

2023  
11  
No.579

広島県市町村職員共済組合

# 共済だより

2023年11月1日発行 第579号 編集/石川浩慈 発行/広島県市町村職員共済組合  
〒730-0036 広島市中区袋町3-17

電話番号 総務課 082-545-8222 福祉課 082-545-8886  
保険課 082-545-8777 年金課 082-545-8555  
出納室 082-545-8887 互助会事業課 082-545-8118

制作・印刷/株式会社保険出版社

★ 人間関係に効く ことばのレシピ  
謝る

★ 社会保障Topic  
健康日本21(第三次)の  
新しい目標

★ あの街“おいしい”ウォーキング  
歴史と文化が薫るロマン溢れる町  
府中市

今月号の  
topics

## あの街“おいしい”ウォーキング

府中市



恋しき(こいしき)の回遊式庭園  
(かいゆうしきていえん)

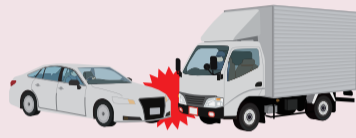


首無地藏 秋季大祭  
(くびなしじぞう しゅうきたいさい)

ライフシーンと 共済組合

### 交通事故などにあつたとき

交通事故など、他人(第三者)の行為によってケガをし治療を受けた場合、その治療費用などは加害者が負担することになりますが、公務外であるときは治療費を一時的に立て替える方法として、組合員証を使って受診することができます。



この場合はすぐに共済組合に連絡し、損害賠償申告書を提出してください。

詳しくはHPをご覧ください



ご家族と一緒に「共済だより」をご覧ください

ホームページへ最新号及びバックナンバーを掲載しています

人間関係に効く  
ことばの  
レシピ

## 謝る

【悪かったと思って相手に許しを求める。わびる】



関屋 裕希 臨床心理士、心理学博士

「ごめんなさい」は難しい。子どもの頃から私も謝るのが苦手でした。謝罪を口にしようとすると、何かが喉につかえたように言葉がひっかかるのです。大人になってからは、悪くないのに頭を下げなければいけないような場面も出てきて、もっと難しさを感じるようになりました。そんな私の中で「ごめんなさい」が塗り替えられた出来事があります。

当時、心から尊敬できる先輩と一緒に仕事をしていたのですが、ある日、その先輩が目指していたゴールから遠ざかるような行動をとっていたことを知ったのです。尊敬が大きかっただけに、反動で失望と怒りも大きく、しばらく先輩を避けていました。そんなことをいつまでも続けるわけにもいかず、意を決して率直に自分の想いを伝えたところ、先輩は指をそろえて、頭をしっかりと下げてこう言ったのです。

「ごめんなさい。申し訳ありませんでした。」

それはそれは見事な「ごめんなさい」で、私は怒りも忘れてあっけにとられました。潔く、真摯に、25歳も年下の私にこうして謝ることができる、その姿に何も言えなくなりました。私の中の「ごめんなさい」が塗り替えられた瞬間です。

それまで、「ごめんなさい」は悪いもの、過ちの象徴、自分に傷がつくもの、そう思っていました

が、それが変わりました。善悪、正誤、世の中はそんなにすっきりと白黒つくことばかりではありません。やむにやまれないこと、飲み込まなければいけないこと、「間」がたくさんあるのです。「ごめんなさい」は、その「間」を受けとめる力なのだ、そのとき気付きました。もちろん、どうしても譲れないこと、謝ったらむしろ後悔するようなことに「ごめんなさい」を言う必要はありませんし、謝ったことで自分の心が疲弊したように感じたなら、自分を癒やしてあげることも大事です。

ただ、誰かに謝るときや、誰かから謝罪を受けるときに、その「ごめんなさい」に至るまでの「間」に思いをはせることが出来れば、見える景色や考え方は自ずと変わっていくはず。私自身、この一件をきっかけに「間」を少しずつ受け入れられるようになって、周りから雰囲気が柔らかくなったと言われるようになりましたし、自分でもちょっと肩の力を抜けるようになった気がします。

