



暑い夏、皆さま元気ですかあ!
生協は、個性派ぞろいでフォローアップ!
さあ、一緒に乗り切りましょう!

ふれあい情報

8 2013
月号

Vol.190

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

生協倶楽部

いつ利用するの?!

暑中お見舞い申し上げます。

暑い日が続いていますが、

日頃の疲れ、リセットできていますか?

家族旅行もよし。家でのんびりするもよし。

しっかりと「心」と「体」をリフレッシュしよう!

元気に暑い夏を乗り切りましょう!

県庁生協は、今日も元気です。

お得な各種サービスを取り揃え、

皆さんをお待ちしています。

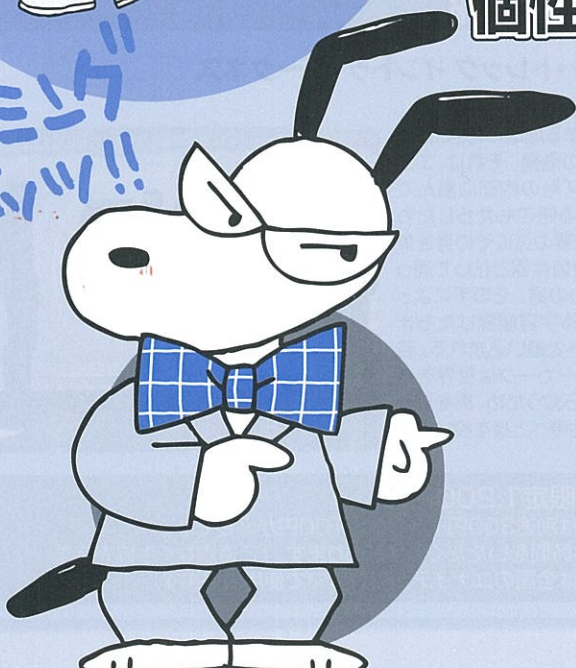
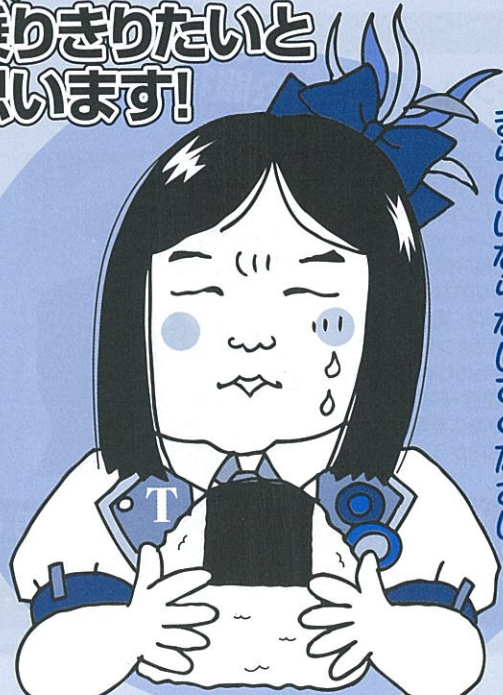
明日からも頑張れるように、

少しでもお手伝いができれば嬉しいな。



この夏、
個性で乗りきりたいと
思います!

私のこころはキーンでも
県庁生協のこころは
あつあつなつなつとほぐれてく...



県庁地下1階
フォレスト21

りがの今売れてます

売店の COOL GUY



売店 曾我

アロハです。今年の夏も暑い日が続きバテてしまいそうですね。そんな中今回オススメするのは、最近各売店で販売を始めた群馬県産の蒟蒻ゼリーです。冷やして食べるととっても美味しくさっぱりします。6月末～7月初めに各合同庁舎内で実施した移動売店でも大好評でした!ぐんまブランド推進室さんも推奨している商品です。



食物繊維がたっぷり

群馬県産こんにゃく粉100%使用 **蒟蒻ゼリー**

売れ筋1位は
グレープ!

味は6種類

- グレープ
- ピーチ
- アップル
- グレープフルーツ
- マンゴー
- ブレンドコーヒー



●ピロー包装

6個入り **100円**

上記は税込・組合員価格です。

※こんにゃくには

- 胃腸内をゆっくり移動するので、お腹がすきにくく食べすぎを防ぐ
- 腸内環境がよくなり、整腸効果がある
- コレステロールを吸着し、体外に排泄する 等の特性があるとされています。

