

東京社会保険協会

# 社会保険新報

1

JANUARY

平成29年/No.795

高松張子（香川県）



## 目次

- 年頭のごあいさつ／2・3
- 協会けんぽ東京支部からのお知らせ
  - ・ 負傷原因照会の回答にご協力をお願いします／4
  - ・ 年金事務所内 協会けんぽ特設窓口 終了のお知らせ／5
  - ・ 40歳から74歳の方の 事業者健診結果データの提供をお願いします／5
- 日本年金機構からのお知らせ
  - ・ 「賞与支払届」の提出はお済みですか？／6
  - ・ 短時間労働者の適用拡大に伴う 年金受給者に対する経過措置／7
  - ・ 国民年金ひとことメモ／7
- フィオーレ健診クリニックからのお知らせ
  - ・ オプション検査のご案内 アレルギー検査／8
- すいそう
  - ・ 東西南北／9

## 年頭のごあいさつ



一般財団法人  
東京社会保険協会会長  
**猿渡 智**

新年おめでとうございます。

会員事業所の皆様をはじめ、『社会保険新報』をご愛読の皆様方には、希望に満ちた新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は本会設立70周年、フィオーレ健診クリニック開設10周年という節目の年でありましたが、各種の事業運営に多大なご支援とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。おかげさまをもちまして、各事業とも順調に推移しており、周年に続く未来の年への第一歩を踏み出したところでございます。

さて、わが国の社会保障制度を取り巻く環境は、ますます厳しさを増している情勢にあります。少子高齢化の進展、人口減少社会が現実化している中で、高齢者の医療・介護の問題、年金をめぐる現役世代と受給者世代の公平性の確保、各制度を運営する財源の問題など、解決すべき課題は枚挙に暇がありません。

国においては、規制改革や成長戦略の推進、「一億総活躍社会」の実現に向けた各種の取り組みが行われていますが、これらの施策を通じて社会保障制度を安定化させ、国民が将来にわたり安心して暮らせる社会を実現させることが、景気の回復にもつながるものと期待するところであります。

本会は、会員事業所の皆様方から納付いただいた会費を財源に、最新の社会保険情報の発信ツール『社会保険新報』の配信や各種の事務講習会を通じて社会保険制度の周知・啓発活動を推進するとともに、会員事業所の皆様方の福利厚生事業を実施しているほか、フィオーレ健診クリニックにおいては、独立採算の健康診断事業を実施しております。

本年もこれらの事業の充実に努め、皆様方のお役に立てるよう取り組んでまいりますので、引き続き、ご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

新年が皆様にとってより良い1年となりますよう祈念申し上げまして、年頭のご挨拶といたします。



日本年金機構  
南関東地域第一部長  
**森田 章**

新春を迎え、謹んでご挨拶を申し上げます。

事業主並びに被保険者の皆様におかれましては、お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、昨年中は公的年金事業の円滑な運営にご理解とご協力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

日本年金機構におきましては、一昨年の「不正アクセスによる情報流出事案」を踏まえ、「日本年金機構再生プロジェクトの推進」「情報セキュリティ対策の強化」「基幹業務の推進」を重点事項に掲げ、平成28年度からの3か年を集中取組期間として、組織を挙げて計画的に取り組んでいるところです。

この「再生プロジェクト」は、組織改革、人事改革、業務改革および情報開示・共有の促進の4つの柱からなり、組織の一体化、現場重点主義の改革をコンセプトに、「年金制度の運営組織として高い倫理観と使命感をもち、国民から信頼される組織づくり」に向けて取り組んでまいります。ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

公的年金制度を取り巻く情勢につきましては、時代の変化に対応して制度を安定的に継続させるため、逐次、制度改正が行われておりますが、昨年は10月より「短時間労働者の適用拡大」が施行され、本年は「年金受給資格期間の短縮」が予定されております。現状では、老齢年金を受給するためには、国民年金、厚生年金保険、共済組合等の保険料納付済期間等が25年以上必要とされておりますが、この期間を10年以上に短縮するもので、該当される方は全国で約64万人と推計されております。日本年金機構におきましては、法律改正の円滑な施行に向けて万全を期してまいります。

