

りす俱樂部

2024年
5月号
第320号



手毬（てまり）紫陽花

梅雨時、手毬状に咲く紫陽花の七色変化に癒され、抱えていた憂いが晴れてくる。手毬紫陽花は、品種改良の途中で本当の花を持たなくなり、種が出来ずに挿し木で増やすらしい。生きとし生けるものにとって、幸せの結実とも言うべき「種」を得られない宿命を秘し、丸く健気に生きていると思うと、何やら愛おしさが、深まる。

弁護士 福井大海

喜寿を迎えた日本国憲法よ永遠なれ！

りすシステム 創始者 松島如戒

現在の日本国憲法は昭和21年（1946年）11月3日に公布され、翌年の昭和22年（1947年）5月3日に施行され、2024年5月3日で満77歳。人間でいえば喜寿を迎えたこととなります。

1947年、私は10歳で水道も電気もない暮らしで、ラジオも新聞もなく、憲法のことなど全く分かりませんでした。

日本国憲法と出会ったのは、中学1年の社会科の授業でした。社会科の三浦先生は、「僕も戦争に行ったが、幸いにも生きて、今この教壇に立っている。そして死んでいった多くの戦友の夢を見る。そんな僕にとって、9条の『陸海空軍その他の戦力はこれを保持しない。国の交戦権はこれを認めない』という条文に接した時、泣いた。君たちは、この憲法を守り続けなければならぬ。それと君たちの中には家族や親族で戦

死した人も大勢いると思うが、この憲法を守ることが戦争で亡くなった人への供養だと僕は思っている」

三浦先生の言葉の一言一言は正確に記憶していないが、このような趣旨のことを授業の冒頭に話されたことをよく覚えている。

今でも、小、中学の何年生がよいかはともかく、憲法による不戦の誓いは、教育の1丁目1番地として教えなければならぬと思っています。それと、憲法によって国民一人一人の暮らしが支えられていることを教えなければなりません。

憲法は為政者に対する、国民の請求書のようなものです。何故請求書かといえば、為政者つまり憲法を忠実に実行する下部しもべが、総理大臣はじめ、国会議員とその他の公務員だから、憲法に書いてあることを為政者は国民一人一人のために実行する役割の人だからです。ところが、ほとんどの為政者は勘

違いをされていて、憲法は国民に義務を押し付けるものと、誤解している者が多いのは、悲しきことです。これは、憲法教育の間違いによるものだと私は考えています。

国民の権利と義務

憲法で国民の義務とされているのは、
①教育を受ける権利がすべての国民にあり、子女に対し教育を受けさせる義務がある(26条)

②勤労は権利とセットで国民の義務(27条)

③納税の義務(30条)、

憲法第3章『国民の権利及び義務』として第10条〜40条までの31条の大部分は、国民の権利についての規定なのです。

日本国民である条件を国籍法という法律で定めである(10条)。国民であることによって、これから見ていく権利が付与され、国民であることによって数多くの権利を享受できる。ただし、権利の行使には等しく公共の福祉に反しないものであることと、権利の乱用は許されないことを理解していなければなりません。

私としては、各一条一条について、戦時中の出来事や、家族制度などについて思うところがありますが、5年前の2019年272号に憲法の全文を日本弁護士会がA4表裏にまとめたものを弁護士会の承認を経て、皆さんにお届けしましたので、ぜひ読み返していただければと思います。

読み返したい日本国憲法前文

日本国憲法は、旧仮名遣いになっていますが、現代仮名遣いに移行したのは1946年11月11日付でしたので、1947年11月3日公布の憲法は旧仮名遣いなのでしょう。

ただし、憲法前文の韻の踏み方など、名文中の名文だと思い、時折り、声を出して読んでいます。

平成24年4月27日、自由民主党の「日本国憲法改正草案」という文章がインターネット上に出ています。なんと軽薄な物言いか。こんな文書が日本国憲法の前文になり、後世に残ったらどうしよう……と心配です。これは私の感性ですから、人それぞれの感性は異なりますので、ぜひ読み比べてみていただければと思います。

軍備強化すると自らが戦争に行くことに……

今朝(5月24日)の朝ドラで、主人公の弁護士が夫が召集令状を受け、出発する朝の様子が描かれており、胸を詰まらせつつ観ました。ドラマのように、悲しみすら表現できず「おめでとう」とあいさつを交わしながら、多くは永の別れとなったのです。

憲法を変えて軍備を強化して、敵基地攻撃をしようといった勇ましいことをおっしゃっている政治家や財界人の皆さん、朝ドラなどご覧にならないでしょうか、たまには見てください。戦争が始

まる、始めるということは、ささやかな市井の民の幸福を奪う行為なのです。

あの有名な倉本聰さんが2017年9月23日6年前に東京新聞記者のインタビュを受けた時の記事が「再読あの言葉」という欄の2024年5月4日付東京新聞に掲載されています。見出しがすばらしく「同感!」と思わず膝を打ちました。「9条を変えろ」というけれど、軍隊に行く度胸や勇気ありますか」というものです。

倉本さんの記事で賛同するところは多いのですが「徴兵制ならず徴農制」の導入を言っておられますが大賛成です。しかし農だけでなく介護・災害対応などなど人口減少による労働力不足に対する18〜20歳くらいの奉仕活動は、ぜひ導入してほしいとずっと思っています。