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29節

8月18日(日) VS ロアッソ熊本
18:00
KICK OFF

第31節

8月25日(日) VS 愛媛FC
18:00
KICK OFF

正田醤油スタジアム群馬

指定席……………3,000円
自由席・大人2,000円
小、中、高 800円

8月
公開特集

ユナイテッドシネマ情報

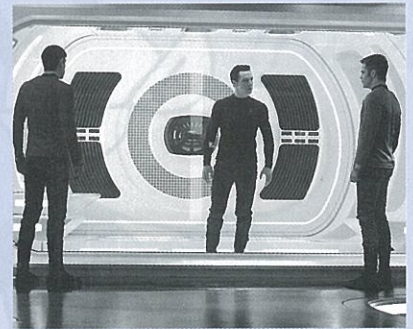
●ローン・レンジャー

8月2日(金)公開
兄を殺され自らも凶弾に倒れた元検事ジョンは、「悪霊ハンター」トントによってローン・レンジャーとしてよみがえる。正義の裁きを信じ、復讐に踏み切れないローン・レンジャーは、同じ敵への復讐に燃えるトントとタッグを組み、赤毛のじゃじゃ馬レッド、白き精霊・白馬のシルバーらと巨悪に支配された世界に立ち向かう。



●スター・トレック イントゥ・ダークネス

8月23日(金)公開
平和を謳歌する地球に、突如訪れた史上最大の危機。それは、エンタープライズ号の内部に潜んでいた静かなる悪のもたらしたものだ。復讐の炎にその身を焦がし、大量殺傷兵器と化して選りてきたひとりの男。その手によって無敵を誇る宇宙艦隊はたちまち全滅寸前へと追い込まれる。若きキャプテン・カークは世界を滅亡の危機から救うため、男を追って自ら戦闘地帯へと身を投じる。



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。



●今回は暑いこの時期、ビールのお供に欠かせない、旬の枝豆を使った簡単なおつまみを紹介します。
何かとビールとセットの枝豆ですが、セットになるわけがあるんです！枝豆のたんぱく質に含まれるメチオニンがアルコールの分解を促進し肝機能の働きを助けてくれるので、飲みすぎや二日酔いを防止する効果があります。また、ビタミンやミネラルも含んでいるので、暑いこの時期にぴったりの食材です。茹でて召し上がる方が多いと思いますが、普段とはちょっと違う焼いた枝豆、ぜひお試しください。

材料(約4人分)

- 枝豆……………300g(さや付)
- 塩……………適量(小さじ2~3杯お好みで)
- 水……………少々

作り方

- ①枝豆に適量の塩をふり、こすりあわせ枝豆のうぶげを取る。
- ②①の枝豆を水でよく洗いざるにあけ、水気を切る。
- ③②の枝豆をビニール袋に入れ塩をふり、10~15分おく。
- ④フライパンを中火で熱し、③の枝豆を入れ、水少々を入れ蓋をして蒸し焼きにする。
- ⑤④の枝豆をとときかき混ぜて、焼き色が付くまで焼く。
- ⑥焼き色が付いたら味見をして、枝豆が好みの硬さになれば完成。

焼き枝豆

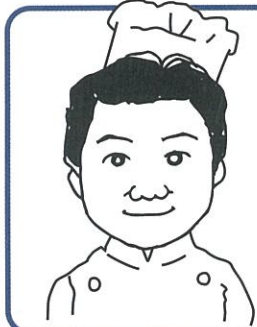


500ポイント

※今回は旬の生の枝豆を使いましたが、冷凍の枝豆でも手軽においしく召し上がれます。
※フライパン以外にも、オーブントースターや魚焼きグリルでも作れます。

食堂 並木

1人分に含まれる栄養素	
カロリー	60kcal
蛋白質	9g
脂質	0g
食塩相当量	0.9g
カルシウム	0mg



食堂ホール利用時間

AM8:00~PM17:00

店舗営業時間

AM11:30~PM14:00

左記店舗営業時間帯以外での利用をご希望の方は内線4808にご連絡ください。

パーティーがある場合はPM14:00以降のご利用はできません。ご了承ください。生協ホームページにパーティー予定表が有りますのでご確認ください。

夜のパーティー好評受付中!

キャラクター犬の名前「ジーク」に決定しました!!

