



本年こそ、大きな船出の年にしたい

神奈川県職労

# 退職者こだま会報

NO. 19

### お知らせ 歴史散歩の会

#### ◎ 第二回歴史散歩

目的地 東海道大磯宿のロマンと史跡を訪ねて

日時 四月二十五日(木)午前十時三十分 JR大磯駅改札前集合

コース 大磯駅→化粧坂→慶覚院→高麗神社→延台寺→地福寺→鳴立庵→沢田美喜記念館→大磯駅(三時三十分頃解散)

会費 一〇〇〇円(拝観料・休憩・玉串その他)

書食 弁当持参

◎ 第四回(歴史教室)史話会  
テーマ 神奈川の郷土史を飾った女人達  
会場 自治会館六〇一号室  
日時 五月八日(水)午後一時三十分～三時三十分

会費 無料  
解説 特別講師 荒井太郎氏  
参加希望者は官製ハガキに住所氏名、電話番号明記の上左記へお申込み下さい。お家族の方も歓迎します。〆切四月十八日

〒231横浜市中区本町四丁目三七  
県職労退職者こだま会  
歴史散歩の会事務局まで

呼びやすく、親しみやすい会へと名称変更で、「厚生会」から変わった「こだま会」

「こだま会」とは、山のこだまのごとく、会員が呼べば、その要請にすぐ応えられるような会に。そして、その響きは限りなく拡がり、併せて質の高い会を目指すことを意味します。

#### 『加入のおすすすめ、と 会費納入ご案内』

「退職者こだま会」へ加入ご希望の方には、規約・入会申込書、会費振込用紙などお送りします。お申込ください。

#### ・所在地

〒231 横浜市中区本町四の三七  
神奈川県職労事務局内  
「退職者こだま会」宛  
(電話)〇四五(二〇一)一一一一  
(内線七九五三)  
〇四五(一一一)三二七九

#### ・振替口座

横浜銀行県庁支店  
普通預金口座番号 八七八、一三九  
神奈川県労働金庫本店  
普通預金口座番号 一一二四八六四二

#### 郵便振替口座

横浜五一六六五八〇

#### 会費関係

(1)入会金 一、〇〇〇円  
(2)終身会費 二〇、〇〇〇円  
なお、年会費二、〇〇〇円もあります。

「こだま会」研究講座 第8回

設問を受けて

〔Q1〕 県を退職後、再就職してからの老齢厚生年金（いわゆる通算老齢年金）について

県を退職し、その後他の職業に再就職し、老齢厚生年金などに加入することになりましたが、これは併給調整とかで、二つの公的年金は支給されないという趣旨に反するのではないのでしょうか？

そう考えると、老齢厚生年金に加入させられて、万一死亡したら、遺族に遺族年金が果たして支給されるのでしょうか。

また、支給されるとしたら、どの位になるのでしょうか、教えてください。

（お答え）

県を退職して支給される退職年金が、厚生年金と異なる大きな違いの一つは、原則として、共済年金は退職しなければ支給されないということにあります。

厚生年金は働いていて満65才になれば、支給されることになってきます。

また、厚生年金は満65才まで加入することができません。

第8回

こう考えると、二つの年金というより第一の人生公的年金である共済年金の同一線上にある延長線上のが老齢厚生年金であると理解されると納得されると思います。この理解の上に立つと、当然老齢厚生年金にも遺族年金が支給されることがお分かりでしょう。

