



Kenpo News

Vol. 23



特集  当健保組合の財政状況について

 脳が目覚めるパズル

2024. 10

ご家族でご覧ください

当健保組合の財政状況について

令和5年度の年間医療費(本人負担分含む)は約75億円(うち生活習慣病関連の疾病は約35億円)と年々増加しており、特定健康診査や特定保健指導等の保健事業を通じた加入者の健康保持・増進は、健保財政の安定化からも大きな課題となっています。

現状

当健保組合では加入者の健康保持・増進、疾病予防等を目指し、特定健康診査や特定保健指導の実施、オプション検査や人間ドック等受診者への補助、健康セミナーや職場における歯科健診の実施などの取組を進めてきたところです。令和元年には事業主である日本年金機構(以下「機構」という。)と覚書を締結し、特定保健指導や重症化予防等のコラボヘルス事業を進めてきましたが、実施率は依然として目標値に届いていない状況が続いています。

また、平均標準報酬月額等の減少により保険料収入は伸び悩んでいる一方で、医療費の増大により支出金額は増加の一途をたどっており、非常に厳しい財政状況が続いていることから、来年度は、保険料率の引き上げが避けられない状況となっています。

課題

当健保組合の支出金額のうち、55%を保険給付費(医療費や病気・出産時の給付等)、37%を納付金(高齢者の医療を支えるために国に支払うお金)が占めています。

特定保健指導や特定健康診査を適切に実施することは、皆さまの健康保持につながるだけでなく、医療費や高齢者拠出金等負担の減少にもつながるものであり、より多くの組合員の方に特定保健指導等の必要性を理解してもらい、実施率を向上させることが喫緊の課題です。

特に、「重症化予防」の勧奨通知対象者については、生活習慣病のリスクが高いにもかかわらず受診率が20.2%(令和5年度実績)となっており、生活習慣病の発症や重症化を防ぐためにも確実に受診いただくことが大切です。

参考

納付金については、特定保健指導等の実施率向上や1人当たり保険給付費(医療費等)の抑制が健保組合の負担軽減(=支出金額の減少)につながる仕組みになっています。

- ◎「後期高齢者支援金」→ 特定健診・特定保健指導実施率等により加算・減算される仕組みとなっています。
- ◎「前期高齢者納付金」→ 前期高齢者(65歳～74歳)の1人当たり保険給付費が計算の基礎となっています。

健保組合の財政状況

- ① 収入は、平均標準報酬月額減により保険料収入は伸び悩み。
- ② 一方、支出は医療費の伸びが大きく、大幅に増加。
- ③ また、前期高齢者納付金、後期高齢者支援金等の納付金は増加傾向となっている。
- ④ 令和元年度から赤字傾向。現行保険料率98%では積立金が枯渇し、安定した財政運営を維持できない状況。

5年間の経常収支の推移

(単位：千円)

		令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	
経常収入	健康保険料収入	10,413,770	10,782,248	10,847,108	10,502,832	10,701,476	①
	その他	20,383	192,968	181,227	182,322	177,833	
	合計	10,434,153	10,975,216	11,028,335	10,685,154	10,879,309	
経常支出	保険給付費	5,843,273	5,779,457	6,094,617	6,270,957	6,694,298	②
	納付金等	4,254,197	4,253,920	4,635,378	4,530,762	4,489,030	③
	保健事業費	664,355	635,146	665,591	634,391	646,323	
	その他	177,747	192,201	193,867	217,161	195,390	
	合計	10,939,572	10,860,724	11,589,453	11,653,271	12,025,041	
経常収支差引額		-505,419	114,492	-561,118	-968,117	-1,145,732	
積立金等	法定準備金(保有率)	2,748,775	2,748,775	2,748,775	2,748,775	2,748,775	
		211.60%	202.80%	200.64%	195.93%	188.73%	
	別途積立金	2,546,849	2,729,410	2,381,717	1,582,858	1,064,408	④

【参考】基礎係数

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	
被保険者数(人)	22,480	23,351	23,600	23,442	23,849	
保険料率	98%	98%	98%	98%	98%	
平均標準報酬月額(円)	318,119	312,060	309,699	306,981	300,653	①
1人当たり平均賞与額(円)	1,013,468	1,063,244	1,065,298	985,507	1,073,198	
1人当たり保険給付費(円)	259,646	247,240	257,993	267,273	280,477	②
1人当たり納付金等(円)	189,244	182,173	196,414	193,275	188,227	③
1人当たり保健事業費(円)	29,553	27,200	28,203	27,062	27,101	

※経常収入:調整保険料、繰入金、繰越金、財政調整事業交付金等を除く収入。経常支出:営繕費、財政調整事業拠出金、調整保険料還付金等を除く支出。

加入者の皆さまへのお願い

- ◎「自覚症状がないから大丈夫」、「自分は若いから大丈夫」、「多少メタボでも特に問題はない」等、ご自身の健康には気を使わない方は多いのではないのでしょうか？
 - ◎食事内容や運動、睡眠等、生活習慣を見直すことで、10年、20年先の病気へのリスクを低減できます。
- ↓
- ◎健保組合は、皆さまの健康保持・増進に寄与するため、さまざまな保健事業を実施しています。
 - ※ 生活習慣病健診、人間ドック補助 ▶ 1人20,000円以下
 - オプション検査補助 ▶ 乳がん検査(1人約7,000円)、その他(1人5,000円以下)
 - 特定保健指導 ▶ 動機付け支援(1人約25,000円)、積極的支援(1人約40,000円)
 - インフルエンザ予防接種補助 ▶ 1人3,000円
 - その他、健康づくり支援への参加等で1人1,000Pepポイントなど
 - ◎この保健事業は、皆さまの健康のためだけでなく、当然、医療費の低減、保険料率にも関係します。
 - ◎ご自身を含めご家族が健康で過ごせるよう、ひとりひとりが健康管理への意識を持って、健康診断や特定保健指導、重症化予防事業には積極的に取組んでいただくようお願いします。

年に1回は健診を受けましょう!

