

年金ともま

出会いふれあい生き生きと心豊かな年金の友

NENKIN TOYAMA
2021.4
Vol.140

会長挨拶

・要請行動の実施	2	・富山県年金受給者協会（独自のサービス）	6
・年金メモ	3	・会員特典施設等の契約変更	7
・受給者大会出演者募集	3	・本部・支部だより	7
・2021年度行事予定	4	・暮らしの中の健康づくり③	7
・春のバスター延期	4	・事務局告知板	8
・新規会員募集中	4	・寿華プラン	8
・スポーツ大会参加者募集	5	・入浴券プレゼント	8



咲いた！並んだ！春が来た！(於：チューリップ四季彩館)／富山支部会員 堀 清保さん 提供

新会員
募集中！

年金受給者協会が大きくなれば、活動もさらに広がります

- 健康づくり、仲間づくりの輪を広げましょう
- 会員一人一人が、1年に新規会員を1人獲得しよう！



お友達などの紹介者には粗品を進呈しています。詳しくは協会事務局までご連絡ください。

ごあいさつ

会員の皆様には、日ごろから当協会の事業運営に格段のご協力を賜り厚く御礼申し上げます。正月明けには県内において35年ぶりとなる大雪に見舞われ、皆様には除雪作業に追われる日々を過ごされたことと思います。

たくさん降り積もった雪は、季節が進み暖かくなれば自然と融けてくれますが、残念ながら「コロナウイルス」は簡単には消滅してくれません。

昨年度においては「コロナウイルス」の感染拡大防止の観点から、様々な事業を中止せざるを得ず、7月以降に屋外で楽しめるスポーツ事業を中心に実施してまいりました。

皆様ご存じのとおり国の「緊急事態宣言」は、リバウンド(感染再拡大)の芽が摘み切れない中で、3月21日に全面解除となりました。

今後「自粛緩和」が進められていく一方、解除後においても①飲食対策②変異株対策③検査拡充④ワクチン接種推進⑤医療提供体制充実の総合対策が進められます。

今回ご案内します令和3年度の事業につきましては、段階的なワクチン接種が順調に進み、コロナ禍が早期に終息することを願いつつ、従来事業の実施を想定した内容とされていますが、その時々のコロナ感染状況を十分に見極めたうえで、延期・中止の判断となる場合も想定されることとは、言うまでもありません。

当協会においては、高齢化に伴う入院・施設入所や事業中止に伴う会員の脱会件数が大幅に増加し、会員減少に歯止めがかかる大変厳しい現況にありますので、会員の皆様には引き続き友人・知人に当協会事業をご紹介いただき、会員増に向け尽力を賜りますよう、改めてお願ひ申し上げます。

今後とも会員の皆様が親睦を深め、生き甲斐をもって生活できますよう各種事業を進めて参りますので、何卒ご理解とご協力をお願ひいたします。



富山県年金受給者協会
会長 石崎 直樹

厚生労働大臣及び関係国会議員へ陳情要請行動を実施 (令和3年度は署名活動も予定)

全年連では、年金受給者や各世代の国民が等しく明るい将来像を描けるような制度の実現を求め、毎年、要請行動を行っています。

「社会保障制度及び税制に関する要望書」については令和2年12月8日から11日の間に、衆参の国会議員会館にて関係国会議員並びに厚生労働省にて厚生労働副大臣、同事務次官、同年金局長等の厚生労働省幹部に陳情要請が行われました。

なお従来陳情先議員の選出元の県受給者協会役員も同席して実施されていましたが、今回は新型コロナウイルス感染拡大の状況に鑑み、地方からの東京参集を避け、全年連を中心とした少人数での対応となりました。(要請内容及び主な要請先是、下記のとおりです。)

なお当県協会においても、年始期間での地元選出国会議員への要請行動を計画していましたが、年明けの大雪及び新型コロナ感染の影響も踏まえ中止の判断とされました。

また令和2年度に予定されていた全国的な「署名活動」についても、コロナ禍の影響により延期されており、令和3年度での実施予定とされています。

全年連より具体的な指示があり次第お知らせしますので、ご協力をお願ひいたします。

★前回の署名集約数 富山県:1,898名

要 望 事 項

- 人生100年時代を見据え、年金・医療・介護全般にわたって、全ての世代が安心できる持続可能な社会保障制度の確立を図ること
- 年金財政の健全化と、将来にわたって信頼できる年金制度の確立を図ること
- 年金支給額を引き下げないこと
- 年金課税を軽減すること
- 医療保険の保険料等の負担増加を避けること
- 利用者負担増加につながる介護保険制度の改正を行わないこと

