

232

2023年9月

# けんぽだより

大阪府建築健康保険組合

(大阪府能勢町：長谷の棚田)



ご家庭にお持ち帰りになり皆さんでお読みください

# 令和4年度 決算のお知らせ



大阪府建築健康保険組合の令和4年度決算が、去る7月13日の組合会において承認されましたので、その概要をお知らせします。

— \* —

当健保組合の令和4年度の決算は、収入64億7,576万3千円に対し、支出59億9,545万円、収支差引で4億8,031万3千円の黒字決算となりました。

当健保組合の令和4年度の決算状況は、支出面において、新型コロナウイルス感染症等の影響により急激に増加した3年度から引き続き高止まりの状況の医療費に加え、高齢者等拠出金も変わらず保険料収入の35%程度を占める高い水準の状況でありましたが、収入面で、標準報酬月額、賞与額共に引き続き堅調な推移をみせて、保険料収入は当初予算を上回り、収支の改善に好影響を与える結果となりました。経常収支差引額は4億803万9千円と



なり、引き続き黒字の結果を残すことができました。

今後は、更なる高齢化で高齢者等拠出金が大きく増えることになり、厳しい財政運営を強いられることが予想されますが、健康保険組合の役割を果たすべく、基本的業務は元より、保健事業等の保険者機能をさらに充実させ、これまでの取り組みを継続・発展させることにより、健全な健康保険組合運営に努めてまいりたいと考えております。

皆さまにおかれましても、健診や特定保健指導などの積極的な活用により、健康管理に取り組んでいただくとともに、引き続き医療費削減にもご協力いただきたく願います。

## 令和4年度 事業所・被保険者等の状況(年度末)

種 別	令和4年度	令和3年度	増 減
事業所数(社)	246	248	▲2
被保険者数(人)	10,192	9,979	213
平均標準報酬月額(円)	414,945	415,494	▲549
介護保険第2号被保険者数(人)	7,864	7,905	▲41

## 年度別 被保険者1人当たりの保険給付費と支援金・納付金等拠出金の推移

年度	①保険給付費(円)	②納付金(円)	保険料に対する割合①+②(%)
01	283,521	183,236	81.37
02	267,704	220,254	84.69
03	310,566	217,974	88.19
04	313,648	216,001	87.61

# 令和4年度 収入支出決算の概要

## ◆健康保険分 (千円)

収入	保険料	6,186,145
	国庫負担金	2,032
	調整保険料	83,366
	国庫補助金収入	7,132
	財政調整事業交付金	92,649
	保健事業収入・雑収入等	104,439
	合計 ①	6,475,763
	経常収入合計 ③	6,289,179

支出	事務費	133,842
	保険給付費	3,208,301
	納付金	2,209,470
	前期高齢者納付金	870,662
	後期高齢者支援金	1,338,761
	その他(退職者給付等)	47
	保健事業費	310,350
	財政調整事業拠出金	83,116
	営繕費	31,151
	連合会費・その他	19,220
合計 ②	5,995,450	
経常支出合計 ④	5,881,140	