当健保組合では、健診の案内を30歳以上の被扶養者(任継含む)の方へお送りしています。健診を受診することにより、現在の健康状態が把握でき、生活習慣病などの病気を未然に防ぐこともできます。

無料で受診できる健診もありますので、ぜひ受診をお願いします。

▶ 被扶養者の健診受診状況

被保険者は巡回健診を基本としており職場で受診できるため、高い受診率となっていますが、被扶養者は低い状況が続いており、2018年度から健診案内を自宅に発送するなど、受診率向上に向けた取組を行ってきました。

その結果、健診受診率は年々向上しており、2023年度では「2人に1人が受診」しています。

※右上グラフ参照

市区町村やパート先などの健康診断を受診される(された)方

市区町村やパート勤務先等の健診を受診される方は、健診結果を当健保組合へお送りください。

<対象者> 次の1、2、3すべてに該当する方

1. 40歳以上の被扶養者、任意継続被保険者
2. 2024年度における健康保険組合の健康診断等を受診せず、特定健康診査に相当する健康診断(例:パート勤務先の事業主健診など)を受けている方
3. 健康診断の受診日が2024年4月～2025年3月であること

<送付物> 1. 2024年4月～2025年3月に受診された健康診断結果(写し)

2. 質問票(当健保組合ホームページよりダウンロードできます)

※返信用封筒を『健診案内(青色の封筒)』に同封していますので、ご利用ください。

※ご不明な点は、当健保組合(☎03-5216-3222)までご連絡ください。



かかりつけ医などへ定期的に通院されている方

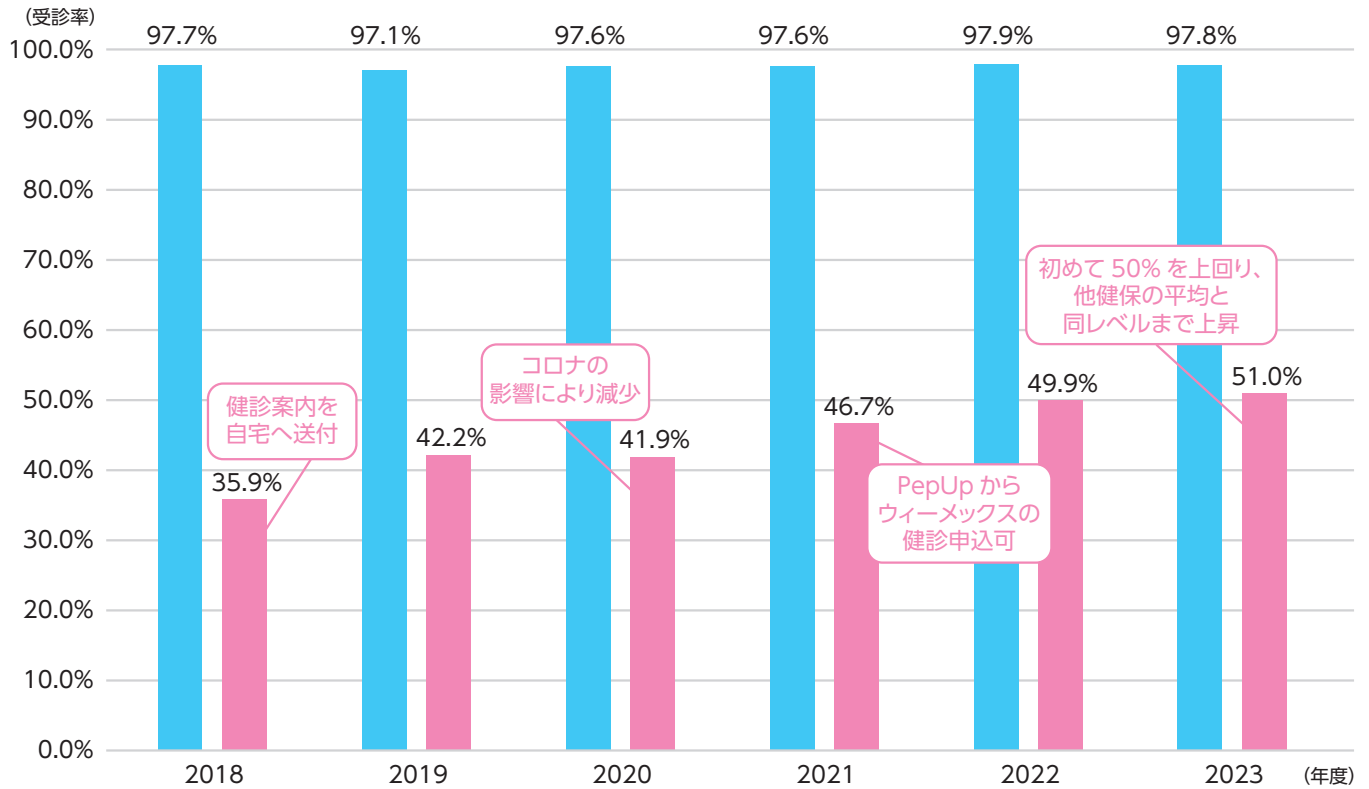
通院されている方も、健診の受診をお願いします。

健診案内(青色封筒)に同封している「特定健診受診券(セット券)」により無料で受診できる場合がありますので、かかりつけ医等へ利用可否を事前にご確認の上、受診をお願いします。



特定健診受診率

■ 被保険者 ■ 被扶養者(任継含む)



これから健診を申込・受診される方

※ 30歳以上の被扶養者および任意継続被保険者が対象です

申込先	健診名 (コース)	健診補助額 (上限)	オプション検査補助額 (上限)	申込期限
ウィーメックス (問い合わせ) ☎ 0120-507-066  申込可!	基本健診A + 心電図 おすすめ!	30歳以上 無料! 全額補助	5,000円 ※年齢により補助対象となる項目が異なります。	2025/1/31
	巡回レディース			2024/12/31
	人間ドック (注1)	(40歳以上) 20,000円 (39~30歳) 15,000円 (30歳未満) 10,000円 かりつけ医での受診も可能(注2)	—	2025/1/31
集合契約健診機関 <特定健診受診券(セット券)をご利用ください>	特定健診	(40歳以上) 無料! 全額補助	5,000円 ※同上	2025/3/中旬 (注3)

