

1 2012
月号

Vol.171

群馬県庁生活協同組合
URL <http://www.hot-hitotoki.com>
E-mail info@hot-hitotoki.com

今年は辰年、昇り龍のように
張り切っていきましょう!

ふれあい情報



倶楽部

組合員の皆様、
明けまして

おめでとございます。

昨年は、さまざまなお知らせがありました。

悲しい事件や事故もありましたし、

ヨーロッパを中心とする

財政危機にも翻弄されました。

でも、今年は辰年です。

昇り龍のように真っ直ぐ上を見て

突き進んでいきたいと思っています。

県庁生協は引き続き

チームワークで仕事をしていきます。

あけまして

おめでと

ございます

厳しい経済情勢やめまぐるしい

環境変化の波にもまれながらも

私ども県庁生協は

この表紙にあるとおり

龍の如く高みに登っていきます。

夢見て活動していきます。

今年も、皆さんの変わらぬご愛顧をいただけますよう

よろしくお祈りします。



住まいづくりフェア

2012 1/21(土) 22(日) 10:00~16:00

■会場 群馬建設会館



島田 和之さん

皆様、お正月はいかがでしたか。昨年は東日本大震災や原発事故がありました。被災者の方々にとって、少しでも明るい年になるように祈念しています。

さて、私たち昭和39年生まれについて振り返ってみました。東京オリンピックが開かれ、新幹線も開通し、若い頃はバブルの恩恵をうけ、こんな私も六本木のディスコで踊ったこともありました。今はちょうど家庭や仕事に何かと大変な年頃ですが、できればあの頃に戻ってみたいですね。

先日ネットで無料の姓名判断をしてみました。40代まではとても順調ですが、間もなく到達する50歳以降は、相当な試練が待ち受けているようです。ちょっとショックでしたが、姓名判断は全く気にしないで、今までどおり細かい事はあまり気にせず、流れに任せながら、「まあどうにかなる」という気持ちで、遊びに仕事に、充実した1年となるようにしたいと思っています。同年代の皆様、何かと大変ですが一緒に頑張りましょう。皆様にとって良い年になることを祈念しています。



小暮 知美さん

あけましておめでとうございます。今年も健康で新年を迎えられることに感謝いたします。

子どもの頃、干支の辰が嫌でした。怖いし、地味だし、年賀状に添える絵も描きにくいし。

24歳になって、辰年ってかっこいいと思いました。年賀状も、プリントゴッコからパソコンに変わり、迫力ある辰のイラストが、サクサク印刷できました。

それが、ついこの間だった気がするのに、もう年女。気ばかり焦りますが、今は朝から晩までの日常が精一杯、自転車操業の毎日です。義母によると、私の年代が一番「忙しいけど楽しいとき」らしいのですが、本当かなあ？

さて、「新年の抱負」は、まず子どもに嫌われないようにすること。趣味の油絵は、大きいキャンバスにチャレンジします！それから、先日「魏志倭人伝にはまってるの」という先輩に衝撃を受け、そのアンテナを羨ましく思い、そんな何かを探し中です。最後に仕事。今までの態度を反省し、何事も自分から動くように頑張ります！

皆さんにとって、辰のように飛躍する一年でありますように。

辰年生まれの皆さんから
新年によせて

辰 謹賀新年
2012



竹井 美咲さん

新年あけましておめでとうございます。おかげさまで、元気に2回目の辰年を迎えることができました。

今年は【意識改革】を目標に頑張りたいと思います。ある先輩の「仕事とプライベートの線引きは明確化せず、発見したことはどちらの領域にも活かす。」といったアドバイスが考えのきっかけとなりました。今までオンとオフの切り替えこそが大事と思っていた私には、目からウロコ。何かを大成させる目標ではありませんが、違う角度から物事を見、考える事を行い、毎日を充実させていきたいと考えています。

