




「健康ウォークの会」 — 辻村植物公園で観梅 —

歩け！歩け！健康は足もとから。3月6日のハイキングは、意外や参加33名の多人数でした。小田原の標記公園で、満開の梅とその香りを賞でました。珍しいユーカリの樹もありました。が、コアラはいませんでした。(詳しくは10ページ参照)

退職者

こだま会報

No. 35



ともに歩もう第二の人生 『こだま会』を道案内に

総会開催御案内

「退職者こだま会」

第一二回定期総会

・とき

六月二〇日(木)

午後二時～四時

・ところ

横浜市中区寿町一―四

県立かながわ労働プラザ

(旧県勤労会館)

四階第三会議室

(電話)〇四五(633)六一一〇

本年度退職された未加入の方も当日、来場ご入会大歓迎。お誘い合わせの上ご出席ください。

なお、ご出席の方には粗品を呈します。

また、総会終了後、9Fレストラン「ガル」において懇親会を開催します。約一時間、飲物、軽食の他、カラオケ、舞踊等、飛入り歓迎の、たのしい心温まる一日を過ごしましょう。

「加入のおすすめ、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(3F分室)

「退職者こだま会」宛
(電話)〇四五(二〇)一一一一
(内線七九五三)

●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 一一四八六四二

郵便振替口座

〇〇二五〇一九一六六五八〇
会費関係

(1)入会金 なし

(2)終身会費 二五、〇〇〇円

なお、年会費三、〇〇〇円も
あります。

第一二回定期総会

議案

(二―五頁参照)

第一二回定期総会報告・議案

一九九五年(平成七年)度

経過報告

I 開始した三つの委員会活動
アンケートまとまる

(総務企画委員会)

一月一日現在の会員六九二人に調査票を配布し、回収された数は四一九人、回収率は六〇%を超える高率であった。仲間意識や信頼関係と共に調査内容に対する関心の高さに起因するとみられる。

自由記入欄には一四七人(回答総数の三五%)から切実な要望・意見が寄せられた。これらを調査結果報告書にまとめ、今後の運動の貴重な財産にしていく。(6~7頁参照)
○新しい会、新しい参加始まる

(趣味の会推進委員会)

今年度は、「健康ウォークの会」(松尾良文会員の指導)が始まり、第2回目には33名の参加者を集めた。また「葉膳健康づくり研究会」(上野多恵子会員主催)に始めて参加し、いずれも喜ばれた。

従来からの「歴史教室」「旅行の会」なども毎回参加者が40~50名、

20~25名と活発であった。
○集団編集で紙面充実

(広報編集委員会)

会報はNo32~34を刊行した。今まで個人に負担をかけていた編集を、委員会による集団的編集体制へと大転換の試みを始めた。

幹事のほか年金問題の専門家山口順久会員を委員に加え、頼りになる楽しい会報づくりを目指した。No34の退職者向け年金問題の別刷特集は、耳寄りな情報として県職労新聞に紹介され、各方面から好評をうけるなど、一定の成果があった。

II 会員七〇〇名を突破した会勢

○大台をこえる一入会状況

昨年三月末、会員六六三名であったが本年三月末では七一三名(年会費七一名、終身会費六四二名)で七〇〇名の大台をこえた。しかし、例年に比して退職者が減ったせいから入会者は、五〇名の増加に止った。

職員課主催の「退職予定者説明会」

や県職労各支部主催の「退職者慰労と激励の集い」でのPR等で入会勧誘の努力、また火災共済契約更新時や、会報上での入会のお誘いなどやるべき課題は多い。

○ボランティアで維持—事務局体制

1995年度 事務局だより (主な行事など)

(1995.4.1~1996.3.31)

Table with 4 columns: 月, 日, 項, 目. It lists various events and activities from April 1995 to March 1996, including historical walks, seminars, and committee meetings.

会の性質上、ボランティアによる事務局体制は、現在、代表幹事以下七名が交互に週一回(原則火曜日)出勤し、会員入退会事務、財政、共済事業の受託(火災共済・自動車共済・セット共済・交通災害共済など)、趣味の会運営事務などを処理している。県職労4階の狭いながら事務室を借用し、役員の献身的奉仕により活動を推進している。

○諸活動の源泉―財政

会計を一般会計と積立金会計として、一般会計は会員の会費、県職労助成金および積立金取崩しを収入とし、積立金会計は将来の支出に備えて終身会費を積み立てている。いずれも会員、および母体組合の貴い金であるから効率的な支出に努めている。とくに、趣味の会運営は、参加者負担の別途会計により、事務は会員による世話人の奉仕によっている。

しかし、会の財政は会員の増加、会の諸事業の活性化にともない、支出が拡大する方向にある。財政が次第に圧迫されようとする現況がみられる。今後さらに、財政の効果的な運用につとめ、収入増加の方策を探り、増大する会員の要望にも対応し、ゆかねばならない。