決算残金 ①-②	480,313 千円
経常収支差引額 ③-④	408,039 千円

※経常収入支出差引額とは、臨時的な収入「調整保険料収入」「財政調整事業交付金」等と、臨時的な支出「営繕費」「財政調整事業拠出金」等を控除したものです。

## ◆介護保険分 (千円)

収入	保険料	712,264
	雑収入	2
合計 ①	712,266	

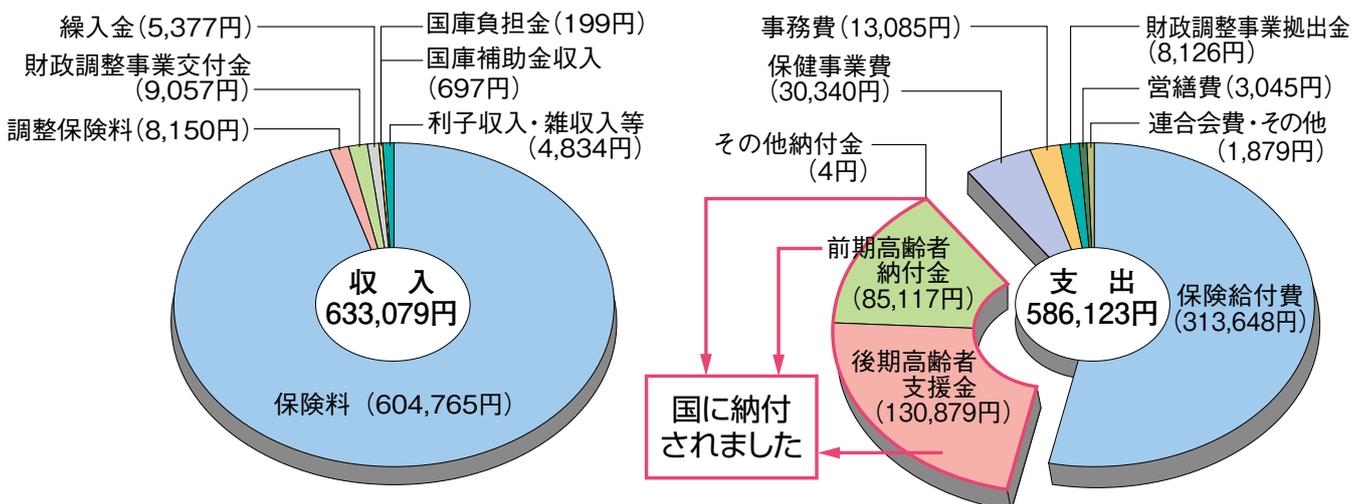
支出	介護納付金	675,298
	還付金	82
	積立金	12,000
合計 ②	687,380	

決算残金 ①-②	24,886 千円
----------	-----------

### 組合状況 (令和5年3月末現在)

- 被保険者数 10,192人  
(男性 7,680人、女性 2,512人)
- 平均標準報酬月額 414,945円  
(男性 452,573円、女性 295,232円)
- 総標準賞与額(年間合計) 13,694,196千円
- 平均年齢 45.93歳  
(男性 47.51歳、女性 41.06歳)
- 被扶養者数 7,818人
- 前期高齢者加入率 7.57%
- 健康保険料率 1,000分の98  
(事業主 1,000分の50、被保険者 1,000分の48)
- 介護保険の対象となる被保険者数 7,864人
- 介護保険料率 1,000分の17.6  
(事業主 1,000分の8.8、被保険者 1,000分の8.8)

### 被保険者 (年間平均 10,229 人) 1人当たりで見ると



知って納得！

# 健康保険

## 「標準報酬月額」が 変わるのなぜ？

「標準報酬月額」は年に1度必ず見直され、その結果によっては健康保険料等が変わることもあります。標準報酬月額の仕組みについて理解しておきましょう。



### 標準報酬月額とは？

健康保険の保険料等は、毎月の給与（報酬月額）に応じて決められることになっています。しかし、残業など月によって変動しやすい給与をベースにするため保険料の計算が煩雑になってしまいます。そこで、保険料の計算を正確に行うために、給与を1〜50の等級に分けて表した「標準報酬月額」が使われます。各等級に対して標準報酬月額が割り当てられており、それを基に健康保険の保険料が計算できるようになっています。例えば、毎月の給与が27万円〜29万円の場合は「21等級」に該当し、標準報酬月額は28万円となります。この標準報酬月額に、加入している医療保険者が定める保険料率を掛けたものが、月々の健康保険料額となります。このため、標準報酬月額が変わると保険料の額も変わります。また、保険料率は各医療保険者が財政状況などに応じて独自に定めるため、加入する医療保険者が違うと同じ標準報酬月額の等級でも保険料の額が異なります。

### 標準報酬月額は、年に1度見直される

標準報酬月額は年に1度、その年の4・5・6月の3か月間の給与の平均月額を基に見直されます。等級に変動があった場合、新たな標準報酬月額が9月から翌年の8月までの1年間、適用されることとなります。これを標準報酬月額の「定時決定」といいます。標準報酬月額は給与を基に算出されるため、給与が上がれば標準報酬月額が上がった場合、保険料が上がることになります。

