

いばらき

労働福祉

Vol. 338

2014 年 5 月

(一社) 茨城県労働者福祉協議会

宵の嫁入り舟 (潮来市提供)

目次

『一般社団法人』への移行のお知らせ

国際女性デー

Yumyum baby club

「おひるねアート ワークショップオフ会」

地域労福協レポート (水戸・古河猿島)

中央ろうきんのご案内

健康&食 —豚肉—

クイズ 出会いサポートセンター

旅のガイド —潮来市—



水郷潮来あやめまつり

平成26年5月24日(土)～6月29日(日)

●ライフサポートいばらき「くらし何でも相談」(法律・年金・結婚・多重債務など)
<http://lsi.or.jp> ☎0120-786-184 (電話相談) 月曜～金曜日 10時～18時

●連合茨城しあわせセンター「労働・生活に関するご相談」(連合茨城と協力弁護士が応じます)
Email info@ibaraki.jtuc-rengo.jp ☎0120-154-052 (電話相談は随時)



「一般社団法人」への移行のお知らせ

一般社団法人 茨城県労働者福祉協議会
会長 和田 浩美

拝啓 皆様におかれましてはますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素より労福協活動に対し、多大なご協力とご指導を賜り誠にありがとうございます。

さて、当労福協は公益法人制度改革に対応し、昨年の総会で一般社団法人への移行を決議し移行認可手続きを経て、2014 年 4 月 1 日をもって「社団法人」を解散し、「一般社団法人」へ衣替えを行いました。一般社団法人は公益的な事業を計画的に実行する『公益目的支出計画』が求められており、移行を機に更なる勤労者福祉の向上を目指した事業を進めてまいります。

勤労者の生活環境は、世界的なグローバル経済の進展、産業構造の変遷、さらには少子高齢社会が急速に進展し日本社会の構造が大きく変貌しようとしています。東日本大震災の発生より 3 年が経過しましたが、被災地の復興は依然として道半ばであります。このような状況だからこそ、労福協は『連帯・協同でつくる安心・共生の福祉社会』を具体化する活動を続けてまいります。

関係団体各位の皆様には、今後とも「一般社団法人 茨城県労働者福祉協議会」の諸活動にご高配を賜りますようお願い申し上げます。

敬 具

2014 年度 労福協事業のご案内

公 益 事 業	共 益 事 業
勤労者福祉に関する研究・啓発事業 ①勤労者福祉研究集会 11 月に講演会を予定します ②労働福祉講座 筑西市にて開催予定です ③「労働福祉」の発行	地域支援活動 ①地域労福協との連携 県内 10 地域労福協と共に活動します ②ライフプランセミナー（出前セミナー） あなたの職場へ講師を派遣します （ライフサイクル・年金・相続など）
出会いサポート（茨城県との共同運営です） 男女の出会いをサポートします	福祉支援活動 税務研修会、関係団体との連携など
ライフサポート ☎ 0120-786-184 くらし何でも相談（月～土 10 時～18 時）	スポーツ交流事業 ゴルフ・ボウリング大会を予定します



火災、自然災害、盗難まで7つの保障
**自然災害保障付
火災共済**
風水害等賠償金付火災共済・自然災害共済

**いつ起きても
おかしくない
火災や自然災害から
暮らしを守ります。**

全労済は、営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、組合員の皆さまの安心とゆとりある暮らしをめざしています。出資金をお支払いいただいて組合員になれば、各種共済をご利用いただけます。

**保障のことなら
全労済**
全国労働者共済生活協同組合連合会

【窓口営業時間】（※土・日・祝日は休業）
 月曜日～金曜日午前9:00～午後5:15
 ※共済ショップ水戸店は、4月5日より毎週土曜日営業しております。
 土曜日営業時間 午前10:00～午後4:00

資料請求・お見積もりは、
 下記共済ショップ水戸店まで
 お気軽にお問い合わせください。
TEL:029-227-6035

茨城県本部
 (茨城県労働者共済生活協同組合)
 〒310-0804 水戸市南1-1-10
 0813B017

連合茨城 3.8 国際女性デー 茨城アピール行動

3 月 8 日は国際女性デーです。

国際女性デーは、1857 年にニューヨークで起きた工場火災で、多くの女性たちが亡くなったことを受け、3 月 8 日に低賃金・長時間労働に抗議する集会が開かれたことが起源となっています。その後、国連において 3 月 8 日は、女性の権利と平等のために取り組む記念日と位置づけられ、賃金・労働条件の向上を表す「パン」と、女性の尊厳、人権の確保を表す「バラ」の花をシンボルに、今も世界各地で様々な行動が実施されています。

