

Rheumatism

リウマチと暮らすために

関節リウマチと 社会保障制度

監修

新潟県立リウマチセンター
名誉院長

村澤章 先生



社会保障制度とは何ですか？

関節リウマチ患者さんは関節障害や疼痛のために、日常生活上、大きな制約や制限を受けており、QOL(Quality of Life：生活の質)が低下しやすくなります。そこで、関節リウマチ患者さんの在宅生活を支援するために、医療・保健・福祉などの社会的支援やサービスを行う社会保障制度が利用できる方法をご紹介します。

社会的支援の意義

関節リウマチが進行すると、手指、四肢などの関節に疼痛や変形を生じ、日常生活や社会活動に大きな支障をきたします。そして、それに伴う経済的損失や心理的要因も加わり、QOLは低下しやすくなります。しかし、多くの患者さんは、障害を抱えながらもなるべく自立した日常生活を維持することを希望されています。

わが国では在宅生活を支援するために、医療保険制度以外にもいくつかの社会保障制度が用意されています。これらの制度は基本的に申請制です。各種の制度を理解され、利用されることをおすすめします。



社会保障制度の種類と役割

関節リウマチの社会保障制度には、社会保険にあたる介護保険と年金保険、社会福祉にあたる身体障害者福祉制度、公衆衛生にあたる難病の患者に対する医療等に関する法律などがあります。

介護保険：介護費用を介護保険料と公費で負担する制度です。関節リウマチ患者さんは要介護と判定された場合には40歳からでも利用することができます。

年金保険：公的年金制度に加入している期間中にかかった病気やけがにより障害者になった場合、年金や一時金が支給される制度です(障害年金)。

身体障害者福祉制度：18歳以上で障害がある人のための福祉制度です。認定されると「身体障害者手帳(身障手帳)」が交付され、障害福祉サービスが利用できます(病状の変動などにより身障手帳が取得できない一定の障害がある患者さんでも障害福祉サービスを利用できます)。

難病の患者に対する医療等に関する法律：対象となる疾患(悪性関節リウマチ)では手続きを行うことで医療費の助成を受けることが可能です。



介護保険制度について教えてください①

介護保険制度は、関節リウマチの患者さんが比較的利用しやすい保険制度です。市区町村が運営の主体となり、被保険者（40歳以上のすべての国民）から保険料を徴収し、要介護者などに介護サービスを提供するものです。

適応は40歳以上

関節リウマチの患者さんは、40歳以上で保険料を支払っていれば、どなたでも介護保険制度を利用できます。

利用手続きは、患者さんご自身または家族や代行者*が市区町村の窓口にてサービス利用の申請を行い、**要介護認定**を受けることから始まります。要介護認定は、

主治医の意見書と訪問調査員による心身の状況調査に基づいて判定されます。その結果、「要支援（1、2）」「要介護（1～5）」のいずれかに認定されると、障害の程度にあったサービスを受けることができます（図1）。

もし、この認定結果に不服がある場合は、不服申し立てを行うことができます。不服申し立てを行う場合には、通知を受けた翌日から60日以

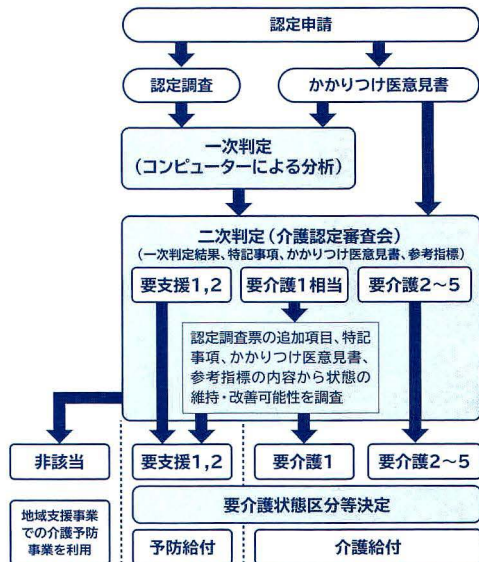


図1 要介護認定の実際

内に行ってください。また、介護給付を受けている際に状態が悪化した場合はその時点で再度認定の申請を行うことができます。主治医や市区町村の担当窓口にご相談してみましょう。

*地域包括支援センター、指定居宅介護支援事業者等

身体障害者福祉制度の交付も受けている方

従来から身体障害者福祉制度の交付を受けている場合でも、基本的に介護保険制度が優先されます。そのため、訪問介護や通所介護、訪問入浴など、両制度に共通するサービスは介護保険で受けていただくことになります。