この原稿が皆さんの「ごめんなさい」を考える

きっかけになれば幸いですし、先輩にはこう伝えたいです。「ごめんなさい」を教えてください。と。



社会保障 Topic

## 健康日本21(第三次)の新しい目標

厚生労働省は2024年度から2035年度までの国民健康づくり計画「健康日本21(第3次)」の基本方針を公表しました。健康日本21では、健康寿命を延ばすことを目的として、生活習慣病の予防、食事や運動などの目標を設定しています。これまでの健康日本21(第2次)の目標項目のうち半数以上は改善がみられましたが、生活習慣の改善に関する指標が悪化しているなどの指摘がされています。

こうした状況を踏まえ、「誰一人取り残さない健康づくりの展開」と「より実効性をもつ取組の推進」を図ることとして、新しい数値(2032年度目標)を設定しました。

食生活の改善として、野菜や果物、食塩の1日あたりの摂取量を定め、野菜は350g(2019年時点281g)、果物は200g(同99g)、食塩は7g(同10.1g)を目標としています。

また、新しく睡眠時間と女性の健康についても目標値を示し、「十分な睡眠時間」を6~9時間として、確保できている人の割合を60%(同54.5%)と設定しました。また、女性に関する項目については、「骨粗しょう症」の検診受診率を15%(2021年時点5.3%)まで引き上げることを目標としています。

記事提供: 社会保険出版社

Profile せきや ゆき ● 東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野客員研究員。早稲田大学第一文学部心理学専修卒業、筑波大学大学院人間総合科学研究科発達臨床心理学分野博士課程修了後、2012年より現所属にて特任研究員として勤務。専門は産業精神保健(職場のメンタルヘルス)。業種や企業規模を問わず、ストレスマネジメントに関する講演、コンサルティング他、執筆活動を行っている。

医療

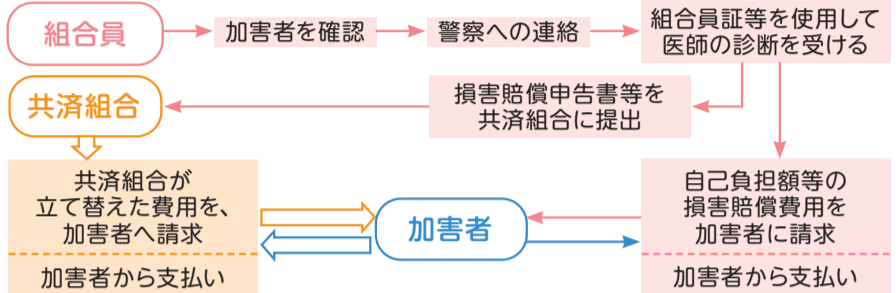
知っておきたい 健康保険のこと  
交通事故などにあつたとき



交通事故など、他人(第三者)の行為によってケガをして治療を受ける場合、その治療費用などは加害者が負担することになりますが、公務外であるときは、組合員及び被扶養者の治療費を一時的に立て替える方法として、組合員証等を使用することができます。

事故等でケガをし、組合員証等を使って受診したとき

組合員証等を使用して、治療を受けた場合は、すみやかに所属所の共済事務担当課又は共済組合まで連絡をして手続き書類(\*)を提出してください。これは、後日共済組合が加害者に対して治療費の費用を請求(※)するためです。



※共済組合は一時的に立て替えた費用について、組合員に代わり請求権を取得します。加害者と不利な示談をされると、その立替分が請求できなくなり、その費用は組合員等に負担していただく場合がありますので、ご注意ください。

なお、示談された場合は所属所の共済事務担当課又は共済組合へ連絡してください。

\*手続きに必要な提出書類

- ① 損害賠償申告書
  - ② 事故発生状況報告書
  - ③ 損害賠償請求権に関する念書
  - ④ 加害者の任意保険(対人賠償)報告書
  - ⑤ 交通事故証明書【人身事故扱い】原本
- \*自動車安全運転センターで交付されます。  
\*物損事故扱いの場合は、人身事故証明書入手不能理由書が必要です。

