

G倶楽部

●ふれあい情報

2020
11月号
Vol.277

十一月といえば

秋の味覚が旬の一方で

冬の味覚も登場し始め

お鍋やシチューなど

温かい食べ物

恋しくなりますね。

深まる秋の気配を

心いっぱい

楽しみましょう。

この時期のおやつといえば?

「焼きイモ」も良いですが、

サツマイモを蒸かしただけの

「蒸かしイモ」!

えッ? 知らない?

「常務の田舎では定番でしたけど…」



県庁生協では、LINE公式アカウント限定の緊急企画や割引サービスも実施しております!!

LINE公式アカウント

●群馬県庁生活協同組合

●友だち登録してお得な情報をゲット!!

LINEアプリを起動

ホーム画面右上の人型アイコンをタップ

開いた画面の「QRコード」をタップし右の画像を読み取る



(ID: @321vkdjy)

フォレスト21 県庁地下1階
Forest 21

毎年生協で大人気商品となっている
”媛まどんな”。「南香」と「天草」という品種の
柑橘掛け合わせで生まれた品種です。

外皮は薄く果肉にぴったりとくっついていますが、手でむくことができ、
実がぎゅーとしていきます！12月のお届けで、今年のご褒美にいかがですか!!

諸星の
おすすり



愛媛県産みかん **媛まどんな**

産地直送
配達方法

1 媛まどんな 贈答用
(8~12個) 2.5kg

贈答用に粒ぞろいの一級品をそろえています。
一つ一つ選別し、手詰めで並べてお届けします。

■お届け時期(贈答用): 12月上旬~

① 約 2.5Kg (8~12個)
~~5,900円~~ → **5,180円**



組合員
特別価格

2 媛まどんな 家庭用 3kg

家庭用はL・M玉 中心に10~22個入っています。

■お届け時期(家庭用):
12月中旬~

② 約3Kg
~~5,000円~~ → **4,280円**



オススメポイント
●ゼリーのようなプルプルの食感!
●やわらかい果肉には果汁たっぷり!
●酸味も少なくて食べやすい!

■「媛まどんな」は、「のみ果樹園」の登録商標、「紅まどんな」は「JA全農えひめ」の登録商標です。
■季節商品のため、作柄によってお届けまで、お時間がかかる場合があります。

代表生産者
のみ果樹園
愛媛県今治市

- ご注文は、折込チラシをご覧ください。
- 職場回覧・ホームページからもご注文いただけます。

**「社販マーケット」
取り扱い
始めました!**

「社販マーケット」とは・・・
”**職域限定のショッピングサイト**”です!
生協組合員であれば、
どなたでもご利用できます。

- 利用方法は ①生協HPから右のロゴをクリック!
②エンターコードを入力(gunmacoop55)
③お買い物をお楽しみください!

有名メーカー商品が最大半額以下でご購入できますよ~

■お問い合わせは、生協売店までお電話ください。

お得なケース販売!
社販マーケット

有名メーカー商品など
最大 **半額以下!**



ピープル21 県庁地下1階

People21

クッキング 簡単20分 クッキング



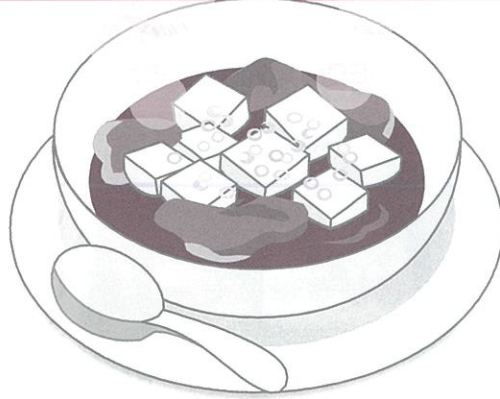
★クッキングの時間は、作業時間の目安です。

今回は、折込チラシの「森永とうふ(絹ごし)」を使った、メニューを紹介します。肌寒くなってきたこの季節に、熱々の麻婆豆腐はいかがですか！

肉麻婆豆腐

材料 (2人前)

