



# 生涯サポートコスモ

Vol.15

令和元年  
(2019.9)

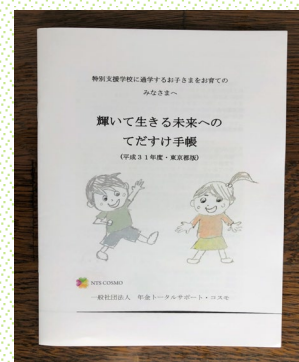
## 出版案内：「輝いて生きる未来へのてだすけ手帳」発行のご案内

この度、コスモ監修の小冊子が次のとおり発行されました。

この小冊子は、編著者である設樂徹が、東京都内の特別支援学校において「20歳前傷病による障害年金について」のセミナーで講演した際、学校関係者や参加された保護者の方から当日のポイントをまとめた冊子のご要望をいただき、今回の発行になったものです。

20歳前傷病による障害年金の手続きを行う際に、実際の受給に結びつけるためのポイントをおさえた内容になっております。

- 書名：「輝いて生きる未来へのてだすけ手帳」
- 監修：（一社）年金トータルサポート・コスモ
- 編著者：出版部主幹事 設樂 徹（年金トータルサポート・コスモ会長）
- 発行：平成31年（2019年）4月
- 版型：A5版 23ページ
- 頒価：300円（税別）



輝いて生きる未来へのてだすけ手帳

- 主な内容：特別支援学校に通学するお子さんをお持ちの方向けに、将来の安心した生活につながる障害基礎年金について整理しました。具体的には、年金制度の概要、受給のための要件や請求手続きにおけるポイント、相談窓口などを、Q&Aを交えながらわかりやすく解説しています。

また、将来の年金受給手続きの際に活用いただくために、お子さんの誕生の時から年金受給が開始される20歳になるまでの記録欄を用意しました。

- 特別支援学校や関係される各方面において、ぜひ副読本としてご活用ください。

本書および障害年金に関するセミナーについてのお問い合わせは、E-mail: [jimu-kyoku@ntscosmo.com](mailto:jimu-kyoku@ntscosmo.com) までお願いいたします

### 誌名：「生涯サポートコスモ」について

活動のスタートであった障がい者の方をサポートさせていただきたいという思いに、高齢・遺族年金、ライフプラン、就労支援など生涯にわたるサポートを目指す意味を重ねております。

- 困ったときのご相談は、NTS コスモにお任せください！

- ①障害年金をはじめとした高齢・遺族を含む年金全般に関するご相談
- ②成年後見 ③ライフプラン ④就労支援およびカウンセリング
- ⑤メンタルヘルス体制の構築

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 恒陽鷲宮マンション  
TEL: 03-3998-9006 FAX: 03-3998-9006

HP: <http://ntscosmo.com/> E-mail: [jimu-kyoku@ntscosmo.com](mailto:jimu-kyoku@ntscosmo.com)

## 座談会「年金相談会 100 回をふりかえる」

コスモの活動の柱である「年金相談会」は、平成 23 年 1 月に第 1 回を開催し、本年 4 月で、きらら・ういんぐの相談会が通算 100 回を数えるに至りました。また開催場所も、きらら・ういんぐ以外にも練馬区内 2 カ所で毎月定期的で開催しております。今回 100 回という節目を迎えるにあたり、これまでのあゆみをふりかえり、今後の展望につなげたいと考え座談会を行うこととしました。

〔座談会出席者：石渡 攻、門脇 智恵、後藤 勝、篠原 忠、飛田 隆志、萩原 一郎、松尾 英典〕

萩原) 相談会をスタートさせて、100 回という節目を迎えた訳ですが、速かったかというのが実感です。現在では練馬区の障害者地域包括支援センターきらら、ういんぐと区民・産業プラザ（ココネリ）、そして勤労福祉会館の 4 カ所で定期的で開催できるようになりました。この辺りから振り返っていただきましょうか。

篠原) 最初のころは、会場が毎回違っていたこともあり、相談に来ていただく方にご不便をおかけしたと思います。それが平成 24 年 4 月からきらら・ういんぐを会場に使わせていただけるようになり、相談を希望されている方や支援に携わっている方々にコスモが定例で相談会をやっているということが定着していったことが非常に良かったと思います。

松尾) きららを利用させていただくようになったのは、練馬区精神障がい者家族会さんの働きかけもあったと思います。家族会さんとは勉強会を通じて、それ以前に関係がスタートしていました。相談先が欲しいという希望をもっておられ、そのあたりのニーズとのマッチングがあってきらら・ういんぐの年間スケジュールにうまく入れていただけた部分もあると思います。練馬のきららと石神井公園のういんぐとで交互に開催できるようになったのは、非常にありがたかったですね。



年金相談会参加者

篠原) その後に、障がい者に対する生活全般にわたった支援としてライフプラン、成年後見など幅広い相談の場があると良いということで、平成 25 年 12 月から練馬産業連合会館を会場に二つ目の定例相談会を開催することになりました。