Ⅲ その他

○賑やかに“95手づくり文化祭”
神奈川県自治労連退職者会の“手づくり文化祭”実行委員会に加わり、

12月9日、横浜市港北区文化館で文化祭を開催した。趣味の展覧会、演芸大会など退職者どうし、楽しくふれあう一日であった。

○格安なお葬式実現

遺族泣かせと批判の多い葬儀事業に労働上部団体・生協などが参入すべきという4年前の活動方針が、やっと具体的に変わった。当時、代表幹事が県生協に申し入れたもの。県内25生協が共同出資の「(株)コープ総合葬祭」を設立し、市価より4〜5割安く実施されるようになった。

Ⅳ まとめ

この一年間は、三つの委員会が設置され、役員が役割を分担して自主的に活動を進めた結果、役員の活動参加率が高まり、会の運動が大きいに活性化した。会員の期待に応え、さらなる前進を図りたい。

一般会計 1995年(平成7年)度収支決算

収入 支出 (1995.4.1~1996.3.31) 単位 円

項目	予算額	決算額	摘要	項目	予算額	決算額	摘要
1. 会費	1,490,000	1,354,000		1. 活動費	800,000	1,155,964	
年会費	240,000	104,000	@2,000円×1 @3,000円×34	事務局費	500,000	847,114	事務費 90,000 通勤費 220,000 名簿印刷 232,000 諸印刷 305,000
終身会費	1,250,000	1,250,000	@25,000円×50	行動費	300,000	308,850	
2. 県職労助成金	1,000,000	1,071,071	会費買上分 138,400 アンケート関連 71,070	2. 広報費	650,000	529,139	
3. 事業収入	300,000	421,142		3. 総会費	450,000	498,715	
4. 雑収入	12,888	212,002		4. 会議費	250,000	290,595	
5. 積立金取崩し	736,000	736,000		5. 通信費	200,000	324,858	
6. 前年度繰越金	521,112	521,112		6. 見舞共済費	260,000	225,536	
				7. 積立金	1,250,000	1,250,000	
				8. 予備費	200,000	0	
計	4,060,000	4,315,326		計	4,060,000	4,274,807	翌年度繰越金40,519

積立金会計 1995年(平成7年)度収支決算

収入 支出 (1995.4.1~1996.3.31) 単位 円

項目	予算額	決算額	摘要	項目	予算額	決算額	摘要
前年度繰越金	6,380,691	6,380,691		本年度支出	736,000	736,000	一般会計へ繰出し
本年度収入	1,400,000	1,349,374		次年度繰越金	7,044,691	6,994,065	
内 積立金	1,250,000	1,250,000	一般会計より繰入				
利息	150,000	99,374	労働金庫定期預金				
計	7,780,691	7,730,065		計	7,780,691	7,730,065	

会計監査報告 1995年(平成7年)度一般会計並びに積立金会計について、それぞれの収支証拠書類、預金通帳等の監査を致しました結果、妥当に執行されているものと認めます。

1996年5月7日

監査 上野多恵子 ㊞ 古怒田富士一 ㊞

一九九六年(平成八年)度

活動方針(案)

I 私たちをとりまく情勢

連立与党は、乱脈融資で破産した住専(住宅金融専門会社)を救済するため、六、八五〇億円の税金を投入する予算案を、国民の大多数の反対にもかかわらず強引に通してしまい、焦点は金融関連法案の論議に移っている。「子会社の不始末は親会社(母体行)が責任をもって処理すべきだ。」というのが多くの国民の声である。しかも、母体行は低金利政策の下で莫大な利益をあげており、負担能力は十分もっているのである。

これに対して、国民は低金利のしわ寄せを受け、年金が頼りの高齢者は生活設計に重大な支障を生じている。

こうした中で、来年四月からは消費税が現行の三%から五%に引き上げられる。一世帯あたりの消費税負担は年平均で一〇万九六〇〇円から一八万三〇〇〇円になると試算されている。しかも、消費税は低所得世帯ほど負担割合が高くなる(逆進制)悪税である。さらに、与党の一部からは消費税を八%ないし一二%に引き上げるという主張も出ており、新進党党首も一〇%への引き上げを主張している。

五月十五日、厚生省は介護保険制度の試案を発表した。在宅介護サービスを先行実施しようとするものであるが、ホームヘルパーの不足により、厚生省の計画でも介護が必要な人の四割しかサービス

を受けられず、残りの六割の人は家族にまかされる見通しである。一方、保険料は「年金から天引き」で徴収される。最初は在宅サービスだけなので月五〇〇円だが、施設サービスが実施されると、一七〇〇円、高齢者夫婦で月五、四〇〇円の負担となる。加えて利用する場合は別に利用料(二割)を支払わなければならないのである。運営主体は市町村とされているが、市町村は現在でも国保の赤字で苦しいしており、その上介護保険となると市町村財政の破たんは目に見えている。JR共済など年金財政が悪化している

