

退公連・日公連を会員の  
共有財産にしましょう  
会員がつながる核にしましょう



一般財団法人 日本退職公務員連盟  
〒113-0034 東京都文京区湯島4-12-3  
☎03(3822)1216 FAX03(3824)7779  
https://nikkoren.net/  
E-mail: yushima@nikkoren.info  
2月号 隔月25日発行

### 全国事務局長会開催 会員と退公連、退公連と 日公連の一体化を求めて

東北地方、北陸地方、山陰地方を中心とする大雪の影響を受けて、交通機関が乱れ45都府県のうち7県連の事務局長が欠席されるといふ、最近にない異例の局長会議が去る1月22日に日本退公連会館で開催された。

鴨下会長はやむを得ない事情で欠席されたが、会長の思いは、1月5日に日公連のホームページに掲載された。

年頭所感を配布して出席者に示された。専務理事の会務報告、事務局から令和8年度の年間行事予定(案)と分担金等(案)の説明、眞柴年金専門員は、令和7年度の年金制度改正の内容説明、門松組織委員長は、組織の拡充推進計画(案)の説明の後、日公連の正会員は、平成6年の37万7千人をピークに現在は10万人を割る寸前。正・準・活動推進委員長は、活動推進計画の説明の調

### 第3回 年金制度改革法が成立！ わかりやすく解説します

標準報酬月額の上限の引き上げ  
今回は、保険料の計算に使う賃金の上限の引き上げについてです。

厚生年金の保険料は、毎月受け取る賃金(月給)と賞与(ボーナス)について、別々に計算します。月給は毎年4月から6月に支給された額を元に、「標準報酬月額」を計算します。ボーナスは、支給される毎に「標準ボーナス」を計算します。そのうえで、保険料を計算しますが、月給ボーナスそれぞれについて、18・3%の保険料率を乗じて決定します。その負担は、本人と事業主とで2分の1ずつです。この標準報酬月額は1等級(8.8万円)から、32等級(65万円)までありますが、男性加入者のうち、上限の65万円に該当する人の割合が高くなっていて、賃金に対して、負担する保険料の割合が低くなっています。今回の改正では、段階的に引き上げられる68万円、2028年9

