

ゆうゆうらんど

ゆうゆうらんどは... あいきょうさい(一般財団法人福島県民共済会)が会員の皆様をはじめ、広く県民の皆様へ季節感あふれる話題や生活に役立つ情報、さらには主催する各種カルチャー教室や無料法律相談会などの日程をお知らせする情報紙で、年4回(春号(4月)、夏号(7月)、秋号(10月)、冬号(1月))発行しています。

あいきょうさい
一般財団法人 福島県民共済会
〒960-8042 福島市荒町1-21 協働会館内
発行責任者/岩井 修一
TEL (024) 521-3392
FAX (024) 521-6841
http://www.i-kyosai.or.jp

SUMMER 2017 vol.122

特集

自然のアート 天然記念物の魅力に 触れる



くぼたあじさい祭りとペットボトル (伊達市梁川町山舟生)
6月下旬から7月中旬にかけて、約1万本のあじさいが咲き誇る「くぼたあじさい公園」。7月8日(土)・9日(日)には「くぼたあじさい祭り」とあわせて、ペットボトルの中にロウソクやLEDライトを灯した「ペットボトル」でライトアップします。あじさいがホテルに見立てた灯りに照らされ、夜の帳に浮かび上がります。
山舟生自治振興会 ☎(024) 577-5489

医療保険 センチュリー

大切なお子さんの「もしも」のときに備えて安心!

1人部屋への入院にかかる差額ベッド代や、子どもの付き添いにかかる諸雑費や交通費は、子ども医療費補助制度の適用外。そんな「まさか」の時にご家族をしっかりサポート!

保障内容

入院給付金 ●1日目から180日目まで 日帰り入院から保障	ガン・交通事故 病気等・不慮の事故	1日 6,000円 1日 3,000円
手術給付金 ●手術の種類に応じて	入院日額の	40倍 120,000円 20倍 60,000円 10倍 30,000円
死亡・重度障害給付金	ガン・交通事故 病気等・不慮の事故	600,000円 300,000円
健康祝金 ※健康祝金は5年間給付事由が発生しなかった場合に支払われます。		20,000円

★毎月のお支払いがお手軽な「保障型」プラン
契約期間は5年間です。11才以上の保険料は5才刻みで設定しています。

月額保険料 0~10才 700円 3,900円

※さらに、保障と満期給付金大きいプランもあります。詳しくは下記フリーダイヤルにお問い合わせください。

★5年後にうれしい満期給付金を受け取れる
満期金型プラン
20万円

あいきょうさい
一般財団法人 福島県民共済会

詳しくは、資料をご請求ください ▶ **受付専用フリーダイヤル ☎ 0120-655-322** (平日9:00~17:00受付)

〒960-8042 福島市荒町1番21号 協働会館内 TEL 024-521-3392 FAX 024-521-6841

ホームページ <http://www.i-kyosai.or.jp>

参加者募集

あいきょうさい <http://www.i-kyosai.or.jp> カルチャー教室

お申し込み
7月3日(日)から
先着順に受付
(平日9:00~17:00)

あいきょうさいが福島県民の皆様への文化福祉事業の一つとして開催しておりますので、お気軽にご参加ください。なお、お申し込みの際の個人情報、講習会に関する連絡や今後の講習会のご案内に利用させていただきます。他に使用したり第三者に提供したりすることはありません。(会員)とは、あいきょうさい・全労済の加入者をいいます。 ※料金はすべて税込みです。

須賀川 苔玉&テラリウムづくり講習会

鑑賞するだけでなく育てる楽しみもある苔玉とテラリウム。土や植物、必要な道具まで揃えられているので、手軽に体験できます。植物で自由な世界を繰り広げ、お部屋にグリーンを取り入れましょう。



日時 7月30日(日) 10:00~12:00
会場 須賀川市中央公民館(須賀川市八幡町134)
定員 30名
参加費 1,700円(須賀川市勤労者互助会会員の方は1,200円)
講師 ハーブとスローライフの研究者 瀧田勉 先生
内容 ハーブの苔玉と多肉植物と観葉植物を使ったテラリウムを各1個作ります。

