

退 公 連

いわき

第 71 号

福島県退職公務員連盟
いわき支部

発行日 令和7年1月31日
発行者 草 野 義 教
発行所 石森二丁目6-1
(電) 22-9881
印刷所 八幡印刷株式会社

新年を迎えて

支部長 草野 義教



明けましておめでとうございます。皆様にはご健勝にて新年をお迎えることとお慶び

申し上げます。今年は巳年、脱皮するへびにちなみ復活、再生、変革の年とされています。皆様方にとっても新たな飛躍の年となることを祈念申し上げます。

さて、昨年末、厚生省は、厚生年金の積立金を基礎年金の底上げに活用する案を示しました。これには、自営業者らの年金額の減少を防ぐ目的があるのですが、基礎年金の目減りを防ぐために、厚生年金の一部を充てることには反対の意見も多く出ています。日公連でも、厚生年金の一部を充てることに慎重さを求め、厚生省に対して緊急要望をしているところです。

退職公務員にとっても、支給される年金額が物価の上昇に追いつかない厳しい現状にあつて、いかなる改革がなされれば国民全体が安定した生活を送れるのか、その政策から目が離せません。

県退公連福島大会

今回は、大会に参加してくださった小林延子さんに、その様子を語っていただきました。

6年ぶりの
県大会に

参加して

小林 延子

コロナ禍で6年ぶりの大会は9月5日福島市 パルセいいざかで開催されました。残暑厳しい中いいわき支部からは21名が参加しました。久々にお会いでき、マスク着用ながら会話

明けまして
おめでとういいわき

支部長
ほか役員一同



を楽しみつつ会場に向かいました。会場は会員数が減少しているなか約260名の参加者で埋め尽くされました。

大会会

長室井勝氏の挨拶の後「ふくしまのいまー現状から未来へー」の演題で佐藤安彦氏の講演がありました。大震災から福島国際研究教育機構について等映像を見ながら拝聴しました。その後大会スローガンを基本に活力ある長寿社会の実現を求めて7項目が満場一致で決議されました。帰りに鶴沼さんと話し双葉の復興の様子を聞き、後日現地に行けた事や新会員の友人が喜んでくれた事など実りある福島大会でした。

第63回福島大会スローガン

- 高齢社会・人口減少社会に対応する社会保障制度の構築
- 公務の特殊性及び高齢者・女性の就労促進に配慮した年金制度の確立
- 組織の拡充・強化と活性化の促進及び社会貢献活動への積極的な参加
- 東日本大震災からの復旧・復興の促進と避難会員との連帯

福島県企画調整部政策官
佐藤安彦氏の講演

- 東日本大震災・原子力発電所事故について
福島県復興ビジョン
- 福島イノベーション・コースト構想について
福島国際研究教育機構 (F-REI エフレイ)
- 私にとってのありたい福島、自分(想像→創造へ)
前例がないからこそ少し先の時間軸の人々の思いを想像し、創造につなげる

地域のために

奉仕作業への とりくみ



福祉部長 中根 孝雄

コロナ禍での社会貢献活動は、事業の多くが中止を余儀なくされてきた。今年(令和6年)度はウイズコロナでも取り組める地域への社会貢献活動を計画した。

海開きを7月20日に控えた四倉海岸でのごみ拾いをやろうと役員皆で考えた。海水浴に来る皆様に猛暑の中でも楽しんでもらうため、海岸をきれいにする奉仕作業をすることにした。

