

G倶楽部

●ふれあい情報

2020
6月号

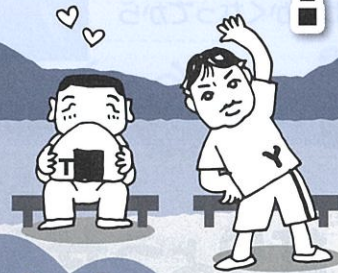


Vol.272

ストレスが多いこの頃、
時々、リフレッシュすることが必要ですよね。
あなたの最近の「リフレッシュ法」は何ですか？

水無月は「水の月」
憂鬱になる季節。でも
気分はいつでも
雨天決行！

運動？ 散歩？ 入浴？
家飲み？ デザート？
県庁生協は、真心サービスで、
あなたの「リフレッシュ」を
応援します。



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: @321 vkdjy)

フォレスト21 県庁地下1階
Forest 21

今回のご案内は、榛名山麓の清らかな水と空気と太陽の恵みを受け、愛情たっぷりに育てられた ぐんま県産プラムです。
本物の味を「産地直送」でお届けします。



群馬県産

プラム

〈高崎市下里見町〉

産地直送
配達方法

ソルダム 2.5kg (約14個)

特徴 緑色の果皮からは想像できない真っ赤な果肉が印象的。果皮には自然の白い粉(ブルーム)が付いています。(新鮮な証拠です!!)

食味 酸味と甘みの絶妙なバランスです。

- 酸味の好きな方は、そのまま冷蔵庫で保存してください。
- 甘くしたい方は、常温冷暗所で2日おき、やわらかくなってから冷蔵庫で保存してください。



■ 申込締切:6月下旬 ■ お届け:7月中旬から



べに
紅りょうぜん
2.5kg (約14個)

特徴 食感は柔らかめで果汁が多い。酸味とのバランスが絶妙!



きょう
貴陽 2kg (約9個)

特徴 食感は粗密で柔らかくジューシー。とっても甘い!

数量限定

■ 申込締切:7月上旬 ■ お届け:7月下旬から

一つ一つ心を込めてつくっています!
一番おいしいタイミングで発送致します!



生産者 **カネカ果樹園**
高崎市下里見町

※写真はイメージです。

- ご注文は、職場回覧チラシまたは、ホームページをご覧ください。
- 職場回覧後、ホームページからご注文いただけます。

ピープル21 県庁地下1階

People 21

色とりどりの花が咲いて、はちみつがおいしくなる季節です。
今回は、そんな「はちみつ」を使ったメニューを2品紹介します。



★クッキングの時間は、作業時間の目安です。

ハニーフロースンヨーグルト

材料(5～6人前)

10分

- はちみつ……………大さじ5杯 冷凍庫で冷やす時間を除く。
- プレーンヨーグルト……………400g
- 生クリーム……………100cc

作り方

- ①生クリームをボールに入れ、角が立つまで泡立てる。
- ②別のボールに、はちみつとヨーグルトを入れ混ぜる。
- ③②に①の生クリームを数回に分けて入れ、軽く混ぜる。
- ④③をバットに移し、ラップなどで蓋をして冷凍庫に入れる。
- ⑤30分から1時間おきに数回かき混ぜながら冷やし固める。
- ⑥固まったら器に盛り完成。



- ★ヨーグルトを水切りしてから作ると、濃厚な仕上がりになります。
- ★お好みで、ジャムやフルーツなどを混ぜると、もっとおいしく召し上がれます。

ハニーフロースンヨーグルト

1回分に含まれる栄養素	
カロリー	978 kcal
蛋白質	16.6 g
脂質	55 g
食塩相当量	0.5 mg
カルシウム	533 mg

ハニーフレンチトースト

1人分に含まれる栄養素	
カロリー	448 kcal
蛋白質	18 g
脂質	13 g
食塩相当量	1.4 mg
カルシウム	162 mg

ハニーフレンチトースト

材料(2人前)

30分

- 食パン……………2枚(4枚切り) パンの漬け込み時間を除く
- はちみつ……………大さじ2杯
- 卵……………2個
- 牛乳……………200cc(1カップ)
- バター……………10g
- バニラエッセンス……………少々