県庁生協HP(応募期間5/7~5/31)でキャラクター犬の名前の募集をしました。そのうち上位9点の候補を選び決選投票をしました。全部で85票の投票をいただき、「ジーク」が46票でした。

次いで「わんだーくん」複数応募 17票でした。名前の応募・投票を頂きました皆様ありがとうございました。

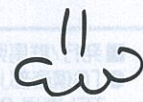
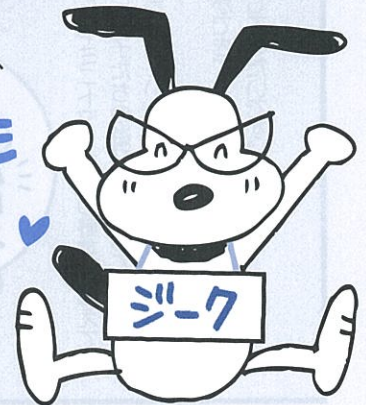
県庁生協賞…西部農業事務所「永井聡」様
県庁生協特産産直ギフトをプレゼントいたします。

特別賞…利根沼田行政事務所「鈴木浩仁」様
(企) 団地総合事務所「岡庭和昭」様
群馬の地酒詰め合わせをプレゼントいたします。

ダブルチャンス賞…(コブ商品詰合せ)商品の発送をもってかえさせていただきます。

県庁生協とともに「ジーク」をこれからもご愛顧くださいますようお願いいたします!

今後も
よろしく!





群馬県庁生協組合員(群馬県職員)の

団体扱自動車保険が安い!

平成24年11月1日から団体扱割引が過去最大**20%**割引となりました!



一般契約と比較すると保険料が

約**24%**割引!!

*団体扱一時払・団体扱割引適用の場合

しかも

- 配偶者のお車
 - 同居の親族のお車
 - 別居の扶養親族のお車
- 全て団体扱割引の対象です!!

★県職員以外の組合員も一般契約に比べて保険料が**5%**割安になります。(一時払の場合)

引受保険会社

- 東京海上日動・三井住友海上
- 損保ジャパン・日本興亜損保

各社の連絡先は代理店HP (<http://www.hot-hitotoki.com/gss/>) でご確認してください。ご提出いただいた保険証券や更新の案内等の個人情報、団体扱の引受保険会社が取扱う保険商品等の各種商品・サービスの提供・案内をする目的の範囲内で利用させていただきます。

《保険代理店》株式会社ジーエスエス TEL027-234-8864 FAX027-232-3802

平成25年7月作成

群馬県庁生協組合員のみなさまへ

マイチョイス

県庁生協団体保険

※お詫びと訂正

「G倶楽部7月号」で県庁生協団体保険マイチョイスの「スキー・スケート総合保険」の新規販売が停止となる旨をご案内致しましたが、**急遽、新規販売ができることになりました。**

ご迷惑をおかけして大変申し訳ございませんでした。今後もマイチョイスをよろしくお願ひ申し上げます。

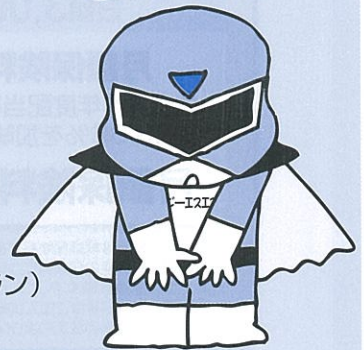
商品
ラインナップ

- ゴルフ保険 ● 自転車総合保険
- **スキー・スケート総合保険**
- 団体総合生活保険(傷害プラン、病気重視プラン、がん補償プラン)

マイチョイスの募集が8月1日から開始されます。

お手元に募集資材が届きましたら、是非この機会にご加入のほどよろしくお願ひ申し上げます。

ごメンナサイ



生協まつり開催します!

今年は10月26日(土)・27日(日)の2日間
場所は群馬建設会館です。

楽しいイベント盛りだくさん。お楽しみに・・・。

ご来場ありがとうございました

去る6月29日(土)に群馬建設会館にて、「住まいづくりフェア2013特別編」が開催されました。

セミナーにも多くの組合員様にご参加いただきました。

県庁生協では、皆様のニーズに合わせた事業を行っていかうと考えています。是非、皆様のご意見をお寄せください。

県庁生協 グループ保険



いつも県庁生協グループ保険に
ご理解・ご協力いただきありがとうございます。
今回は生存給付についてご紹介します。
そろそろ更新の時期です！
今一度、保障について考えてみませんか？



みなさん、自分の健康を過信していませんか？

しかし実態は、..

【人間ドック受診者のうち“なんらかの異常あり”^{*}と診断された人の割合】



年齢	年齢
39歳以下	10人に約 8人 (83.8%)
40歳代	10人に約 9人 (90.7%)
50歳代	10人に約 9人 (94.6%)
60歳以上	10人に約 9人 (96.6%)

^{*}軽度異常あり(生活改善し経過観察を要す)、医療または二次精査を要する場合

出典: 日本人間ドック学会「人間ドックの現状」(平成23年)

もしものときのための準備をしておきたいですね!

県庁生協グループ保険は
みなさまのライフスタイルに合わせてご準備いただけます!!
継続して2日以上入院に備える「医療保障保険」
三大疾病に備える「重病克服支援制度」!!

