



LPAの会からのお役立ち情報

「65歳からの遺族厚生年金」①

第1回 遺族年金の種類と目的について

遺族年金は、家計を支えていた人が亡くなった後の遺族の生活を支えるための年金です。遺族基礎年金と遺族厚生年金の2種類がありますが、その目的が異なるので、制度も大きく異なっています。

遺族基礎年金は、子の養育を目的とした年金で、子がある配偶者または子に支給されるものです。従って、子がない人は対象外です。子がある場合も子が18歳の年度末、一般的には高校卒業とともに支給が終わります。高齢期にはほぼ対象外と言えます。

遺族厚生年金は子とともに配偶者の生活も支える年金なので、支給は生涯続きます（一部例外あり）。厚生年金は亡くなった人の年齢、子の有無、配偶者の年齢、配偶者の性別などで細かな規定があり、複雑です。

ここでは、夫婦ともに65歳以上で、すでに老齢年金を受給している人を想定し、主に家計を支える人が亡くなった場合の遺族年金について解説します。

1. 遺族厚生年金を受け取ることができる人は？（老齢年金受給中の場合）

(1) 亡くなった人の要件

年金制度には主に自営業などの「国民年金」とサラリーマンなどの「厚生年金」がありますが、それらの加入期間を合わせて25年以上あることが必要です。加入期間とは「保険料納付済み」「減免」「合算対象」を合計した期間です。会社員であれば保険料は天引きなので25年以上働いていれば要件は満たします。

また、老齢年金は10年が受給資格の期間ですが、遺族年金は25年なので、例えば13年働いて会社を辞め、国民年金はずっと未納、という人は、老齢年金はもらえても遺族年金は対象外です。もちろん、「厚生年金」ですから、ず

と国民年金の人も対象外です。

(2) 受け取る人の要件

亡くなった人に生計を維持されていたこと。65歳以上では受給者はほぼ妻になるでしょう。別居でも事実婚でも家計の財布が一緒なら受給できます。ところで「生計を維持されている」の基準は年収850万円以下となっています。庶民の感覚からすると多い気もしますが、ここから税金や社会保険料を引いた手取りは約半分です。

遺族年金の種類	対象者	受給期間
遺族基礎年金	子どもがいる配偶者、子ども	子が18歳になるまでまた、障害等級1級または2級の場合は20歳まで
遺族厚生年金	配偶者、子ども、父母、孫、祖父母	亡くなるまで

遺族年金の種類について

コトプな話し

食品添加物の話② 生協と食品添加物 食品添加物の評価方法について

2回目とは、どのように食品添加物の安全性の評価が定められているかです。

食品添加物の安全性の評価は、(1)科学的な性質に基づいた規格の設定 (2)実験動物を用いた毒性試験 (3)1日の許容摂取量の設定 (4)1日の許容摂取量を超えない使用基準の設定の順で行われます。

基準には、以下のものがあります。①成分規格 ②製造基準 ③保存基準 ④表示基準 ⑤使用基準。基準にはそれぞれに対象となる添加物が含まれています。

①成分規格 添加物に有害な不純物が含まれていると、それが危害の原因になります。それを防止するために、添加物の純度、製造時に生じる副産物やヒ素、重金属の含有量の上限値などが設定されています。

②製造基準 添加物の製造、加工の際の基準です。天然物から抽出する際に使用される溶媒(原料を溶かすために使用される水や有機溶剤)の残留基準が定められています。

③保存基準 一部の添加物で定められている基準です。酸素や光などによる

て性質が変わってしまうものがあるため、定められています。

④表示基準 食品添加物及びその製剤の表示基準です。すべての食品添加物に基準が設定されています。

⑤使用基準 安全性や有効性の評価に基づいて、必要に応じて設定されています。設定の際に、段階的に実験動物に添加物を投与し毒性試験を行い、有害な影響が出なかつた最大の投与量である無毒性量を調べます。無毒性量を安全係数(実験動物と人の差、人の個人差を基に求めた数値通常100)で割り、生涯にわたって、毎日その添加物を摂り続けても健康に影響がないと推定される1日当たりの摂取量を設定します。

さらに、これを基に使用できる食品や食品に使用できる最大使用量を求めるため、1日当たりの許容摂取量よりも使用基準は、さらに低い値になります。

食品添加物は、安全に使用するために基準が設けられており、使用できる数値も毒性が出ない量よりも低い値です。ではなぜ「コトプ」は、自主基準を定めているのでしょうか？

今回は、コトプあおもりの自主基準についてお伝えします。

そもそも豆乳とは？牛乳と豆乳は何が違うの？

豆乳は水に浸した大豆をすりつぶして、水を入れて煮詰めたもの(呉:ご)を濾した汁です。この時、濾して残った固形物が「おから」です。飲料として店頭で見かける豆乳は、高温での殺菌を行ったうえで、減圧での脱臭や均質化、味付けにより飲みやすくしたものです。

豆乳には3つの分類があります。大豆固形分8%以上で原料が大豆のみのものを「無調整豆乳」。大豆固形分6%以上のもので飲みやすくするために、砂糖や塩、植物油などを入れたものを「調整豆乳」。更に飲みやすくした果汁入りで大豆固形分2%以上のもので(果汁入り)、大豆固形分4%以上のもので(その他)が「豆乳飲料」として分類されています。

牛乳と比較されることがありますが、どちらもたんぱく質が豊富な飲料です。違う点をあげると、豆乳は、イソフラボンや鉄分を含み、牛乳と比べ脂質が少なく、コレステロールをほとんど含みません。牛乳はカルシウムやビタミンA、ビタミンB2などが豊富です。栄養素をみた際には、たんぱく質を摂りつつ、カルシウムを摂りたい方は牛乳、イソフラボンや鉄を摂りたい方は豆乳という選択になると思います。一方で、それぞれをアレルギーや乳糖不耐症などで飲めないという方もいらっしゃると思いますが、それぞれの栄養について知っていると足りない栄養がわかりやすくなるためバランスの良い食生活の為に役に立ちます。



豆乳は、大豆由来のたんぱく質や脂質などが混ざり合っており、白色化(乳白)した飲料で、製造後の保管中から時間の経過とともに乳白安定性が低下する(水分と固形分(脂質・たんぱく質)に分かれやすくなる)特性があります。また、大豆は天産物であるため、収穫年度や品種を含めた使用ロット(製造の単位)により大豆の成分(たんぱく質、脂質など)に若干の違いがございます。豆乳は、製造後から時間経過とともに、脂質が液面付近にクリーム状に分離し、たんぱく質が沈殿しやすい独特の性質があります。そのため、パッケージに「大豆の成分が浮遊・沈殿することがありますが、品質には問題ありません。軽く振ってから飲みください。」と表示しております。

このたびは、豆乳の変質や大豆成分の浮遊・沈殿についてご指摘いただいた可能性が考えられましたものの、大変心苦しいのですが、明確な原因を特定することができませんでした。なお、開栓後は10度以下で冷蔵保存し、賞味期限にかかわらず、2〜3日を目安にお飲みいただけますと幸いです。

コトプ東北商品本部

Q&A 拡大版

無調整豆乳を最後まで飲み切る時、ドロドロになり飲み切れません。たまにこつぶの塊の様な物も出てきます。振っても改善されませんが、何が原因なのか？教えて下さい。