

いばらき 労働福祉

一般社団法人 茨城県労働者福祉協議会

Vol. 371

2019年11月号
(隔月刊)

目次

CSA 救援衣類を送る運動
地域労福協レポート
健康&食 —白菜—
旅のガイド —城里町—

次号は、1月に発行予定です

台風15・19号による災害の お見舞いを申し上げます

この度の風水害により被害を受けられた皆様に謹んでお見舞い申し上げます。お体にご留意なさり、一日も早い復旧をされますよう心よりお祈り申し上げます。

茨城県労福協

写真◎御前山県立自然公園 / 城里町

連合茨城

「CSA第36次救援衣類を送る運動」

～皆様のご協力に感謝いたします～

CSA(アジア連帯委員会)が主体となり、連合茨城も協賛団体として取り組んでいる「タイ・ラオスへ救援衣類を送る運動」も今年で36次を迎え10月3日から10月8日の期間で取り組みました。

今年も多く衣類が集まり、仕分け作業には連合茨城の各構成組織役員、一般ボランティアなど、7日間で延べ150名の協力のもと、ダンボール1,675箱・重量約35t(昨年1,912箱)の衣類を仕分けしました。また2日目にNHK水戸局が取材に訪れニュースで取り上げられました。NHK水戸局HP(<https://www3.nhk.or.jp/lnews/mito/20191004/1070007531.html>)

また、衣類の受付窓口では皆様から輸送費へのご協力を頂きありがとうございました。水戸から東京までの輸送費に充てさせていただきます。

集約された衣類は、10月中旬のコンテナ船でタイに輸送し、その後タイ・ラオスの各地にて陸送され、11月中に現地の方に贈られる予定となっています。

多くの衣類及び輸送費に対するご理解とご協力に感謝申し上げます。



ボランティアのみなさん



仕分け作業



トラック搬出作業

県労福協

セミナーを
開催しました

9月4日 水戸労働福祉講座



9月11日 下館労働福祉講座



9月25日 鹿行労働福祉講座

奨学金の返済で
悩んでいませんか？

奨学金に関する相談会

《電話相談日(茨城県内)》
2019年
11/ 8(金)～9(土) 10:00～18:00
ライフサポートセンターいばらき
0120-786-184

《全国一斉 電話相談日》
2019年
11/ 10(日) 9:00～21:00
労働者福祉中央協議会(中央労福協)
0120-41-6029

主催：茨城県労働者福祉協議会・労働者福祉中央協議会

2019.10

県労福協

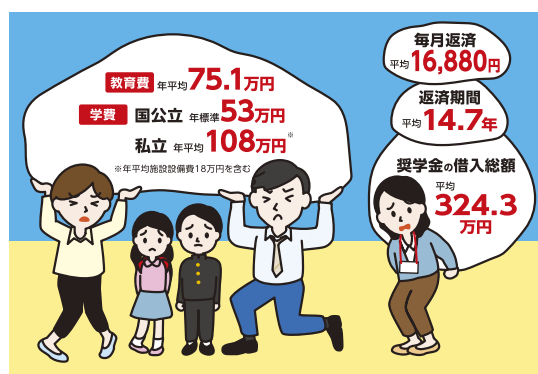
変えよう! 奨学金

アンケートから見る
教育費負担と奨学金問題

2020年から低所得者に限定して給付型奨学金と授業料減免が拡充されることが予定されています。一定の前進ではありますが、中間層の教育費の負担も重く「高等教育の漸進的無償化」に向けて更なる拡充が必要です。

中央労福協が実施したアンケート調査によると、高すぎる大学等の授業料の引き下げや「無償化」の対象者の拡大、いま奨学金を返済している人たちの負担軽減への要望が強いことが明らかになりました。

アンケート調査から見てきた教育費負担と奨学金の問題をみんなで共有し、次の制度改善へとつなげていきましょう!



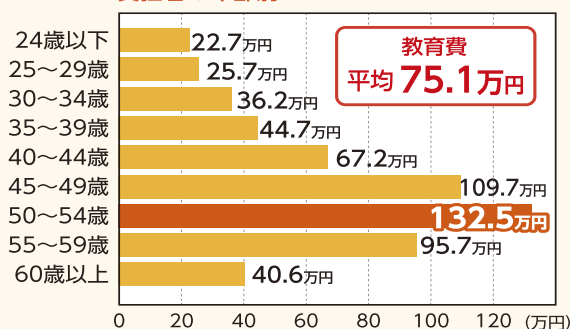
こんなに高い子どもの教育費

年間の教育費は平均75.1万円。50代前半でピークを迎え130万円に!
 大学・大学院では200万円前後!