準備品 エプロン、お手拭き、持ち帰り用袋、筆記用具

申込先 須賀川市勤労者互助会(市商工務政課内)
TEL (0248) 88-9143

南会津 プロから学ぶコーヒーの楽しみ方講習会 summer version

豆本来の旨味と個性が楽しめるコーヒー好きに評判の「コーン式かなざわ珈琲」のいれ方をレクチャーし、今回は季節限定で香り豊かなアイスコーヒーのいれ方もお教えいたします。ぜひコーヒーの奥深さを知っていただき、コーヒータイムをより楽しいひととき。に。(コーヒー豆100gのお土産付き)

日時 8月6日(日) 10:30~12:00
会場 御蔵入交流館 調理室(南会津町田島宮本東22)
定員 24名
参加費 1,800円(南会津町勤労者互助会会員の方は1,300円)
講師 6豆やよーだCoffee 平野みどり 先生・平野洋一郎 先生
内容 ①コーヒーの豆知識 ②いれ方のレクチャー(ホット&アイス) ③試飲

準備品 お手拭き、筆記用具

申込先 南会津町勤労者互助会(南会津町振興公社内)
TEL (0241) 62-2442

郡山 リフレッシュ ヨーガ講習会

忙しい日常から少し離れて、心身の疲れをリセットしましょう。ヨーガで体の緊張をほぐした後は、源泉かけ流しの温泉入浴です。昼食もついて心もお腹も満たされる一日になります。

日程 9月22日(金) 9:15 郡山市労働福祉会館発 ※P有
10:30~11:50 ヨーガ講習会
12:00~14:30 昼食・入浴・休憩
14:45~15:15 達沢不動滝見学
16:15頃 郡山市労働福祉会館到着

会場 中ノ沢温泉「リゾートインぼら内」(猪苗代町)
定員 45名
参加費 会員1,500円 一般2,300円
(和定食の昼食・入湯料込、無料送迎バス付き)
講師 ヨーガインストラクター 村上喜美子 先生
準備品 ヨガマットか大きめのバスタオル(講習用)、入浴用タオル、動きやすい服装

申込先 あいきょうさいTEL (024) 521-3392

パズルDEチャンス!

応募のメ切 2017年7月31日(日)必着
【春号の答え】 ナノハナ (菜の花)

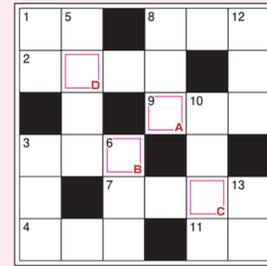
問題 全部できたら二重ワクの4文字をABC順に並べてください。そのことが答えです。

タテのカギ

- おじいさん
- ↑や→でなく、↘などの方向
- 漢字で「蟋蟀」、英語で「Cricket」と書く虫
- 丘灯至夫、阿久悠、秋元康、永六輔らが行う
- 「コンビニ」は「コンビニエンス○○○」の略
- 「あの子の隣に座りたいな」「先生の目の前は嫌」
- 韓国語で「ばら肉」のこと
- 墨、壺、吸盤、軟体、8本足

ヨコのカギ

- 一番下の所。瓶の○○、貯金が○○をつく
- テニスや卓球などでサーブを失敗すること
- 「○のバルコニー」「○のハイクアラ人魚」
- 「私こういう者です」と差し出す紙
- カブト虫と人気を二分する夏の虫
- 目隠しをした人に割られるフルーツ
- 漢字で「馬酔木」と書く常緑低木
- クールビズなど地球に優しく



ハガキに
1 パズルの答え
2 「ゆうゆうらんど」夏号へのご意見
3 福島ならではの秋の味覚といえは?
4 いま関心を持っている物事
5 住所、氏名、年齢、電話番号
をご記入の上、下記までご応募ください。
抽選で20名様に「図書カード」をプレゼントいたします。

〒960-8042 福島市荒町1-21
協働会館内 あいきょうさい
「ゆうゆうらんどパズルDEチャンス」係

いわき市がバックアップする福利厚生制度です

ハッピーワークいわき 会員募集中

入会金 600円
月会費 750円 (一人あたり)

加入については、
●いわき市内の中小企業に勤務する方・事業主の方、市内居住者で市外の中小企業に勤務する方・事業主の方。(加入時の年齢が、満15歳~満70歳)
●事業所単位での手続きとなります。