作り方

- ①パンの耳を切り落とし4等分に切る。
- ②ボールに卵を割り入れ、はちみつ・牛乳・バニラエッセンスを入れ、よく混ぜる。
- ③①のパンを重ならない様にバットに並べ、②の卵液をこしながらかける。
- ④③にラップをして冷蔵庫で寝かせ、1時間くらいしたら上下を返し、冷蔵庫で一晩つけて置く。
- ⑤フライパンにバターを入れ弱火にかける。溶けたら④のパンを並べ蓋をして焼く。
- ⑥弱火のまま7～8分焼き、焼き色がついたら裏返し、蓋をして7～8分焼く。
- ⑦焼き色がついたら、皿に盛り付け完成。



- ★お好みで、はちみつや粉砂糖をかけたり、生クリームを添えるのもおすすめです。
- ★焼く時は、パンをできるだけ動かさないようにすると、ふっくら焼きあがります。



家族
みんなで
使おう!

給与口座払いで 便利なガソリンカード!

ガソリンカードキャンペーンを開催します!

県庁生協のガソリンカードを利用すると、ご家族のご利用分もまとめて、組合員様の給与口座払いでご利用代金をお支払できます!

入会金
年会費は
無料です!

ガソリン給油だけでなく、



にも使えます。

キャンペーン期間 **2020年6月16日(火)～9月15日(火)**

カード作成やご利用で、**クオカード**をプレゼントします!

ガソリンカードを**作成+ご利用**
で**全員**の方へ

組合員ご本人カード作成...**500円分**

ご家族カード作成...**500円分/人**

※ご利用はご本人・ご家族
を問いません。

プレゼント!

期間中のご利用金額が
合計 **20,000円以上**の方
(抽選で**50名様**)へ

1,000円分

※利用金額は
ご家族利用分も含みます。

プレゼント!



＼ガソリンカードで!／



お申込みは、**本号折込チラシ裏面**の申込書をご提出ください。

キャンペーン対象業者

群自燃

三山石油

両毛丸善

サンワ

コスモ石油

群馬興産

県庁生協の保険のご紹介

県庁生協では、団体保険をご用意しております。
 団体保険は個人で加入する保険よりも割安になる場合があります。
 退職後も継続できる保険もあります。是非ご検討ください。
 随時加入可能な保険もございますので、お気軽にお問い合わせください。



生命保険

県庁生協グループ保険 (毎年10月募集)

死亡保障や医療保障のほかに、三大疾病に特化した保険もご用意しております。
 毎年10月に募集しています。退職後も継続できる保険もあります。



一般生命保険 (随時)

第一生命・日本生命・明治安田生命・フコク生命・住友生命・大樹生命・朝日生命・ジブラルタ生命 団体扱にすると、割安になる場合があります。

かんぽ生命保険 (随時)

団体扱に切替可能な証券番号は以下のとおりです。

- ◆3ケタ目が「5」の証券番号
- ◆3ケタ目が「2」の証券番号



がん保険

(毎年1～3月募集/随時)

アフラックのがん保険です。団体扱に切替えると割安になる場合があります。
 退職後も団体扱のまま継続可能です。



損害保険

自動車保険 (随時)

一般契約に比べて、割安な保険料で加入できます。県職員の方は団体扱割引適用で、さらにお得です。見積りも無料で承ります。
 退職後も団体扱のまま継続可能です。

家族の保険 (毎年8月募集/随時)

自転車保険やゴルファー保険をご用意しております。さらに、個人賠償(1億円)が付帯された傷害保険もあります。日常の様々なリスクを補償する保険です。毎年8月に募集しています。随時加入可能です。
 退職後も継続できる保険もあります。

看護職賠償責任保険 (毎年10月募集/随時)

看護業務に起因して発生した他人の身体の障害について負う法律上の賠償責任を補償する保険です。毎年10月に募集しています。毎月1日付で加入可能です。



公務員賠償責任保険 (毎年6月募集/随時)

* 公務員ならではの訴訟に対応する保険です。ご自身を守るためにもご加入をお勧めします。

【お問い合わせ先】 ●生命保険について：総務課 TEL.027-221-4028 (県庁内線 4805)

●損害保険について：(株)ジーエスエス TEL.027-234-8864

指定店情報



夏に向けてエアコンを
きれいにしたい!