三つの共済を厚生年金に統合する案が国会で審議されている。やがては黒字の「地共済」も一元化される可能性がある。

神奈川県は八〇歳以上の人に対して支給していた「敬老祝い金」を七七歳(喜寿)と八八歳(米寿)等に限定することにし、「祝い品」を廃止した。各市町村でもこれに追随する動きが強まっている。このように、高齢者に対する福祉切り捨ての動きが年ごとに強まってきている。いま、高齢者に対するしわ寄せをはね返し、我々の生活と権利、人間としての尊厳を守り、発展させる運動を積極的に展開することが求められている。

II 活動方針

アンケートに寄せられた会員の要望や意見にそって、みんなで参加できる楽しい催しや、要求実現へのとりくみを進める。

○課題の実現へむけて踏み出そう
(総務企画委員会)

*アンケートにみられた要望を課題とする。

*県・地共済に対する要望は整理して関係機関へ申入れをする。

*国、市町村に対するものは、要求で一致する他団体と協力し実現にせまらる。

○みんなで楽しめる企画を、多彩に
(趣味の会推進委員会)

*従来の「歴史教室」「旅行の会」などは、一層の充実をはかる。

*要望の多かった囲碁・将棋大会、盆裁・料理教室などは、県職労壮年部との

共催も視野に入れ、実現を検討する。

○会員の顔の見える会報をめざして
(広報編集委員会)

*集団編集体制を確立する。

*会員の頼りになる年金・保健・福祉問題の情報を提供する。

*誌面にみんなの声を反映させ、会員参加を追求する。

○一、〇〇〇名の会員をめざして
県職労各支部分会の協力をえて、55才以上の現職組合員(非常勤者を含む)に

「こだま会報」を配布し、年金や保険の問題など日常的なつながりを強める。退職後の共済継続等、こだま会のメリットもPRし、会員増加をはかる。

○事務局活動の充実

会員のニーズに応える諸活動を進める。引続活動としては、全員加盟のセット共済(死亡弔慰金、災害見舞金、料金は会費負担)や火災共済、交通災害共済、自動車共済の事務手続きがある。また、アンケート調査で要望のあった各種相談窓口(弁護士、公認会計士、税理士、社会保険労務士、年金相談など)について

県職労との連携をとり開設に努めたい。財政面では厳しいが、会員増による収入

の増加と、収益事業についても今後考慮していきたい。

○他団体との連携

横浜市従退職者会、鎌倉市職退職者会と連携をとり県自治労連退職者会や、その「手づくり文化祭」、メーデー、高齢者集会などに参加する。

知っていますか?

市町村の国民健康保険加入者にはいろいろの特典?(制度)があります。お役所仕事ですから、知らないで請求しないと損?します。左記はその一例です。

(横浜市国保ミニガイドから)

葬祭費の支給

70,000円

国保の加入者が死亡したときその葬祭を行った方に、葬祭費が支給されます。

- 申請に必要なもの
- ・保険証・印かん・葬儀店の領収書など
- ・銀行の預金通帳または口座番号などの控え

移送費の支給

重病人の入院、転院など歩行ができず、医学的な理由により寝台車などを利用したとき。



- 申請に必要なもの
- ・移送を必要とする意見書・領収書(移送区間、距離のわかるもの)
- ・印かん・保険証

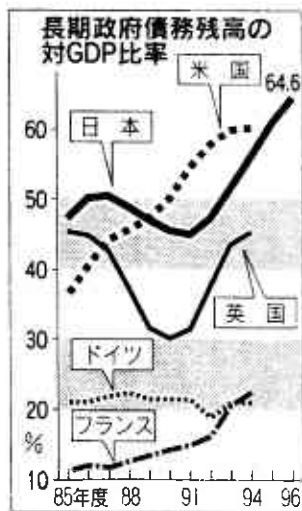
一般会計 1996年(平成8年)度収支予算(案)

収入			支出		
項目	予算額	摘要	項目	予算額	摘要
1. 会費	1,305,000		1. 活動費	800,000	
年会費	180,000	@3,000円×60名	事務局費	600,000	事務用品、諸経費、通勤費等
終身会費	1,125,000	@25,000円×45名	活動費	200,000	各種会合交通費等
2. 県職労助成金	1,000,000	活動・広報・会議等に対する助成	2. 広報費	500,000	会報編集、印刷費等
3. 事業収入	400,000	共済事業受託収入	3. 総会費	450,000	総会及び懇親会費
4. 雑収入	43,481	預金利息、広告収入等	4. 会議費	250,000	幹事会、及び総務企画、広報、趣味各委員会費
5. 積立金取崩し	811,000	$\frac{2万円 \times 540 + 2.5万円 \times 87}{16年}$	5. 通信費	200,000	郵便料金等
6. 前年度繰越金	40,519		6. 見舞共済掛金	250,000	全労済セット共済(会員及び家族弔慰金、災害見舞金)等
			7. 積立金	1,125,000	終身会費25,000円×45名
			8. 予備費	25,000	
計	3,600,000		計	3,600,000	