慶弔見舞金給付事業	レクリエーション・自己啓発事業
祝金 ●結婚25,000円・出生15,000円 ●小・中・高入学10,000円 ●成人・還暦10,000円 ●銀婚10,000円 他	●格安日帰りバスツアー ●会員と家族の交歓会 ●スポーツイベント ●コンサート、映画鑑賞券割引助成 ●テーマパーク施設利用助成 ●各種チケット割引助成 ●カルチャー教室 ●資格取得助成
弔慰金 ●本人500,000円(最高) ●配偶者100,000円 ●親10,000円・子50,000円	健康維持増進事業
見舞金 ●自然災害150,000円(最高) ●障害450,000円(最高) ●傷病休業50,000円(最高) 他	●人間・脳ドック、がん検診受診料助成 ●インフルエンザ予防接種の助成 ●健康講習会 ●いわきゆつたり館、いわき新舞子ハイソ健康センター等入場券割引助成
融資保証料助成事業	
●福島県勤労者支援資金(前年度の保証料について助成) ●災害復旧資金、医療資金、教育資金、冠婚葬祭資金、福祉車両購入等資金	

一般財団法人 **いわき市勤労者福祉サービスセンター**
〒970-8026 いわき市平字堂ノ前22番地 いわき市労働福祉会館1F
TEL (0246)35-6844 FAX (0246)35-6845
URL <http://www.happywork-iwaki.com/> [検索](#)

あいきょうさい 無料 法律相談会のお知らせ

あなたが抱えている法律問題を経験豊富な弁護士が解決に導きます。最寄りの会場へお申し込みください(秘密は厳守いたします)。

開催日	会場	相談申込先
7/23(日)	いわき市労働福祉会館	ハッピーワークいわき(いわき市サービスセンター) TEL (0246) 35-6844
7/25(火)	郡山市労働福祉会館	みゆーあい郡山(郡山市勤労者互助会) TEL (024) 990-0906
10/24(火)	会津若松市勤労青少年ホーム	あしすと(会津若松市サービスセンター) TEL (0242) 36-5622

●開催時間 10:00~15:00 (いわき会場は12:30~15:00)
●相談時間 一人当たり30分以内。資料があれば持参して当事者本人がご相談ください。
●相談受付 上記の相談申込先へ開催日の3日前まで(土日祝日を除く)に必ずお電話でご予約ください(平日9:00~17:00)。地区外の方も受付ます。
予約が無い場合は開催が中止となる場合がありますので予めご了承ください。

2017年秋号(10月発行)のご案内 新聞折り込みは2017年10月1日(日)を予定しています。なお、発行部数に限りがありますので、地域によっては折り込まれない場合があります。ご了承ください。

低カロリースイーツ さやいんげんと豆腐のレアチーズ風 99kcal

福島県は、さやいんげんの生産量がトップクラス。クリームチーズと絹ごし豆腐の風味で、さやいんげんの青臭さが気になりにくくなります。

5cmのカップ5個分

材料

- さやいんげん…2~3本
- 絹ごし豆腐…40g
- ピスケット…小さめ5枚
- 牛乳…土台用:大さじ2/3 生地用:大さじ1と1/2
- クリームチーズ…50g
- 砂糖…大さじ2
- レモン果汁…大さじ1
- プレーンヨーグルト…40g
- 粉ゼラチン…3g
- 水…大さじ2弱

作り方

- ① さやいんげんは塩少々でゆでてみじん切りにします。
- ② 豆腐はキッチンペーパーで包んで水気を切ります。
- ③ ピスケットはボウルに入れて細かく砕き、牛乳(土台用)と混ぜ合わせ、カップの底に敷き詰めます。
- ④ 重湯でゆわらかくしたクリームチーズに②の砂糖を加え、泡立て器でクリーム状になるまでよく混ぜます。
- ⑤ ゼラチンを水でふやかし、500Wの電子レンジで20~30秒加熱します。
- ⑥ ①にレモン果汁、牛乳(生地用)、ヨーグルト、⑤を加えて混ぜ、③に流し入れたら、冷蔵庫で冷やし固めます。

低糖質なデザートなので、健康を気づかう方やスポーツをする方にもおすすめです。

味の聖母短期大学 市川 優先生
今回のレシピは食糧栄養専攻2年生が考案しました。

歯医者さんから教わる 歯の健康

元気な歯のお手伝いをします。

ファミリー歯科クリニック(伊達市) 田原 充先生

最新歯科治療「炭酸ガスレーザー/エルビウムヤグレーザー」

皆さんは「レーザー」と聞くと、真っ先にアニメや映画の中に出てくるレーザー光線を思い浮かべるでしょう。レーザーは私たちの身近にある生活に欠かせない存在で、例えばCDやDVDなどのAV機器、スーパーのバーコードスキャナーなどに使用されています。

