

りすす倶楽部

2021年
3月号
第289号

桜開花宣言

新型コロナウイルスが、ありふれた日常生活を引き裂き、思いもよらない悲劇をもたらしている。緊急事態宣言の解除は、いつなのか。不安を抱えてじっとしている。こんな時だからこそ、桜の開花宣言が待ち遠しい。津々浦々の穏やかな春の陽が恋しい。

弁護士 福井大海

人類はコロナウイルスに打ち勝てるのか!!

—— ウイルスとの共生を目指して ——

NPOりすシステム 創始者 松島如戒

「人類が新型コロナウイルスに打ち勝った証しとして開催し：(以下略)」
(2020年10月23日時事ドットコム ニュース)

これは日本国総理大臣・菅義偉氏の、東京五輪・パラリンピック競技大会推進本部の会合(2020年10月23日開催)での発言です。各メディアでもこの発言に疑問を呈する記事は見当たりませんでしたので、私のセンスが変なのかもしれません。何が引つかかったのかと言いますと「人類がコロナウイルスに打ち勝った証し」の部分です。ウイルスは30数億年前から、10の31乗個も地球環境に存在している私たち人間の先輩だそうです。

「10の31乗」って、どのくらいの単位でしょうか。京都大学の朝長啓造教授の論文の引用ですが、一、十、百、千、万、億、兆、京までは私も聞いたことがあります。その先は「垓」です。広辞苑に「①地の果て②数の単位。億の千倍」とあります。次の「穉」は数量

の単位としかありません。次の「穉」は極めて大きい数の名とあります。

10の31乗というのは「1000穉」ということになるようですが、私のような凡人には想像すらできません。現在の世界人口は「78億人」で、ウイルスは「1000穉個」。数が大きいことを星の数ほど…と言いますが、地球から見える星の数は、知られているもので「7×10の22乗個」つまり「700垓個」。垓は京の次の単位ですから、ウイルスという生き物はおぼけのように多いということになりそうです。そんな「ウイルス様」に打ち勝った証しなんて「よく言うよ!」ではありませんか。

〈知識は最強のワクチン〉

りすシステムは、2010年当時の強毒性鳥インフルエンザ(H5N1)のパンデミックに備えて、いろいろなことをしました。まずN95型マスク2万個、その他消毒剤等々を購入。ワ

クチンは当時、感染者が出てから6か月後でなければ実用化しない、ただし既に流行している型のワクチンを打たないよりはよいだろうというところで、当時はワクチン接種の順番まで詳細が決められていました。

その資料を探しましたが、厚生労働省が出していたインターネット上のデータは消えています。手元にあった紙データも見つかりません。記憶によると、第1順位は総理大臣を含む三権の長、国会議員、地方自治体の長や議会議員、それから医療従事者等々。最終の5番目に「葬儀関連事業者」と、厚生労働省主催のセミナーで配布された資料の中に取り上げられました。葬儀関連事業者とはどこまでの範囲ですかと担当者に聞いたところ「法律で決まっている範囲」との返答でした。そんな法律は未だ制定されていないはずですが…と返すと、法律がないはずはないと語気を荒げられました。それなら法律の名前を後日教えてくださいと、名刺をお渡ししました。あれから10年以上経ちますが、何の返答もありません。実は今に至るも、葬儀業に関する法律は制定されていませんので、10年前にあるはずはないのです。

しかし日本の官僚は優秀です。次に役所が出したペーパーには「遺体搬送関連事業者」となっていました。霊柩搬送事業は国土交通大臣の許可が必要なので、法律があります。遺体搬送関連業者なら、遺体を霊柩車に載せ、火葬場に

遺体を降ろします。降ろした後は火葬炉に移動します。全てOKです。官僚が優秀と言ったのは多少の皮肉も混ざっています。優秀だけれども間が抜けている、というところがあるのでは…。



H5N1型インフルエンザは強毒性で死亡率が高く、大量死に至った際の遺体の始末をどうするかが大問題でした。東京都は必死で東京湾岸の冷蔵倉庫の借り上げ交渉に走っていました。結局貸してくれる倉庫業者はなく、公園に穴を掘って仮埋葬を決断せざるを得ない切羽詰まった状況でした。倉庫に遺体を積んであっても消毒すれば実害はありません。しかし、遺体が山と積まれていた倉庫に保管されていたマグロの刺身を想像すると、ちよつと気味が悪いですよね。

そこでりすシステムは、効くか効かないかよく分からないワクチン接種の順番を待っていても埒が明かれないと考え、いろいろ調べました。感染から48時間以内にタミフルを服用すれば、かなりの効果が期待されることが分かりました。当時スタッフの数も少なかったのですが、今でいうところの濃厚接触者の可能性のある家族、親族350人分ほどを医師に処方してもらい、事前購入で準備しました。なぜ事前かといえば、品不足を懸念したからです。住友スリーエムからN95マスクを一万個買いましたが、不

足しそうだということで2週間後に一万個を追加発注したら、価格は約2倍になっていました。品不足だったので、いざ必要というときに入手できない可能性もあり、タミフルはパンデミック時の命綱ともいえる装備品ですから、先行取得に踏み切ったのです。

薬剤だけなら安いのです。いい加減な薬をスタッフやその家族に服用させるわけにはいきません。医者が処方した薬で、服用の際はドクターの許可を得て、何か異常があればそのドクターに連絡すればドクターのネットワークで対処できるという備えもしました。結果はパンデミックに至らず、危機も越え、数人が服用しただけで3年後に全て処分しました。危機管理には無駄はつきものです。

さらに、最大の感染症対策は、感染症についての知識をスタッフに学んでもらうことだと考えました。そこで寺下医学事務所をお願いし、本格的な感染症セミナーを、2010年2月上旬の土日2週間計4日間で開催しました。当時新聞も取り上げてくれましたので一般公開講座とし、受講料無料としました。カリキュラムは本誌第279号(2020年3月号)を参照してくださいれば幸いです。

私はこのセミナーで多くのことを学びました。ウイルスを知り、お友だちになりたいと思おうようになりました。ですから、冒頭の菅総理の物言いに腹立たしさを覚えるわけです。

菅さんは一国の総理大臣にまでなった方ですから、きつと頭の良い方だと思います。そんな方がウイルスの偉大さをご存知ないとは思えませんので、あの方の傲慢な心なせるところではないかと思いつつ、我が身を戒めています。



