

# やりくりアイデア!! LPAの井戸端会議

セルフメディケーション税制は、増え続ける医療費を抑えるために制定されたもので、厚生労働省のホームページに詳しく記載されています。

お問い合せ  
コープぎふ LPAの会事務局  
TEL 0583706713  
月～金曜日9時～17時(土日休み)

今回のテーマ

## セルフメディケーション税制ってどんな制度?

LPA 小山 明子

今年から平成33年まで、セルフメディケーション税制がはじまりました。この税制は、現行の医療費控除より金額的なハードルが低く設定されています。必要なのは2つの要件です。

- 1 薬局・ドラッグストアで購入する薬品の内、スイッチOTC医薬品(外箱に表示があるものが多い)の合計額が、年間1万2千円を超える(上限8万8千円)。  
※レシートや領収証には、その旨が明記されています。
- 2 定期健康診査・予防接種・がん検診・定期健康診断・健康診査のいずれかを受ける(無料でもOK)。  
※レシートや健康診断などの証明が必要なので、確定申告期まできちんと保管してください。



### セルフメディケーション(自主服薬)推進のためのスイッチOTC薬控除(医療費控除の特例)の創設

制度の内容 厚生労働省HPより

対象となる医薬品(医療用から転用された医薬品:スイッチOTC医薬品)について

- スイッチOTC医薬品の成分数:83(平成29年1月13日時点)
- 対象となる医薬品の薬効の例:かぜ薬、胃腸薬、鼻炎用内服薬、水虫・たむし用薬、肩こり・腰痛・関節痛の貼付薬(注)上記薬効の医薬品の全てが対象となるわけではない

本特例措置を利用する時のイメージ

- 課税所得400万円の者が、対象医薬品を年間20,000円購入した場合(生計を一にする配偶者その他の親族の分も含む)

20,000円 (対象医薬品の購入金額)	● 8,000円が課税所得から控除される (対象医薬品の購入金額:20,000円-下限額:12,000円=8,000円)
12,000円(下限額)	● 減税額 ● 所得税:1,600円の減税効果(控除額:8,000円×所得税率:20%=1,600円) ● 個人住民税:800円の減税効果(控除額:8,000円×個人住民税率:10%=800円)

### 組合員さんの声で

## 開発改善

「クリーニング屋さんのエリそで洗剤 徳用ボトル」の容器をやわらかくしました。

### 組合員さんの声

徳用タイプのボトルが固くて使いづらいです。手が痛くなります。

### 声で改善

2017年3月5週から、容器をやわらかく改善しました。やわらかくなったことで、スムーズに塗れて使いやすくなりました。



## あなたのギモンにお答えします!!

Q カフェインが入っていないコーヒーを試したいと思います。どのようにカフェインを抜いているのか教えてください。

A カフェイン除去方法は、メーカーにより異なる場合がありますが、多くの商品が水を使って除去する方法を採用しています。

- ① 生豆を水につけ、コーヒーの成分を抽出します。
- ② 抽出した液からカフェインだけをフィルターで除去し、カフェイン以外の抽出液をつくります。
- ③ その抽出液に再度生豆を投入し、生豆に残留したカフェインをさらに除去します。
- ④ カフェインが抽出された生豆をとりだし乾燥させます。
- ⑤ 計量してブレンドし焙煎、粉碎、パック詰めを行い製品にします。

このように2段階でカフェインを取り出すことで、カフェイン以外の成分の損失を抑えることができます。

2才の娘は、食パンが好きで毎日食べてます。「耳もおいしいよ～」と言ったら「目と鼻と口はどこ？」と娘。チョコペンで顔を書いて、美味しく食べてまーす♪ | 高山市 るるんさん |



今回のテーマ

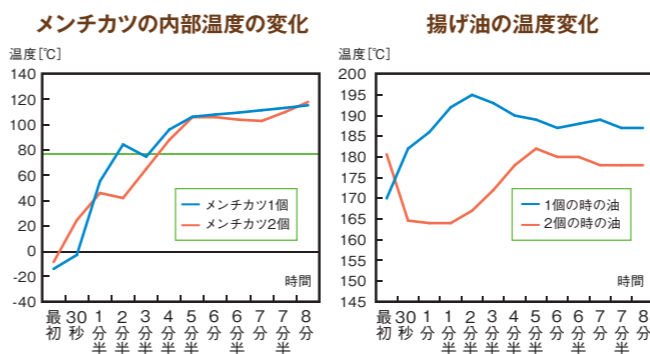
## 1度に揚げる量で油の温度変化に差はある?