今後とも、公的年金業務の円滑かつ適切な運営に向け、全役職員が一丸となって邁進してまいります。東京社会保険協会並びに会員の皆様におかれましては、一層のご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

年頭にあたり、東京社会保険協会のますますのご発展と、会員の皆様のご多幸をお祈り申し上げまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

## 年頭のごあいさつ



全国健康保険協会  
東京支部支部長  
矢内 邦夫

『社会保険新報』をご覧の皆様、新年あけましておめでとうございます。  
皆様方におかれましては、お健やかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。旧年中は協会けんぽ東京支部の円滑な事業運営に温かいご支援・ご協力を賜り、厚く御礼を申し上げます。

私どもは、平成27年度から「健康優良企業を目指し、企業全体で健康づくりに取組むことを宣言する」という健康企業宣言をスタートさせ、昨年は、東京都をはじめとする全13団体で、健康企業宣言に関する協定を締結しました。

この協定で、協会けんぽ東京支部にご加入の事業所様だけでなく、東京都内の健康保険組合にご加入の事業所様も、同じ仕組みで健康企業宣言運動が展開できるという、保険者の枠組みを超えた環境を調えることができました。また、健康企業宣言を実施している事業所様へのインセンティブとして、健康企業宣言の趣旨にご賛同くださる企業様から融資時の金利や信用保証率の特別なご提案をいただくなど、徐々にではございますが、拡がりを見せてまいりました。今後も、健康企業宣言に取り組んでいただく事業所様を増やすべく、環境づくりを進めてまいります。

また、健診・保健指導の実施率の向上、ジェネリック医薬品の利用促進、健康保険の給付に関する審査やレプト点検の強化に加え、慢性腎臓病（CKD）の重症化を防ぐため、医療機関を早期に受診するよう通知をお送りするなど、加入者の皆様の健康増進や医療費適正化に、引き続き本年も職員一同頑張っております。

新しい年が皆様方にとりまして幸多き年となりますようお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



『社会保険新報』編集委員長  
真屋 尚生

(日本大学名誉教授・商学博士)

あけまして、おめでとうございます。

今年2017年の干支は丁酉（ていゆう・ひのととり）です。偶然とはいえ、丁酉の年には、社会保障発達史において忘れることができない大きな出来事が起こっています。

干支で一回り60年前の丁酉1957年には、日本国憲法第25条に明記された「健康で文化的な最低限度の生活を営む権利（生存権）」と生活保護法の関係をめぐる朝日訴訟が提起され、その後の社会保障のあり方に多大な影響を及ぼすことになりました。

さらに60年さかのぼった丁酉1897年には、日本では伝染病予防法が制定され、海の向こうのイギリスでは、S&B ウエップ夫妻が、その著『産業民主制論』で史上初の本格的な「ナショナル・ミニマム（国民的最低限）」論を展開しています。

ナショナル・ミニマムは、今日においても、しばしば社会保障のあり方に関わる最重要概念の一つとされますが、ウエップ夫妻のナショナル・ミニマム論は非常に壮大で積極的な政策提言でした。夫妻は、「国民の能率」と「人道」の視点から、「賃金、安全、保健、医療、住宅、教育、余暇、休息」など、広範多岐にわたる分野におけるナショナル・ミニマムの確保の重要性を指摘しています。こうした広い視野からのナショナル・ミニマムの確保が社会の発展の土台となる、とした夫妻の発想は、21世紀の社会保障・社会保険のあり方を考えるうえで大変参考になります。