なお、40歳未満の患者さんは従来の身体障害者福祉制度を利用します。社会福祉制度の利用は、年齢によって区分されていますのでご理解ください(図2)。

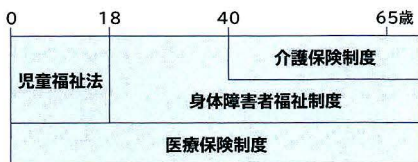


図2 年齢による社会福祉制度の区分(関節リウマチの場合)



介護保険制度について教えてください②

介護保険で受けられるサービスは、予防給付におけるサービスと介護給付におけるサービスとに分けられます。これらは要介護度に応じて支給限度額が定められ、その限度額内でご利用いただけます。

ご自身にあったケアプランの作成

要介護認定の結果によって、「要支援」では予防給付におけるサービスが、「要介護」では介護給付におけるサービスが利用できます。

ただ、介護保険制度はさまざまな利用方法があり複雑です。サービスを有効に利用するためには、支給限度額内でご自分に合ったサービスを選ぶためのケアプランを立てることが重要です。ご自分でケアプランを作成しても問題はありませんが、サービスを初めて利用する場合、適切な介護サービスを受けられるように専門的な知識で一人一人に合ったケアプランを作成してくれるケアマネージャーを利用するのもよいでしょう。ケアマネージャーに自分自身の関節リウマチのことをよく理解してもらい、ご自分に合ったケアプランを立ててもらいましょう(図3)。

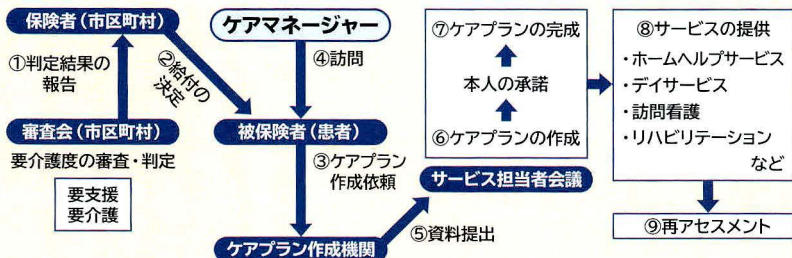


図3 ケアプラン作成・サービス提供の実際

ケアマネージャーは各地域の居宅介護支援事業所などに所属しています。介護保険課や地域包括支援センターでケアマネージャーについて相談してみるのもよいでしょう。

介護保険制度で受けられるサービス

関節リウマチ患者さんの多くが利用しているサービスには、訪問介護（ホームヘルプサービス）による身体介護や、生活援助、通所介護（デイサービス）による入浴、福祉用具のレンタル、住宅改修費の支給などがあります。また、施設サービスでは介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム*）や老人保健施設、療養環境の整った病院や診療所を利用することができます（表1）。

なお、月額で支給限度額を超えた場合は費用の一部が「高額介護サービス費」として支給されます。支給を受けるためには書類の申請が必要です。

*一部対象者を除く要介護度3以上の患者に制限されます。

表1 利用できるサービス例

訪問介護	ホームヘルパーが食事や排泄、入浴などの日常生活上の介護や調理、掃除などの家事の援助を行います。
訪問入浴介護	家庭での入浴が困難な方を対象に浴槽を提供して入浴の介護を行います。
訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士が家庭を訪問して心身機能の維持回復と日常生活の自立に向けたリハビリテーションを行います。
通所介護	施設に通い、食事、排泄、入浴などの援助や機能回復のためのリハビリテーションなどを行います。また、医療と連携したサービスを受けられる施設もあります。
その他	福祉用具貸与（ベッド、車いす、歩行器など）、福祉用具購入費の支給（腰掛け便座、入浴用いす）、住宅改修費の支給（手すりの取り付け、バリアフリー化、和式トイレを洋式トイレにするなど）

適正な要介護度認定を受けるために

医師からみた関節リウマチ患者さんの自立度と、認定された要介護度が必ずしも一致していないことがあるため、患者さんは訪問調査員にできるだけ多くの情報（例えば普段の生活の中で、できることよりできないことなど）を、具体的に伝えることが大切となります。

障害年金は、どのように利用すればよいですか？

障害年金は、公的年金制度に加入している間にかかった病気やけがにより障害者となった場合に、年金や一時金が給付される制度です。その仕組みや適応条件をご紹介します。

障害者の年金と一時金の給付

わが国の公的年金制度は、国民年金(自営業者などが対象)、厚生年金(サラリーマンが対象)、共済年金(公務員などが対象)があり、20歳以上になるといずれかの年金制度に加入することになっています。この公的年金制度に加入している間に病気やけがによる身体への障害、または長期療養で生活に著しい制限を受けた時に障害年金を受給することができます。