〈ウイルスにも善玉、悪玉がある〉

ウイルスといえば、まず現在私たちを悩ませている、重い病気を引き起こす悪玉を思い浮かべるので、ウイルスを打ち負かして勝利するという発想も当然といえば当然です。しかしこの世にウイルスが存在しなかったら、ヒトはもちろん、哺乳類はこの地上に存在していなかったかも知れないといわれています。胎児が育つ骨盤の形成に、ウイルスが関わっていると考えられているからです。ウイルスは私たち人間にとって、命の恩人ともいえる存在であることを忘れてはなりません。

とはいえ、この度のコロナウイルスによって世界では250万人を超える人命が失われ、日本だけでも8千人超の方が亡くなっています。先ほど紹介した、りすシステム主催の感染症セ

ミナーの講師をお願いした、慶応大学の長谷川直樹教授が、2020年3月29日付東京新聞朝刊の特集「世界の日本大図鑑シリーズ」に「果てしなき感染症との付き合い」という解説記事をお書きになっていますので、紹介いたします。

私はこの記事を拝読し、改めてウイルスとの共生の必要性を確信しました。と同時に、私がこの地球に生かされた80余年の歳月の中で、先の大戦を除けば最大の災害だと思えます。この1年余、さらにどこまで続くか分からない社会の変化を、私たち一人ひとりがどのように受けとめ、未来志向での生活のあり様、地球環境への取り組みなど、単なる小手先の受け止めから、人間の本質的な生き方に思いを馳せる好機としない限り、人類に福音の訪れることはないと感じる日々です。

「人は生活圏の外といえる環境に開発やレジャーで侵入し、そこで生きる動物たちと触れ、それらを食する機会も増えています。動物の多くは相性のよい、人間とは無縁のウイルスと共生していますが、普通、動物には病気をおこしません。ウイルスは地球の歴史の中で環境に応じて進化し、それぞれの生活圏で動物と共に生きています。

そこに部外者である人間が入りこむと、人はこれまで遭遇することのなかった未知のウイルスに曝(さら)されることとなります。その結果、たまたまそのウイルスが人に感染すれば、人間にとって新

たな感染症となり、免疫がないため、時には大流行し大勢の命を奪うこととなります。これはウイルスが人間という侵入者に感染症として応酬し、地球の進化の過程で定められた生活圏を守るようにと警告を発しているのかもしれない。

しかし、今後も人間は飽くなく欲望のため未知の生活圏に入りこむことをやめず、新たな感染症の発生が繰り返されることでしょう。さらに科学技術の進歩で人工的にウイルスの性質を変えることが可能です。このように改造されたウイルスが生物兵器や研究室の事故などにより人間の世界に入りこむ可能性もゼロではありません。

しかも、現代では空路の著しい発達により、ウイルスを保有した人が1日あれば世界中どこへでも運ばれます。空路は基本的に都市圏と都市圏を結ぶため、さらに感染が広がりやすい状況を作り出します。社会、経済のグローバル化は感染症もグローバル化しました。さらにグローバル化は経済の援助も可能にする一方で、経済の格差も生み出しました。経済の弱い地域ほど医療資源が乏しいことが多く、このような地域に新興感染症が持ち込まれると一気に流行することになります。

ただ、新たなウイルス感染症が勃発しても、たどころにその原因ウイルスが突きとめられ、人間の細胞への侵入経路や増殖のメカニズムも解明され、薬剤やワクチンが作られてきました。

感染経路を絶つためにはマスクなどの防護員や手の消毒を行い、人の出入りや人が集まることを制御して感染の拡大防止に努めていく必要があります」

私は10年前に長谷川先生の講義で学び、今回この記事を読ませていただいたわけですから、冒頭に示した菅総理の物言いに拒絶反応を示すのでしょうか。このように考えると現在のコロナ禍は、飽くなき欲望により「人」に許されている生活圏から圏外に侵入した人間に対する警告と受け止めなければならぬ「事変」で、「人災」そのものだと思います。



〈悪玉ウイルスとの共生の切り札は「ワクチン」〉

小学生の時、授業で教師から、BCG（結核予防のワクチン）の接種に際し、エドワード・ジェンナーの種痘の話を知りました。私は早速学校の図書室に備えてあったジェンナーの伝記を読んで感動し、ワクチンの意味を小学生なりに理解しました。クラスメートに知ったかぶりをして「BCGは力を弱めたバイ菌を体の中に入れて、強力なバイ菌が入ったときに、それが体の中で繁殖するのを防ぐ優れものだ」と説明していたことを思い起こしています。

エドワード・ジェンナーが、天然痘を予防する種痘法を開発して実用化し、10万人に接種し終えたのが1801年だそうです。その後WHOが天然痘撲滅宣言をしたのが1980年ですから、200年ほどかけ、やっと天然痘ウイルスが人間界から消滅したわけです。

このように、ウイルスと人との共生には長い時間が必要です。と同時に、ワクチン開発から実用化に至るまでも多くの時間を要することも理解しました。

例えば昨年5月17日付東京新聞は、アメリカの国立アレルギー感染症研究所のアンソニー・ファウチ所長談として「人へのワクチンの実用化には最低でも1年〜1年半はかかる」と報じていました。つまり早くても今年（2021年）の夏ごろというのが常識でしたが、既に昨春秋に完成し、我が国でも先月から医療関係者への接種が始まっているのは広く知られているところです。コロナワクチンがスピード開発に成功したのは「遺伝子ワクチン」といわれる、従来の病原体そのものの毒性を弱める「生ワクチン」や、病原体の感染力をなくす「不活性化ワクチン」とは全く別の考え方によるワクチン開発に成功したからだそうです。

遺伝子ワクチンについては、私は科学の知識が乏しいので、うまく説明できる自信はありませんが、次のようなものだそうです。従来型ワクチンは200年以上も昔に、エドワード・ジェンナーが開発しました。ウイルスの力を弱めたり、ほとんど力を失わせたりしたものを、健康な人の体内に入れます。すると、人が本来持っているウイルスに対する免疫力を向上させて、強い毒性を持っているウイルスの侵入から、自分自身の体を守るという仕組みです。

従来型のワクチンは鶏卵を使ってウイルスを繁殖させ、そのウイルスを弱体化させるので、大量の原料（物）を必要としました。しかし遺伝子ワクチンは、遺伝子物質から人工的に合成したものを使うので、鶏卵などの原料が不要となり、早期の大量生産が可能になるそうです。皆さんもご自身で、この画期的なワクチンの仕組みを巢ごもり中に調べてみるのも良いかもしれませぬ。