ナショナル・ミニマム120周年の今年には、社会保険が福祉の充実と経済の発展につながることを強く意識しながら、編集委員一同、社会保険に関連する「最新の情報を、迅速かつ正確に、どなたにも理解していただきやすい」かたちでお届けできるよう努めてまいります。

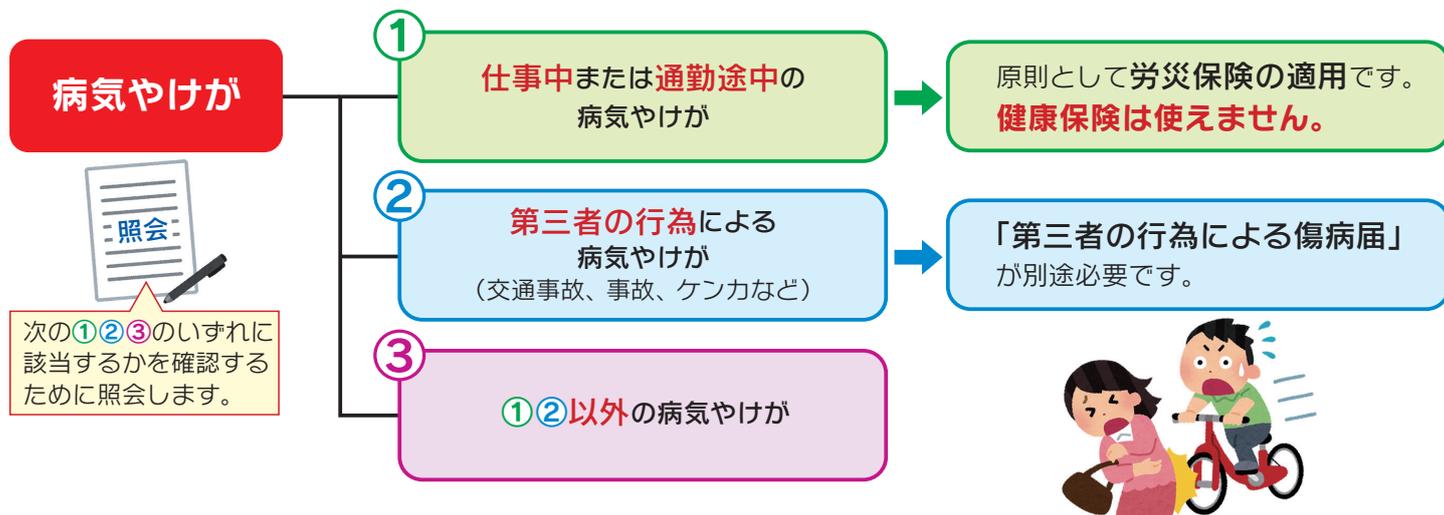
これまで同様、本誌をご愛読、ご活用くださいますようお願い申し上げます。

協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ**

# 負傷原因照会の回答にご協力お願いします

協会けんぽでは、健康保険を使用して病気やけが（負傷）の治療をした場合、原因等について、文書で照会させていただきますことがあります。

負傷原因照会は、病気やけがの原因が「業務上のものではないか」「第三者によるものではないか」を確認するためにを行っています。照会文書が届いたら、**必ず回答をお願いします。**



## けが（負傷）がもとで給付を申請する際は「負傷原因届」が必要です

けがにより、傷病手当金や高額療養費などの健康保険の給付を申請する場合、**初回の支給申請時のみ**、「負傷原因届」の添付が必要です。

### 「負傷原因届」を添付する書類

- 療養費支給申請書（立替払等）
- 療養費支給申請書（治療用装具）
- 高額療養費支給申請書
- 傷病手当金支給申請書
- 埋葬料（費）支給申請書〈被保険者・家族〉
- 移送費