- 絹とうふ……………1丁
- 豚バラ肉……………100g
- A.おろしニンニク…小さじ1杯
- A.おろししょうが…小さじ1杯
- A.豆板醤……………小さじ2杯
- A.油……………大さじ1杯
- 酒……………大さじ1杯
- B.しょうゆ……………大さじ1杯
- B.砂糖……………小さじ1杯
- B.味の素……………小さじ1杯
- B.中華スープの素…小さじ1杯
- B.水……………100cc
- 長ねぎ…30g(粗みじん切り)
- 片栗粉……………小さじ2杯
(同量の水で溶いておく)
- ごま油……………大さじ1杯



1人前に含まれる栄養素	脂 質	36.7g
カロリー	食塩相当量	2.6g
蛋白質	カルシウム	108.5mg



- ★ 甜麺醤を入れると、本格的な仕上がりになります。
- ★ 辛めがお好みの方は、仕上げにラー油や花椒粉などを加えてください。
- ★ コクを増したい方は、Bの調味料と一緒に、オイスターソースを少々加えてください。

作り方

- ① 豆腐を1.5cmから2cmの角切りにし、沸かしたお湯(分量外)に入れる。
- ② 豆腐が温まり動き始めたら、火を止める。
- ③ フライパンにAを入れ、弱火にかける。
- ④ 香りが出てきたら肉を入れ、中火にして炒める。
- ⑤ 肉に色が付いたら酒を入れ、火を弱める。
- ⑥ ⑥にBを入れて中火にかける。
- ⑦ ⑥が煮立ってきたら、②の豆腐の水を切り加える。
- ⑧ 優しくかき混ぜながら沸騰させ、火を少し弱め1~2分煮る。
- ⑨ ⑧に長ねぎを入れたら、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑩ とろみがついたら、1分くらい沸騰させる。
- ⑪ 火を止めて、ごま油を回しかけて、完成。

★ 食堂「ピープル21」 TEL.027-223-1111 〈内線 4808〉

※公開日は、公式HPなどでご確認ください。

ユナイテッド・シネマ情報

11/13(金) より公開 **魔女見習いをさがして**

「ねえ、大きくなったら何になりたい？」
 教員志望でありながらも、自信をなくして進路に戸惑う大学生・長瀬ソラ——名古屋、望んだ仕事についたものの、職場になじめず葛藤する帰国子女の会社員・吉月ミレ——東京、夢に向けて進学費用を貯めるも、ダメ彼氏に振り回されるフリーター・川谷レイカ——尾道、年齢も性格も住んでいる場所も…なにもかもが違う三人。しかも、それぞれ思い描く未来が見えず、人生に絶賛迷い中！ そんな彼女たちを引き合わせたのは「おジャ魔女どれみ」!? かつて魔女見習いたちが集っていたMAHO堂——鎌倉にある洋館での運命的な出会いをきっかけに、三人は飛騨高山・京都・奈良と「おジャ魔女どれみ」ゆかりの地を巡る旅へ！ 笑って泣いて支え合って、かけがえのない時間を過ごした三人は改めて気づく、いつもどれみたちがそばにいたことに。そして魔女見習いたちに背中を押され、踏み出した先に、素敵な世界が広がっていた——



11/13(金) より公開 **ドクター・デスの遺産 BLACK FILE**



人気作家・中山七里の小説「ドクター・デスの遺産」を映画化したクライムサスペンス。安楽死を手口にする連続殺人犯に挑む刑事役で綾野剛と北川景子が共演し、「神様のカルテ」「サグラダリセット」などを手がけてきた深川栄洋監督がメガホンをとった。終末期の患者ばかりが次々と不審な死を遂げる事件が相次ぐ。捜査に乗り出した刑事の犬養と高千穂は、依頼を受けて患者を安楽死させる「ドクター・デス」と呼ばれる医者 の存在にたどり着く。しかし、そんな矢先、重度の腎臓病に苦しんでいる犬養の一人娘の沙耶香が、ドクター・デスに安楽死を依頼してしまい……。

ユナイテッド・シネマ特別鑑賞券(グループチケット) 通常 1,800円 → 組合員限定 1,300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。) 生協売店まで、お電話ください。

★特別鑑賞券は全国のユナイテッド・シネマでご利用いただけます。

★ 売店「フォレスト21」 TEL.027-223-8357 〈内線4809・4810〉

生協
お得情報!