連合茨城は女性委員会を中心に 23 名で、3 月 6 日(木)午後 5 時 30 分から、JR 水戸駅北口・南口で、1,500 本のバラの切り花とティッシュを配って、国際女性デーのアピール行動を行いました。



パルシステム yumyum baby club『おひるねアート ワークショップオフ会』

3 月 14 日 (金) yumyum baby club『おひるねアート ワークショップオフ会』を開催しました!

yumyum baby club とは、パルシステム連合会で運営している赤ちゃんをお持ちのママたちが集まる SNS です。生後 0 ヶ月～2 歳までの間参加することができ、お子さんの成長を日記に書き込んだり、ママ同士が集まるオフ会に参加できたり、そのほか赤ちゃんに関するいろいろな情報を手に入れることができます。

今回パルシステム茨城では、4 ヶ月～1 歳 3 ヶ月までのお子さんとお母さんを対象に、スマイルパル (土浦館) でオフ会を開催しました。ワークショップでは、日本おひるねアート協会認定講師の穂刈真織様にお越しいただき、「お花見」と「こんせんくんマグカップ」のセットをつかって、かわいい写真の撮り方を教えていただきました。上手に撮れたときは、お母さん同士見せ合ったり褒めあったりして、とても楽しそうな様子でした。そしてオフ会後半は、マフィンやバナナなど試食品を交えてのランチタイムです。お子さん話に華が咲き、終始笑顔のたえないオフ会となりました。

【問い合わせ先】 ☎ 029-227-2225 生活協同組合 パルシステム茨城 組織運営部



水戸地域労福協



会員交流イベントを開催

水戸地域労福協では、今年度も連合水戸地区協と連携しながら、地域貢献活動としてのクリーンキャンペーンへの参加や、健康増進・会員相互の交流を目的としたボウリング大会、チャリティーゴルフ大会などを開催してきました。

県労福協ボウリング大会の予選会を兼ねてスタートしたボウリング大会も 4 回目を数え、地域労福協のイベントとして定着し、好評を得ています。今回は年の瀬の 12 月 16 日の開催でしたが、23 チーム・90 名の参加を得て盛大に開催することができました。貸し切り状態の会場は熱気に包まれ好スコアが続出、JR 東労組・

労金水戸南の両チームが県大会へ出場しました。

チャリティーゴルフ大会は 1 月 28 日、富士カントリー笠間倶楽部で開催し、19 産別・団体より 82 名の参加をいただきました。当日は好天にも恵まれ、それぞれのお目当ての賞品をめざして大会は大いに盛り上がり、参加者からは 87,000 円のチャリティー金の協力をいただ

くことができました。



4 月 20 日には水戸地域メーデーが開催されます。去年は雨天中止だったた

め、2 年越しの企画となる「産別対抗！納豆早食い大会」が今年のメーデーをさらに盛り上げてくれることと思います。

水戸地域労福協では、今後も総会で確認した活動方針の遂行に向けて、地域の働く仲間や労働福祉団体とともに取り組みを進めてまいります。

地域労福協レポート

古河猿島地域労福協



古河猿島地域では、独自の行事のほか古河地区協と連携し、ボランティア活動、古河地区メーデーなどを実施しています。今年は節目の年でもあり、山梨方面（リニア見学センター）へのバスツアーを企画し、多数の参加者のもと実施されました。また、1 月 29 日には会員交流ボ

ウリング大会を開催し、55 名により白熱したゲームが繰り広げられました。同じ地域の仲間と交流を図る事ができ、非常に有意義な時間を過ごせた。など参加者の声を聞くことができました。3 月 29 日には恒例の親子工作教室を予定しており今年も親子のふれあい、笑顔が見れる事を楽しみにしています。

今後も地域独自の特色を出しながら、会員の皆様の役に立つ企画を開催していきたいと思っています。



〈中央ろうきん〉
家計力
ジャンプ
キャンペーン

財形貯蓄 &
エース預金
UP

キャンペーン期間

2014年4月1日（火）～

9月30日（火）

新規契約・積立額の
増額・残高増加の取引きで
各条件を満たした方に

1,000円分の
UCギフトカードプレゼント!!*

※財形貯蓄、エース預金それぞれの条件を満たしていたくと
各1,000円分、合計で2,000円分をプレゼントいたします。

給与天引きでしっかり貯めたいあなたには!