初回の支給申請時のみ、「負傷原因届」の添付が必要です。

### Point

「負傷原因届」には、負傷したときの状況を、なるべく詳しく（具体的に）記入してください。

「負傷原因届」は、協会けんぽ東京支部ホームページからダウンロードできます



協会けんぽ東京

- ➡ 申請書のご案内
- ➡ 健康保険給付の申請書

## 負傷原因照会 Q&A

**Q** プライベートでのスポーツ中にけがをして、病院にかかりました。その際、けがをした状況などを伝えましたが、協会けんぽから負傷原因照会が届きました。回答は必要ですか？

**A** **必ず回答をお願いします。** 病院等の保険医療機関は、診療報酬明細書（レセプト）で協会けんぽへ医療費を請求しますが、病院等にかかった際にけがの原因を医師等へ伝えていても、診療報酬明細書（レセプト）では負傷原因を確認できない場合があります。そのため、協会けんぽから照会を行う場合があります。

**Q** 勤務時間中にけがをしましたが、労災保険が適用されるのか判断できません。あとから「負傷原因届」を提出すれば、健康保険を使用して病院にかかってもいいですか？

**A** 業務（通勤）災害に該当するかどうかは、労働基準監督署が認定を行います。まずは、労災保険が適用されるのかどうかについて、**事業所を管轄する労働基準監督署へお問い合わせ**ください。

協会けんぽ以外の健康保険の方は、加入されている健康保険組合等にお問い合わせください。

▶ このページの記事の内容に関するお問い合わせは、協会けんぽ東京支部（TEL 03-6853-6111→音声ガイダンス「1」）まで

協会けんぽ 東京支部 からの **お知らせ**

**年金事務所内 協会けんぽ特設窓口 終了のお知らせ**

協会けんぽ東京支部では、お客様のご利用状況を踏まえて、現在開設中の年金事務所内の協会けんぽ特設窓口のうち、次の2か所について、平成29年1月をもちまして終了することといたしました。

協会けんぽへの申請および届出は、郵送で行うことができます。時間を節約でき、手間を省くことができます、**郵送申請をご利用ください。**



**終了する協会けんぽ特設窓口**

**大田**

**立川**

最終営業日は、**平成29年1月31日(火)**です。

\*年金事務所の終了ではありません。

**平成29年2月現在で開設中の協会けんぽ特設窓口**

協会けんぽ特設窓口がある年金事務所	千代田・新宿・江戸川・品川・ 渋谷・池袋・足立
支部窓口	協会けんぽ東京支部（中野区）

**40歳から74歳の方の**

**事業者健診結果データの提供をお願いします**

協会けんぽでは、加入者ご本人（被保険者）を対象に生活習慣病予防健診を実施しております。健診後は、その結果により、保健師等による特定保健指導を無料で行っています。

また、生活習慣病予防健診を受けていなくても、労働安全衛生法に基づく**事業者健診（定期健康診断）の結果を協会けんぽ東京支部に提供**していただくと、**特定保健指導を無料**で受けることができます。

特定保健指導は、従業員の皆様の健康維持や会社の活性化にもつながります。

事業者健診結果データの提供に、ご理解とご協力をお願いします。

詳しくは、**協会けんぽホームページをご覧ください**

協会けんぽ東京



40歳から74歳の  
事業者健診結果データ  
の提供をお願いします

データを提供していただける事業所様は、  
右記の**健診専用ダイヤル**にご連絡ください。  
「ご案内文書」および「同意書」をお送りします。

**健診専用ダイヤル**

おかけ間違いにご注意ください

**03-6853-6599**

平日のみ9時から17時まで受付

協会けんぽ以外の健康保険の方は、加入されている健康保険組合等にお問い合わせください。

▶このページの記事の内容に関するお問い合わせは、協会けんぽ東京支部（TEL 03-6853-6111→音声ガイダンス「1」）まで



## 「賞与支払届」の提出はお済みですか？

事業主が被保険者に賞与を支給したときは、**5日以内**に、「賞与支払届総括表」と「賞与支払届」を年金事務所に提出してください。この届出により、標準賞与額と賞与の保険料額が決定されます。標準賞与額は、将来受給する年金額の計算の基礎となります。適切な届出をお願いします。