なお、この老齢厚生年金は、昭和61年の年金制度改正までは、旧制度では「通算老齢年金」と呼ばれていましたが、新制度では、「老齢厚生年金」と呼んでいます。

〔Q2〕 満65才以上の配偶者の加給年金及び遺族共済年金の中高齢寡婦加算について

私の妻は、年齢の関係もあって、国民年金に加入できなかつたのですが、満65才を越すと、加給年金が無くなると聞いていますが、本当でしょうか？

それと、前号で解説いただいた遺族共済年金でも満65才以上の配偶者は、中高齢寡婦加算がなくなると聞きました。本当でしょうか。

（お答え）

配偶者が、満65才以上になって、老齢基礎年金（国民年金分）が受けられるようになると加給年金が原則として打ち切られることになっていきます。

しかし、ご心配は要りません。

最後に、この老齢厚生年金の遺族厚生年金がどの位の額になると

の質問ですが、別表図式のとおりですが、率直に云えば、退職して民間なり、外郭団体なりの役員に高給で天下りできる高級役人を除いては、計算の基礎となる平均標準月額が低くまた就職期間も短くなりやすから、支給される老齢厚生年金額の半分以上、四割位の間に遺族の方が生活設計を樹てるよう助言された方が無難だと思われ

貴方の場合のように、新国民年金制度になる前は、サラリーマンの妻は、国民年金への加入が任意であったために、全く加入していません

加入していません人も少なくありません。 (次頁へつづく)

(前頁からつづく)

このため、このような人のために、既年金受給額の既得権の保護救済措置がとられています。

即ち、公的年金受給者については、その生活に影響するところが大きいので、年金法では、従前の保障という表現で、従来どおり加給年金が支給されるか、また、場合によっては、振替加算という形で減額にならないよう生年月日に

〔Q3〕平成三年度分の年金アップ額は？

本年度(平成三年度)の年金額アップはどの位になるのでしょうか？

(お答え)

平成元年十二月に成立した年金関連法案によって、前年度の全国消費者物価指数がスライド率として適用され「完全自動物価スライド方式」が導入されたため、平成三年度の政府予算には前年度の物価スライド分三・二%が公的年金額引上げの予算として計上されています。

既に何回かこの誌上で解説したとおり、この物価指数には、日常生活に余り関係のない自動車や家

対応して措置がとられている筈ですから、ご安心なさってよいと思います。

また、遺族共済年金のうちの高齢寡婦加算も前述のような理由で満65才以上になっても支給されますので、これまたご安心ください。なお、駄足乍ら、このような既得権の擁護のため、中央を始め、全国の退職者会が力を合わせて、請願、陳情などを行っていることも忘れないで欲しいと思います。

今年も政府は一月二十五日平成

電製品など、値下げし易い商品も含まれ、生活実態とカケ離れていることはいうまでもありません。

しかも、過去の例から言えば、この三・二%の物価スライド分がそのまま年金額アップ分として給付されれば申し分ないが、平成元年分の例では関係省庁の反対で、物価及び賃金スライド分五%が平均四%に引下げられたように予算計上どおりとならないこともあります。

今年も政府は一月二十五日平成

三年度分は、三・二%を下廻る三・一%に決定発表、常に公的年金生活者など弱い者へのシワ寄せが続いているのです。

中央の退職者会とともに私たち

### 全国の退職者会などの、国会や行政機関への陳情、要請などの活動近況など

全国高齢者、退職者会や自治体、教育関係など中央を中心とする全国の高齢者、退職者会など、多くの団体が地味乍ら、コソコソと国会や関係官庁へ陳情、要請、交渉など常々懸命な努力をされていることに謝意を表したい。

いま、これらの団体が緊急要請しているのは左記のようなものである。

- 一、年金生活者等に対し、消費税導入によって受けた損失等を一時金方式で速やかに補償すること。

退職者会も政治的に、恩給団体のように強くならなくてはと何時も悩み感じるのです。

(文責 児玉)

- 二、老人保健法改正にもなう一部負担金の増額と定率制を導入しないこと。
- 三、居住用住宅に対する固定資産再評価にともなう増税をしないこと。

「退職者こだま会」会員としては、年一、二回、関係官公庁、地元選出国会議員に手紙・ハガキ等で各個人がそれぞれの日常生活での実感を切実に訴えることが、私たち弱い立場にある者としては、最も効果のある方策でしょう。弱い立場の者は弱い者なりに頭と体を使ってよりよい社会へと努力しようではありませんか。