令和2年12月8日

一般社団法人全国年金受給者団体連合会 会長 村重嘉文

〔主な要請先〕 菅内閣総理大臣 麻生財務大臣 田村厚生労働大臣
山本厚生労働副大臣 三原厚生労働副大臣 二階自民党(衆)幹事長
下村自民党政務調査会会长 福岡自民党政務調査会厚生労働部会長

※陳情の概要については同封の「全年連だよりNO.70」をご覧ください。

年金メモ



令和3年度の年金額は0.1%のマイナス改定に!(6月支給分から)

厚生労働省は1月22日、令和3年度の年金額について、前年度から0.1%の引き下げになると公表しました。

受給者の年金額は、①物価変動率に応じて毎年度改定されるのが原則ですが、①物価変動率が②賃金変動率を上回る場合は、②賃金変動率で改定されるルールがあります。

令和3年度の年金額改定の指標となる①物価変動率は±0.0%、名目手取り②賃金変動率は▲0.1%となるため、②賃金変動率(▲0.1%)で改定されます。

★新たな年金額は、本年4・5月分の年金が支払われる6月から適用されます。

第52回年金受給者大会「演芸発表会」の出演者募集中!

- 年金受給者大会は例年10月中旬に開催されていますが、昨年はコロナ禍の影響により中止となりました。
- 今年度についてはワクチン接種が順調に推移すること、またコロナ感染状況が拡大していないことなどを前提に、10月22日(金)に富山県教育文化会館ホールで開催予定としています。
- 開催内容は、従来どおり第1部は式典並びに功労表彰、第2部は「演芸発表会」(参加型のアトラクション)(カラオケ・民謡・詩吟・ハーモニカ演奏等)を予定しています。
- カラオケ・民謡・踊り等のご趣味をお持ちの方、大きなステージで、ご自慢の芸を披露してみませんか、ご友人にも参加いただき、盛大なイベントを共に作り上げてみませんか。
- スポーツ事業(パークゴルフ・グラウンドゴルフ・ゲートボール・ペタンク等)と同様に、沢山の仲間が集い、参加し、応援し、楽しんでいただける事業にしたいものです。
- 大会実施の可否については8月に判断し、9月頃に改めて皆様にお知らせします。

★「演芸発表会」は1時間半程度のため、10組程度の出演者を募集します。(1組最大8分程度)

★参加資格は「受給者協会会員」とさせていただきます。

(出演料はお支払できません)

★「カラオケ」の機材等は準備できますが、踊り等の音源や伴奏者等その他は手配願います。

★ご希望の方は、官製はがきに必要事項を記入の上、8月31日(火)までに申込下さい。

★希望者多数の場合は、ご要望に添えない場合がありますので、ご容赦ください。

★ご不明な点があれば、当協会事務局(☎076-431-8011)へ問い合わせください。

官製はがき(表面)



〒930-0094
富山市安住町7-14
前田建設ビル3階
富山県年金受給者協会 あて

官製はがき(裏面)

- ①代表者(個人)の住所
- ②代表者(個人)の氏名
- ③会員番号
- ④電話番号(携帯も可)
- ⑤発表の演目
(カラオケ・民謡等)
- ⑥曲名等
(北国春・麦や節等)
- ⑦演目の時間(約5分等)



第51回大会の様子



2021年度行事予定

4月

- 会費納付書の発行
- 「年金とやま」140号の発行
- さくらウォーク2021

5月

- 理事会・評議員会
- 各種スポーツ大会

6月

- 各種スポーツ大会
- 地区委員研修会
(高岡・魚津・砺波支部)

7月

- 各種スポーツ大会
- 地区委員研修会(富山)

8月

- 各種スポーツ大会
- 

9月

- 「年金とやま」141号の発行
- 各種スポーツ大会

10月

- 第52回年金受給者大会
- とやま健康ウォーク2021
- 各種スポーツ大会

11月

- 日帰りバスツアー
- 会員企画旅行

12月

- 「年金とやま」142号の発行
- 会員手帳の発行

1月

- 地元国会議員への要請

2月

- 会員企画旅行
- 

3月

- 各支部理事会
- 会員企画旅行

残念ですが春のバスツアーは中止です!



