リハビリ豆知識

千代田町リハビリセンター
理学療法士　影山　黎弥

骨折シリーズ② 骨折について知ろう

今回も【骨折】について勉強していきたいと思います。

【骨折】の症状とは…？

まず初めに以下の症状が見られたら骨折が疑われますので、なるべく早く整形外科を受診しましょう。レントゲン検査で骨折の有無や程度を確認し、適切な処置が必要となります。

❶ 痛みがある

外から見ただけでは折れているかどうかわからないときは、痛めた部位をそっと押してみて、そこに強い痛みがあれば骨折が疑われます。また、完全に折れているときだけでなく、ひびが入ったときもこの圧痛はみられます。病的骨折（骨粗鬆症などの病気が原因で起こった骨折）や疲労骨折（過度の運動によって生じたひびが原因による骨折）は、明らかな外力がかからなくても起こることがあります。ケガをしたという覚えがなくても、痛みが続くときは骨折が疑われます。

❷ 変形・異常可動性がある

腕や脚が曲がるなど、外見から明らかに骨が折れていることがわかることがあります。これが変形です。このような時は、みるみる腫れてきて、強い痛みも出現します。
異常可動性とは、関節以外の部位で骨が動く（曲がる）ことをいいます。変形がなくても、異常可動性がみられれば骨折している可能性が高いです。

❸ 内出血している

骨折すると、骨折部から出血します。骨周辺の軟部組織（筋肉や腱など）も傷つくことが多く、ここからも出血します。出血量が多いときには、数日後に広い範囲でアザができ、すっかり消えるまでには数週間かかります。徐々に皮下出血が生じている場合、骨折直後は外見ではわかりませんが、ある程度の量の出血があると数日後に血液が皮膚のすぐ下まで達し、アザがあらわれるのです。アザははじめ黒ずんだ紫色ですが、血液の分解と吸収が進むにつれ徐々に黄色くなっていき、やがてすっかり吸収されます。骨折により大量に出血した場合は、低血圧となってめまいや冷や汗、意識消失などの脳貧血症状が表れることもあります。そのようなときはすぐに救急車を呼びましょう。

❹ 腫れている

骨折してから数時間後に、骨折部周辺が腫れてきます。 これは出血や炎症によるもので、腫れがひくまでには２～３週間かかることもあります。折れた骨によって太い血管が傷ついていることもあるので、急激に腫れてくる場合や、低血圧による脳貧血症状があらわれた場合は注意しましょう。すぐに救急車を呼び、一刻も早く専門的な治療を行える医療機関に運ぶ必要があります。

次回は、【骨折の原因と予防】について 勉強していきます。お楽しみに！

第54回 あすか税理士法人グループの やさしい法律講座

厚生年金の標準報酬月額が引き上げの背景と影響

厚生年金保険等の標準報酬月額が引き上げの概要

今年の通常国会で成立した年金制度改正の中に、「厚生年金保険等の標準報酬月額の上限を段階的に引き上げる」という内容が盛り込まれました。標準報酬月額とは、社会保険料や将来の年金額を計算するための基準となる金額です。これまでの上限は長い間、据え置かれてきましたが、最近の給与水準や高収入層の増加に対応できなくなっていると指摘されていました。今回の改正は、そうした「時代とのズレ」を修正するためのものです。

厚生年金保険等の標準報酬月額が引き上げの効果

上限が引き上げられると、すでに最高等級に達していた高収入の方は、より高い等級に区分されることになります。その結果、毎月の保険料は増えますが、その分、将来の年金額も増える仕組みです。さらに、高額所得者からの保険料収入が増えることで、制度全体の財源も底上げされます。つまり、対象となる方は限られますが、年金制度の安定性や世代間の公平性を保つためには大きな意味を持つ改正といえます。

〈保険料と給付の計算に用いる「標準報酬月額」の上限を引き上げ〉

標準報酬月額の上限を、65万円から75万円に３年間かけて段階的に引き上げ
※実施期間：68万円(2027年９月)、71万円(2028年９月)、75万円(2029年９月)

報酬月額 ※賞与除く賃金	標準報酬月額	該当者の保険料の変化 【】内は実質的な負担増額	年金額（2024年度価格） ※１年間該当した場合の概算額
63.5 ～66.5万円	65万円	59,475円→59,475円 【実質 +0円/月】	65歳時点の平均余命 男性:19.52年　女性:24.38年
66.5 ～69.5万円	68万円	59,475円→62,220円 【実質 +約1,800円/月】	+約150円/月（終身） ※10年間該当: +約1,500円
69.5 ～73.0万円	71万円	59,475円→64,965円 【実質 +約3,700円/月】	+約300円/月（終身） ※10年間該当: +約3,000円
73.0万円～	75万円	59,475円→68,625円 【実質 +約6,100円/月】	+約510円/月（終身） ※10年間該当: +約5,100円