注1 当健保組合の直接契約健診機関にて人間ドックを受診する場合は、ウィーメックスへの申込みはしないでください。ウィーメックス経由で申込みされた場合は、直接契約料金で受診できないことがあります。

注2 かりつけ医で受診する場合は、事前に「特定健診受診券(セット券)」の利用可否をご確認ください。

注3 健診実施機関により申込期限が異なります。健診実施機関へ直接ご確認ください。当健保組合のホームページより受診できる健診機関が検索可能です。

生活習慣を改善しましょう！

当健保組合では、健診結果を基に、生活習慣の改善が必要な方に特定保健指導を案内しています。生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、専門スタッフ(保健師、管理栄養士など)が生活習慣を見直すサポートを行います。

▶ 特定保健指導の実施状況

被保険者は、コラボヘルスの締結以降、実施率は上昇傾向にあります。50%前後の実施率となっています。

被扶養者についても、3社からの選択方式導入や、健診当日の初回面談実施などの利用しやすい環境整備に努めていますが、実施率は低迷しています。

※右上グラフ参照

特定保健指導は…

専門家に「生活習慣・体調など日頃気になっていること」を相談できるチャンスです。受けて終了した方は、受けていない方より改善効果が大きいことが分かっています。

積極的に活用しましょう！

被保険者(職員)の方

- 初回面談は、委託業者の専門職が拠点を訪問し、拠点内の会議室で実施します。

※就労時間の扱いとなります。

※拠点内での実施が難しい場合は、自宅等でICT面談(WEBやZOOM等)での実施も可能です。

被扶養者の方(任継含む)

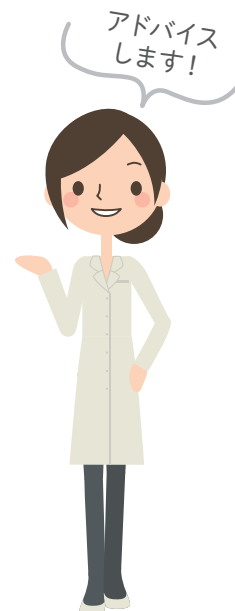
- 初回面談を健診当日に実施できる健診機関の場合は、当日にご利用ください。

健診当日に実施できない場合は、後日ご案内をお送りしますので、ICT面談等をご利用ください。

初回面談を実施した後は

- 初回面談で目標を決めた後は、目標達成に向けた取組の実践期間となります。実践期間の中では、状況の聴き取りや、実施状況に応じた専門家からのアドバイスを受けることができます。

最後まで続けて、目標を達成しましょう！

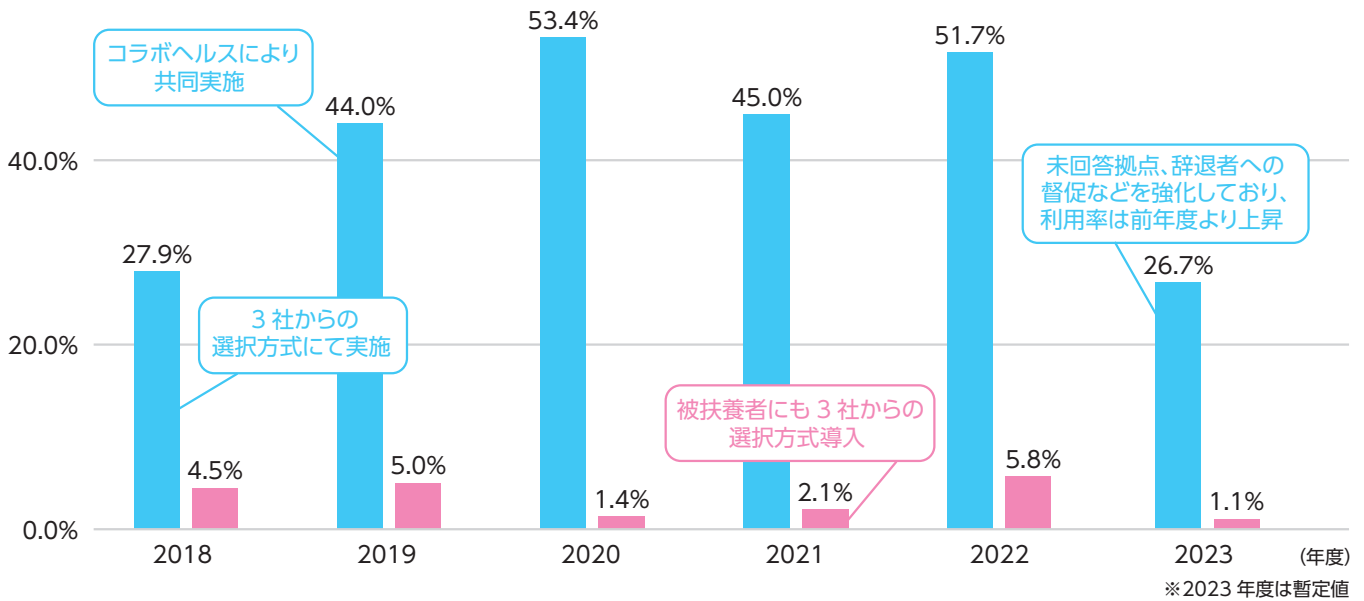


特定保健指導実施状況

■ 被保険者 ■ 被扶養者(任継含む)

(受診率)

