

いばらき

労働福祉

Vol. 397

2024年3月

一般社団法人 茨城県労働者福祉協議会

目次

2023年度 連合茨城労働相談内訳
地域労福協レポート
健康&食 — アスパラガス —

次号は、5月に発行予定です

写真©国営ひたち海浜公園のネモフィラ 提供/ひたちなか市

茨城県労福協

2023年度 日本難病・疾病団体協議会 (JPA) 国会請願の署名活動

一般社団法人 日本難病・疾病団体協議会 (略称 JPA) が行う「難病・長期慢性疾患・子供の難病対策の推進を求める国会請願」の署名活動は、関係団体の皆さまのご尽力により、大きな成果をあげることができました。この取組の趣旨にご賛同いただき、JPA 国会請願の内容の周知とこれに賛同する署名活動のご協力をいただきました皆様に、心から感謝申し上げます。

日本難病・疾病団体協議会 (JPA) 国会請願の署名活動の結果報告

【集約結果】 署名用紙 4,004枚 署名筆数 24,607筆 (昨年度 3,885枚 28,013筆)

【国会請願のスケジュール】

皆さまの善意 (署名) は茨城県難病連から JPA を通じて国会に届けられ、県内選出の国会議員に紹介議員となっただき衆議院、参議院の採択のうえ内閣へ送付される予定で進みます。

税務に係る研修会の開催

11月13日 (火) 茨城県労働福祉会館において、労福協顧問税理士 峠 修治 氏を講師に迎えて「税務に係る研修会～知って得する税制制度～」を開催しました。

これまでの組合会計の実務研修から、ふるさと納税制度・新 NISA 制度・セルフメディケーション税制など個人にかかわる優遇税制をテーマに据えて実施しました。連合茨城の「税金学校」と趣旨を同じくする事から、連合茨城と県労福協の共催として実施し、県内から 48 名の参加を頂きました。



峠税理士の講義



受講風景

地域労福協 水郡フードドライブ

10月28日 (土) 水郡地区協列島クリーンキャンペーンが常陸大宮市の大宮運動公園で開催されました。当日は悪天候にみまわれましたが、120名を超える清掃ボランティア活動となりました。また、「フードドライブ」が実施され、参加者からカップ麺やレトルト食品などの提供があり、11月9日に県労福協を通して「フードバンク茨城 水戸支部」に 61 kg を超える食料品を寄贈することができました。



フードバンク茨城HP



フードドライブ風景 フードバンク茨城 水戸支部にて

「NPO 法人フードバンク茨城」の活動は左記の URL・QR コードからご覧いただけます。

<https://sites.google.com/site/fbibaraki>

E-mail fb.ibaraki@gmail.com

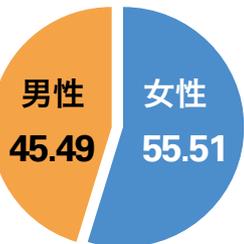
連合茨城

2023年度 連合茨城労働相談内訳



連合茨城は、結成翌年の1990年3月から「なんでも相談ダイヤル」を開設し、働く人の悩みや相談を受け付けており、2023年も多くの労働相談が寄せられました。今回は昨年1年間の労働相談の傾向についてご紹介します。

〈性別〉



単位：%

【2023年度労働相談件数】

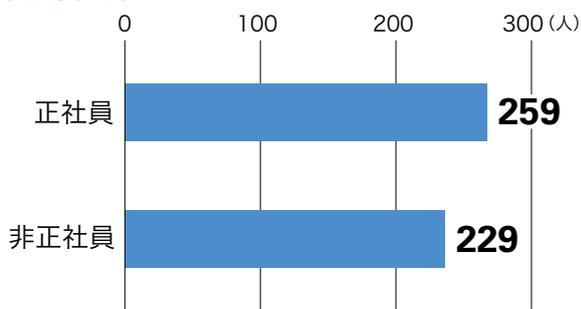
期 間 2023年1月1日～12月31日

相談件数 638件（相談者488人）1日平均1.3件

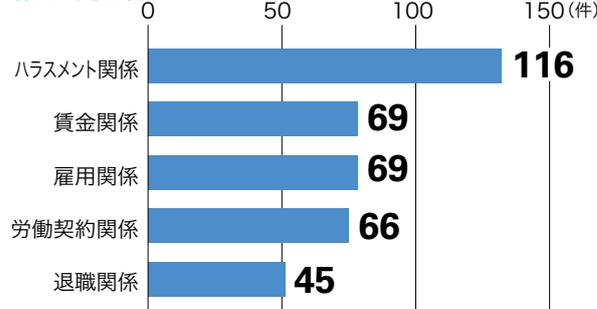
●相談内容

様々な内容の相談が寄せられましたが、ハラスメント関係は毎年多数を占めています。中でも職場での嫌がらせやパワハラに悩まされている方が多く、相談の4件に1件はハラスメントの相談です。