### 届出の対象となるもの

期末手当、決算手当、賞与、その他名称を問わず、**労働の対償**として被保険者に、**年間を通して3回まで支払われるもの**が対象です。

### 届出用紙等の送付

年金事務所では、**賞与支払予定月の前月**に、「賞与支払届」の届出用紙等を事業主に送付します。

届出用紙で提出する事業所	<ul style="list-style-type: none"> <li>●「賞与支払届総括表」</li> <li>●「賞与支払届」</li> </ul>
電子媒体で提出する事業所	<ul style="list-style-type: none"> <li>●「賞与支払届総括表」</li> <li>●被保険者の氏名・生年月日等を収録したCD（希望の場合）</li> </ul>

### 賞与にかかる保険料

実際に支給された賞与額から千円未満を切り捨てた額が、標準賞与額となります。この**標準賞与額に保険料率**を乗じて、**賞与にかかる保険料額を算定**します。

標準賞与額には上限が定められており、**健康保険では年度（4月から翌年3月まで）の累計額が573万円**、**厚生年金保険では1か月につき150万円**となっています。同一月内に賞与が2回以上支給されたときは、合算した額で上限が適用されます。

### 「ねんきん定期便」での確認

日本年金機構から送付される「ねんきん定期便」（はがき）にも、**標準賞与額が千円単位で表示**されています。標準報酬月額等とともに、直近の月別状況を確認できます。

### 留意事項

- 資格喪失月に賞与が支払われた場合は、保険料の対象にはなりません。資格喪失日の前日までに支払われた賞与は、健康保険の年度累計の対象となるため、「賞与支払届」の提出が必要となります。
- 育児休業等による保険料免除期間に賞与が支払われた場合は、健康保険の年度累計の対象となるため、「賞与支払届」の提出が必要となります。
- 同一月内に同一被保険者に2回以上賞与が支払われた場合は、**合算した額を届け出**てください。
- 70歳以上の被保険者に賞与が支払われた場合は、「厚生年金保険70歳以上被用者賞与支払届」を提出してください。
- 賞与支払予定月に賞与の支払いがなかった場合も、「賞与支払届総括表」による「不支給」の届出が必要となります。



## 短時間労働者の適用拡大に伴う年金受給者に対する経過措置

『社会保険新報 No.791』平成28年9月号で解説しましたように、平成28年10月1日から、特定適用事業所に勤務する短時間労働者は、厚生年金保険の適用対象となりました。それに伴い、老齢厚生年金の受給者が、短時間労働者として厚生年金保険の被保険者または被用者となった場合、年金の一部または全部が支給停止（在職支給停止）となることがあります。

老齢厚生年金の受給者で65歳未満の障害者<sup>(※1)</sup>または長期加入者<sup>(※2)</sup>の場合は、年金の定額部分が全額支給停止となります。

(※1) 障害者とは、障害厚生年金の1級から3級に該当する程度の障害のある方。

(※2) 長期加入者とは、厚生年金保険の被保険者期間が44年（共済組合等の期間は含みません）以上ある方。

### 経過措置に関する事務手続き

平成28年9月30日以前から同一事業所で引き続き働いている方が、平成28年10月1日に短時間労働者として被保険者となったことにより、老齢厚生年金の定額部分が支給停止された場合は、届出を行うことで、定額部分の支給停止が解除されます。「障害者・長期加入者特例に係る老齢厚生年金在職支給停止一部解除届」に必要な事項を記載のうえ、次のいずれかの書類を添付して、年金事務所へ提出してください。

- 平成28年9月30日以前から引き続き勤務していることを明らかにできる書類
- 平成28年9月30日以前から引き続き勤務していることについての事業主の証明書（届書の事業主証明欄による証明でも可）