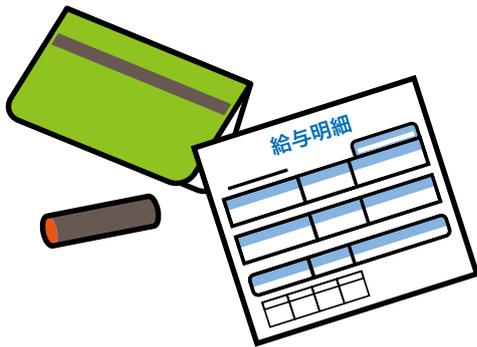
## 給与が大幅に増えた・減った場合は「随時改定」も

昇給や降給で大きく給与が増減した場合は、定時決定のタイミングを待たずに、「随時改定」が行われます。随時改定が行われるのは、昇給（降給）後3ヵ月間の給与の平均月額に該当する標準報酬月額が昇給（降給）前に比べて2等級以上、上がった（下がった）場合です。新しい標準報酬月額が適用されるのは昇給（降給）後4ヵ月目以降です。

なお、随時改定の対象となるのは、固定的賃金（月給や家族手当、住居手当など一定額が毎月継続して支給される報酬）の変動があった場合です。固定的賃金に変動がなく、残業代やインセンティブなど勤務時間や営業成績に左右される報酬の増減のみでは随時改定の対象になりません。

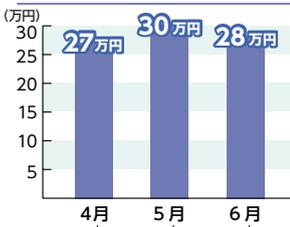
給与が増えているのに、健康保険料等が上がった場合は、転居や結婚で通勤手当や家族手当などの固定的賃金が上がりに、随時改定の対象となったことが理由として考えられます。

また、育児休業や産前産後休業（育児休業を取得しない場合）を終了した場合にも、届出により「随時改定」をおこなうことができます。この場合は、育児（産休）終了日の翌日が属する月以降の3ヵ月の給与の平均により標準報酬月額を決定することとなります。なお、通常の随時改定とは違い、固定的賃金の変動がなく、かつ2等級以上の差がなくても届出をすることができます。



## 標準報酬月額と保険料決定の仕組み

■ 4・5・6月分の給与



4・5・6月の給与平均  
**28.3333...万円**

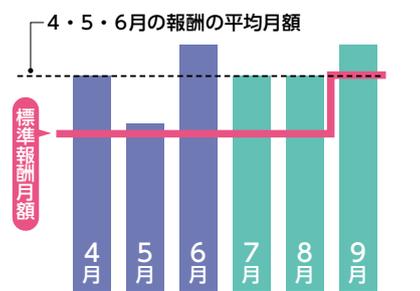
4・5・6月の給与の平均額が該当する等級

標準報酬月額  
**28万円**  
**21等級**

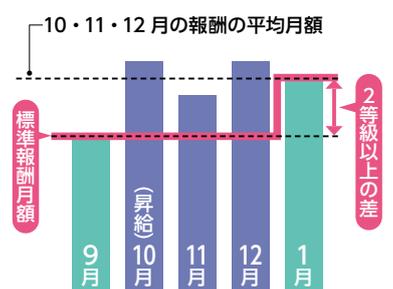
■ 標準報酬月額表 (抜粋) (単位:円)

等級	標準報酬月額	報酬月額 (以上~未満)
1	58,000	63,000
2	68,000	63,000 ~ 73,000
3	78,000	73,000 ~ 83,000
...	...	...
20	260,000	250,000 ~ 270,000
<b>21</b>	<b>280,000</b>	<b>270,000 ~ 290,000</b>
22	300,000	290,000 ~ 310,000
23	320,000	310,000 ~ 330,000
...	...	...
48	1,270,000	1,235,000 ~ 1,295,000
49	1,330,000	1,295,000 ~ 1,355,000
50	1,390,000	1,355,000 ~

■ 定時決定の仕方



■ 随時改定の仕方



標準報酬月額 **28万円** × 加入している医療保険者が定める保険料率  
= **月々の健康保険料額**



# 電子申請をご利用ください

- 「電子申請」は、インターネットを利用して申請・届け出を行う方法です。申請のための移動や郵送の必要がないため、書面等で行うよりコストがかからないというメリットがあります。

