

ライフプランアドバイザーが教える



家計を見直す アイデア 税金

vol.21

LPAアドバイス 国民年金保険料は所得控除ができる

20歳になると、国民年金に加入することが義務づけられていますが、大学生で収入のない子どもの年金保険料を立て替えている方いるのではないのでしょうか？

同一生計の家族の年金保険料は、確定申告することによって所得から控除することができます。その分の税金が戻ってきます。ただし、年末調整で手続きできる場合もあるのでご注意ください。

20歳を過ぎても年金に加入していないと、事故に遭ったときなどに障害年金が受け取れない、など取り返しのつかない状況になることも。そのためにも、国民年金にはきちんと加入しておきたいものです。

LPAアドバイス 医療費がかかった年は税金が戻ってくる

その年に支払った医療費の額を、所得から差し引いて税金を軽くする「医療費控除」。所得から差し引けるのは、かかった医療費から、保険会社などから給付される保険金等と10万円(※)をマイナスした額です。入院・通院で受け取った保険会社からの給付金は、その入院や通院からだけマイナスします。マイナスできない分は、他の医療費から差し引く必要はありません。

歯列矯正も治療目的であれば控除の対象となります。また、禁煙外来で支払う医療費も対象です。

※ 総所得金額が200万円未満の人は総所得金額等の5%の金額

LPAアドバイス 介護保険サービスも医療費控除できる

介護保険サービスの一部も、所得から控除できる対象となります。介護サービス事業者からもらう領収書に、控除対象となる額が記されています。対象となるのは、以下のものです。

(例)

- 6ヵ月以上寝たきりの人のおむつ代で、医師が発行した「おむつ使用証明書」があるもの。
- 介護保険制度の下で提供される一定の施設・居宅サービスの対価。
- 通所リハビリテーションへ行く交通費。

介護保険の医療費控除は複雑です。分からないことがあったら、税務署の無料相談などを活用しましょう。



くらしの情報

子どもの虚弱にひと

広辞苑によると、虚弱とは、「体力がなく、弱いこと。また勢いが弱いこと。ひよわなさま。」とあります。自分なりに思う虚弱児とは、「よくかぜをひく、かぜをひくと長引く、高熱を出す、疲れやすい、顔色が悪い、食が細い、食べても体重が増えない」です。ある本には、虚弱児とは①病気がかりやすくて治りにくい②疲労しやす③身体の発達が遅れている④顔色が悪く貧血の傾向がある⑤アレルギー症状を反復する⑥不定愁訴があると書いてあります。

外来診療の現場では、「こういうお子さんが来院され、相談を受けることになりました。小児における過敏体質、自律神経不安定体質と診断されているお子さんもいます。具体的にはどのような病気が問題となるのでしょうか？」

【起立性調節障害】

めまい、立ちくらみ、吐き気、頭痛、意識消失、朝起きられない症状が見られます。起立性低血圧に伴う循環血液量の減少などが原因ですが、成長とともに症状は軽快します。時に不登校の原因となることもあります。

【周期性嘔吐症】

アセトン血性嘔吐症・自家中毒ともいいます。病気がベースにあつて吐く、または心理的な刺激に敏感に反応して吐きます。不満を排出したいが吐けない代償表現でしょう。

【原因不明の腹痛】

登園・登校前、発表会前、テスト前、試合前など心理的緊張が高い時、都合が悪い時に多く起こります。

【チック】

随意(自分の意志で動く)的に動く筋肉が、突然不随意的に動き見られます。運動性チック(目をパチパチ、肩を動かすなど)、音声チック(アーアーと声を出すなど)があります。1ヶ所、数ヶ所同時もあり、部位は移動すること、緊張すると増強し、心理的に落ち着き、何かに集中すれば消失すること、睡眠中は出ないことが特徴です。心配しないこと、親子の不安を取り除くこと、親の放任はなにかを確認します。過保護は逆効果です。気をつけなければならぬのは、他の子どもに迷惑をかけている、からかわれている、いじめ、非難の対象となっている、事実はないかです。

【その他】

神経性頻尿、夜尿、不登校、蕁麻疹、気管支喘息、アトピー性皮膚炎、神経性食欲不振症など。

《まとめ》

まずは心配しないこと、不安を取り除くことに気をつけます。いずれは治っていく病気がほとんどです。希望があれば西洋薬、漢方薬を使った治療ができます。私は西洋薬と小建中湯(しょうけんちゅうとう)という漢方薬をよく使います。小建中湯は虚弱の子どもにはピッタリの漢方薬です。漢方のアメが入っているので大変飲みやすくもなっています。困ったときは近くの小児科医に相談してください。



なかしま 俊彦 (なかしま しゅんげん)

DEKO 編集部行き

●ご意見・感想・身近な話題・クイズの答えなどお寄せください。

(フリガナ)	実名での掲載を希望されない方はペンネーム	ご利用形態
おなまえ	()	
〒		電話番号
おところ		- -

宛先

〒509-0197 各務原市鷺沼各務原町1丁目4番地1 コープぎふ DEKO 編集部
FAX 058-370-6860 E-mail yohtubo@tcoop.or.jp
(※ 住所は省略いただいても可)

今月のクイズ

漢字の破片を2つの漢字になるよう枠にあてはめてください。



完成した熟語は?

--	--

●11月号のクイズの答え
勤労 (きんろう)

クイズに応募いただいた中から抽選で10名の方に粗品を進呈いたします。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

クイズの応募お便り募集

■はがき・FAX・メールで以下の項目をご記入のうえ上記宛先までお送りください。
①クイズの答え(クイズのみの応募も可) ②身近な話題 ③読んだ記事名とその感想 ④しゃべっ茶ohと料理への投稿 ⑤〒番号・住所・氏名・年齢(差し支えなければ)・電話番号
※②の身近な話題、④の投稿は、発信往來、しゃべっ茶oh、料理のコーナー等で紹介させていただくことを前提にさせていただくため、採用に際して、投稿者へのご連絡は行いませんのでご了承ください。匿名やペンネームなどを希望される方は、お名前のおところにその旨を記載いただければ結構です。

お知らせ
しゃべっ茶oh! と料理のテーマ 募集
は13ページをご覧ください。

今月号の応募締切 2012年12月10日(必着)

