

夏の暑さで弱ったカラダをケアする月ですね。
秋の味覚を存分に楽しんで
元気モリモリと頑張っていきましょう!

ふれあい情報

お 倶楽部



組合員の皆さま、
健康診断は無事終わりましたか?
結果がでるまで、
いろんな不安がありますよね。

カラダのコト 考えましよう

Q 入院したら、

1日どのくらい費用がかかるの?

Q がんになったときのためには、

どんな保険が必要?

Q 退職後の

入院や手術の保障はあるの?

まだまだほかにも

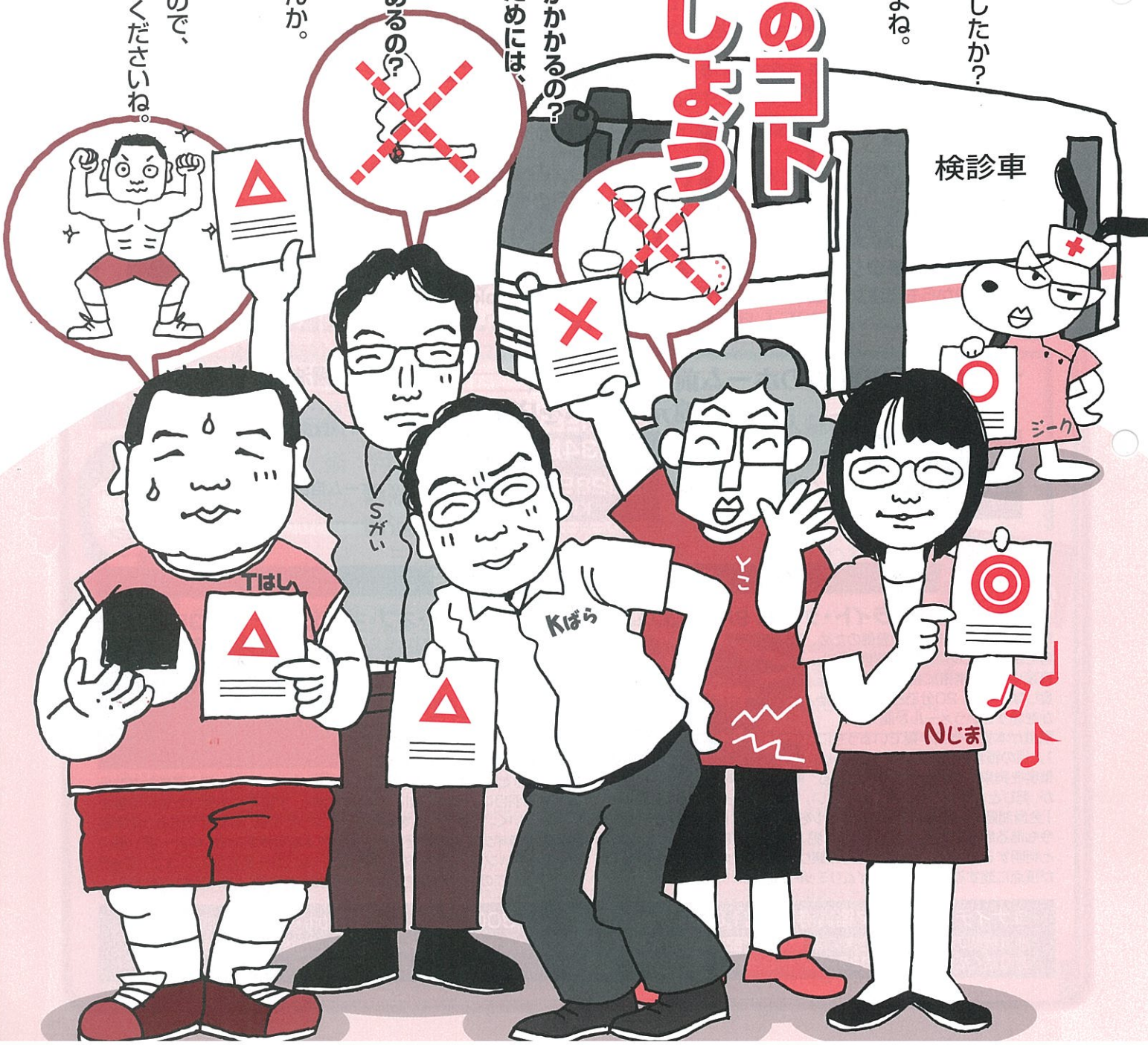
聞きたいこと、ありませんか。

10月からグループ保険の

募集が始まります。

皆さまの職場へ伺いますので、

ぜひこの機会を利用してくださいね。



県庁地下1階
フォレスト21

岩丸のりんごじゃない!