### こだま俳壇

浅利掘り股からのぞく春の雲  
熱燗に干鱈むしりて春浅し  
有料の駐車場あり春の寺

青木 遠郎

小川 英男

春愁や千切れし雲の動かざる

庭いぢり終えて煙草や春うらら  
春燈に旧知のつどう友の通夜

投句大歓迎―会員の俳句を紙上でご紹介いたします。用紙官製ハガキで三句、当季雑詠こだま会こだま俳壇係まで。

## 遺族厚生年金（通算遺族年金）計算一般的図式

二階部分	報酬比例部分 (厚生年金部分)	$\times \frac{3}{4} = \text{遺族厚生年金}$ $\ni \text{老齢厚生年金の40} \sim \text{50\%程度}$ (就職期間 5 ~ 20年位まで)
一階部分	定額部分 (基礎年金部分)	
	加給年金	

### (解説)

- 通算老齢年金等受給者は報酬比例部分のみが支給対象でそれ以外の定額部分及び加給年金は共済年金との併給調整で支給されない。中高齢寡婦加算も同じく支給されません。
- 報酬比例部分の計算式は〔平均標準額 $\times \frac{7.5}{1000} \times$ 加入月数〕であるか、この平均標準月額加入中の平均額を単純に合計平均するのではなく当初の標準報酬月額に政令で定めた物価等に見合った再評価率を掛けたものを平均した額というややこしいものになっています。
- なお平均標準月額の出し方も共済年金とは若干差異があり、概して共済年金より低くなっています。
- 厚生年金受給権者が死亡したときは、10日以内に住所地の社会保険事務所に年金証書と印鑑を持参して手続きをすることになっています。

(参考) 会報第17号参照：再掲

## 遺族共済年金計算一般的図式

三階部分	退職共済年金	職域年金部分 (民間企業年金相当部分)	$\times \frac{3}{4} + 511 \text{千円 (中高齢寡婦加算)}$ $\ni \text{退職共済年金の50\% (半額)}$ $+ \alpha \text{ (若干上積み) 程度}$
二階部分		報酬比例部分 (厚生年金部分)	
一階部分		定額部分 (国民年金部分)	
		加給年金 又ハ老齢基礎年金	
		特別加算 又ハ振替加算	

### (解説)

- 3階部分の職域年金部分は公務員の特殊性を考慮して約8%優遇上積みされています。企業年金相当分とは大企業などは負担がありこれよりよく、一般的にはこれより低い平均的なものということになっています。

# 納豆に熱い視線

## 「長寿は腹八分目」マウスの証明

「腹八分目」が長生きの秘けつであることが、東海大医学部微生物教室のマウスを使った研究で、確認された。食事を8割に制限されたマウスは、満腹のマウスより平均一・六倍の長寿で、「昔からの言い伝えが動物実験で科学的に実証できた」としている。

田爪講師はマウス(雄)を生

後五週間の段階で、①無菌処理せず食事を制限しないAグループ②無菌処理せず食事は定量の八割(一日四・五g)のBグループ③無菌処理し食事を制限しないCグループ④無菌処理し食事は八割のDグループに分け、生存期間を三年間記録した。

その結果、腹八分目のBグ

### 満腹の1.6倍

ループの平均寿命は百二十二週間、Dグループは百十週間と長かったが、満腹のA、Cグループは七十四週間、九十週間と短かった。

最長寿は、現在も生き続けているBグループのマウスで、百六十週間にも達し、平均七十週間が寿命とされるマウスとしては驚異的な記録となっている。

「納豆は地球を救う。ちょっと大きなテーマの納豆シンポジウムが開かれた。成人病予防、食糧危機対策の切り札として、熱い視線が送られた。「納豆世界大会」も計画されている。敬遠されてきた関西地方でも、「健康志向」の中で、着実に市民権を得てきている。最近の納豆をめぐる話題を――。