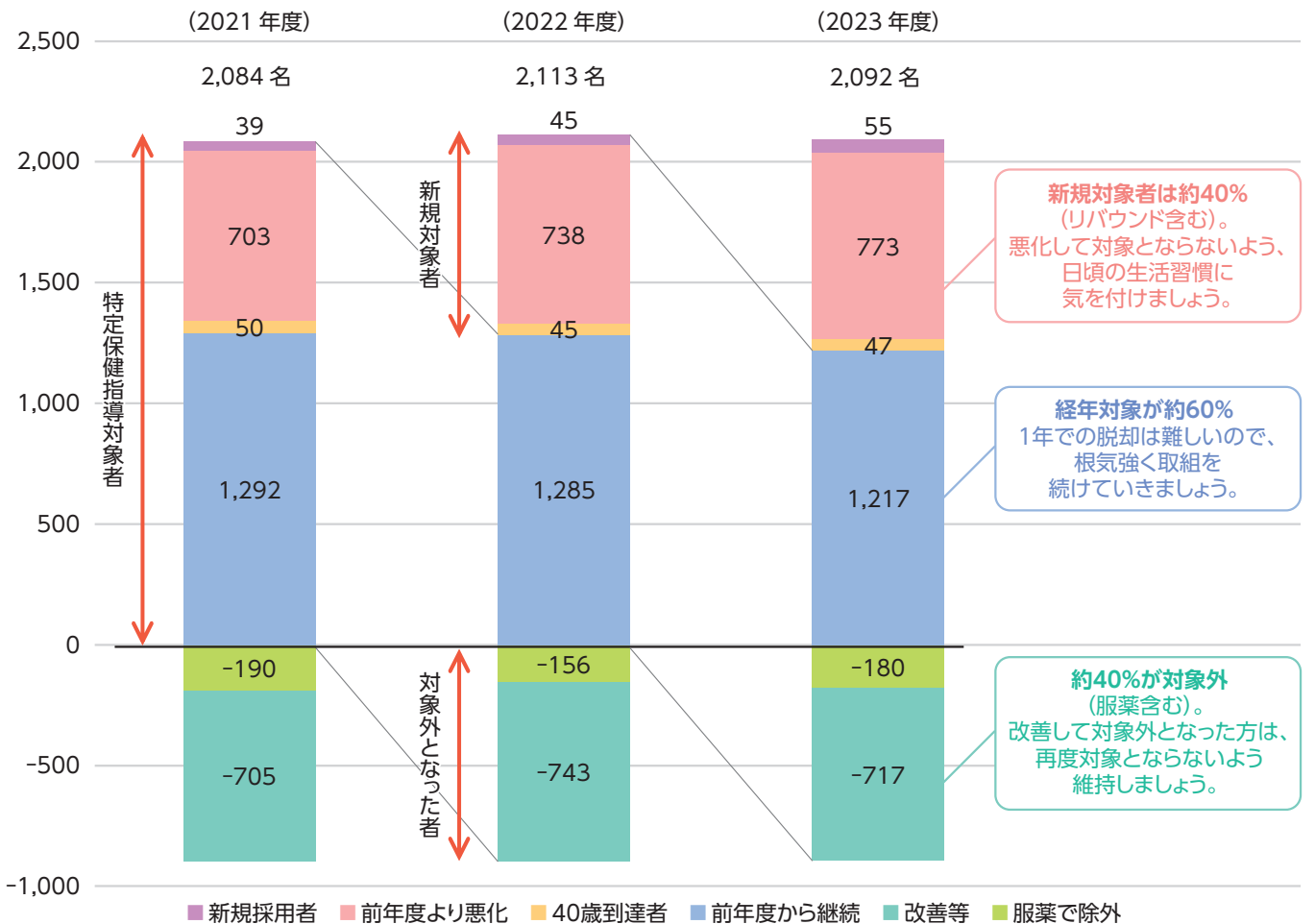
60.0%



▶ 対象者の変化 (2021～2023年度)

対象者は、直近の3年度では2,100名程度で推移しており、そのうち、40%程度は改善等により翌年非該当になっていますが、60%程度は経年で対象者となっています。

なお、特定保健指導の対象者割合は減少傾向にあります(2018年度14.4%→2023年度11.8%)。



2024年度
下期

保健事業のご案内

皆さまの健康に資する事業を実施していきますので、
ぜひ有効にご活用ください！

健保組合ホームページは
こちらから



一部のページについては、
パスワード(Bienvenue10)
が必要です

健保組合重点事業
事業主との
コラボヘルス事業



特定保健指導

■2023年度のプログラムを実施中の方は、最後まで継続実施をお願いします。

■2024年度健康診断結果を入手次第、対象となった方へ順次ご案内を発送します。

補助額：被保険者…全額補助
被扶養者…全額補助

※オンラインでの
実施も可能です。



●生活習慣病など基礎疾患のある方は、**新型コロナウイルスに感染した場合、重症化するリスクが高い**とされています。

●対象となった方はぜひ受診いただき、**リスクを軽減**しましょう。

2023年度実績
接種者▶16,606名

インフルエンザ予防接種補助

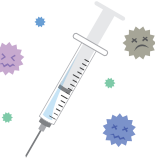
補助額：上限3,000円（加入者1名当たり1回のみ）
※2回接種した場合でも1回分の補助となります。

対象期間：2024年10月1日～
2025年1月31日までの接種

申請期間：2024年11月1日～
2025年2月28日必着

申請方法：ホームページおよび機構LANの案内にて
ご確認ください。

※契約している医療機関で接種した場合は、すでに補助額が適用されていますので、償還払いの申請は不要です。



2023年度実績
受診者▶15,258名



歯科健診



■出張歯科健診（対象者：被保険者である職員）

委託業者が拠点を訪問し、拠点内の会議室等にブースを設置して歯科健診を実施します。
被保険者の方は、こちらをご利用ください。

■無料歯科健診（対象者：当健保組合加入者）

歯科健診センターの提携歯科医院（全国約1,700カ所）にて、歯科健診が無料で受診できます。当健保組合HPより申込の上受診してください。

※申込はWEBのみとなります。

お電話での申込はできませんので、ご注意ください。



POINT

以下の事業は、日本年金機構共済会との共同実施事業として実施しています。

- 健康づくり支援事業
- 育児情報誌の配布
- お昼の歯みがきキャンペーン
- 家庭用常備薬等斡旋
- 東京ディズニーリゾート利用補助
- ベネフィット・ステーション

詳細については、共済会の案内にてご確認ください。



PepUpを登録して活用しよう!

～健診受診やイベント参加でポイントが貯まります～

※PepUpの対象者は被保険者、30歳以上の被扶養者となります。



ポイントはAmazonギフト・PayPayなどへ交換可能です!



