家族会 ほっとライン

家族を思う
の気持ちが
日本を支えます

射水（富山県）
富山県自衛隊家族会応援大護摩祈願法要を支援
祈願で貰ったパワーを基にさらに前進

自衛隊家族会射水地区会（曽根隆子会長）は9月3日、真言宗国山金胎寺にて「第5回富山県自衛隊家族会応援大護摩祈願法要」に協力しました。

地元射水地区会の役員でもあり、中部方面隊のオピニオンリーダーも務めた志村慧雲住職に聞きました。

志村金胎寺住職のあいさつ

ー今年で5回目となるこの応援大護摩祈願法要ですが、始めたきっかけは何でしょう？

（志村）殉職者の供養法要は各地で行われていますが、私は今この時も全国各地で任務に励んでいる現役自衛官の安全無事を祈願することも大事だと思い、家族会に呼びかけました。

ー富山地方協力本部より宮内本部長、鈴木募集課長が、家族会からは松田会長などがお越しくださり手を合わせてくださいましたね。

（志村）自衛隊、家族会、協力団体が同じ思いで隊員を応援する貴重な一日になりました。

ー中には宗派が違うからとお参りをためらう人もいるのでは？

（志村）ここ金胎寺は菊の御紋を揚げることを許された天皇家ゆかりの寺です。この日の御本尊は国家を守護する太元帥明王様。宗派を超えた絶大な力で現役自衛官の安全無事を祈りました。

ー私が一番ありがたいと感じるのは、願いを込めた添護摩木を自分の手で炎の中に入れる時です。おごそかで凛とします。

（志村）隊員だけでなく家族の健康を祈願する法要でもあります。親が元気でいるからこそ隊員たちも安心して任務に就けるのです。（終）

現役自衛官の安全無事を祈願する全国でも稀なこの法要をこれからも続けて行きたい！　と語る志村住職と寺中副住職。共に家族会員として「射水」を記したTシャツを着て行事に参加している仲間です。祈願で貰ったパワーを基に射水地区会はさらに団結し前進します。

（富山県自衛隊家族会　射水地区会　会長　曽根　隆子）

大崎町（鹿児島県）
留守家族安否確認訓練を実施
国分駐屯地業務隊、鹿児島県隊友会と連携

実際に家族のお宅を訪問し確認

大崎町自衛隊家族会（領家公生会長）は10月11日、国分駐屯地業務隊、鹿児島県隊友会と連携して留守家族安否確認訓練を実施しました。

この訓練の意義は、災害発生時などで隊員が家族と連絡が取れず、さらに災害派遣あるいは勤務などのため、隊員自ら家族の安否確認ができない場合に家族会や隊友会が協定に基づき実施するものです。

訓練に向けて数回に及ぶ調整会議を経て、円滑に実施するための準備を行ってきました。

訓練は、災害が発生し、隊員は災害派遣中との想定で、国分駐屯地業務隊より安否確認依頼の状況が付与され、実際に家族のお宅を訪問して安否確認を行いました。

この訓練は、大崎町自衛隊家族会としては初めて実施したものですが、安否確認の実施要領などを理解する上で大変貴重な機会になりました。

訓練に研修として参加した町の防災係担当者は「災害発生時を想定されての訓練であり、その行動や実施要領など大変参考になりました」と感想を述べていました。

この訓練で得た教訓を踏まえ、関係機関との連携を深めるとともに、安否確認の実施要領を家族会の皆さんと共有して実効性の向上を図っていきたいと思います。

（大崎町自衛隊家族会　会長　領家　公生）

神奈川県
入隊式後の家族説明会で不安を払拭
新隊員家族へ自衛隊家族会をPR

神奈川県自衛隊家族会（中條祐介会長）は10月2日、海上自衛隊横須賀教育隊（隊司令・大賀康弘1等海佐）の入隊式後に実施した家族説明会で、杉田副会長が説明を行いました。