財形貯蓄の特長

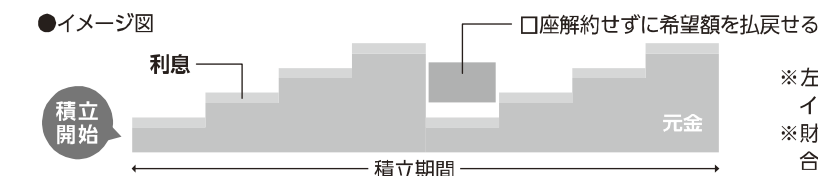
- 目的に合わせて一般財形・財形住宅・財形年金の3タイプからご選択いただけます。
- 「財形住宅」と「財形年金」を合わせて貯蓄残高550万円までは、お利息に税金のかからない非課税扱いです。
- 毎月の給与とボーナスからの天引きで、計画的に貯められます。

目標に向けて、計画的に貯めたい方には!

エース預金の特長

- 目的に合わせてエンドレス型・確定日型・年金型の3タイプからご選択いただけます。
- 必要な時は、自由にお引出しができます。
※エンドレス型の場合
- 毎月、普通預金からの自動振替による積立が可能です。

●イメージ図



※左図は一般財形・エース預金(エンドレス型)のイメージ図となります。

※財形貯蓄はお勤め先によってご利用できない場合がございます。

対象取引と条件

対象取引	①財形貯蓄の新規・増額・残高増加 ②エース預金の新規・増額・残高増加	自動 エントリー	エントリーは 各取引で一回限り※
条 件	①新規:年間積立額20万円以上で新規契約された方 ②増額:年間積立額10万円以上で増額された方(※) ③残高増加:30万円以上残高増加された方(※)		

(※) 2014年3月末日と2014年9月末日の差額にて判定します。●財形貯蓄はお勤め先によってはご利用できない場合があります。●エース預金は、ATMや「ろうきんダイレクト」(インターネット/モバイルバンキング)で取引いただいた方も対象になります。

●本キャンペーンは個人のお客様のみを対象とさせていただきます。●2014年9月末日時点において、対象条件を満たさなくなった場合、エントリー対象外となります。●景品に変更が生じた場合は、当金庫のホームページに公開いたします。●景品対象者の登録は自動エントリーとなります。当金庫の景品対象者の選定は2014年10月中旬頃に行ないます。景品対象者の発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。景品は2014年10月下旬以降、当金庫ご登録の住所に発送予定です。※条件を重複して満たされている場合でもキャンペーンへのエントリーはお一人様一回となりますので予めご了承ください。●詳しくは〈中央ろうきん〉営業店までお問い合わせください。

キャンペーンおよび、商品・サービス
に関する詳細はこちら

中央ろうきん

検索

<http://chuo.rokin.com>



※二次元バーコードの読取は携帯
電話端末機種、印刷状態、読取環境
等により正常な読取ができない場
合があります。ご了承ください。

あんしん
創造バンク
中央ろうきん
2014年4月1日現在

健康&食 (No.108)

豚肉

前回から 3 回シリーズでスタートした「健康と食」お肉編。

今回は「豚肉」についてご紹介します。手頃な価格とさっぱりとした脂身で、老若男女問わず高い人気を誇っている「豚肉」。驚くべきことに、紀元前 2800 年ごろには世界各国で食されていました。日本でも弥生時代には養殖が始まっていたとされ、長年に亘って私たちの食生活に根付いていたことが分かります。



●豚肉を食べてイキイキ健康ライフ！

豚肉の代表的な栄養分はビタミン B₁ です。疲労回復に効果を発揮するほか、体内の酵素の働きを助けます。ビタミン B₁ が酵素の働きをサポートすることで、手足のしびれやむくみ、すぐに息が上がるといった症状を改善します。そのほか、ビタミン B₂ やビタミン E も豊富に含んでおり、老化やガンの原因になる活性酸素を除去したり、動脈硬化の原因になる過酸化脂質の生成を防いでくれます。

●選び方と保存のポイントチェック

まずは、選び方のポイントです。①お肉の色が淡いピンク色でツヤがある。②脂肪は白色、または乳白色。③赤身と脂身の差がはっきりとしている。以上、3 点を確認しましょう。

つぎに、保存のポイントです。ラップでしっかりと包み、空気を抜くようにしてフリーザーバックに入れます。冷蔵庫で 2～4 日、冷凍庫で 1 ヶ月程度保存が可能です。

●はなまる[®]レシピ

「美味しい食材をより美味しく、みなさんに食べてもらいたい。」という想いを込めてご紹介します。ぜひご家庭で実践してみてくださいね！

〈豚モモ肉ときゅうりの塩炒め〉

・材料 豚モモスライス…100g、きゅうり…1 本
ねぎ…1/2 本、しょうが…1 片、にんにく…1 片
油…大さじ 1、酒…大さじ 1、塩…適宜

- ①豚肉はひと口大に切る。きゅうりはしまに皮をむいて乱切りに、ねぎ、しょうが、にんにくはそれぞれみじん切りにする。
- ②フライパンに油を熱し、ねぎ、しょうが、にんにくを炒め、香りが出たら豚肉を入れて炒める。
- ③色が変わったらきゅうりを加えて炒め合わせ、酒と塩で味を調える。