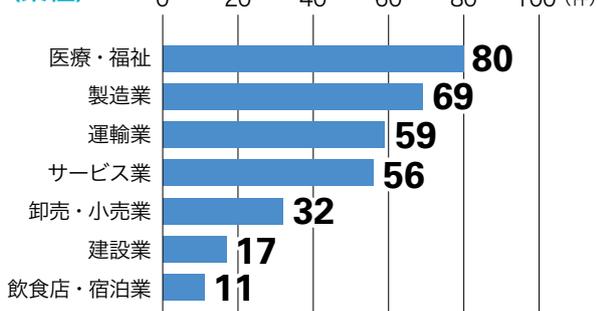
〈雇用形態〉



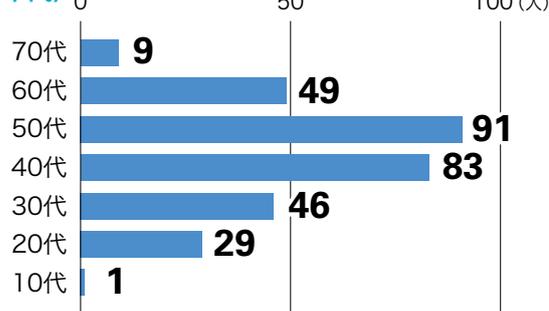
〈相談内容〉



〈業種〉



〈年代〉



●相談者について

この一年間で488人から638件の相談が寄せられました。ここ数年は男性の相談者の割合が若干多く、年代別で見ると、働き盛りの30代～50代が多数を占めていますが、雇用延長に伴って60代からの相談も多くなってきています。相談者の雇用形態を見ると、正社員と非正規社員の割合は、ほぼ同じです。業種別では、人手不足が深刻化している高齢者施設等の医療・福祉関係からの相談が最多となっています。さらに特徴的なのは、トラックドライバーの残業規制等による「2024年問題」に伴う運輸業からの相談が急増しています。



労働のことで困ったら、今すぐお電話ください。
フリーダイヤル いこうよ 連合に
0120-154-052



ROFUKUKYO Area Report

01

地域労福協レポート

下館地域労福協

昨年の5月に新型コロナウイルスの感染症法上の位置付けが「5類」に移行され、下館地域労福協としてはコロナ禍以前の活動に戻りつつある状況です。

5月には筑西市のスプリングフィルズゴルフクラブで県西3地域労福協共同チャリティゴルフ大会を開催しました。下館地域労福協から12名、計36名が参加しました。7月には定期総会を書面議決ではなく通常どおりに開催しました。加盟会員17会員



へら鮎釣り大会の参加者

のうち8会員が出席、委任状が5会員で総会が成立しました。11月には八千代町の筑波流源湖でへら鮎釣り大会を開催しました。参加者は10名で少なかったですが、第63回という伝統的なイベントを再開することができました。2月には会員家族交流会として栃木

県のJAはが野益子観光いちご団地でいちご狩りを開催します。現地集合・現地解散で1時間くらいのイベントですが、約200名が参加する予定です。

今後も会員相互の交流を図りながら、労働福祉の向上に向けた取り組みを展開していきたいと思っておりますので、ご支援ご協力のほどよろしくお願いいたします。

へら鮎がたくさん釣れた!!



02

水戸地域労福協

私たち水戸地域労福協は、全22産別で構成され、福祉団体のろうきん水戸南支店、こくみん共済coop及び生活協同組合パルシステムにも事務局次長として参加いただき、労働者自主福祉活動の普及に努めております。

主に連合水戸地区協との共催で、水戸市の千波湖畔で4月に地域メーデーの式典、10～11月に列島クリーンキャンペーンとして清掃活動を実施しており、いずれも毎回多数の組合員とその家族に

寄附写真
(日赤乳児院)

参加いただいております。また、チャリティーゴルフコンペを毎年開催し、チャリティー金を地域の福祉関係団体等に寄附する活動もしております。

これまで、こども食堂、日本赤十字社茨城県支部乳児院、だれでも食堂、水戸市母子寡婦福祉会などに寄附してまいりました。

冬には、県労福協チャリティボウリング大会の予選を兼ねたボウリング大会を開催し、組合員同士の親睦を深めております。

コロナの影響で活動を縮小していた部分もありますが、5類に移行して半年以上が経過した今、地域に根差した労働者自主福祉活動のより一層の振興に取り組んでまいります。

寄附写真
(だれでも食堂)