私は奇人ですから、やたらに感動するのもかも知れませんが、遺伝子ワクチンというのは革命的ではないでしょうか。ウイルスの変異が話題になっていますが、このワクチンなら伝達情報の入れ替えで済みます。これなら多くの開発費や時間をかけずに、即時に変異に対応したワクチンが素早く開発できるのでは…と考えると、人とウイルスの共生もそれほど難しいことではないと思えて、とてもワクワクしてきます。

〈ワクチンはいつになったら必要な全ての国民に接種できるのか！〉

私の記憶によれば、菅総理は2021年（6月ごろ）までに、全ての国民にワクチンを接種できるよう数量を確保すると言っていたようですが、本当にそうなるのでしょうか。とても心配です。安倍前総理の時代にワクチンは確保した、ただし副反応のリスクは全て日本政府が保証すると、声高な演説を聞いた気がします。

それは、非常時にどうしても必要な薬品を速やかに国民に行き渡らせるには、止むを得ない契約条件だろうとそれなりに納得しました。

しかし、その時から私は思っていました。ワクチンこそがコロナ禍からそれぞれの国の国民の命を守る救世主なら、生産地の国が優先になるだろう。EU地域の国ならEUが支配権を握るだろう。そうすると日本が優先権を得るには「お金の先払い」しかないだろうと思っていました。コロナ関連対策に予備費を10兆円も計上したのですから、1兆円や2兆円は支払えるハズです。民間でもお金を払っていない約束は「空手形」といつて役に立たないのは常識です。国際的な約束なら、お金の裏付けをして、初めて「確保した」といえるのではないのでしょうか。

国産ワクチンはどうなっているのか、テレビ等で専門家がいろいろ解説していますが、よく分かりません。昨年1月にはウイルスの実体が分かっていたのですから、直ちにお金をかけて開発に取り組んだら、国産もそろそろ実用化できていたのではないのでしょうか。国産ワクチンの開発が進まないとされる理由に、それはと思ったというか、本当は幸せなことですが、コロナウイルス感染症の罹患者の数が日本は少ないので、治験ができない状況があるそうです。

これだつて日頃から近隣諸国と仲良くしていれば、例えば中国や韓国などに、使ってみてく

れないかと頼めるではありませんか。あるいはWHOに仲介を頼むのはどうでしょう。悪口ついでにハッキリ言いますが、我が国の政権は何をさせても「トロイ」の一言です。とはいえ、そんな人や政党を私たちは選挙で選んだのです。

ワクチン接種の優先順位の決め方もちよつと変です。医療従事者は絶対に必要、そして高齢者は死亡リスクも高いことから必要なのは分かります。チンタラこんなことをして、日本の司令塔である総理大臣、そして緊急事態対応の最終決定や法律を作る国会議員の半数以上がコロナ感染症に罹患したら、地方自治体も同様ですが、機能不全に陥ります。

言いたくはありませんが、クラブだかサロンだかで遊んでいる国会議員だつて、現実に存在しているのですから。彼らがウイルスを国会に運んで来ない保証はどこにもありません。さらに総理大臣を含む政治家は、自分たちがまずワクチンを打つてコロナ対策に万全を期すという自信がないのでしょうか。だから「こつそり…」なんてことは絶対にはいけません。政治家や行政官の先行接種を国民から批判されると考えた政治家は、早く辞めたほうがよいと思えます。

「バカな大将、敵より怖い」といいます。大將がかなりの「阿呆あほう」でも、周囲がしっかりしていれば何とかなるものです。

随分と勝手なことを言っていますが、小さいながらも私自身、バカの一人ではないかと自省しています。しかし、戦略的思考だけは多少なりとも持ち合わせているのではと、自己満足しています。

最後に一言、オリンピックは絶対に中止してほしいです。その決断を早くすべきです。お金のことなら仕方ないではありませんか。そもそも安倍前総理がホラを吹いて、国際世論をまどわせて決めたオリンピックです。

菅内閣総理大臣に申し上げます。全ての雑念を捨てて無心になって、国の行く末の舵取りをしてください。読者の皆さん、「コロナでんご」でなければ、この国で生き延びることは難しいのではないのでしょうか。

幸せも一人では得られません。コロナは他の人と接しなければくつつくことはないそうです。自分との間は巣ごもりを続けましょう。ご自愛くださることをご祈念申し上げます。



〈介護シリーズ 第5回〉

具合が悪く病院に行ったら「介護保険申請していただけますか?」と聞かれた。入院したら介護保険が使えるの? 健康保険と介護保険の違いは?

服部メディカル研究所 所長 服部 万里子

これはびっくりですね。体調が悪く健康保険証を持参して病院に行ったら「介護保険申請していただけますか?」と聞かれたのですね。

まず疑問にお答えします。「入院したら介護保険が使えることはありません」。病院（診療所）では、外来も、薬も、入院も「健康保険」しか使えません。では、なぜ聞かれたのでしょうか? それは、入院しない場合、または退院後、自宅で介護保険を利用することを勧めているのです。

前回掲載したように「介護保険証」は要介護認定を受けてからでないと使えません。そして要介護等の認定には約1ヶ月かかります。また、その要介護度により利用できるサービスが異なります。例えば、自宅で訪問看護を受けたり、ヘルパーから買い物や入浴の介助を受けたり、リハビリの人に来てもらい訓練を受けたりするには、介護保険を使うという申請を行い、要介護認定を受けることが必須だからです。



1. 健康保険と介護保険の違い

連載2回目です示したように

①目的が異なります…健康保険は病気やケガに使います。介護保険は介護が必要な人の介護サービスに使います。

②保険の利用の仕方が違います…健康保険は医師が「病気やケガ等でサービスが必要」と判断すれば、その場で利用できます。介護保険はこのシリーズ2回目です示したように、お住いの市町村から「要介護認定」を受けなければ利用できません。

③対象者の年齢が違います…健康保険は0歳から死ぬまでが対象です。介護保険は40歳以上です。

④利用できるサービスが違います…健康保険は診断、治療、検査、薬など医師が指示した健康回復のサービスに使います。介護保険は自宅で受ける入浴やトイレ介助、生活援助などと、介護やケア付き住宅、施設での介護サービスに使います。