## 成人病予防に効果

岡山県立短大助教授の須見洋行さんは二年前、納豆の中に血栓の溶解酵素「ナットウキナーゼ」が大量に含まれていることを発見した。「日本人の死

亡原因上位の脳卒中や心筋痛ウソクだけでなく、脳の細い血管が詰まって起こる老人性痴呆症、難聴にも効果が期待される」と、納豆が成人病の予防に大

### 新聞・雑誌 切抜控帖

な効果があることを強調した。「世界の食糧需給は不安定で、今後も途上国では人口増で食糧危機、たんばく質不足が予想される。かきを握るのは大豆」と述べた。また、腸ガンの予防に効果があることも知られている。

### 含有カルシウムの効果

# 牛乳に血圧降下作用

降圧剤の進歩によって高血圧がコントロールできるようなってきた。一方で、薬を飲むほどでもない軽い高血圧のケースも目立っている。いわば、高血圧症予備軍だ。「こうした予備軍は、牛乳を毎日飲んでカルシウムを補給すれば、血圧を下げることができそうだ」。国立大蔵病院の黒田重臣循環器科医長の指摘である。

▽降圧剤の進歩  
血圧を下げる降圧剤の進歩は目覚ましい。現在、広く使われている降圧剤は①体内の水分とナトリウムを排せつする利尿降圧剤②末梢(しよ)血管を拡張させるカルシウム拮抗(きつこう)剤③血圧を上げる昇圧系に作用するアンギオテンシン系の抑制剤などである。

だが、これらの降圧剤は、高血圧そのものを治療するための薬ではない。「血圧を下げるだけ。血圧を正常値に戻しておくためには、ずっと飲み続ける必要がある」と黒田医長。その上、副作用の恐れも付きまとう。

高血圧になってからでは手遅れであることを示している。何とかいい予防法がないか―そして思い付いたのが牛乳によるカルシウムの補給と云う。

▽1gのカルシウム  
黒田医長によると、牛乳一本には約〇・二gのカルシウムが含まれており、一日三本飲むと食事を含めて、ざっと一gのカルシウムを摂取する計算だ。日

本人が実際に取っている量は成人で一日〇・五gほどなので、倍近くになっているわけだ。「降圧剤として使うカルシウム拮抗剤は、カルシウムを取り込まないようにして血圧を下げると複雑。食事で取ったカルシウムは、血圧の降下作用があるらしい」と黒田医長は説明する。

その証拠に、ラットを使った実験ではカルシウムを多く食べさせると、尿中に出るナトリウム量が増えることが分かっている。どうやら、カルシウムに体内の塩分を減らす作用があるらしいのだ。

高血圧症の多くは本態性高血圧といつて原因がはっきりしていない。未しよの血管の収縮しやすさ、自律神経などが複雑に関連しているとみられている。これら、生理的因子のコントロールは難しいものの、食塩の過剰摂取、ストレス、たばこ、酒など血圧を高める環境因子はコントロールできる。

# 「歴史散歩の会」第2回、第3回 歴史教室 (史話会) スナップ

～ 回を重ねるごとに参加者倍増 ～ 関心の高さに驚く



第2回 歴史教室  
テーマ 鎌倉史話  
名刃正宗の生い立ちなど、これにまつわる話を中心に話はずむ...

第三回 歴史教室  
テーマ 東海道大磯宿のロマンと史跡を訪ねて  
古くは七世紀後半、朝鮮高句麗の亡命王族若光一族の渡来と農耕文化の伝達開化、そして曾我十郎と虎御前の悲恋物語、現代に入っては坂田山心中と五十年前の「天国に結ぶ恋」を思い出し、全員でその流行歌の合唱となった...