女性部と福祉部が中心になって、いわきの海をきれいに(奉仕作業)と、支部役員と四倉海岸に近い四倉方部の退公連の会員に呼びかけることにした。

四倉支所へ申請書と活動計画書を提出した。支所からは、作業場所の略図、ごみ袋の数、ボランティア保険の必要性等の指導があった。

奉仕活動の案内状を作成、送付することにした。方部委員による案内状の配布と参加申し込みを電話で集約した。また退公連の奉仕活動につ

いて新聞社へも連絡した。

令和6

年7月6

日(土)、

午前9時

に、約30

名の会員

が元気な

姿で参加

した。

砂浜が

ごみで

いっぱい

では、海水浴に来た人たちに、気持ち良く楽しんでもらうことができない。こういった気持ちや考えから退公連の会員一人一人が海岸に流れ着いた木の板やアキカンや捨てられて

いるタバコの吸い殻、燃え残った火花などをごみ袋に集める作業を、猛暑の中熱心に取り組んだ。

作業の終了時刻を過ぎて、まだもどらない会員が2、3人いたので

もしかしたら熱中症になってしまっ

て倒れているのではないかと心配し

た。しかし遅れた会員は、海岸をき

れいにするため、ゴミをいっぱい集



清掃活動

めていて、時間内に終われなく、終了時刻に間に合わなかったということだった。

ほんとうに、暑い中でも一生懸命がんばっていたので、感心した。

令和6年の7月10日(水)のいわ

き民報の11面に「四倉海岸でのごみ拾

い作業、社会貢献へ、会員約30人

「県退職公務員連盟いわき支部」と

いうタイトルで掲載されていた。

このように会員一人一人が知恵を

出し合い、お互いに連携して活動し

ていくと、すばらしい成果が出るも

のと確信した。

今後、会員一人一人が協力し

合って活動していくと、りっぱな社

会貢献活動ができるという自信を持

ちがなばっていききたいと思ってい

る。



支部の主なあゆみ(令和6年度後半)

8月2日	地区選出国會議員へ要望活動
8月19日	第2回県理事会(福島)
9月1日	会員数報告
9月5日	県大会福島大会 (パルセいいざか)
11月6日	年金研修 中央台公民館
11月初旬	賛助会員入会要請(小・中学校)
12月9日	支部会報編集委員会
1月5日	12月末会員数報告
1月中旬	支部会報編集委員会 (1月計3回)
1月31日	第71号支部会報発行
2月中旬	退職予定者への入会勧誘
3月初旬	第3回県理事会(福島)
3月下旬	支部三役会・会計監査 実施 予定

心より歓迎いたします

新入会員紹介

令和6年4月以降

菅野 美子(湯長谷2)

61歳定年制が始まり退職者がなしという状況で、新会員は1名でした。

2月に退職予定者に入会案内を送付して勧誘を行います。皆様にも知人に声をかけていただき新会員獲得にご尽力いただきたい。

(今後定年の年齢が段階的に延長され、令和14年度末には65歳定年制となる。)

年金研修に参加して

事務局長 団野 勝一

11月6日(水)中央台公民館で開催された年金研修に参加した。平年金事務所副所長佐藤裕一氏による一般的な年金制度の講義を受けた。図示や例えを交えた説明があり、入門としての位置づけの講義であった。会員の疑問や質問にも答えていただいた。その概要と感想を紹介する。

◆年金は生涯支給される

年金は原則として65歳になったときに支給が始まり、生涯にわたって受け取ることができる。

年金で生活している身として、生涯という言葉を聞き安心した。ただ法律の改正や見直しがあるので、不安が残った。

◆見直し 65歳前支給の年金

以前は「報酬比例部分」と「定額部分」からなる「特別支給の老齢厚生年金」が60歳から支給されていた。見直しの結果、昭和16年生まれの人60歳時から「定額部分」が段階的に削減された。そして24年生まれの人60歳からは「報酬比例部分」だけとなった。さらに、支給年齢が段階的に繰り下がり、ついに昭和36年4月2日以降生まれの人への「特別支給の老齢厚生年金」がなくなった。

再任用制度や65歳定年制は、この見直し策の対応であったと感じた。

◆「繰上げ」「繰下げ」の判断

年金は、希望で本来の支給開始年齢より早い時期の受け取りが可能となる。この「繰上げ」は60歳から65歳になるまでに請求でき、0.4%が減額され、これが生涯続く。

また、遅い時期への「繰下げ」は、66歳から75歳までの請求で、繰下げた月数に0.7%が増額され生涯続く。受給総額を計算し比較することで有利になる時期が判明するが、その年齢までの長生きが条件となる。