⑤現金給付がありとなしの違いがあります…健康保険では医療費の他に、出産や死亡時に現金がもらえますが、介護保険では現金給付はありません。

2. 健康保険と介護保険の共通点

①保険料の支払いが必要です…所得などにより保険料はともに異なります。

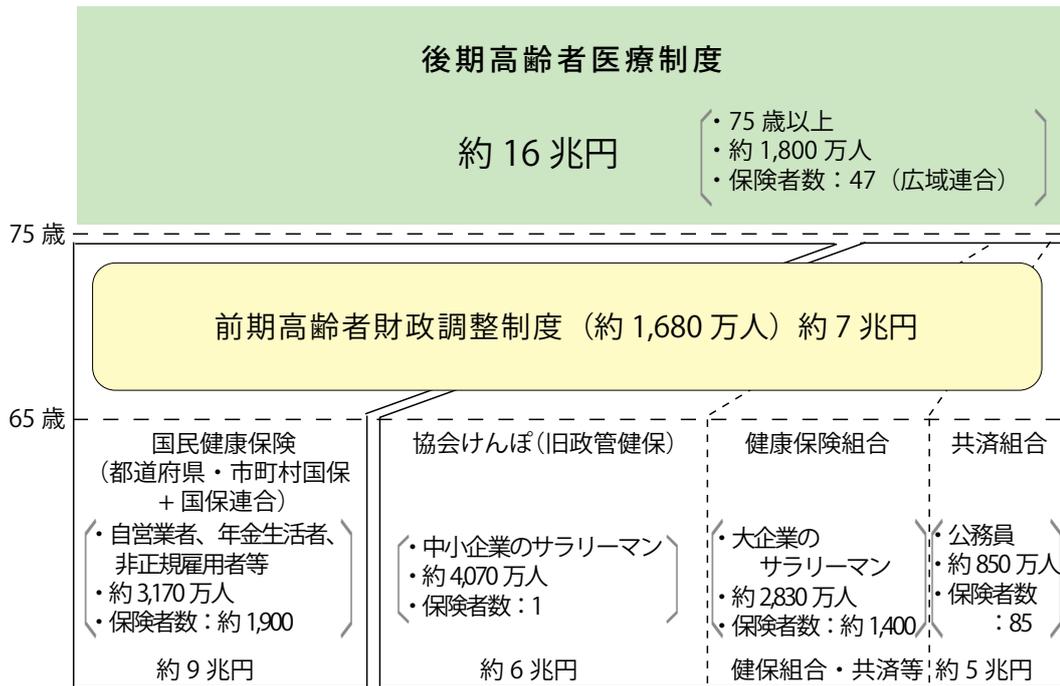
②自由を選べません…健康保険は、仕事をしているかどうか、どこに住んでいるかで保険が決まります。同様に、介護保険もどこに住んでいるかで決まります。

③自己負担の割合も選べません…1割負担、2割負担、3割負担は、自分では選べません。

④サービスの負担額により返金があります…高額療養費、高額介護費の名称で、一定の額を超えた自己負担額は返金されます。

⑤それぞれ決まった保険証が発行されます…健康保険は加入している保険により保険証が異なります。(左図参照)介護保険証は前回お示しました。

健康保険 被保険者証	家族(被扶養者)	00112
	平成26年 6月 1日交付	
	記号 50000023 番号 40	
氏名	健保 花子	
生年月日	昭和 18年 10月 1日	
性別	女	
認定年月日	平成 26年 6月 1日	
被保険者氏名	健保 太郎	
	任意継続被扶養者	
	資格喪失予定年月日 平成28年 6月 1日	
保険者番号	0:110:110:0:116	
保険者名称	全国健康保険協会 ○○支部	
保険者所在地	○○市○○区○○町○-○-○	



3. 日本の国民皆保険制度は、2000年に世界保健機関(WHO)から総合点で世界一の評価をうけました
日本では戦前から国民の健康保険を作る試みがありました。国民が健康保険に加

入できる「国民皆保険制度」が実現できたのは1961年(昭和36年)です。現在は現役世代(65歳未満)と65歳以上の前期高齢者、75歳以上の後期高齢者により健康保険が異なります。現役世代は働く職場で健康保険が異なります。扶養されている家族もその保険の被保険者になります。現役世代は公務員(共済健保)、大手で自分のところで健康保険組合を持っている健康保険組合、中小企業の職場で加入している協会けんぽ、どこにも加入していない、または仕事をしていない人のための国民健康保険に分かれます。(上図参照)

健康保険未加入者が約8%いることです。さらにオバマケア(医療保険改革)で増えていた健康保険加入者が、トランプ政権で減少したことも影響しています。
いずれにせよ、日本人は世界トップの国民皆健康保険を守りぬきましょう。

4. 健康保険の自己負担は
基本は3割負担
健康保険の自己負担割合は3割負担が基本です。6歳未満の子供と70歳以上の高齢者は自己負担が軽減されています。(下図参照)

5. 幸せだなァ
世界トップの日本の健康保険
コロナ禍でアメリカでは世界最多の50万人が死亡しています。世界人口の4%のアメリカが世界のコロナ死の20%を占めている原因の一つは、



〈年金シリーズ 第3回〉 60歳からでも間に合う老後の年金対策

株式会社ジエイ・サポート 代表取締役
社会保険労務士原令子事務所 所長
原 令子

「若い時からもつときちん年金を掛けておけば良かったとつくづく後悔してるの。今からではどうしようもないものねえ。『ローマは一日にして成らず』と言っければ、ローバ（老婆）もローゴ（老後）の年金も一日にして成らずってことよ」

年金受給を目前にして、このように嘆く方は、決して少なくありません。いざ蓋を開けてみたら、もつとこうしておけばよかったと後悔することは、人生において数知れずあります。特に年金は、受給資格期間（保険料を納めた期間や加入者であった期間等で老齢基礎年金の受給に必要な加入期間）が10年以上ないと、受給権（年金を受給する権利）が発生しないので、年金は1円も受け取れません。もし10年以上の受給資格期間があり、年金が受給できる場合でも、加入月数が少ないと年金額は少なくなり、加

金受給を目前にして「打つ手はないのか?!」と頭を抱えている方に、国民年金を増額する方法をご紹介します。それは「国民年金に任意加入する」という方法です。この方法で10年の受給資格期間を満たすと、あらかじめいた老齢基礎年金を受給することができます。老齢基礎年金が満額受け取れない方も任意加入で年金額の増額が計れます。では、詳しく説明しましょう。

