



今年は、干支のウマのごとく
生協スタッフも駆け回ります。
アクティブにスピーディーに!

ふれあい情報

1 2014
月号

Vol.195

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

倶楽部

昨年、県内の経済情勢や雇用情勢は
上向いてきたと言われていますが、
組合員の大部分が県職員や

外郭団体の職員である県庁生協を取り巻く
経営環境は依然厳しいものでありました。
このような中、

「生協は組合員の生活や健康を

サポートするためにある」

この原点に立ち返り、各種事業に取り組みました。

あけまして おめでと うござい ます

今年、午年です。

何事もウマくいくように、

役員一同さらなる飛躍を

目指して活動していきます。

皆さんの変わらぬご愛顧を

ただけますようよろしく

お願いします。

ウマい手綱さばきで



午年生まれの皆さんから

午
2014

新年によせて

謹賀新年

利根沼田農業事務所普及指導課

星野 智美 さん

あけましておめでとうございます。

昨年は育休から仕事復帰し、職場の皆様をはじめ多くの方々に支えていただきながら楽しく充実した一年を過ごすことができました。すてきな出会いや学びの機会にも恵まれました。今年も人との出会いを大切に、多くを学び、実りある一年になりますように……。

皆様、今年もどうぞよろしくお祈りします。

それにしても、干支が一巡するのは早いものですね。思えば、前回の年女を迎えたころは自分と向き合う時間も十分にあり、「一年の計は元旦にあり」と前年の反省をし、意気揚々と新たな一年の目標を立てたものでした。

12年たった今は育児など忙しさを口実に、ここ数年は慌ただしい中で何となく新年をスタートさせていました。そうだ！久しぶりに昨年の振り返りと今年の目標、計画を書いてみよう！と思うと、新しい手帳とカレンダーを眺めながらわくわくしています。チャレンジしたいことが盛りだくさんの2014スタートです。



介護高齢課

藤巻 加奈子 さん

あけましておめでとうございます。

みなさん、お正月はどう過ごされましたか？某サイトのお正月の過ごし方ランキングによると、男性も女性も1位は寝正月だそうです。

私もお正月は何をするわけでもなく、ただバラエティ番組を1日中見続け、疲れたら寝て、起きて、食べて??? たまに初売りのために出掛けて、という感じです。

改めて考えるとお正月ほど暇な時間はないように思えます(母に聞かれたら怒られてしまいそうですが)。

せっかくのお正月を寝て過ごしてしまう私ですが、今年の抱負は海外旅行に行くことです。ちょうど持っているパスポートも今年で切れるので、まささらなページに色々な国の入国スタンプを埋めていけたらと思っています。

今年も皆様にとってすてきな一年になりますように。



企業局水道課

橋本 大 さん

下がる一方の公務員給与水準、今年こそは下げ止まって、上がって欲しいですね。民間が上がれば、あがるのかなあ??

さて、今年で4度目の年男。年男ってどうだったか振り返ると、1回目は、小学6年生。この

頃は身体測定で「やせすぎ」の判定をいただいていた。しかし、給食のおかわりは人一倍でやせの大食いと言われていました。

2回目は大学院2年生。学食は普通盛りがどんぶり山盛り。友人たちはさらに大盛り。決して小食ではない私ですがついに行けませんでした。体重は60キロ位。

3回目は結婚のちょっと後。太ってしまって(80キロ位)、夏物ズボンがほとんどはけず焦りましたが、にんじんダイエットで75キロまで落とし、無駄な買い物をせすにすみました。

