

# 東朋会ミニ通信

発行者 香川 修司  
 連絡先 事務局 加藤 光義  
 0467-73-0515  
 小倉進・三井所信夫  
 編集者 島津 晃



## 【会員情報】

傘寿 会員 434名(7/13)

大野 和弘(6/4)

佐藤 泰子(6/13)

(80歳)

## 第84東朋会理事会報告

7月14日(木)

### 議事

- (1) 6月度会計と監査報告及び15年度決算見込み
- (2) 6月末資金運用結果と15年度運用結果見込み
- (3) 16年度第8回総会・懇親会計画の具体化
- ① 日程・場所参加費及び行事内容等
- ② 総会・懇親会への参加募集計画の具体化
- ③ 会員拡大活動の具体化
- (4) 新年度(16年度)事業計画と予算(評議員会案)
- (5) 第22回評議員会(7/28)(木)の議題と時程及び担当について
- (6) 専務理事辞任届の取り扱いと、後任の選任について
- (7) ミニ通信7月号の発行計画とホームページの更新
- (8) 新年度、役員選挙管理委員の選任について

### 報告事項

- (1) クラブハウス建設検討委員会報告
- (2) 地域OB会の報告

### ☆京浜OB会

NHK放送博物館「見学」  
 6月10日(金)15名参加

### ☆湘南OB会

湘南の浜辺を歩こう会  
 7月7日(木)

柳島キャンプ場23名参加

### ☆福東OB会

16年度総会  
 9月11日(日)  
 保原交流会館

### ☆その他

電波交流会「クラブハウスにて開催された」  
 6月11日(土)

### (3) 東朋会ゴルフコンペ

南富士カントリークラブ  
 7月19日(火)

### ★「ホーライフ」

- ☆慶弔見舞制度16年6月7月度対象者の確認
- ☆中央労金・東北労金の決算と今年度の配当結果
- ☆全労災マイカー共済と労金キャンペーン

### ★事務局からのお知らせ

☆8月11日(木)～8月21日(日)迄夏休みです

### 計報

浅野 健治 89歳

(6/9没)

池田 甫伊 78歳

(6/19没)

## (季節雑感) 社会の分岐点、高齢者生活問題に取り組む！

理事長 香川 修司

西日本は梅雨が明けたようですが、今年の災害は九州を中心に発生しています。熊本の地震は2度の本震が襲うなど予想外の群発地震が続き、被害を大きくしています。梅雨前線の大雨も激しく、避難生活と復興を苦しめています。日本では2000以上の活断層があり、どこでも、いつでも大地震が起こる恐れがあり、私たちは常時、備える必要があります。

世界では、シリア難民の流入に端を発するイギリスのEU離脱や世界的なISのテロの多発に揺れています。いずれも根底には格差・貧富の拡大があると考えます。日本社会でも、6人に1人が貧困層、生活意識で「苦しい」とした世帯は59.9%でした。(厚生労働省調査)アベノミクスで景気や物価水準の成果が得られず、再び20兆の財政投入が意図されています。財源は日銀引受の国債です。15年度末1049兆円という財政債務は対GDP比246%とギリシャを超えています。巨額の財政債務を抱える中で、超高齢社会が急速に進んでいます。

認知症を患う高齢者も増え、介護制度も行詰りを見せ、社会保障制度の分岐点を迎えています。今年、企業年金の支給額を下げの通知が届きました。マイナス金利を含む、異次元の金融政策が、年金を直撃したのです。

高齢時代、孤立すれば生活が崩壊する不安も大きくなります。新年度の事業計画は交流とコミュニケーションを図り、防災事業とともに、シニアライフ生活課題に取り組めます。

### ☆東朋会

#### 第11回

#### 顧問会議開催

7月26日(火)  
 13:30~  
 湘南クラブハウス

#### 第22回

#### 評議員会開催

7月28日(木)  
 13:30~  
 湘南クラブハウス

### ☆会員拡大にご協力をお願いします。

東朋会ホームページを開設しています。一般財団法人東朋会で検索して頂くと見る事ができます。

健康の話

荒井副理事長

心の健康

人は皆、加齢に伴い体力や気力の低下を感じるのと悲観的になります。視力、聴力などの感覚器機能低下でも、社会生活に対して消極的になります。その結果、世間の新しい変化や情報からも取り残され、孤立してゆくことになりかねません。高齢者で、心の病気で気をつけなければならぬのが「うつ病」と「認知症」です。また、いろいろな病気の原因となるストレスにも注意が必要です。