1. 国民年金に任意加入する

国民年金では、国内居住の20歳以上60歳未満の人は全員強制加入です。強制加入は60歳到達時点で終了しますが、保険料を納めた期間等が受給資格期間の10年に足りない場合や、老齢基礎年金の満額受給に必要な40年に達していない場合は、任意加入ができます。

加入できる期間は、60歳以上65歳未満の間で、最大60か月です。もし、65歳前に満額受給ができる月数（原則480か月）に到達した場合は、その時点で任意加入は終了します。（図1 任意

加入被保険者参照

さらに、65歳時点で受給資格がない人（昭和40年4月1日以前生まれの人に限り）は、70歳に到達するまでの間または老齢基礎年金の受給権を取得するまで、特例任意加入をすることができます。（図1 特例任意加入被保険者参照）

2. 任意加入により増える年金額は？

国民年金の老齢基礎年金は、保険料を40年納めることで、満額の78万9000円（令和3年度価額／年額 以下同様）を受給することができます。何らかの事情で保険料を納めることができなかつた期間がある場合は、その期間に応じた年金額が減額されます。

老齢基礎年金の計算は「78万9000円×保険料を納めた月数／480月」となります。例えば、60か月（5年）の任意加入による増額分は、78万9000円×60月／480月＝9万7613円／年です。（注）保険料免除期間は、免除を受けた時期や免除割合によって、老齢基礎年金に反映する月数が異なります。

また、任意加入に合わせて、付加保険料（月額400円）を納めることができます。付加保険料を納付すると付加年金が受給できます。これは、老齢基礎年金に加算されるおまけのような年金で「200円×付加保険料を納めた月数」の金額が加算されます。付加保険料を5年間（60か月）納付したとすれば、200円×60

月 1 万 2 0 0 0 円 / 年 が 付 加 年 金 の 受 給 額 と な り ま す 。

3. 任意加入の損得の分岐点は？

任意加入をすると、月額 1 万 6 6 1 0 円（令和 3 年度価額）の保険料納付が必要です。いったい、何歳で、増額した年金の累積額が任意加入で支払った保険料の総額を上回るのか、気になりますね。実はこれには、10 年 3 か月かかります。つまり、老齢基礎年金を 65 歳から受給すると 75 歳 3 か月あたりで、支払った保険料に相当する金額が回収できることとなります。ちなみに、65 歳に到達した方の平均余命は、男性で約 20 年、女性で約 25 年ですので、十分元は取れます。

また、付加年金は 2 年間の受給で、支払った保険料分を回収できる大変お得な年金です。

4. 手続きは？

任意加入と付加年金の納付については、お近くの市区町村役場の国民年金窓口か、年金事務所にお申し出ください。年金手帳または基礎年金番号通知書をご持参ください。合わせて、保険料を口座引き落としとするために預貯金通帳もご持参ください。

なお、任意加入は申し出をした月からとなりますので、受給資格期間が不足している方は、1 日も早くご相談ください。

図 1

受給資格がない人も 60 歳からの任意加入で年金受給ができる！！

60 歳時点で全く年金の加入期間がない人でも、60 歳から 64 歳 11 か月まで任意加入し、65 歳から 69 歳 11 か月まで特例任意加入をすれば通算加入期間が 10 年となり、受給資格が取得できます。この場合 70 歳で受給権が発生し、その後終身にわたり老齢基礎年金が受給できます。年金額は、約 19 万 5000 円 / 年です。

60 歳	65 歳	70 歳
任意加入被保険者		特例任意加入被保険者
<p>★対象者（60 歳以上 65 歳未満の人）</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 受給資格期間を満たしていない人 ② 老齢基礎年金が満額受給にならない人 ③ 特別支給の老齢厚生年金を受給中でも加入可 <p>★任意加入できない人</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 厚生年金に加入中の人 ② 老齢基礎年金の繰上受給をしている人 ③ 老齢基礎年金が満額受給できる人 		<p>★対象者（65 歳以上 70 歳未満の人）</p> <ul style="list-style-type: none"> ① S40.4.1 以前生まれで受給資格期間を満たしていない人 ② 70 歳未満で老齢基礎年金の受給資格期間を満たした場合は、その時点まで加入可能

受給資格期間（10 年）を取得することが目的

老齢基礎年金の増額が目的なので、老齢基礎年金を満額受給できる場合は任意加入できない





〈地球に恩返し of 森〉の活動を ブログとInstagramで発信しています！



地球に恩返しの森づくり事業部では、2009年以降、〈地球に恩返しの森〉(大分県由布市庄内町)づくりを通して、様々な環境保護運動をしています。日々の活動の様子を、〈地球に恩返し・くすりの森の「しんの」ちゃん〉ブログとInstagramで発信していますので、ぜひご覧ください！

<https://ameblo.jp/liss-shinno/>

地球に恩返し しんの



春を迎えんとする地球に恩返しの森の様子です



小麦畑



オオカナメモチ



レンゲ



ミヤマシキミ



サンシュユ



モクレン



Instagramではヤギの動画もアップしています



支部

活動記

北海道・北日本支部

▼3年ほど前に、通院や入院のサポートが続いたOさん（86歳・女性、東京都在住）。退院サポートの際には「これからはあまりお世話にならないように、頑張るわ」と笑顔を見せておられました。

先月、宮城県警から、Oさんを保護していると、りすシステム東京本部に緊急コールがありました。都内在住のOさんがなぜ東北に？と驚きましたが、県警の報告によれば、おそらく当日早朝に家を出て、新幹線や電車を乗り継ぎ当地にきたものの、帰ることができなくなり、一人歩きをしていたのだらうとのこと。りすの緊急連絡カードを見て連絡をくれたそうで、迎えにきてほしいとのことでした。

そこで、北日本支部スタッフが宮城県警に駆けつけ、仙台から東京までの新幹線に同乗し、帰宅の付き添いを行いました。東京駅で東日本支部スタッフが迎えてサポートを引き継ぎ、自宅までお送りしました。

Oさんは思い立ってふらりと旅に出たそうで、ホテルの予約も宿泊の準備もされていませんでした。寒い中、長時間歩いた様子でしたが、幸い体調不良やおけがもなく、無事に帰宅できたのが何よりです。