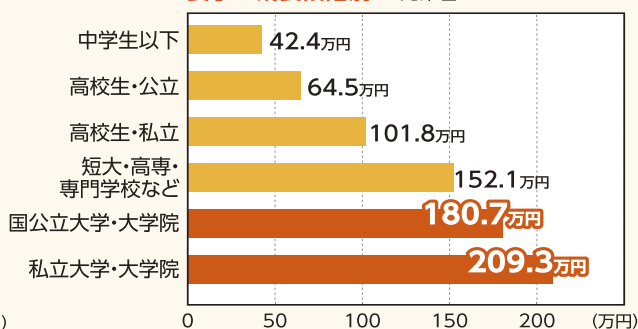
教育費
こんなに
かかるの?

【年間の子どもの教育費】※仕送りや塾・習い事等を含む

負担者の年齢別



長子の成長段階別 ※兄弟含む



重い教育費負担

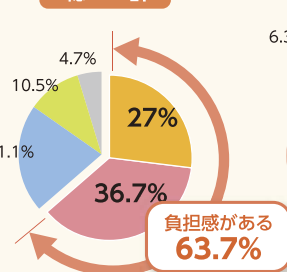
3人に2人が子どもの教育費に負担を感じ、子どもが大学生になると9割が負担と感じています。学費の高騰と家計収入の減少の影響と考えられます。

【子どもの教育費の負担感】

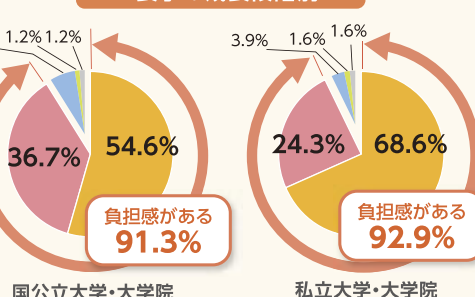
負担は
大きい!

- かなり負担感がある
- やや負担感がある
- あまり負担感はない
- 全く負担感はない
- 無回答

総 計



長子の成長段階別

2019 全国一斉
Action!
福祉強化キャンペーン奨学金制度を改善し、
教育費負担軽減につなげよう!

■ 奨学金制度の更なる拡充と教育費負担の軽減を求めて声をあげよう!

■ 未来を担う若者や子どもたちをみんなで支えよう!

家庭での
負担は限界!

奨学金全国一斉相談会



一人でも悩まず、まずはご相談を。

茨城県労福協

中央労働金庫

Rukuo マネーセミナー“美マネ講座”開催!!

10月19日(土)、日立市にて「Rukuo マネーセミナー“美マネ講座”」を開催し、36名の方にご参加いただきました。セミナー第1部では、FP事務所アイプランニング代表飯村久美講師に「1 これからのお金を考えてみよう 2 老後の生活費いくらかかる? 3 投資信託の基礎知識 4 初心者でも始めやすい つみたて NISA 5 老後の資金づくりにお得な iDeCo 6 つみたて NISA と iDeCo どちらを選ぶ?」のテーマで講演をいただきました。第2部では、ろうきん職員によるろうきんの各種取扱商品やサービス等の説明・PRを行いました。講演終了後のアンケートでは、「資産形成の必要性や将来のための積立について学ぶことができた」「つみたて NISA を始める後押しになった」といった意見が多く寄せられ、参加者の意識を「貯蓄から投資」へ変えるきっかけとなったことが伺えました。

