

ゆ・ゆ・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／今泉 裕
TEL 024-521-3392 FAX 024-521-6841
https://www.i-kyosai.or.jp

Spring 2022

vol. 141

情報紙ゆ・ゆ・らんどは、「あいきょうさい」が会員の皆さまをはじめ、広く県民の皆さまに福島県内の話題や生活に役立つ情報、さらには主催するカルチャー教室や無料法律相談会などをお知らせする情報紙です。



白あんでコーティング!!



焼き上がりました!



おいしいので
ぜひ食べてみてください!



彩りにもこだわりました!

「わ・わ・わ」
[1箱5個入り]2,646円 / [単品]496円
baum labo 樹楽里 TEL 024-537-1170

届け! 広がれ! 笑顔の輪!

ふくしま元氣コラボ

無限の可能性
高校生×企業=∞

企業とのコラボで地域を元気にする
高校生の多彩な取り組みをご紹介します。

第1弾 福島明成高校 × バウムラボ
食品科学科 樹楽里



どの味にするか
悩むなあ...



初めての作業に
ドキドキ...

福島の人を元気にしたいと始まった連携事業

福島県産米を使った米粉のバウムクーヘンを製造・販売するバウムラボ樹楽里と、未来の農業関係者や食品従事者を数多く輩出してきた福島明成高等学校。東日本大震災後、風評被害など震災の影響で元気がなかった福島の人を「元気にしたい」「食べた人を笑顔にしたい」と樹楽里の発案で、食品科学科とのコラボが実現。この連携事業は9年目となりました。バウムクーヘンの材料には明成高校で栽培している米や農産物が使われており、令和3年度はさまざまな「わ」を詰めこんだ「わ・わ・わ」を完成させました。

今回の商品開発には希望する生徒7名が参加。企画の打合せでは、東京2020大会の年だったこともあり、和風の「わ」、人とつながりの「わ」、驚きの「わ」、バウムクーヘンの「わ」など、さまざまな「わ」を詰め込んだ商品にすることが決定しました。何度も試作と試食を重ね、10種類以上の試作品から栗・さつまいも・桃・レモン・ココア味の5種が完成。生徒からは、「なかなか意見がまとまらず大変でしたが、この経験を通してコミュニケーション能力が身に付き、自分の自信にもつながりました」「商品が完成したときの達成感は何にも代え難いものでした」などの声が聞かれました。

「わ」を詰め込んだ商品でいろんな輪が広がった

生徒のアイデアは商品だけでなくパッケージにも反映されており、生徒直筆のイラストが入ったオリジナルのしおりも付いてきます。担当の矢澤亨先生は、生徒が問題意識を持ちどう解決するか、目標達成のためにどのような過程を踏むかという経験や、商品開発の大変さに加え、実店舗での実習では衛生管理などプラスαで学ぶこともあり、毎年実りの多い授業になっていると話します。長年の活動で地域にも定着しており、この連携事業をやりたいと入学する生徒もいるほどだと言います。

この経験を活かして、メンバーの中には将来、パティシエを養成する専門学校への進学や菓子店への就職内定者、さらには樹楽里への就職が決まっている生徒もいるなど、コラボは地域を元気にするだけでなく、生徒の夢も広げています。おいしさはもちろん、彩り豊かで見ると楽しい「わ・わ・わ」。たくさんの思いがバウムクーヘンのように幾重にも重なっていました。

まもり合う安心、ささえあう暮らし。

保険事業
病気やケガ、住宅災害など、
もしもの時に備えた
保険を
ご用意しています。

葬祭事業
故人様にとって
人生最期のメモリアルに
ふさわしいお別れを
お手伝いします。

文化福祉事業
講演会・相談会の開催や
県民の皆様に
役立つ情報を
発信しています。



あいきょうさい
一般財団法人 福島県民共済会

詳しくは▶
フリーダイヤル
0120-655-322

あいきょうさい 検索



ふくしまに、
たくさんの
を。

やってみよう! パズルDEチャンス!

抽選で20名様に図書カードを
プレゼントします。

応募方法

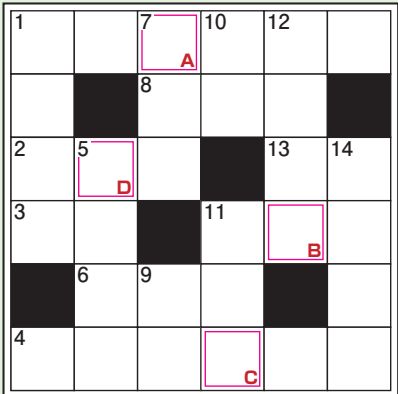
はがきに必要事項を記入し、
下記までお送りください。

- 1 パズルの答え
- 2 「ゆうゆうらんど」へのご意見
- 3 取り上げてほしいテーマ
- 4 住所、氏名、年齢、電話番号

〒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

応募締切:2022年5月10日必着

当選者の発表は賞品の発送をもって
かえさせていただきます。



【問題】全部できたらA～Dを順に並べて
ください。そのことが答えです。

タテのカギ

- 1 小結→○○→大関→横綱
- 5 コレをしたら運転は絶対ダメ
- 7 耐え忍ぶこと。○○○比べ。やせ○○○
- 9 力士が互いに差し合って組み合う形
- 10 ○○→空気○○→電気○○、の順にツライ
- 11 負うた子に教えられて○○○を渡る
- 12 政府や党の方針や手段。ポリシー
- 14 アゴ出汁のアゴはこの魚

ヨコのカギ

- 1 リモコンや電気ストーブに利用される光
- 2 ソムリエはコレの専門家
- 3 全国に43あります
- 4 ワカシ→イナダ→ワラサ→ブリ。成長する魚
- 6 品よく見せる立ち振る舞い
- 8 手術の痛みをなくします
- 11 眠いときに出ちやいます
- 13 ○山、○芋、ふる○、○帰り

子どもたちの元気を応援!