支給停止となった定額部分については、当分の間、1月遅れ（翌月15日）で支払います（下図参照）。



### 国民年金ひとことメモ

## 国民年金保険料の前納制度

国民年金保険料を口座振替により納付する方法には、①2年度分の前納（4月～翌々年3月分）②1年度分の前納（4月～翌年3月分）③6か月分の前納（4月～9月または10月～翌年3月分）④毎月（早割）⑤毎月（割引なし）の5つがあります。このうち、①～④には**割引が適用**されます。

口座振替での前納のお申し込みは、金融機関および年金事務所まで受け付けています。

#### ■申込方法

「国民年金保険料口座振替納付（変更）申出書 兼 国民年金保険料口座振替依頼書」に必要な事項を記入のうえ、預貯金口座のある金融機関（郵便局を含みます）の窓口または年金事務所へ提出（郵送も可）してください。

#### ■申込締め切り

口座振替による、平成29年度分の2年前納・1年前納・4月～9月の6か月前納の締め切りは**平成29年2月末日**、10月～翌年3月の6か月前納の締め切りは**平成29年8月末日**となります。すでに口座振替で前納されている方は、再度申し込みの必要はありません。ただし、口座振替の引き落とし方法を変更される場合には、再度申し込みが必要となります。また、一部納付（半額免除等）される方の口座振替は、毎月納付（割引なし）となります。

#### ■前納した場合の国民年金保険料と割引額（ ）内の金額は毎月納めた場合の合計金額からの割引額

##### 【口座振替の場合】

平成28年度		
6か月前納	1年前納	2年前納
96,450円	191,030円	377,310円
(1,110円)	(4,090円)	(15,690円)

##### 【現金の場合】

平成28年度		
6か月前納	1年前納	2年前納
96,770円	191,660円	現金での前納はなし
(790円)	(3,460円)	—

※上記の国民年金保険料額は、厚生労働省の告示による金額です。

※平成29年度の前納制度による国民年金保険料額は、平成29年1月下旬頃に厚生労働省から告示されます。

東京社会保険協会 **フィオーレ健診クリニック** 保育室完備 からののお知らせ

平成28年度  
オプション検査のご案内 **アレルギー検査**

**原因となるアレルゲン(\*)を知ることは治療の第一歩** (\*アレルギー反応を引き起こす物質を「アレルゲン」といいます。)

せき、鼻水、くしゃみ…、あなたが悩まされているその症状は、実はアレルギーかもしれません。  
花粉症や気管支喘息などのアレルギー性疾患は、体質や環境要因が複雑に絡み合っ起こると考えられているため、まずは、何が原因で症状が起こるのかを知ることが大切です。  
フィオーレ健診クリニックでは、採血によるアレルギーのオプション検査を実施しています。

- **アレルギーセット検査① 料金：5,400円** (税込)  
春～夏 (ダニ・スギ・ヒノキ・カモガヤ・ハンノキ・ガ)
- **アレルギーセット検査② 料金：5,400円** (税込)  
夏～秋 (ダニ・ブタクサ・ヨモギ・カナムグラ・ユスリカ(成虫)・ガ)



以下のアレルギーのオプション検査は、●1つにつき **料金：1,620円** (税込)

- 非特異的IgE抗体 (血液検査でアレルギー体質かどうかを判定) ● 家の埃類 (ハウスダスト)
- ダニ ● スギ花粉 ● ヒノキ花粉 ● イネ科類 (ハルガヤ・ギョウギシバ・カモガヤ・オオアワガエリ・アシ)
- 雑草類 (ブタクサ・ヨモギ・フランスギク・タンポポ・アキノキリンソウ)
- 食物類 (卵白・ミルク・小麦・大豆・ピーナッツ) ● 穀物類 (小麦・トウモロコシ・ゴマ・ソバ・米)
- 動物上皮 (ネコ皮膚・イヌ皮膚・モルモット上皮・ラット・マウス)
- カビ類 (ペニシリウム・クラドスポリウム・アスペルギルス・カンジダ・アルテルナリア・ヘルミントスポリウム)
- カニ ● エビ