売店 岩丸

組合員の皆さま できげんよう 売店の岩丸です。川場村のりんごは標高450m~600mの南斜面で栽培され日照時間が長く寒暖差が大きいので甘くて美味しく育つんですよ。もう皆さま食べられましたか? ご注文お待ちしております。

群馬県産

川場のりんご

- 陽光
- サンふじ
- ぐんま名月

産直宅配
職場配送

陽光

果形は大玉、果肉は白色でやや硬く、ほどよい酸味があり甘みとのバランスがとれているりんごです。



サンふじ

蜜がたっぷり入って果肉は緻密で果汁が多く、甘味と酸味のバランスもよく果実のシャキシャキ感、独特な香りのあるとっても美味しいりんごです。



陽光・サンふじ価格表

5kg(約14個~18個位) **2,650円**

10kg(約28個~36個位) **4,950円**

B級品(10kg) **3,950円**

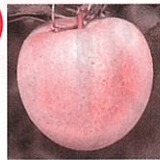
ぐんま名月価格表

5kg(目安16個位) **3,200円**

(※上記金額はすべて税込金額です)

ぐんま名月 数量限定!

りんご好きには是非食べていただきたい「ぐんま名月」甘味、香り、歯ざわりでバランスのとれた優れたりんごです。



※宅配は別途料金がかかります。
職場配送は無料
(配送までに、若干お時間をいただきます)
●詳しくは9月の職場回覧チラシをご覧ください。

共同購入チラシ、または生協ホームページをご覧ください。
生協HPからご注文いただけます。 <http://www.hot-hitotoki.com>

代表生産者 藤井りんご園
利根郡川場村中野323

ザスパクサツ群馬のホーム前売券販売中、地元ザスパを応援しよう!

第32節
9月20日(土) KICK OFF
VS
コンサドーレ札幌

第34節
9月28日(日) KICK OFF
VS
栃木SC

正田醤油スタジアム群馬

指定席.....●3,200円
メイン自由席・バック自由席
●大人 2,100円
●小中高 500円
ホーム自由席●大人 1,600円
●小中高 500円

9月公開特集

ユナイテッド・シネマ情報

● **フライト・ゲーム** 9月6日(土)公開

NY発ロンドン行旅客機の警備のため、客を装って乗り込む航空保安官のビル。真夜中、彼の携帯に指定の口座に送金しなければ、20分ごとに機内の誰かを殺すというメールが届く。悪戯か本気が半信半疑であるうちに、1人目の犠牲者が出てしまう。ビルは乗客を拘束して荷物や携帯を調べるが、何ひとつ手掛かりは見つからない。乗客名簿を調べた保安局は、「全員問題ない。お前以外は」とビルを疑う。彼には暗い過去があり、今もある問題を抱えていた。さらに犯人の指定口座がビルの名義だと判明する。2人目、3人目と犯行は繰り返され、機内の疑惑と緊張感が頂点に達するなか、次のタイムリミットが迫る。



● **ガーディアンズ・オブ・ギャラクシー** 9月13日(土)公開

幼くして地球から誘拐され、今や宇宙をまたにけるトレジャーハンターとなったピーター・クイル。とことん運がないせいで、自らを「スターロード」と名乗っている。そんな彼がある日、巨万の富を夢見て、パワーストーン「オーブ」を盗み出す。だが、銀河を滅亡させる程の恐ろしい力を持つオーブを狙う悪党たちから追われる羽目に。それを機に、危険な冒険と、宇宙存亡を懸けた戦いに巻き込まれていく。彼がチームを組むことになったのは、刑務所で出会った宇宙最強のアライグマや犯罪歴を持ったヤバすぎる仲間たち。宇宙一運の悪いトレジャーハンター、ピーター率いるチーム「ガーディアンズ・オブ・ギャラクシー」は、この100%勝ち目のない無謀すぎる戦いに、どう挑むのか?