○バスツアーについては毎年春(6月)・秋(11月)に開催し、県内各地の温泉施設に赴き、「名湯」と各地の「海の幸・山の幸」を味わい、歌に踊りにと、参加者の皆様にはご好評をいただいている事業です。

○今年度も、6月3日(木)・4日(金)に立山吉峰温泉「グリーンパーク吉峰」での開催に向け準備を進めていましたが、次の点を考慮し秋の開催に振り替えることとなりました。(3回目の振替となります)

①緊急事態宣言解除後も、「会食」は控えるようにとの要請があるため

②利用施設から、バス乗車人数への制限(定員の半数)についての要請があるため

③食事部屋・控室の利用人員の制限があるため(広い部屋が必要なため、2会場の分散も必要)

④コロナワクチン接種が未完了であること

○施設にも再度お願いし、11月4日(木)・5日(金)に開催すべく申込みをしてありますが、コロナ感染状況・ワクチンの接種状況を観点に、開催の可否を8月に再度判断し、9月頃に改めて皆様にお知らせします。

○年2回、恒例のバスツアーを毎回楽しみに参加いただいている会員の皆様には、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

新規会員募集キャンペーン中

期間中粗品進呈

当協会は新規会員募集キャンペーンを展開しています。キャンペーン中に新たに会員になられた方、又は配偶者が加入され夫婦会員になられた方に対し、粗品を進呈いたします。

また、会員をご紹介くださった方にも粗品を進呈いたしますので、会員の配偶者で未加入の方、ご兄弟・姉妹、お友達で未加入の方がございましたら、ぜひ加入のお勧めいただき、温泉旅行やスポーツをご一緒にしてはいかがでしょうか。

また、特約店割引、宿泊施設割引、各種コンサートチケットの割引に加え、がん保険等の保険料が団体割引きにより安く加入できるなど、様々なメリットがあります。

全年連と各県受給協会では、令和3年度も、「会員一人一人が1年に新規会員を一人獲得しよう!」をスローガンに掲げ、会員増強運動を展開することとしていますので、会員の皆様には、よろしくご協力をお願いいたします。

今治のハンドタオル1枚
+
もう1品進呈します





スポーツ大会 参加者募集



種 目 日 程 場 所 申込締切

県協会	ゴルフ大会	6月24日(木)	富山カントリークラブ	6月 9日(水)
	ペタンク大会	7月 15日(木)	富山県総合運動公園屋内グラウンド	6月 25日(金)
	グラウンドゴルフ大会	9月 6日(月)	富山県総合運動公園ファミリー広場 雨天時：屋内グラウンド	8月 20日(金)
	ゲートボール大会	9月 16日(木)	富山市山室2区公園ゲートボール場	——
	ゴルフ大会	10月 15日(金)	小杉カントリークラブ	9月 24日(金)
富山支部	グラウンドゴルフ大会	6月28日(月)	富山市城東公園ふれあい広場	6月 11日(金)
	パークゴルフ大会	7月28日(水)	富山市パークゴルフ場	7月 2日(金)
		10月 27日(水)	神通川緑地公園右岸パークゴルフ場	10月 1日(金)
	ゲートボール大会	8月 18日(水)	すばーく富山	地区担当者まで
	ペタンク大会	11月 15日(月)	富山県総合運動公園屋内グラウンド	10月 29日(金)
高岡支部	グラウンドゴルフ大会	7月 2日(金)	高岡スポーツコアグラウンド	6月 16日(水)
		10月 4日(月)	高岡スポーツコア芝生広場	9月 10日(金)
	ゲートボール大会	8月 20日(金)	高岡市福岡屋内多目的広場	地区担当者まで
	パークゴルフ大会	6月 22日(火)	氷見運動公園パークゴルフ場 ※砺波支部会員も参加可能	6月 4日(金)
魚津支部	ペタンク大会	6月 8日(火)	滑川市屋内運動場	5月 7日(金)
	ゲートボール大会	8月 19日(木)	滑川市ゲートボール場	地区担当者まで
	パークゴルフ大会	5月 19日(水)	滑川市東東福寺野自然公園 パークゴルフ場	5月 7日(金)
		7月 21日(水)	黒部川リバーサイドパークゴルフ場	7月 2日(金)
		9月 15日(水)	上市町丸山総合公園	8月 27日(金)
		10月 25日(月)	早月川パークゴルフ場	10月 1日(金)
砺波支部	グラウンドゴルフ大会	6月 10日(木)	砺波総合運動公園多目的競技場	5月 20日(木)
	パークゴルフ大会	8月 27日(金)	庄川清流パークゴルフ場 ※高岡支部会員も参加可能	8月 6日(金)
	ゲートボール大会	7月 16日(金)	砺波総合運動公園多目的競技場	地区担当者まで
	ペタンク大会	9月 14日(火)	砺波市中村グラウンド	8月 26日(木)