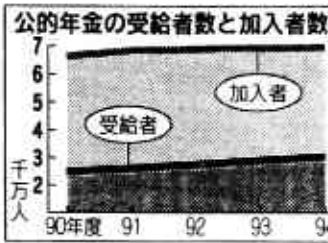
積立金会計 1996年(平成8年)度収支予算(案)

収入			支出		
項目	予算額	摘要	項目	予算額	摘要
前年度繰越金	6,994,065		本年度支出	811,000	本年度一般会計へ
本年度収入	1,225,000		次年度繰越金	7,408,065	
内 積立金	1,125,000	一般会計より			
訳 利息	100,000	労働金庫定期預金利息			
計	8,219,065		計	8,219,065	

借金大国日本



(H8.2.20 日経)



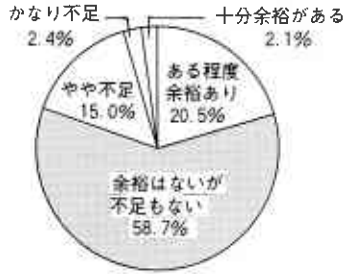
原生年金、国民年金など
公的年金の九四年度受給者
付の総額も過去最高の二十
九兆六千四百九十億円に上
り、高齢化に伴って給付総
額も増え続けている。
年金受給者は前年度に比
べ五・〇%の増加、一方、
現役の加入者は〇・四%増
の六千九百五十五万人。最
近五年間は、受給者が五%
前後で増えているのに対
し、加入者数は九一年度を
除いて一%以下の増加にと
どまっており、年金財政が
厳しさを増している実態が
浮き彫りになった。
給付総額の前年度比伸び
率は一〇・〇%で、ここ数
(H8.2.4 日経)

数が三千四十二万人と初め
て三千万人を突破したこと
が、社会保険庁が三日発表
した「社会保険事業の概況」
で明らかにした。年金給
率は一〇・〇%で、ここ数
年間の六・一八%よりも高
い。同庁は「給付対象者が
増えたほか、昨年度の年金
制度改革で年金額が積み増
しになったことも影響して
いる」とみている。
九四年度から国民年金の
受給対象者になった人のう
ち、本来の受給開始年齢の
六十五歳を待たず、六十
六十四歳の間に減額年金を
受け取った人の割合(繰り
上げ受給率)は三九・六%
繰り上げ受給率はここ十年
間ほど減少傾向で、初めて
四〇%を割り込んだ。

公的年金
受給者
94年度
3000万人超す

2) 家計状況

「かなり不足」と「やや不足」を合わせると17.4%で、およそ6人に1人が不足と答えている現実は見逃せない。



3) 年金のみの家計

余裕がある 22.6% → -11.8
 不足する 17.4% → +32.4
 年金だけで生活している会員は、上のようにそれぞれポイントが上下している。実に10人に3人以上の人が、年金だけでは生活は困難であることを示している。

就 業

1) 就業の状況



半数を越える会員が就業あるいは求職をしている。一方3人に1人が引退している。これを平均年齢と合わせて考えると、会員の勤労意欲は結構高いといえよう。

2) 働いている理由……略

相 談

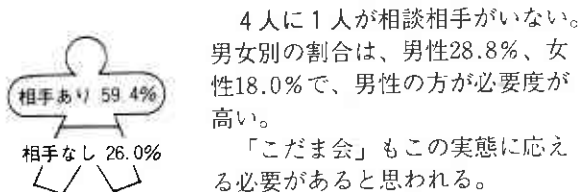
1) 困っていること・悩みごと

会員の困っていることや悩みごとに回答を寄せた人は188人 (44.9%)。

- 1 健康 29.1 (%)
- 2 家族関係 6.4
- 3 相続 (遺言) 4.8
- 4 税金 4.3
- 5 不動産 2.6

マルチ回答の上位ファイブを挙げてみた。健康を挙げた人が実に3割近い。

2) 相談相手 (%)



趣 味

実際に参加、実行している趣味・活動は多彩で、しかも極めて多くの会員の参加がみられ、いろいろな領域で生き生きと活動している。参加率 85.9%

1) 趣味・活動のベストテン

- 1 旅行 50.1 (%)
- 2 盆栽・園芸 23.6
- 3 ハイキング・登山 18.6
- 4 スポーツ 17.4
- 5 映画・演劇・音楽 14.3
- 6 史跡探訪・歴史教室 14.1
- 7 囲碁・将棋 12.9
- 8 写真 11.9
- 9 ボランティア活動 11.2
- 10 カラオケ 9.1

2) 計画があれば参加したい (ベストテン) ……略

要 望 ・ 意 見

1) 国・県・市町村に対して

高齢者福祉に関する要望・意見を自由に回答してもらった。実に147人 (35.1%) の会員から様々なものが寄せられ、関心の高さ行政に対する要求の強さがうかがえた。