ユナイテッド・シネマ鑑賞券 通常1,800円 → 組合員限定1,300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

カツキーの
簡単カツキング

今回は秋の美味しい食べ物、鮭ときこのこを使ったメニューを紹介します。食材をアルミホイルでくるんで焼くだけの簡単料理です。ぜひ、お試しください。



材料(約4人分)

- 生鮭切り身…4枚
- 舞茸…1パック(100グラムくらい)
- シメジ…1パック(100グラムくらい)
- 玉ねぎ…1/2個
- マヨネーズ…大さじ4杯
- 塩、こしょう

作り方

- ① 鮭に塩・こしょうをして、少しおいておく。
- ② 舞茸・シメジを小房にほぐし、玉ねぎを薄切りにする。
- ③ アルミホイルに②の玉ねぎをのせ、その上に①の鮭をのせる。
- ④ 鮭に②のきのこをのせ、マヨネーズをかけ、ホイルで包む。
- ⑤ 180度のオーブンで10分～15分くらい焼き、鮭に火が通れば完成。

鮭ときこのこのマヨネーズ焼き



1人分に含まれる栄養素	
カロリー	237kcal
蛋白質	18.1g
脂質	17.5g
食塩相当量	1.2g
カルシウム	16mg

ポイント&おすすめ

- *マヨネーズに粉チーズや粒マスタードなどを混ぜてもおいしく召し上がれます。
- *人参やパプリカなどお好みの野菜を入れると、いろいろが鮮やかになります。
- *トースターや魚焼きグリルやフライパンでも簡単に作れます。

5回のポイント



★GSS仮面★ 第32話

車両保険(中途付帯)編



中途付帯もOK! 車両保険!!



■車両保険

衝突、接触等の事故によりご契約のお車に生じた損害に対して保険料をお支払いします。ご希望により一般条件、エコノミー車両保険(車対車+A)等をお選びいただき、1回目と2回目以降の車両事故のそれぞれについて免責金額(自己負担額)*1を設定いただけます。それぞれ対象となる事故の例は右記のとおりです。

一般条件	エコノミー車両保険(車対車+A)	限定A
単独事故 ■電柱・ガードレールに衝突 ■あて逃げ ■車庫入れに失敗 ■その他、墜落・転覆	■他のお車との衝突・接触*2 ■お車同士の衝突 ■二輪自動車・原動機付自転車との衝突	火災・台風・盗難*3等 ■火災・爆発 ■盗難*3 ■飛来中・落下中の他物との衝突 ■いたずら・落着窓ガラス破損 ■台風、たつ巻き*洪水・高潮 ■その他、騒騒じょう・労働争議

追加保険料(例)	
●対象車両:平成26年登録 T社 車両V	●一般条件の車両保険 12,435円
●保険期間:満期まで残り期間6カ月の場合	●エコノミー車両保険(車対車+A) 5,755円
	●車両危険限定補償特約(A) 2,810円

条件によって保険料は変わります。

*1 全損(※4)以外の場合には、損害額からご契約時に設定された免責金額(自己負担額)を差し引いた金額を保険金額を限度にお支払いします。なお、車対車免責ゼロ特約をご契約いただいた場合、お車同士の衝突や接触事故であり、かつ、相手方の車(ご契約のお車と所有者が異なる場合に限り)およびその運転者または所有者が確認できる車両事故の場合で、適用される免責金額が3万円または5万円の場合は免責金額なしで保険料をお支払いします。
 *2 エコノミー車両保険(車対車+A)の場合は、相手方の車(ご契約のお車と所有者が異なる場合に限り)およびその運転者または所有者が確認されたときに限り補償します。あて逃げで相手方が不明の場合等は補償されません。
 *3 ご契約のお車が二輪自動車・原動機付自転車の場合は、盗難による損害は補償されません。
 *4 全損とは、ご契約のお車の修理費が保険金額以上となる場合、ご契約のお車が盗難され発見されなかった場合またはご契約のお車が修理できない場合をいいます。

★県庁生協ホームページでGSS仮面のバックナンバーをご覧ください。☆詳しくは“GSS仮面いますか?”とお問い合わせください!

〈保険代理店〉株式会社ジーエスエス TEL.027-234-8864 FAX.027-232-3802 メールアドレス:gss@hot-hitotoki.com



高山

団体保険の仕組みと気を付けたいところ

「団体保険」、職場で耳にするこの保険。

県庁生協が取り扱う団体保険(県庁生協グループ保険)は、契約者:県庁生協、被保険者:組合員(県・団体職員)という形態です。多くの組合員が加入することで、1人1人の保険料を安く抑えられるというメリットがあります。加入した職員の保険料を県庁生協が一括して集金・支払(保険会社へ)ができるので、保険会社にもメリットが生まれます。

では、団体保険ならではの“気を付けたいところ”とは
 どんなどころでしょうか。

そう、組合員の福利厚生として用意している保険ですから、「退職後も継続できるかどうか」という点です。

団体保険によって、継続できる保険とできない保険がありますので加入するときには、保障や掛金だけでなく、「退職後も継続できるかどうか」というところにも注意したいところです。

