



生涯サポートコスモ

Vol.27

 令和7年
(2025.6)

就任のご挨拶

代表理事・会長

 かどわき ともえ
門脇 智恵

皆様におかれましては、益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。また、平素は私ども一般社団法人年金トータルサポート・コスモ（以下「社団コスモ」）の活動に格別のご支援、ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

この度、令和7(2025)年5月30日開催の定時社員総会において飛田隆志前代表理事・会長の名誉会長就任に伴い、社団コスモの代表理事・会長に就任いたしました。

私どもの前身は、平成21(2009)年9月に社会保険労務士有志でスタートした障害年金に関する自主研究会です。この研究会を母体に、障がいをお持ちの方々により幅広く、継続した支援を行うことを目的に、平成24(2012)年10月、一般社団法人年金トータルサポート・コスモを設立いたしました。

自主研究会の頃から定期的に行っている無料相談会は、練馬区の「障害者地域生活支援センターきらら・ういんぐ」において、それぞれ隔月で開催している相談会が本年3月末に通算171回となり、また「練馬区立勤労福祉会館」における毎月開催の相談会が同通算102回に、当社団主催の「区民・産業プラザ(ココネリ)」における毎月開催の相談会が同通算136回とそれぞれ回を重ねることができました。

当社団は、公的機関、医療機関およびソーシャルワーカーの方など障がい者を支援する方々をつなぐことで、主に精神に障がいをお持ちの方やそのご家族の暮らしをより質の高いものにするためのお手伝いをしたいという設立時の理念を大切に、今後も活動をしていきたいと考えております。具体的には、障害年金をはじめとする年金相談会のさらなる充実、また法人後見の受任体制を整備するなど、皆様のニーズやご期待にお応えできるようさらなる事業活動の高度化を図りたいと考えております。

現在はコロナ禍を乗り越え、当社団の活動も通常に戻りつつあります。本格的な少子高齢社会を迎えるなかで、年金や成年後見などの活動が、社会的にもさらにおおきな意味を持つようになるとの思いを強くしております。

社団の会員・賛助会員および関係する皆様、関係団体の皆様のお力添えをいただきながら、引き続き着実に活動を進めてまいりたいと考えております。今後ともどうぞ宜しくご指導、ご協力のほどお願い申し上げます。



代表理事・会長 門脇 智恵

 編集
発行

一般社団法人
年金トータルサポート・コスモ
〒176-0025
東京都練馬区中村南1丁目22番8-605号 恒陽鷺宮マンション
TEL:03-3998-9006 FAX:03-3998-9006


 HP: <https://www.ntscosmo.com/> E-mail: jimu-kyoku@ntscosmo.com

障害年金講座 ～受給のための3つのポイント～ （於：きらら）

社団コスモでは、地域の皆様への障害年金知識の普及活動として毎年、障害年金に関する講演会を開催しています。この講演会は社会福祉法人練馬区社会福祉協議会、豊玉障害者地域生活支援センターきらら、NPO 法人練馬精神保健福祉会との共催で行われております。本年は、令和 7(2025)年 1 月 19 日に第 13 回目となる年金講座を開催し、18 名の方々に参加いただきました。

第1部 「障害年金の基礎知識」

会員 ^{やまぐち ひろみ} 山口 裕美

わたくしは、第1部の講師として『「障害年金の基礎知識」受給のための3つのポイント（障害年金受給3要件）』というテーマでお話をさせていただきました。

ご本人、ご家族を中心に障害年金への理解を深めていただくことで受給申請のお役に立つことを願い講演会に臨みました。

講演会終了後には、同じ会場でミニ相談会を開催しました。こちらは個別相談とし、当事者としての実際の事案についてのご相談を承りました。短い時間ではありましたが、多くの方々の熱心なご相談に対応させていただきました。

今回の年金講座のような普及活動を定期的に行うことで、障害年金を必要とされている方がひとりでも多く受給できるよう、私どもコスモがお手伝いできることを今後も継続していきたいと思っております。



講演する山口会員

第2部 「Q&A」

会員 ^{おぐら けんじ} 小倉 健二

第2部は、参加申し込みされた方から事前にいただいた質問に、Q&A 形式で回答する形で進めさせていただきました。その後、会場からさらに追加のご質問をいただきましたが、参加された皆様の積極的な姿勢がとても印象に残りました。今回の経験を通じて、障がいの状態にあるご本人やご家族にとって、障害年金の請求への準備を進めることや手続きをすることが、いかにハードルが高いものであるかを理解することができました。終了後に参加者の皆様からいただいたアンケートを見ますと、診断書の作成依頼に向けた準備などの話が参考になったようです。今回の講座を通じて、障害年金を請求したい気持ちはあるが不明な点や具体的に知りたいことがたくさんおありなのだと感じました。



講演する小倉会員

これらのことから、障害年金を請求したいと思いながらも手続きの方法や請求にむけ何を準備すればよいのかわからないという方は、まだまだたくさんいらっしゃるのだろうと感じました。

患者会や自助グループおよび家族会など、さまざまなご病気をお持ちの方や障がいの状態にある方など、少人数での集まりでも構いませんので、ぜひ私ども社団コスモに、障害年金勉強会の講師としてお手伝いをさせていただければと思います。障害年金の請求に向け、少しでもお役立てればと強く実感させられた講座でした。《講師のお申し込みは HP の問い合わせメールからお願いいたします》

