

5 2014
月号

Vol.199

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

Good 倶楽部

心ウキウキするシーズンに突入ですね!
ペットとお出掛けもgood!
山里の温泉もイキなもんですよ。

ふれあい情報



新緑の季節です。
新規採用の方、異動された方、
新しい仕事や職場には慣れましたか?
「こころでちよつと」息、
家族や仲間とどこかへ
出かけてみませんか。

さわやかな 風に乗って!

山もいいし、海もいいな。
そろそろ夏休みの計画を立てようか。
考えるだけでもワクワクしますね。
県庁生協では、旅行の計画の相談から手配、
旅先の写真で記念アルバムも作れますよ。
皆さんの「リフレッシュ」をお手伝いします。



書のデジタルプリントキャンペーン

5/30までの期間限定

通常価格 L判 35円 → キャンペーン特価 30円

(店頭プリントのみ) 生協組合員限定価格

お問い合わせ先 ■ 県庁生協 カメラ・DPE

電話027-221-3722 (内線4812)

県庁地下1階
フォレスト21

いがの今売れてます
売店の COOL GUY



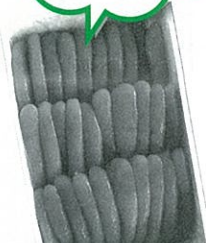
売店 曾我

組合員の皆さまこんにちは。今回は共同購入昨年度売上数NO.1の大人気商品“めんたいこ”を紹介いたします。既にお手元にチラシが回っていると思います!「どうしようかな?」と悩んでいる方、ぜひこの機会に共同購入を利用してみてください。とってもおすすめです!!

宅配

ボリューム満点

1kg



訳あり

福岡の名店「ヤマト」の

めんたい

たっぷり食べれるチャンス到来!!

通常商品の

約**40%**
OFF

(正規品と比較)

4,320円

(送料込・消費税込)

★賞味期限は冷凍30日(出荷後)です。

ご注文締め切り 5月12日(月)

商品お届け 5月下旬から

■生協HPからもご注文いただけます。http://www.hot-hitotoki.com



共同購入を
利用して
みよう!

ぜひ、ご利用
ください!

共同購入とは?	そのものズバリ、組合員の皆さまが共同(一括注文)で購入することです。そのスケールメリットによって値段が安くなります。
ご注文方法は?	2~3週間隔で皆さまの職場にチラシを回覧させて頂きます。また同時にチラシの内容がホームページにアップされます。チラシ添付の申込書に記入しFAXいただくか、直接ホームページからご注文ください。
お支払いは?	申込書に記載されている月の給与口座払いとなります。
商品受け取りは?	職場配送のものと同宅配のものがございませう。お届け時期は、チラシ、ホームページに記載されております。

**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16節

5月31日(土) VS 横浜FC
13:00
KICK OFF

第18節

6月14日(土) VS ロアッソ熊本
15:00
KICK OFF

正田醤油スタジアム群馬

指定席.....●3,200円
メイン自由席・バック自由席
●大人2,100円
●小中高 500円
ホーム自由席●大人1,600円
●小中高 500円

ユニテッドシネマ情報

●ブルージャスミン ■5/10(土)公開

実業家の夫との結婚生活が破綻し、それまでリッチな生活を送っていたジャスミンが、妹を訪ねてサンフランシスコの空港に降り立つ。血のつながりはないが、妹のジンジャーは同じ里親の元で育った仲だ。

しかしふたりは見た目も性格も正反対。ジンジャーは夫と別れて2人の息子を育てているシングル・マザーで、現在つき合っている修理工のチリは無骨な男。ジャスミンにはジンジャーの趣味がさっぱり理解できない。しかしジャスミンも今までのセレブ生活の気分が抜けず、生活をなかなか立て直すことができない。現実と折り合いがつけられないジャスミンは、やがて精神のバランスを崩していく。



●青天の霹靂 ■5/24(土)公開

39歳。売れないマジシャン。母には捨てられ、父とは絶縁状態。そんな彼に、突然もたらされる父の死の一報。「なんで俺、生まれてきたんだろう。」絶望に暮れる彼に一闪 - 青天の霹靂。そして気付けばタイムスリップ。その先は40年前の浅草。全ての娯楽が集まる街で出会ったのは、若き日の父と母。スプーン曲げで人気マジシャンとなった彼。ひよんなことから父とコンビを組むことに。そして母の妊娠。10ヶ月後、生まれてくるのは...俺だ。しだいに明らかになる自身の出生の秘密。果たして彼を待ち受ける結末とは.....