そして昨年、65キロ。県庁勤務2年目ですが、体重は激減。体を動かさない上に残業続きで食欲も減退。筋力が落ちた落ちで腰痛、四十肩に悩まされました。

年男4回目の抱負。腰痛や、四十肩に負けず、筋力トレーニングを行い、体力を付け、体重も増やすぞ！(脂肪だけ増えないように要注意)。

皆様も健康には十分注意して、体重にも注意してください。体重計をヘルスメーターと言うくらいですから。

富岡保健福祉事務所

栗原 修一 さん

あけましておめでとうございます。県庁生協のドリップコーヒーを飲みながら今年こそは最高の年になるようにと

瞑想いや妄想しています。さて、今年は午年なので、「うま」が入った言葉を探してみました。ことわざですが、馬は走り去っていくようなイメージが強く、良い意味のことわざは少ないです。老いたる馬は道を忘れず。老馬道を知る。と、老いてはじめて意味があります。逆にネガティブなことわざは、将を射んとせばまず馬を射よ。から始まって、やせ馬の先走り。馬の耳に念仏。馬子にも衣裳。生き馬の目を抜く。鹿を指して馬と為す。天馬空を行くがごとし。人の馬に乗るな。とたくさんあり、極めつけは、入夫は一生下馬。ですね。また、四字熟語としては、意馬心猿。管仲随馬。帰馬放牛。馬耳東風。竹馬之友。千軍万馬。牛飲馬食。牛溲馬勃。犬馬之勞。呼牛呼馬など、読み方も意味の難しいものも沢山あります。午年の私としては、『人間万事塞翁が馬』が主体性が見られない自分の生き方かなと思っています。では、皆様、今年もよろしくお祈り申し上げます。



県庁地下1階
フォレスト21

福田がおすすめします



売店 福田

組合員のみなさんこんにちは売店の福田です。今回は季節限定の絶品白菜漬をおすすめします。地元「国府」でとれた白菜を塩だけで漬けてあり、とっても美味しいんです！
じえじええ〜(古っ)

群馬県産 国府白菜漬

職場配送

とっても
美味♡



- 1 国府白菜漬
700g入り
450円(税込)
- 2 国府白菜漬
1.4kg入り
870円(税込)

- ★寒さで身の締まった「とりたての国府白菜」を使用
 - ★添加物を一切使用していません
 - ★白菜の甘みを生かして塩だけで漬けました
- ※お届け後は冷蔵で保管してください。
※賞味期限は約1週間です。

●ご注文締切 2月13日(木) 数に限りがございます。

生協HPからご注文いただけます。 <http://www.hot-hitotoki.com>

■製造元
国府野菜本舗
高崎市引間町225

ユナイテッドシネマ情報

1月
公開特集

●大脱出

1月10日(金)公開

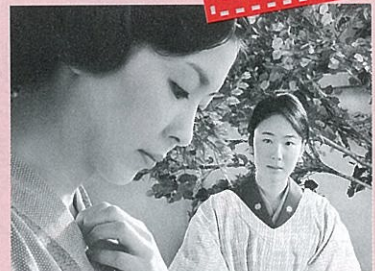
世界中の重犯罪者たちから恐れられ、「墓場」と異名を取るそのタンカーは、一度入れば二度と出ることが出来ない巨大な監獄。この船にある男が投獄されてきた。男の名はプレスリン。世界屈指のセキュリティ・コンサルタント=脱獄のプロだ。何者かの手によって拉致され、犯罪者の汚名を着せられたプレスリンは、自分を裏にかけた組織の陰謀を暴くため、自ら設計に関わった絶対攻略不可能なこの監獄の脱出計画を練り始める。しかしその前に立ちちはだかったのは、凶暴な手下たちを率いる囚人たちのボス、ロットマイヤーだった。



●小さいうち

1月25日(土)公開

昭和11年。田舎から出てきた純真な娘・タキは、東京郊外に立つ少しモダンな、赤い三角屋根の小さなお家で、女中として働きはじめた。そこには、若くて美しい奥様・時子と旦那様・雅樹、そして可愛いお坊ちゃん、穏やかに暮らしていた。しかしある日、一人の青年・板倉が現れ、奥様の心があやしく傾いていく。タキは、複雑な思いを胸に、その行方を見つめ続けるが……。それから60年後の現代。晩年のタキが大学ノートに綴った自叙伝には、「小さいうち」で過ごした日々の記憶が記されていた。遺されたノートを読んだ親類の健史は、秘められ続けてきた思いもよらない真実に辿り着く。



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

※3D作品は別途300円+メガネ代100円が必要です。

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

★**かんぽーミヤの**
簡単かつきんぐ

今回は、冬の寒さと新年会で疲れた体と胃に栄養豊富なきのこを使用した「きのこ雑炊」を紹介します。



材料(4人分)