生活協同組合パルシステム茨城

ただ今、新規組合員募集中！

おいしさ実感セット



パルシステム
大人気 6 品
詰め合わせ！

豚肉たまご(赤玉または白タマ)〔6個〕
朝ごはんゼン2牛乳〔1000ml〕
豚肉大豆のめん豆乳小分けパック〔150g×2〕
豚肉ソーミンナー〔120g〕
豚肉醤油カツ・モモ切干し〔180g〕
朝クリームヨーグルト〔75g×3〕
※写真はイメージです。

パルシステムは
安心・安全に
こだわっています。

今、ご加入すると **プレゼント！**
お申し込みはお電話で：0120-289-500

漢字クイズ

クイズコーナー 第257回

漢字がばらばらになっています。組み合わせ、2字熟語をつくりましょう。(中央労金・薄葉)

例題 日+木+生=木星

- ①日+月+日=□□ ⑤手+山+石=□□
 ②人+人+一=□□ ⑥土+上+也=□□
 ③才+木+木=□□ ⑦牛+人+勿=□□
 ④立+口+玉=□□ ⑧革+下+化=□□

応募方法と条件

- クイズの解答、住所、氏名、勤務先を明記の上、お送りください。
- よかった記事、ご意見などお寄せ下さい。
(ご意見などが無いと失格になります)
- メール、FAXでの応募も可能です。
- あて先 〒310-0022 水戸市梅香2-1-39
茨城県労働者福祉協議会 編集委員会あて
メール ib-roufuku@alpha.ocn.ne.jp FAX 029-227-2240
- しめ切り 5月31日(土) 消印有効
- 正解者15名に粗品をお送りします。

第256回 クイズ 正解

答え ①風 ②向
③公 ④陽 ⑤秋
⑥紅 ⑦李 ⑧茶

◆応募総数 30通
◆当選者 15名
◆抽選の結果、次の方に
賞品をお送りします。
(敬称略)

小川 綾香 栗原美紀子 沼田 修一
岡部 正美 小池 征男 根本 裕一
加藤 智子 佐藤 恵里 水谷 美貴
川城さおり 滝田 雅哉 吉沢 秋男
木村 元 樽見 敏之 吉原 幸子

いばらき出会いサポートセンター

ふれあいパーティーのご案内

(パーティーは会員外の方でも参加できます。)

当面の日程5回をお知らせします。詳しくはホームページ [いばらき出会いサポートセンター](#) を [検索](#) するか、029-224-8888までお電話を。

5/22(木)
水戸

みんなでしゃべらないと!【会員優先】

於：水戸市三の丸庁舎 3階 会議室(水戸市三の丸1-5-38)
19:00~21:00くらい(受付18:30~) 男女各15名
男性1,000円/女性1,000円 37~43歳

募集開始
4/22(火)

6/13(金)
水戸

トワイライトパーティー〜ステキなビアバーで、年上女性好きの方も奮ってご参加を〜

於：トゥルーブルー(水戸駅コンコースを南口方向へ エクセル南4階)
19:00~21:30くらい 男女各10名
男性5,000円/女性3,000円 男性フリー・女性45歳以上

募集開始
5/13(火)

5/31(土)
笠間

ワクワク登山♪ みんなで山頂目指し、気持ちをリフレッシュ!!

於：愛宕山(行けるところまで行ってみよう!)
9:00~15:00くらい 男女各15名 45歳以下
詳細未定

募集開始
4/30(水)

6/27(金)
水戸

みんなでしゃべらないと!

於：水戸市三の丸庁舎 3階 会議室(水戸市三の丸1-5-38)
19:00~21:00くらい(受付18:30~) 男女各15名
男性1,000円/女性1,000円 35~37歳

募集開始
5/27(火)

6/7(土)
水戸

自分の一番ステキ写真を撮ろう♪【入会希望、会員優先】

於：水戸市 フォトクラフトPG(写真館)
①13:00~15:00 ②15:00~17:00 男女計8名
男性5,000円/女性3,000円 40歳以下

募集開始
5/8(木)

お問合せは、いばらき出会いサポートセンター ☎ 029-224-8888

県西相談センター☎ 0296-33-1984 鹿行相談センター☎ 0299-90-8888
県北相談センター☎ 0294-35-4122 県南相談センター☎ 029-830-7502