上記書類(①~④)は本組合のHP又は所属所の共済事務担当課にあります。提出書類の記入等、ご不明な点がございましたら共済事務担当課又は共済組合保険課までご連絡ください。

◆次号では、介護休業手当金について掲載します。

組合員証等には、  
返納義務があります

組合員の退職時や被扶養者の資格を取り消すときは、組合員証(保険証)等をすみやかに返納してください。



年金  
老齢厚生年金はいつから受けられる?



老齢基礎年金と老齢厚生年金は、原則65歳から受け取れます。ただし、一定の要件を満たせば、生年月日により65歳より前から「特別支給の老齢厚生年金」が受給できます。

特別支給の老齢厚生年金の支給要件

被保険者期間が1年以上ある方が、次の要件を満たしているとき、下表の特別支給の老齢厚生年金が支給されます。

- ① 60歳以上であること
- ② 保険料納付済期間等\*1が10年以上あること

※1 保険料納付済期間等とは、国民年金の保険料納付済期間、保険料免除期間及び合算対象期間をいいます。いわゆる、公的年金制度に加入していた期間を合計した期間のことを指します。

年金の支給開始年齢

一般組合員	特定消防組合員*2	61歳	62歳	63歳	64歳	65歳以降
1955年(昭和30年)4月2日生 ~ 1957年(昭和32年)4月1日生	1961年(昭和36年)4月2日生 ~ 1963年(昭和38年)4月1日生	62歳から	特別支給の老齢厚生年金*3			老齢厚生年金 老齢基礎年金
1957年(昭和32年)4月2日生 ~ 1959年(昭和34年)4月1日生	1963年(昭和38年)4月2日生 ~ 1965年(昭和40年)4月1日生	63歳から	特別支給の老齢厚生年金*3			老齢厚生年金 老齢基礎年金
1959年(昭和34年)4月2日生 ~ 1961年(昭和36年)4月1日生	1965年(昭和40年)4月2日生 ~ 1967年(昭和42年)4月1日生	64歳から	特別支給の老齢厚生年金*3			老齢厚生年金 老齢基礎年金
1961年(昭和36年)4月2日生 ~	1967年(昭和42年)4月2日生 ~	特別支給の老齢厚生年金は対象外		65歳から		老齢厚生年金 老齢基礎年金

※2 特定消防組合員とは、退職時又は60歳時点まで引き続き20年以上、消防司令以下の消防職員として在籍していた方をいいます。

※3 特別支給の老齢厚生年金は、繰上げ受給は可能ですが、繰下げ受給は対象外です。

暮らしの健康手帖

先手を打とうインフルエンザ

うつやない  
かからない!

インフルエンザに負けない暮らし

感染経路を断とう

早めに備えたい予防対策の基本

インフルエンザの効果的な予防対策は、秋から始めることがポイントです。その一つが予防接種。打てば絶対にかからないというわけではありませんが、重症化の予防が期待できます。インフルエンザウイルスに対抗するための抗体が体内にできるまでの期間をふまえ、11月頃までには接種をしておきましょう。

インフルエンザと風邪の大きな違いは、風邪は症状が比較的ゆっくりと進むのに対し、インフルエンザは急激に症状が現れる点です。潜伏期間は1~4日間程

度。多くの場合は1週間程度で治りますが、高齢者や幼児、妊娠中の人、持病のある人の場合は重症化のリスクが高く、肺炎を併発するなどの恐れがあります。

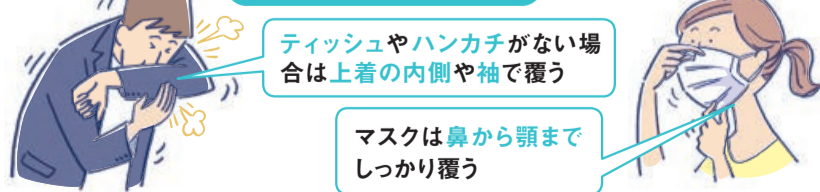
インフルエンザを単なる風邪と自己判断して外出や出勤を続けると、感染拡大のリスクが高まります。高熱などの症状があるときは、医療機関へ連絡した上で早めに受診を。