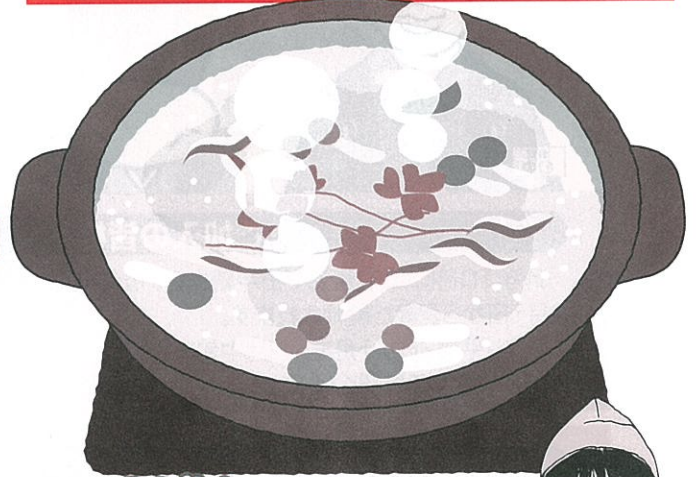
- シイタケ…… 40g (薄切りにする)
- マイタケ…… 100g (小房に分ける)
- シメジ…… 100g (小房に分ける)
- ネギ…… 40g (斜め薄切りにする)
- ご飯…… 600g
- 卵…… 2個
- 三つ葉…… 少々
- だし汁…… 4カップ
- しょう油…… 大さじ1
- 塩…… 少々

作り方

- ①きのこの石づきをとり、食べやすい大きさに分ける。
- ②ザルにご飯を入れ水でさっと洗い、水気をきっておく。
- ③鍋にだし汁を入れ火にかけて、沸騰したら①のきのこを入れ5分くらい煮る。
- ④きのこに火が通ったら、ネギと②のご飯を入れひと煮立ちさせる。
- ⑤④の鍋にしょう油と塩を加え味を調え、溶いた卵を回し入れる。
- ⑥卵が浮いてきたら火を止めて軽くかき混ぜ、ふたをする。
- ⑦ふたをして1～2分たったら器に盛り付け、三つ葉を添えて完成。

1人分に含まれる栄養素	脂 質	11.6g
カ ロ リ ー	食塩相当量	0.1g
蛋 白 質	カルシウム	33mg

きのこ雑炊



5つのポイント

- きのこはお好みのものを加えてください。
- お好みで、味噌やめんつゆなどで味付けしてもおいしく召し上がれます。
- 刻みのりや針しょうがをのせるのもお勧めです。

食堂 清水

★**GSS仮面**★

第26話

お車搬送時選べる特約
(自動車保険)編



こまった時の頼れる特約“お車搬送時選べる特約!”



《特約概要》
事故や故障によりご契約のお車が走行不能になり修理工場等へ搬送された場合や、ご契約のお車が盗難された場合に、車両引取・緊急宿泊施設・代替交通手段・レンタカーのご案内および費用の補償、キャンセル費用の補償を行います。

① 車両引取費用
修理後の納車費用または車両引取に必要な1名分の往路交通費を補償します。(1回の事故について10万円まで補償)

② キャンセル費用
予約していたホテル宿泊・コンサート等の所定のサービスの提供を受けられなく場合に、予約をキャンセルしたために負担した費用を補償します。(1回の対象事故について50万円まで補償)

③ 緊急宿泊費用
緊急に宿泊を必要とする場合に、宿泊施設をご案内し、費用を補償します。(1名について1万円までの範囲で1泊分の宿泊費用を補償)

④ 代替交通費用
自宅や当面の目的地まで移動する交通手段をご案内し、費用を補償します。(タクシー利用は1台について1万円まで補償)

⑤ レンタカー費用
ご契約のお車の代替えとしてレンタカーを借り入れる場合の費用を、1日あたり7千円を限度に補償します。(1回の対象事故について対象事故の発生の日から30日以内で、修理後のお車が手元に戻った時または新たに代替えのお車を取得した時までとします)
※特約については各保険会社によって異なりますのでお問合せください。(表記は東京海上日動(株)の特約となっております)

*ホームページでGSS仮面のバックナンバーをご覧ください。★詳しくは“ジーエスエス仮面いますか?”とお問い合わせください!

県庁生協グループ保険



新年あけまして、おめでとうございませす。
 昨年10月の募集時には大変お世話になりました。今年度もグループ保険を通じて、みなさまのお役にたてるよう努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

ご加入の皆様へ

昨年10月に新規・更新でお手続きをいただきましたご契約内容は、平成26年2月1日から保障が開始されます。

また、平成26年1月末～2月中旬までに「ご加入内容のお知らせ」がお手元に届きますのでご確認ください。

ご加入いただいているご退職予定のみなさまへ

「県庁生協グループ保険」にはご退職後も継続いただける制度があります。平成26年1月下旬以降、退職後制度のご案内を送付しますので、ご検討ください。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。