秋の入隊者は総勢70人ほどでしたが、わが子の晴れ姿を一目見ようと全国から集まった隊員家族の表情は真剣そのもの。「ご家族の皆さまは、わが子は無事にやっていけるだろうか、元気にしているだろうかとさまざまな不安な思いを抱かれていることと思います。自衛隊家族会には、皆さんと同じ思いを抱き、わが子を送り出した大勢の仲間がいます」という杉田副会長の言葉に、大きくうなずく姿も見られました。

また、入隊式の様子を投稿したX（旧ツイッター）を紹介し「早速、最新情報が更新されていますのでご覧になってください」と、SNSを活用したトークも展開しました。

ご家族に説明する杉田副会長

続いて神奈川県自衛隊家族会が、春に行った横須賀教育隊部隊研修で訓練中のわが子の姿を見て安心できたという保護者のエピソードなど、具体的な活動についても紹介しました。

説明会を通じて、全国各地で自衛隊家族会が隊員家族の気持ちに寄り添いながら、さまざまな活動を行っていることを知っていただきました。

説明後のフリートークでは、個別質問に対応。自衛隊家族会への入会方法や、地元の家族会に関する質問、配属後の新隊員の様子についてなどの話題になりました。

大きなスーツケースを抱え、お祖母さまと一緒に九州から来場されたという保護者は「立派な姿を母にも見せてあげることができ、最高の親孝行ができました。実際に経験した家族の方の話も聞けたので、安心して帰ります」と、明るい表情で帰途につかれました。

今年度より広報部門を立ち上げた神奈川県自衛隊家族会では、今後も自衛隊や神奈川県地方協力本部との連携を深めつつ、自衛隊家族会ならではの想いを伝える広報を追究していきたいと思います。

（神奈川県自衛隊家族会　広報理事　栗城　真理子）

四国中央（愛媛県）
関行男海軍中佐などの慰霊祭
敷島隊5人の中で2人が四国中央市関係者

追悼式参加者全員で集合写真

愛媛県自衛隊家族会四国中央市地区会（石村拓朗会長）は10月25日、四国中央市の村松大師にて79年前の昭和19年10月25日に神風特別攻撃隊敷島隊の1番機（隊長）としてフィリピンのレイテ沖で特攻により米海軍空母セント・ローなどを撃沈した関行男海軍中佐と5番機・大黒繁男海軍飛行兵曹長の慰霊祭に参加しました。

前日の24日は家族会員とボランティアの方々が草刈り機などの清掃用具を持参し、関中佐の墓所とその周辺を清掃して慰霊祭に備えました。

翌25日は天候に恵まれ、四国中央市民など約30人が慰霊祭に参加し、家族会員の好井幸三郎氏が受付と案内を実施しました。

散華された敷島隊5人の中で2人が四国中央市に関係することから、参加者は墓石の前で哀悼の誠を捧げつつ献花しました。

（四国中央市地区会　髙橋　幸治）

福知山（京都府）
絆農園「収穫祭」で新たな絆の輪
陸・海自衛官家族も参加し総勢108人

総勢44家族108人が参加

福知山自衛隊家族会（衣川莞爾会長）は11月4日、福知山市猪崎の由良川河川敷で運営する「絆農園」で、さつま芋、落花生、大根を収穫する「農業体験」と銘打って収穫祭を開催しました。

当日は、福知山駐屯地や海上自衛隊の皆さん、福知山自衛隊家族会会員とそれぞれの家族が参加しました。

海上自衛隊からは舞鶴地方総監（下淳市海将）とご家族の参加もあり、総勢44家族108人が参加しました。

畑では、隊員家族の子供たちが「でかいのとれた」などと嬉しそうに歓声をあげながらの収穫。中には、深く伸びた大きな芋を丁寧に数十分も掛けて掘り、傷つけることなく取れた子供の笑顔がとても印象的でした。

