

「生き活きたより 7 月号」



J R 東海ユニオン 退職者連絡会

会 長 梅村 佐斗示

気の合う仲間と過ごす楽しい集い

皆様、こんにちは。梅雨が明けると、いよいよ本格的な夏の到来です。日差しが日増しに強くなってまいります。皆様いかがお過ごしでしょうか。

4月以降各地区では、レクリエーション開催され多くの仲間の皆さんが参加され盛大に催されたと報告を受けております。具体的なご要望があればアレンジしますので、お気軽にお申し付けください。また、出席できなかった方は、一度参加してみてください。気の合う仲間と過ごす楽しい時間を過ごせます。スタッフ一同お待ちしております。

7月は1年の中でも急激に気温が上がり、体が暑さに慣れていないため、熱中症のリスクが高まる時期です。「室内だから大丈夫」だとか「喉が渴いていないから」と思わずに、手元に湯呑みやペットボトルを置き、こまめな水分・塩分補給を心がけてください。また、エアコンを上手に使って、室内を快適な温度に保つことも大切な「生き活きライフ」の秘訣です。

暑い日はどうしても家に閉じこもりがちになりますが、涼しい時間帯の散歩や、地域の集まりなど、無理のない範囲で人とのつながりも大切にしていきましょう。

7月に入り、いよいよ夏本番。朝顔の花が鮮やかに咲き誇る季節になります。

この時期を元気に過ごすためのキーワードは**「旬の力」と「上手な休息」**です。トマトやきゅうり、ナスなどの夏野菜には、体を内側から冷やし、水分を補給してくれる成分がたっぷり含まれています。毎日の食事に上手に取り入れてみてください。

また、夜間の熱帯夜で寝不足になりやすい時期でもあります。昼間の暑い時間帯に15分～20分ほどの「ミニ昼寝」をするだけでも、脳と体がすっきりとリフレッシュされます。

無理をせず、自分のペースで、この夏も一步一步「生き活き」とした毎日を送っていきましょう。

「JR東海ユニオンを代表して発言しました！」

JR東海ユニオン 中央執行副委員長 半田 健介



先般5月19日、JR連合主催 第15回「政策シンポジウム・決起集会」でJR東海ユニオンを代表して発言する機会がありました。今回はその一文を本号への投稿とさせていただきます！ご容赦願います。

日本の大動脈である東海道新幹線は、一昨年還暦を迎えました。この間、安全・正確・快適な輸送を提供し続け、日本経済の発展に寄与しながらも、阪神淡路大震災を機に第二指令所を開設、その後脱線逸脱防止ガードの敷設、大規模改修工事を実施するなど大地震に対する備えも地道に行ってきました。

しかし確実に日本の大動脈を堅持するためには、バイパス機能を持つことは必要不可欠です。中央リニア新幹線は、日本経済を万が一の場合にも止めることなく堅持する他、東海道新幹線の大規模なメンテナンスを可能にします。また三大都市を一つの経済圏とすることが可能となる一方で、沿線地域のみならずその他地方への経済効果を多分にもたらすことが期待されています。

2024年8月末、台風10号により、東海道新幹線初の3日連続計画運休を含む輸送障害が生じ、夏休み最後の週末ということもあり、お客様に多大なご迷惑をおかけしました。この時、飛行機に変更される方もいましたが、「新幹線の輸送ボリュームの代替は新幹線でしかできない」ことを痛感しました。速達性に目が行きがちですが、東海道新幹線の強みは“高頻度・大量輸送”です。のぞみ12本ダイヤでは、片道1時間あたり1.5万人以上のお客様が乗車できる唯一無二の輸送システムです。これほどの高頻度・大量輸送の代替は、リニア中央新幹線にしか担えません。

2027年の開業を目指して着工しましたが、現在はその見通しを具体的に示すことができない状況になっています。また工事費についても、物価高騰の影響等により計画当初の約2倍の費用が見込まれています。こうした厳しい現状に一番苦しんでいるのは、現場で働く組合員です。当社沿線エリアから遠く離れた山間部で、過酷な作業と不慣れな生活環境の中で奮闘する組合員がいます。今まで経験したことのない用地交渉業務で心身ともに疲弊している組合員もいます。また、リニア以外の組合員もプロジェクト達成のため、不断にコスト削減に努め、収益拡大に汗しています。要するにこのプロジェクトを成し遂げるためには、リニア・新幹線・在来線の3世代鉄道で働くすべての組合員の奮闘が必要不可欠であり、私達JR東海ユニオンはその組合員の想いに真正面から応えていく所存です。

ユニオン運動の代名詞である「年2回の全職場総対話行動」では、全てのリニア工事事務所を含む計730回の職場集会を開催してきました。私達はこれを毎年続けてきましたし、今後もブラッシュアップしながら継続していきます。組合員と同じ目線に立ち、その窮状を分かち合い、想いを一にして労働条件の向上他、会社への訴えを不断に実施していくことを改めて誓います。

以上、かつて多くの苦難に立ち向かい東海道新幹線を作り上げた先人と、未来に向かって今この瞬間も額に汗し、奮闘している我が組合員に敬意を払い、想いを馳せ、JR東海ユニオンを代表しての決意表明とします。