## 【電子申請の対象となる届け出】

- 被保険者資格取得届
- 被保険者資格喪失届
- 被保険者報酬月額算定基礎届
- 被保険者報酬月額変更届
- 被保険者賞与支払届



## ●電子申請の仕組みについて



【APIとは】「Application Programming Interface」の略語であり、ソフトウェアの機能を共有する仕組みです。

- ◇事業主の(社労士含む)のみなさまは、民間サービス事業者が提供するサービス(例:申請APIと連携する人事・給与システム)を利用して、電子申請を行います。

※日本年金機構の届書作成プログラムから直接に申請することはできません。

※手続きの詳細は人事・給与システム毎に異なりますので、ご利用のシステムベンダーにお問い合わせください。

- ◇電子申請される際は、法人共通認証基盤による資格情報確認により申請者の確認を行うためのGビズID(無料)又は、利用可能な電子証明書(有料)の取得をお願いします。



# 適正受診で医療費節約！



上手に医療を受ければ、医療の質を落とさずに余計な医療費負担を減らせます。家計を守り、健康保険を守るために、適正な医療の受診にご協力をお願いします。

## 安易な時間外受診は避ける

時間外の診療は通常の診療とは異なり割増料金も請求されますから、緊急度をよく考えて必要最低限の受診にとどめることが大切です。

## 「はしご受診」はしない

はしご受診は同じ病気で複数の医療機関を転々と渡り歩くこと。検査や薬が重複するため医療費が余計にかかる上に、体への負担も心配です。

## ジェネリック医薬品を活用

ジェネリック医薬品は、成分・効能は新薬と同じなのに価格は半額以下。医療の質を落とさずに家計の負担を軽くすることができます。

## 「リフィル処方箋」を使う

「リフィル処方箋」を利用すれば、医師の診察なしで最大3回まで同じ処方箋で薬が受け取れます。通院負担が軽減できるので、まずは医師に相談を。

## かかりつけ医を決める

軽い病気やけがですぐに大病院を受診すると、余分な特別料金（医科：初診7,000円）がかかります。まず「かかりつけ医」を受診して紹介状を書いてもらいましょう。

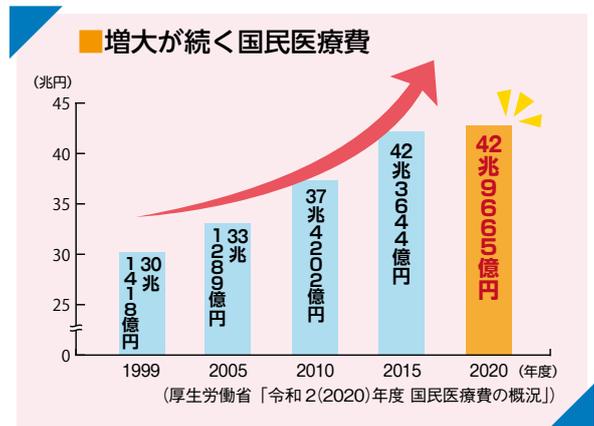
## 健診で生活習慣病を予防

生活習慣病は治療が長期にわたり医療費が高額です。健診・保健指導を受けて生活習慣病を予防すれば、医療費を大きく節約できます。

## 医療費が増大中！

### 健康保険を守るために医療費の節約を

日本の医療費は医療技術の進歩や高齢化により年々急増し、増え続ける医療費を支えるために健康保険の財政は非常に厳しい状況です。医療費の増大は健康保険料の負担増につながりますから、**ぜひ医療費の節約にご協力ください。**



## ご存知ですか

### 薬局によって料金が異なる仕組み

病院から処方箋をもらって、院外薬局で調剤を受けた場合、薬局によって支払う金額が異なります。

薬自体の値段はどこの薬局でも同じですが、それ以外に、薬局は処方箋を受付するごとに「調剤基本料」を算定します。この「調剤基本料」が薬局によって違うのです。

「調剤基本料」は、受付する処方箋の数や同じ病院から集中して処方箋を受付している割合などに応じて金額が変わります。また、地域の医療に対する貢献度に応じて加算される「地域支援体制加算」というものもあります。

金額の違いはおおよそ数十円程度ですが、次に調剤を受けたときには、領収書を確認してみてもいいかもしれません。



おいしく食べて旅行気分

# 世界の健康レシピ

World Healthy Recipes

監修/清水加奈子

フードコーディネーター、管理栄養士、  
国際中医薬膳師、国際中醫師

世界各国で食べられている健康的なレシピをご紹介します。今回は、スパイスと羊肉を使った胃腸に優しいエキゾチックな料理です。

## ハリラ

☆

### モロッコのレシピ

スマホでも見られる!



