

産経新聞社の『夕刊フジ』が1月31日を最後に休刊しました。1969年の創刊から56年の歴史に幕を下ろす理由はデジタル端末の普及、購読者の減少、原材料や輸送コストの上昇などだそうです。掃除に使ったり野菜を包んだり鍋敷きにしたりと生活の知恵でもある新聞紙。そのうち貴重品になるかもしれませんね。

社労士がズバリ!! 職場のQ&A

今月のQ & A : 【高額療養費の自己負担限度額について教えてください】

Q 母親の入院が長引き毎月の入院費の支払いが重く感じられます。入院時には勤務先に相談して限度額適用認定証を発行してもらい、病院に提出しました。しかし毎月、保険適用外を除いても20万円ほどの支払いが続いています。私の年収が約800万円のためかもしれませんが、なぜ限度額適用にならないのでしょうか。

A 高額な医療費がかかる場合、事前に申請して交付された「限度額適用認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）」を医療機関の窓口に提示すると、保険適用内の医療費の支払いを自己負担限度額までにすることができます。相談者の場合、この手続は正しく済まされていますが、自己負担限度額には保険適用外となる差額ベッド代などのほかに、入院時の食費負担は含まれません。請求書の明細欄に保険適用外とともに「保険（食事代）」などと記載されている金額はないでしょうか。「保険」と記載されていますがこれが入院時の食費負担であり、自己負担限度額の対象とはなりません。



光を放つ 名言コラム

【目的を決めない】

「目的を決めないっていうのが、僕のトレーニングの方法」。証券外務員一種など金融関係の難関資格を続けて取得し、話題になったお笑いコンビ「サバンナ」の八木真澄氏。インターネット番組「ABEMA 的ニュースショー」で語ったその言葉の意味は「勉強は試験に合わせるのではなく、日課として毎日続ける」ということでした。筋力トレーニングと勉強で疲れたあとにお酒を飲むと「異常に心地よくなる」そうです。これから試験を受ける人は、勉強法が気になるかもしれませんが、八木氏の話を知ると、自分を知っていることの大切さに気付かされます。八木氏は資格を取得した理由について、全国のカルチャーセンターを仕事で回りたいと語っていました。自分にとって価値があることを分かった上で、それを軸に、大きな目標を日常に落とし込んで続けていく。八木氏に学ぶべきは、この自分軸の発想法かもしれません。

気軽に Let's 英会話

今月のキーワード : 【number plate】

語呂合わせから、2月5日は「笑顔の日」です。車のナンバープレートも「2525」は人気のようです。ところで、この“number plate”はイギリス英語で、アメリカでは“license plate”といいます。英米を比較してみると「アクセル」は“accelerator”（英）と“gas pedal”（米）、「ボンネット」は“bonnet”（英）と“hood”（米）、「トランク」は“boot”（英）と“trunk”（米）などと異なりますが「ハンドル」は英米共に“steering wheel”で、どちらも“handle”とはいいません。

お米と一緒に水と蜂蜜を入れて、いつも通り炊飯するとおいしいご飯が炊けます。水で炊飯釜の水が冷やされると、お米の粒立ちがよくなり、保水効果でご飯が冷めてもボソボソの食感になり、消化酵素でご飯の甘みがアップしますよ。