目標といえば、新年にたてた目標を達成できる人は2割である、といった話を聞いたことがあります。目標達成には、ポジティブな考え方が一番なのだとか。

皆さまは、どのような新年を迎えられたでしょうか。昨年は、世界各地で起こった自然災害の驚異を思い知らされた一年であったように感じます。今年は、安定した希望の一年となるよう願っております。本年も、どうぞよろしく願いいたします。

皆さまは、どのような新年を迎えられたでしょうか。昨年は、世界各地で起こった自然災害の驚異を思い知らされた一年であったように感じます。今年は、安定した希望の一年となるよう願っております。本年も、どうぞよろしく願いいたします。



野村 滋さん

皆様、健やかな新年を迎えられたことと思います。

早いもので5回目の年男(還暦)を迎えることとなりました。私が入社して最初に思ったことは、今の私より若い職場の上司を見て「随分おじさんだな、あんなおじさんにはならない!」でした。しかし、あっという間にそのおじさん以上のおじさんになってしまいました。最近、時が過ぎるのが加速度的に早くなっていると感じられます。

振り返ってみますと、私は企業局で主に発電と水道用水供給の仕事に携わってきました。原発の事故も有り、県民のライフラインの一部を担う重要な仕事と益々感じています。そのような仕事をしてこられたのも、良き上司、同僚に恵まれたおかげと感謝しています。

さて、「人生80年時代」と一般的に言われていますが、還暦後の長い人生を粗大ゴミとならないよういかに過ごすか思い悩んでいるところです。まずは健康第一なので、最近始めた週末の家族との自然豊かな山道の散歩を続けていこうと思っています。

県庁地下1階
フォレスト21

樋口の ハーモニーのすすめ!



売店 樋口

組合員の皆さまこんにちは、前橋合庁売店の樋口です。
寒い冬はこたつに入って美味しいものを食べるが一番の幸せですね。
そんな私がオススメするのは共同購入のカタログ「ハーモニー」です。
食品・雑貨・衣服にサブリ・・・いろいろ載っていてとっても楽しいですよ!

無料宅配

Harmony (ハーモニー) ご利用のご案内

「ハーモニー」は宅配カタログです。商品は無料でご自宅までお届けします。(贈り物としてもご利用いただけます)

下記商品はカタログの中からのオススメ一例です。詳しくは回覧中のチラシまたはホームページをご覧ください。きっとあなたの欲しいものが見つかりますよ。

全品チラシの
10%引き!
ホームページからの
ご注文なら15%引き!

高級な紀州梅ですが、ちょっとしたキズがあるだけでとってもお得にお求めいただけます。

たっぷり2キロ入り
美味しくてお得! 紀州つぶれ梅。



●紀州産つぶれ2kg
~~¥5,000~~ → **¥4,250**

オススメ
一例

素材の旨味を生かした
上品な味わいのさつま揚げ。

鹿児島県枕崎産の魚のすり身を使い、揚げ油には一番絞りの菜種油を使用しさっぱりと仕上げました。



さつま芋天 やさい天
えび風味天 れんこん天
ごぼう天 小判天

●こだわりさつま揚げ
詰め合わせ6種入
~~¥3,675~~ → **¥3,124**
賞味期間：冷蔵30日間、開封後2日間

ホームページからご注文できます。http://www.hot-hitotoki.com

ユナイテッドシネマ情報

●マイウェイ 12,000キロの真実

1/14(土)公開

オリンピックを夢見る2人の青年辰雄とジュンシク。しかし時代は国籍の違う彼らの友情を許さなかった。日本・ソ連・ドイツ3つの軍服を着た5年間に及ぶ数奇な運命。国・誇りを無くし、全てを失っても、生きることを選んだのは何故か?どんな時も変わらないジュンシクにより気づかされた大切な「生きる道 マイウェイ」とは?共に故郷に帰ろうと決めたその時、非情にもノルマンディー上陸作戦の火ぶたは切って落とされた。果たして二人の運命は?ラストに待ち受ける感動があなたの生き方を変える。

出演:オダギリジョー、チャン・ドンゴン



●マジック・ツリーハウス

1/7(土)公開

ちょっとびり気が弱い男の子ジャック。冒険大好きな元気な女の子アニー。兄と妹、性格は全く違う二人だけど、いつも仲良し。ある日、二人は森の木の上に不思議な小屋を発見する。それは、自由に時空を超えあらゆる場所へと移動することが出来る魔法のツリーハウスだった。二人はそこで魔法使いモーガンと出会い、4つの本の世界に隠されたメダルを集めることに……。冒険の中で試される幼い兄妹の知恵と勇気。果たして二人は、試練を乗り越えて魔法の世界を救う事が出来るのか?

