ゆうゆうらんど

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

WINTER 2018 vol.124

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、広く県民の皆様に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。

特集

ふくしま文学散歩
～福島を知る。福島で生きる。～

大内宿雪まつり（下郷町）
江戸時代には宿場町として栄えた大内宿。今も往時の茅葺き民家35軒以上が軒を連ねる国指定の重要伝統的建造物群保存地区です。2018年2月10日（土）～2月11日（日・祝）開催の「大内宿雪まつり」では、郷人よさこい、そば食い競争、時代風俗仮装大会などの催しが多数行われます。1日目の夜の、雪灯籠と花火の競演による幻想的な世界は必見です。

あいきょうさい 法律相談会のお知らせ

無料

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
2/20（火）	協働会館（福島市荒町）	あいきょうさい（福島県民共済会）TEL（024）521-3392
3/1（木）	郡山市労働福祉会館	みゅーあい郡山（郡山市勤労者互助会）TEL（024）990-0906
3/4（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

- 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。

より身近な存在を目指す一年に

あけましておめでとうございます。
旧年中は、様々な場面で（一財）福島県民共済会をご利用いただき感謝申し上げます。
私共は、今後の様々な社会の変化や多様性を考慮し、より身近な生活サポート役として、不測の事態に備える特定保険商品「医療保険センチュリーや医療扶助保険等」および「けんみん葬祭」の事業強化を図り、各種カルチャー教室や無料法律相談会・イベント開催等、従来以上に充実した企画でお役に立てるよう努めてまいります。
今年一年、役職員一丸となった取り組みに邁進いたしますので、よろしくお願い申し上げます。

あいきょうさい
一般財団法人 福島県民共済会
理事長　今泉　裕

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　2018年 1月10日（水）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は、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。　※料金はすべて税込みです。

いわき・福島　味噌づくり講習会

自分で仕込むとひと味違います！

食の安全に対する関心が高まる中、毎日の食卓に欠かせないお味噌をご自分で仕込んでみましょう。発酵の具合にもよりますが、8月頃には美味しいお味噌が食べられるようになります。

講　師　内池醸造（株）
内　容　出来上がり約5kgの味噌を仕込みます。
参加費　1,800円（容器付）
準備品　エプロン、三角巾、お手拭き、筆記用具

〈いわき会場〉
日　時　2月10日（土）　10:00～12:00
会　場　いわき市労働福祉会館（いわき市平堂ノ前22）
定　員　30名

申込先　ハッピーワークいわき　TEL（0246）35-6844

〈福島会場〉
日　時　2月17日（土）　13:30～15:30
会　場　A・O・Z（アオウゼ）　調理実習室（MAXふくしま4階）
定　員　30名

申込先　あいきょうさい　TEL（024）521-3392

会員様限定　けんみん友の会会員様は、別途福島会場で味噌づくり講習会を開催いたします。詳細は郵送でご案内いたしますのでご覧ください。

相馬　プロから学ぶ コーヒーの楽しみ方講習会

コーヒー豆の旨味と個性が味わえると通の方に評判のコーノ式ドリッパーを使い、金澤式ハンドドリップでの淹れ方をお教えいたします。今までのものとは全く違う美味しいコーヒーに出会えるでしょう。
講師が丁寧に焙煎したコーヒー豆100gのお土産付きで、人気のある講習会です。

日　時　3月17日（土）
13:30～15:00
会　場　相馬市中央公民館　1階会議室
（相馬市中村字北町55-1）
定　員　30名
参加費　1,800円
講　師　ё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淹れ方のレクチャー
③コーヒーの試飲
準備品　お手拭き、筆記用具

申込先　相馬市勤労者互助会（市商工観光課内）　TEL（0244）37-2154

「けんみん葬祭」の各種行事にご来場いただき、ありがとうございました

2017年、けんみん葬祭では「人形供養」「花市」「野田ホール開場3周年大感謝祭」などを開催し、大勢の皆様にご来場いただきました。また、けんみん友の会の会員様だけが参加できる「味噌づくり講習会」では、受付開始より多数のお申し込みがあり、参加された方々には楽しく味噌の仕込みを体験していただきました。大好評につき、2018年2月にも開催いたします。
今後も、地域の皆様とのつながりを大切にしながら、万が一の心の支えとして歩んでまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