スポーツ大会申込書

郵送は 〒930-0094 富山市安住町7-14 前田建設ビル3階 富山県年金受給者協会まで
電話は 076(431)8011・FAXは 076(431)8037までお知らせください(*^_^*)

スポーツ大会の種目	氏 名	住 所	電話番号	生年月日

※本年度も各種スポーツ大会については、参加費を徴収させていただきます。(詳細は、別途「各大会要項」にてお知らせいたします。)
※新型コロナウイルスの感染状況によっては、大会の中止又は日程変更も想定されますが、その際はご了承願います。

「会員特典事業」「団体割引制度」等をご利用ください

◎会員の皆様には、様々な特典をご利用いただくとともに、是非とも友人・知人にご紹介いただければ幸いです。

富山県年金受給者協会 独自のサービス

全国受給者協会共通のサービス

①特約店割引(会員証を提示してください)

昭和3年創業せんべいの田中屋	問屋センター内、本店でせんべいお買い上げの際、商品代金の 8%を割引
株式会社オリバー	住宅リフォーム見積り金額の 5%割引
新富観光サービス(株)	基本旅行代金の 5%引 (トミーズツアー) 基本旅行代金の 3%引 (新富観光サービスの取扱うパッケージツアー)
株式会社北陸総合建設	住宅リフォーム見積り金額の 3%割引 (会員と会員の二親等以内の親族)
株式会社とやまサンホーム	リフォーム等(賃貸・売買・買取含む)の費用の 割引 (会員と会員の二親等以内の親族)
メガネのハラダ	メガネ→店頭表示価格の 10%引き 補聴器→店頭表示価格の 5%引き
(株)農協観光富山支店	基本旅行代金の 5%引き

②宿泊施設の割引(会員証を提示してください。GW、お盆、年末年始は除きます)

ひみのはな	宿泊料金より 600円引 (会員とその配偶者)※パック料金を除く
立山国際ホテル	宿泊料金より 1,000円引 (会員とその配偶者)※パック料金を除く
ホテル森の風立山	宿泊料金の 10%割引 (会員とその配偶者)
金太郎温泉	宿泊料金の 10%割引 (会員とその配偶者)
大牧温泉	宿泊料金の 10%割引 (会員とその同伴者1名)
氷見温泉くつろぎの宿うみあかり	宿泊料金の 10%割引 (会員とその配偶者)
桜ヶ池クアガーデン	宿泊料金の 10%割引 (会員とその同伴者3名まで)※直接申込みに限る
いこいの村能登半島(石川県)	宿泊料金の 10%割引 (会員とその同伴者3名まで)※パック料金を除く
宇奈月国際ホテル	宿泊料金の 10%割引 (会員とその同伴者3名まで)※他の優待割引との併用はできない



③日帰り入浴の割引(会員証を提示してください。GW、お盆、年末年始は除きます)

ひみのはな	6時間コース:900円→ 700円 、3時間コース:700円→ 500円
立山国際ホテル	日帰り入浴料金 100円引 (会員とその配偶者)
金太郎温泉カルナの館	1日コース:通常料金より 300円引 、3時間コース:通常料金より 200円引
桜ヶ池クアガーデン	日帰り入浴料金 100円引 、アクア・オアシスプール利用料金 300円引
小川温泉元湯ホテルおがわ	日帰り入浴料金 50%引
辻わくわくランド	入場料金 500円→ 390円 (会員とその配偶者)