※平成29年度はオプション検査のリニューアルを予定しています。

**こんな時期に要注意!**

■ 木本植物 ■ 草本植物

飛散時期 (関東)	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
スギ		■	■	■	■							
ヒノキ			■	■	■							
ハンノキ	■	■	■	■								
カモガヤ					■	■	■	■	■	■	■	
ブタクサ								■	■	■	■	
ヨモギ								■	■	■	■	

\* 植生および時期は、地域により若干異なります。

最新の花粉情報をご覧ください!

日本気象協会『花粉情報 (2017年春の花粉飛散予測)』  
<http://www.tenki.jp/pollen/expectation.html>



**対策  
ポイント**

- 花粉情報 (テレビ、新聞、インターネット等) を利用し、飛散の多いときは、外出を控え、窓や戸を閉める。
- 外出時には、ウールなど花粉が付着しやすい衣服は避け、マスク・メガネ・帽子などを着用する。
- 帰宅時には、衣服や髪をよく払い、手洗い・うがい・洗顔をする。
- 洗濯物は外に干さないようにし、室内や窓ぎわの掃除を心がける。

**フィオーレ健診クリニック**

大江戸線「東新宿」駅 A2出口 から徒歩 1 分

予約専用ダイヤル TEL 03-5287-6211  
お問い合わせ TEL 03-5287-6217

電話受付時間 月曜日～金曜日 9:00～17:00  
土曜日健診実施日 9:00～12:00

健診およびオプション検査等の詳細は、ホームページ <http://www.k-fiore.jp/> をご覧ください。





## 新米プログラマーと時間

編集委員 森 浩志



新しい年になった。昨年と何か違うかという、そうでもない。ただ日々1日1日を、寝て、食って、働いて、ひたすら生き抜くばかりである。しかし、これが幸せと銘じて生活している。「今年はああしよう、こうしよう」などは、とんと思わない。思えば、大晦日

に後悔する。時の流れは自然である。そのうちで、思い立ったが吉日である。また、必要に迫られても吉日である。そのときは奮起しなければならない。ある先生が、テレビで「いつやるの？ 今でしょ」と言っていたが、まさにそのとおりである。時の自然な流れを年月日で区切って安心するのは、人間の悪癖である。「何日までにやろう」とか、「何日余裕がある」などと思うのは、時間の無駄な浪費につながる。

「時間がない、時間がない」と愚痴をこぼすのは、人の性である。気持ちはわからないでもない。「時間は自分でつくるもの」などと言われても、どこからか、ホイホイ湧いて出るものでもない。時間に追われ、窮屈な人生で、窮屈な時間を過ごすばかりである。

一方、時間に追われず、ポーっとしている人がいる。以前勤めていたソフトウェア会社にいたTさんと、今でも尊敬する先輩である。彼はまるで、人生の時間の中をぶかぶか浮いているような人である。いや、そう見える人である。いつも影が薄く目立たない。声が小さいし、口数も少ない。あまり動かないので、ときどきそこにいるのを忘れる。入社したばかりの私は、彼と向かい合わせの席になった。彼はいつもこちらを凝視していた。私は胸の内で、「変な人」だと思っていた。