アフリカ大陸北西部に位置するモロッコは、古くから多文化が交差する地であり、海と平野、山岳地帯、砂漠という多様な地形と気候を有し、食材も豊富。オリーブオイルやハーブ、スパイスをふんだんに使った、ヨーロッパとアラブ、アフリカが融合した豊かな食文化が育まれています。日本でブームになったタジン(=鍋)はモロッコ発祥です。また、食事時や休憩時にはミントティーを飲む習慣があります。

# ハリラ

■378kcal ■たんぱく質21.3g ■脂質13.6g  
■炭水化物41.7g ■塩分相当量2.1g ※すべて1人分

モロッコで日常的に食べられている、野菜と豆がたっぷり溶け込んだ伝統的なスープ。特に、イスラム教のラマダン（断食）明けの夕食には欠かせない料理で、空腹の胃にも優しい味わいです。今回は、極細のパスタであるバーミセリの代わりにカップペリーニを使用しています。

## 作り方

🕒 調理時間50分

- 1 羊肉は小さめの一口大に切り、塩、こしょう、小麦粉をまぶす。玉ねぎ、セロリは1cm角に切る。しょうがはすりおろす。パクチーとイタリアンパセリは、刻んで飾り用分を別にしておく。
- 2 トマトはへたを取り、湯むきをしてすりおろす。

POINT



トマトをすりおろすことで、トマトに含まれるうま味成分であるグルタミン酸がスープに流れ出しやすくなって、味にコクが出ます。

- 3 鍋にオリーブ油、しょうがを熱し、羊肉を加え炒める。肉の色が変わったら、玉ねぎ、セロリ、パクチー、イタリアンパセリを加え、さらに炒める。
- 4 水、トマト、レンズ豆を入れ、沸騰したら弱火にして、レンズ豆が煮崩れるまで20分ほど煮る。
- 5 ひよこ豆と短く折ったカップペリーニを加えてさらに10分ほど煮たら、水大さじ3（分量外）で溶かした小麦粉を加え、とろりとするまで5分ほど煮る。
- 6 塩、こしょうで調味し、器に盛って飾り用のパクチー、イタリアンパセリを散らす。

## 材料 (2人分)

●羊肉…………… 100g	●トマト…………… 中1個
●塩、こしょう、小麦粉…………… 適量	●レンズ豆（乾燥）…………… 50g
●玉ねぎ…………… 1/4個	●ひよこ豆（水煮）…………… 50g
●セロリ…………… 1/4本	●カップペリーニ…………… 15g
●しょうが…………… 1片	●小麦粉…………… 大さじ1
●パクチー、イタリアンパセリ…………… 各大さじ3（各大さじ1は飾り用）	●オリーブ油…………… 大さじ1
	●水…………… 750ml

## ヘルシー食材

### 羊肉

牛・豚・鶏肉と比べて、低脂肪・低コレステロール・低カロリー・高たんぱく。加えて、脂肪の燃焼を促進させるL-カルニチンが豊富なので、ダイエットの強い味方です。鉄分、亜鉛のほか、必須アミノ酸などもバランスよく含まれています。

日本では、生後1年未満の羊肉を「ラム」、生後2年以上の羊肉を「マトン」と呼びます。ラムの方が羊特有の臭いとクセが少なくやわらかいので、初心者にはお薦めです。



# ザアルーク

スマホでも見られる!