Oさんはその後、特に変わった様子はありません。近日中に様子伺いで訪問します。

東日本支部

▼Kさん（78歳・女性）は、りすシステム設立当初からの利用者です。誕生日カードに同封し、返送をお願いしている確認シートは、年齢を重ねる中で健康上の不安はあるものの、りすと契約していることで安心して暮らせている、見守り訪問は今のところ必要ないとお返事で、サポートの依頼もなく暮らしておられました。

そんなKさんが、昨年の春ごろから「胸が苦しい、どうしたらいいかわからない」と、取り乱した様子で電話をかけてこられるようになり

ました。救急車を手配して搬送されるも、搬送先病院でこれといった異常はみつからず自宅に戻る、といったことが繰り返されていました。近所の方からも最近Kさんの様子がおかしいと、りすに連絡があるなど、不安定な状態になっていることがうかがえました。加えて、物忘れや妄想、幻聴など、認知症を疑う症状も現れ始め、地域包括支援センターや民生委員に報告し、協力を要請しました。

6月に入り、Kさんからりすへの電話がより頻繁になったため、医師の勧めもあり、ご本人の同意を得て、夜間見守りサービスのヘルパーを手配しました。ヘルパーが入るようになって数日後、Kさんから「苦しいので、すぐ来てほしい」という切羽詰まった電話があり、電話を受けたりすセンター・新木場のスタッフが救急車を手配。搬送時にヘルパーの訪問があったので、そのまま付き添いをお願いしました。

搬送先病院での検査の結果、尿路感染症と診断され入院しました。入院中も妄想や幻視、幻聴の症状が強くなり、感染症の治療終了後は心療科のある病院へ転院。1か月ほどの

入院で症状が改善し退院しました。退院後はケアマネジャーがKさんの現状にそったケアプランをたて、ヘルパーに毎日訪問してもらうなど、見守り体制を整えました。しかし、介護サービスや服薬の拒絶、記憶障害の進行など、1人暮らしが困難な状況が続きます。

現在、グループホームへの入居も選択肢に、条件に合った施設を検討することになっています。同時に、任意後見監督人選任申立ての手続きも必要となります。

中部日本支部



▼2000年にりすシステムと契約したSさん夫妻は、自宅マンションにお二人で暮らしておられました。昨年6月ご主人が救急搬送され、入院しました。奥さんも持病があり在宅酸素療法を受けている状態で、ご主人の入院にシヨックを受け体調が悪化し、同じ病院に入院。お二人の身元引受保証、その後の転院サポートを行いました。

主治医から、退院後の自宅暮らしは難しいとのこと、施設入居を勧められました。ご夫妻、病院のソーシャルワーカー、りすで話し合って施設を探し、ご夫妻の希望に合った介護付有料老人ホームの入居が決まりました。転居の時期が新型コロナウイルス感染拡大の第2波と重なり、施設見学や入居の契約手続きは、りすのみで対応。退院後は無事に入居しましたが、コロナ対策で2週間の自室待機となり、食事も自室でとるなどの生活でした。

施設暮らしに慣れたころ、ご主人から「自宅マンションを売却したい。契約に関することや荷物の片付け等は全てりすシステムにお願いしたい」との申し出があり、内容を書面で提出いただき、事務代行を委任状で対応することになりました。コロナ禍でご夫妻には施設の外出許可がおりず、荷物整理の確認等で自宅に戻ることができません。ご主人からは「仕方ありません。諦めていませから、片付けをよろしく願います」と依頼され作業しました。作業後は自宅にあった奥さんのご両親の写真を届け、完了の報告をしました。

先日、自宅マンションの売却手続きが終了し、住民票を施設に移しました。介護保険証・後期高齢者医療保険証・障害者手帳の住所変更、印鑑登録証の返納なども委任状で対応。ご夫妻にはそれぞれの作業が完了するたびに、作業報告書と仕切り書を送付しました。

コロナ禍ということもありましたが、りすシステムを信用し、重要な仕事をお任せいただいたSさんご夫妻。今後も信頼にお応えできるよう、努めていきます。

西日本支部

▼自宅マンションにお一人で暮らしていたAさん（71歳・男性）は、15年ほど前にりすシステムと契約し、その後、元気に過しておられました。

昨年返送いただいた**確認シート**に、日頃心配なこととして「足腰が悪くなってきたり体調の変化が著しく、日常生活に支障が出てきた。一度、**見守り訪問**に来てほしい」と書かれていました。Aさんにお電話し様子はいかがだったところ、現在介護サービスは利用していないが、最近**は**買物も困難な状態とのこと、買物を依頼されました。年に一度

の無料の**見守り訪問**は、現状をお聞きして今後どうするかを検討しますが、買物となると通常のサポート費用がかかることを説明し、取り急ぎ訪問日時を決めてお伺いしました。

Aさんによると、数日前、買物中にふらついて転倒しそうになったとのこと。洗濯などの家事はなんとかこなしている様子でした。そこでAさんの了承を得て地域包括支援センターに連絡し、担当者と打ち合わせして要介護認定の申請をすすめることになりました。

数日後、Aさん宅を訪問した友人が、転倒して動けなくなっていたAさんを発見、救急搬送され入院したので、病院に急行し保証手続きを行いました。

その後Aさんは、急性期病院からリハビリ病院に転院。入院中のAさんとお話し、1人暮らしを続けるのは難しいとのことでした。そこでAさんの希望をお聞きして、病院のソーシャルワーカーとも打ち合わせながら施設を探しました。入居先の施設が見つかり手続きをすすめ、自宅マンションの退去については不動産会社と打ち合わせをすすめました。

自宅の片付け、施設に持ち込む品々の整理、不用品の処分についてはAさんと打ち合わせながらすすめ、退院後、施設に入居しました。入院当初は移動に車椅子を使っていたAさんですが、リハビリの甲斐もあり現在は歩行器を使って移動しています。今後も施設でのAさんの暮らしを支えていきます。



中国・四国支部

▼3か月ほど前、デイサービス利用中にサチュレーション(酸素飽和度)が低下し、総合病院を受診して入院したTさん（86歳・女性）。

長期の入院で足腰が弱り、加齢による認知機能の低下もみられる状態です。主治医から「入院の期限がくるので、相談員と入居可能な施設を探してください。この状態で自宅に戻って生活するのは困難です」と言われました。