〈中央ろうきん〉では、女性の皆様のライフプランに合わせたマネー情報を発信し、“働く人のベスト金融アドバイザー”として、女性の皆様の応援して参ります。



FP事務所アイプランニング 代表 飯村久美講師



セミナー会場の様子

未来のわたしへの
贈りもの

Rukuo
わたしの積立

女性の
みなさまへ

新規ご契約1件につき50円を中央ろうきんがピンクリボン運動に寄付します。

商品概要			
商品名	Rukuo わたしの積立	払い戻し方法	お積立を継続しながら積立金の全部または一部払い戻しができます。
預金種類	エース預金(エンドレス型)	適用金利	店頭表示金利(ワイド型・スーパー型)
ご利用いただける方	個人のお客様(女性限定) ※原則お1人1口座のご契約となります。	特典	○新規ご契約1件につき50円を中央ろうきんより公益財団法人日本対がん協会「ほほえみ基金」(ピンクリボン運動)に寄付いたします。 ○ご契約時にノベルティをプレゼントいたします。ノベルティは、複数から1つお選びいただけます。 ※年間積立額6万円以上となるご契約者の方に限ります。 ※ノベルティは数に限りがございます。ご希望のノベルティが選ばれていない場合がございますのであらかじめご了承ください。
お積立期間(振替期間)	期間の定めはございません。		
お積立方法	ご本人の普通預金口座からの自動振替(臨時預入れも可能)となります。 ※毎月積立または毎月一時金(ボーナス)併用積立のみのお取扱いとなります。	お申込方法	店頭窓口または渉外担当者にお申し付けください。
お預入れ金額	1回当たり1,000円以上(1,000円単位)		

詳しくはWEBサイトもチェック ▶

ルクオ

検索



【お問い合わせ先】 中央労働金庫茨城県本部 TEL : 029-221-4181

(2019 年 10 月 1 日現在)

台風15号・19号により被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます

各種共済ご加入者の被害受付フリーダイヤルは以下のとおりです。

■火災・自然災害共済（建物等への被害に関する、被災受付・お問い合わせ）

・住宅損害受付センターダイヤル：0120-131-459（受付時間：24 時間 365 日）

※住まいる共済では、住宅（または家財）に 10 万円を超える損害（当会の基準による）が対象となります。

■マイカー共済（おクルマの被害に関する被災受付・お問い合わせ）

・マイカー共済事故受付ダイヤル：0120-0889-24（受付時間：24 時間 365 日）

■こくみん共済・個人長期共済等（お体のけがで入院等された場合の受付・お問い合わせ）

・事故連絡専用ダイヤル：0120-580-699（受付時間：平日 9:00 ～ 19:00）



地区共済会「加入者のつどい」における フードバンクの取り組みについて

2019 年地区共済会「加入者のつどい」の各会場で実施したフードバンクの取り組みについて、レトルト食品、缶詰など参加者からのご協力で合計 21.3kg をお預かりさせていただきました。回収した食料品については、8 月 22 日（木）にフードバンク茨城へお届けさせていただきました。今後、必要としている施設や団体などで有効に活用させていただきます。

あらためて皆さまのご協力に感謝申し上げます。



誰もが安心して、
ムリなく続けられる保障を。

新しく
なった

こくみん共済

全労連から「こくみん共済 coop」へ

“もっと多くの人が安心して暮らせる共済にしてほしい”組合員の皆さまの願いによって、こくみん共済は、さらに多くの安心が生まれた保障へ生まれ変わりました。



こくみん共済 0120-580-699 キヤラクター：こくみん共済のキャラクター

子育て応援！
お子さまのための総合保障

こども 保障タイプ

月々の料金は **1,200円**

※加入できる 0歳～17歳の健康な方

■ 入院保障は最高365日分、日額1万円！
■ 子育て・育児のキズサポートがサポートするサービス「こども健康基金」もご活用！

入院・手術・先進医療など
医療に手厚い保障

医療 保障タイプ

月々の料金は **2,300円**

※加入できる 満18歳～満64歳の健康な方

■ 先進医療の保障は最高1,000万円！
■ 入院保障は1日1万円から日額1万円保障！
※医療保障タイプ（E）の組合員

入院・障がい・死亡まで
幅広くカバーする総合保障

総合 保障タイプ

月々の料金は **1,800円**

※加入できる 満18歳～満64歳の健康な方

■ 死亡保障は最高1,200万円！
■ 入院は1日1万円、日額は最高5万円！
※総合保障タイプ（D）の組合員

そのほかにも、働きたいリスクに合わせて、ラインアップから充実の保障を選べます。詳しくはリーフレットをご覧ください。

※医療保障タイプと総合保障タイプは、60歳以降保障内容が変わります。

こくみん共済 NEWS

「こくみん共済 coop」は、苦難を目標としない保障の生活として共済事業を営み、福祉活動の発展にもつぎ、組合員の皆さまの安心とゆとりを暮らしに貢献することを目指しています。この機会に御用命いただき、お申し込みを願います。加入後またはお申し込みの共済生活の組合員となることで各種共済制度をご利用いただけます。