障害年金の給付額は、障害の程度によって異なります。国民年金では障

表2 障害の程度区分の例

国民年金(障害基礎年金)	厚生年金保険(障害厚生年金)
<ul style="list-style-type: none"> ・ 1級 両上肢の機能に著しい障害を有するもの 両下肢の機能に著しい障害を有するもの 両眼の矯正視力の和が0.04以下のもの その他 ・ 2級 1 上肢の機能に著しい障害を有するもの 1 下肢の機能に著しい障害を有するもの 両眼の矯正視力の和が0.05以上0.08以下のもの その他 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1級 障害基礎年金と同じ ・ 2級 障害基礎年金と同じ ・ 3級 両眼の矯正視力が0.1以下のもの その他

害基礎年金として1～2級に、厚生または共済年金では障害厚生年金または障害共済年金として1～3級に分けられ(表2)、以下の条件を満たすと受給できます。

- ①障害の原因となった傷病の初診日が年金の加入期間内にあること
- ②障害認定日(初診日から1年6ヵ月を経過した日)に障害の程度に該当すること
- ③初診日までに一定期間の保険料が納められていること

申請は、主治医に所定の診断用紙を作成してもらい、国民年金は市区町村の窓口、厚生年金は年金事務所に、共済年金は共済組合に提出します。

申請に必要な書類も多く(表3)複雑なため事前に年金事務所や地域の年金相談センターなどに相談するとよいでしょう(障害年金を受けている方の障害の程度が増進したことが明らかである場合は1年を待たず年金額の改定請求をすることができます)。

表3 障害基礎年金申請時の必要な書類例

-
- ①年金請求書…住所地の市区町村役場、お近くの年金事務所または地域の年金相談センターの窓口
 - ②その他必要な書類

・年金手帳	・戸籍抄本
・医師の診断書	・受診状況等証明書
・病歴・就労状況等申立書	・受取先金融機関の通帳等
・印鑑	
 - ③提出先…住所地の市区町村役場(初診日が国民年金第3号被保険者期間中の場合はお近くの年金事務所)

※詳しい申請方法などは各市区町村または年金事務所、日本年金機構のホームページ等でご確認ください

身体障害者福祉制度とは何ですか？

身体障害者福祉制度とは、身体上に障害があり身体障害者手帳の交付を受けた18歳以上の方を対象とした、障害の種別と程度に応じた各種サービスを提供する制度です。(症状の変動などにより身体障害者手帳が取得できない一定の障害がある患者さんでも一部サービスを受けられます)

身体障害者手帳の交付について

身体上に障害のある方が身体障害者と認められると、「身体障害者手帳(身障手帳)」が交付されます。身体障害者福祉法では、身障手帳の交付を受けた18歳以上の方が、障害の程度(1～6級)によって、医療費援助や障害福祉サービス、手当、各種優遇制度などが利用できるようになります(表4)。

身障手帳の交付を受けるには、市区町村の担当窓口で申請書類を入手します。都道府県知事の指定を受けた医師(指定医)に診断書を作成してもらい市区町村の窓口に申請します。ご自分が取得条件を満たしているかどうか、まずは主治医に相談してみるとよいでしょう。

表4 身体障害者手帳(身障手帳)で受けられる主なサービス

1. 医療費の援助 ①自立支援医療 ②重度心身障害者医療費助成	4. 日常生活の援助制度 ①福祉機器の交付・貸与 ・補装具の交付 ・日常生活用具の給付・貸与 ②日常生活の援助制度 ・ホームヘルパー派遣 ・デイサービス事業 ・ショートステイ	5. その他の各種優遇制度 ①鉄道・バス・航空機の割引制度 ②障害者マイカー優遇措置 ③その他、福祉タクシーなど
2. 手当 ①特別障害者手当	③住宅援助制度 ・公営・公団住宅への優先入居制度 ・住宅資金の優遇融資制度	
3. 税金 ①障害者控除 ②住民税・贈与税(特別障害者)の非課税制度 ③相続税・事業税の減免制度 ④自動車税の免除		

障害福祉サービスのあれこれ

今までは病状の変動などにより身障手帳が取得できなかった一定の障害がある方々でも、身障手帳なしに**自立支援給付**と**地域生活支援事業**からなる**総合的なサービス**を受けられるようになりました。

自立支援給付とは、身体上に障害のある方が自立した生活を送れるようになるための介護給付、訓練給付、自立支援医療、補装具費の支給などです。また、地域生活支援事業は、地域における生活を支えるための相談やコミュニケーション、移動支援、日常生活用具の給付・貸与などです。