あいきょうさいは、福島県生協連が
原発事故による被災地の子どもたち
や保護者をケアする目的で取り組んで
いる「福島の子ども保養プロジェクト」
を応援しています。

カルチャー教室

参加者募集

2022年4月15日(金)から先着順に受付いたします。(平日9:00～17:00)

あいきょうさいが福島県民の皆さまへの文化福祉事業の一つとして開催しております。あいきょうさい未
加入の方でも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。

福島 リラックスヨガ講習会

ヨガの基本的なポーズをとりながら
深い呼吸でリラックスし、心身のバラ
ンスを整えましょう。どなたでも気軽
にトライできる内容です。



日 時/5月28日(土) 10:30～11:45 (受付10:00～)
会 場/福島県青少年会館 体育館(福島市黒岩字田部屋53-5)

参加費/無料

定 員/20名

講 師/ヨガインストラクター 柳沼 亜美 先生

準備品/ヨガマット、汗拭きタオル、水分補給の飲料

※運動ができる服装でご参加ください。レッスン中は裸足になります。

申込先/あいきょうさい TEL 024-521-3392

ご参加される
みなさまへ

- 新型コロナウイルス感染症拡大の状況により中止する場合があります。
- ホームページをご確認いただき感染症対策にご協力をお願いします。

いわき プリザーブド&アートフラワー講習会

初夏を彩るプリザーブドフラワーの
アレンジとミニリース制作です。
作品は美しい状態で長く楽しめます。



日 時/6月25日(土)
10:00～11:30
(受付9:45～)

会 場/いわき市労働福祉会館(いわき市平堂ノ前22)

参加費/2,000円

定 員/15名

講 師/フラワーアトリエローズメリア主宰 落合 陽子 先生

準備品/キッチンバサミ、木工用ボンド、持ち帰り用袋、筆記用具

申込先/ハッピーワークいわき TEL 0246-35-6844

今後ホームページのみでご案内する教室も予定しています。
ぜひご覧ください。

あいきょうさい

検索

無料

法律相談会

ひとりで悩んでいませんか?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。

事前予約制

開催日	地区	会 場	相 談 申 込 先	
5/24	会津若松	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
6/16	南相馬	ひばり生涯学習センター	南相馬市勤労者互助会(市商工労政課)	TEL 0244-24-5346
6/30	福 島	協働会館	あいきょうさい(一般財団法人福島県民共済会)	TEL 024-521-3392
7/15	喜多方	喜多方市厚生会館	喜多方市勤労者互助会(市商工課)	TEL 0241-24-5233
8/30	郡 山	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
9/ 8	いわき	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 0246-24-2511

●開催時間/10:00～15:00(いわき会場は12:30～15:00) ●相談時間/一人30分以内です。資料があれば持参して当事者本人がご相談ください。

●予約受付/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)に必ずお電話ください(平日 9:00～17:00)。地区外の方も受付いたします。

*予約が無い場合は開催が中止となる場合があります。

さわやかな春日和

ウォーキングで心身ともに健康に

春の花々が咲き誇り、新緑あふれる季節にウォーキングを始めてみませんか?
運動不足解消や健康維持だけでなく、心身のリフレッシュにもつながります。

ウォーキングの正しい歩き方

腕
肩と腕の力を抜いて
軽く握りこぶしを作
り、腕を後ろに引く
ことを意識すると良
いでしょう。

呼吸

鼻から息を吸って腹
をふくらませ口から
息を吐いてお腹をへ
こませ、腹式呼吸を
意識します。



姿勢

猫背にならないよう
背筋を伸ばし正しい
姿勢で、目線はやや
上向きにしましょう。

脚・歩幅

かかとから脚をつい
て、つま先で蹴るよ
うに歩きます。歩幅
を大きくすると下半
身の筋トレの効果も
期待できます。

ウォーキングQ&A

Q ウォーキングで気分転換や リラックス効果を得られるのはなぜ?

30分ほど歩き続けると、精神安定に効果のあるセロトニンとい
うホルモンが分泌されるからです。また酸素を多く取り込むこと
で脳が活性化し、ストレス軽減や気分転換にもつながります。

Q ウォーキングに効果的なのは 食前?食後?

ダイエットが目的の場合は、蓄積された体脂肪が消費されるため
食前が良いとされています。健康や体型維持のためには、食べた
もののエネルギーから消費され、血糖値の上昇を抑える効果もあ
ることから、食後が良いとされています。

※感染症拡大防止に努めながら無理のない範囲で行いましょう。

人形供養

6月26日(日)9時～12時

12時15分からご寺院様よりご供養のご読経、
皆さまよりご焼香を賜ります

会場は御山ホールです

大切なお人形にまごころ込めて

御
供
養
料

●10点まで

1,000円

●11点目から
(何点でも)

2,000円

ぬいぐるみ、お札、お守り、盆提灯、戒名提灯もお引き受け致します

※お人形の装飾用ガラスケース・箱・台座などは、
お引き受けできませんのでお人形本体のみをお持ちください。

●売上金の一部は、福島市「子ども・子育て基金」に寄付いたします●

けんみん葬祭

ご見学・ご相談はいつでもOK! お気軽にお電話ください。一般財団法人福島県民共済会葬祭事業部

フリーダイヤル

0120-144-566

けんみん葬祭

検索

https://www.i-kyosai.or.jp/funeral/

年中無休

24時間受付

- お花即売会 ●引物大特価
- 仕出し屋さんのお弁当
- 福島銘菓販売



お盆用品
展示予約販売会