2017年の話ですから、少し古いかもしれませんが、こんな統計を示しておられます。国のために戦えるかというアンケートを世界各国で行ったところ、戦えると答えた日本人は11%で、世界で1番少なかったそうです。私は日本人の価値観は正常だと、思いました。平和憲法を持つ日本が戦うことなんてありえないという考えだと私は理解しました。

一時こんな物言いが流行ったことがありました。日本も普通(フツー)の国にならなければならぬというので、フツーの国とは軍事力を保持して、戦争のできる、否、戦争をする国という意

味らしいのです。これを憲法を読んでいない人の言葉で平和な国がフツーでないというのなら、フツーでなくてもイイじゃないの。戦争をしない平和な国での平和な暮らしを私は望みます。

報道されない「軍事費」

最近とみに気になっていることが、「安全保障環境の変化」「抑止力」を枕詞にしている言論が多くなっていることです。

そもそも、変化というのは、相対的なもので我が国の軍事力を倍に強化すれば、相手は4倍にする。こうして軍拡競争が果てしなく激しくなる。近隣諸国にしてみれば、アメリカとの軍事同盟はあるけど、自前では戦争しない、否出来ない国と安心していただと思うのですが、特に2015年の安倍内閣による安全保障法制改正後、憲法9条があっても、例えば同盟国の戦争に参加し侵略行為もあるぞ……、となれば、関係国との関係はぎくしゃくするのは当然ではないでしょうか。

このような状況をもって、安全保障環境の変化があるので、先制攻撃（敵基地攻撃）能力を高めよう、アメリカ軍と自衛隊の指揮命令を統一しよう、日米が一緒になって戦争しよう、揚句の果てには、他国と戦闘機の共同開発をする。それだけではなく、その戦闘機を売買して儲けよう。（コストを安く……というのは、利益を得ようということになる）そうやって、軍拡が進んでしまうの

でしょう。

沖縄県の島々に自衛隊の基地を増強するときの、そのやり方。「手口が汚い」と思います。

滑走路を長くして大型旅客機が入るようにすれば、観光客も増え地域の活性化に資すると陳情する。すると「よく分かった。しかし、日米の軍用機の離着陸を認めるのが条件だぞ」といった、やり方が汚いのです。

ストックホルムの国際平和研究所の発表によると、2023年の軍事費が前年比で実質6・8%増の総額2兆4430億ドル（約378兆円、1ドル＝155円換算）となり、過去最高だったと報道されました。

日本は10番目の軍事大国で、502億ドル（7兆7810億円、1ドル＝155円換算）。今後数年でGDPの2%を軍事費の目安とするというのが国策らしくて、何人もこれに異論をほさまないので危険だと思えます。

ちなみに、日本の2023年度GDPは597兆円で、その2%は11・94兆円、ドル換算すると770億ドルです。2023年の軍事費と比較すると、4位のインド836億ドル、5位のサウジアラビアは758億ドルなので、今後日本は世界第5位の軍事大国になることが予想されます。くだいようですが、戦争しないという憲法を持つ日本が世界第5位の軍事大国になる。皆さんこれって本当に良いのですか？

恐ろしいのは、テレビなどで軍事費を削減するといったことについて語ることが、タブー化しているようなことです。無形の言論統制が日々強くなっていることをひしひしと感じます。

少子化が進む未来に向けて私達ができること

少子化で特に若者が少なくなる日本です。現在年間75・8万人しか生まれていないのです。18歳（成人）まで、75・8万人中何人が残るのでしょうか。そんな中で戦争すると言ったって、軍隊に行くという人々は11%。戦争とは最近のロシア、ウクライナ戦争でも、結局、人と人の殺し合いですよね。武器にお金をかけて用意しても「人がいなければ「負け」ということじゃないのでしょうか。

平和憲法の喜寿の年に当たって、これで良いのか本気で子どもたちの未来、そしてこの日本の将来について、わが身と私達自身の暮らしの中で考えてみませんか。

りす倶楽部300号で、想田和弘さんの「国より人を大切に」というコラムを引用して、私も同感だと書きましたが、改めてそのことを強く訴えたいと思います。



NHK趣味の園芸 『高尾山牧野植物と出会う』

ロケよもやま話

宇都宮大学名誉教授

谷本 丈夫

桜前線はマスコミの造語ですが、気象庁による開花予想の資料では桜開花予想の等期日線図と書いていました。桜前線のような植物などによって気象条件を予想することは、明治から大正にかけて、日本各地で冷害などによる農産物への被害