（今回改正）

※実質的な負担増額は、社会保険料控除を考慮したもの(限界税率は取得税23%・住民税10%と仮定)
出典：厚生労働省　https://www.mhlw.go.jp/content/12500000/001496971.pdf

厚生年金保険等の標準報酬月額が引き上げの注意点

今回の引き上げは、一気に行うのではなく数年にわたって段階的に実施されます。とはいえ、企業にとっては事業主負担も増えるため、人件費の見通しに影響する可能性があります。給与の設計や今後のコスト管理の中で、この改正を踏まえたシミュレーションが必要になるでしょう。また、対象となる方には「負担が増えるが、将来の年金も増える」という仕組みをきちんと説明し、理解を得ることが大切です。制度を守るための改正だからこそ、現場での対応も丁寧に進めたいところです。

厚生年金保険等の標準報酬月額が引き上げの詳細は、
厚生労働省「社会経済の変化を踏まえた年金制度の機能強化のための国民年金法等の一部を改正する等の法律の概要」をご覧ください。　>>>

あすか社会保険労務士法人
あすか社会保険労務士法人はあすか税理士法人グループの一員として令和4年3月より活動しております。労務分野に関して精通した社員が9名在籍しております。
お問合せはお気軽にお電話ください。 TEL 011-801-7767

先週号「まちがい探し」の答え

一切クレームはお受けできません。

●ドアの鍵穴 ●絵描き 大根 ●絵描き 右の靴の色 ●ピンクの入れ物 長さ ●女の子 手元 ●犬 目元 ●犬 しっぽの長さ ●男の子 口元

千歳市からのお知らせ

秋の市民火災予防運動 実施中

全国統一防火標語
『急ぐ日も　足止め火を止め　準備よし』

暖房機器の使用などにより火災が発生しやすい時季を迎えます。コンロやストーブの取り扱いに十分注意するとともに、住宅用火災警報器を設置し定期に点検を行いましょう。

と　き　令和７年10月15日（水）～31日（金）

防火フェスティバル 開催

防火意識の高揚を目的に開催します。入場無料。

と　き　令和７年10月18日（土）９時30分～11時
ところ　道の駅「サーモンパーク千歳」イベント広場（花園４丁目４）
内　容　①消防車両などの展示 ②はしご車体験搭乗 ③水消火器の体験 ④消防車との綱引き体験　など

問合せ　千歳市消防本部予防課　電話 0123-23-0420

スーパーアークス千歳店・長都店 合同企画！
10/16(木)・17(金)
〈テナント除く、食品コーナー〉
対象商品全品 一会計本体価格合計より
5%割引
本券ご持参のお客さま限定
本広告全体を切り取ってお会計前にレジにてご提示ください。
★スーパーアークス千歳店、スーパーアークス長都店でのみご利用いただけます。★他の割引企画との併用はできません。★パソコン、タブレット端末などのWebサイトからプリントアウトしたクーポン券はご利用できません。★割引除外品は店頭にてご確認ください。★ご利用は、精算時レジ係員にクーポンご提示のお客さまに限ります。ご提示後クーポンは回収いたします。
【スーパーアークス 千歳店】 TEL0123-26-6660　千歳市日の出1丁目(日の出大通沿)
【スーパーアークス 長都店】 TEL0123-23-7667　千歳市勇舞8丁目1-1　←アマゾンネットスーパーはじめました！

スーパーアークス千歳店・長都店 合同企画！
10/18(土)・19(日)
〈テナント除く、食品コーナー〉
対象商品全品 一会計本体価格合計より
5%割引
本券ご持参のお客さま限定
本広告全体を切り取ってお会計前にレジにてご提示ください。
★スーパーアークス千歳店、スーパーアークス長都店でのみご利用いただけます。★他の割引企画との併用はできません。★パソコン、タブレット端末などのWebサイトからプリントアウトしたクーポン券はご利用できません。★割引除外品は店頭にてご確認ください。★ご利用は、精算時レジ係員にクーポンご提示のお客さまに限ります。ご提示後クーポンは回収いたします。
【スーパーアークス 千歳店】 TEL0123-26-6660　千歳市日の出1丁目(日の出大通沿)
【スーパーアークス 長都店】 TEL0123-23-7667　千歳市勇舞8丁目1-1　←アマゾンネットスーパーはじめました！