元気に冬を迎えるために、健康管理と感染予防で秋からしっかり備えましょう。

手洗いと咳エチケットの徹底を

正しい手洗いを小まめに行い、手を清潔に保ちます。アルコール製剤による消毒も効果的です。咳やくしゃみをする際は、マスクの着用や、ティッシュ・ハンカチ、袖などで口や鼻を押さえる咳エチケットの習慣を。

咳エチケットのポイント



ティッシュやハンカチがない場合は上着の内側や袖で覆う

マスクは鼻から顎までしっかり覆う

流行前の早めの予防接種と、体力維持のために十分な睡眠と栄養バランスのよい食事大切です

監修 | 久手堅司(くでけん つかさ) ●せたがや内科・神経内科クリニック 院長 2003年東邦大学医学部卒業。2013年より現職。全国でも数少ない気象病外来、寒暖差疲労外来を開設している。

記事提供: 社会保険出版社



白狐が見つけた美肌の温泉  
**湯田温泉**  
ゆだおんせん

その昔、白狐が夜な夜な湯に浸かり傷を治したという「白狐伝説」が言い伝えられる温泉。1日に2,000トンもの量が湧き出るといふアルカリ性の温泉は、肌なじみの良いやわらかさが特徴だ。白狐も愛した温泉で、疲れた身体をじんわりほぐそう。



防長苑の大浴場

☎083-920-3000 (湯田温泉旅館協同組合) ※平日9:00～17:00  
📍山口県山口市湯田温泉6-6-53

泉質 アルカリ性単純温泉

適応症 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、ち疾、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進 など

山口県市町村職員共済組合  
保養施設「防長苑」

宿泊プランには共済組合が発行する宿泊利用助成券がご利用いただけます

●防長苑で旬のぜいたくふくを味わう

☎電話予約専用組合員様限定プラン  
TEL 083-922-3555

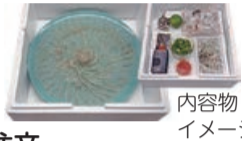


ふくフルコースプラン 1泊2食 19,000円(税込)  
ふくフレンチプラン 1泊2食 13,500円(税込)

などご用意

●ご家庭で防長苑のふくを味わう

【ご注文方法】  
ネットでらくらくご注文  
BOCHOEN ONLINE SHOP  
<https://bochoen.stores.jp>



内容物イメージ



遺族支援保険事業のインターネットサービス  
「みんなのMYポータル」のご案内

便利なコンテンツがいっぱいです！

- 契約内容・保障内容の確認や配当金等の個人宛通知物をWEB上で閲覧できます。
- パンフレット・チラシ等の閲覧ができます。
- ライフプランシミュレーションを利用して必要保障額を試算できます。

遺族支援保険事業に加入されている方がご利用できるサイトです。

遺族支援保険等に加入されている方は、新規登録に必要なIDハガキを送付しています。

お手元にIDハガキがない方は、ご依頼ください。

IDハガキ送付依頼先

明治安田生命保険相互会社 中国・四国公法人部  
法人営業部 ☎082-247-6987

▼パソコンからはこちらへ  
<https://be4.meijiyasuda.co.jp>

▼スマートフォン・タブレットからはこちらへ



※団体共通IDからログインすると未加入者の方も保険の内容等をご覧いただけます。

ユーザー名・パスワードは配付しております「共済だより」をご覧ください。

ネットトラブル インターネット通販に気をつけて！

お手軽で便利なはずのインターネット通販。でも油断していると「ニセモノが届いた」、「商品が届かない」などのトラブルに巻き込まれる危険性があります！  
また、最近では有名メーカーのネットショップのロゴやデザイン、商品写真等を無断でコピーした偽サイトを作り、代金支払後も購入者へ商品を送らなったり、偽ブランド品を送付したりするサイト等による被害が発生しています。