「現職中の保障」と「退職後の保障」、保険は分けなくても、しっかり認識したうえで加入することをお勧めします。

広告



群馬県庁生活協同組合員とご家族のみなさまへ



結婚という幸せへ。
 ツヴァイが
 お手伝いします。



アクティブII (年間36人以上ご紹介)

初期費用が
 30%OFF
※登録料を除く

ご入会時に必要な費用(税込)

法人価格 116,856円 (一般価格 135,000円)	登録料	32,400円
	+	
	情報選択料	42,120円
	+	一般価格より30%OFF
	活動サポート費	42,336円

ご入会時に必要な費用とは別に、年間のご紹介人数に応じて、別途月会費がかかります。

- 例えば…
- 年間ご紹介人数が 48 名の場合…… 13,176 円
- 年間ご紹介人数が 72 名の場合…… 14,688 円

* 2014年4月21日現在

詳しくは
 Webへ



ツヴァイ 法人

検索

フリーコール (10:00~20:00受付)

0120-277-281

■ご連絡、お問い合わせの際は、所属企業・団体をお伝えください。
 お申し出がないと法人会員の特典をお受けいただけない場合もございますのでご注意ください。

*この他にもコースがあります。詳しくはお問い合わせください。

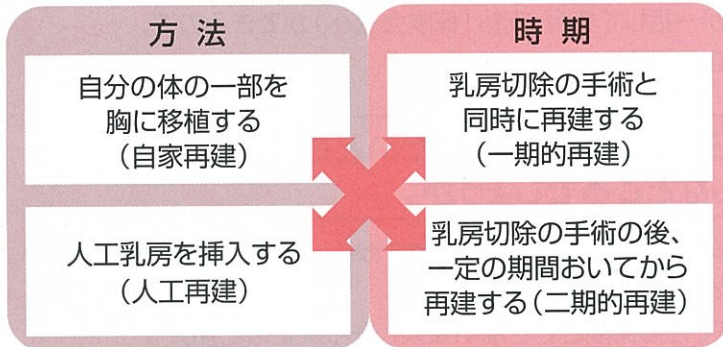
県庁生協 グループ保険



乳がんと再建手術を考えてみよう

乳がんになったら、完治を目指し治療することが第一なのは当然ですが、失った乳房を取り戻したいという気持ちも女性なら少なからずあるのではないのでしょうか。乳房再建には下表のように方法・時期ともに2種類あります。

★乳がん手術による再建手術の種類と時期★



手術の方法も手術の時期も自由な組み合わせが可能です。例えば、治療する時点では、まだ再建は考えられないという方は、二次的再建を想定して、方法は相談しながら決定すれば問題ありません。さらに費用についてですが、これまでは自家再建のみが健康保険の対象でしたが、2013年7月から人工再建も保険の対象となりました(一部の人工乳房が適用)。乳がんになったら、入院・手術の費用だけでなく、再建についても考慮しておいて

もいいかもしれませんね。二次的再建になれば、再度入院や手術をすることになるので、将来のことも見据えたいところですが、いざその時になると、なかなか難しいかも。。。 (出典:日本経済新聞 2013.6.12付)

県庁生協グループ保険で、「乳がん対策」考えてみませんか。

「新・医療保障保険」+「追加給付」

例えば、26歳女性 乳がんのため、入院・根治手術をした。

- 加入内容**
- ◆新・医療保障保険：日額 5,000円コース加入 (月額保険料: 1,725円)
 - ◆追加給付：日額 5,000円コース加入 (月額保険料: 520円)

保障内容

●入院日額：(日額 10,000円+日額 5,000円^(※1))×入院日数^(※2)

●手術：手術の種類により

- 新・医療保障保険から手術給付金 20万円^(※3)
- 追加給付から女性疾病手術保険金 20万円^(※4)
- 三大疾病手術保険金 20万円 が支払われます。



注) 新・医療保障保険の根治手術とは、悪性新生物根治手術(ファイバースコープまたは血管・バスケットカテーテルによる手術は除く)のことです。
 ※乳房の再建手術:自家再建で諸条件をクリアすれば、追加給付の対象の可能性があります。
 ※最終的な判断は診断書によるものとなりますので、必ず上記に該当するとは限りません。

