慰霊祭
8月8日 第2回連合地对協災害医療救護検討委員会
8月10日 委員会
8月15日 広島大学歯学部 西村・栗原教授と協議
8月17日 小委員会
8月20日 警察歯科委員会
8月21日 日本補綴歯科学会セミナー打合わせ
8月23日 広島市総合防災訓練
" 広島空港周辺警察歯科医会・総会
8月25日 警察歯科全国大会(三重県)

(3)保険・医療対策部(瓜生理事)

- 8月1日 休日歯科救急医療保険請求事務
8月2日 (県)保険部常任委員会
8月5日 集团的個別指導
8月6日 原爆死没者慰霊祭
8月9日 第54回広島市学校保健大会・第51回よい歯の集い
8月16-21日 国保診療報酬審査委員会
8月22日 第3回支部長・副支部長会
" 委員会
8月25日 広島市歯科医療福祉対策協議会役員会・総会
8月26日 広島東洋カープ観戦の集い
8月28日 FMちゅーピー収録
8月29日 休日歯科救急医療保険請求事務

(4)情報調査部(水内理事)

- 8月6日 原爆死没者慰霊祭
8月7日 委員会
8月24日 委員会
8月26日 広島東洋カープ観戦の集い

(5)広報部(木村理事)

- 8月1日 委員会
8月6日 原爆死没者慰霊祭
8月9日 第54回広島市学校保健大会・第51回よい歯の集い

- 8月10日 だより配信
8月25日 広島市歯科医療福祉対策協議会
役員会・総会
8月28日 FMちゅーピー収録
(瓜生賢・大石正臣・植木貴宏・
細原賢一・村上明延)
FMちゅーピー(新聞掲載)
7月30日 生え替わり時期の注意点
有馬 隆(広島市)
8月6日 噛むための食事
上田裕次(広島市)
8月13日 噛みんぐ30運動
岸本一雄(広島市)
8月20日 噛むカムレシピで健康に
小林英樹(広島市)
8月27日 脳血流を改善する唾液
山崎和広(広島市)

(6)学校歯科保健のあり方検討委員会

- 8月27日 第4回委員会

(7)特別委員会

- 7月27日 第9回会館建設対応検討特別委
員会

(8)救急蘇生委員会

(9)苦情相談

- 8月17日 相談 診療費の説明について(会員)

4. 協議事項

(1)入会関係について

- 南区支部西彰子先生の入会承認
西区支部入会希望者について現状報告

(2)鈴が峰小学校学校歯科医後任について

- 力田昌計先生の後任に、福島整先生を教
育委員会に推薦することを承認

(3)広島市歯科医師会だよりについて

- 内容等について協議

**(4)新法人移行申請に対する広島県の補正事
項通知について**

- 通知内容と対応について報告協議

**(5)指定都市学校保健協議会前日歯科保健協
議会について**

- 参加の有無を含めた今後のスタンスにつ
いて協議

(6)その他

5. その他

会員の皆様へ

広島市歯科医師会だよりに関するご意見やお問い合わせは、各記事に担当部
がある場合は、担当部の理事あてにお願いします。それ以外については、広島
市歯科医師会事務局ないしは広報部担当理事木村太言までお寄せ下さい。

広島市歯科医師会事務局 E-Mail: hiroshima@dentalpark.net

広報部担当理事 木村太言 E-Mail: tagon@ms2.megaegg.ne.jp