声の出演:北川景子、芦田愛菜



1月
公開特集

ユナイテッドシネマ鑑賞券 通常1,800円 → 組合員限定1,200円

地域機関の組合員の皆さまには、職場まで配達いたします。(多少、お時間をいただく場合もあります。)ご遠慮なく生協売店まで、お電話ください。TEL.027-223-8357 ★こちらの鑑賞券は全国のユナイテッドシネマで使用出来ます。

県庁地下1階 ピープル21 Open

●お正月定番のもち料理を食べ飽きたあなた！
残ったもちをおいしく食べられるこんなメニューはいかがですか。
寒いこの時期、野菜がたっぷり入ったあんかけで、温まりませんか？

材料(4人前)

- もち…4個(十字に包丁を入れ4個に切る)
- タケノコ…80g(短冊に切る)
- 人参…80g(短冊に切る)
- 長ネギ…100g(斜め切り)
- しめじ…80g(いしづきをとり、ほぐす)
- 白菜…100g(食べやすい大きさにそぎ切り)
- 絹さや…8枚
- スープ用調味料
- 水…400cc
- 塩…3g
- 味の素…1g
- 鶏がらスープの素…1g
- 胡椒…少々
- にんにく…2g
- ごま油…5cc
- 水溶き片栗粉…適量

作り方

- ①タケノコ、人参、絹さやを下ゆでする。
- ②鍋に油を入れ熱し、タケノコ・人参・白菜・長ネギ・しめじを炒める。
- ③②のなべにスープ用調味料を入れひと煮立ちさせ味を調える。
- ④野菜に火が通ったら、水溶き片栗粉でとろみをつけて、胡麻油をかけ、絹さやを入れる。
- ⑤鍋(フライパンでも可)に油をいれて、もちを揚げる。
(弱火で約5~6分 ※もちのサイズで時間が変わります。)
- ⑥器に⑤のもちを入れ、④のあんをかけて完成

1人分に含まれる栄養素

カロリー	173kcal
蛋白質	4.2g
脂質	4.1g
食塩相当量	0.8g
カルシウム	40mg

揚げもちのたっぷり野菜あんかけ



今回のポイント

- ※野菜の種類は、お好みで替えてください。
- ※野菜の他に、魚介や肉を加えてもおいしく召し上がれます。
- ※絹さやは、先に入れると色が悪くなるので後に入れるのが良い。
- ※もちをあらかじめ電子レンジで柔らかくしておく、失敗なく揚げられます。
- ※もちの代わりに、豆腐や肉や魚を揚げたものにかけてもおいしく召し上がれます。