「会議用配達弁当」

会議やイベントのお弁当どうしてますか？

便利!

●生協でお弁当(登利平・ふれあいランチ)を注文すると指定場所まで配達し、空き容器の回収も行います。(一部除く)

お得

●生協で登利平(鳥めし(竹)・幕の内弁当)のお弁当に紙パックお茶(250ml)付を注文すると**800円(税込)**です。



●鳥めし弁当



●ふれあいランチ 840円

★ふれあいランチの幕の内弁当は、ご予算に応じて500円からご注文いただけます。



※ご注文は、前日午前中までをお願いします。

※前橋市内は10個以上、前橋市外は20個以上のご注文でご指定の場所までお届けし容器の回収まで行います。ただし、嬭恋・草津・長野原・片品・板倉・明和等の地域については、30個以上からのお取り扱いとなります。(当地域の空容器の回収はご容赦ください)

★ご注文・お問い合わせは生協食堂(ピープル21)までお電話で!

★食堂「ピープル21」 TEL.027-223-1111 〈内線 4808〉

ご確認されましたか？ 県庁生協グループ保険!!

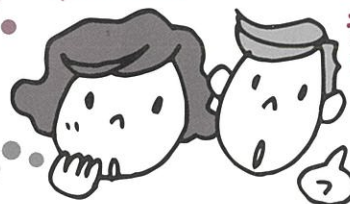
忘れてたという方、お電話ください!
新規加入や変更は申込期間だけしかできません。

11月6日(金)
が締切です!

推進員が来ると
思って、待ってた!

少しでも話が
聞きたくて、
そのままに
してしまった

忙しい...



まだ
提出
が...

変更したかったけど、
検討中で申込書を
まだ提出していない

忙しくて見る
暇がなかった

という方、いらっしゃると思います。

締切過ぎちゃったから...と諦めずに、ぜひ、県庁生協・高山までお電話ください。
ご相談を承ります。

※お申込みが間に合わないこともありますので、お早めにご連絡をお願いします。

※今年は感染症予防のため推進員は所属への訪問をしておりません。



★総務課 TEL.027-221-4028 〈内線 4805・4806〉

年末調整のこの時期にご確認ください♪

かんぽ生命保険にご加入されていませんか？

県庁生協の団体扱(給与口座払い)にすることで、**保険料が割安**になる場合があります。
既に個人でご加入されている方は、ぜひ、お問合せください。

■ かんぽ生命保険 ■

対象となるご契約

[証券番号] ●●**5**●●●●●●●●●● (3ケタ目が「5」)

または

●●**2**●●●●●●●●●● (3ケタ目が「2」)

[契約者の方] **県正規職員かつ生協組合員**の方が対象

※ご退職や育休などで、県から給与が支払われない期間は、個人扱となります。

冬の準備! JAFで雪道も安心♪

JAFの出動理由 TOP3! (2019年度)



No.1 バッテリー上がり



No.2 タイヤのパンク



No.3 キー閉じ込み

冬はバッテリー上がりや落輪に要注意!

▼ バッテリーは寒さに弱いので、気温の低下によって実質的なバッテリーの容量も低下すると言われており、冬のバッテリー上がりの救援は多くなっています。



▼ 雪道は道路が隠れてしまい、側溝が見えにくくなっていますので、落輪やスタックも多発しています。

JAFに加入していれば、車に乗り出したばかりのお子さまや女性も安心♪

ご家族は、年間 **2,000円** でご加入できます! (本人加入が要件)

年会費

- 入会金: 2,000円(入会時のみ)
- 本人会員: 4,000円 ■ 家族会員: 2,000円

年会費は、**給与口座払い**でお支払い頂けます。

指定店情報



冬に向けてジャケット・コートの準備を!