**5月
公開特集**

ユニテッド・シネマ鑑賞券 通常1,800円 → 組合員限定1,300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。) ご注意ください。TEL.027-223-8357 ★こちらの鑑賞券は全国のユニテッド・シネマで使用出来ます。



十ヶ年ポーニヤの簡単クッキング



今回は、旬のグリーンアスパラとジャガイモを使ったメニューを紹介します。グリーンアスパラやジャガイモには、健康や美容にいい栄養素(ビタミン類)が多く含まれています。日頃の感謝の気持ちを込めて、母の日に作ってみてはいかがでしょうか。

材 料 (4人分)

- グリーンアスパラ……………4本
- ジャガイモ……………2個
- ベーコン……………120g
- オリーブオイル……………大さじ1
- 塩コショウ……………適量

作 り 方

- ①グリーンアスパラは根元のかたい部分を切り落とし、根元から5cm位皮をむき、食べやすい大きさに乱切りにする。
- ②ジャガイモは皮をむき1cm幅のいちょう切りにし、水にさらしておく。
- ③ベーコンは1cm位の短冊に切っておく。
- ④フライパンにオリーブオイルを入れ、ベーコンを入れて炒める。
- ⑤ベーコンから油が出てきたらジャガイモを入れ炒める。
- ⑥ジャガイモに火が通ったら、グリーンアスパラを入れ炒める。
- ⑦グリーンアスパラに火が通ったら塩コショウで味を調え完成。

グリーンアスパラとジャガイモ炒め



今日のポイント

ポイント&おすすめ

- *仕上げにバターやしょうゆを足してもおいしく召上がれます。
- *水と固形コンソメを入れてスープにしてもおいしいです。
- *グリーンアスパラを玉ねぎに変えるだけで、ジャーマンポテトが作れます。

1人分に含まれる栄養素	脂 質	15.1g
カ ロ リ ー	食塩相当量	1.3g
蛋 白 質	カルシウム	9mg
200kcal		
5.3g		

★GSS仮面★ 第29話

ゴルファー保険 編



いよいよシーズン到来!ゴルファー保険!



《契約内容》

ご契約タイプ	G001	G002	G003
死亡・後遺障害(本人)	306.4万円	387.8万円	417.8万円
入院保険金日額(本人)	4,596円	5,817円	6,267円
通院保険金日額(本人)	3,064円	3,878円	4,178円
第三者に対する賠償責任	3,000万円	5,000万円	1億円
用品の損害	15万円	20万円	30万円
ホールインワン・アルバトロス費用	20万円	30万円	50万円
保険料(1年分)	3,200円	4,500円	7,000円

■第三者に対する賠償責任 第三者に対する賠償責任は、ゴルフの練習、競技または指導中に発生した偶然な事故により、被保険者が誤って他人にケガを負わせたり、他人の財物を壊したりしたこと等によって、相手に支払われなくてはならない法律上の損害賠償金や万一訴訟になった場合の費用をお支払いします。

■あなたご自身の損害 ゴルファー自身の傷害については、ゴルフ場や練習場内でのゴルフの練習、競技または指導中に、急激かつ偶然な外来の事故によりご自身がケガをされた場合に保険金をお支払いします。

■ゴルフクラブの損害 ゴルフ用品の損害については、ゴルフ場や練習場内において、ゴルフ用品に生じた次の損害に対して保険金をお支払いします。
①ゴルフ用品の盗難 ②ゴルフクラブの破損・曲損

■ホールインワン・アルバトロス費用 日本国内の9ホール以上を有するゴルフ場においてゴルフプレー中にホールインワンまたはアルバトロスを達成した場合に、慣習として負担する贈呈用記念品購入費用を、保険金額を限度にお支払いします。

*詳しくはパンフレットをご確認ください。内容については私どもにご相談ください。

*生協ホームページでGSS仮面のバックナンバーをご覧いただけます。

旅・最高のシーズンがやってきた!!

旅行や出張手配は群馬ヤクルト観光におまかせください!!