現職中の制度

1. 基本保障保険

2. 医療保障保険

3. 新・医療保障保険

4. 重病克服支援制度

5. 退職後継続制度

加入
(切替)

継続
可能

退職後の制度と保障内容

一時払退職後プラン

1. ● 終身の死亡・高度障害(生命保険部分)
 ● 10年間の不慮の事故による死亡・入院・手術および賠償責任等(損害保険部分)

退職後医療保障保険

2. ● 病気・ケガによる継続して2日以上入院、手術給付金(70歳・80歳満期)

現職中と同様

3. ● 病気・災害による継続して2日以上入院・手術など(71歳まで)

現職中と同様

4. ● 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)

現職中と同様

5. ● 75歳までの死亡・高度障害

※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ご参照ください。
 ※追加給付・リビングリスク制度・長期療養収入補償制度・積立年金には退職後継続はございません。
 ※この保険契約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る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。
 ※制度内容詳細等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
 明治安田生命損害保険株式会社(損保部分)

そこが知りたい!!

～安心・賢いライフプラン～

セミナー告知

1月29日から3月5日までの毎週水よう日にセミナーを開催します。

従来のライフプランセミナーを分解して、それぞれ具体的にポイントを絞りました。あなたが知りたいこと、不安だったことにピンポイントでお応えするセミナーです。

営業や宣伝はありませんので安心してご参加ください。

※詳細は本号の折込チラシをご覧ください。

3/5

水

NISA
「ニーサ」って何?
マネーを取り巻く環境と
活用法 「講演 野村證券」

2/26

水

がんになったら
どうしたらいい?
知っておきたい知識と準備
「講演 アフラック」

2/19

水

家が収入を生む?
大増税時代に負けない
住まいづくり
「講演 ミサワホーム」

2/12

水

直面しないと
わからない
介護の現実
「講演 日本生命」

2/5

水

やっぱり不安・・・
年金のハコ
「講演 日本生命」

1/29

水

退職後の注意したい
ポイントとリスク
「講演 日本生命」

時間:18時～(1時間程度) 場所:県庁舎30階セミナールーム 募集人数:各日20名限定(先着順) 会費:無料

G わんだーらんど 倶楽部

スタットののびのび言葉

● 中一の息子の期末テストの結果が来ました。想像以上の結果の悪さに妻の「教育ママモード」が発動! 学習塾に通うことになった息子はテンションダウン
部活動もやりながらで大変だと思っけど応援しているぞが、んばれ息子よ(T_T)

● あれから1年...忘れられなかったあの焼さんまを再び、今度こそ丸々尾!と思いきや、店の都合で半分ずつを2人で2回にして食べることに。すると、頭側ほぼハラワタ!!去年は尾っぽ側を食べて大満足したことを思い出し、しかも上司が頭側だったよっな...。ありがとごさいます。(T_T)

● 高校受験を控えたうちの子に「いいかげん勉強しな」と言つと、フツフツと言いつつ、勉強始めたと思つたら30分も経たない内にパソコンやゲームをしています。
怒ろうと思つた瞬間!フラッシュバックして昔の自分を思い出し、これ以上言つても無駄か。
フツフツ...ウキウキ...
見守ることにした自分分は、愛犬チツプに新たな芸を教えることに燃えています。(N)



話題の本棚



発行 マイナビ 1050円(税込)

ぐんまちゃんと鉄道の旅

ゆるキャラコンテスト全国3位の群馬のアイドルぐんまちゃんが、群馬のローカル鉄道を紹介してくれるのですが、内容は子供向けではなく大人の鉄道ファン向けかもしれません。SLの転車台や整備の様子、土合駅の長い階段、大胡電車庫などがたくさんの写真で紹介されており、群馬の鉄道の歴史と豊かさに驚かされます。そんな群馬の鉄道風景にぐんまちゃんが不思議によくなじんでいて、何度見てもあきません。

そんなぐんまちゃんの本領発揮のポストカードブックも発売されています(税込 819円)。そちらでは上信電鉄下仁田駅のホームに立つぐんまちゃんの1枚が入っています。他県に住む鉄道ファンへのおたよりに、ぜひ。

- 新規指定店のお知らせ 人形処かんと(株) (平成25年12月)
- 指定店解除のお知らせ 田野靴店(平成25年9月末日) (有)児玉海藻(平成25年9月末日)
- 長谷川家石材商店(平成25年10月末日) マツオ産商(平成25年10月末日) (株)マイム(平成25年10月末日)