〈中央ろうきん〉茨城地区限定

中央労働金庫



預金キャンペーン



実施期間：2024年3月1日～12月30日

対象のお取引 をいただいた方に



サンスター オーラルケアセットをプレゼント！

歯周病対策！
お口の健康に！



先着
1,000名様
限定

【対象のお取引】 新規資金により定期預金を合計 300 万円以上お預け入れ

金利上乘せの定期預金もご用意しております！

詳しくは茨城地区内の〈中央ろうきん〉店舗へお問い合わせください！



※個人のお客様のみを対象とさせていただきます。※キャンペーン期間中に「現金または振込（給与振込を含む）等により、流動性預金（普通預金・貯蓄預金）に入金された資金」または、「他金融機関からのお預け替え」等、新たな資金でのお預け入れが対象となります。なお、流動性預金に入金された資金からのお預け入れについては、キャンペーン期間中におけるお客様の預金残高増加の純増加分のみ対象となります。※預入期間1年以上を条件とさせていただきます。なお、ATMによるお預け入れは対象外となります。※IB金利上乘せ定期預金については、お預け入れ前に〈ろうきん〉職員に事前相談をいただき、新たな資金でのお預け入れであることが確認できる場合、対象となります。※複数回対象要件を満たされた場合も、プレゼントはお一人様1セット限りとなります。※サンスターオーラルケアセットのプレゼントは、茨城地区で先着1,000名様までとなります。また、各店でプレゼントが無くなり次第、キャンペーンは終了となります。※他キャンペーンとの重複適用はできません。※詳しくは、茨城地区内の〈中央ろうきん〉営業店までお問い合わせ下さい。（2024年3月1日現在）

こくみん共済 coop 茨城推進本部

こくみん共済 NEWS
0823W010

住宅・家財の保障が無いとこんなリスクがあります！

① 家が火事になると全額自己負担！？

万が一、自分の家が火事になった場合、火災共済（保険）に加入していないと、被害の全額が自己負担になる可能性があります。「失火責任法」では「火元が重大な過失で発生させた火災でない限り、損害賠償責任を負わなくてもいい」と定められているため、隣家が原因で自分の家が火事になっても、重過失を除いて隣家の人に損害賠償を請求できません。



② 大規模な自然災害による被害からの生活再建が困難に・・・

近年、台風等の風水害が大規模化・頻発化しています。大きな損害をもたらす大地震も、いつ、どこで起こるか分かりません。地震等のような自然災害を受けた場合、「被災者生活支援制度」という公的支援制度がありますが、最大でも300万円までの給付で、十分な支援とは言えません。



住まいる共済 風水害・地震等の自然災害による損害に対して、火災共済だけでは保障が不十分なので、**火災共済・自然災害共済** 自然災害共済もセットでご加入いただくことをおすすめします！
基本保障別付住宅火災共済・自然災害共済・個人賠償責任共済

知っていますか？



「二重ローン問題」

住む家が無くなって住宅ローンは残ります。再建費用を調達するために今あるローンに加え、新しいローンを組むことを二重ローンといいます。阪神・淡路大震災では、約15,000人の被災者が二重ローンを支払う状況になりました。もしも十分な保障を備えていないまま、運悪く火災や大地震に遭遇した場合、同じような問題に直面するかもしれません。

こちらからアクセス！



お住まいの**地盤診断**サービス
地震・液状化・浸水の可能性など、すぐ分かる

住所を入力するだけで、地震・液状化・浸水の可能性など、お住まいの地域の災害リスクが確認できます。また、被災時に備え地盤サポートマップの作成も可能です。



「こくみん共済 coop」は営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、相互扶助の精神にもとづき、組合員の皆さまの安心とゆとりある暮らしに貢献することを目的としています。この趣旨に賛同いただき、出資金を払い込んで居住地または勤務地の共済生協の組合員となることで各種共済制度をご利用いただけます。

こくみん共済
全国労働者共済生活協同組合連合会 coop

茨城推進本部
(茨城県勤労者共済生活協同組合)
〒310-0804 茨城県水戸市白梅1-1-10

・パルシステム茨城 栃木・

健康&食 (No.167)

春が旬の「アスパラガス」

アスパラガスはハウス栽培なども行われるため通年出回っていますが、4月～6月の春先から初夏にかけてが旬の時期です。グリーンアスパラガスはハウス栽培のものが先に旬を迎え、露地栽培のものは5月中旬から6月頃に旬を迎えます。日本で最も収穫量の多いのは北海道です。日本へは江戸時代にオランダから鑑賞用として日本にもたらされましたが、本格的な栽培が始まったのは大正時代からで、欧米への輸出用缶詰に使うホワイトアスパラガスが始まりでした。その後国内でも消費されるようになり、昭和40年代以降はグリーンアスパラガスが主流となりました。アスパラガスの茎は、春の初めのまだ寒さが残る時期に土から出てきます。寒さで擬葉が枯れないように、葉がぴったり付いて守っています。特に、最初に冷たい空気に触れる先端は、葉を何層も重ねて守っています。