いつもお留守番のペットたちを連れての旅行はいかがですか? もっと楽しくよくばりに遊びたい人へ。国内から海外までいろんな旅の楽しさをご提案!



夏の
旅行に
おススメ!

ペットと泊まれる宿
ペットも家族の一員だよ!

家族で遊べる宿・
バイクの宿!
ママにもやさしい!

みんなで泊まろう!
グループで盛り上がりよう!

海外旅行
(Guam サイパン)
わいわいファミリーで!



群馬県知事登録旅行業第2-204号
群馬ヤクルト販売株式会社 (群馬ヤクルト観光)
県庁地下1階 内線4811
TEL027-289-3900/FAX027-289-3901
● 営業日/月~金 9:00~18:00 (休憩時間 14:00~15:00)
● 休業日/土・日・祝日・年末年始
総合旅行業務取扱管理者 岩田 徳之

群馬県庁内旅行コーナー

受託取扱い企画旅行と業務内容
(一部取り寄せの商品もございますのでお早めにお申込みください。)
● JTB (ルック・エース他) ● JR券 (乗車券、特急券等)
● 貸切観光バス、長距離バス、高速バス等の手配
● TDR、USJ等の入場予約券の販売
● JTB旅行券・商品券などの販売 ● ビッグホリデー (株)
● 航空券 (ANA・JAL等)

★ 県庁生協組合員証をご提示いただくと、当店にて取扱いの宿泊を伴うパッケージ商品 (JTB) をお申込みの場合、ご旅行代金から **3%割引** となります。詳しくは係員までお問合せください。

旅先や出張先で自由に動ける幸せ!! 全国どこでもレンタカーがお得!!

ニッポンレンタカーはとっても安く利用できます。

県庁生協のクーポン券をゲットして、レンタカーをお得に利用しよう!!

クーポン券ゲットの方法は?

- ① 県庁生協HPからニッポンレンタカーへリンク
- ② 生協HP記載のIDとパスワードを入力
- ③ クーポン券を注文
- ④ ニッポンレンタカーからクーポン券が届く
- ⑤ 利用先の営業所へ持参



詳しくは、県庁生協HPに掲載してありますので、是非ご覧ください。URL <http://www.hot-hitotoki.com>

県庁生協 グループ保険

保険の
知恵袋

独身者には死亡保険は要らない？



「まだ独身だし、私には死亡保険はいらないかな？」って思われている方、多いですよ。たしかに、死亡保険はあまり必要ないかもしれません。(もちろん保障があれば安心です)

ただ!!見落としがちなのが、死亡保険とセットになっていることが多い「高度障害状態」になったときの備え!!

この保険の必要性、考えてみたことはありますか？



- 自動車やバイクでの交通事故やスキー、スノーボードなどで大きなケガをして障害が残ってしまったら・・・。
- 治療費はもちろん、仕事も十分にできなくなってしまったときのことを考えると、特に若い方たちは死亡保障というより、「高度障害状態」への備えのほうがより現実的かもしれません。

<高度障害状態とは> (参考:基本保障保険)

- 1.両眼の視力を全く永久に失ったもの
- 2.言語またはそしゃくの機能を全く永久に失ったもの
- 3.中枢神経系・精神または胸腹部臓器に著しい障害を残し、終身常に介護を要するもの
- 4.両上肢とも、手関節以上で失ったかまたはその用を全く永久に失ったもの
- 5.両下肢とも、足関節以上で失ったかまたはその用を全く永久に失ったもの
- 6.1上肢を手関節以上で失い、かつ、1下肢を足関節以上で失ったかまたはその用を全く永久に失ったもの
- 7.1上肢の用を全く永久に失い、かつ、1下肢を足関節以上で失ったもの

※「常に介護を要するもの」とは食物の摂取、排便、排尿、その後始末、および衣服着脱、起居・歩行・入浴のいずれもが自分でできず、常に他人の介護を要する状態をいいます。

ちなみに・・・

県庁生協グループ保険では、
「基本保障保険」・「重病克服支援制度」・「退職後継続制度」で、
高度障害状態のための保険をご用意しております。

県庁生協グループ保険は、年に1回、加入や脱退(解約)、変更ができます。
募集期間は毎年10月頃を予定しています。
お問い合わせはいつでも承っておりますので、ご連絡お待ちしております。