最寄りが桜台駅でそこから少し歩くのですが、真冬に雪の中を歩いたことは今でもよく覚えています。会館を建替えることになり会場をどうしようかという時に、ココネリのオープンと重なり、交通の便も良いということで変更しましたが、相談者の方にとっても非常によかったと思います。

門脇) 最も新しい相談会として、平成 28 年 4 月から毎月 1 回開催するようになった勤労福祉会館があります。ここでは通路のところのスペースを会場にしていますが、その奥にスポーツクラブがある関係で、利用する方に年金相談をやっているんだということが定着してきました。何か疑問があると相談を申し込むという流れができていて、成年後見や遺族年金、身体障がい者の方の障害年金など相談内容が非常に多岐にわたっているというのが特徴になっています。

萩原) 相談員としての立場からみるとどのようなことがありましたか？

石渡) 私が相談会に参加するようになったのは、社労士の資格を取って間もない時期だったので相談を受けることにドキドキしていました。最初のころは不安でいろいろな資料を持ってきてしまい、とにかくカバンが重かったのを覚えています。それでも経験豊富なベテランの方々がおられたので、何かあっても安心でした。そうこうするうちに自分自身も慣れてきて、気がつくとき重いかばんは不要になっていました。社労士のように少しでも障害年金のことを学んできた者と一般の相談者との間には、非常に大きな知識のギャップがあると実感しています。私どもがかかわることで障害年金の受給につながり、安心して生活を送れるようになったと言われたことがありましたが社労士冥利につきますね。

後藤) 私が参加したときは、すでに相談会の体制が整っていました。自主研究会で勉強をしていたときに

社団コスモへの入会を勧められ、学んだことの実践の場を持たたことは非常にありがたかった。それと諸先輩方が真剣に相談者の方の話を聴いているということも印象に残っています。そんな姿を見ていましたので、相談者の方がどういう状況にあるのか、どんなお気持ちで来られているのかを常に考えるようになりましたね。

そんな中で納付要件がはっきりしないケースがあり、まず納付要件をお調べして、その後書類を調べて実際の受給につながりましたが、これは非常に喜んでいただいた。

篠原) 相談会をスタートさせた時は、慣れていないので皆コチコチになってしまい困りました。コスモ自主研究会や年金ゼミナールで学んだことを相談会という実践の場で活用してもらう、活かした知識にできるという場ができたのはとても大きかったと思います。

また、最新の情報に絶えず注意しているということも重要です。障害年金に関連する通達は毎年少しずつ変わっていることが良くありますが、改正内容を実際の相談の現場を使って提供できたのも有益だったと思います。

無料

東京都社会保険労務士会練馬支部有志による

**精神に障がいを持つ方の  
無料年金相談会のお知らせ**



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守秘義務が法律で義務付けられています。

平成 23 年 2 月 28 日 (月) 13:30~16:30

貫井地区区民館 2階 会議室 5

練馬区貫井1-9-1 中村地区民センター内  
(中村橋駅徒歩5分)



ご参加は、費用のドA文印刷にてお願いいたします。

主催：東京都社会保険労務士会練馬支部有志の公  
年金トータルサポート・コスモ

代表：社会保険労務士 桑原 源生  
事務局長：社会保険労務士 萩原 一郎

連絡先：〒176-0002 練馬区大里町6-8-10-201  
オフィス通 (あひ)

FAX: 03-5936-5935

当日午前11のご相談もお受けいたします。

H23.2(2011)第2回相談会案内  
相談会場は貫井地区区民館

飛田) 今お話のあった自主研究会の会員の方が社団に入会し、実際の相談の経験を積んでもらうということとは別に、コスモが毎年開催している年金ゼミナールの基本コース、プロコースも役に立っていますね。勉強の場と実践の場、そしてベテランの方が傍におられるという良い流れができていますように思います。

萩原) 相談会の運営を実質的に支えていた事務局の立場としては、いかがでしょうか？

門脇) 相談予約の方との対応が大変という部分はありました。申し込んできた方と連絡がつかないとか送られてきたFAXが真っ白というようなこともありました。また、相談会での具体的な内容は非常に高度な個人情報であるということを肝に銘じ、個人情報の保護には何より気を配ってきました。

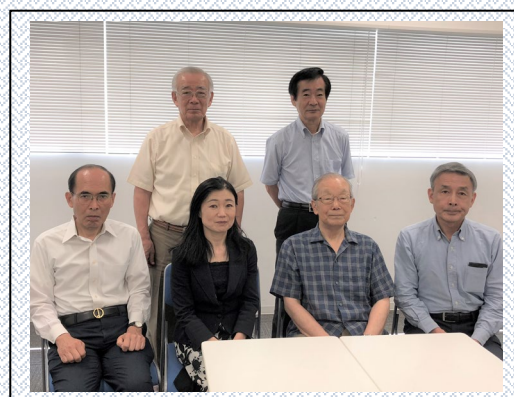
萩原) 今後の相談会のあり方としては、どのようにお考えでしょうか？

篠原) これからは、障害年金の受給面でのサポートだけでなく、年金を受給されている方の更新時のサポートができればと考えています。3級で受給できていた方が更新の際に級落ちになり、受給できなくなるというようなケースが良く見られます。受給した人を継続的にサポートしていけたらというのが相談会における今後の課題と考えています。