図1 妙高山の雪形「跳馬」ほねうま

が多発したことから、その解決策として研究が始

まったそうです。お花見のためではなく農業気象

研究の一分野として行われていたのです。また、

気象条件と農作業は切っても切れない関係にあっ

て、地域ごとに山にかかる雲のたなびき方などに

よって、経験的に天気予報をする習慣がありまし

たし、白馬岳や駒ヶ岳などの名前や妙高の跳ね馬

(図1) など、残雪の雪形から農作業の始まりを

決めていました。

読み解かれた万葉集に詠まれた植物

さらに文学の分野では、万葉集に若菜つみ、恋

の歌など植物を歌ったものが知られています。各

地に万葉植物を集めた植物園も多く、さまざまな

万葉植物の話題が提供されています。りす倶楽部

の地球に恩返し森「神農さんの森」にも万葉集

に歌われている植物の一つイワ(ハ)タバコ(図

2)が自生しているのをご存知でしょうか。関東

地方では高尾山や鎌倉などの湿度の高い崖や岩壁

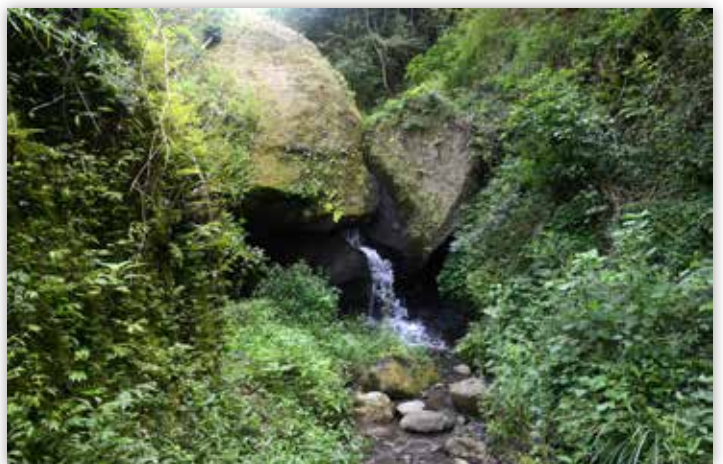


図2 イワタバコ 滝上の大きな岩に張り付いている地球に恩返し森・神農さんの森にて

に生育しています。

イワタバコは、その名のように岩壁に張り付いたように生育し、十分に展開した葉が大きく、タバコの葉に似ていることからの名で、本州の福島

県から以南、四国、九州、沖縄に分布しています。

花期は6月から8月頃。葉の付け根から5から30

センチほどの花茎を伸ばして、淡紅色か紅紫ある

いは白色の花を4から5つ下向きに咲かせて神秘的

な趣があります(図3)。葉は冬に枯れて落葉

し、翌年に成長する葉が縮んだ冬芽として越冬し

ます。新芽は山菜として利用していますので、「イ

ワナ」と呼ぶ地方もあるようです。



図4 エゴノキ 白く垂れ下がる花の様子



図3 イワタバコ 懸垂した花序
※花序：枝上における花の配列状態

イワタバコは、牧野富太郎の『植物記』（桜井書店、1943）に「萬葉歌の山チサ新考」のなかで、これまでの植物名の解釈、エゴノキをイワ（ハ）タバコだとする記述から牧野植物に出会うでも取り上げられていました。

『萬葉集』巻七にある歌。

気緒爾念有吾乎山治左能花爾香君之移奴良武

いきのをにおもへるわれを

やまぢさのはなにかきみがうつろひぬらむ

山萬草白露重浦經心深吾戀不止

やまぢさのしらつゆおもみうらぶるる

こころをふかみわがこひやまず

この2首の歌にある山治左、山萬草という植物は、牧野富太郎の解説によると仙覺律師の萬葉集註釋には「山チサトハ木也田舎人ツサキトイフハコレ也」とあるなど古来のさまざまな説を紹介して、エゴノキ科のチサノキ（エゴノキ、図4）もしくはムラサキ科のチサノキ、クスノキ科のアブラチャンにもツサ並びにヂシャの名があるのでいづれも可能性があるとした上で、さらに古今の萬葉集解説書と比較検討、それぞれの植物の特徴とやまぢさ2首の歌の意味を比較した結果、エゴノキ以外は消去され、さらにエゴノキの花はもとも

と白いで「うつろひぬらむ」の形容にそぐわない。花は下垂しているので「しらつゆおもみ」にも一致しないことから、山チサは樹ではなくて草で、イワ（ハ）タバコ科のイワ（ハ）タバコだと鑑定されています。

また、イワ（ハ）タバコ説は文政4（1821）年（出版当時から121年）に「国史草木昆蟲攷 下 日本古典全集」曾占春 正宗敦夫 編輯校訂 日本古典全集刊行会 昭和12年（国会図書館デジタルアーカイブ検索可能です。）に同じような解説があることを紹介されています。

高尾山のイワタバコは放送時にはまだ開花前だったので、岩壁一面に張り付いた草姿のみでしたが、生育場所の特徴を理解して探すと意外な場所にも生育しており、万葉人も親しみのある植物だったようです。

同じ植物を別の視点で見ると

高尾山ではイナモリソウも道端など人工的な生育環境に遅しく、可憐な姿で出迎えてくれる牧野植物です。遅しく、可憐とは少し違和感を持ちますが、山崩れを起こして日当たりの良くなった場所（図5、6）では、背の高くなる植物との競争に負けて消滅してしまいます。イナモリソウのマシオン購入条件の絵ときです。図5の白く四角に見えるあたりに1号研究路（登山道）があるの



図6 強い日差しを好む植物が一斉に緑をつくる



図5 高尾山の崩壊地



図7 競争相手のいない岩陰で元気のよいイナモリソウ



図8 人工的な場所に生きるイナモリソウ

ですが、山崩れが起きる前はヒノキの立派な林（少し残っている）で、1号路に素敵な木洩れ陽が提供されていました。その頃、急な斜面を切り開いた1号路の崖になった部分の岩陰で、立派なイナモリソウが咲いていたのです（図7）。自動車が通れるように広げられた場所でしたが、斜面を切り取っただけの岩の隙間は、ヒノキ林の木陰で、競争相手の草丈の高い植物は生育できずに、イナモリソウのお屋敷として好ましい環境でした。強い陽射しの石垣の隙間や舗装道路の切れ間で、遅く生きる帰化植物のように、思いがけない場所で、イナモリソウは命を繋いでいました（図8）