①保険の団体割引(※下記保険は会員およびその配偶者および同居の親族が加入できます)

こうねん総合保険(ケガと病気)・まごころ保険(ケガ)・あんど保険(病気)

②保険の団体割引(満85歳まで契約可能)

アフラック	がん保険 団体割引で割安の掛金となっています 医療保険 ケガも病気も補償
-------	---

③3つのあんしん「やすらぎ」(株)全国儀式サービスと提携)

もしものときの葬儀支援サービス	会員とその家族のもしものときに24時間体制で対応。葬儀に必要な基本セットが24万円(税別)でご利用になれます。(オーラス(株)が担当しています。)
レジャー＆トラベル	全国5,000の提携ホテル・旅館での宿泊が割引料金でご利用いただけます。
ライフサポート	専門家が「健康・介護・相続」等について24時間・365日無休で相談を受け付けています。

④JR運賃の割引サービス

条件を満たした場合、普通運賃の**2割引**のサービスが利用できます。

⑤湯快リゾート(株)の宿泊割引サービス

全国28カ所の温泉宿泊施設において宿泊料金を**500円引**。

その他のサービスはこちらからご覧いただけます

ホームページ 全年連



令和3年4月現在(サービス内容については変更になる場合がありますのであらかじめご了承ください。)

「会員特典の宿泊施設」の契約変更等について

- 〔全年連〕で作成されている「平成29年度版サービスガイド」の宿泊施設において、下記施設が契約終了となりました、また、新たな施設との新規契約が締結されされましたのでお知らせします。

契約終了

- ①「小川温泉元湯ホテルおがわ」【富山県】……… P10
⇒※日帰り入浴割引は継続(P6参照ください)
- ②「ニューウェルシティ出雲」【島根県】……… P21
- ③「伊勢屋旅館」【長崎県】……… P23
- ④「野母崎炭酸温泉 Alega軍艦島」【長崎県】… P23
- ⑤「雲仙 富貴屋」【長崎県】……… P23



新規契約

- ①「雲仙 湯本ホテル」【長崎県】
☎0957(73)3255
★**基本宿泊料:20%割引**
- ②「九十九島シーサイドホテル＆スパ花みずき」【長崎県】
☎0956(28)5151
★**基本宿泊料:20%割引**

- 日通旅行(株)の3/31営業終了に伴い、会員手帳P6に記載の「日通旅行の割引サービス」は契約終了となりました。

本部・支部だより

県協会	理事会・評議員会	5月 18日(火)	富山県民会館
富山支部	地区委員研修会	7月 1日(木)	富山県民会館
高岡支部	地区委員研修会	7月 5日(月)	高岡文化ホール
魚津支部	地区委員研修会	6月 16日(水)	新川文化ホール
砺波支部	地区委員研修会	6月 30日(水)	砺波まなび交流館

- 地区委員研修会の「講師」「演題」は、各支部とも現時点では決定していません。
- 新型コロナウイルスの感染状況によっては、左記研修会等の中止や日程変更も想定されます。
- 開催する場合のみ、各役員様あて別途文書にてお知らせいたします。
(中止案内はしませんので、ご留意ください)

暮らしの中の健康づくり 3

株式会社
ライフフィット代表
健康運動指導士
和田 千恵子
疲労回復ジム
OASIS(オアシス)営業中



春に向けセーフティウォーキングめざしましょう！

究極の運動は、ウォーキングです。

いつでも、どこでも、誰とができる運動といえばウォーキング。
ただ、歩くことによって強い衝撃や関節を不自然にひねらないことが大切です。ひざ痛や腰痛、外反母趾など気になる痛みがある方は特に正しいポイントを知って、楽しく歩きましょう。

ポイント

- ①無理のない歩幅で歩く。
 - ②くるぶしの延長線に骨盤、頭が来る。
 - ③つま先と膝の進行方向を合わせる。
- ※会話を楽しみながら歩くことで脳の機能も活性化します。



4月18日(日)、4月29日(休祝) 10:00～12:00

歩き方を含めた『足元セミナー』を実施します。

場 所 疲労回復ジムOASIS(砺波市高波848)

問い合わせ 0763-55-6227

※無断転用を禁止します

●事務局告知板●

「令和3年度会費」の納入をお願いします!!