昨年、冷凍メンチカツが原因で腸管出血大腸菌O157の食中毒がありました。原因としては加熱が不十分か、メンチカツから調理器具などに食中毒菌が移った可能性が考えられています。揚げ物の加熱不足を防ぐにはどうすればいいのでしょうか。



### 揚げ量で、温度は変わるの?

食中毒の予防には「中心温度が75℃になるよう1分以上加熱」が必要だといわれています。そこで検査センターで、揚げた時の食品の中心温度や、揚げ油の温度変化、揚げ量により油の温度がどのように変化するかを調べてみました。



左のグラフは1個だけ揚げた時、2個で揚げた時のメンチカツ内部の温度です。1個の時は、2分から2分半で75℃になりましたが、2個の時は4分程度経ないと75℃を超えません。75℃で1分以上加熱するには、そこからさらに1分以上揚げる必要があります。

右のグラフはメンチカツを入れた後の油の温度変化です。1個の時と比べると2個の時は約20℃も温度が下がることがわかります。

メンチカツを揚げている途中で割ってみました。内部はまだ赤みかかっています。この時、油の温度は170℃でメンチカツの中心温度は45℃でした。



### 揚げ量によって揚げ時間を変えましょう

今回の実験で、1度に揚げる量によって油の温度とメンチカツの内部の温度が違いました。つまり、揚げ量によって揚げる時間を変えなければならないのです。家庭で揚げ物をするときには、1度にたくさん揚げないように心がけること、心配な時は、割って火の通りを確かめることをおすすめします。

実験に使ったメンチカツの包材には、「解凍しないでそのまま170～180℃の油で7～8分間揚げてください(1～2個の場合)」と書いてありました。しっかりと加熱(殺菌)するためには、表示の揚げ方をしっかり守りましょう。



冷凍の食品には、生肉が使用されていることもあります。未加熱のメンチカツは肉と同じように、手指や調理器具などを介して他の食材を汚染させないような注意も大切です。表示どおりに加熱して、美味しくいただきたいものですね。

2016年度

## 第11回 理事会だより(4/12)

1 3月期決算について承認しました。2016年度決算(下記)は、第12回理事会(5月10日)で承認しました。

事業結果	3月実績	予算差	累計実績	予算差
商品の供給高	1,972	-47	25,662	-578
総事業高	2,057	-48	26,493	-593
事業経費	448	-30	5,805	-185
当期損失金	208	-217	32	-214

組合員数 233,497名 計画比 99.3% (加入 618名)  
出資金 41億5,724万円 一人当り出資金 17,804円

2 第19回通常総代会(6月13日(火)岐阜グランドホテルにて開催)に向け、2016年度剰余金処分(案)の考え方などを確認しました。

3 スクロールのお届け形態の変更、電話受付窓口開設準備状況の報告について確認しました。

5月22日(5月4週配達)より、共同購入ご利用の組合員さんには、通常商品と一緒にスクロールご注文頂いた商品をお届けします。返品受付も配達担当者を通じてできるようになります。共同購入のご登録が無い方は、これまで通り宅配便でお届けします。また、電話注文の窓口コールセンターが5月8日(月)から開設され、電話窓口で在庫確認をしながら注文することができます。

4 2016年度「コープ共済感謝のつどい」を開催しました。

長年コープ共済をご契約いただいている方へ感謝の想いを伝える機会として、昨年度に引き続き、県下4会場で「コープ共済 感謝のつどい」を開催しました。

5 岐阜南支所開発商品 はぐみ自慢「若鶏やきとり用もも串8本(生串)」の完了報告がありました。

組合員さんの声に応え、暮らしに合った少量規格の検討をすすめていました。組合員さんの検討が完了し、8月2週(32号)で商品デビューします。

5月号の食中毒対策、参考になりました。ちなみに家ではご飯を炊くときに、少量のお酢を入れてます。入れたときと、入れてないときでは、傷む早さがちがいます。少量なので、味も変わりません。 | 岐阜市 ちよさん |