休憩時には、有志が作製した手作りのピザ窯で焼いたピザとたこ焼き、そして大釜で茹でた枝豆・落花生を振る舞いました。

参加者は「お～、これは美味しいね」と舌鼓を打ちながら、だんらんの一時を過ごすことができ、家族会会員と陸・海の自衛隊員・隊員家族との絆を深め、恵みの秋を満喫しました。

（福知山自衛隊家族会　副会長　浅居　久一）

下関（山口県）
芦屋基地航空祭に参加
ブルーインパルス飛行展示を満喫

ブルーインパルス飛行展示

山口県自衛隊家族会下関支部（西村憲爾支部長）27人は10月15日、芦屋基地航空祭の目玉、ブルーインパルス飛行展示を見学するために薄暗い早朝に出発し、芦屋基地に向かいました。

まず最初に、福岡地方協力本部芦屋地域事務所が会場内に設置した広報ブースを表敬しました。

ブースでは山崎所長自らが陣頭指揮を執りPR・募集活動を行っている最中でしたが、激励と意見交換を行いました。

その後、3万8千人の人出とのことで、人波にもまれながら各種飛行機の展示を見学しました。

さらに晴天の大空に舞うブルーインパルスの飛行展示を見学し、圧倒的な迫力に全員、目を見張るばかりでした。その余韻を残しながら、満足感に包まれて芦屋基地を後にしました。

会員からは「何度見ても楽しいから来年も来たい」との声が上がっていました。

（山口県自衛隊家族会　下関支部長　西村　憲爾）

兵庫県
女性部会で自衛隊阪神病院を研修
各地区会から多数参加し有意義な研修に

兵庫県自衛隊家族会女性部会（矢倉雅子部長）は10月13日、自衛隊阪神病院（病院長・平山健一陸将補）の研修会に参加しました。

自衛隊阪神病院は創設57周年となり、平成23年から一般外来も受付ている地域に密着した病院です。

研修会では、平山病院長、看護部長の永廣2等陸佐からごあいさつをいただき、スライドを使った病院紹介、新型コロナウイルス感染症におけるこれまでの支援活動について説明を受けました。

大規模ワクチン接種支援、民間施設への医療支援など多種多様にわたり行われており、特にダイヤモンドプリンセス号の医師派遣では実態がつかめない状態での支援だったそうです。

スライド紹介後は、少人数に分かれて病棟を丁寧に見学させていただきました。

病院長、看護部長を表敬

院内は全体的に清潔感があり、一般病院と同じように一般病棟、精神科病棟、検査棟、厚生棟などで構成されていました。

子供たちが日頃から、お世話になっている自衛隊病院について、これまで馴染みがなかったのですが、想像していた以上に設備が整っていることが分かり理解が深まりました。

各地区の家族会から多数ご参加いただき、大変有意義な研修会となりました。

（兵庫県自衛隊家族会　西村　枝里子）

滋賀県
滋賀県民会議北方領土視察団に参加
一筆でも多く返還運動署名活動に署名を

元島民の方々との交流会

滋賀県自衛隊家族会（福井順一会長）は、北方領土返還要求運動滋賀県民会議の会員であり、事務局長が、10月22日から3泊4日の日程で、北方領土返還要求運動滋賀県民会議の北方領土視察団に参加しました。

最初に、元島民の方々との交流会や史料館の見学をしました。

その後、海上保安庁根室保安部において現在の境界線の状況を確認し、船舶では境界線上から国後島を視察してきました。

また、北海道庁議会委員会では北方領土対策特別委員会の道議委員の方と意見交換もさせていただき、戦後78年も過ぎようとしているが、何も進展していないと思いました。

北方領土はわが国の固有の財産であり、元島民の方々も高齢になられ早期返還を求めなければいけないと思いました。

まずは、国の行政を動かすために一筆でも多く返還運動署名活動に署名いただき、活動の場を広げていかなければならないと今回の視察で強く感じました。

（滋賀県自衛隊家族会　事務局長　宮田　冨也）

大分県
自衛隊広報と連携したグッズ販売
家族会の帽子とビブスを着用し活動

ビブスを着用し、活動中の会員

大分県自衛隊家族会（廣崎千都志会長）は12月5日、大分スポーツ公園で実施した感謝祭で、大分地方協力本部（本部長・川間信太郎1等陸佐）の実施する自衛隊広報と連携してグッズ販売活動を実施しました。