障害年金勉強会 ～実りある支援のために～ （於：ういんぐ）

さらににおける講演会と同様に、障がいをお持ちの方々への支援者を対象に、毎年障害年金勉強会を開催しています。この勉強会は、社会福祉法人練馬区社会福祉協議会、石神井障害者地域生活支援センター ういんぐとの共催で、支援者の方々のより実りのある支援につながることを目的としております。本年は、令和 7(2025)年 2 月 21 日に開催し、当日は医療関係に従事されているソーシャルワーカーの方々を中心に 20 名を超える方々に参加いただきました。

第 1 部 「障害年金の基礎知識」

会員 ^{かべや} 壁谷 ^{まさひろ} 政宏

私は、第一部『「障害年金の基礎知識」受給のための 3 つのポイント（障害年金受給 3 要件）』を担当し、障害年金の基礎知識を再確認していただくのと同時に、実際の申請手続きにおける留意点を中心に説明させていただきました。

終了後のアンケートはおおむね好評で、また個別に支援者からご相談を受け、実際に障害年金の申請に携わっているなかで、どのような問題に直面されているのかを知ることができました。今回の経験を、次回の勉強会にいかすことができると考えています。今回の勉強会開催にあたり会場の提供にとどまらず様々な準備をしていただきました石神井障害者地域生活支援センター ういんぐ関係者の皆様に、この場をお借りして改めてお礼を申し上げます。社団コスモといたしましては、このような勉強会を定期的を開催することで、地域の支援者の皆さまのお役にたてるよう今後も励んで参りたいと思っております。



講演する壁谷会員

第 2 部 「Q&A」

会員 ^{はやし} 林 ^{よしえ} 良江

第一部を壁谷社会保険労務士がわかりやすく講義した後、第二部を務めさせていただきました。今回は医療関係に従事されているソーシャルワーカーの方々に多く参加いただき、またディスカッション形式を取り入れることで、日々の業務が実際にどのように行われているのか、そして障がいを抱える方への具体的な支援内容やその中で感じておられる課題についてもお聞きすることができ、とても参考になりました。



講演する林会員

今回の勉強会には、20 名を超える支援者の方々に参加いただきましたが、障がいをお持ちの方がどのようなことに困っておられるのか、障害年金が日常生活の安心のためにいかに大きな役割を果たしているのかを強く感じることができました。

支援者の方々が障がいをお持ちの方に、より実りのある支援をしていただくために、私どもコスモがさらにお役にたてるよう引き続き励んでまいります。また今回の勉強会を通じて、多くの方々との出会いに感謝を申し上げます。



新役員の紹介①

理事 つのやま しろう
角山 史朗

社団コスモに入会し最も印象深かったのは、二人の会員の方と共同で行った初めての障害年金の申請です。統合失調症の方で、3名で何度かヒヤリングを行い、精神の障害年金の申請をし、無事2級の障害年金受給に結びつけることができました。この経験は私にとって、非常に印象深く、また大きなものでした。

このような経験ができたのは社団コスモの良いところで、通常では経験できないことを実際に経験できるのといつでもベテラン会員の方に気軽に質問することができ、その都度教えてもらえるのも大きな魅力と感じています。これからも社団コスモを通じて自分自身も成長し、一日も早く教える立場に立てるように頑張りたいと思います。今後ともよろしくお願いいたします。



新役員の紹介②

理事 かみや なおみ
神谷 直美

私は、損害保険会社や社労士事務所での勤務を経て、平成15(2003)年に開業しました。開業当初より市役所での障害年金の相談業務に長く携わり、その後は企業の顧問業務にも取り組んできました。そんな中であるご相談をきっかけに、改めて障害年金に向き合いたいと強く思うようになり、令和3(2021)年に社団コスモに入会いたしました。

入会後は研修会や相談会に積極的に参加し、先輩方からたくさんの学びを得ています。近年は、ガンなどで長期療養されている方が障害年金を受給しながら職場復帰を目指すというご相談が増えており、社労士として支援することの重要性を日々実感しております。今後も社団コスモでの活動を通じ、少しでもお力になれたらという気持ちで活動してまいりたいと思っております。

無 料 相 談 会 の ご 案 内 (予 約 制)

1. 開催場所・開催日

開催場所		開催日（原則）	申し込み方法
きらら	豊玉すこやかセンター6階 （練馬駅中央口 徒歩5分）	偶数月 第1日曜午後	申込書によりFAXまたは、 コスモHPの問い合わせフォーム https://ntscosmo.com/ からお申込みください
ういんぐ	石神井保健相談所内 （石神井公園駅南口 徒歩8分）	奇数月 第1日曜午後	
ココネリ	区民・産業プラザ （練馬駅北口直結）	毎月 第3土曜午後	
勤労福祉会館	練馬区立勤労福祉会館1階 （大泉学園駅南口 徒歩3分）	毎月 第2土曜午後	直接電話で申し込みください ☎03-3923-5511

2. 今後の開催予定

◆ きらら・ういんぐ

2025年 7月 6日（日） ういんぐ
8月 3日（日） きらら
9月 7日（日） ういんぐ
10月 5日（日） きらら

◆ ココネリ

2025年 7月 26日（土）
8月 23日（土）
9月 20日（土）
10月 25日（土）

◆ 勤労福祉会館

2025年 7月 12日（土）
8月 9日（土）
9月 13日（土）
10月 11日（土）

ご相談は、経験豊富な社会保険労務士が2人1組でお話を伺います。社会保険労務士は、国家資格を持つ者として個人情報の秘密保持が法律で義務付けられていますので安心してご相談ください。