多くの人が、病気になった場合や自分で身辺処理が出来なくなった時の不安を強く訴え、治療や介護体制の整備・充実を求める声が強くと表れている。

2) こだま会の要望

これも自由記入の回答で、102人 (24.3%) の会員から各種の要望が寄せられた。その内容は、会の運営、趣味の会活動、会報や情報提供、福利・厚生活動、高齢者運動などへの批判や要望など多種多様であり、こだま会に対する関心の強さと期待の大きさがうかがい知れる。

詳しく触れる紙面もないが、一つずつ出来ることから要望に応え、実現に迫っていききたいものだ。

『調査結果報告書』を入手するには

この調査の詳細は、『会員の生活実態とニーズに関するアンケート調査結果報告書』として取りまとめ刊行されます。こだま会は財政的に余裕がないので、会員に無料配付とはいきません。ご希望の方には300円 (60円切手5枚) でお届けしますので、事務局まで郵便でお申込み下さい。

『こだま会』 会員の生活と意見 —アンケートにみる—

こだま会では、会員の要望・意見を基礎に会運営の方向を新たに打ち出すべく、1996年2月に会員の“生活実態とニーズに関する調査”を実施しました。

現在、総務企画委員会での詳しい分析が終り、調査書が取りまとめられましたので、ここに調査結果の概要をご紹介します。皆様のご協力により回答も多く、予想以上の内容豊かなご意見を寄せられましたことに、心から感謝いたします。

調査の概要

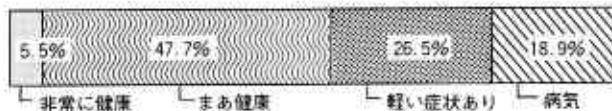
調査時期 1996年2月
調査方法 調査票による質問方式(郵送)
調査対象 こだま会会員 692人(100%)

調査票の回収 419人(60.5%) 平均年齢 65.4歳



健康

1) 健康状況



「非常に健康」と「まあ健康」とを合わせた健康な人は53.2%と半数をこえている。一方、5人に1人の割合で病気にかかっている人もいます。

2) 健康診断の受診率(%)

毎年必ず受診	65.4 (男68.2 女57.7)
2~3年毎に	19.6 (男18.5 女22.5)
受けていない	11.5 (男 9.7 女16.2)

受診の機会は毎年勤務先で受けていたのが退職後はなくなるので、自分自身で積極的に受診することが大事だ。とくに女性はその要があると思う。

家族

1) 家族構成

配偶者あり	82.1%
配偶者なし	17.9%

約5人に1人は配偶者がいない。これを男女別に見ると、有配偶者率は、男性93.5%、女性50.5%と大きく違う点注目されよう。

2) 同居家族

同居あり	96.3%
同居なし	7.7%

一人暮らしの人は全体で32人、そのうち男性7人、女性25人で全体に対する割合は、2.3%と22.5%。女性会員の5人に1人が単身生活となっている。

3) 家族数

2人世帯	40.5%
3人	21.6%
4人	14.4%
5人	5.5%
6人以上	10.7%

(a)配偶者、(b)親と子や孫、(c)姉妹などの組合せで一緒に生活している。世帯の平均家族数は、3人である。

住宅



持ち家率は96.4%と高く、これは在職中における計画性と高度経済成長期などの住宅ローン活用などのためであろうか。セカンドライフの計画が堅実とみられようか。

家計

1) 収入(同居家族も含む)

1 年金	96.4%
2 給料・報酬	51.8%
3 不動産収入	8.6%
4 株式等の配当	5.3%

収入の種類を多い順に示してみた。年金のみの収入の人は34.6%で、会員の3人に一人が年金のみの暮らしだ。

年金情報

なぜ年金は据え置きか??



「えっ、今年は年金の引き上げがないの?」「どうして?」

総務庁は昨年一年の全国消費者物価指数は〇・一%下がったと発表。物価指数が下がったのは年金に物価スライド制が実施された昭和四八年以降初めてのことです。

物価スライド制をとる公的年金は自動的に年金額が下がることになりませんが、厚生省では特例法案を今国会に提出し、今年度の年金額を据え置くことを決めました。

総務庁物価局は「猛暑で生鮮食品が大幅に値下がりしたのが影響した」また、人口百万以上の大都市では〇・三%下がったといっています。私たち年金受給者には物価が下がった実感がないし、高齢者の生活が良くなったということもありません。異常な低金利が続くなかで、生活はむしろ悪化しているのが実態だと思います。さらに今年度は医療保険制度における費用負担が増大します。老

人医療の一部負担は物価スライド(前々年度の物価指数)により入院・外来とも一〇円引上げられ、入院は一日七一〇円、外来は一月一、〇二〇円になり、一般の入院時の食費代一日六〇〇円が八〇〇円となります。

今回、年金額が据置かれたのは引下げ幅が少なく、改定作業に費用と手間がかかることも影響していると思われるが、来年度は物価が上がるにせよ下がるにせよ、今年度の物価指数と合算され、調整が行われることになるでしょう。年金とことなり恩給では公務員の給与改定(人事院勧告による)が昨年行われたことで〇・七五%の引上げがおこなわれます。これは恩給が賃金スライド制をとっているためです。年金生活者などで組織されている全日本年金者組合では、物価又は賃金いずれか高い方の指数でスライドを行うよう要求しています。