人形供養

皆さまにご満足いただけるご葬儀

けんみん葬祭は、お客さまのさまざまなご要望にお応えいたします。

さまざまな想いをカタチにする
御山ホール

R13信夫山トンネル北口
●駐車場　150台
●福島市御山字清水尻1-1

こころに刻む その日のために
野田ホール

福島駅西口高湯街道沿い
●駐車場　60台
●福島市野田町6丁目11-34

もしもの時のこころの支えに「けんみん友の会」への入会はとてもお得です。

入会金5,000円だけでずっとつづく安心。

例えば
御山ホール1階会場（100名収容）
通常料金　620,000円（税別）
▶ ききょうコース　友の会特別料金　500,000円（税別）
※料金プランは一例で、料金には通夜の費用も含まれます。
※お料理・返礼品などは含まれておりません。

例えば
野田ホール会場（60名収容）
通常料金　615,000円（税別）
▶ 野田ホールプラン　友の会特別料金　495,000円（税別）
※料金には通夜の費用も含まれます。
※お料理・返礼品などは含まれておりません。

けんみん友の会に入会できる方　福島市・伊達市・伊達郡にお住まいの方
会員の範囲　会員本人と同居または同一生計の家族
その他の特典　●花輪料金の割引　●仏壇・仏具価格の割引　●慶弔花輪をお供えとしてサービス　●刊行物の送付、催し物等へのご案内

ご見学・ご相談はいつでもOK! お気軽にお電話ください。
フリーダイヤル 0120-144-566
けんみん葬祭
一般財団法人 福島県民共済会 葬祭事業部

嬉しい 美味しい
低カロリースイーツ

ほうれん草 de 白玉だんご

61 kcal（だんご1個分）

香りや味がまるでよもぎのようで、ほうれん草とは気付かないかも!?
冬が旬のほうれん草は、春に採れるものよりもビタミンCの含有量がぐっと増えますので、たくさん食べましょう♪

材料

4個分
- ほうれん草……2～3束
- 白玉粉……50g
- 水大さじ……2弱
- あずきあん……大さじ1
- きな粉・黒蜜各…小さじ1

作り方

①ほうれん草はゆでて水けを絞り、細かく刻んでペースト状にします。

②白玉粉を袋の上から砕き、①を加えて混ぜます。

③②に少量の水を少しずつ加えながら、耳たぶくらいのかたさになるようにこねます。

④4等分してあんを包み、丸く形を整え、沸騰したたっぷりのお湯でゆでます。浮き上がってきたら1～2分ほどそのままゆでて水に取ります。

⑤好みできな粉と黒蜜をかけます。

冷凍のカットほうれんそうを利用すると、時間短縮になります。

桜の聖母短期大学　市川 優先生

今回のレシピは食物栄養専攻2年生が考案しました。

歯医者さんから教わる
歯の健康

「歯科訪問診療」って何？

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

皆さん、「歯科訪問診療」をご存知ですか？もしかしたら、耳にしたり目にしたりしたことはあるけれど、実際にはどのようなものか知らない、という方が多いのではないでしょうか？

歯科訪問診療はその言葉のごとく**何らかの身体的・精神的理由で歯科診療所に通院できない方に対し、歯科医師、歯科衛生士が自宅や介護施設、病院等を訪問し、歯科診療や専門的口腔ケアを行うもの**です。

どのような方々が対象となるかというと、**在宅等で療養を行っており、疾病、傷病のために通院による歯科診療が困難な方々**です。なお、内科等の他科に通院している方は対象から除かれることがあります。

では、どのようにして歯科訪問診療を依頼したらいいのでしょうか？その方法には以下があります。

- かかりつけ歯科医師あるいは受付に相談
- 地元歯科医師会の事務局に相談
- お住まいの都道府県歯科医師会に相談
- ケアマネジャーや訪問看護師に相談
- 病院の看護師や地域連携室スタッフに相談

歯科訪問診療や在宅歯科医療は健康保険や介護保険を利用することができます。

お口は、食べるためだけではなく、さまざまな役割をしています。お口の健康は全身の健康です。どのような状況にあっても歯科治療が受けられることをお忘れなく。

ふくしま文学散歩
～福島を知る。福島で生きる。～

新年を迎えたこの時期に、改めて福島の誇りを知り、
福島で生きる喜びを感じる本を紹介します。
福島ゆかりの作家に福島の歴史と今を学びながら、
日々の暮らしを充実させていきませんか。