全労連から「こくみん共済 coop」へ

こくみん共済（全労済）

全労連から「こくみん共済 coop」へ

0819S002

※このリーフレットは、お申し込みの案内を目的としたもので、お申し込みの際は「お申し込み書（お申し込み書）」を必ずお読みください。

地域労福協レポート

常陸那珂地域労福協

常陸那珂国会 見学ツアーを開催

5月11日(土)に、国会見学 & 豊洲市場見学ツアーを129名の参加者を得て開催致しました。



当日は、ひたちなか市を7時に出発し、9時30分には国会に到着、郡司彰参議院議員の挨拶のあと、会館内を詳細に説明

頂きながら、見学を行いました。

その後、皇居外苑の楠公レストハウスにて昼食を食べ、豊洲市場に移動し、参加者の皆さんは、時間の許す限り施設内の見学を行い、水産卸売場棟

では、セリは終わってしまいましたが、2階の見学窓からセリの雰囲気を感じることが出来ました。

天候にも恵まれ、楽しい国会見学ツアーとなりました。

列島クリーンキャンペーンを開催

9月7日(土)9時からひたちなか市阿字ヶ浦海岸において、列島クリーンキャンペーンが、各組織の家族を含め約780名の参加を得て開催致しました。

当日は、晴天に恵まれ、多くの家族連れが参加され、多くのゴミを拾い集めました。



県南地域労福協

県南地域労福協は、地域で働く勤労者のため、労働福祉活動を推進しています。勤労者の社会的・経済的地位の向上、地域労働福祉の発展を目的に、ボランティア活動、レクリエーションなどの取り組みを行っています。



県南地域メーデー

連合県南地協と県南地域メーデーを共催しています。今年は4月20日、取手市藤代スポーツセンターで開催。晴天にも恵まれ、1,000名が集まりました。式典でのメーデースローガンを採択後、お楽しみの各種イベントや大抽選会で子どもから大人まで楽しめるメーデーとなりました。

チャリティーゴルフ大会

5月27日に開催しました。毎回40名程度が参加し、日頃の腕を振るっています。

チャリティーボウリング大会

毎年3月、春闘真っ盛りの時期に開催することにより、春闘情報の交換や連携を深めています。毎回参加者数は80名程度。入賞者のスコアもさることから、上位の賞品は常陸牛と非常に豪華。また、連合県南地協や労働金庫・全労済の協力をいただき、多数の飛び賞も用意。参加者の歓声があがります。プレー中に県南労福協会長と事務局長が募金箱を抱えて各レーンにお邪魔しチャリティー募金のお願いをし、皆様から多くの善意をお預かりしております。

なお、ボウリング大会、ゴルフ大会でお預かりしたチャリティー金は、事務局から県南地域の自治体や社会福祉協議会等に寄付を行っています。

その他、秋に行われる連合県南地協のクリーンキャンペーン支援や加盟団体のボランティア活動支援等も行っています。

・パルシステム・

健康&食 (No.141)

白菜

秋冬に欠かせない白菜。お鍋はもちろん、常備菜にもバランスよく取り入れながら旬の野菜をたっぷりいただきます。

今回のレシピは白菜のうまみをじっくりと味わうことができる辣白菜(ラーパーサイ)です。酢の物が苦手な方にも食べやすいのでおすすめです。冷えやすいこの時期、からだをあたためて、寒い季節も元気に過ごしたいものですね。作り方もシンプルなのでぜひお試しください。



●はなまる(秘)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!

辣白菜(白菜の中華風辛漬け)

白菜の甘みとごま油のコクに、箸がすすむ。

・材料 (2 人分)

白菜…1/8 個(約 400g)、しょうが…1 片
塩…小さじ 1 と 1/2、ごま油…大さじ 2

A { ・酢…大さじ 3、砂糖…大さじ 3
・鶏ガラスープの素…小さじ 1/2
・赤唐辛子…1 本

【準備するもの】

耐熱ボウル、落としぶた (平皿など)、重石 (1kg)、保存容器 (500ml)

〈作り方〉

- ①白菜は葉と芯に分け、長さ 7cm に、葉は 1cm 幅に、芯は葉より細めに切る。しょうがはみじん切りにし、赤唐辛子は小口切りにする。
- ②耐熱ボウルに白菜、しょうがを入れ、塩をふって手でもみ、平皿をのせて重石をし、白菜の上下を返しながら 30 分、水けが出るまでおく。ざるにあげ、軽くしぼって水けをきり、ボウルに戻す。
- ③②に A を加え、全体をよく混ぜ合わせる。
- ④小さめのフライパンにごま油を入れ、弱火で熱する。煙が出たらすぐに火を止め、熱いうちに③にまわしかけて混ぜる。消毒した保存容器に入れ、味がなじむまで、ひと晩ほど冷蔵庫におく。