12月号掲載の「まるごとみかんゼリー」の材料に実際は使用しない食材がありました。お詫びして訂正します。

広告

スーパーがん保険ご契約の皆様へ

生きるための
がん保険 Days+

「生きるためのがん保険 Daysプラス」をプラスして
現在のがん治療に対応させませんか？



保障内容	現在のご契約	今回ご案内のがん保険	これからの保険
ご本人の保障 (保険期間・終身)	スーパーがん保険 スーパーがん保険Vタイプの場合(1口) 主たる被保険者の保障	生きるためのがん保険 Daysプラス Bコース通院給付金 日額 5,000円	スーパーがん保険またはスーパーがん保険Vタイプ+ 生きるためのがん保険 Daysプラス
診断給付金	※1 一時金として がんの場合 100万円 ※2	保障はありません (現在ご契約のがん保険で保障されています)	※1 一時金として がんの場合 100万円 ※2
ライフサポート 年金 (診断給付年金)	保障はありません	がんと診断確定されたあと生存しているとき 2年目から5年目まで ※1 1年につき 10万円×4年間	がんと診断確定されたあと生存しているとき 2年目から5年目まで ※1 1年につき 10万円×4年間
入院給付金	※1 日数無制限 1日につき 1万5千円	保障はありません (現在ご契約のがん保険で保障されています)	※1 日数無制限 1日につき 1万5千円
在宅療養給付金	※1 1退院につき(退院時) 20万円	保障はありません (現在ご契約のがん保険で保障されています)	※1 1退院につき(退院時) 20万円
通院給付金	20口以上の継続入院後の通院 ※1※2 往診も含む 1日につき 5千円	1回につき 5千円	1日につき 5千円 20日以上の継続入院後の場合 1万円 ※3
再発・ 長期治療給付付	保障はありません	※1 1回につき 50万円	※1 1回につき 50万円
死亡保険金	※1 がんで死亡したとき 150万円 ※2	保障はありません (現在ご契約のがん保険で保障されています)	※1 がんで死亡したとき 150万円 ※2
死亡払戻金	※2 がん以外で死亡したとき 15万円		※2 がん以外で死亡したとき 15万円

※1 上皮内新生物は保険対象外となります。
※2 支払事由発生時の年齢が満65歳以上の場合は保障が半額になります。
※3 上皮内新生物による通院の場合1日につき5,000円となります。
また、がんによる通院の場合でも65歳以上の場合は1日につき7,500円となります。

詳しくは、「パンフレット(契約概要)」「注意喚起情報」「ご契約のしおり・約款」をご覧ください。
また、既契約内容の詳細については「保険証券」または「契約のしおり・約款」をご覧ください。

★お問い合わせ (株)ジーエスエスまたは下記募集代理店迄ご連絡ください。
■募集代理店一覧
(株)ジーエスエス・027-234-8864 / (有)ファミリー商事・0270-25-9184
三國サービス(株)・048-773-1802 / (株)トーア・027-360-5585
足利不動産(株)・027-234-7700 / (有)大矢ファミリー・027-373-1956
トータル保険サービス(有)・0278-23-3362

引受保険会社

Aflac アフラック (アメリカンファミリー生命保険会社)
群馬支社
〒370-0841 高崎市栄町16-11 高崎イーストタワー13階
当社保険に関するお問い合わせ・各種手続き コールセンター 0120-5555-95
AFLT02-2011-00028 7月29日

県庁生協グループ保険



本年もグループ保険を通じて皆様のお役に立てますよう、鋭意精進してまいりますので、何卒よろしくお願い致します。

新年あけましておめでとうございませう。

ご加入の皆様へ

昨年10～11月に新規・更新のお手続きをいただきました保障内容が、平成24年2月1日よりスタートします。1月末～2月に「ご加入内容のお知らせ」をお届けしますので、再度加入内容のご確認をよろしくお願い致します。

ご加入いただいているご退職予定の皆様へ

今月下旬頃から退職後制度のご案内をお送りしますので、ご検討の程よろしくお願い致します。早期でご退職される方は、恐れ入りますが県庁生協までご連絡ください。

『県庁生協グループ保険』にご加入されている方には、ご退職後もご加入いただける制度があります。

現職中の制度

1. 基本保障保険
(団体定期保険+普通傷害)
2. 退職後継続制度
(新タイプ)
3. 医療保障保険
4. 新・医療保障保険
5. 重病克服支援制度
(新タイプ)

退職後制度の保障内容

1. 終身の死亡・高度障害(生保部分)+保険期間10年間の不慮の事故による死亡・入院・手術等および賠償責任(損保部分)
2. 75歳までの死亡・高度障害
3. 病気・災害による入院等
4. 病気・災害による1泊2日以上からの入院・手術(71歳まで)など
5. 所定のがんと診断確定されたとき、または急性心筋梗塞・脳卒中を発病して所定の状態になられたとき、もしくは所定の手術を受けられたときの闘病初期費用として(71歳まで) など