高尾山では人工的な環境に生育していますが、このような環境がなかった時代に、どこで生育していたのか、疑問の多い牧野植物です。しかし、草丈が低い草姿から、派手な花壇の主役ではなく、適材適所で江戸時代に流行った大型樹木盆栽の根締めに使われ人気があったようです。

お目当ての植物名だけでなく、生育している環境にも目を向けると。顔見知りの植物でも、二度、三度と出会う機会が増えるたびにさらなる発見、感動につながります。植物だけでなく、動物、昆虫などとの関係にも目を向けると、毎日が楽しく過ごせますよ。



地球に恩返し of 森づくり事業部では、2009 年より大分県由布市庄内町・地球に恩返し of 森づくりを通して、環境活動や里山保全活動を続けています。今月は、地球に恩返し of 森・薬用樹木園・東本園長より、薬樹のお話をお届けします。

神農本草経（漢方古典）の植物たち

地球に恩返し of 森・薬用樹木園 園長 東本博之

大分県由布市庄内町にて「神農本草経」に収載されている生薬のうち

木本類 55 種を基本の構成種として森づくりを行っています。神農本草経とは、医療と農耕技術を教えたとい

れる「神農さん」の教えを基に言い伝えられている、中国最古の本草書

です。

植栽から 10 年が経過し、順調に

木々たちも育ち、すでに森の様相を呈するほどに育まれています。

今後、不定期とはなりますが、出来る限り薬用樹木園の木々たちを皆さんにご紹介して参ります。

オオカナメモチ

● 生態的特性など

オオカナメモチは、常緑小高木でバラ科カナメモチ属に分類され、別名ナガバカナメモチ、アカメモチと呼ばれています。葉がモチノキに似ており、材が硬く扇のかなめとなる骨に使われ、

● 生薬としての使い方と薬効

生薬名は「石南草（せきなんそう）」。

● 漢方薬としての利用

鎮痛・利尿・強壯の作用があり、痛風・リウマチの痛み・腎臓病に用いられています。

参考・引用図書

『神農本草経の植物 植物由来生薬の原色写真』小根山隆祥ほか著（株）たにぐち書店 2017

『神農さんの森の樹木 森の木たちの生薬図鑑』谷田貝光克ほか著（フレグランスジャーナル社）2016

『神農本草経解説』森由雄著（源草社）2011



図 1 生垣に使われているカナメモチ（安曇野市）



図 2 オオカナメモチの樹形（大分県・薬用樹木園）



図 3 オオカナメモチの花（大分県・薬用樹木園）

近縁種のカナメモチより葉が大きいことが名前の由来とされま

す。

中国、台湾、フィリピンなど東

南アジアに分布し、日本では奄

美大島、沖縄などのほか稀に本

州に自生し、照葉樹林の低木層

を構成。また、広く栽培もされ

ています。よく生け垣として利

用されるカナメモチ同様、5月

に赤い若葉とともに可憐な白い

花を咲かせます。

● 生薬としての使い方と薬効

生薬名は「石南草（せきなんそう）」。

● 漢方薬としての利用

鎮痛・利尿・強壯の作用があり、

痛風・リウマチの痛み・腎臓病

に用いられています。

参考・引用図書

『神農本草経の植物 植物由来生薬の原色写真』小根山隆祥ほか著（株）たにぐち書店 2017

『神農さんの森の樹木 森の木たちの生薬図鑑』谷田貝光克ほか著（フレグランスジャーナル社）2016

『神農本草経解説』森由雄著（源草社）2011

エピソードから解説する法律の話

自筆証書遺言と遺言執行手続

NPO りすシステム法律顧問 長谷川 範子
弁護士



こんにちは。弁護士の長谷川です。りすシステムの後見や相続、遺言執行を主にお手伝いしております。

日々のエピソードからやさしい法律のお話をさせていただきたいと思っています。

今回は、KKさんのお話です。

KKさんをご病気から余命が限られていることを知り、受診サポート、入院保証、死後事務、そして遺産の行く末を決めておくため、りすシステムと契約をされました。

遺言書の作成

配偶者、お子さん、ご両親、ご兄弟がいらっしゃらないKKさんは、ご自身に法定相続人がいないことも認識されており（民法887（890条）、ご自身の遺産をご自身の決めた団体などに遺贈することを検討されて遺言書を作成されました。

作成された遺言書は自筆証書遺言でしたので、ご逝去後、速やかに管轄の家庭裁判所に「自筆証書遺言検認の申立て」（民法1004条）をなし、検認手続きを経て、遺言執行者としての手続きを開始しました。

幸い、KKさんの自筆証書遺言でりすシステムが遺言執行者として指定されていたので、遺言執行者選任の申立（民法1011条）を経ることなく執行を開始することができました。作成された遺言書も法律の要件（民法968条）

「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

岡田 幸子さん (埼玉県和光市)

萬治 美和子さん (名古屋市千種区)

匿名2名 50音順

※ 2024年4月1日～4月30日の期間、4名の方から寄付をいただきました



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 (ゼロイチキユウ)
種目: 当座 口座番号: 0743432
加入者: 地球に恩返し基金



を満たした有効なものだったので安堵したものでした。

遺言書には遺産の寄付がありました

さて、遺言書でKKさんは、ご先祖の菩提寺、ご自身の居住地の自治体、そして、災害復興支援のために日本赤十字社にそれぞれ遺産を寄付されました。

日本赤十字社では災害復興支援のための寄付の窓口があり、りすシステムは遺言執行者としてこの度の能登半島地震復興支援のためにKKさんの遺産から寄付として2億1千万円余りをお届けしました。