おそうじ本舗®



●ハウスクリーニングが組合員割引でご利用できます!

おそうじ本舗の
全サービスメニューが

10%OFF!

おそうじのことならプロに任せて安心!

エアコンクリーニング

カビ ニオイ ホコリ

■家庭用壁掛けタイプ

特別価格▶**9,900円** (税抜)

■お掃除機能付きタイプ

特別価格▶**17,100円** (税抜)

セットで
頼むと
お得です!

エアコンクリーニング

オプションメニュー

分解
洗浄

エアコンクリーニングと
セットなら!!

特別価格▶**4,500円** (税抜)

■キレイを長持ちさせる防カビチタンコーティング!

防カビ 防臭・消臭 抗菌

エアコン内部も吹き出し口も、
防カビチタンコーティングでキレイが長持ち!

エアコンクリーニングと
セットなら!!

特別価格▶**2,700円** (税抜)

☎0120-249-115

特別価格での受付はこの電話番号のみとなります。
★お電話の際に群馬県庁生協組合員とお伝えください。

片づけをしていたら
不要なものが!

買取金額↑

10%UP

送料・手数料
無料

宅配買取

宅本便で不要な本・CD・DVD・ゲーム
おトクにおこづかいにしまいましょう!
お値段のつかなかった商品も無料で引き取り可能です。

詳細・お申し込み・お問い合わせはこちら



お持ちの携帯・スマホの
バーコードリーダーで
簡単にアクセスできます

集荷は3日後から可能
24時間OK

BOOK・OFF Online

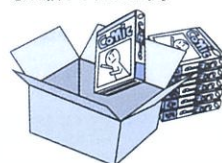
1 お申し込み

携帯・スマホからお申し込み
ができます。【個数】「集荷日」
が同時に予約できます。



2 箱詰め

売りたい商品を箱詰めしてく
ださい。※箱はお客様でご用
意お願いいたします。



3 無料集荷

運送会社が無料で集荷に伺
います。※運送会社のドライ
バーが印字済みの送り状を
持参します。



4 銀行振込

1~2週間ほどで査定が終了
します。買取金額はお客様が
指定した口座に自動的に
入金されます。



第61回

ジーエスエス 保険の部屋



ジーエスエス 桑原

家族の保険(自転車総合保険・ゴルファー保険)編

いつでも
入れます!!

▼家族の保険(自転車総合保険)

自転車総合保険は、「加害者としての事故の賠償」と「自転車事故でケガをしたときの補償」を対象にした保険です。

ご存じですか?

約 5分49秒に1件*
自転車事故は発生しています!!

お子さんが通学中に自転車事故でけがを負ってしまうことがあります。実は、加害者となってしまう割合も大人に比べて高いのです。

*警察庁「平成29年の交通事故の発生状況」および「平成29年における交通死亡事故の特徴について」から



★ジーエスエス仮面メモ★

平成31年に警察庁交通局が出したデータでは、平成26年～平成30年の年齢層別事故件数で全体の36%が「10歳～19歳の子どもたち」で加害者となっていました。件数は5年間で555件なので、単純に1年あたりにすると111件です。自転車事故の3回に1回以上は「子どもたちが加害者になっている」のです。



事故に備えて、自転車総合保険に加入しませんか?

- 特徴1.** 家族全員をサポート
どのプランにも、賠償責任補償とケガの補償がセット!
- 特徴2.** 賠償責任補償1億円
高額な賠償責任に備えて、1億円プランもご用意!
- 特徴3.** お得な団体割引
15%の団体割引で、保険料も割安!

▼家族の保険(ゴルファー保険)

皆さまに安心してプレーしていただくために、
ゴルファー保険をおすすめします!

事故に備えて、ゴルファー保険に加入しませんか?