当日は自衛隊の車両展示や炊飯実演のほか、警察・消防の車も働く車として展示されました。

募集対象者は少なかったものの、訪れた親子は普段あまり目にすることのない車両をバックにして記念撮影をしたり、パンフレットで自衛隊の仕事の内容や隊員の行動に興味を持ってもらえたようで、たくさんの可能性を感じました。

販売されたグッズは、どこでも手に入るものではないので、訪れた方は、一つずつ手に取って品定めをし、購入していました。

自衛隊家族会の帽子とビブスを着用した家族会員のグッズ販売姿に引き寄せられて、その流れで制服姿の地方協力本部のブースへ向かう人たちもいたことから、今後も同様の連携した活動を実施したいと考えています。

（大分県自衛隊家族会　事務局長　大城　伸吉）

超高齢化社会への備え
シニアの鉄人
第64回

はじめに

確定申告は、1月1日から12月31日までの1年間の所得と所得税を計算して、翌年の2月16日から3月15日の間に税務署に申告し、納税するものです。

公務員や会社員として勤務している間は、住宅ローン控除を受ける場合などを除き、年末調整を行なうことにより確定申告は必要ありませんでした。

しかし、退職して再就職せずに年末調整の機会がなくなると、年金受給者であっても公的年金以外の所得が年間20万円以上ある場合、または年金の収入が400万円を超える場合は、確定申告をしなければなりません。

また、確定申告の必要がない場合でも確定申告をすることにより所得税の一部が還付されることがあります。

例えば、退職した年の確定申告です。退職後は自ら健康保険料に加え介護保険料などの社会保険料を払い続けることになりますが、退職前の給与計算には反映されず所得税が源泉徴収されています。従って余計に所得税を納めている可能性があります。

確定申告の計算要領

確定申告の計算は、①収入から所得を求める。②所得から所得控除を差し引いて課税所得を求める。③課税所得から所得税額を求める。④所得税額から税額控除を差し引く。⑤既に支払い済みの所得税を差し引いて最終的な納税額を求める。となります。詳しく見ていきましょう。

①収入から所得を求めますが、収入の区分によって所得を求める方法が異なります。例えば、65歳以上で公的年金収入が330万円未満の場合は、収入から110万円引いた額が年金所得になります。330万円以上は額によって計算方法が決められています。給与は別途所得を求める方法があります。

②所得から所得控除できるものを差し引いて課税所得を求めます。所得控除は、基礎控除、配偶者控除、配偶者特別控除、生命保険料控除、地震保険、社会保険料控除、小規模企業共済等掛金控除、ひとり親控除、寡婦控除、勤労学生控除、障害者控除、扶養控除、雑損控除、医療費控除、寄附金控除の15種類あります。

それぞれ控除できる条件や限度額が定められています。本人の基礎控除48万円、夫婦の所得によって控除額に差はありますが配偶者控除または配偶者特別控除、生命保険や地震保険控除の他、退職後の健康保険や介護保険などの社会保険料控除などを忘れないようにしましょう。

特に、退職後、被扶養者が60歳未満の場合は、国民年金保険料を納付しなければなりませんが、この保険料も控除の対象になります。また、高齢になると機会が増えることも予想される医療費控除の内容も確認しておくことが必要です。

医療費控除は、本人や配偶者、その他の親族のために支払った医療費を控除できる制度です。その年の医療費の支払額合計が10万円を超える場合に適用できます。さらに、セルフメディケーション税制という医薬品などの購入費用を控除できる特例もあります。