健診イベント	イベント名称	時期	一般被保険者	被扶養者 ※任意継続被保険者の方を含む
①	健診結果改善チャレンジ 最大 1,330P	通年	<ul style="list-style-type: none"> 健康年齢 実年齢よりマイナス-0.1歳ごとに10P ※最大1,000P (経年でマイナスの場合+100P) BMI 正常値30P (経年で正常の場合+100P) 正常範囲外→正常に改善100P 血圧 収縮期正常値50P 拡張期正常値50P 	
②	PepUp経由で ウィーメックスの健診申込+受診	6月～	—	1,000P
③	健診結果提出 ※特定健診項目を含むパート先等の健診結果を提出された方	通年	—	1,000P

注) ②、③のポイント付与はどちらか1回のみとなります。

例1

基本健診を受診、健康年齢-5歳、BMI・血圧正常値

⇒ 1,000P(申込・受診) + 500P(健康年齢) + 30P(BMI) + 100P(血圧) =

1,630P
獲得!

例2

人間ドックを受診、健康年齢-7歳、BMI・血圧正常値

⇒ 700P(健康年齢) + 30P(BMI) + 100P(血圧) =

830P
獲得!

期間限定イベント	イベント名称	時期	一般被保険者	被扶養者 ※任意継続被保険者の方を含む
①	全拠点对抗ウォーキングラリー	10月	<ul style="list-style-type: none"> エントリー 200P 個人目標達成 500P チーム目標達成 300P チーム順位50位以内 500～100P 	<ul style="list-style-type: none"> エントリー 200P 個人目標達成 500P
②	健康クイズ	2月	<ul style="list-style-type: none"> 1カテゴリ正解 50P ※全6カテゴリ正解で最大 300P 全カテゴリ正解 200P 	
③	健康づくり支援事業	年2回	1,000P	—

注) 付与対象イベント、ポイントは変更となることがあります。



令和6年10月からの 医薬品の自己負担の 新たな仕組み



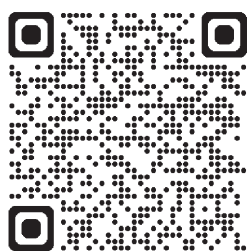
- 後発医薬品（ジェネリック医薬品）があるお薬で、先発医薬品の処方を希望される場合は、特別の料金をお支払いいただきます。
- この機会に、後発医薬品の積極的な利用をお願いいたします。



- 後発医薬品は、先発医薬品と有効成分が同じで、同じように使っていただけるお薬です。
- 先発医薬品と後発医薬品の薬価の差額の4分の1相当を、特別の料金として、医療保険の患者負担と合わせてお支払いいただきます。
- 先発医薬品を処方・調剤する医療上の必要があると認められる場合等は、特別の料金は要りません。

新たな仕組みについて

特別の料金の対象となる
医薬品の一覧などはこちらへ



後発医薬品について

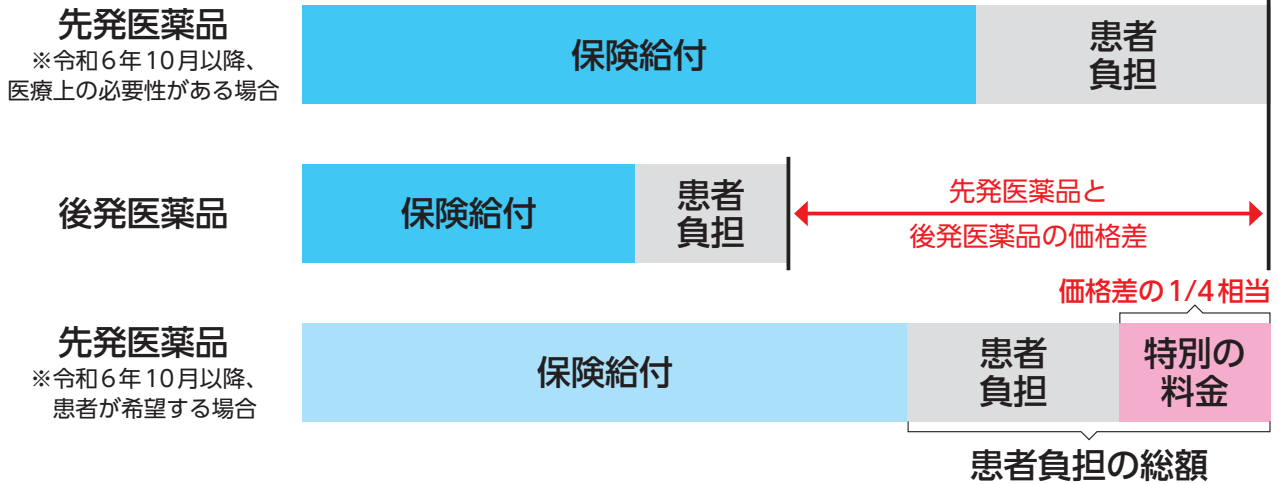
後発医薬品（ジェネリック医薬品）に
関する基本的なこと



※二次元バーコードから厚生労働省HPの関連ページにアクセスできます。

特別の料金の計算方法

先発医薬品と後発医薬品の価格差の4分の1相当を特別の料金としてお支払いいただきます。例えば、先発医薬品の価格が1錠100円、後発医薬品の価格が1錠60円の場合、差額40円の4分の1である10円を、通常の1～3割の患者負担とは別にお支払いいただきます。



※「特別の料金」は課税対象であるため、消費税分を加えてお支払いいただきます。
※端数処理の関係などで特別の料金が4分の1ちょうどにならない場合もあります。詳しくは厚生労働省HPをご覧ください。
※後発医薬品がいくつか存在する場合は、薬価が一番高い後発医薬品との価格差で計算します。
※薬剤料以外の費用（診療・調剤の費用）はこれまでと変わりません。

Q&A

Q1 すべての先発医薬品が「特別の料金」を支払う対象となりますか。

A いわゆる長期収載品（ちょうきしゅうさいひん）と呼ばれる、同じ成分の後発医薬品がある先発医薬品が対象となります。

Q2 なぜ「特別の料金」を支払わなくてはいけないのですか。

A 皆さまの保険料や税金で賄われる医療保険の負担を公平にし、将来にわたり国民皆保険を守っていくため、国は、価格の安い後発医薬品への置き換えを進めています。そのため、医療上の必要性がある場合等を除き、より価格の高い一部の先発医薬品を希望される場合には、「特別の料金」として、ご負担をお願いすることとなりました。これにより、医療機関・薬局の収入が増えるわけではなく、保険給付が減少することにより医療保険財政が改善されますので、ご理解とご協力をお願いします。