先は不明なので私は65歳開始を受け入れている。ただ、個人により就労の有無やライフプランに違いがあるので、相談もよいと思った。

◆「遺族厚生年金」の勘違い

要件を満たす遺族に共済組合から遺族厚生年金、さらに日本年金機構から遺族基礎年金が支給される。亡くなった方の年金額が全て加算されるといった誤解もあり、共働きだった教員の例で説明された。「夫が亡くなった時に妻へ支給される遺族厚生年金は、夫の年金の3/4の金額と妻の額を比較して、夫の方が高い場合、差額分が妻に加算される。」

受給の要件も多岐にわたっているので相談がよいと感じた。

◆公務員の年金窓口は二つ

公務員の年金は国民年金の「老齢基礎年金」と厚生年金保険の「老齢厚生年金」の2階建てで、前者は日本年金機構(年金事務所)、後者は共済組合が窓口だ。

公務員のデータは共済組合にあり年金事務所にはないため、相談はまず共済組合に問い合わせ、その後年金事務所に行けばよい事がわかった。また、一般的な問い合わせの電話相談窓口「ねんきんダイヤル」の活用もよいと感じた。

受給後に加給年金額と振替加算や在職老齢年金等の資料を読み直す自分がいた。以前より専門用語が頭に残り、考えようとしている自分を見つけることができた。

好奇心を満たす

久之浜方部 佐藤トミ子

一人暮らしになって20年、日々の生きがいは、他者との交流です。

月曜日の朝は、小学校の校門での挨拶活動。水曜日は、檀家寺での御詠歌の練習。木曜日は電車に乗り、

健やかに生きる

—趣味・生きがいをもとめて—

「アリオス」での合唱練習。金曜日は、地元の公民館で唱歌を楽しむ。又、地域の諸行事のお手伝いも心がけています。

その他、東日本大震災後から「語り部」としての活動も続けています。全国各地の皆様の交流は、私の好奇心を満たしてくれます。

現在の私の行動の原動力になっているものは、私の持っている「好奇心」に他ならないと思っています。

月1回、移動図書館で借りる本も多種に渡る分野になる様に心がけ、好奇心を満足させています。

一人暮らしの生活で、自分の好奇心を満たす行動ができるのは、健康

な身体を親から贈られたからだに感謝し、雑学の人と言いながら笑って見守ってくれる子供と地域の皆様に感謝しながら生活しています。

優雅な生活

小名浜西方部 安田 芳久

週に2・3回湯本にあるゆつたり館に通っている。10時から1時間程ジムで活動している。その後、風呂とサウナに1時間入る。その時の仲間との会話が楽しい。そして、友達と好きな所に昼食に出かける。いつも、カロリーを取り過ぎてしまう。

その他は、テレビを見たり(ユーチューブで特に将棋とサッカー)、読書、映画鑑賞、コーヒーを淹れたりしている。時間はたっぷりある。

野菜作りやドライブもする。料理もする(天ぷらと煮物が得意)。採りたての野菜がおいしい。

山口瞳という作家が好きで、彼の作品を繰り返し読んでいます。エッセーに出てくる喫茶店や本屋を見るため、国立市にも行った。息子さんの作品(私と同年齢)もよく読んだ。

「江分利満氏の優雅な生活」を読んで、普通の日常生活を大切にすることが大事なんだと考えるようになった。与えられた「健やかに生きる」とは程遠いが、現在の生活を続けていきたいと思っている。