一読者の声

- ◆いつもたのしく拝見させていただいております。とくに、健康&食の記事はたのしくてレシピの記事をスクラップして取ってあります♡これからも生活に役立つ記事を期待しています。 A・O様
- ◆筑波山ハイキングマップを見て、数年前に上り山頂でのビール一口のおいしかった事を思い出し、また汗を流しすがすがしい気分を味わいたいと思いました。天候が良ければ富士山が見れることもあり、是非実行したいです。 S・Y様
- ◆県内における30年以内の大地震発生率が高まっている予測

- 地図を見てびっくり。自然災害は不可抗力だから日頃から防災に対する心がまえをしっかり身につけたいと思っています。 S・S様
- ◆近所の仲間との散策を企画中、皆さんに表紙の筑波山イベント案内、そして旅のガイドを見せたら大変興味を持ってくれて4月のカタクリの花まつりに合わせていくことになりました。 M・O様
- ◆今回の記事にあった筑波山は小学生の頃、遠足で行きました。そのときに買ったお土産がガマの油でした。ヤケドしたときに塗ったりと重宝しましたが、今思えば小学生が選ぶお土産じゃなかったですね。なつかしいのでまた行きたいです。 K・A様
- ◆働く場から離れて数年。そんな者にとっては「労働福祉」の記事から働く仲間の動きが垣間見えるような気がします。 A・S様

編集 後記

- 労福協は4月1日より「一般社団法人」へ衣替えをしました。今までより公益を意識した活動を心がけてまいります。引き続き、ご指導賜りますようお願いいたします。
- 3月号の筑波山ハイキングについて、たくさんのご意見をいただきました。「旅のガイド・茨城紹介」にご要望をお寄せください。皆さんと紙面を作りたいと思います。



水郷いたこ大使
「あやめ」
© 潮来市

旅のガイド・茨城紹介

～水郷潮来あやめまつり～潮来市

－第 63 回水郷潮来あやめまつり－

5 月 24 日(土)～6 月 29 日(日)に開催される水郷潮来あやめまつり。日本でもっとも歴史のあるあやめまつりで、見て・食して・楽しんでいただき、県内外から 80 万人を超える観光客が訪れます。

圧巻は、水郷潮来花嫁さん「嫁入り舟」であり、多くの方からの祝福に包まれます。また、今年はライトアップ、ぼんぼり等に趣向をこらし、宵(夜)の嫁入り舟も魅力を増します。

【問い合わせ先 潮来市役所観光商工課 ☎ 0299-63-1111】

水郷潮来あやめ園

園内では約 500 種 100 万株のあやめ(花菖蒲)が栽培され、見頃を迎えると一面に咲き誇ります。

コスモス畑 ●

稲荷山公園 ●
長勝寺 ●

水郷 ●
潮来あやめ園 ●
前川水門橋 ●

千葉県 香取市

ろ舟遊覧

あやめまつり期間中は手漕ぎのろ舟遊覧が行われます。風を感じながら水郷情緒をたっぷりとお楽しみいただけます。娘船頭も活躍しています。

潮来市

潮来市役所 ●
素鷲熊野神社 ●
愛友酒造株式会社 ●
前川 ●
上米橋 ●
千石橋 ●
まこも橋 ●

潮来駅

北利根川

101

「運航日」
・ろ舟遊覧 期間中毎日
9:00～17:00(受付16:30まで)
・宵の「ろ舟遊覧」毎週土曜日
18:00～19:30(受付19:00まで)

「あやめの花の妖精「あやめ」だよ。潮来市のいいところを全国にPR 中!大きくなったら、嫁入り舟でお嫁に行くのが夢☆

嫁入り舟

この「嫁入り舟」は水郷地帯特有のものであり、昭和 30 年前半までは、実際に行われていました。いわば水郷ならではのバージンロードで、川岸からの多くの祝福に包まれながら前川を進みます。

「運航日」
水曜日: 11:00 ～
土曜日: 11:00 ～、14:00 ～、19:30 ～
日曜日: 11:00 ～、14:00 ～

天の川の嫁入り舟

「宵の嫁入り舟」にあわせて、前川に「いのり星®」を放流し、幽玄で幻想的な「宵の嫁入り舟」を実現します。

「いのり星®」とは…
人々が願いを込めて一つ一つを夜空に瞬く星に見たてて、川へと流す光の球です。およそ 5,000 個の「いのり星®」が織りなす幻想的な情景をお楽しみください。

「運航日」6月14日(土)・15日(日)・21日(土)・22日(日) 19:00～

イメージ写真「天の川プロジェクト®」