相談員からは「Tさんには持病の肺疾患があり、難聴の症状もあります。過敏性による尿意で、頻繁に大声で看護師を呼ぶなど、介護福祉施設での生活は難しいと思われます。医療関係の施設を探しますので、面接日時が決まったら対応をお願いします」と言われました。

紹介を受け、いくつかのリハビリ病院の面接を受けました。月額費用を聞いたところ、いずれもTさんの年金と預貯金の範囲では長期の支払いが難しいと思われました。そこで、費用が年金内に収まるよう区役所の介護福祉課に相談し、介護保険負担限度額認定の申請をしました。

Tさんは聴覚障害者手帳を持っていますが、手帳を紛失しており、再発行の申請をしました。3か月以内の顔写真が必要と言われたので、病室に行ってTさんの顔写真を撮影し、区役所に提出して手帳を再発行してもらいました。

その後、介護老人保健施設（老健）の面接を受けました。りすシステムが保証することを伝えて介護保険負担限度額認定証を提示し、費用を年金内に抑えることができました。退院の日は早朝Tさんをお迎えに

行き、介護タクシーで老健にお連れしました。施設のリハビリ担当者から「一般的なリハビリは週1回ですが、Tさんの場合、退院後1か月間は週5〜6回のリハビリを受けたほうがよいでしょう。費用は5千円くらいです」と言われました。リハビリ費用を合せても、月々の負担は年金でまかなえます。Tさんも前向きに取り組みたいとおっしゃっています。



九州支部

▼ご主人が亡くなった後、一戸建て住宅に1人暮らしをしていたWさん（90歳・女性）は、4年ほど前、住宅型有料老人ホーム入居を機にりすシステムと契約しました。その後の様子は本誌第277号（2019年12月・2020年1月合併号）、279号（2020年3月号）、281号（2020年5月号）で紹介しています。

施設入居時の身元引受保証、自宅から数回の荷物搬送と、その際に発見した巨大スズメバチの巣の駆除、不動産売却等のサポートを行ってきました。また、3科（泌尿器科・内科・緩和ケア）の定期受診の付き添いでは、各々別の日の受診を3科同日にできるよう各担当医師にお願いし、対応してもらいました。

その後、徐々に体調が悪化していったWさんは、昨年7月救急搬送され泌尿器科に入院し、予約していた緩和ケア病棟へ転科しました。コロナ禍で面会が制限される中、可能な範囲でサポートを行ってききました。8月、静かに旅立たれました。

生前Wさんに、**申込書・事務履行に必要な事項申出書**に記入されている納骨先（K市霊園）の詳細をお尋ねしたところ、お骨をそこのお墓に入れてもらえれば、それでいいですと。Wさんには親族がいらつしやらなかつたので、念のためK市まちづくり整備課に問い合わせると「最後の方が入られたら、そのままの状態ではなく墓じまいの必要があります。お元気なうちに、次の納骨先を決めておいてください」と言われました。そこでWさんと相談し、功德院大

分本院の納骨堂を使用することになりました。お墓に眠るWさんのご両親とご主人、そしてWさんご自身の4名分を申し込み、これで安心、りすさんよろしく願いますと、安堵の表情を浮かべていたWさんの様子がよみがえります。

Wさんの死後事務を進める中で、9月にK市まちづくり整備課を訪れました。そこに、霊園名義人のWさんから承継者となるりすシステムの公的な証明書（登記事項証明書）、相続人はいないという戸籍謄本、霊園使用許可証、霊園使用承継申請書兼許可証書換申請書、りすシステムがWさんから生前に指定されていた、祭祀を主宰する者として承継者となる旨の誓約書およびその同意書、埋葬者一覧を提出しました。

12月、霊園使用許可承継手続が完了。許可証が届き、改葬許可申請のための納骨証明書も同封されていました。続けて、K市保健所東部生活衛生課に改葬許可に必要な書類を問い合わせ、それらを取りそろえて提出しました。また、墓石等を解体し、更地にする解体工事業者選定のため見積もりをとり、石材店を決めて依頼しました。

大分支部

石材店から、霊園敷地一時使用許可申請書兼設備工事届を提出してもらい、一時使用許可証が届いたので、石材店と工事着工日程を調整しました。

迎えた今年1月の改葬日。霊園管理事務所に一時使用許可証と改葬許可証を提示し、石材店が紹介してくれた霊園近くのお寺の住職による魂抜きの際、作業開始です。ご主人とご両親のお骨を取り出し、功德院へ。石材店の解体作業の後は、竣工届を提出してもらいました。その後、返還届と霊園使用許可証をK市まちづくり整備課へ提出し、墓じまいが完了しました。

K市まちづくり整備課の担当者からは「りすシステムで完璧に対応していただき、ありがとうございます」と。市の霊園は承継者不在や放置が多く、お手上げ状態です。この度のご事で課内会議を開くなど、いろいろ勉強させてもらいました」と言われました。

2月に入り、Wさんの納骨を行いました。旅立たれてから半年、ようやく、Wさん、ご主人、ご両親がひとつのお墓にそろいました。みなさんで積もるお話をなさっていることでしょう。

▼Yさん(86歳・女性)がご主人(87歳)と一緒にりすシステムと契約したのは、11年前のこと。その後Yさんに認知症の症状が現われ自立生活が難しくなり、お二人でサービスタ付き高齢者向け住宅(サ高住)に入居しました。

さらに、生まれつき体の弱かったYさんは原因不明の発熱に悩まされるようになり、ご主人も転倒などから入退院を繰り返すようになったことから、住宅型有料老人ホームに移りました。

3年前ご主人が亡くなったのを機に転居を決めたYさんは、終の棲家となる施設を探し、全室が二人部屋の住宅型有料老人ホームに転居しました。要介護5で車椅子の生活、緑内障で視力が低下したYさんにとって二人部屋は好都合でした。いつも人の声が聞こえて安心、たくさんの人に声をかけられ会話ができることがうれしいとおっしゃいます。

同室の方も、りすの利用者です。施設職員が同室の方に話しかけるとYさんが返事をしたり、Yさんにお聞きしたことを同室の方が答えたり

と、そのやり取りがほほえましく、そろって大笑いしながら楽しい毎日を過ごされ、体調も安定していました。

しかしYさんは、昨年の春ごろから再び発熱を繰り返すようになり、コロナ禍で面会ができない状況だったので、施設から訪問診療・看護の報告、食事の様子を知らせてもらいました。また、Yさんが果物を食べたいと言っているとの連絡を受け、施設に届けるなどしました。