会津執権の栄誉　佐藤 巌太郎

伊達政宗に滅ぼされた会津の名門・芦名家の武将らを描いた短編連作。相次ぐ当主の早世により、男系の嫡流が途絶えた芦名家。当主に婿養子を迎えましたが、それをきっかけに家中に軋轢が生じました。著者は「政宗に勝因があったというより、芦名側に敗因があった。これまで芦名側から戦いを描いた作品はなかったが、名家の凋落は現在の企業の盛衰にも通じる」と、テーマに選びました。簡潔で毅然とした文章から気骨と品性がにじみ出る、新人離れした時代小説です。

著者　佐藤 巌太郎（さとう がんたろう）
1962年福島市生まれ。福島高校卒業後、中央大学法学部に進学し、東京での会社員生活を経て2007年に帰郷。東日本大震災の体験が「命は長く続かない。ペン1本で新人賞を目指そう」と小説を書くきっかけになり、2011年に第91回オール讀物新人賞を受賞し作家デビュー。初の単行本の本作が直木賞候補となりました。2017年、本屋が選ぶ時代小説大賞受賞。

2017年4月20日発行
発行：文藝春秋

四季の公案　玄侑 宗久

梅の花、真夏の雲、秋の紅葉、除夜の鐘の音――。本書では、季節の移ろいの中で「禅的人生」を見つめます。公案とは、禅の修行僧が祖師たちの問答の中から悟りを開くため、与えられる問題（禅問答）のこと。著者は公案を四季の移ろいになぞらえ、四季に寄り添ってゆらぐ自分を風流ととらえて楽しんでほしいと呼びかけています。新年にあたり、そんな生き方を見つめてみるのも一興です。

著者　玄侑 宗久（げんゆう そうきゅう）
1956年三春町に、臨済宗妙心寺派福寿寺の長男として生まれる。安積高校、慶應義塾大学卒業後にさまざまな職業を経験。1986年に福寿寺副住職、2008年に住職となりました。僧職のかたわら執筆活動を続け、2001年に「中陰の花」で芥川賞を受賞。「四季の公案」は、雑誌連載の記事を単行本化したもの。

2011年1月30日発行
発行：佼成出版社

サケが帰ってきた!
福島県木戸川漁協震災復興へのみちのり
奥山 文弥（著）　木戸川漁業協同組合（監修）

震災後、原発事故の影響でサケ漁ができなくなった楢葉町。著者はたびたび町を訪れ、魚や水産に関する知識を活かし復旧・復興に協力してきました。その中でずっと見守ってきたサケのふ化事業、木戸川のサケ漁再開の様子などを本にしようと、ふ化場長の鈴木謙太郎さんを主人公としたノンフィクションを執筆しました。今日までのサケ漁の苦労や復興の経緯を知り、ふるさとにサケが帰ってきた喜びを共有しましょう。

著者　奥山 文弥（おくやま ふみや）
1960年愛知県岡崎市生まれ。北里大学水産学部卒業。専門はサケマス魚類。現在は東京海洋大学客員教授。魚や水産に関するコンサルタント、ジャーナリスト、釣り名人としても活躍しています。本書は木戸川漁協の監修のもと、「木戸川のサケを全国の人に知ってほしい」という思いで執筆。

2017年10月21日発行
発行：小学館

翔びつづける紙飛行機　特技監督 円谷英二伝
鈴木 和幸

須賀川市が生んだ特撮の神様・円谷英二は、少年時代に飛行機乗りを目指していましたが、飛行学校が閉校になり、ひょんなことから映画界入り。やがて空撮の話が舞い込むと、意気揚々とカメラマンとして活躍しました。その後、アメリカ映画『キングコング』に衝撃を受けた円谷は『ゴジラ』を制作、以後も『ウルトラQ』『ウルトラマン』などの名作を次々と生み出しました。ふるさとで飛行機が発着する風景を、円谷は天国からどんなふうに眺めているのでしょうか。

著者　鈴木 和幸（すずき かずゆき）
1959年須賀川市生まれ。安積高校卒業後、専修大学に進学。池袋で上映されていた特撮のリバイバル映画をたまたま観に行ったところ、館内の熱気に圧倒され、ふるさとの生んだ円谷英二の偉大さを再認識。須賀川市に帰郷後、円谷プロダクションの協力を得てその生涯を著しました。