■235kcal ■たんぱく質4.7g ■脂質13.6g  
■炭水化物26.0g ■塩分相当量1.6g ※すべて1人分

香ばしく焼いたなすを、トマトやスパイス、ハーブと一緒にペースト状にしたホットサラダ。幾つもの風味が混ざり合う複雑な味わいが後を引きまします。モロッコでは、ホブスというパンにたっぷりのせて食べるのが定番ですが、今回はフォカッチャで代用しています。

## 材料 (2人分)

●なす…………… 3本	●A にんにく…………… 1片
●トマト…………… 中1個	●パクチー、イタリアンパセリ…………… 各大さじ1/2
●オリーブ油…………… 大さじ2	●クミンパウダー…………… 小さじ1
●フォカッチャ…………… 2個	●パプリカパウダー…………… 小さじ1/2
●レモン（くし切り）…………… 2切	●レモン汁…………… 大さじ1
	●塩…………… 小さじ1/2

## ヘルシー食材

### パクチー

地中海沿岸原産の香味野菜で「香菜」「コリアンダー」とも呼ばれ、中国、東南アジア、南アジア、中近東、南米などで、スパイスの効いた料理に多く利用されます。β-カロテン、ビタミンC、食物繊維、カルシウム、鉄が含まれているほか、独特の強い香りには鎮静効果や消化を助ける作用があります。この香りが苦手な場合は、加熱することで抑えられます。



## 作り方

🕒 調理時間20分

- 1 なすは直火で中心がやわらかくなるまで焼いてへたを取り、皮をむき1cm角に切る。トマトは角切りにし、種を取り除く。パクチー、イタリアンパセリは刻む。にんにくはすりおろす。
- 2 フライパンにオリーブ油を熱し、中火でトマトを炒め、水分が飛んだら、Aを加え全体になじませる。
- 3 なすを加え、とろりとするまで中火で7～8分ほど炒める。
- 4 器に盛り、フォカッチャとレモンを添える。

## 特定保健指導のすすめ

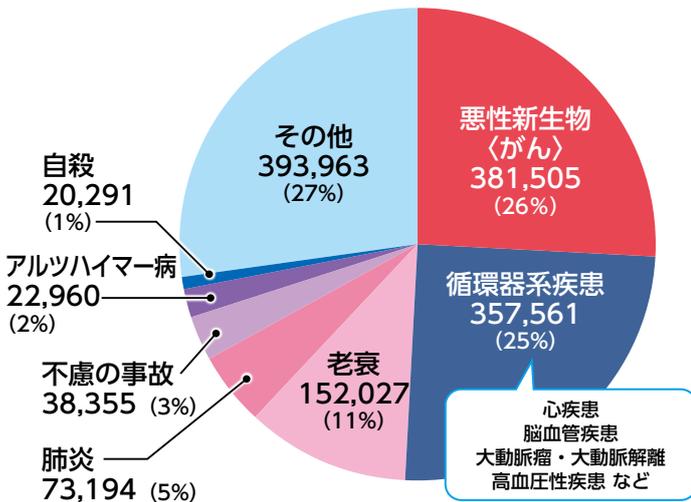
# 特定保健指導は **必ず** 受けてください

40歳以上で健診の結果から生活習慣病のリスクが高いと判定された方は、特定保健指導の対象になります。対象になった場合は必ず受けて、健康を取り戻す機会にしましょう。

肥満に血圧・脂質・血糖の異常が重なると、脳卒中や心筋梗塞などの生活習慣病の危険性が急激に高まります。そこで、40歳以上で健診の結果からリスクが高いと判定された方だけを対象に、特定保健指導で生活習慣を見直せるようにサポートします。対象になった場合には必ず受けて生活習慣を改善する機会にしましょう。費用は全額を当健保組合が負担するため、**無料です!**

### 死亡原因別死者数 (人)

出典：厚生労働省「令和3年（2021年）人口動態統計（確定数）の概況」



### ■(例) 脳血管障害で治療・入院した場合

入院期間 平均 **77.4** 日

出典：「令和2年患者調査の概況」厚生労働省

医療費 受診者 1人当たり平均  
約 **575** 万円\*

出典：「令和2年度生活習慣関連疾患の動向に関する調査」健保連

\*医療費の総額を受診者数で割った金額であり、患者が負担する医療費とは異なります。

長期間の入院と  
高額な医療費

### パソコン・スマホで面談が受けられます



特定保健指導を受けやすくするために、パソコンやスマートフォン、タブレットを利用して遠隔で面談が受けられる仕組みを導入しています。詳しくは対象になった方にお送りするご案内をご確認ください。