賛助会員を合わせた総会員数20万人を目指して会員獲得推進計画を立てたい

野河富喜子女性部長は、令和8年度の活動推進計画のテーマを「広く深く長く、社会貢献活動を展開しよう、会員獲得に臨みたい」と述べた。

2、兵庫県連 坂井憲司事務局長 会報や新聞の手配り、支部総会や役員会が参加者の懇親の場ともなり、会員の交流の大切さを語る報告。

3、香川県連 野郷光宏事務局長 女性会員数が男性よりはるかに多い県連。女性会員の知恵と行動力が組織の活動源に。女性会員の力に期待。

組織強化、事例発表  
1、山形県連 白鳥樹一郎事務局長 現職公務員の処遇改善の活動は、現職とのつながりを強化し、退公連の社会的認知が広がる期待を持たせた。

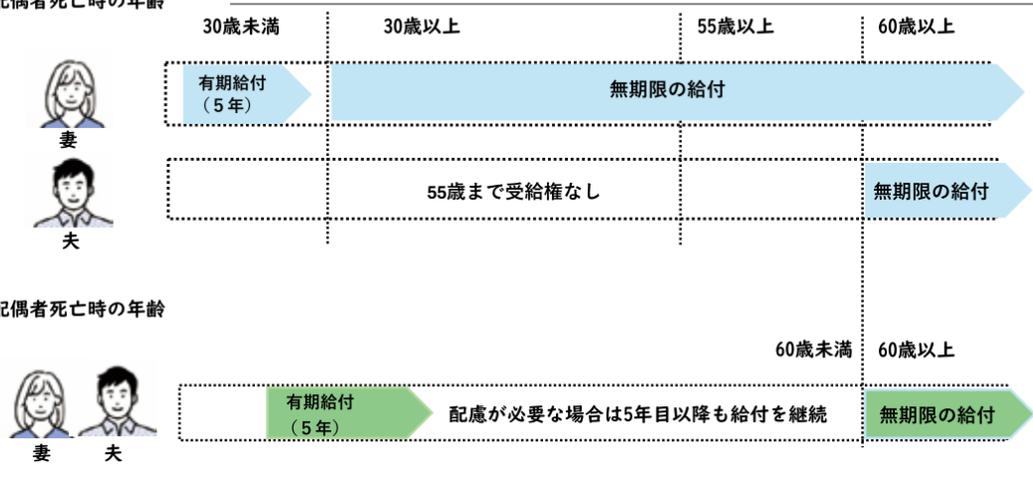
月71万円、2029年9月75万円  
遺族年金の見直し(1) 遺族年金は、年金加入者がなくなった場合に、亡くなった人に生活に頼っていた人の生活を保障するものです。遺族年金には、定額の遺族基礎年金と報酬比例の遺族厚生年金とがあります。このうち、「遺族厚生年金」は、厚生年金の加入者に生計を頼っていた遺族が受け取れる年金です。有期給付の対象者が拡大されます

改正前は、60歳未満の配偶者が厚生年金を受けると、子どもの有無や年齢によって給付されるタイミングや期間に男女差がありました。今回の改正では、子どもがいない30歳未満の妻に限定されていた5年間の有期給付の対象者が、男女を問わず60歳未満の配偶者に拡大されました。具体的には、改正後は子どもがいない厚生年金加入者が死亡した場合、その人に生計を頼っていた60歳未満の配偶者は、有期給付加算を含む5年の有期年金が受付けられるようになるなど、給付が継続され、

| 改正前 |           |            |
|-----|-----------|------------|
| 性別  | 配偶者死亡時の年齢 | 受けられる期間    |
| 女性  | 30歳未満     | 5年間        |
|     | 30歳以上     | 無期限        |
| 男性  | 55歳未満     | 給付なし       |
|     | 55歳以上     | 無期限(60歳から) |

| 改正後  |           |                                 |
|------|-----------|---------------------------------|
| 性別   | 配偶者死亡時の年齢 | 受けられる期間                         |
| 男女共通 | 60歳未満     | 原則5年間<br>(配慮が必要な場合は5年目以降も給付を継続) |
|      | 60歳以上     | 無期限(変更なし)                       |



年金改正の詳細解説は日公連HPに掲載。HPの「本部からのお知らせ一覧」から。

退公連ノート  
先の国会で、現役世代に配慮する政策を議論する場面が多くあった。介護保険の利用者負担、高額療養費上限の引き上げ、OTC類似薬品の負担等の議論は、現役世代の負担軽減に繋げるため、我々も子や孫が重い負担に苦しむことを望んではいない。そのため、双方が納得するような政策が望ましい。その例が、昨年の年金改正が行われた在職老齢年金の支給制限の改正や被用者保険の適用拡大だ。働いた人の将来の年金の増額に繋がり、また、現在年金を受けている人の財源にもなる。このような政策を求める●何より望ましいのは経済成長だ。物価上昇を上回る賃金上昇が実現し、恒久化すれば、年金受給者は物価上昇分の年金額改定により、物価上昇を恐れずに生活ができる。現役世代は、賃金の上昇により保険料の負担感を和らげることができ、こうした政策を講じて、年金生活者と現役世代が互いをリスペクトできる社会の実現を期待。

整骨院もおススメ!  
日本柔道整復師協同組合推奨

エミューオイルの配合量を増量しました  
(エミューオイル+MSM+グルコサミン)  
イージーリリーフ (1個50g)  
●1個.....2,970円(税込)  
●お得な2個セット.....4,752円(税込)

お申し込み・お問い合わせ  
電話 無料通話(受付時間/月~金 9時~17時30分) ●電話による申込みは、「退職公務員新聞を見た」と言ってください。  
0120-391-023

FAX 無料通話(24時間受付)  
0120-284-556  
(右のハガキ記入例を参考に、必要事項をご記入の上ご送付ください。)