1 心の病気

(1)うつ病

うつ病は高齢者でしばしばみられる心の病気ですが、治ることが多い病気です。早期発見、早期治療が大切です。初期には、いろいろな症状があります。不眠症、疲れやすい、食欲不振、頭痛、肩こりなど高齢者ではしばしば自覚するような身体症状がありますので、内科等の専門的な検査で異常がない場合には、うつ病の存在を疑わなければなりません。

(2) 認知症

認知症も発症を予防し、なるべく早く見つけて対処すべき病気です。認知症の予防には、絶えず脳を刺激していることが必要で、新聞や本を読む習慣を出来る限り続け、視力の問題で、それが不可能ならば、ラジオのニュース番組を聴いたりすることが効果的です。それに手足を使うなり、何かの作業や運動を行うことも脳を刺激することになります。ボケ防止には頭を使うよりも、身体を動かし運動をした方が良いという結果が出ているようです。

2 心を健康に保つ

高齢期と言う円熟した時期を充実したものにするには、

まず心身の健康が前提になります。家族や友人以外の付き合いはないよりあることにこしたことはありません。人や社会のかかわりの中で自分を変えていこうとする事が、知的活動につながります。出来るだけ地域社会に溶け込み、充実した人生を送りたいものです。



年金の話

久玉副理事長

年金の繰り下げ受給

老齢厚生年金は65歳以降、適用事業所で働き報酬を得ていると支給額調整の対象となります。65歳から70歳までは厚生年金の被保険者として保険料を納付しながら支給年金が調整されますが、70歳以降は厚生年金保険の被保険者ではなくなるものの、適用事業所で働いて報酬を得ていると引き続き調整の対象となります。

65歳以降の在職老齢年金は、基本月額(加給年金額を除いた老齢厚生年金の月額)と総報酬月額相当額(その月の標準報酬月額と直近1年間の標準賞与額合計を12で除した額の合計額)の合計額が47万円を超える場合は、その超えた金額の2分の1を支給停止額と決められています。そこで、ある程度の報酬があり、将来受け取る年金を増額したいのであれば繰り下げ支給したほうがよいかもしれません。繰り下げができるのは、他の年金の権利が発生

するまでの間です。例えば、65歳から66歳に達した日までの間に、遺族基礎年金、障害基礎年金、遺族厚生年金、障害厚生年金等の年金を受ける権利が発生した場合は、繰り下げを請求することはできません。また、66歳に達した日より後に他の年金を受ける権利ができた場合は、その年金を受ける権利ができた時点で増額率が固定されます。

繰り下げは、受給権発生後1カ月だけの繰り下げや2カ月の繰り下げはできません。最低12カ月以上の繰り下げから申出を行うことができます。繰り下げ支給増額率は65歳に達した月から繰り下げ申出月の前月までの月数×0.007になります。例えば68歳0カ月なら36カ月×0.007で増額率は25.2%になります。繰り下げ待機中に受給権者が本人が死亡した場合、遺族が代わりに繰り下げ請求を行うことはできず、遺族は、65歳の本来請求できる年金が決定された未支給年金を請求することになります。

高齢者と車社会

「自動運転車は安全か」

アメリカの電気自動車メーカー、テスラ・モーターズの自動車がドライバーと衝突事故を起こし、ドライバーが5月亡くなった。今回の事故は自動運転機能である「オートパイロット」作動中に発生したもので、自動運転中に発生した最初の死亡事故と言われている。◆日産自動車は国内メーカーとして初めて、自動運転技術を搭載した新型「セレナ」を8月下旬に発売する。やっちゃんえNissanをスローガンに自動運転技術への取り組みをアピールしてきた。ただ、CMで使ってきた「自動運転」という言葉の意味や、その技術がどんなものか、消費者の理解が進んでいるとは言いがたい。◆日産はCMに見られる積極的な姿勢とはうって変わって、実際の販売は慎重に進める考えだ。開発者が講師陣となり販売店の担当者、実車を用いて、雪道や霧、西日を受けた状態など、カメラの性能限界からプロパイロットが作動しない状況について詳細に説明しているという。◆自動運転車とは、まだそんなものか。高齢者が全てを安心して任せられる車は、今の私達の時代では間に合いそうもない。これからも目と頭、手足を鍛え続けることにしよう。