^{*}基本保障保険の加入がなくても加入できます。



たとえば、35歳の男性が
「医療保障保険」「重病克服支援制度」に加入した場合

医療保障保険
日額**3,000円**コース

月額保険料 **1,000円**^{※2}

さらに昨年度配当率
約33.36%を加味すると...

月額保険料 約**667円**^{※1}

重病克服支援制度
300万円コース

月額保険料 **846円**^{※3}

両制度加入しても...
月額保険料

約**1,513円!**^{※1}

^{※1} 上記保険料は概算保険料であり、配当金を加味した保険料は参考です。

^{※2} 医療保障保険の保険料については概算です。

^{※3} 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。

詳しくは、秋のPRでご説明に伺います!!

^{*}基本保障保険・医療保障保険は1年ごとに収支計算を行い、剰余金が生じた場合は配当金としてお支払いする仕組みとなっています。配当率は今後変動することがありますので、記載の配当金額は将来のお支払いを約束するものではありません。配当率は、お支払時期の前年度決算により決定しますので、将来お支払いする配当金額は現時点では確定していません。ただし、基本保障保険(損害保険部分)、新・医療保障保険、追加給付、重病克服支援制度、リビングリスク制度、退職後継続制度、長期療養収入補償制度に配当金はありません。

^{*}重病克服支援制度は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に、保険金をお受取りになれます。特定疾病保険金と死亡・高度障害保険金とは重複しては支払われません。

^{*}医療保障保険、重病克服支援制度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。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。

^{*}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、こ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。

■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)

MY-A-12-他-007193
MYG-A-13-LF-361

G わんだーらんど

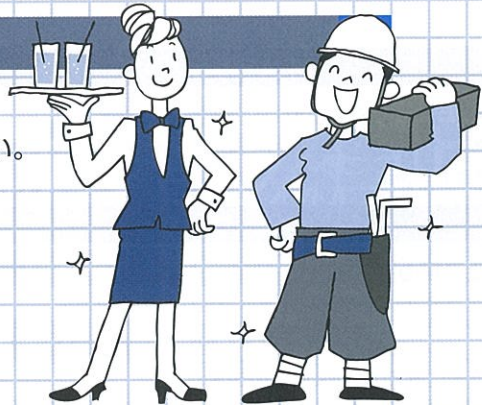
倶楽部

今月の脳トレは…

問題

連日の猛暑で、身も心も疲れているという方…。
なぞかけで、やすらぎのひとつをお過ごしください。

飲食店とかけて、大工さんととく
その心は…?



応募方法

官製はがき(メールでも可 info@hot-hitotoki.com)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、8月31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名様に図書カード1,000円分を進呈いたします。

また、意見・要望等は「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。
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。

6月号の答え及び当選者(敬称略)

答え「チーズ」→「地図」

「一」を取ると、別の意味になる言葉です。

ステーキ→素敵、ビール→ビル、シーソー→しそ、サッカー→作家

応募者107名中106名が正解されました。抽選の結果、下記の方が当選されました。

田村 理貴(渋川行政県税)	金井 知巳(吾妻環境森林)	高橋 房雄(高崎土木)
小茂田 誠治((企)財務管理課)	古郡 健吾(建築住宅課)	鮎川 里菜(審査課)
櫻井 志史((病)総務課)	天川 朋弘(県民生活課)	湯浅 正一(高崎技専)
住谷 拓人(伊勢崎土木)		

最近身の回りで起きた出来事

●今話題の「PCレンズ」。半信半疑で買ってみました。確かに使ってみると目の疲れが軽減されているような気がします。またお手頃な値段だったので、普段絶対選ばないような明るいフレームにしたのもなんだかいい感じですね。パソコン仕事が続く間は、手放せないアイテムになりそうです。(N)

▼気になつても多いはず！目の疲れは、肩にもまますよね…。早速試してみます。(編集長)

●体の健康のためにスポーツクラブに通っています。いつも同じ時間帯に行くので同じ人たちに会いますが、数ヶ月前に太って

やあ



いておなかが出ているなあと思つていた男性があれよあれよという間にスマートになりました。続けていれば効果が出るのだと実感しました。(Y)

え〜



▼なんでも、続けてこそ…ですね。続けるまでの決心がなかなかできません。(編集長)

●家庭菜園でナスやミニトマトなどの野菜を植えてありますが、同時に息子たちの遊び場になっていて、土で城、ダム、川などを作っているの、ヘンチョコな菜園になっています。(Y)

▼野菜の収穫ができて、子供が遊べて楽しそうな菜園ですねー拝見してみたいです。(編集長)