- 特徴1.** 賠償責任補償1億円プランをご用意
- 特徴2.** どのプランにも、ホールインワン費用、用品の損害がセット
- 特徴3.** 団体割引25%で、保険料も割安
(令和2年11月補償開始から団体割引20%に変更)

*詳細はG倶楽部7月号ジーエスエス保険の部屋にてご案内予定です。

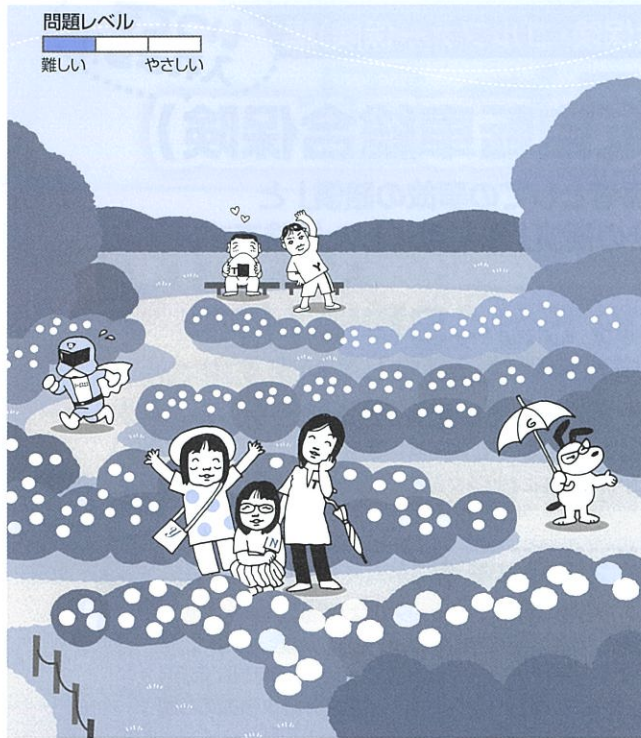


★県庁生協ホームページで「ジーエスエス保険の部屋」のバックナンバーをご覧ください。



わんだーらんど

今月の脳トしは..
クイズ
QUIZ?



問題レベル
難しい やさしい

問題

間違い探し、3カ所です。今回のレベルは「難しい」です。多数のご応募お待ちしております。

★「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、6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**に限りませす。どしどしご応募ください。

4月号の答え及び当選者

- 答え 1. 上ジークの尻尾
2. 左ジークの上の音符
3. 左下ジークのフライ返しの高さ

抽選の結果下記の方が当選されました

- 滝野 厚 (富岡土木事務所)
- 田島 雅貴 (道路整備課)
- 佐藤 伸慶 (高崎土木事務所)
- 石井 克明 (繊維工業試験場)
- 小島 千恵子 (廃棄物・リサイクル課)
- 須藤 友博 (精神医療センター)
- 高橋 美里 (建設企画課)
- 黒岩 和貴 (交通政策課)
- 米山 智雄 (河川課)
- 細井 佳織 (がんセンター)

敬称略

組員さんの★
身の回りで起きたこと

当選

● G倶楽部のクイズ当選した同僚がいたので「おめでとう」と早速メールを入れたところ、「まだG倶楽部が届いていないんです。自分が当選したの?との返信。時間を置いてから連絡をすればとの反省とともに、同僚以上に自分が喜んで良かったことに気づきました。(Y)

● もうすぐ2歳になる息子がいます。まだあまり言葉を発しませんが先日寝言で「ワンワン」と言ったので驚いて起きました。前世が犬だったのかと思うほど上手でした。(O)

● ゴルフに行つてオレンジボールでグリーンに乗せたら、次の瞬間、カラスがボールをくわえて行ってしまった。(S)

● のむヨーグルトを続けていたらなんだか快腸です。でも、顔にはシミ、シワが…。なぜなのでしょう…。でも続けていきます。(A)

● 常時マスクを着用しているの、ほとんど化粧をしなくなりました。休日には家にもってこまっています。体重が増加してきました。(W)

おはよー
あはしよー

え〜と

■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