入院や手術、ケガによる通院の請求忘れはありませんか？

加入内容や請求方法についてのお問い合わせは
県庁生協 027-221-4028 高山 までご連絡ください。



※基本保障保険(生保部分)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返しする仕組みとなっています。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、将来お支払する配当金額は現時点では確定していません。(但し、基本保障保険(損保部分)、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、長期療養収入保障制度には配当金はありません。)

※基本保障保険は団体定期保険と普通傷害保険をセットにしたものです。

※団体定期保険と普通傷害保険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は他の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り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ことがあります。

※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-13-LF-007390

G わんだーらんど 倶楽部

知恵袋

●驚きと感動の密閉方法

ペットボトルで開封済みの袋を密閉にする！
テレビで見たことがある人もいると思いますが、この画期的な方法、感動します。

■手順

- ① ペットボトルの上部を切り取る
 - ② ふたを取る
 - ③ 開封した袋の開封口をペットボトルの飲み口に通す
 - ④ 通した袋の口を折り返す
 - ⑤ 飲み口部分の下をしっかりと押さえて、ふたをする
- 袋の中身が砂糖や塩なら、そのままふたとをれば取り出しも楽ちゃん♪

さらにパスタの麺なら、ちょうど1人前の100グラム位に取り出せて一石二鳥♪

いかがですか？ほんとに感動しますよね!!

非常事態のときにも役立ちそうです。

水を確保したいけど容器がないとき、とりあえずビニール袋で代用できたり♪

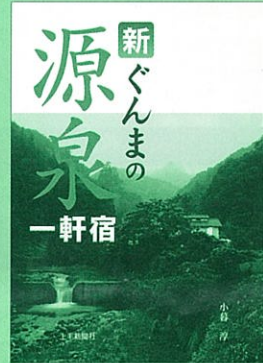
…あっ、そしたらペットボトル切ったらもったいないね(笑)



話題の本棚

新ぐんまの 源泉一軒宿

小暮 淳 著



5年前に発売され、わずか一カ月で増刷となった群馬の温泉シリーズのベストセラーが、リニューアルして戻ってきました。掲載旅館数も増え54軒。たった一軒だけで温泉地を守り続けている宿をこよなく愛し、宿の主人と語り明かしたエッセイも深みを増して小暮淳氏の集大成といえる一冊になっています。すでに「ぐんまの源泉一軒宿」をお持ちの方にも、今回の「新ぐんまの源泉一軒宿」がまったく新しい切り口で描かれていることがわかると思います。既存の温泉ガイド本とは違う魅力で人気の群馬の温泉シリーズ、その中でも「新ぐんまの源泉一軒宿」は、発売が待ち望まれていた一冊です。

一軒宿のめぐりませひこの本で!

「新ぐんまの源泉一軒宿」を讀者組合員様3名にプレゼントいたします。ふるってご応募ください。
締切 5月31日(土)
★わしくは、HPをご覧ください。

●スタジツのひびり言

●2月の大雪で家の雨樋が壊れ、業者に修理を依頼して見積もりを見たら、びっくり！なんと70万円を越えていました。ショック！でも修理しないと雨の日は庭が大変なことになるので、修理しないわけにはいかないし、はあ~~~~。

消費税も上がり、ガソリンの値段も一向に下がらず、4月から息子は高校生。出費ばかりだあ~~~~！自分のお小遣いが減らされる日も近いでしょう。(N)

●「今日食べた食事の食材を言ってみて」と聞かれたとき、メニューは答えられても、細かい食材まで答えられますか？

食感や香り、色までも意識すること!! 五感を使って食べているかどうかで、食事をした後感じる満腹度や満足度の度合いが変わるそうです。

毎日忙しく「とりあえず何かお腹に入れておここの的に、食事が一日の内の「流れ作業」のひとつになってしまいがちですが、少しでも意識して食事ができるような余裕が欲しいですね。(T)

●先日、下の子供の入学式に参加しました。式の終了後に防犯ブザーを頂きました。長女の入学の時に頂いた物と比べるとコンパクトで誤報を防ぐ型になっていました。数年の間にも技術進化はスゴイ!と思いつつ、なるべく防犯ブザーなど持たない社会になってほしいとあらためて感じたところです。(K)