ニセモノが届いた

約1か月前にスニーカーを注文し、代金1万円を個人名義の銀行口座に振り込んだところ、スニーカーが中国から届いて、粗雑な作りでした。ニセモノだと思って、販売店にメールで解約を申し出ましたが、一向に返信が来ません。



購入した商品が届かない

インターネットサイトで音楽機器をクレジットカードで購入しましたが、いつまで待っても商品も発送されず、ずっと連絡も取れません。不審に思ったのでお店の電話番号を検索してみると、詐欺サイトであるという書き込みを発見しました。



もしもトラブルに遭ったら消費者ホットラインまで

知恵袋 購入ボタンを押す前にここをチェック！

注意ポイント

- 所在地や連絡先、他の利用者の評価など事業者の情報を自分でしっかりと確認しましょう。
- 一般に流通している価格よりも大幅に安く販売されている場合など、購入する商品が模倣品でないか十分に注意しましょう。
- 配送方法や配送期間などがどの程度掛かるかを知っておきましょう。
- クレジットカードが利用できず、支払方法が銀行振込みのみしか用意されていない場合で、個人名口座の場合は十分に注意しましょう。
- サイズ違いなど購入後にトラブルに遭遇することもあるため、キャンセル・返品条件、利用規約は事前に必ず確認しましょう。
- 支払後でも悩まず、すみやかに各地の消費生活センター、警察等に相談しましょう。

いやや 188

消費者庁ウェブサイト「インターネット通販トラブル」([https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_policy/caution/internet/trouble/internet.html](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/caution/internet/trouble/internet.html))をもとに社会保険出版社作成

こんなサイトにはご注意！



- 表示URLが、購入を希望しているECサイトのURLと一致しているか。
- サイトだけでなく、注文後のメールにも不自然な日本語表現がないか。
- 電話番号が表示されている場合は、電話がつかぬか。

●心の健康相談 (予約制)

些細な悩み事でも、お電話ください。専門医が電話又は面談により相談に応じます。

会場	相談日	面接時間・相談方法
広島市	11月11日(土)	12月9日(土) 13:30～16:30
	11月25日(土)	12月23日(土) 面談・電話相談
福山市	11月14日(火)	12月12日(火) 13:30～14:30
	11月28日(火)	12月26日(火) 面談
庄原市	11月14日(火)	12月12日(火) 12:30～14:30
	11月28日(火)	12月26日(火) 面談・電話相談

●申込方法

相談日の前日(福山市は前週の金曜日)までに、☎082-236-1234(専用電話)へ直接申し込んでください。  
受付…月曜日から金曜日(祝日を除く) 9:00～17:00

●法律相談・税務相談

法律の諸問題について弁護士がお答えします。

会場	相談日	面接時間・相談方法
竹原市	11月15日(水)	13:00～
広島市	12月20日(水)	面談

●税務相談

税の諸問題について税理士がお答えします。

会場	相談日	面接時間・相談方法
共済組合事務局	11月16日(木)	13:00～
	12月21日(木)	面談

●申込方法

相談日の5日前までに、☎082-545-8118(共済互助会事業課)へ直接申し込んでください。  
受付…月曜日から金曜日(祝日を除く) 9:00～17:00  
※相談会場の詳細は、申込者に直接お知らせします。  
※相談日は予告なく変更となる場合があります。

●ファミリー健康相談

健康や育児・介護などについて相談できます。少しでも気にかかることがあれば、お気軽にご利用ください。

年中無休・24時間サービス

電話番号またはURLは配付しております「共済だより」をご覧ください。

●貯金の払い戻しスケジュール

払戻依頼書の提出締切日(共済組合必着)	送金日
一部払戻	11月7日(火) → 11月15日(水)
一部払戻・解約	11月21日(火) → 11月30日(木)
一部払戻	12月7日(木) → 12月15日(金)
一部払戻・解約	12月18日(月) → 12月26日(火)

年利率0.8%  
(2023年11月1日現在)



食べて歩いて、健康になろう!