門脇) 勤労福祉会館の相談会では、成年後見や遺産相続に関する相談も時々あります。コスモが取り組んでいる法人後見は、障害年金を受給されている方にとって将来必ず役にたつものと思っておりますので、時間をかけて育てていきたいと思っています。

松尾) 以前参加していた障がい者フェスティバルで、コスモに興味をもってくださった方がおられました。相談会の案内を毎月送付するようにしたところ後日、相談者のご紹介をいただいたことがありました。施設や病院で同じようなニーズをお持ちのところは、まだまだ他にも存在していると思います。将来的にもっと多方面に拡げていけたらと思っています。

飛田) 自主研究会から私どもに入会してくる方が多いので、より一層の連携が必要と感じています。また成年後見を含めて幅広い相談に対応できる会員をいかに育成し、増やしていくかも重要な課題と思っています。



後列左から松尾、石渡  
前列左から後藤、門脇、篠原、飛田の各氏

萩原) そろそろお時間がきたようです。本日はありがとうございました。

「活動の記録」：（令和元年5月～8月）

- ① 無料年金相談会
  - 第101回：令和元年 5月12日（日）きらら
  - 第102回： 6月 2日（日）ういんぐ
  - 第103回： 7月 7日（日）きらら
  - 第104回： 8月 4日（日）ういんぐ
- ② 年金相談会（障害/遺族/高齢、成年後見）:Coconeri
  - 第66回：令和元年 5月18日（土）
  - 第67回： 6月15日（土）
  - 第68回： 7月20日（土）
  - 第69回： 8月17日（土）
- ③ 年金無料相談会：勤労福祉会館
  - 第38回：令和元年 5月11日（土）
  - 第39回： 6月 8日（土）
  - 第40回： 7月13日（土）
  - 第41回： 8月10日（土）
- ④ 第7回定時社員総会：令和元年5月27日（月）

「活動の予定」：（令和元年9月～12月）

- ① 無料年金相談会
  - 第105回：令和元年 9月 8日（日）きらら
  - 第106回： 10月 6日（日）ういんぐ
  - 第107回： 11月10日（日）きらら
  - 第108回： 12月 1日（日）ういんぐ
- ② 年金相談会（障害/遺族/高齢、成年後見）:Coconeri
  - 第70回：令和元年 9月21日（土）
  - 第71回： 10月20日（日）
  - 第72回： 11月17日（日）
  - 第73回： 12月21日（土）
- ③ 年金無料相談会：勤労福祉会館
  - 第42回：令和元年 9月14日（土）
  - 第43回： 10月12日（土）
  - 第44回： 11月 9日（土）
  - 第45回： 12月14日（土）
- ④ 年金ゼミナール基本コース（全4回）  
令和元年11月23日（土・祝）、24日（日）、  
12月21日（土）、22日（日）



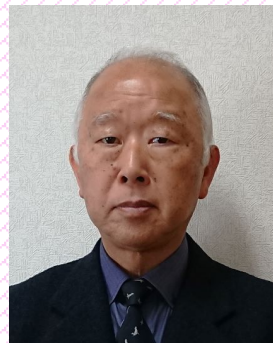
会員紹介 21

理事  
鈴木 まゆみ

一般社団法人コスモの前身である自主研究会から携わって、はや10年。今では約60名ほどの志を同じくする仲間も増え、コスモの活動の場も広がりつつあることをとてもうれしく思います。柱である障害年金の相談業務はもちろん、成年後見部会も立ち上がり、助けを必要とされる皆様のお手伝いをさせていただくことに会員一同、誇りと責任をもって取り組んでおります。

年金は、複雑で難しいと言われておりますが、仕組みや内容を知ることは、どなたにとっても非常に重要で大切なことだと思います。私自身、まだまだ日々勉強の身、諸先輩方にご指導いただき、お役に立てるよう研鑽を積んでいきたいと思っております。

経験豊富で、それぞれの分野に通じた会員が大勢おります。年金に関することはもちろん、それ以外でも成年後見やライフプランなどぜひお気軽にお問い合わせ下さい。



会員紹介 22

会員  
田中 修

公務員生活の一時期ケースワーカーを経験し、退職後は障がい者施設で相談支援専門員等、主に精神障がい者の方々と接してきました。この間社会保険労務士資格を取得、本年4月に開業しました。これまでの経験を活かし、障害年金をライフワークの一端と考えていますが、コスモへの入会はまさに得難い奇縁となりました。

「障がい年金無料相談会」に参加させていただいて感じることは、相談に来られる方は支援者あるいは家族に促され、さらには思い悩んだ末に来所される方もおられるということです。何より不安を抱えてお出でになっているのではないのでしょうか。そうであるならば相談の場面では、個人情報に十分に配慮しつつも、相談者の方ができるだけリラックスして相談できる場づくりが重要であると感じています。今後も相談者の方々に寄り添い利用しやすい環境づくり、障害年金制度の普及充実に努めていきたいと思っております。