提携法人専用のAOYAMAタイアップカード
(入会金・年会費無料・
県庁生協組合員カード提示でその場で発行)で、

全商品 **10%OFF** &
下取り **10%OFF!**
& T-POINTも貯まります。

※タイアップカードをお持ちの方は、洋服の青山オンラインストアでのお買物も**10%OFF**となります。

●G倶楽部10月号の折込チラシもご覧ください。

県内14店舗

- 前橋国領総本店 ●前橋文京店
- 伊勢崎宮子店 ●伊勢崎店 ●太田店
- 桐生店 ●館林店 ●高崎緑町店
- 高崎上大類店 ●高崎群馬町店
- 藤岡店 ●富岡店 ●渋川店 ●沼田店



組合員カードまたはチラシ提示で、

10%OFF +
チラシクーポン特別割引
(価格より半額・20%OFF 等)
併用できます!

※AOKIオンラインショップでも
価格から **10%OFF** となります。
(クーポンコード gnkn1516)

●G倶楽部10月号の折込チラシもご覧ください。

県内11店舗

- 高崎本店 ●高崎江木町店
- 伊勢崎店 ●伊勢崎宮子店
- 笠懸店 ●パワーモールおおた店
- 太田店 ●藤岡店 ●前橋荒牧店
- 前橋東部バイパス店
- 前橋みなみモール店

すべては品質から。



県内6店舗

- 高崎本店 ●安中店
- 桐生店
- 館林アゼリアモール店
- 富岡店 ●沼田店

チラシの特別割引券
または下取り
ご利用後から さらに提携割引
10%OFF!

●G倶楽部今月号の折込チラシもご覧ください。



第66回

ジーエスエス 保険の部屋



ジーエスエス 桑原

お手元に、
保険証券を
ご用意ください

あなたのがん保険は
今の治療環境に
対応していますか？

がん保険編

簡単！自己チェック！

現在の治療環境にあった、よりご安心いただける
「がん保険」の6つのポイントをご確認ください。

あなたをご契約されている「がん保険」は、どのくらい今の治療環境に
対応していますか？下の6つのポイントをチェック☑してみましょう！

ポイント1 治療費

三大治療費用

がん治療における「三大治療」の手術、放射
線治療、抗がん剤・ホルモン剤治療
の自己負担費用をカバーできる。

ポイント2 治療費

緩和療養費用

がん治療中の身体的・精神的な苦痛を和ら
げる、緩和療養の自己負担費用
をカバーできる。

ポイント3 治療費

先進医療費用

健康保険が適用されない先進医療を受け
た場合の自己負担費用をカバー
できる。

ポイント4 治療関連費

治療関連費用

病院までの交通費などの治療関連費を
カバーできる。

ポイント5 治療関連費

治療が長引いた場合の備え

がんの治療が長引いた場合、保険料の
支払いをカバーできる。

ポイント6 付帯サービス

がん治療に伴う さまざまな悩みをサポート

がん告知直後の不安から、治療選択、治療
中の悩みなどに対し、専門家の
サポートを受けることができる。

すべてにチェックができましたか？
チェックできなかった方のために、
次回はがん治療の多様化と長期化にも対応し、
幅広くまとめて保障するがん保険をご紹介します！

まだ、がん保険に
加入されていない方も
次号をチェック！



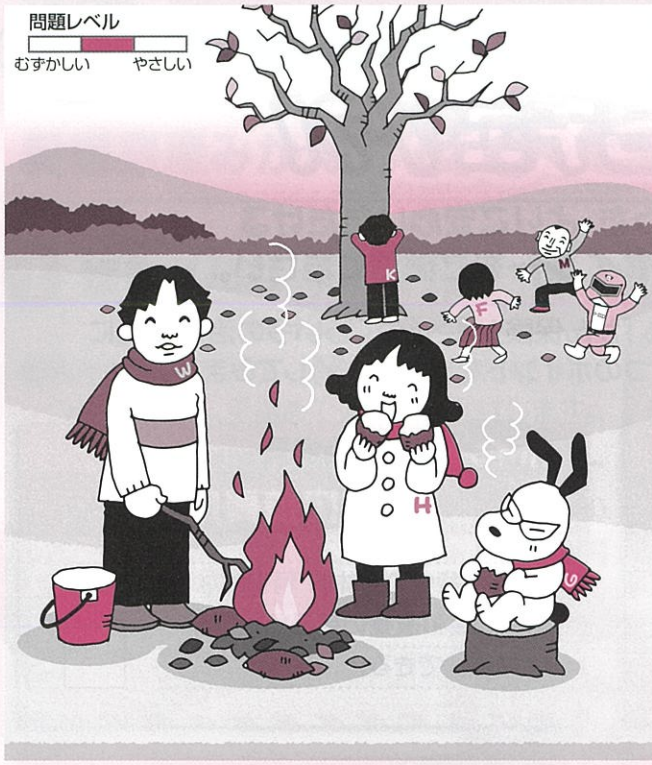
★県庁生協ホームページで「ジーエスエス保険の部屋」のバックナンバーをご覧ください。