# あの街“おいしい”ウォーキング

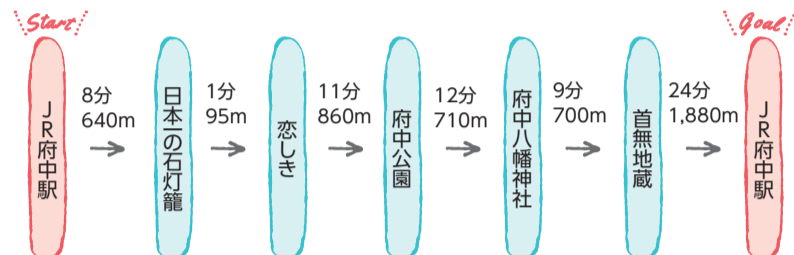
## 歴史と文化が薫る『府中市』 ロマン溢れる町

府中の観光名所と紅葉を堪能しよう!

### 家族で行きたい秋の遠足ウォーキング

府中駅に着いたら、まずは金毘羅神社にある日本一の石灯籠へ。近くにある恋しきは、国登録有形文化財にも登録されている府中のシンボル。四季折々の美しい景色が見られる庭園も見ていこう。府中公園でひと休みしたら、紅葉スポットでもある府中八幡神社を参拝。「透明トイレ」として今話題の府中八幡もみじの森トイレもチェックし、首無地蔵へ向かう。「くびなしさん」をお願いごとをしたら、帰りは出口通りを歩いていこう。

歩く時間：1時間5分 歩く距離：4,885m 消費カロリー：292kcal



#### ① 日本一の石灯籠

金毘羅神社の境内にある石灯籠。拝殿の手前あり、日本一といわれる高さは8.4mにもなる。パワースポットとしても有名。  
☎0847-43-7135 (一社) 府中市観光協会  
☎府中市府中町562

#### ② 恋しき

1872年(明治5)創業の料亭旅館をリニューアルした施設で、現在は本館の一般公開や貸室営業を行う。回遊式の庭園も必見。  
☎0847-41-5140 ☎府中市府中町178

#### ③ 府中公園

運動広場、児童広場などがある約38,000㎡の都市公園。秋頃は周囲の山々の紅葉も望むことができる。  
☎0847-43-7236 (府中市役所土木課施設係)  
☎府中市出口町38-1

#### ④ 府中八幡神社

八尾城の守護神といわれる古刹。末社には天満宮をはじめ家具建築の神、鉄工の祖神などが祀られている。  
☎0847-41-2304  
☎府中市出口町162

#### ⑤ 首無地蔵

名の通り首から上が無い地蔵で、訪れると願いが叶うとされるパワースポット。「くびなしさん」の愛称で親しまれている。  
☎0847-43-5732 (首無地蔵事務所)  
☎府中市出口町250

凡例

①	おすすめ立ち寄りスポット
00	国道
00	県道
WC	トイレ
■	主要道
■	一般道
▲	登り坂
▼	下り坂

毎年11月には「府中八幡もみじの森 紅葉まつり」が開催されるよ。期間中は紅葉のライトアップも!2023年は11月1日~11月末開催予定!

今回はぼくが案内するよ!

広島グルメ「SUNジュ〜SEA」  
太陽の恵み・SUN! 鉄板グルメ・ジュ〜!  
海の幸・SEA! おいしいものをこよなく愛するウォーキングナビゲーター。

memo  
11月18日には「秋季大祭」が行われるよ

急な登り坂が続くので休憩しながら歩こう

府中味噌  
一般的な味噌 大さじ1杯あたり 37kcal

府中市の「おいしいもの」

温暖な気候風土、良質な原料、きれいな水など味噌づくりに必要な条件がそろった府中市では、江戸時代より「府中味噌」が脈々と受け継がれてきた。厳選された大豆・米・はだか麦を使用し、長時間熟成した味噌は香りが良くまろやかな甘さが特長。味噌汁はもちろん、味噌煮や和え物などさまざまなアレンジで楽しもう。