Q3 どのような場合に「特別の料金」を支払うこととなりますか。

A 例えば、“使用感”や“味”など、お薬の有効性に関係のない理由で先発医薬品を希望する場合に「特別の料金」をご負担いただきます。過去に当該後発医薬品において副作用が出たことがある場合等は、医師、歯科医師、薬剤師等にご相談ください。

Q4 流通の問題などにより、医療機関や薬局に後発医薬品の在庫がない場合には「特別の料金」が発生しますか。

A 流通の問題などにより、医療機関や薬局に後発医薬品の在庫がない場合には、「特別の料金」を支払う必要はありません。

被扶養者資格の 再確認(検認)のお知らせ

健康保険では、法律等で定められている条件を満たすご家族を「被扶養者」として認定しています。被扶養者は保険料を負担することなく給付を受けられますが、その給付は被保険者および事業主に納めていただいている保険料収入によって賄われています。被扶養者資格の再確認は、皆さまからお預かりしている大切な保険料で健全な財政運営をするため、すでに認定されている方が現在も条件を満たしているかを確認するための調査です。

なお、この調査は健康保険法施行規則第50条および厚生労働省からの指導に基づき毎年行っており、今回対象となっている方は、**この調査で認定条件を満たしていると確認できた方だけが被扶養者としての資格を継続できます**ので、ご注意ください。調査概要は次の通りです。

調書は
対象被扶養者がいる
一般被保険者の方に、
勤務先を經由して
11月中旬ごろまでに
配布します！

1 | 調査対象者

令和6年11月時点の当健保組合の被扶養者。ただし次に掲げる方を除きます。

- 1 日本年金機構が扶養手当を支給している配偶者および子
- 2 令和6年4月1日時点において18歳未満(平成18年4月2日以降に誕生)の子
- 3 令和6年4月1日以降に認定を受けた被扶養者

※今年度も昨年度と同様扶養手当を支給している方も一部対象となります。

2 | 事前に準備が必要な証明書類(調査まで、必要書類の保管をお願いします)

パート、アルバイト等の収入がある方の場合 → 直近3ヵ月の給与明細の写し

被保険者と調査対象者が別居・別世帯の場合 → 直近3ヵ月の仕送りの証明*

*仕送りの証明とは、銀行振込や現金書留の控えにより、「被保険者から、対象被扶養者へ、いつ、いくら」の仕送りが確認できる書類です。

ただし、日本年金機構が単身赴任手当を支給している場合は、仕送りの証明は不要です。

※被扶養者の状況によって、他にも提出していただく書類があります。詳しくは調査のときにお知らせします。

3 | 提出期限・提出先

12月9日(月) 予定 日本年金機構本部労務管理部給与グループ

※詳細は今後出される事務連絡をご確認ください。

配布される「健康保険被扶養者確認調書」に必要事項をご記入の上、
証明書類を添付してご提出ください。



特別な事情なく期限までに書類の提出がなかった場合、
被扶養者の資格を失うこととなります。

作業要領や検認に係るFAQは、労務管理部からの事務連絡に掲載する予定です。

令和5年度 決算

1. 一般勘定

単位:千円

収入

1 収入(保険料収入)	10,842,481
2 国からの補助 (国庫補助金等)	56,580
3 預貯金からの繰入金等	1,001,059
4 事業主健診の事業主負担分	166,021
5 高額な医療費など 健保組合間の援助 (財政調整事業交付金)	204,247
6 雑収入・その他	9,096
合計	12,279,484

仕送り内訳

前期高齢者納付金(65~74歳)	2,113,467
後期高齢者支援金(75歳~)	2,375,526
退職者給付拠出金	34
その他納付金	3
合計	4,489,030

支出

1 医療費や病気・出産時の 見舞金(保険給付費)	6,694,298
2 高齢者への仕送り(納付金)	4,489,030
3 健診代等(保健事業費)	646,323
4 高額な医療費への備え (財政調整事業拠出金)	140,507
5 経費(事務費)	184,125
6 連合会費・雑支出・その他	11,301
合計	12,165,584

○ 収支差 ○ **113,900**

基礎係数

被保険者数	23,849人
被扶養者数	10,968人
平均標準報酬月額	300,653円
総標準賞与額	25,595百万円

一般勘定の状況

収入は、前年度に比べ、被保険者数の増加から保険料収入で2.0億円の増、高額な医療費の増加から財政調整事業交付金が0.6億円増、収入不足を補うため預貯金から10億円を繰り入れました。一方、支出面では、保険給付費が前年度と比べ4.2億円の増加(1人当たりの保険給付費が13,186円増加)、高齢者への仕送り(納付金)は前年度と同様、高止まりとなっており、総収支差は1.1億円と黒字予算となっていますが、経常収支差引額(補助金等を除いた収支差)は11.5億円の赤字となりました。

2. 介護勘定

単位:千円

収入

1 介護保険収入	1,525,318
2 繰越金	195,314
3 雑収入	1
合計	1,720,633

支出

1 介護納付金	1,465,958
2 還付金	284
合計	1,466,242

○ 収支差 ○ **254,391**

基礎係数

被保険者数	17,176人
平均標準報酬月額	319,342円
総標準賞与額	20,010百万円

介護勘定の状況

収入は前年度と比べ保険料収入で0.4億円の増収となり、支出は納付金で0.5億円減少しました。また、差引額の2.5億円については、翌年度へ繰り越すことといたしました。

令和5年度収支決算については、第41回組合会(令和6年7月22日)において承認されました。預貯金等の繰入により組合運営は黒字となりましたが、医療費の増加が引き続き見込まれることや、保険料収入の増加が見込めないなど、非常に厳しい状況となっています。当健康保険組合では、加入者の健康の保持・増進を目的として保健事業をさらに展開してまいります。皆さまもご自身の健康への関心を高め、心と身体健康づくりを進めていただきますようお願いいたします。