KKさんは不動産賃貸物件や多種多様な有価証券をお持ちで、全てを換価するのに手続と時間は掛かりましたが、やっとKKさんのお気持ちを実現でき「ホッ」とすると同時に、心の中で「KKさん、素敵ー」と声を掛けるとKKさんの「良かった、ありがとうネー」と微笑んでいる顔が目につかびました。

財産遺言がない場合は、遺産は国庫へ帰属します

KKさんは多額の遺産を寄付されたわけですが、寄付は僅かな少額でも助かるもの、むしろ少しの善意がたくさん集まることこそが大切なのだ

と思います。

人間、生きていく間には生活費がかかる、これから医療費がかかるかも、老人ホームに入ったらまたお金がかかる……と本当は慈善事業に寄附したいのに思い切って寄付することができないと考えている方が多いように思います。

KKさんは、しっかりとご自身の医療には必要十分なお金をかけて、最後に残った資産を思い切り思いどおりの使い方をされたのです。潔くカッコ良い使い方だと思います。

さて、日々ご利用者様からご相談いただくケースとして、お世話になった親族、友人、団体、応援している団体などに寄付される方が多い印象です。

一方で、法定相続人不存在で、遺産を国家に帰属させる手続き（民法952条）をしなければならぬ案件も増えています。この手続をとると、家庭裁判所により相続財産清算人が選任され、その清算人が財産の換価、債務の弁済などの整理をして、最終的に財産を国庫に帰属させることとなります。

この手続きに至った方の記録を確認すると、りすシステムに「財産遺言を書きたいと思っている。遺贈先をしばらく時間をかけて考えたい」と仰っていた方が多いことに気が付きます。面談での「ま

だ遺贈先を決められないから、後で考えて作成する」とのお言葉がむなしく響きつつ、悔しく残念な気持ちで国庫帰属の手続をスタートさせるのです。

自己決定と自己実現にむけてお手伝いします

「自分の死後、財産をどなたに、どこに遺贈するのかの決断は、人生の一大イベントで、とても心躍ることだ」とおっしゃった方がいらっしやいます。その言葉を聞いて、私も「ハッ」とさせられました。「自分のことは自分で決める」という自己決定と自己実現を一つの理念としているりすシステムとして、この言葉を皆さんに共有させていただきたいと思えます。

法定相続人の有無にかかわらず、皆さんの契約家族として、皆さんの自己決定、自己実現のお手伝いをしたいと思っておりますので、ご相談は本部、各支部のスタッフまでお願い致します。



すつきりわかる公的年金Q&A② 大事なお知らせ、しっかり確認！

「年金額の改定通知書」と「年金振込通知書」

株式会社ジェイ・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

こんにちは！ 社会保険労務士の原令子です。

今年のりす倶楽部2月号で白梅がたくさんの花をつけ、庭いっぱい梅の香りが漂っているとお伝えしましたね。あれから3カ月が経ち、庭に出て梅の木を見上げると、瑞々しい緑の葉っぱの陰に見え隠れする青梅のなんともかわいいこと！



今年は、豊作です。枝で完熟させて自然に落ちてきたものから拾い集め、きれいに洗って冷凍庫に保存します。最後の一つを収穫したら、一体何を作るのでしょうかね。ウフフフフ……。答えは、次号でのお楽しみといたしましょう。

さて今回は、毎年6月において、老齢・障害・遺族年金を受給しているすべての方に届く大切なお知らせについてお話しします。

毎年6月は、「年金額の改定通知書」と「年金

振込通知書」がセットになって年金受給者の方に届きます。届く時期は、6月上旬で、6月15日の年金支給日の前となっています。

年金額は4月から改定されているのに、これらの通知は、なぜ6月に来るのでしょうか？ それは、年金が後払いで支払われるからです。

具体的には、偶数月の15日にその月前の2か月分が支払われます。つまり、6月に支払われる年金は、額が改定された4月と5月分の年金なのです。そのタイミングに合わせて「年金額改定通知書」と「年金振込通知書」とが一体になったハガキが受給者の方に送られてきます。

年金の大切なお知らせにもかかわらず、お手元に届いてもごみ箱にポイ捨てしていると、思わぬ損をすることがあります。ご一緒にしっかり確認していきましょうね。

1. 国民年金・厚生年金保険年金額の改定通知書

「年金額改定通知書」は、1年分の年金支払額等をまとめてお知らせするものです。年金額は、物価や賃金の変動により、年度ごとに改定されます。そのため、改定があった場合には、年金受給者全員に改定された額をお知らせします。

年金額改定通知書(図表1)の記載内容は、次頁のようになっています。

【注意】右端の欄は、前年度の年金額が記載されているので、本年度の額と比較して下さい。

大きく違いがある場合は、年金事務所にお問い合わせください

2. 年金振込通知書

「年金振込通知書」は、毎年6月に金融機関等の口座振込で年金を受け取られている方に対して、6月から翌年4月まで(2カ月に1回ずつで計6回)毎回支払われる金額をお知らせするものです。年金振込通知書は、原則として、年1回(6月)に送付することになっており、振込額や振込口座に変更がなければ、その後の支払月には年金振込通知書は送付されません。ただし、年金振込通知書が送付されない月でも当然、年金は支払われます。年金振込通知書(図表2)の記載内容は、次頁のようになっています。