では、歯科の治療ではどのような使い方をされているのでしょうか。「炭酸ガスレーザー」と「エルビウムヤグレーザー」の2つが主で、それぞれに特徴があります。「炭酸ガスレーザー」は歯肉などの軟らかい部分を得意とし、歯肉の切開や切除、歯肉のメラニン色素除去などに使用されています。「エルビウムヤグレーザー」は軟らかい部分にも使用できますが、得意とするのは硬い部分で、むし歯を削ったり歯石を除去したりすることができます。

この「エルビウムヤグレーザー」は、健康保険の範囲内で歯を削ることが可能です。しかし、レーザーの種類や治療内容によっては、健康保険の適応にならないこともあります。もしレーザーを使用した治療を希望される場合は、事前に対応可能かどうかを歯科医院にご確認ください。



自然の芸術 天然記念物の魅力に触れる

長い歴史の中で守り伝えられてきた貴重な天然記念物をご紹介します。

郡山市 鹿島神社のペグマタイト岩脈
★国指定天然記念物：1966年指定

かつてペグマタイト(巨晶花こう岩)産出地の一帯だった西田地区の鹿島神社では、至る所でその露頭を見ることができます。ペグマタイトは地表に突出していることがまれで、大昔の地殻変動で隆起したと考えられています。境内には1万トン以上の岩脈があると推定され、その大きさは想像を絶するものがあります。

ペグマタイトは、石英や長石を主成分とした巨大な結晶が集合した岩石のこと。工業用原料として重宝されていました。

巨大鉱物
地上に露出した

コミュニティ福島
(福島県環境創造センター 交流棟) 三春町
震災・原発事故後の、環境の回復と創造を目的とした施設。放射線、環境回復の現状、再生可能エネルギーなどについて学ぶことができます。ペットボトルで風車をつくるという体験コーナーも充実。360度の映像シアターでは、福島自然・文化などについて上映します。

9:00~17:00 2月曜(祝日の場合は翌日) 無料
田村郡三春町深作10-2(田村西部工業団地内)
船引三春ICから車で約5分
コミュニティ福島 ☎(0247) 61-5721

足さのぼして

川内村 平伏沼モリアオガエル繁殖地

★国指定天然記念物：1941年指定

平伏沼は標高842メートルの平伏山の頂にある、12アールの小さな沼。梅雨の時期には、モリアオガエルが産み付けた泡状の卵塊が、沼にせり出した木の枝に多数見られます。「ふくしまの音30景」に認定されているモリアオガエルの鳴き声は、7月中旬頃まで聞くことができます。

双葉郡川内村上川内字宇内内(ウナイ)501
常磐富岡ICから車で約70分、船引三春ICから車で約60分
川内村教育委員会 ☎(0240) 38-3806

「証念小袋」に あやかる



自然の芸術 天然記念物の魅力に触れる

二本松市 杉沢の大スギ
★国指定天然記念物：1943年指定

高さは約50m、幹の太さは約12mの巨木で、どっしりとした佇まいからは誇らしさを感じます。江戸時代の二本松藩主・丹羽光重公が領内を巡視した折に、その見事さに感銘したことから、この地を杉沢と呼ぶようになったといわれています。

二本松市杉沢字平
二本松ICから車で約35分
国営代官光協会 ☎(0243) 65-2803

足さのぼして

いわき市 中釜戸のシダレモミジ

★国指定天然記念物：1937年指定

中釜戸地区の観音堂の傍らには、うねる幹と所々のコブが特徴の、イロハカエデの巨木が立っています。突然変異によるものと考えられており、その姿は珍妙ながらも自然が生んだ芸術。紅葉の季節はもちろん、緑で生い茂ったモミジも興味をそそらせます。

いわき市蓬田町中釜戸字裏前117-2
いわき湯本ICから車で約15分
いわき市文化振興課 ☎(0246) 22-7546

足さのぼして

いわなの郷

釣り堀でいわな釣りを楽しみ、そのまま炭火焼きにして食べることができます。釣り竿はレンタルできるので、手ぶらでOK。レストランでは新鮮ないわなの刺身、塩焼きなど、いわな料理を存分に堪能できます。

9:00~16:00 火曜(祝日の場合は翌日)
釣り竿レンタル(エサ付き)200円、釣ったイワナ1kg2,000円
双葉郡川内村大字上川内字炭焼場516 常磐富岡ICから車で約35分
いわなの郷 ☎(0240) 38-3511