あるとき、私は仕事が一段落したので、なにげなく彼を見ると、目が合った。彼はじっと私を見ていたが、突然ニッコリと笑みを浮かべ、私のほうにやってくる。そして蚊の鳴くような声で、「忙しそうだね」と声をかけられた。「Tさんは暇そうですね」と笑いながら言うと、「仕事、終わっちゃったから」と小さな声で言う。「でも、さっき新しい仕事を頼まれていたじゃないですか？」と言うと、またニッコリとしながら、「もう、終わった」と言う。これを聞いて「おや？」と思った。私は、彼が上司から頼まれた仕事の内容を聞いていたが、その内容は、少なくとも1週間はかかる仕事であった。「もう、できたんですか？」と驚いて尋ねると、「だって、外部仕様書（システム設計でシステムの概要が綴られた書類）を読めば、何が必要か、だいたいわかるでしょう？」と言う。「外部仕様書を渡されたとき、必要となりそうなものは、予測して、すべてつくってあったから、あとは組み合わせるだけで完成だよ」と、シタリ顔である。「せっかく、外部仕様書を渡されたのに何もしないで時間を無駄にするのは、もったいないでしょ」と、今度は威張っている。

新人だった私は「なるほど」と思った。たしかに、私、いや、他の社員も、外部仕様書を渡されても一読するだけで、詳細設計書がくるまで待つて、そこからプログラミングを始めていた。

そこで、私は、彼にどうすればそれができるのか、レクチャーを求めた。彼はこう言う。「あらかじめ、このシステムにはどのような条件で、どんな手続きが必要か、データベース設計はどのようなか、ありとあらゆることを考え抜いて、頭の中できちんと整理し、必要となるシステムの部品を細切れにし、パターン化して蓄えておくこと。もちろん、外部仕様書を書く人の癖や、思考パターンまで頭に入れておくこと。他のシステムで使用されているプログラムも利用すること。使えるものは何でも利用し、次にどんな外部仕様書がくるかを、1つも2つも先を見越して準備をしておくこと。外部仕様書を渡されたら、これらに瞬時にとりかかること。

この話を聞いてから、私には時間がなくなった。1週間ほどかけて、社内のあらゆる外部仕様書、プログラム等を片っ端から読んでいった。そして、私がもっていた外部仕様書から完成するであろうシステムを想像してみた。すると、抱えている詳細設計書のパターンのプログラムが頭に浮かび、それをコピーして組み合わせ、少し修正しただけで、終わってしまった。1か月もすると、空き時間は膨大な量になった。指示された仕事は、すぐに片づいてしまうからである。その時間を次の準備に回せるようになり、より多くの仕事を正確にこなせるようになった。やってみると、それがいかに効率のよいことかがわかった。

彼は、ただ、ポーっとしているわけではなかった。表に出さない時間の蓄積があるのである。いつも仕事の先読みをして、考えながら準備に時間を割いている。だから、成果物に組み上げる手段を豊富にもっていて、その結果、仕事が速く、正確である。しかし、次の仕事を考えているときは、数時間、時には1日中考えている。だから、はた目には、ポーっと一点を凝視しているように見えるのである。

彼は時間を賢沢に使う人である。「今」を大切にする人で、「時間がない」とは嘆かない。彼にとっては、「今」の時間がたくさんある。だから、「何日までにやろう」とか、「何日余裕がある」などとは思わない。上司が期限を提示しても、その日数は考えず、とことん「今」に集中するのである。

私は以後、彼を師として仰ぎ、T先輩からさまざまなことを学び、同じように仕事に向き合うようになった。おかげさまで、入社3年目には若手のエースなどと呼ばれ、重要な仕事をどんどん任されるようになり、20代半ばでSEとしてプロジェクトチームを率いるようになった。しかし、それはT先輩の教えがあったからこそである。

その後転職し、人事労務で20余年、仕事は違えど、「今」を大切に、次の仕事を予測しながら仕事に臨んでいる。今にして思えば、T先輩は、当たり前のことを言っただけである。だが、それを新米プログラマーだった私に教えてくれたことは、私にとって大きな飛躍への一歩だった。だから、今でもT先輩への感謝の気持ちを忘れていない。

今年も、川崎でコンサルタントをしているT先輩から年賀状が届いた。写真付き年賀状には59歳のT先輩と奥さん、仕事を教えてもらった頃のT先輩と同じ顔でこちらを凝視している26歳になる息子さんも写っていた。