預貯金の極端な低下が私たち高齢者の生活を直撃し、退職後の生活設計を大きく狂わせています。国際的に見ても異常といわれる低金利はどうして起こっているのでしょうか。天災と同じように、じつと耐えなければならぬものなのでしようか。

低金利が年金生活者を直撃

最高の一兆九千億円に達し、前年比でも七〇%も増えています。日銀の発表によれば個人の貯蓄の残高は九五年三月末で九二三兆円、うち預貯金だけでも五八六兆円です。ですから銀行の低金利による利ザヤ稼ぎは膨大なものになるのは明らかです。都銀各社はこうした利益を一部を不良債権の償却にあてています。結局のところ、政府・日銀の低金利政策は一般庶民、とくに高齢者のふところから利息収入を奪って大企業と銀行の利益を増やしていると言えます。これには銀行業界が政府与党、新進党に多額の政治献金をしていることと無関係ではありません。

「め」といっていますが、景気の回復が思わしくないことを見てもごまかしだと言えます。本当の狙いは、まず、バブルで膨らんだ大企業の借入金の金利負担を軽減することです。金利が一%下れば大企業の金利負担は年間一兆八千億円も軽くなると言われます。さらに銀行の利ザヤを大きくし、業務純益を増大させることです。九五年九月期決算の都銀一一行における業務純益は半年間で過去

高齢者たちも黙っているだけではありません。全日本年金者組合では昨年秋季から郵政省・大蔵省・全国銀行協会に何度か「高齢者等の預貯金について金利の保障(五%)を行うよう」申し入れを行っています。これはNHKでも放映され全国に反響を呼びました。今年に入り富士銀行(頭取が銀行協会会長)が年金受給者に一年定期で百万円限り金利一%の優

(次頁へつづく)

保健情報

クスリに関する11章

④

●飲み合わせのときは気をつけること●

日常よくあるのは、お医者さんから高血圧とか心臓のクスリをいただいて飲んでいるとき、「市販のかぜ薬を飲んでもいいか」というような例ですね。市販薬は、だれが飲むかわからないものですから、お医者さんのクスリにくらべたら、ずっと安全にできています。

しかし、かぜ薬の中には、痛み止め、それから熱を下げる解熱薬、抗ヒスタミン薬、咳止め、体力をつけるためのビタミンなど、いろいろな成分が入っています。ビタミン剤はともかく、中にはお医者さんが処方しなければならぬ医療用のクスリだったものが、市販薬になったものもあり、これは効き目も強いので、それだけ危険な面ももっています。ですから高血圧や心臓、糖尿病のクスリなどを飲んでいるときは、市販のかぜ薬だからと軽く考えないで、お医者さんに相談された方がいいとおもいます。

糖尿病のクスリを飲んでいるときに、心臓病のクスリを飲んで、転んでケガをした方がいらっしゃいます。糖尿病のクスリにもいろいろありま

すが、この場合は心臓のクスリを飲んだために、血液中の糖尿病のクスリの濃度が上がって、めまいをおこしてしまつたのです。

糖尿病のクスリは血糖値を適切にさげるために、微妙なところでコントロールしていますから、ほかのクスリを飲むときは、とくに注意が

あります。先頃の制ガン剤と帯状疱疹薬のソリブジンのように、あれほど重大事にならないまでも、飲み合わせによる事故はいろいろあります。なぜそんなのか、まだ理由がわからない場合も多いのです。

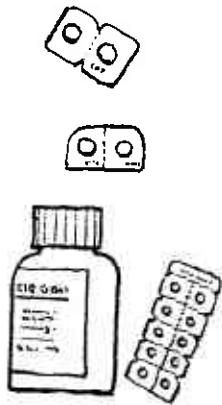
クスリの飲み合わせは、クスリのいわば個別的な組み合わせによって害をおよぼすのですから、一般的にクスリを飲み合わせてはいけな

いけません。そのために厚生省は、なにか副作用がでた場合の情報を、できるだけ多く集め、その集積されたデータをもとに、飲み合わせによる情報を出しています。

飲み合わせについては、ご自分でも気をつけて、新しくお医者さんに

かかるときは、いま飲んでい

かかるときは、いま飲んでい



(前頁からつづく)

遇措置をはじめたのを皮きりに、幾つかの都銀、地銀、信金などで優遇措置をとるところがでています。また、従来からあった福祉定期預金(注)の一年延長などの低所得層への措置が出てきました。この程度では高齢者の要求にたいして全く不十分です。

年金受給者や高齢者の預貯金に5%の最低金利を保障させる制度をつくるよう政府・大蔵省・銀行に要求し運動を広げていきました。同時に政府・日銀の金融政策を大企業・大銀行優先から国民生活優先に切り替え、非難の声が高まっている住専に国民の血税を注ぎ込むのをやめさせ、母体銀行の責任で解決させていきたいと思います。