図表 1 国民年金・厚生年金保険
年金額改定通知書サンプル

国民年金・厚生年金保険 年金額改定通知書					
年金の種類		年金コード		受給者の氏名	
基礎年金番号	基礎年金	令和 年 月からの 年金額	参考：改定前の年金額 (令和 年 月の 年金額)	基礎年金	厚生年金
国民年金 (基礎年金)	基本額	円	円	円	円
	支給停止額	(1) 円	円	円	円
	年金額	円	円	円	円
厚生年金 保 険	基本額	円	円	円	円
	支給停止額	(2) 円	円	円	円
	年金額	円	円	円	円
合計年金額(推定)		(3) 円	円	円	円

令和 5 年 6 月 1 日

厚生労働大臣

- (1) 国民年金の基本額・支給停止額・年金額 (= 基本額 - 支給停止額) ただし、支給停止事由に該当しない場合は空欄
- (2) 厚生年金の基本額・支給停止額・年金額 (= 基本額 - 支給停止額) 在職老齢年金のしくみにより、支給停止額が生じることがある
- (3) (1) の年金額 + (2) の年金額

◆ 注意点 ◆

右端の欄は、前年度の年金額が記載されているので、本年度額と比較して下さい。
大きく違いがある場合は、年金事務所にお問い合わせ下さい。

図表 2 年金振込通知書サンプル

年金振込通知書					
年金の種類・種類		年金		振込先	
基礎年金番号	基礎年金	令和 年 月からの 振込額	参考：前年度 の振込額 (令和 年 月の 振込額)	振込先	振込先
年金支払額	(4)	円	円	円	円
介護保険料額	(5)	円	円	円	円
後期高齢者医療保険料	(6)	円	円	円	円
所得税額および復興特別所得税額	(7)	円	円	円	円
個人住民税額	(8)	円	円	円	円
控除後振込額	(9)	円	円	円	円

令和 5 年 6 月 1 日

厚生労働省
官督及官 厚生労働省年金事業企画課長

される社会保険料、所得税額および復興特別所得税額、個人住民税額を差し引いた後の振込金額

- (10) 振込先 年金が振り込まれる金融機関の支店名表示。(支所、営業所、出張所等含む)

注(※) 8月以降の額は、予定額として6月の額を記載しています。決定額は、市区町村から送付される通知書でご確認ください。

◆ 注意点 ◆

- 年金から控除されるお金は、(5) (6) (7) (8) の4つです。
- 表の右端の欄は、前年度の金額が記載されているので、本年度額と比較することができます。各種控除額金額に疑問がある場合は、介護保険料、後期高齢者医療保険料、国民健康保険料(税)、個人住民税については、お住いの市区町村役場にお尋ねください。また、天引きの所得税及び復興特別所得税額については税務署にお問い合わせください。
- 年金額が前年度と変わらないのに、所得税と復興特別所得税の金額だけが高くなっている場合は、「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」の提出を忘れていたことが考えられます。提出していないと、配偶者控除をはじめ各種の所得控除額に加算されず、課税所得額が増えてしまいます。
- もし提出し忘れていても、今から申告書を提出すれば、令和6年度の最初の年金の支払いまで遡って源泉徴収税の再計算が行われます。

(出所: 日本年金機構「年金振込通知書」に著者加筆)

新連載

考古学のはなし

第1回

NPOりすシステム顧問

古賀 秀策



図1 「京都大学構内遺跡マップ」 京都大学HPより

● 京都大学
埋蔵文化財研究センター

発掘調査をしていたのは、京都大学埋蔵文化財研究センターというところで、現在は改組され名称が変わっています。どこを調査していたかというところと大学の構内です。大学の中だけですかと思われられるかもしれませんが、京都大学は左京区の吉田

本誌4月号の表紙に書かせていただいたご挨拶で、私の前職の郵便局のお話をしました。実は郵便局のさらにその前は発掘調査の仕事をしていましたので、今回から何回か考古学や発掘調査のお

話をしたいと思えます。とは言ってももう随分前のことですので、私自身も勉強しつつ、みなさんが興味ありそうなお話ができればと思っていますので、どうかよろしくお願いします。

京都大学はもとも遺跡が多いところですが、京都大学の吉田キャンパスも例外ではなく、縄文時代から幕末までの遺跡があり、まさに遺跡の上に大学があるようなものです。ですから大学のどこを掘っても遺跡が出てきます。広大な大学構内のあちこちで、新しく建物を建設したり、古い建物を新しく建て替えたりする際は必ず調査をしますので、いつもどこかで、時には2カ所同時並行で発掘調査をしています。数カ月かけて発掘調査が終わると、今度は屋内で遺物や図面の整理そして報告書の作成と、なかなか忙しいけれども楽しい仕事でした。

キャンパスだけでも東京ドーム16個分とかなり広く、他に宇治キャンパスや、新しくできた桂キャンパスもあります。その他にも全国各地に付属施設があります。



図2 「古代メキシコ展」 古代メキシコ展チラシより



図 3 「インディ・ジョーンズ」
ディズニー公式 HP より

「インディ・ジョーンズ」ディズニー公式 HP より

「すみません小判は出ません」と返事して謝る場を通りがかった人から「小判でも出ますか」とよく声をかけられました。「すみません小判は出ません」と返事して謝る



図 4 「金印」
福岡市博物館 HP より

●考古学とは？

考古学や発掘調査と聞いてみなさんは何を連想されるでしょうか。ニュースをよく見ておられる方なら、最近よく報道された奈良県の富雄丸山古墳の盾形銅鏡や蛇行剣を思われるかもしれません。また美術館・博物館が好きな方は、昨年从今年 5 月にかけて東京・大阪・福岡を巡回した古代メキシコ展でのマヤ、アステカ、テオティワカン遺跡を思い出されるかもしれません。または昔からその所在地がどこであるか論争が繰り返されてきた、邪馬台国や女王卑弥呼を思い出す方もおられるでしょう。