にっぽん旅

ウォーキング

岩手県盛岡市

みちのくの山々に抱かれる ノスタルジックな秋色の街

四方を山に囲まれる盛岡市は、町中から雄大な山並みを見渡せる城下町。西洋と東洋の建築が混在する独自の景観と自然とが調和し、モダンな建物、伝統的な建築、古い城跡など魅力的なスポットにあふれる。秋には紅葉があやなす景色が建築美と相まって情緒豊かな空気感が漂う。

盛岡市と三陸を結ぶローカル線、山田線の「山岸駅」を降り、盛岡市民の癒やしのスポット「盛岡市中央公民館庭園」へと足を運ぶ。大きな池を中心に園路が巡らされた池泉回遊式庭園で、旧南部伯爵家の別邸として広く知られている。風が吹くと折り紙のような色とりどりの葉が散り、キラキラと揺れる。無料開放というのもありがたい。足取り軽く、散策を満喫しよう。

続いて中津川に沿って南に歩き「岩手銀行赤レンガ館」へ。緑のドーム屋根、赤レンガ造りの重厚な建物はどこことなく東京駅駅舎を思わせる佇まい。それもそのはず、東京駅を設計した辰野金吾によって造られたもので2012（平成24）年まで銀行として使われていたという。そこから徒歩2分の「もりおか啄木・賢治青春館」も旧第九十銀行の建物を利用し、石川啄木と

宮沢賢治が過ごした盛岡市での青春時代を紹介している。どちらも明治の意匠を今に伝える貴重な建築で見応えも十分だ。

明治・大正のノスタルジックな情緒とは対照的に、城下町の面影を残すのが「盛岡城跡公園」だ。近づくにつれ花こう岩を積み上げた立派な石垣が目に入ってくる。太陽に照らされた石垣は輝くように眩い。色づく木々との共演は本当に素晴らしく、日本の秋の情景にひとしきり心を奪われる。

最後に訪れる「南昌荘」でのお目当ては、磨き込まれた30畳の板の間に紅葉が映る「床もみじ」。邸宅のレトロな設えをフレームに、ガラス戸越しに見える紅葉の錦も実に見事。夕刻に近づくごとに情感は増し、旅の疲れも吹き飛ぶ幻想的な絶景に出合えるだろう。



1 盛岡市中央公民館庭園

あたご
愛宕山を借景とした池泉回遊式庭園。中央公民館敷地内には国の重要文化財の旧中村家住宅があり、庭園にはさまざまな木々が植えられ四季折々の風景を観賞することができる。京都市高雄から移植されたモミジが見せる紅葉は、盛岡の秋を代表する風景。

DATA 時間：8:30～17:00(庭園の開園時間) / 休：月曜(休日の場合は翌日)、年末年始 ※盛岡市中央公民館に準ずる / 電話：019-654-5366



中に入ると天井が高く開放的。当時の洋風建築の特徴がうかがえる。

2 岩手銀行赤レンガ館

1911(明治44)年に盛岡銀行の本店行舎として落成。東京駅を設計した辰野・葛西建築設計事務所によるもので、辰野金吾が設計した建築としては東北地方に唯一残る作品。国の重要文化財に指定されている盛岡のランドマークで辰野の作風をよく示している。角地という敷地条件を生かしている点にも注目。

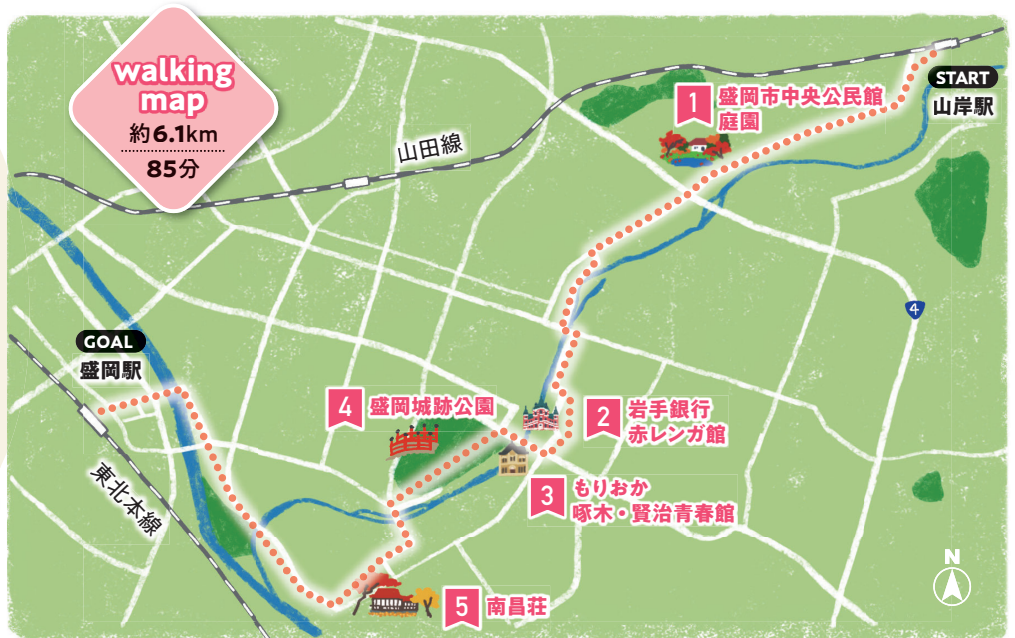
DATA 時間：10:00～17:00(入館は16:30まで) / 休：火曜、年末年始 / 電話：019-622-1236

5 南昌荘

盛岡出身の実業家、瀬川安五郎が1885(明治18)年ごろに建てた邸宅。1,000坪以上の敷地内には、池泉回遊式の庭園を有し、約40本のヤマモミジなどの樹木が植えられている。庭を眺めながら抹茶やコーヒーが楽しめる喫茶コーナーもある。

DATA 時間：夏期(4/1～11/30) 10:00～17:00、冬期(12/1～3/31) 10:00～16:00 / 休：月曜(祝日の場合は開館)・火曜、年末年始 / 電話：019-604-6633