(注) 福祉定期預金 老齢福祉・障害・遺族年金や福祉手当などを受けている人を対象に一人三百万円まで一年もの固定金利四・一五%の定期預金。銀行、郵便局でとり扱っています。

趣味の会行事案内

歴史教室

○歴史教室(第二四回)

とき 平成八年二月八日(木)

ところ 神奈川県自治会館

テーマ シーボルトの娘 女医楠本いねの生涯

参加者 五一名

特別講師 荒井太郎氏

シーボルトは、長崎オランダ商館の医師として一八二三年来日した。彼は診療の傍ら高野長英らに、蘭学や西洋医学を教え、日本の文明開化に貢献した人物である。

楠本いねは、父シーボルト、母楠本滝の子で一九二七年長崎の出島で生まれた。父の医学の門人であった

岡山の石井宗賢に学びそして結婚し一女を設ける。しかしその生活も永続させず長崎に帰り、医院を開業した。こうして彼女はさらに多くを学び、近代医学を身につけた日本初の女医となった。

一方、山口の医者の子として生まれ、シーボルトに医学・西洋兵学を

学んだといわれる旧名村田蔵六(大村益次郎と楠本いねとの出合いは、いねが二七歳の時長崎で。その後、益次郎の後を追うように宇和島・江戸へと移って行く。

益次郎は、江戸において砲術を主に西洋兵学者として高名となった。明治新政府では、兵部大輔となり陸軍の創立者となった。士族の廃刀・断髪・兵制改革を主張したため士族の反感を招き、明治二年(一八六九)京都にて襲撃を受け重症を負った。

益次郎の強い希望で東京から駆けつけたいねとその娘は、二ヶ月の間不眠不休でその治療に当り、そして最後を看取ったという。

いねはその後も医業に専念し七七歳まで生き、明治三六年(一九〇三)東京で静かに人生を閉じた。

○歴史教室(第二五回)

とき 平成八年四月五日(金)

ところ 神奈川県自治会館

テーマ 鎌倉五山と国宝の鐘を訪ねて

参加者 四二名

特別講師 荒井太郎氏

●鎌倉五山(かまくらごさん)

五山とは、ときの政府が定めた格の高い五つの禅宗(臨済宗)寺院で、室町幕府によって鎌倉五山が定められ、現在に至っている。すなわち建長寺・円覚寺・寿福寺・浄智寺・浄妙寺である。五山には仏教界の英才が全国から集まり、政治のみならず室町時代の文化を担った。

●国宝の梵鐘(ぼんしょう)

県内に国宝の梵鐘があるのは、建長・円覚の二寺だけで、共に鎌倉時代を代表する名鐘である。鐘の本来の目的は、僧に儀式の集合を告げるのに鳴らしたが、後年には時刻を知らせるために用いている。

●建長寺鐘

建長七年(一二五五)開基の北条時頼を大檀那として寄進された。

総高二〇・六cm 口径一二五・五cm

●円覚寺鐘

正安三年(一三〇一)撞き初めを行った。北条貞時が大檀那として鑄させたもの

総高二六〇cm 口径一四二・四cm

鐘といえば、夕焼け小焼けの山寺の鐘を思い出します。地図を頼りに鎌倉時代に思いを馳せながら歩くのも、一興でしょう。

健康ウォークの会

春浅し 山里にひっそり咲く梅と咲き競い合う
梅園の散策

とき 三月六日(水)

コース 小田原駅(新幹線側)ー

辻村植物公園(風祭駅前)

お天気は晴。気温は日溜まりが欲しい程度。参加者は三三名と前回に比して三倍弱の増となる。コースリーダーの松尾良文さんの説明を聞き、九時五〇分に小田原駅前を出発。途中左側に広がるのは相模湾、行手に



小田原辻村植物園

は箱根の山やま、右側に集落に入る。梅の木が各所に点在し満開。南面の土手には水仙の花が咲く。昆沙門天がひっそりと鎮座します。

辻村植物公園着ー一時三〇分。広い園内に白梅が満開。松尾さんより公園に係る説明あり。辻村家が外国樹種を植えたとのことで、それを象徴するが如くにユーカリの原木が聳えている、梅花の下で食事をし観梅を楽しむ。

一三時三〇分出発山道を歩く。途中杉・松の林の中や山島の傍らに、白衣をまとった様な梅が静かに佇む。裏道も又風情あり。屋根道も終り急傾斜の舗装道を下る。左右に「こののはな」の畠あり珍しい。一四時四〇分箱根登山鉄道風祭駅に着き開散をした。

旅行の会

南北朝史跡めぐり 花の吉野山・笠置山・ 千早城跡・柳生の里

とき 四月一四日(日)ー一六日(火)