※基本保障保険は団体定期保険と普通傷害保険をセットしたものです。
 ※団体定期保険と普通傷害保険ではお支払いの対象となる支払い事由や支払保険金の算出方法、給付割合等が異なります。
 ※団体定期保険と普通傷害保険それぞれの保障内容、保険料等の詳細についてはパンフレットを必ずご確認ください。
 ※追加給付・リビングリスク制度は退職後継続はございません。
 ※団体定期保険は共同取扱契約であり、明治安田生命保険相互会社が各引受保険会社の委任を受けて事務を行います。引受保険会社は、それぞれの引受金額により保険契約上の責任を負います。なお、引受保険会社等は変更される場合があります。

※制度内容等詳細についてはパンフレットをご一読ください。

■引受会社

明治安田生命保険相互会社(事務幹事)
 日本生命保険相互会社
 第一生命保険株式会社
 明治安田損害保険株式会社(損保部分)

MY-A-11-他-006414
 MYG-A-11-LF-769

G わんだーらんど

倶楽部

知恵袋

●女正月って?

大忙しのお正月も終わって、ホッと一息つける頃になってきましたね。

ところで、「女正月」ってご存じですか? これ、「おんなしょうがつ」って読むようです。1月15日は、女性がおせち料理作りや来客など、何かと忙しかったお正月の疲れをとるための「休日」とされていて、これが「女正月」と呼ばれる所以なんですって。15日の前日の夕食は男性が作ってくれるとか。

ご存じでしたか? 私は全然知りませんでした。女性にとっては嬉しい小ネタですよ。

さらには、15日のお昼から晩にかけて男子禁制の「女の酒盛り」と呼ばれる酒宴をひらくところもあるとか。

私も家事は旦那に任せて、女の酒盛りに行ってきます。

OFF

話題の本棚



文藝春秋9月臨時増刊号 980円(税込)

吉村昭が伝えたかったこと

作家の吉村昭さんは2006年に亡くなっていますが、3.11以降彼の著書『三陸海岸大津波』が見直され、再び注目の作家となっています。今回はそんな吉村昭の魅力を掲載した特集本です。

もしかしたら、『三陸海岸大津波』で初めて吉村昭を知った・読んだという人も多いかもかもしれません。その作品のほとんどは史実から採っており、文はいたってシンプルなのですが、なぜか読み始めるとぐいぐい話に引き込まれます。この本ではその秘密の一端として、その取材力、「事実はどうだったのか?」を、とことん追求する姿が明かされています。

本書では「休まない作家」としても有名だった吉村昭の膨大な作品の解説、対談などの他に三陸の地で行った講話や阪神大震災に寄せた文、妻で作家の津村節子について「臆面もなくノロケ」たエッセイなども紹介されています。

●スタミナ600kcal

●我が家の小3の娘はクリスマスになると毎年、サンタさんから貰うプレゼントと、親から貰うプレゼントとの二つを要求をします。

この位の年齢になると、サンタはいるのかいないのかと小学校では話題になる頃だと思いますが、家の娘はまだ信じているようです。

それはそれで夢があり、生気は言うのがまだまだ可愛らしいなと思うのですが、結局買っているのは二つとも私なわけで、「おいおい、よく感謝しろよー」でも言いたくなります。

もしかして子供は全てを知っていて計画的にやっていたりして? <S>

●食事の量が増えたでもなく、間食をしているわけでもないのに、なんだか体が大きくなってきたことを感じ、「ヤバイなあ」と思っていたら、つい先日、某上司に「なんか威圧感を感じるよ!」などと言われ、顔では笑っていたけれど、かなりショック! 実は、その日の朝にも家で「熊みたい」と言われたばかり。代謝が悪く、運動不足も重なり、かなりあちらこちらに脂肪が付き始めたのは実感してはいたけれど、立て続けに言われたのには、ちよっとへこみ、本気で何とかしなければ...

そこで、新年の目標として、かなり弱腰ですが、今年は今現状を維持しつつグラマーなボディに変身したいと思います。(いつになることか...) <Y>