ハガキ 右の記入例を参考に、必要事項をご記入の上ご送付ください。

〒103-0002  
東京都中央区日本橋馬喰町1-5-1  
株式会社 エンジェル 退公連係

元気に歩くために塗ってマッサージ

●柔道整復師の資格を持つ佐藤さん。都内で治療院を開いて10年。3年ほど前から治療にエミューオイルを利用。お客様にも紹介して喜ばれています。スポーツ選手のお客様はトレーニングのあとはエミューオイルで体をケア。朝の散歩が日課の年配のお客様は「お散歩に歩きたいので、散歩の後はエミューオイル配合のクリームで塗ってマッサージ。」エミューオイルはお客様にご愛用されています。ね」と話します。

●お支払いはお届け時の「代金引換」のみとなります。送料は600円(税込)から、地域によって異なります。11,000円以上のご注文は無料。8日以内の返品可。個人情報等は商品の発送と当社の案内のみ使用。

エミューオイルとは...

エミューという鳥の皮下脂肪から抽出。英国のマーソン選手が利用することで知られるようになりました。健康に良い不飽和脂肪酸が豊富です。また人の皮下脂肪に近く、よくなじみ保湿と清潔感を保ちます。本品は北海道で畜産されたエミューから抽出した、良質のエミューオイルを配合しています。

○クリームタイプだから...  
気になるところに直接塗ることが出来ます。

いきいき退公連

# 「笑いヨガ」体験会報告 笑いには驚くほどの健康効果!

東京都連の巻

東京都連・世田谷支部は昨年度、会員の皆様の努力により会員数が増え、全国大会で「努力賞」をいただきました。大変嬉しいことですが、一層の努力が必要と感じております。そして、かねてより念願だった「笑いヨガ」の講演会を区民の参加を得て実施できました。

人生100年時代、健康の維持・増進の観点から笑うことが注目され、笑いの効果について研究がなされてい

ます。「笑門には福来る」笑いは驚くほどの健康効果があります。しかし、普段から笑っていないければ、笑うための筋肉も衰え、笑いにくくなります。笑いをガは笑うための筋肉を

鍛える健康体操です。実施するにあたり、東京都退職校長会世田谷支部と共催事業に位置付け世田谷区の区報を通して区民への呼びかけも行いました。区民9名と合わせ、40数名の参加があり、昨年11月14日に実施しまし



「笑いヨガ」講演会実施



みんなでいっしょに「ハハハ〜」「ホホホ〜」

ると笑わなくなると言います。笑いを呼吸法と考え、健康体操として考えたものが「笑いヨガ」です。鼻から息を吸い、口から息を長く吐く。「ハハハ〜」「ホホホ〜」「アアア〜」と3種のうち、どれが一番出しやすいかと問われると「ハハハ」と「ホホホ」はお腹からしっかり息を吐くことができず、「アアア」は喉からなので出しにくいとのこと。ここまではほんの一部の紹介です。

「参加者の声」  
◎ハハハ、ホホホ、アアア、横隔膜が動き、内臓に、副交感神経にいい。  
◎高齢者には笑いが必要です。「笑い」を脳に伝え覚えさせることが楽しい人生を送るヒケツかと思えました。

# 会員の広場

## ライフワーク

### 「南吉の波紋を広げる」

愛知県退職公務員連盟 半田支部 山本英夫

新美南吉記念館の駐車場、連休中の今日は、名古屋ナンバーに交じって三河、岡崎、豊橋……。京都や神戸、品川の車もある。屋根を芝生で覆い、地下に造られた独特な建物。童話「ごんぎつね」に登場する中山様、村の小川(矢野)川)、狐が棲んでいると言われる権現山……。などの作品舞台に配慮して設計された記念館である。

新美南吉の「ごんぎつね」は昭和6年に草稿が書かれ、翌年に児童文学誌「赤い鳥」に発表、死後13年経った昭和31年に教科書教材に採用される。そして今から45年前の昭和55年に小学4年生の国語の教科書に掲載され、今日まで途切れず続いている。一つの作品が、すべての国語教科書に載るといふことは驚くべきことで、日本