子どもたちの、ワクワクを応援しています

あっと驚く、親子科学実験教室

～なぜ? どうして?
科学の不思議を体験～

パルシステム連合会の商品検査センター職員を講師に、小学 1 年生～6 年生の親子を対象とした科学実験教室を開催し、色素の謎を分析する「ペーパークロマトグラフ」と「サイダー」作りに挑戦しました。白衣を着た子どもたちは目を輝かせて変化の様子を観察するなど科学の不思議を体験しました。



ペーパークロマトグラフ作り



サイダー作り

生活協同組合パルシステム茨城 栃木 <https://www.palsystem-ibaraki.coop/>
地域活動推進部 ☎ 0120-303-169 (土日除く 9:00 ~ 17:30)

漢字クイズ

クイズコーナー 第290回

① 笠間名産棘中茶色皮甘実

□□

② 番号合致億万長者也紙片

□□□□□

③ 楽団員演奏時中央立棒振人

□□□□

④ 着物着用子供棒状飴貰神社行事

□□□□□

⑤ 水戸名産酸味種

□□□□

⑥ 水戸詩歌茶会催場所徳川齊昭建

□□□□□□

次の漢字は何を表したものでしょうか。かなで答えてください。

(日立平和台霊園・加賀谷)

応募方法と条件

1. クイズの答え、住所・氏名・お勤めの方は勤務先を明記
2. 良かった記事、ご意見・ご要望を一言お願いします
3. メール、FAX のご利用も可
4. 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
5. 締切り 11 月 30 日(土) 消印有効
6. 当選者 15 名に図書カードをお送りします

第289回 クイズ正解

① A(完璧)

② B(洒落)

③ B(三昧)

④ B(成績)

⑤ A(紛失)

⑥ B(分析)

⑦ A(烏龍茶)

⑧ A(蕨)

◆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)

井田 正己	柏 裕子	近藤 諒太	根本 恵子	前川 文一
石原 一行	川崎 洋子	斎藤恵美子	羽賀 恵司	山本 清明
小沢 浩美	菊池 里子	中島 巖	堀米 喜一	矢部 美恵

いばらき出会いサポートセンター

「息子・娘に早く結婚して欲しい」

本人の気持ちが一番重要です。

本人が結婚を希望する気持ちにならなければ婚活はうまくいきません。

親の意見を聞いてくれないのであれば、親しい友人や親戚などからアドバイスを頂くのはどうでしょうか。



会
員
募
集
中
!

であイバ

茨城で見つきたい、
あたらしい出会い！
ステキな出会い！



マッチングシステムで、
あなたにぴったりのお相手を探しましょう。
無料のメール相談は是非活用してください。
（お申し込みは必ずしも必要ではありません）
お相手をお探しください。



まずは WEB でお試し検索！

みなさんのスマートフォン、パソコンからお試し検索ができますので、是非検索してみてくださいね♪

<https://www.ibccnet.com/nyukai/> であイバ 検索

TEL 029-224-8888

ろうふく information

ユニオニオンの労働相談



相談事例 No.14

職場のPCで私用メールは許されるか？

Q. 職場のパソコンを使って、仕事の合間に同僚や友人を飲み会に誘ったり、仕事の愚痴をこぼしたり、というようなメールをやり取りすることがあります。上司からは時々注意されますが、職場のパソコンで私用メールはどこまで許されるのでしょうか。

A. 会社が従業員を懲戒処分するには、就業規則などに懲戒になる行為と懲戒の種類が規定されていることや、処分の重さが相当であることが必要です。多くの会社では、職務に専念する義務や職場の規律を維持する義務などが従業員の服務規定に定められています。メールの私的利用禁止を明文化していない職場でも、それらの規定に反する恐れがあります。では、私用メールは一切禁止されるのでしょうか。過去の判例では「職務遂行の妨げとならず、会社の経済的負担も極めて少ない場合、外部からの連絡に適宜対応するため必要かつ合理的な限度の範囲内であれば、私用メールの送受信も基本的に妥当」とされています。つまり、仕事の邪魔にならず、経済的にも会社に負担をかけない程度であれば許される、ということです。