今回のウォーキングで 一般的な味噌 292kcal消費 = 約7.9杯分  
※一般的な味噌(大さじ1杯あたり約18g)で算出

かつて備後国を治める国府があり、古くから天領、石見銀山街道として栄えた府中市。当時の名残が残る町並みを眺めながら、散歩を楽しんで。

開館時間:9:00~17:00  
閉館日:年末年始  
入場料:無料

※時間・距離は目安です。※消費カロリーは体重60kgの人が分速80mで平地を歩いた場合の総計距離で算出しています

### 野菜たっぷりの健康ごはん

あったか鍋でたっぷりとれる白菜や大根は風邪予防にも期待大

## ぶり白菜鍋

料理制作・監修 小林まさみ (料理研究家)  
撮影 原ヒデトシ スタイルング 宮沢史絵 栄養計算 佐藤友恵

**材料(2人分)**  
白菜 ..... ½個(400g)  
大根 ..... 100g  
油揚げ ..... 1枚  
ゆず ..... ½個  
ぶり刺身 ..... 18切れ(200g)  
塩 ..... 小さじ½  
だし汁 ..... 2と½カップ  
みりん ..... 大さじ1  
塩 ..... 小さじ½  
しょうゆ ..... 小さじ½

**作り方**  
① 白菜は、葉の柔らかい部分を一口大にちぎり、硬い部分は横に薄切りにする。大根はピーラーで6cm長さにスライスする。油揚げは熱湯をかけて水気を絞ったあと、長さ半分に切り、千切りにする。ゆずは皮を千切りにする。  
② バットにぶりを広げて両面に塩をふる。5分おいたら、ペーパータオルで水気を軽く拭く。  
③ 鍋でAをひと煮立ちさせ、白菜の硬い部分と大根、油揚げを加えてさっと混ぜ、ふたをして中火で1~2分煮る。  
④ 白菜の葉を加えて混ぜ、さっと煮る。  
⑤ 火を止め、ぶりを加えやさしく混ぜたら、ゆずの皮をふる。

**ピーラーで時短調理!**  
大根をピーラーで薄くスライスすると、火が通りやすくなります。包丁が苦手な人でも簡単に使えるのでおすすめです。

エネルギー 268kcal 塩相当量 3.2g

使用野菜: 白菜, 大根, ゆず

### クイズに答えてプレゼントに応募しよう!

## ブロック積みパズル

不要なブロックを答えよう!

A~Eの5つのブロックのうち4つを組み合わせて、完成図のような立体を作りたいと思います。不要なブロックはどれでしょうか?

完成図

応募方法

ハガキ

①クイズの答え  
②所属所名  
③部署名  
④勤務先の所在地・電話番号  
⑤名前  
⑥ご意見・ご感想  
(「共済だより」, 参加してみたい事業などについて)

ハガキに必要な事項を記入し、以下の宛先までお送りください。  
※封書での応募も可能です。  
※任意継続組合員の方は、②~④の記入は不要ですが、電話番号は景品発送の際に必要となりますのでご記入ください。

宛先 〒730-0036 広島市中区袋町3-17-7F  
広島県市町村職員共済組合  
総務課「共済だより」編集係 宛

応募締切 2023年11月27日 必着  
●当選は景品の発送をもって発表といたします  
●解答は次号の「共済だより」に掲載します

正解者の中から抽選で10名様に景品をプレゼント!

10月号の答え「イヌ」  
9月号応募総数110通(正解109通)

【個人情報取り扱いについて】ご送付いただいた個人情報は厳重に保護・管理し、景品の抽選及び発送以外の目的に使用することはありません。又、個人情報をご本人の承諾なく業務委託先以外の第三者に開示・譲渡することは一切ありません。(法令により開示・譲渡を認められた場合を除きます。)