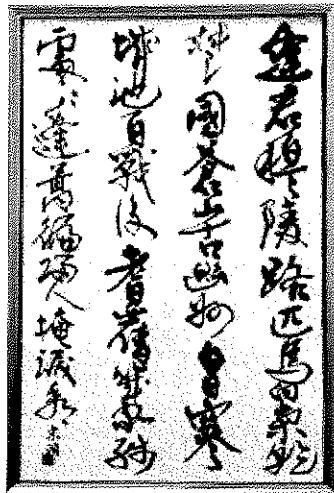
書

ほくりょうかんのきたにてひとのぎょうにかえるにあう

「穆陵関北逢人帰漁陽」

劉長卿 詩

郷ケ丘2B 方部 平子 宗司



これは、第63回福島県書道協会展に出品した劉長卿（りゅうちやうけい）の「穆陵関北逢人帰漁陽（穆陵関の北にて人の漁陽に帰るに逢う）」という題の五言律

この詩の中の「漁陽」は中国河北省あたりの土地で、戦によって荒廃した地方へ帰る人の思いを表現したそうです。書道を始めて三十余年ですが、何年経っても自己の技量の未熟さを痛感しています。

詩を書いたものです。読み方は、君に逢う穆陵の路 匹馬桑乾に向う 楚国蒼山古り 幽州白日寒し 城池百戦の後 舊日幾家が残る 処処蓬蒿偏し 帰人涙を掩うて看る となります。

随想

フレイル

四倉1方部 村井 弘

現職時代に懇意にしていたドクタ―からの、特別養護老人ホームの立ち上げに協力してほしいとの要請に応えて、右も左も分らない福祉・介護の世界に入って9年が経過しました。教員免許を保持していると介護施設の生活相談員になれること皆さん、ご存じでしたか？

スクが高くなった状態です。フレイルには、身体面、精神心理面、社会面とさまざまな側面があります。身体的なフレイルは、筋力が衰えてきて歩行が難しくなったり、転倒しやすくなったりしている状態です。また、他人と交流する機会が減り、なんとなく憂鬱だとか、年齢とともに認知機能が低下する状態は、精神的なフレイルです。社会的なフレイルは、周囲との接触が減って、孤立しがちになってしまう状態です。確かに、筋力が衰えて、歩くのが億劫になってしまうと、どうしても

外出する機会は減っていきま。そうすれば、他人と話す時間が少なくなり、たわいもない会話をすることや笑い合うことも減ってしまいます。家に閉じこもりがちになれば、一人で過ごす時間も増えていきます。いろいろな要素が絡み合ってフレイルに陥ってしまうのです。

フレイルの予防で掲げている柱は三つあります。一つは、たんぱく質をとり、バランスのよい食事をする「栄養」です。次に歩いたり筋トレをしたりする「身体活動（運動）」。さらに、就労や余暇活動、ボランティアなどに取組む「社会参加」です。予防は栄養・身体活動・社会参加の三位一体です。それぞれの予防に努めることをこれからの私の課題として、少しでも健康寿命を延ばしていくように心がけたいと思います。

事務局だより

○令和6年度賛助会員会費

・小学校 267,000円 836名
・中学校 159,600円 510名

ご協力に感謝申し上げます。

○米寿記念品を昭和12年生まれの方に贈呈

方部委員を通して調査をしますが生年が不明な方がいます。予定者名簿を送付しますので、修正が必要な場合は連絡をお願いします。

俳句

湯長谷1方部 佐久間静苑（静子）

ご主人の死を告げられし冬の朝
誕生日嫁から届くシクラメン

謹んで
哀悼の意を表します

令和6年7月〜令和7年1月

小玉 玲子	長久保徳雄
小泉 通子	上遠野清志
藁谷千栄子	佐藤 満夫
田山 順一	高木 仁
桑原 秀夫	三戸 邦一
諏江 上	藁谷 孝一
古宇田藤雄	吉田 静江
高木 生二	

編集後記

冷たい風に耐えて咲く水仙が見頃。心が和む。新しい年も1ヶ月が過ぎようとしている。大雪の被害が報じられたが、概ね穏やかな日々が続いていることに、ほっとしている。そんな中、気になるのが火事のニュースである。「なぜ、こんなに多いのだろう。」と思うと同時に、なお一層防火意識を高めていかねばとも思う。会員の皆さん、どんな工夫をしても