

## 公的年金制度について

### 日本の公的年金制度

日々のニュースや新聞等では、国民年金保険料の納付率低下や年金制度の改革が話題になっています。日本の公的年金制度は、国民の老齢・障害・死亡といった状況に応じて、相互扶助の考えのもと、生活の安定を講ずるためのものですが、皆様は年金制度について、実際にはどのように感じていらっしゃいますか？

「どうもわかりにくい」「知り合いには65歳前からもらっている人も」「どうせ保険料を納付しても年金はもらえないかもしれない」…等、いろいろなご意見をお持ちのことでしょう。

年金制度は、普段は縁遠いかもかもしれませんが、実は私達の生活と切り離せないものです。いざ年金を受給する時になって慌てたり不利益を被ったりしない為に、少しずつ知識をまとめておくことが大切です。

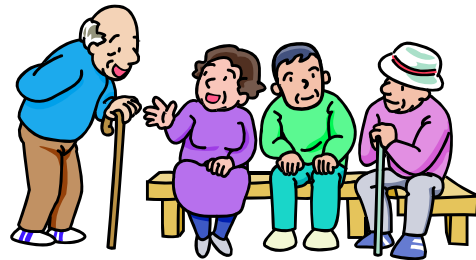
### 年金のしくみ

そこで、年金制度を知るために、まず年金のしくみと種類についてみてみましょう。



図のように国民年金は20歳以上60歳未満の全国民に共通する年金です。保険料は15,020円で(平成23年度)、国民年金から受けられる年金を「基礎年金」といい、加入期間によって支給される年金額が決まります。

厚生年金・共済年金は、就職した時から退職するまで(厚生年金は70歳未満)加入します。保険料は在職中の収入額によって決まり、「基礎年金」の上乗せ部分の年金として支給される際に、支払った保険料の多少が反映されるしくみです。



### 加入期間

加入期間不足で年金がもらえないという話を時々耳にしますが、年金を受給できるには、最低25年間(30ヶ月)加入している必要があります。

例えば、海外在住期間が長い方、転職が多い方やその被扶養配偶者で国民年金への加入や保険料免除の手続きを忘れていた方等は、あと少し加入期間が足りなくて、年金がもらえないということがあるのです。

この場合は、高齢任意加入制度(原則65歳まで)を利用し、昭和61年3月31日以前の任意加入しなかった期間を合算対象とすることで、解決できる場合があります。年金制度が大きく変わった昭和61年4月以降、全ての国民に一律の制度を適用するのは不合理であるとして、高齢者へは特にいろいろな措置がとられています。

現在は年金定期便として、毎年の誕生月に年金加入記録が送付されるので、「面倒臭い」と思わずに、空白期間がないか確認してみることをお勧めします。また、厚生年金等に加入した期間がある方は、標準報酬も記録されているため、事業所での届出状況も確認できます。

### 年金の増額方法

年金は死亡まで支給されるものですから、その額は少しでも多めに越したことはありません。前述の「高齢任意加入制度」は加入期間を満たしている方でも、最高の40年間に達するまで加入することができ、加入し続けた期間(=保険料を納めた額)に反映して、受け取る年金額を増やすことができます。

また、学生納付特例や、保険料免除を受けていた期間について追納することは、受給額のアップにつながります。ただし、注意すべき点もありますので、詳しくは当法人担当者までお問い合わせを頂きたいと思います。

(文責：行政書士・社会保険労務士 久保祐子)

## スポーツの秋

読書の秋、食欲の秋、スポーツの秋と楽しいことが盛りだくさんの秋。中でも、秋はスポーツを始めるにはよい季節です。適度な運動は、心と体をリラックスさせ、さらには疲労感を解消させる効果があります。

一般的に運動といえば激しい競技スポーツを想像する方も多いかもかもしれませんが、健康づくりの観点からの運動にはラジオ体操や散歩のような軽いものも含まれます。運動にはこれではなければならないという基準がないため、年齢や体力に合わせて選ぶ事が大切です。

例えば、普段から勉強やデスクワークをしている人はどうしても猫背になりがちです。通勤中に運動量を確保するために、背筋を伸ばし、できるだけ速いスピードで歩くことで、有酸素運動を十分に行うことができます。短い時間であっても何度も繰り返せば、健康に結びつく十分な運動量になります。

また、習慣的な運動は体が鍛えられたり体力が付いたりという身体的な改善だけではなく、脳に対する直接的な改善効果ももたらします。

年をとった、体が弱いといって運動をしないと、ますます体がなまってしまいます。健康のため運動は少しずつでも毎日、それが無理なときは少なくとも週1回くらいは続けるのが理想的です。

実際に運動をしてみると、ご飯が美味しく感じられたり、寝付きがよくなったりと効果が得られ、気分転換にも役立ち、集中力も養えます。

スポーツの秋、爽やかに澄んだ秋の空気の中、体を動かすのは爽快です！体を動かして日ごろの疲れを解消してみたいはいかがでしょうか。

(文責：関内事業部 小倉 光貴)



## ウーマノミクスとは・・・

ウーマノミクスとは、ウーマンとエコノミクスの合成語で、労働力としても消費や投資の担い手としても、女性がこれからの経済を牽引する(女性の経済進出)と言う考え方です。

かつては「女性は就職しても4~5年のうちに結婚退職する。」と考えられ、一流企業に就職しても男性の補佐の仕事をするのが当然でした。しかし結婚が退職の理由になることは以前より減少し、結婚・出産後も働き続けたいと思っている優秀な女性が以前より増加しています。団塊の世代の大量退職、少子高齢化の中、女性の労働力の活用は企業の必須課題なのではないでしょうか。

女性活用の成功例として、アルコールフリーのビール商品開発を女性が担当し300億円以上の市場開拓を成し遂げた例や、専業主婦だった女性がアルバイトとして駅弁販売員になり、主婦感覚とお客様の目線に立った接客術から仕入れのコツ、商品開発、現場改革まで実行し駅弁の売上を急上昇させ、今や異例の抜擢でJR東日本の子会社の営業所長にまでなっている例もあり、まさに女性活用が業績拡大へと繋がっています。

購買への女性の影響も確実に大きくなっています。自動車メーカーでは、女性向けの自動車が多く開発されています。温泉旅館でも、以前は女風呂がないがしろになっていました。しかし今では男風呂と同等、またはそれ以上になっています。企業にとって女性視点でのマーケティングが重要視されています。

とはいえ、まだまだ日本は、女性の管理職や社長が、他国と比べると少ないのが現状のようです。社会事情は変わりつつあります。女性が活躍するには、配偶者や家族の協力、意識改革も不可欠ですが、是非、企業が働く環境をもっと整えてウーマノミクスが本格的に定着することを願います。

(文責：小田原事業部 上田 操江)