コース

一日目 出発地ー東名ー東名阪ー

柳生の里ー宿

二日目 笠置山行座所めぐりー観



柳生の里 家老屋敷門前にて

心寺ー千早城址ー宿

三日目

吉野山散策(中千本公園

ー蔵王堂ー吉野神宮ー東

名阪ー東名ー出発地)

神奈川県観光のバス利用、ほぼ満席の一行四二名中こだま会会員は、二五名。日本での桜の名所はとの間には、誰しも吉野と頭の中に浮かぶのではなからうか。

●一四日 定時に本厚木発、東名をひたすら走る。晴天に雪を冠った富士山くつきりと浮かぶ。名古屋JCTより東名阪に入りやがて目指す柳生の里へ。一族の眠る芳徳禅寺に参詣し家老屋敷を見る。剣豪の潤歩せし

時代ありきや。桜三分咲の山里であった。夕刻笠置山々頂附近の古風な宿に。夕食の雉子鍋に舌鼓を打つ。
●一五日 宿より約四〇分のコースで笠置山々頂一周。巨岩奇石あり桜咲き、鶯鳴く。後醍醐天皇行在所あり「天が下にはかくれ家もなし」との御歌、御心をお察しするに余りあり、やがて幕府方に捕まえられ隠岐に流されることになる。

午後は楠木正成が幼時、学問を学んだ観心寺に。一、三〇〇年の歴史を持つお寺で金堂は国宝、桜は満開、楠公の首塚もあり自然と足が向く。バスに揺られて千早城へ。正成が時の幕府軍を相手に様々な奇略戦法で戦い勝利を取めた場所である。城あとまでは非常に急で直登の六百にも及ぶ石段で、自然石を横に並べたもの大半で登りづらい。時々立止まり腰をのばし息を整えつつ、皆それぞれに往時を偲ぶ。宿は五條市内、夕食後は二日間の旅で打ち解け合ったのかカラオケに興ずる人多し。

●一六日 朝、くもり空を何とかもたせたいと願う。バスは吉野川沿いに走る。山々は吉野杉の緑、雑木林の萌黄色と美しい調和。九時ー一時間の間散策を楽しみながら桜見物、名所旧跡多し。下千本は満開、名物のくずもちを売る店が軒を連ねる。さすがに人波多く連れを見失う。や



吉野山下千本の桜

がてバスの人となり帰路へ。途中事故渋滞があり約一時間半遅れにて帰着地へ。皆元気に解散、思い出が沢山残る旅であった。

お茶会

こだま会茶会(初釜)は平成八年一月一四日(日)、当初鎌倉芸術館で行う予定でしたが都合で鈴木志げ子さん宅で行いました。

亀井楨子さん(こだま会会員)がご亭主になり鈴木志げ子さんがお正客になり床の間の竹の一重切りの花入れに花を活け、亀井さんのお点前でお薄をいただきました。

原島照寿さん(こだま会会員)社は風邪のため欠席で残念でしたが、現役の秋中幸子さん、若江久子さんと鈴木さんのお弟子さんも参加して楽しい、一寸せいたくな日を過ごしました。

来年の春は横浜「そごう」で茶会を開催の予定です。



左から亀井さん、秋中さんと鈴木さん

予告!! 予告!!
趣味の会

各部会入会ご希望の方はハガキで事務局までご連絡下さい。

行事のご案内はその都度部会員に連絡しています。

アンケートでは趣味の会の開催が、解らないとの声がありましたので、予告をひとまとめにしてみました。

●歴史教室(第二六回)

と き 七月二四日(水)

と ころ 神奈川県自治会館

テーマ 秀吉の妻おね

―戦国のトップレディ―

特別講師 荒井太郎氏

●健康ウォーク会

「足柄の古道を歩く」

と き 一〇月中(下旬)

コース JRR足柄駅⇄足柄峠⇄JR駿河小山駅

詳細については、決定次第部会員

にお知らせします。

●旅行の会

「紅葉を訪ねて」

と き 一月中旬(下旬)

コース 候補地選定中

ご希望地等ありましたらご一報を。

「退職者こだま会」厚生ニュース

全労済の魅力、ここが得

- テレビのコマーシャルでも知られている全労済(全国労働者共済生活協同組合連合会)は全国47都道府県にネットワークをもつ生協組織です。
- 現在、組合員数1,200万人、契約高200兆円にも及ぶ民間巨大生損保会社に匹敵する規模です。厚生省管轄の「消費者協同組合法」によって助け合いの理念に基づいて非営利に運営されています。
- 民間の生命保険と損保保険の両分野にまたがる共済事業を行っています。創立以来約30年の実績があり経営基盤も安定。
- 団体加入を中心とし、労組や退職者会などが事務を引受けていますので、民間より代理店、外務員の事務経費などの経費分だけ掛金が安くなるのです。
- 掛金等は民間に比べて、平均2割程度安くなっています。

退職者こだま会報 No. 35

発行日 1996. 6. 1

編集・発行者 神奈川県職労 退職者こだま会
横浜市中区本町4-37

☎045-212-3179 (県職労本部)

発行人 鈴木志げ子