## 特定保健指導の流れ

### 保健師等の専門家による

#### 面談

保健師等の専門家と面談を行い、実現可能で取り組みやすい目標を一緒に考えます。

### 生活習慣の見直しを

#### 実践

目標達成に向けて生活習慣の見直しを実践します。電話などで継続して支援します。

### 目標が達成できたか

#### 確認

体重や腹囲の状態、目標が達成できたかなどを3~5ヵ月後に電話などで確認します。

## ~ 健康コラム ~

こんにちは、管理栄養士の田中です。

ご存じでしょうか?9月1日といえば「防災の日」です。防災の日の目的は、年に一度災害に対する認識や防災対策の見直しをおこない、防災意識を高めることです。

日本は「地震」「津波」「台風」などの自然災害が比較的多い国のため、防災対策は重要と言えます。

最近は、3~5年保存できる非常食や、火をつかわなくても食べられるカレー、手軽に栄養がとれるようかん等色々な非常食が売られていますね。今回、私が是非ご家庭で常備していただきたいオススメ非常食の1つとして、「ツナ缶」を紹介したいと思います。

私が、非常食としてツナ缶をオススメする理由として

#### ★貯蔵性が良い

大体3年程度もちますが、缶詰は理論上、賞味期限切れのものも問題なく食べる事ができると言われています。特にオイル漬けは、賞味期限内のものより味がよくなるともいわれています。とはいえ、非常時に食べる物ですので、安全性を高める為に適宜入れ替えを行う事をオススメします。

#### ★たんぱく質が多い

特にタンパク質が豊富で、代謝機能の強化や筋肉維持に効果的です。

#### ★食事に取り入れやすい

日常的にも使いやすいので家庭で常備しておきやすい。

#### ★実は…ランブにもなりますよ!

缶に穴を開け、芯を差し込みます。芯には綿のひも等が良いそうですが、コーヒーのフィルタやティッシュをこよりにしても使用でき、大体2時間もちます(蓋をあけて中身を食べた後の油を使ってOK)【※警視庁のHP参考】

2時間火がつけば、非常時の明かりだけでなく、工夫すればちょっとした料理くらいできますね。

※警視庁のHP：<https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kurashi/saigai/yakudachi/house/lifeline/405974518117580800.html>



# インフルエンザ予防接種補助のお知らせ

## ■接種補助を受けられる人

被保険者および被扶養者・任意継続者

※大阪府建築健康保険組合で認定されている方のみ利用可能です。 ※接種日において、健保の資格を喪失された方は利用できません。

詳細は当健保のホームページをご覧ください <http://www.kenchiku-kenpo.or.jp>

## 補助対象の接種期間 令和5年10月1日(日)～令和6年1月31日(水)

接種方法① 契約医療機関 ※接種料金が3,000円以上の場合のみ使用可		接種方法② 契約外医療機関	
1	一人につき 上限1,500円 1回まで (差額は接種期間窓口にて自己負担)	1	接種料金のうち、自己負担分として 1,500円を差し引いた額を補助対象とし、 1,500円を限度に補助します。
2	契約医療機関に、対象年齢や予約可否等を 電話で確認 ※最新の契約医療機関はHPを確認 <a href="http://www.kenchiku-kenpo.or.jp">http://www.kenchiku-kenpo.or.jp</a>	2	利用したい医療機関に予約
3	「インフルエンザ予防接種 補助券」に 接種者全員の必要事項を全て記入	3	接種当日、窓口で予防接種費用全額を支払い、 インフルエンザ予防接種費用の個人名宛領収書を 受け取る(※接種者全員分必要 ※シート不可)。
4	接種当日、下記の2点を医療機関へ提出 ①「インフルエンザ予防接種 補助券」 ② 接種者全員分の「被保険者証」	4	インフルエンザ予防接種費用補助金請求書 (健保HPより印刷可)に必要な事項を記入
5	自己負担分のみで接種! 接種後の手続きは不要!	5	インフルエンザ予防接種費用補助金請求書に 領収書の写し(接種者氏名・接種日記載のもの)と 請求者一覧表等を添付して事業所一括で 健保組合まで郵送にて提出 ※2月末日期限
		6	後日、指定金融機関に振り込まれます。