足さのぼして

心奪われる 黄色い花の絨毯

北塩原村 雄国沼湿原植物群落
★国指定天然記念物：1957年指定

標高約1100メートルに位置するカルデラ湖の雄国沼。その南西部に広がる湿原には約280種の植物が咲き誇ります。なかでも湿原を覆い尽くす程のニッコウキスゲの群落は見事で、まさに「雄国」の別名である「別天地」そのものです。ニッコウキスゲの見頃は7月上旬まで。

2017年は7月17日(月・祝)まで 片道大人500円・子ども250円
雄国沼平駐車場→雄国沼(金沢峠)シャトルバス運行
雄国沼観光協会 ☎(0241) 32-2349
喜多方観光物産協会 ☎(0241) 24-5200

足さのぼして

猪苗代町 見祿の大石

★国指定天然記念物：1941年指定

磐梯山が明治21年に水蒸気爆発した際、輝石安山岩が泥流に押し流され見祿地区まで運ばれたもの。長さ8.2m、高さ3.1mの巨岩で、重量により年々沈下し、現在露出している部分は3分の2ほどになっています。山上からこの地までの直線距離は約5kmで、泥流の凄まじさを物語っています。

猪苗代町見祿
猪苗代観音堂ICから車で約10分
猪苗代観光協会 ☎(0242) 62-2048

足さのぼして

けんみん友の会

入会金5,000円だけでず〜っとつづく安心

入会随時受付中 (対象地域：福島市・伊達市・伊達郡)

知っておきたい 葬儀に関する Q & A

Q 新盆の親戚に盆提灯を贈りたいのですが、どうすれば良いですか?

A 従来、新盆用の白提灯は故人の家族が購入し、絵柄の入った盆提灯は兄弟や親戚などから贈られています。しかし最近では、住宅事情などを考えて、兄弟や親戚などは盆提灯用に現金を贈り、故人の家族が揃える場合が多くなっていますので、あらかじめ確認しておいた方が良いでしょう。

大小さまざまなご葬儀を皆様のご予算とご希望に合わせて施行する、けんみん葬祭

御山ホール
駐車場 150台
福島市御山字清水尻1-1
R13信夫山トンネル北口

野田ホール
駐車場 60台
福島市野田町6丁目11-34
福島駅西口高湯街道沿い

ここに刻む その日のために

24時間受付対応 年中無休

フリーダイヤル ☎0120-144-566

T960-8252 福島市御山字清水尻1-1 TEL.024-531-2362 FAX.024-531-2361

ファミリーヘルパー (勤労者互助会保険)

月額保険料 500円

給付金例

- 結婚祝い 25,000円
- 出生祝い 15,000円
- 成人・還暦・お子様の小中学校入学・結婚記念など 各 10,000円
- 住宅火災(全焼) ~600,000円
- 死亡・障害 ~500,000円
- 傷病休業 ~30,000円など

お祝い金 お見舞金

詳しくは、資料をご請求ください。受付専用フリーダイヤル ☎0120-655-322 (平日9:00~17:00受付)

一般財団法人 福島県民共済会 〒960-8042 福島市荒町1番21号 協働会館内 TEL 024-521-3392 FAX 024-521-6841

医療扶助保険

福島県内の会社・組合・親睦会など多くの皆さまに加入いただいている医療保険で、団体向けならではのメリットが満載です。なお、事業所の負担する保険料は福利厚生費として計上できます。

日帰り入院から保障 健康状態告知不要(一律口数分) 長期入院も安心

保険料 1口あたり 月額 300円 (満15歳以下の家族は200円)

保障内容 1口あたり 病気入院給付金 日額 2,000円

加入者の要件 ※20名様以上の団体でお申込みください。

契約者 満15歳~満65歳までの方 (全員加入の場合、健康状態を問わず一律口数まで加入いただけます。)

ご家族 0歳~満65歳までの健康な方 (契約者の配偶者、契約者と一緒に生計の子および親)

※最高2口までご加入いただけます。2口加入の場合、入院1日につき4,000円を給付いたします。
※1回の入院日数は最高180日とし、継続入院は最高540日までが対象となります。

あいきょうさい 一般財団法人 福島県民共済会 〒960-8042 福島市荒町1番21号 協働会館内 TEL 024-521-3392 FAX 024-521-6841

ホームページ http://www.i-kyosai.or.jp