これらのサービスは、本人が市区町村に申請した後、障害支援区分とサービスの支給量が決定され、障害福祉サービス受給者証が交付され、これを支援業者に提示することで利用できます。原則として、利用者負担(1割)を支払いますが、低所得者の利用者負担は無料になっています。

なお、受けることのできるサービスは自治体により異なる場合があります。詳しい内容は各自治体にお問い合わせください。



「難病の患者に対する医療等に関する とは何ですか？」

対象疾患は悪性関節リウマチ*

「難病の患者に対する医療等に関する法律（難病法）」は、「発病の原因が不明なもの」、「治療方法が確立していないもの」、「長期にわたる治療を必要とするもの」などを「指定難病」とし、研究の推進、医療施設の整備や医療費の助成などを行います。

申請方法について詳しくは都道府県の窓口へお問い合わせください。

*悪性関節リウマチ：既往の関節リウマチに、血管炎をはじめとする関節外症状を認め、難治性もしくは重篤な臨床病態を伴うもの。関節リウマチ患者さんの0.7%が悪性関節リウマチと推定されています。



る法律」

障害者総合支援法

悪性関節リウマチ（難病）以外の一般の関節リウマチ患者さんも、この法律の支援対象となり、身体障害者の認定を受けていなくてもホームヘルプサービス、短期入所、日常生活用具給付などの支援策を受けることができます。受けられるサービスは、難病等による障害の程度によって異なるため、利用にあたっては市区町村の障害支援区分の認定を受ける必要があります。サービスをご希望の方は市区町村もしくは障害者相談支援事業所、地域生活支援センターなどにお申し出ください。



リウマチこぼれ話

今回は、リラックスする手法を日常生活に取り入れ、関節リウマチの炎症を和らげようという試みについてご紹介します。

リラックスや「癒やし」の効果

関節リウマチを悪化させる要因の一つにストレスがあげられます。ストレスには、病気やけが、妊娠・出産、結婚・離婚、急激な環境の変化、身内の不幸などがあり、誰しもみなそれらを日常的に経験しています。

関節リウマチの症状を和らげるには、リラックスや「癒やし」を感じることも効果的な方法の一つです。例えば、絵画や音楽を鑑賞すること、スポーツやサークル活動に参加すること、ペットとふれ合うこと、グルメを楽しむことなど、ご自分に合ったリラックス法を見つけるとよいでしょう。

古くて新しい植物療法(フィトセラピー)

リラックスや「癒やし」を感じる方法の一つに、植物療法(フィトセラピー)があります。これは植物が与えてくれるリラックス効果を生かした方法で、古くて新しい方法として注目されています。



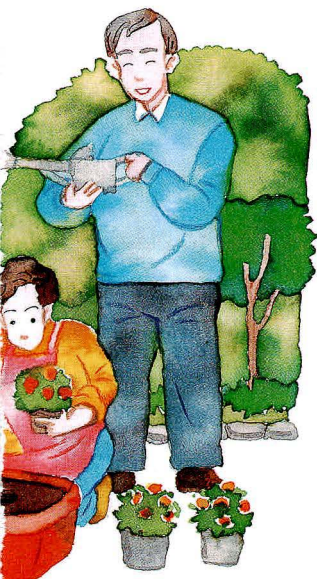
ハーブを用いた方法は、ハーブティーとして飲む以外に、入浴剤として用いる、かぐ・すりこむ・貼るなど、利用法はさまざまで、人類は1万年以上も前から使用していたとも言われています。また、ご存じの方も多い「アロマセラピー」は、エッセンシャルオイルを利用した香りを楽しむ手法で人気があります。そして森林浴では、植物から放出されるチトンフィットなどの気化性オイルが、私たちにリラックスした気分してくれます。

他に、庭のプランタに花を植えること、はがきに花の絵を描くこと、アートフラワーを作ることなどからも、リラックス効果が得られるものとされています。

また最近、落語を聞くと脳内でエンドルフィン*という物質が分泌され、関節リウマチの炎症を抑えられることがわかりました。リラックスした状態は、関節リウマチを根本的に治すことはできないながらも、体の痛みやこわばりを一時的に楽にしてくれます。

このように、日常生活の中に自然を通した多くのリラックス法を取り入れ、関節リウマチの炎症を和らげようという試みが盛んになってきています。

*エンドルフィン：体から分泌される物質でモルヒネ同様、鎮痛・情動などの作用を持つ



Rheumatism

リウマチズム

病・医院名



植物性インキで印刷しています。



を使っています。

提供／旭化成ファーマ

GABD-200300014008
2015年9月作成 (IS)