令和 8 年 7 月 1 日発行

つぶやき

JR 東海ユニオン 退職者連絡会 副会長 上田好文

「生き活き」と活動しましょう。

・「第 20 回アジア競技大会（2026/愛知・名古屋）」についてご紹介します。

大会期間 2026 年 9 月 19 日（土）～10 月 4 日（日）（アジアパラ含む）

スポーツの持つ躍動感を自由な曲線で描いています。さん然と輝く太陽（OCA シンボル）と、紫・金・緑で作られ出される中央の直線は、人々が「ひとつ」に集い、未来へ向かう様を表しています。愛知・名古屋らしく、愛知県の花「カキツバタ」の紫と、「名古屋城」の「しゃちほこ」の金、そして、愛知万博、COP10、ESD、ユネスコ世界会議を通じて培われた環境への想いを表す緑で彩っています。また、紫と中央の直線は「アジア（Asia）」と「愛知（Aichi）」の A を、紫と金は「名古屋（Nagoya）」の N をかたどっています。皆さん揃って出かけましょう！！

○ 競技数：41



カテゴリー	競技数	競技
オリンピック競技	32	水泳、アーチェリー、陸上競技、バドミントン、バスケットボール、ボクシング、ブレイキン、カヌー・カヤック、自転車競技、馬術、フェンシング、サッカー、ゴルフ、体操、ハンドボール、ホッケー、柔道、近代五種、ローイング、ラグビー、セーリング、射撃、スケートボード、スポーツクライミング、サーフィン、卓球、テコンドー、テニス、トライアスロン、バレーボール、ウエイトリフティング、レスリング
アジア 5 地域の競技	5(各 1)	【中央アジア】クラッシュ 【東アジア】武術太極拳 【南アジア】カバディ 【東南アジア】セバタクロー 【西アジア】柔術
AINAGOC 提案競技	2	野球・ソフトボール、空手
OCA 提案競技	2	スカッシュ、E スポーツ

耳よいな情報

J R東海ユニオンOB会
事務長 池上 嘉之

yahoo ニュース (6 月)

65 歳以降満額の年金をもらいながら働くには？

65 歳以降も働くと年金が減る！？在職老齢年金とは！

減額されるのは老齢厚生年金のみ！

2026 年 4 月から基準額が引き上げに！

65 歳も厚生年金に加入して働くと収入に応じて年金受給額が調整される「**在職老齢年金**」という制度があります。

在職老齢年金とは 60 歳以上の方が老齢厚生年金を受け取りながら厚生年金保険に加入して働く場合に給与と年金の合計額に応じて老齢厚生年金の一部または全額が支給停止される制度です。

◎在職老齢年金制度で支給停止の対象となるのは「老齢厚生年金」のみです。日本の公的年金は 2 階建て構造になっており、1 階部分にあたる「老齢基礎年金」は収入にかかわらず満額を受け取れます。

◎現在、在職老齢年金の支給停止の基準額は毎年の賃金変動に応じて見直されています。2025 年度の基準額は 51 万円ですが、2026 年 4 月からはこの基準額が「65 万円」へと大幅に引き上げられました。

◆ポイント

・この改正により、給与と年金の合計が 65 万円以下であれば、年金が減額されずに済むようになりました。これまでよりも多くの人が、年金の減額を気にせずに働ける環境が整いました！！

5.14芭蕉と共に奥の細道出発の地をハイキング

JR東海ユニオン退職者連絡会
関東地区本部 会長 野村 佳邦

活動報告

参加予定者が諸事情により、出発直前までに10名参加できない状況となり不安の中、参加者16名で常磐線南千住駅の松尾芭蕉像前から出発しました。

歩き始めると、青空・新緑が目に入り自然と参加者からは笑顔と笑い声に包まれて楽しいハイキングになりました。

ルート後半の疲れを感じた所で、ろうきん千住店からのアイスクャンディーの差入があり、元気を取り戻し全員無事にゴールしました。

食事会も笑顔と会話が弾み、楽しい時を過ごして解散しました。

※ 地方本部から渡邊委員長を始め3名に参加いただきました。

南千住駅から芭蕉像⇒小塚原処刑場跡⇒回向院⇒スサノオ神社⇒千住大橋
⇒足立市場・芭蕉像⇒やっちゃん場跡地を散策・旧日光街道を北上⇒北千住駅到着



芭蕉像前でハイポーズ



小塚原処刑場の首切地蔵



首切地蔵の胴体が震災でズレた!?



トリックアートで橋渡ってる?



幕末の橋本佐内墓で佐内? 誰



茂間さんと富士山のお参り



江戸の大橋の先駆者千住大橋



川と橋の番付表で地元の番付を探す



芭蕉と一緒にハイポーズ

今後の活動

11月5日6日で、熱海・伊東方面の旅行会を予定しています。

年末恒例の地方本部「門松作り」にOB会も参加予定です。

ハイキング参加者による次回(来年5月)の希望地アンケートは、鎌倉方面・みなとみらい・皇居(一般参観)等の希望がありました。