### 注意事項

※二重請求や、補助券を2回以上利用された場合は、返還請求をしますので、ご注意ください。

※医療機関のワクチン数には限りがあるため、ワクチンが不足する可能性があります。お早めに電話にてご確認・ご予約ください。

-----キ---リ---ト---リ---線-----

## インフルエンザ予防接種 補助券

令和5年度 大阪府建築健康保険組合

### [注意事項]

※ 契約医療機関でのみ使用できます。

※ 一人1回、接種料金が3,000円以上の場合のみ、こちらの補助券を使用することができます。

※ 接種する際はこの「補助券」に併せて、必ず接種者全員分の「被保険者証」を提示ください。

また、「補助券」を忘れた場合は、全額立替払いになります。

※ 被保険者氏名、接種者氏名等、必要事項をすべて記入してください。記入がない場合は使用できません。

ご記入いただいた個人情報は、インフルエンザ予防接種事業のみに使用し、他の目的には使用いたしません。

補助額：¥1,500

※一人1回まで有効  
(2回目からは自己負担となります。)

被保険者証  
記号・番号

—

大阪府建築健康保険組合で認定されている方のみご利用いただけます。

※ 接種日において、当健保の資格を喪失された方はご利用できません。

(フリガナ)  
被 保 険 者  
氏 名

接種日： 年 月 日

1	接種者氏名	3	接種者氏名
	生年月日 S・H・R 年 月 日(才)		生年月日 S・H・R 年 月 日(才)
2	接種者氏名	4	接種者氏名
	生年月日 S・H・R 年 月 日(才)		生年月日 S・H・R 年 月 日(才)

接種期間：令和5年10月1日(日)～令和6年1月31日(水)

ワクチンの有無については、接種を希望する契約医療機関に事前に確認してください。

接種期間を過ぎてからの受診は補助対象外となりますので、ご注意ください。

株式会社あまの創健

名古屋市中区東三丁目20番20号

電話 052-931-0101(代)

(お問い合わせ先)052-930-8071

切り取ってご利用ください。補助券が不足する場合はコピーしてご利用ください。

今日

日

も

笑

顔

で

高座に上がるだけで人柄の良さがにじみ出る  
 “かわいいおばあちゃん落語家”になりたい!

# 蝶花楼 桃花

さん  
 ● 落語家



蝶花楼  
 笑いが一番♡

ちょうかろう ももか／東京生まれ。2006年、春風亭小朝に入門し、ニツ目・春風亭びっかり☆時代に浅草芸能大賞新人賞を受賞。2022年3月、真打に昇進し、高座名を蝶花楼桃花に改める。以後は落語活動を中心にテレビやラジオにも出演するなど幅広く活躍している。公式サイトは<https://momoka.club>

前座修業を終えてニツ目に昇進したころ、一人前の落語家として認められた喜びから、お仕事を何でもお引き受けして休みなく頑張っていたら、体調を崩して倒れたことがありました。その時はたくさんの人に迷惑をお掛けして、深く反省。それ以降は仕事量の調整や、メンタル面のケアの大切さを真剣に考えるようになりました。

今の生活に一番いい影響を与えているのは、朝と夜に必ず湯船に漬かること。夜の入浴は体の疲れが取れるし、精神的にリラックスできて、時間があるときはお風呂場で大好きな任侠映画（にんげんえい）を見るときも。朝の入浴は、頭と体がゆつくりと目覚めていくのを感じつつ、その日にやることを考えたり、仕事のメールを返したりしています。浴室が仕事の準備をする場ようになりますが、とても意義のある時間です。湯船から出て着物を着たら「よし!」と、気持ちがおんになって、一日のいいスタートを切れます。

落語界には、80歳を過ぎても元気に高座に上がる師匠がたくさんいらっしゃいます。そのお姿を拝見するたびに、健康に長生きするというのも一つの芸なんだなと思います。私も、高座に上がっただけで、それまで積み上げてきた人生が見えるような、人柄の良さがにじみ出るような、かわいいおばあちゃん落語家になりたいと思っています。

ホームページアドレス

<http://www.kenchiku-kenpo.or.jp>