年金受給と確定申告①
確定申告の必要の有無を必ずチェックしましょう

③課税所得から所得税額を求めます。所得税の税率は、所得に応じ5%から45%の7段階に区分されています。課税所得が約194・9万円以下であれば税率は5%です。

④所得税額から税額控除できるものを差し引いて納税額を求めます。税額控除の対象は、住宅ローン控除、住宅や寄付金控除です（寄付金控除は所得税控除も選択できますが、高額所得者以外は、税控除の方が有利です）。

⑤最後に既に源泉徴収された所得税がないかを確認します。退職前は所得税が源泉徴収されています。

また、年金も金額により所得税が徴収されている場合があります。従って、最終的な納税額はこれらの既に支払い済の金額を差し引いたものになります。

確定申告前に、給与や年金の源泉徴収票が勤務先の会社や年金機構から送られてきます。その中に源泉徴収税額の記載があるので確認してください。最終的な金額がプラスであれば、その金額が納税額であり、マイナスであれば、その分還付されます。

おわりに

大まかな流れは上述のようになりますが、収入から所得、所得から課税所得、課税所得から所得税額は所得の種類や金額によって計算方法が決められています。

国税庁のホームページに確定申告の流れや細部の計算方法、また確定申告書等作成コーナーもありますので活用されることをお勧めします。

次回は、寄付金控除とふるさと納税について紹介します。

（家族会会員　立花　尊顯）

ひとりで悩まずご相談下さい！

自衛隊家族会は
★決して会員をひとりにはしません！
★いつもそばにおります！
★解決に向けてみんなで汗をかきます！

まず、近くの会員へ。お気軽に「問い合わせ窓口」へ。

1 「問い合わせ窓口」への問い合わせ先・要領

自衛隊家族会事務局（担当）　髙橋　隆志（たかはし　たかし）
◇電　話：03－5227－2468　（平日 09:00～17:00）
◇メール：jkazokukai@jkazokukai.or.jp　（　同　上　）

「総括相談員」　宮下　寿広（みやした　としひろ）
◇番　号：080－4630－8987　（全日 09:00～20:00）

○ 問い合わせ者は、まず「氏名（匿名可）」「所属家族会（部隊等）」など述べた後に、必要な「問い合わせ」を実施して下さい。不在時には「相談員」から電話しますので、事前に「非通知設定」の解除をお願いします。
○ 下記の「相談員」を指名したい場合は、「相談員」を指名し、連絡先（電話番号かメールアドレス）を告げて下さい。メールの場合は、その旨記載して送信して下さい。のちほど、各「相談員」から連絡します。
○ ご不明な点は、髙橋までご連絡下さい。

2 問い合わせ　「相談員」

役職・氏名	担当内容
家族会副会長（陸自OB）宮下　寿広	◇家族（隊員）に関する問い合わせ（主に陸上自衛隊）
家族会理事（陸自OB）宗像　久男（むなかた　ひさお）	◇家族会全般に関する問い合わせ
家族会理事（海自OB）鍛治　雅和（かじ　まさかず）	◇家族（隊員）に関する問い合わせ（主に海上自衛隊）
家族会運営委員（空自OB）古賀　久夫（こが　ひさお）	◇家族（隊員）に関する問い合わせ（主に航空自衛隊）
家族会事務局員　髙橋　隆志	◇家族会の管理に関する問い合わせ

相談無料！　個人情報・秘密厳守！　問題解決実績多数！

秘密厳守　隊員及び家族の皆様の
遺言アドバイザー

柴田純一
行政書士

（遺言・相続 専門）
遺言書がなく揉める相続。揉めたら全員が敗者です。あなたの遺言書があなたの家族を守ります。「遺言書」づくりをサポート致します。

遺言書は、家族の絆の証明書!!

行政書士　柴田法務会計事務所
〒173-0035 東京都板橋区大谷口2-24-13 受付時間／10:00～18:00
TEL 03-6780-1408 FAX 03-6780-1409
E-mail／info@yuigonsyo.biz　https://yuigonsyo.biz