

本誌では、アンケートにご回答いただく通信員（読者モニター）として、年度ごとにご登録いただいています。このコーナーでは、通信員の皆さまからお寄せいただいた**2023年1月号（152号）**の記事に対するご感想の他、ご希望の記事やご要望などをご紹介します。併せて、人気記事のランキングと次号予告も掲載いたします。通信員の皆さまから頂戴したご感想やご意見は、誌面づくりに生かさせていただきます。

毎回、巻頭のインタビューを楽しみにしております。今号の東儀秀樹さんは、お名前を存じ上げていたものの、雅楽の持つ印象と相まって、勝手に難しい人かなとイメージしておりました。記事を読ませていただき、そのイメージは払拭され、とても魅力的な方だと分かり、東儀さんの筆筆の音色を一度ライブで聴いてみたくなりました。(50代・男性)

ECONOMY おひとりさまの家計の備えは大変参考になる連載でした。ぜひ、今後も引き続き取り上げていただければと思います。(40代・男性)

東儀秀樹さんの一歩前に踏み出した人だけが手にできるものがあるという考え方を真似したいです。いつもトップのインタビュー記事から元気をもらいます。(50代・女性)

毎回、インタビューが深い内容で、家族で回し読みしています。これからも、楽しみにしています。(60代・男性)

ちょうど「眠りのメカニズムと快眠のヒント」を読んでいる時、横で【図1】睡眠中のネコと同じ格好で、飼い犬のゴールデンレトリバーが気持ちよさそうに寝ていて笑ってしまいました。内容がすんなり理解できたことは言うまでもありません。(50代・女性)

HEALTH「眠りのメカニズムと快眠のヒント」で、睡眠時間が長すぎても短すぎても死亡率は高くなり7時間が最も低いという研究結果には驚きました。今日から7時間睡眠で元気に明るく楽しい医者いらずの生活に挑戦します。(50代・男性)

本号 HEALTH「食養生」の文脈で認知症予防食材という着眼だったが、いずれ認知症を正面から（年間で）取り上げる際には、運動・睡眠・アタマの体操などとともに「食事」も十分に掘り下げていただきたい。(60代・男性)

ECONOMY「退職金に関連する税金と退職金の管理の仕方」の記事、とても興味深く読ませていただきました。知りたいことが具体的にかつコンパクトにまとまっており、大変勉強になりました。(50代・男性)

TOPICS「知らぬ間に被害に遭っている『フィッシング詐欺』」の記事の中、見抜こうとするな、は目からうろこでした。また、対策も役に立ちました。(70代・男性)

1月号 ECONOMY の3編は、どれも私にとって役立つ情報でした。中でも「定年後の住まい」では、考えさせられました。現在は、借入金の返済も済んだ分マンション暮らしですが、月々の管理費や修繕積立金の他に、固定資産税の負担が重たく感じます。マンションを売却し、賃貸（集合）住宅への住み替えを検討する際の、アドバイスを取り上げて頂けると助かります。(60代・女性)

「通信員からの声」を毎回楽しみに見えています。いろんな方のご意見が聞け、大変興味深いです。通信員の方のご意見を読んだうえで、あらためて前号を読み直してみています。(50代・女性)

通信員として3年目になるが、いつも似たようなテーマ・他の雑誌でも目に付くようなテーマが多い気がする。目玉的に、もっとページを割いて特集を組んでもおもしろいと思う。(60代・男性)

若手・中堅層の公務員が中途退職するニュースをよく耳にします。彼らはなぜ退職し、そして次の人生設計を考えたのでしょうか。介護や病気といった今までの退職理由とは異なる傾向について取り上げてほしいです。(40代・男性)

### 通信員による人気記事ランキング

2023年1月号：152号

- 1位：**ECONOMY 定年後の住まい  
—— 定年後はどこに住みますか？ 山田 静江
- 2位：**HEALTH 眠りのメカニズム  
と快眠のヒント 内山 真
- 3位：**HEALTH 体力と代謝を  
高める下半身と腰の筋力  
トレーニング 坂詰 真二
- 4位：**ECONOMY おひとりさまの  
人生の最期と亡き後への備え  
小谷 みどり
- 5位：**TOPICS 知らぬ間に被害に  
遭っている「フィッシング  
詐欺」。 山本 和輝

### 次号予告

2023年7月号：154号

- 一戸建てとマンション、経費はどう違う？
- 不動産の相続と遺産分割
- iDeCo はどうやって始める？
- ライフプランに関わる  
令和5年度税制改正について
- ストレスを減らすマインドフルネス
- ワークライフ・インテグレーション
- 学びの主導権を取り戻す  
「学びなおし」
- 男性育休のリアルな体験談
- 街を歩いてパトロールするボランティア
- 定年後にそば屋をオープン  
その他、インタビューやコラムなども  
掲載予定です。

※予告内容は諸事情により変更となる場合がありますので、ご了承ください。

職場でもポジションが上がってくると、私生活を充実させつつ職場でも職責を全うするのは、とても難しいことだと思います。ワークライフバランスも幹部ほど難しいとは思っていますが、そのような題材での記事、どうでしょうか。(40代・男性)

定年退職後に年金支給まで再雇用（再任用）する方々が増えております。職場でも引き続き職員が働くことが普通になりつつあります。しかしながら、担っている職務はほぼ同じでも待遇が低い（手当て無し、残業代無し）雇用条件です。年収も1/3。再雇用中の士気アップの秘訣を参考にしたいです。役職から降ろされ、一般職になっても元気に働くアドバイスをお願いいたします。(50代・男性)

現在57歳と定年もいよいよ視野に入ってきました。毎号とも、自分の関心のあるテーマが必ずいくつかあり、非常に参考になります。これからも仕事、健康、家計、生きがいづくり、老後のことなど幅広く取り上げていただけるとうれしいです。(50代・男性)

在職中の自分のキャリアの棚卸しとアップデート、転職や定年退職後に向けた様々な方々の具体的な活動を紹介していただきたいです。(60代・男性)

人事委員会の業務で定年延長制度改正を担当しました。役職定年制度の導入など4月から施行されますが、65歳以降の働き方やライフプランの重要性を感じています。これまでの経験も生かし、また新しいことにもチャレンジして行きたいと思います。貴誌の情報が大変重宝しますので、よろしくお願いします。(60代・男性)

よりよい冊子にするため、以下の取組はいかがでしょうか。表紙をより引き付けられるデザインにする。有名人を配置するのはよいと思います。全体のデザインを変えてはどうでしょうか。地元の図書館に配架されていますが、もう少し目立ってよいと思います。(40代・男性)

### 希望記事のみ のご回答

若手職員の「仕事」「家庭」  
以外の取組み・活動につ  
いて (40代・男性)

相続に関する最新  
情報 (50代・男性)

定年後のボランティアに  
ついて (50代・男性)

定年延長によるライフプラン  
の見直し (60代・男性)

アンケートにご回答をいただき、誠にありがとうございました。