中山様から望む 新美南吉記念館・権現山

人は10歳になったら全員が教室で「ごんぎつね」を学ぶということである。そしてそれが長く継続する。45年前の4年生は、今55歳。つまり、今、教室で学ぶ4年生の、父も母も、もしかしたら祖父母も、ゴンの最期に涙したことになる。

退職後、新美南吉の波紋を一層広げること。今、波紋を自分のライフワークとなす。中山様とは、物語の舞台となった村のお殿様、お城があった場所を中山様と呼んでいる。

## 私のひごと

次世代に継続できるよすが、まわりの皆う、これからも協力い様から元気をいただいいただきますようお願いいたします。

## 「日々、おもうこと」

京都市退職公務員連盟会長 岡島 信雄  
私は、今年で85歳をえられ活かされていくことが退公連に与え迎える感謝の気持ちを忘れた使命。会員の皆様に力を合わせてこの社会保障制度を身づくろいをしてい

## 事務局短信

昨春秋、日公連の委員会委員で「女性役員が勧誘すると会員が増える」との報告がありました。数年前の全国女性部長会と同じ声を聞いた記憶があります。女性部の豊富な話題と語彙、行動力、責任感、人間関係の広さ、粘り強さ等の特性、それが女性に生活者としての感覚が鋭い。それが勧誘の言葉に微妙な説得力を持たせているのではと気づきました。新たな発見でした。

## 短歌

引出しに溢れるほどの思ひ出を 片付けをりて夕焼けとなる  
愛知県 加藤ひろ美  
娘の選りしピンクのマニキュア爪につけちよびり華や今宵のわたし  
青森県 畑山房子  
道の駅で妻が求めし白ナスに 知人の名あり鳴焼き旨し  
鳥取県 藤田 修  
母親を亡くしし子熊は冬眠を 覚えぬままに里に出来る  
福島県 今野金哉  
局員の行き届きたる対応に はがきを余分に買いて帰りぬ  
兵庫県 平山 進  
寒行の迫り来る音響を分け  
山形県 上野直樹

## 心豊かに

意馬心猿心に染みる除夜の鐘  
福岡県 吉松利文  
加齢とは逆比例かな賀状書く  
兵庫県 春井 薫  
長屋門しめ縄がざり福を待つ  
大阪府 行田徳子  
早梅や一輪三句咲き続け  
山口県 栗屋邦夫  
家計簿が車検証だよ火の車  
愛知県 小笠原幸男  
なんだっけどこだっけ増し年を  
越し  
栃木県 横田元子  
立ち上がり用事忘れてまた座わる  
岐阜県 石神孝治  
「変わらない」こそ知りつつ笑  
みこぼれ  
栃木県 三浦敏子  
店頭での米の価格が憎く見え  
福島県 青山邦夫

### 年金相談

3月3日(火)、24日(火)  
4月3日(金)、27日(月)  
午後1時～3時まで  
03-3822-1216

### 退公連バッジ

2種類とも1,300円(送料を含む)

申込先 〒113-034 東京都文京区湯島4-12-3 日本退職公務員連盟

### 日本退職公務員連盟会員限定 24時間安心駆け付けサポート

鍵が開かない...など 水漏れした...など 生活トラブルに

年会費:5,500円(税込) サポートのご利用には事前申込が必要です。

エアコンなどの

会員 24時間365日緊急駆け付け! 特典 1次対応費用まで無料!

### 会員申し込みの流れ

- ① スマホで入力  
申込はQRコードから
- ② 必要事項を記入  
画面に必要事項を入力 ※QRコードが読み取れない場合 以下へお電話し、申込書を入手し郵送
- ③ お支払い  
コンビニの専用端末に 指定番号を入力し レジでお支払い

ハウス クリーニング サービスも受付中

## 0120-286-800

24時間365日受付  
【サービス運営元】  
ジャパンベストレスキューシステム株式会社  
〒100-0004 東京都千代田区大手町 2-1-1 大手町野村ビル7F