県庁生協グループ保険 10月募集開始予定です。

個別に話を聞きたいという方は、本号折込用紙の「面談希望票」を県庁生協までFAXしてください。

※1 女性疾病入院保険金
 ※2 入院給付金のお支払日数は、災害による入院、疾病による入院それぞれについて通算して1095日を限度とします。女性疾病入院保険金のお支払日数は、初年度契約および継続契約を通じてそれぞれ1回の入院につき365日、通算して700日を限度とします。ただし、三大疾病(がん・急性心筋梗塞・脳卒中)による入院の場合は、お支払日数の限度はありません。
 ※3 新・医療保障保険の手術給付金は手術の種類により入院給付金日額×5・10・20・40倍が支払われます。手術給付金もお支払限度はありません。(ただし、一部制限を設けている手術の種類があります。)
 ※4 追加給付の女性疾病手術保険金は手術の種類により手術基準日額×10・20・40倍が支払われます。手術保険金のお支払限度はありません。(ただし、一部制限を設けている手術の種類があります。)
 ※ 新・医療保障保険の保険料については概算です。追加給付へのご加入は新・医療保障保険へのご加入が条件です。
 ※ 新・医療保障保険と追加給付は、対象となる手術の範囲や給付倍率が異なります。したがって、七大疾病・女性疾病で所定の手術を受けた時でも、いずれか一方からのみの給付となる場合や給付金額が異なる場合があります。それぞれの保障内容、保険料等の詳細はパンフレットをご参照ください。
 ※ 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、それぞれの引受割合による保険契約上の責任を負います。なお、引受保険会社および引受割合は変更される場合があります。
 ※ 各コースとも本人が加入していることを条件に、配偶者は基本保障保険、医療保障保険、新・医療保障保険、追加給付、リビングリスク制度、重病克服支援制度、退職後継続制度に、ごどもは基本保障保険と医療保障保険にご加入いただけます。
 ※ 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。
 ※ 記載の保険料等は、パンフレット作成時点の基礎率により計算されています。実際の保険料等はご加入(増額)および更新時の基礎率により決定しますので、今後の基礎率の改定により保険料等も改定されることがあります。
 ※ 追加給付(損害保険)の保険料は、平成25年度の確定保険料です。平成26年度の保険料は、変更になる場合があります。

引受保険会社
 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)
 MYG-A-14-LF-431
 MY-A-13-LF-007452

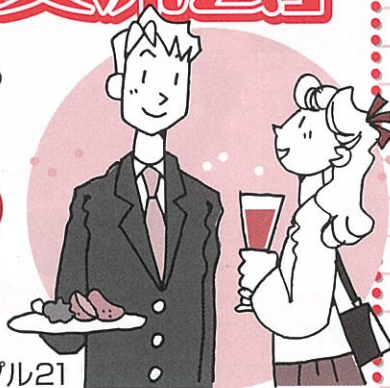
G わんだーらんど 倶楽部

「組合員交流会」

を開催します。

11月8日(土)

- 開始 14:30~18:00
(受付 14:00~)
- 県庁地下1階 食堂ピープル21
- 募集人数は 36名



独身組合員の方なら、どなたでもOKです。
(応募多数の場合は 抽選とさせていただきます)

● 参加費用 男性 3,000円
女性 2,000円

■ 応募締め切りは、10月23日(木)

申込方法などの詳細はホームページでご確認ください。
URL <http://www.hot-hitotoki.com>

知っていて! 指定店情報

角田時計店

(前橋市中央通り商店街)

Jewelry Tsunoda



県庁生協組合員証(ICカード)をお会計前に提示してください。

時計(国内メーカー)は定価の15%引き、
ジュエリーは定価の10%引きで購入できます。

●電池交換・修理・リメイク・加工等は対象外です。

■店舗場所等のお問い合わせは、

電話.027-231-6061

営業時間 午前10時~午後6時30分
定休日 水曜日

スタミナのひらき

●通勤の時って、だいたい同じ時間で同じルートを走りますよね。私の場合、ほぼ毎朝、とてもマナーの悪い車と出会うてしまいます。
空いている時は、遙か後方から猛スピードで迫ってきてあつという間に抜いていく。混んでいる時はとにかく前の車をアオリまくり、少しでも車間が開けば右へ左へ車線変更。
いつか事故を起こすのではないかと、他人事ながら心配してしまっています。

●すつかりリターンライナーになりました。
20代の頃を思い出して気持ちよく走っています。しかし、昔と比べコーナーが上手く曲がれないこともしばしばあります。
どうやら、お腹が少々出てきて、体重移動がうまくいかないようです……。(K)

●腰痛持ち(椎間板ヘルニア)の私ではあります。が、老後に向けた趣味の一つにすべく17年ぶりにゴルフを始めました。
久しぶりのコースはとも気持ちよく、すつかりその魅力に度で出かけております。

まだまだ下手なので日々是練習という感じですが……(S)



新規指定店のお知らせ

- アートコーポレーション(株)(アート引越センター) H26.5月~
- 青山商事(株)(洋服の青山) H26.7月~