しかし今も昔もテレビの力は偉大なもので、非常に多くのかたが早稲田大学で長年エジプト考古学を研究されてきた吉村作治先生とピラミッドを

連想されるそうです。またテレビでよく放映している考古学者のインディ・ジョーンズ教授を連想する方も多いようです。

●考古学と宝探し

映画インディ・ジョーンズシリーズは過去 4 作品あり、昨年 5 作品目が公開されました。私もとても楽しく見ていますが、最新作は伝説の秘宝「運命のダイヤル」を巡って世界中をまたにかけて大冒険を繰り広げるお話です。いわゆる「宝探し」で、最後はお宝を奪還して歴史の改悪を阻止する大活躍なのですが、ジョーンズ教授がほんとうの考古学者だったら宝探しだけで終わってしまったのはちょっと困りますね。

というのも、お宝はそのモノ自体の価値も重要ですが、そのお宝がどの場所にどの地層にどういう状況で埋まっていたのかという情報が同じくらい重要です。そのことで時代が詳しくわかったり、他のものと比較したりすることができ、昔の人々の生活をより詳しく知ることができるようになります。

のも変ですが、どうも「考古学＝宝探し」というイメージがあるようです。

●国宝金印

「漢委奴国王」と刻まれた国宝の金印は有名ですが、江戸時代に福岡県の志賀島しかのしまでお百姓さんが見つけた、という話はよく知られているところで、実は出土した正確な場所も状況もよくわかっていません。『後漢書』東夷傳の記述にある後漢の光武帝が奴国に送った印が金印にあたると思われるのですがはつきりしません。きちんとした発掘調査で金印が発見されていたら、古代の歴史観が変わったかもしれませんね。

● 談話室のご案内 ●

◎参加費は無料です。定員数がありますのでご予約ください。
◎定員になり次第、締め切りさせていただきます



お待ちしております♪

北海道支部

7月6日(土) 11時～15時
8月6日(火) 11時～15時
会場：北海道支部事務所

東日本支部

6月15日(土) 10時～12時
6月28日(金) 13時～15時
7月15日(月) 10時～12時
7月28日(日) 13時～15時
定員：10名 会場：北の丸ガラスゲート
お茶、お菓子等を自由にご持参ください

中部日本支部

6月10日(月) 13時～15時
7月10日(水) 13時～15時
会場：中部日本支部事務所

中国支部

7月6日(土) 12時30分～14時30分
会場：参加申し込みの方に
お知らせします
お茶、お菓子等を自由にご持参ください

九州支部

6月29日(土) 13時～15時
7月29日(月) 13時～15時
会場：九州支部事務所
お茶、お菓子等を自由にご持参ください

北日本支部

6月30日(日) 11時～15時
7月30日(火) 11時～15時
会場：北日本支部事務所

東東京ランチ

7月1日(月) 13時～15時
定員：4名 会場：葛西事務所
お茶、お菓子等を自由にご持参ください

西東京ランチ

6月20日(木) 13時～15時
7月20日(土) 13時～15時
定員：5名 会場：西東京ランチ
お茶、お菓子等を自由にご持参ください

西日本支部

6月24日(月) 13時～15時
7月23日(火) 13時～15時
定員：5名 会場：西日本支部事務所
お茶、お菓子等を自由にご持参ください

四国支部

6月25日(火) 13時～15時
7月25日(木) 13時～15時
会場：四国支部事務所
お茶、お菓子等を自由にご持参ください

大分支部

7月25日(木) 13時～15時
会場：参加申し込みの方に
お知らせします

NEW OPEN!
大分事務所移転します！
7月オープンです

移転前：大分市長浜町 3-15-19 大分商工会議所ビル 3階 8
移転後：大分市金池町 2-3-4 九州電力大分ビル 2階

お問い合わせ、お申込み先はこちら  **0120-889-443**

支部・パートナー活動記

東日本支部

▼Nさんご夫妻がりすシステムと契約したのは、2014年秋でした。新聞記事を見たのがきっかけだそうです。

10月に奥様が気分が悪くなり病院で検査を受けたところ、気管支に穴が開いていて空気が漏れ、水が漏れていることがわかりました。胃の近くの脂肪を取って脇を切り脂肪を当て、水が漏れているところをふさぎ、脂肪が落ちないようにする処置の手術だそうです。りすシステムスタッフが同席、医師が画面を見せて丁寧に説明されたので、ご主人も納得して手術を受けることになりました。また介護申請をしていなかったのですが、その場でご主人と介護申請書を作成しました。申請書は翌日、ご主人が役場へ提出しました。手術は成功し、1カ月で奥様は退院されました。その後、りすへの連絡はありません

んでした。

翌年3月、ご主人から奥様の死亡の連絡がありました。ご主人と一緒に功德院への納骨を希望されていたので、現在、お骨は自宅に安置しています。

その後、Nさんの一人暮らしが続いていました。2022年に役場の介護課より今後の生活について話し合いを持ちたいと相談がありました。この地域では、役場の介護課が地域包括支援センターを兼ねていて、一人暮らしの高齢者宅を職員が定期的に訪問していました。