- 令和3年度分会費の「振込依頼書」を同封しますので、富山第一銀行・富山銀行などの指定金融機関で4月末までに納入いただきますよう、宜しくお願い申し上げます。
- なお、既に「口座引落制度」をご利用の会員様には「振込依頼書」は同封せず、4月28日にご指定の貯金口座から年会費を引落しさせていただきますので、貯金残高のご確認をお願いいたします。
- また今年度より、①北陸銀行に加え、②高岡信用金庫についても、現金窓口納付の取扱いが廃止されていますのでご注意願います。**【★令和4年4月以降は農協(JA)での現金窓口納付も廃止されます】**
- これまで高岡信用金庫をご利用の会員様には、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。
- 「こうねん総合保険」「がん保険」等の保険にご加入の方は、当協会費が納入されない場合、保険等の団体割引の適用が受けられなくなりますので、ご留意願います。
- 「郵便貯金口座」「農協貯金口座」をお持ちの会員様は、納め忘れ防止や会費持参の手間が不要となりますので、是非とも「今年度会費分」からの「口座引落」の手続きをお願いいたします。

郵便局での手続き

- 持参するもの**
- ①貯金通帳
 - ②通帳の届出印
 - ③運転免許証又は健康保険証
- 提出するもの**
- ・「自動払込利用申込書」
 - ★様式は郵便局にあります
- 提出先**
- ・最寄りの郵便局

※新たに手続きされた方の初回引落しは5月末又は6月末となります

農協本・支店での手続き

- 持参するもの**
- ①貯金通帳
 - ②通帳の届出印
 - ③運転免許証又は健康保険証
- 提出するもの**
- ・「貯金口座振替依頼書」
 - ★様式は農協にあります
- 提出先**
- ・貯金口座をお持ちの農協本・支店

※新たに手続きされた方の初回引落しは5月末又は6月末となります

60歳以上限定
平日限定宿泊プラン

1泊2食 9,200円

(ご利用時間)
午後4時から翌日午前9時30分まで

ことぶき はな
寿華プラン

1泊3食 10,750円

(ご利用時間)
①午後4時から翌日午後3時まで
②午前10時30分から翌日午前9時30分まで

※土・日・祝前日・特別期(4/28~5/5、7/25~8/20、12/27~1/4)を除きます。

※4/1~7/24、9/1~9/30、12/1~12/27、1/5~3/24の(月)~(火)は、2名様より承ります。

モーニングコーヒーや、かぶす汁を
サービスしております



(旧 国民年金健康保養センターひみ)

〒935-0411 富山県氷見市姿400

TEL 0766-79-1324

FAX 0766-79-1325

ひみのはな

検索

ご入浴ご優待券 プレゼント!

それぞれ切り取って
ご使用ください!

会員サービスの一つとして ●九殿浜温泉ひみのはな ●立山国際ホテルの協賛で、ご入浴優待券をご用意しました。
ご活用ください。(ご利用はGW・お盆期間を除きます)※1枚1回のご利用です。※有効期限は2021年9月30日迄となっております。

現在、コロナウイルス感染症
拡大防止のため「日帰り入浴」
の運用を一部休止しています
再開後にご利用ください

※宿泊利用は予約受付中

立山山麓
あわの
ホタル
木の風立山
HOTEL MORI NO KAZE TATEYAMA
富山県富山市原3-6 ☎0120-111-680
URL <http://www.morinokaze-tateyama.com/>

ご入浴ご優待券

日帰り入浴

6時間コース お1人様

通常900円を **500円**

ご利用時間 10:00～16:30

本券で2名様までご利用 有効期限2021.9.30

※この券をフロントにお渡しください



富山県氷見市姿400 TEL (0766) 79-1324
URL <http://www.himinohana.jp/>

ご入浴ご優待券

ナトリウム炭酸水素塩泉

天然温泉 美人の湯

日帰りご入浴 お1人様 **520円**

ご利用時間 11:00～16:00

本券で2名様までご利用 有効期限2021.9.30

※この券をフロントにお渡しください

※4月～9月は不定休 (要事前確認)

立山山麓温泉

立山国際ホテル

TATEYAMA KOKUSAI HOTEL

富山県富山市原45 TEL (076) 481-1111

URL <http://www.tatekoku.com>