1994年8月24日発行
発行：歴史春秋出版

会津藩 VS 薩摩藩　なぜ秩を分かったのか
星 亮一

戊辰戦争から150年。「長州というと険しい表情になる会津の人から『薩摩憎し』の声はあまり聞こえない。『薩摩にはお世話になった』と穏やかな表情になる」と語る著者が、会津・薩摩の蜜月時代から、薩長同盟成立、そして戊辰戦争後の薩摩藩の寛大な態度、長州藩の非情を追います。「今なお和解の道は険しいが、やはり薩摩を仲介役として話し合うことに道筋がある」という著者の見解に触れましょう。

著者　星 亮一（ほし りょういち）
1935年宮城県仙台市生まれ。福島民報記者時代、会津若松市で「会津若松史」の編纂事業に参加。2005年、戊辰戦争研究会を発足、主宰。会津に関する著作が多数あり、「戊辰戦争とは何だったのか」をテーマに、各地で講演・シンポジウムを開催しています。

2008年7月15日発行
発行：KKベストセラーズ

深呼吸の必要
長田 弘

言葉を深呼吸する。言葉で深呼吸する。そんな必要をおぼえたときに、立ち止まって、必要なだけの言葉を書きとめた」。そう語る著者が、子どもから大人になった分岐点を巡る「あのときかもしれない」9編と、日々の生活で目にする光景にじっと目をこらす「大きな木」24編の中で、気ぜわしい日常でも心の深呼吸をする必要、丁寧に生きることの大切さに気付かせてくれます。作品の言葉から著者の優しさが心に染み渡ります。

著者　長田 弘（おさだ ひろし）
1939年福島市生まれ。福島高校卒業後、早稲田大学在学中に詩誌を創刊。1965年に詩集「われら新鮮な旅人」でデビュー。児童向けの散文詩集「深呼吸の必要」はロングセラーとなり代表作に。没後の2017年2月、氏の全蔵書を集めた「長田弘文庫」が福島県立図書館に開設されました。

1984年3月20日発行
発行：晶文社

あいきょうさいから『事業主さま』や『団体』向けに"うれしい保険"のお知らせです!!

わずかな保険料で幅広い慶弔・お見舞い！
勤労者互助会保険
ファミリーヘルパー

職場の福利厚生に 最適!

月額保険料 500円

※各市町村勤労者互助会・サービスセンターに事業者単位で加入が必要です。別途、入会金・月会費が必要な場合もあります。（各互助会、サービスセンターによって保険料と給付金がことなります。）

給付金例					
A型	お祝い金	結婚祝金	25,000円	お見舞金	住宅災害（火災） ～600,000円
		出生祝金	15,000円		（自然災害） ～200,000円
		成人・還暦・お子様の小中学校入学・銀婚記念 など	各10,000円		死亡・障害（本人） ～500,000円
					死亡 （家族） ～100,000円
					傷病休業 ～30,000円 など

団体ならではの割安保険料で充実の保障！
病気入院保障
医療扶助保険

月額保険料（1口） 300円

●満15歳以下のご家族は200円
※20名様以上の団体申込が必要です。
※ご契約者：満15歳～満65歳までの方。ご家族：0歳～満65歳までの方（契約者の配偶者、契約者と同一生計の子および親）

- 「全員加入」すると健康状態を問わず一律口数まで加入可能！
- 1回の入院は、日帰り入院から180日までの保障なので、長期の入院にも安心！
- 1年更新なので、契約を毎年見直し可能！
- 退職後は健康状態にかかわらず移行型に加入可能！

【保障内容】 1口の場合　月額300円⇒病気入院給付日額2,000円
2口の場合　月額600円⇒病気入院給付日額4,000円

まずは、お気軽にお電話ください
0120-655-322
（平日9：00～17：00受付）

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

大切なお子さまの「もしも」のときに備えて安心！
お手軽な保険料で充実保障！
医療保険
センチュリー

1日わずか 約23円

保障型プラン 月額保険料 700円
0～10才 男女
※契約期間は5年です。11才以上の保険料は5才刻みで設定しており、新規加入は70才まで、最高で80才まで保障します。

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	日帰り入院から保障 ●1日目から180日目まで	ガン・交通事故	1日 6,000円	病気等・不慮の事故	1日 3,000円
手術給付金	●手術の種類に応じて	病気等入院日額の	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	600,000円	病気等・不慮の事故	300,000円
健康祝金		20,000円	※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。		

また、5年後に給付金20万円が受け取れる満期金型プランでも月額保険料は3,900円（0～10才男女）