話し合いの内容は「この地域の高齢者が急増して職員だけの対応が難しくなったので、すまないがりにNさんの手助けしてもらえないか」との話でした。話し合いの結果、月に一度、りすがNさん宅に訪問して郵便物の整理を手伝うことになりました。以降毎月訪問してNさんと談笑しながら郵便物の整理を1年半程手伝いましたが、この間にNさん

の認知症状が進んできたので、介護課の職員に介護申請をした方が良いのではと進言し、近くの病院の物忘れ外来を受診することになりました。医師から「現在中度から重度のアルツハイマー。環境の調整が必要。一人暮らしは限界」という診断を受けました。

介護申請の結果は、要介護2でした。自宅生活では縁側で外を走行する車の台数を数えながら、うまそうにたばこを吸うのが日課でした。りすが悩んだのは長年住み慣れ愛着のある自宅からの施設入居を、どのようにお話ししたらご本人に納得していただけるかでした。

とりあえず週3のデイサービスの様子を見ることができました。デイサービスを1か月程続けたのちこれ以上自宅での生活は無理とケアマネさんも判断してデイサービス隣の施設へ入居することになりました。入居当初は自宅に戻りたいという思いが強く、夜になると自宅へ帰ろうとするので、ヘルパーさんと話し合い、月に一度ヘルパーさんとりすが同行して自宅で数時間過ごすように

して、現在も継続しています。

最近では、ご本人も自宅での生活は無理と自覚してきたようです。自宅での生活の時はヘビースモーカーだったNさんですが施設に入居してからは一日1本だそうです。

りすは今後もNさんの生き方にそったサポートを続けていきます。

九州支部

▼Iさん（男性・82歳）は5年程前ご夫妻で西日本支部の説明会に参加、2カ月後には公正証書の作成が完了しました。

その後、九州の施設への入居を希望、何箇所か見学された結果、福岡県久留米市の有料老人ホームに決めました。

ホーム担当者が福岡から出向き、西日本支部事務所にて、りすシステム立ち会いで入居契約をしました。

それから7か月後の9月に入居。支部間でいろいろ情報共有し、移管後は九州支部が引き継ぐことになりました。

おぼえがき書類の作成は、ちょうどコロナ禍で面談が難しく、メール

や郵便でのやりとりで年末に完成しました。ご要望通り年明けには書類の控えがお手元に届き、預託金の補充も完了しました。

その年の7月、見守り訪問で初めてIさんご夫妻にお会いしました。

実は、入居直後にアドバイザーとの顔合わせを希望していたのですが、コロナ禍で面会禁止が続き実現出来ませんでした。

翌年の7月、おぼえがき書類の見直しを希望されたので訪問。一部加筆・修正されました。

訪問時、お身体の状態を聞いていたため、その後の様子伺いの連絡をしたところ、介護棟で入浴、訪問診療、訪問リハビリ利用、S病院で定期受診継続中とのことでした。

それから3カ月後の今年の2月、最終段階に入ったので企画書の内容確認をしたい、ホーム介護棟に来て下さいと依頼があり訪問しました。

内容確認後は安堵され、ご夫妻とティータイムをご一緒しました。

酸素の量は増えたと言っていました。が、嚥下状態もよく、ゆっくりでしたが、ケーキも紅茶もむせることなく召し

上がっていました。奥様は自室と介護室を行ったり来たり、お疲れがたまえんようにとお声掛けし、おいとましました。

2カ月後、定期受診中のS病院へ奥様付き添いで救急搬送。その後の容体を奥様にお尋ねしたところ、「ご心配かけてすみません。今は安定しています」とのことでした。

それから6日後、容体が急変したとの連絡が入り急行しました。現在、死後事務をすすめています。

久留米市内で火葬、収骨後、佐賀県小城市のお寺で葬儀、初七日を終え、間もなく納骨です。完璧な企画書に則り、奥様に寄り添い進めてまいります。

▼Nさん(男性・79歳)は、「小生高齢で難聴、質問事項は箇条書きして来るので簡潔に回答をお願いしたい」と事前連絡を受け、4月の説明会に参加されました。質問事項に回答し、苦しうに呼吸されるため休憩を挟みながら説明を終えました。

「帰宅したら早速書類送付と振り込みをします」とお帰りになりました。

ところが2日後、「先日はありがとうございました。しかし絶対不調です」とF AXが届きました。「無理されないで下

さい、大丈夫ですから」と返信しました。その19日後、警察署から孤独死との連絡を受け事情聴取。

残念ながら契約前のため何もできないことを伝えました。ご冥福をお祈りいたします。

編集後記

●老後とは？…年老いた後、年とつてからのあと…老年。晩年。
●老後とは何歳から？…若い世代では60歳から、高齢年齢層では75歳から、80歳から。

●老後の3大不安は？「健康」「お金」「孤独」

●老後の生活費はいくら？…夫婦2人暮らし26万8508円、1人暮らし15万5495円(参照…家計調査年報〈家計収支編〉2022年総務省) この内訳に医療費は入っていない。

ゆとりある老後の生活費は、プラスαで…月額36万…絶対無理だ。

(芳賀みゆき) あっという間に5月が終わってしまいました。先日、梅雨より先に台風1号のニュースが流れていました。昔のようなシトシトと降る梅雨ではなく、一気に降るスコールのような梅雨になるそうです。異常気象が異常じゃなくなつて通常になつていきますね。

(芳賀まお)



NPO りすシステム

0120-889-443

りすセンター・新木場

0120-373-959