連合茨城無料労働相談 ～安心して働きたい～連合茨城は働くあなたの味方です

●電話：☎(フリーダイヤル) 0120-154-052 ●受付：月～金曜(祝日を除く) 9時～17時半

読者の声

◆ 私たちも東日本大震災では多くの国から支援をしてもらい復興してきたので、今度は自分たちが他国へ少しでも恩返しできればいいなと思っていたので、衣替えで着なくなった衣服などを救援衣類として送ろうと思います。

(鹿嶋市K様)

◆ 例年、私の勤務先でも組合を通じて協力させていただいております。私も毎日出させていただいておりますが、スカートやワンピースなどが対象外になっている為、毎年限られたものしか出せずにちよつと残念です。

(水戸市I様)

◆ 大葉のレシピがありました。我が家では庭先で簡単に栽培できるので、暑い夏にそうめんや冷や麦の薬味として使います。

(ひたちなか市Y様)

◆ カプレーゼ風サラダは、とてもおしゃれな料理ですね。疲れた胃腸にもよさそうですね。

(常陸大宮市N様)

◆ 健康＆食のページを毎回参考にしています。レシピもそうですが食材の効能も書かれてあるので、ためにもなっています。これからも茨城の美

味しい食材を紹介してください。

(取手市W様)

◆ 今年の春に、自宅の庭に植えた大葉の苗が成長したくさんの葉を付けています。今まであまり使う機会が無かったのですが、今月号のはなまるレシピを参考に、料理に使ってみたいと思います。

(日立市N様)

◆ 二宮尊徳の足跡をたどるは大変興味深く拝見いたしました。私の出身の小学校にも二宮尊徳の銅像がありました。まさに新を背負い、本を読みながら歩く二宮金次郎の像でした。二宮尊徳資料館には行ってみたいと思いました。

(日立市T様)

◆ 二宮尊徳は生まれ育った小田原藩内の村々の窮状を立て直したのみならず、遠く茨城県に移住した後、県内の多くの藩などの復興に尽力したことがよくわかりました。何故、真岡市に移住したのか機会を見て調べてみたいと思っています。

(水戸市Y様)

◆ 二宮尊徳は二宮町の方だと思っていました。本県にもゆかりがあるので、自分が20代に働いていた小学校に尊徳像がありました。今もあるのでしょうか。

(笠間市E様)

編集後記

- 台風15・19号の風水は、県内各地に甚大な被害を残しました。被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。
- 全国の労福協において、「奨学金に関する相談会」を開催いたします。『ライフサポートセンター茨城』0120-786-184(ナヤム イヤコ)をご利用ください。



ホロル
©城里町

旅のガイド・茨城紹介

～御前山県立自然公園・城里町～

「関東の嵐山」とも言われ、四季折々の自然を楽しめる御前山にはハイキングコースが整備されており、「道の駅かつら」を出発して御前山を回る 3.7km コース（約 1.5 時間）と、御前山青少年旅行村（常陸大宮市伊勢畑）から御前山に至る 10.2km（約 3.5 時間）の 2 コースがあります。ハイキングにお出かけの際は、「道の駅かつら」の奥にある「ふれあい広場駐車場」をご利用ください。



ケヤキ林

江戸時代に御留山として保護されていたため、樹齢 300 年以上のマツやスギ等が樹林をなし、さらに温・暖両帯の植物が豊富に混成しており、植物の宝庫として知られています。

関東ふれあいの道

（首都圏自然歩道）は関東一都六県をぐるりと一周する長距離自然歩道です。茨城県内には 18 コースあり、そのうち 3 コースが御前山県立自然公園内にあります。



御前山ハイキングコース
（10.2km コース・約 3.5 時間）
御前山ハイキングコース
（3.7km コース・約 1.5 時間）

藤倉の滝

皇都川の一角にひっそりと落ちる滝。御前山の水を集め、2 段になって流れています。近くには、増水した時だけに見られるむじなの滝もあります。

皇都川

伏流水のため、普段、下流は水が流れていません。昔、弘法大師が洪水に苦しむ人々のために、川を枯れさせたという伝説があります。

お問い合わせは、城里町まちづくり戦略課 ☎ 029-288-3111 (代)



道の駅かつら

城里町健康増進施設

ホロルの湯

露天風呂、サウナのほかにプールで遊ぶこともできます！

☎ 城里町下古内 1829-3
☎ 029-288-7775