紅葉が見頃になる11月には期間限定でライトアップが行われる。



3 もりおか啄木・賢治青春館

1910(明治43)年に竣工した旧第九十銀行の建物を保存活用。石川啄木と宮沢賢治が青春を育んだ明治・大正時代の盛岡の街と、二人の歩みを紹介。設計したのは啄木・賢治と同じ盛岡中学校出身の建築家・横濱勉で、国の重要文化財に指定されている。旧頭取室(映像体験室)や旧金庫室(光と音の体験室)など見どころ多数。1階にはカフェもある。

DATA 時間：10:00～18:00(入館は17:30まで) / 休：第2火曜(祝日の場合は翌日)、年末年始 / 電話：019-604-8900



公園周辺には盛岡三大麺料理の1つ「じゃじゃ麺」の人気店がある。

4 盛岡城跡公園

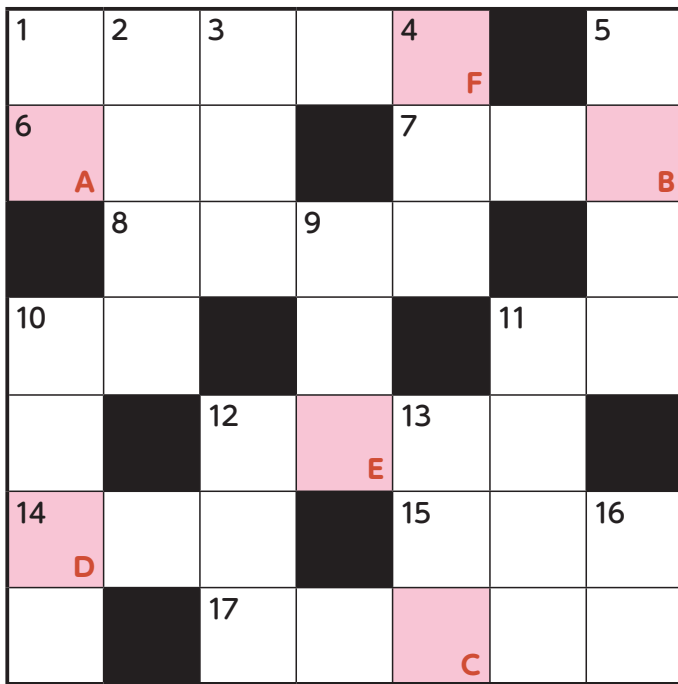
江戸時代、盛岡藩の城下町として栄えた南部盛岡の盛岡城を整備した公園で、日本の都市公園100選の1つ。関東以北の石垣組の平山城としては最大の規模を誇る。秋は紅葉の名所としても有名。園内には石川啄木ら、ゆかりの文人の歌碑が置かれている。

DATA 見学自由 / 電話：019-639-9057(盛岡市公園みどり課)



クロスワード

クロスワードの盤面を完成させてください。
A~Fに入る言葉を並べてできる言葉は何でしょう？



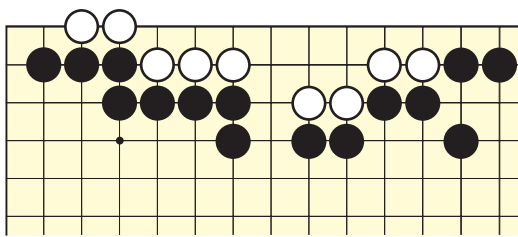
夕テのカギ

- ことわざ「転ばぬ先の○○」
- 地中を走る電車
- 洗った食器を拭くための布
- 専門知識を持った人のグループは○○○集団
- 踏むと自動車が加速するペダル
- 神社の入り口にある朱色の門
- 野菜や果物を液状にする調理家電
- 自宅から仕事場まで通うこと
- 「身長」の別のいい方
- 十字路は2本の道が○○○する所
- 想定外の○○せぬ出来事

ヨコのカギ

- 足の裏の地面に接しにくいくぼんだ部位
- 画家のこと
- 入室前にドアをコンコン
- 階段で○○○○防止のために手すりを握る
- チョウが花から吸う甘い物
- 亀と並んで長寿の象徴とされる鳥
- ことわざ「失敗は○○○○のもと」
- ナボリの有名な民謡である○○○ルチア
- 写楽や北斎が描いた○○○絵
- この機械を使わず暗算すれば脳トレになりそう

答



出題/五段 伊藤優詩

黒先でどうなりますか。
ヒント 初手が肝要です。
(10分で初段)

詰碁



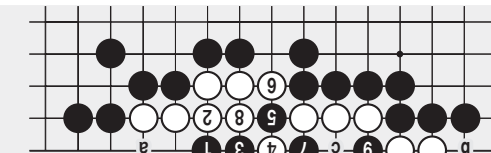
出題/五段 山下カズ子

持駒：角、金
ヒント：トマスは角成り。
(5分で6級)

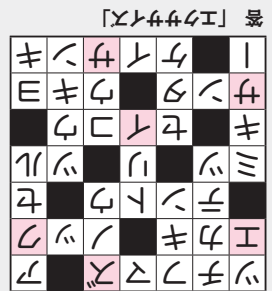
詰将棋



【詰将棋】▲1三金△同玉▲3一角△二玉(未
《正解》▲1三金△同玉▲3一角△二玉(未
だは△1二玉)▲2二角成まで5手詰め。
《解説》今回は古くからある初級者向きの問
題です。まず考えられる▲2二金と打つ手
は△1三五とされ続きます。図面をよく
見ると玉が1三にいれば難し角で詰むこと
に気付くと思います。つまり▲1三金△同
玉と玉頭に金を捨てて玉をおき出し、▼
3一角とすれば玉がどこへ逃げても▲2二
角成までの詰みとなります。



【詰碁】黒先コウ
《解説》黒1が好手で、白2に黒9以下9までコウが正解です。白
2では黒8、白2、黒4、白5、黒9でやはコウ。初手黒aは
白1、黒5、白6、黒8、白cで白生き。初手黒4は白5、
黒1、白2、黒9、白aで白生き。初手黒3は白8で白生き。



解答