世話人の方々は毎回午前中ロビーにて、これからの行事の打合せをする。3月6日には大磯での下見調査を行い、念に念を入れるという熱心さに心が打たれる。

## 東海道大磯宿珍珠紹介(歴史教室資料)

「国よし」うなぎ屋

江戸時代の東海道大磯宿の絵図にものっている。文化年間初代「国よし屋」清兵衛が創業した店でも統括している。代々清兵衛を名のり神奈川県内最古のうなぎ屋である。

昔は近くを流れる花水川の「下りうなぎ」を材料とした専門店として知られていた。東海道沿いの静かな大磯の町並みの中で、つい見過ごして終わような小さな店構えだが「うなぎ蒲焼大磯国よし」の行燈だけがそれと知れる。二階の客間には徳川十五代将軍慶喜に献上した時、揮毫してもらった書や、東郷平八郎元帥・北白川宮など明治の元勳高官等の額が飾られ老舗の格調を物語る。中広いファン層を持ち、宮様方や現天皇が皇太子時代美智子妃と立寄られたという。

「菓子舗 新杵」

旧東海道沿いの老舗、和菓子の正統派で練物・干菓子等各種の和菓子。格調ある日本瓦の屋根と大きな梁を持つ店構えである。明治・大正にかけて政府の高官華族の別荘に御菓子御用達を務めてきただけあって、この名物西行饅頭は名にあふわしい味と品格を構えた菓子だ。こげ茶色のつや消しの皮、適当な大きさ、甘味を押え水分が少く、長持ちし、口に入れた時サラリとした餡の感触は和菓子の絶品。

「井上かまぼこ店」

ワンマン宰相吉田茂は井上のかまぼこ以外は喰べなかつたという。初代井上平吉創業以来すでに120年は越えている。原料は大磯の漁場と直結した鮮度上々の白ダチヤキスを使う。魚肉の採取・水さらし・揚り・裏ごし・型つくり・蒸し等手造りの高級品。一般市場品と違い製品量も少ない。明治の元勳伊東博文を始め高位高官のご商人をつとめてきただけあって、他所のかまぼこは一味違う逸品である。

大磯坂田山心中

慶應大学経済部三年調所五郎(二四才)と静岡御殿場の豪農の娘湯山八重子(三二才)は芝白金のパブテラスト教会で知り合い相思相愛の仲となったが、二人の結婚に双方の親が反対したのを悲観、昭和七年五月九日大磯坂田山で服毒心中をとげた。当時の新聞雑誌に大きく伝えられ映画にレコードに一世を風靡した。

松竹映画「天国に結ぶ恋」

主演 川崎弘子 竹内良一  
監督 五所平之助  
主題歌 「天国に結ぶ恋」 作詩 西条八十

作曲 松平信博

1. 今宵名残りの三日月の消えて淋しい相模灘 涙にうるむ漁火はこの世の恋のはかなさよ
2. 二人の恋は清かった神様だけがご存知よ 死んで楽しい天国であなただけの妻になりますわ
3. あなたを他所に嫁がせてなんで生きよう生きられよ 僕も行きませう母さんのおそばへ貴女の手をとりて
4. いまそ楽しく眠りゆく五月青葉の坂田山 愛の二人にささやくはやさしい波の子守唄

「退職者こだま会」事務室開設  
お気軽にお立寄りください

県職労のご厚意により、約一年程前から、横浜市中区本町四丁目三七番地の県分庁舎(通称県労連会館)の三階に、当会事務室を開設しました。約三〇〇㎡の小さな個室ですが、室内整理もつきましましたので、お気軽にお立寄りください。毎週、火曜日に、原則として、役員(幹事)が二、三人出勤して、当会の事務などをしています。午前十時三〇分から午後四時頃まで居ります。会員のこ来室を歓迎いたします。

編集・発行者 内 本 部 職 労 会 退 職 者 会  
 発行人 児玉欣一郎  
 発行日 1991. 3. 1  
 No. 19  
 横浜市中区本町4~37  
 TEL 045-212-3179(直通)  
 045-201-1111  
 (内線7953)