わんだーらんど

今月の脳トしは..

クイズ QUIZ?



問題レベル
むずかしい やさしい

問題

間違い探し、3カ所です。今回のレベルは「ふつう」です。ぜひ挑戦を!!

★「間違い」は文字や図柄と重なっている部分以外にあります。

応募方法

メール(info@hot-hitotoki.comまたは、はがきでも可)に、①クイズの答え ②G倶楽部への感想または意見・要望 ③身の回りで起きたこと ④所属・氏名をご記入の上、11月30日(消印有効)までにお送りください。正解者の中から抽選で10名様に**共同購入人気商品**(何になるかはお楽しみに!)を進呈いたします。また、身の回りで起きたこと等はわんだーらんどに掲載させていただく場合がありますのでご了承ください。なお、応募資格は、**県庁生協組合員**の方に限ります。どしどし応募ください。

9月号の答え及び当選者

- 答え 1. 左端箱の梨の数
 2. Sのシャツのボーダーの太さ
 3. 手前Tの持っている梨の点
 4. 後ろTのシャツの長さ
 ※間違いが4つありました m(_)_m

抽選の結果下記の方が当選されました

- 金澤 敬文(群馬県建設技術センター)
- 石川 ひとみ(西部農業事務所)
- 蛭間 智也(藤岡土木事務所)
- 石川 秀樹(精神医療センター)
- 廣岡 陽一(富岡行政県税事務所)
- 川島 敬二(東部農業事務所)
- 高田 彩加(繊維工業試験場)
- 小池 智美(小児医療センター)
- 安藤 淑恵(技術支援課)
- 加藤 宏明(前橋行政県税事務所)

敬称略



おじやないよ!

●さらに太ってしまいました。(S)
●第九合唱団に参加していますが、3密に躊躇して練習に出ずじまいですが、年末の公演ができるのか、新型「コロナ」の状況に戦々恐々です。(T)

- 興味で釣りを始めました。虫が嫌いだっなのに今やミミズやイソメを平気で触れるようになりました。(一)
- 子供の修学旅行が中止になり、日帰り遠足になるそうです。「どこ行きたい」と聞いたら、「なるなほーく」だったので、ちなみに、本気で言っていました。(K)
- 娘のあるか無いか分からない成人式の着物を準備しました。着られるといいな。(M)
- 5月に植えたサツマイモが順調に育っています。子どもが待ちきれず、こっそり掘り起こしています。(一)
- 昨年犬を飼い始めました。最近、やっと私の言うことを聞くようになったのはおやつが食べたときだけです。(T)

組員さんの★身の回りで起きたこと



これがイサ♥

イソメ ミミズ

■発行/群馬県庁生活協同組合 〒371-8570 群馬県前橋市大手町一丁目1番1号 ■制作/G工房
●「G倶楽部」に関するご意見・ご要望は編集係までどうぞ
TEL.直通 027-221-4028・FAX027-221-4029 県庁大代表 TEL.027-223-1111 内線 4805-4806

- 各種お問い合わせは
- 売店〈フォレスト21〉TEL.027-223-8357(内線 4809-4810)
- 食堂〈ピープル21〉TEL.027-223-1111(内線 4808)
- 総務課 TEL.027-221-4028(内線 4805-4806)
- 株式会社 ジーエスエス TEL.027-234-8864