4月下旬、さらにYさんの体調は悪化して入院が検討されましたが、点滴が開始されたことで熱が下がり、やや安定しました。施設職員は「Yさんの食べたいという気持ちが生体力につながっています。目に活力も感じられます。このまま、できる限りのことをさせていただけたい」と。

7月に入り、久しぶりの面会が許可されました。随分お痩せになっていましたが、ほしいものは?と聞く「みかん」、「ビール飲みたい?」には「飲みたい」と、はっきりと答えてくれたYさんです。その後は依頼のあった果物をお届けする日々が続きました。

秋9月の面会。「食べたいものは?」「梨、赤のぶどう、りんご」とのこと、翌週持参することをお約束。さらに「誕生日は?」に「24日」とはつきり。「お年は?」には「教えられん」のお答え。場が和みます。12月、驚くべきYさんの生命力に、年越しが可能かも知れないですねと施設職員と話しました。年末年始は発熱もなく、穏やかに2021年を迎えたYさんです。

しかし1月中旬に発熱し、お声に元気が感じられなくなりました。1月下旬、冷たいジュースを召し上がった翌日の早朝、穏やかに旅立たれました。

「お盆までは」「お誕生日(11月24日)までは」「お正月までは」と施設職員に支えられ、それに応えるように幾度も危機を乗り越えて頑張ったYさん。Yさんの後見ノート(後見事務履行に関する事前意思表示書)には、「食生活について」の項目に「食べられる間はなんでも食べたい」と書かれており、食べたいというYさんの気持ちと、食べてもらいたいという施設職員の願いが、Yさんの生命力の源だったのでしよう。



「ありがとう」とおっしゃる、満足そうなYさんのお声が聞こえるようです。

お上手は言わず、ぶつきらぼうなところもありましたが「ありがとう」はいつもはつきりと口にされ、ユーモア感覚にあふれた人気者のYさんでした。
「お花見までは」はかないませんでした。葬儀会場には葬儀業者が用意してくれた桜の写真が飾られ、Yさんが希望していた白いカーネーション、誕生花のカトレアなどで彩られました。好物だったお寿司、ビールもお供えし、笑顔でお送りしました。



りす友 おたより 紹介コーナー



りす倶楽部288号ありがとう御座いました。

コロナ禍の下で何かと死生観を自問自答する日々です。りす倶楽部の存在に改めて感謝しております。何もお手伝い出来ないのが残念ですが、「てんでんこ」で頑張ります。そう思えるのも、矢張り「りす」がいてくれるからです。如戒さん始め関係の皆様、どうぞ最善の方法で対策を立て、感染から身を守って下さい。

心の中では「りす」の皆が手を結んでいると思います。

神奈川県 K・Y様



平素のごぶさた心よりおわび申し上げます。

おかげさまで、ホームでの規則正しい生活で年令なみの健康を維持し、過ごしておりますが、コロナの発生以来、暮しぶりも大きく変化致しまして、自由外出不可などで世間とのつながりも断たれ、現在は入居者間の行き来も許可制

となり、三度の食事も個室へのお弁当が配られ孤食になり、活気の失せた日々を過ごしております。三十六年余り続けていました水泳も止めましたら、歩行困難となりました。

再び一日も早い健全な生活に戻れますよう、願っております。

この様な世情のなか、りすシステムの皆様から、例年通りこのようなご通知もいただき、たいへん恐縮致しております。

おかげさまでこの一年、これといった病にもかからず、昨一年間はコロナにおびえつつも市大病院耳鼻科で入念な聴力検査や、その他検査も受け、結論として耳には病変はなく、高難聴と診断を受け、高齢福祉課から補聴器なども安価で受給され心から恐縮感謝致しました。

外出制限のため、すっかり歩行が困難になりましたが、少しずつ歩行もがんばって、りすの行事にも参加致したいと念じております。何卒よろしくお願い申し上げます。

神奈川県 高橋孝子様



地球に恩返しTシャツ・ポロシャツ



人気のカラーです！



カラフルでかわいいロゴ付きの〈特製Tシャツ・ポロシャツ〉です。お買い上げ金額の一部を、りすシステムから「地球に恩返し基金」へ寄附いたします。ご協力よろしくお願ひいたします。通信販売も承ります。ご希望の方は0120-889-443までご連絡下さい。

Tシャツ

■定価：2,000円(税・送料込み) ■サイズ：S・M・L
■カラー：ホワイト・ピンク・イエロー・ライトグリーン・ライトブルー

ポロシャツ

■定価：2,500円(税・送料込み) ■サイズ：S・M・L・LL・3L
■カラー：ピンク・ネイビーブルー

地球に恩返し運動について



私たちの生命を育ててくれている地球!! このやさしい地球に少しでも恩返しをして、次世代に美しい地球を残しませんか。皆さまのご寄附で「地球に恩返しの森」に植樹ができ、銘板にあなたのお名前が刻まれます。

※匿名希望の方は、振込用紙の「通信欄」に「匿名希望」と、ペンネーム希望の方は「ペンネーム」を明記の上、「ご依頼人欄」には必ずお名前をご記入ください。

NPO りすシステム
地球に恩返しの森づくり事業部

地球に恩返し運動本部

連絡先：TEL.03-5215-2383

地球に恩返し 基金振込先

● 郵便局から振り込む場合
郵便局口座番号：00140-7-743432
加入者：地球に恩返し基金

● 他行からゆうちょ銀行に振込む場合
店名：〇一九（ゼロイチキューウ）
種目：当座 口座番号：0743432
加入者：地球に恩返し基金



「地球に恩返し基金」に寄付をいただき、ありがとうございました

杉山 正次さん (東京都北区)	西 恵さん (東京都西東京市)
中野 壽美子さん (東京都豊島区)	西村 和子さん (東京都杉並区)
中原 ヨシ子さん (神奈川県相模原市)	橋本 せつさん (東京都板橋区)

匿名1名 50音順

※先月号で、匿名希望の方のお名前を誤って掲載してしまいました。心よりお詫び申し上げます。

※2021年2月1日～2021年2月28日の期間、7名の方から寄付をいただきました。
※中原 ヨシ子さんが1000ポイントを達成されました。



NPO りすシステム

0120-889-443

りすセンター・新木場

0120-373-959