●グリーンとホワイトの違いは？

グリーンアスパラガスは、新芽に日光を当てて栽培したもので、日光に当たることで葉緑体が作られ、鮮やかな緑色になります。ホワイトアスパラガスに比べると、シャキシャキとした歯ごたえが強く栄養価が高いのが特徴です。ホワイトアスパラガスは軟白栽培という方法で、日光を遮って育てたものです。日光を遮られているため葉緑体を持たず真っ白な見た目をしています。グリーンアスパラガスに比べると、柔らかく甘みが強いのが特徴です。全体的な栄養価はグリーンアスパラガスに劣りますが、サポニンという成分はホワイトアスパラガスに多く含まれています。

●グリーンアスパラガスの主な栄養素は？

【βカロテン】 必要な量だけ体内でビタミンAに変換するという優れた栄養素で、粘膜を正常に保ち、病気に対する抵抗力を高め、体を守ってくれる働きがあります。

【アスパラギン酸】 アミノ酸の一種で新陳代謝を促し、たんぱく質合成を高める働きをし、疲労回復や滋養強壮に役立ちます。栄養ドリンクに含まれる成分としてもおなじみです。

【ルチン】 ポリフェノールの一種で、血管を丈夫にし、高血圧や動脈硬化などの予防に効果があると言われています。

【葉酸】 赤血球をつくるのに必要な栄養素で、貧血や動脈硬化の予防にも効果が期待できます。また、葉酸はおなかの赤ちゃんの発育に必要な不可欠で、妊娠中や授乳中の女性にとってはとくに重要な栄養素のひとつです。

●調理のコツは？

調理する時は、根元の皮が硬い場合は、削ぎ落とします。アスパラガスは先端に行くほど柔らかいので、茹でる場合は、塩をひとつまみ入れたたっぷりの湯に、根元からゆっくり入れると全体が均一に茹であがります。

◎ アスパラペペロンチーノ

走りの時季のアスパラガスは皮も薄くやわらか！
ピーラーで引いて皮ごと楽しめます。

●材料（2人分） 約15分

グリーンアスパラガス…100g、小エビ…大さじ2、にんにく…1片、塩…適量、こしょう…適量、オリーブオイル…大さじ1と1/2

●作り方

- ①アスパラは穂先を持って茎をピーラーで削り、最後に穂先を切る。ピーラーで削った茎は長さを半分に切って水にさらす。にんにくはみじん切りにする。
- ②フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくと小エビを炒める。香りが立ったらアスパラを加えて強火で炒め合わせ、水（大さじ3）を加えて炒め煮にして、塩・こしょうで味を調えたら出来上がり。



〈ローメモ〉 出始めの時季のアスパラは、やわらかく水分が多いので、根元のかたい部分だけ切り落とせば丸ごと楽しめます。ピーラーで薄く削って、水にさらしてから炒めるとシャキシャキの食感に。

【アスパラに合う簡単ソース】（2人分）

●マスタードソース

マヨネーズ…大さじ1と1/2、白だし…小さじ1/2、水…小さじ1/2、和からし…適量

●アイオリソース

マヨネーズ…大さじ3、オリーブオイル…大さじ1、牛乳…小さじ1、レモン汁…小さじ1/2、おろしニンニク…小さじ1/2、塩・こしょう…少々

漢字クイズ

クイズコーナー 第316回

① 生 → 開 → □ → 見 → 火

② 金 → 汁 → □ → 碎 → 雪

③ 炎 → 重 → □ → 例 → 状

答え
① □ ② □ ③ □

中央の□に漢字を入れて、それぞれ4つの二字熟語を完成させてください。これからの季節に悩まされるあの三文字が答えです。
(連合茨城・大内)

応募方法と条件

- クイズの答え、住所・氏名・お勤めの方は勤務先を明記
- 良かった記事、ご意見・ご要望を一言お願いします
- メール、FAXのご利用も可。
- あて先 〒310-0022 水戸市梅香2-1-39
茨城県労働者福祉協議会 編集委員会あて
メール：ib-roufuku@alpha.ocn.ne.jp
FAX：029-227-2240
- 締切り3月31日(日) 消印有効
- 正解者15名に粗品をお送りします。

第315回 クイズ正解

答え **新 春 来 福**
(四字熟語)

- ①一+米=来 ③日+三+人=春
②立+斤+木=新 ④一+口+田+ネ=福

◆多数の正解者の中から抽選の結果、15名の方に
賞品をお送りします。(敬称略)

秋田 颯一郎 小沢 浩美 菊池 優介 坂本 明美 豊澤 啓雄
穴澤 さとし 岡田 尚子 小嶋 静江 櫻井 美希 根本 剛
石原 一行 柏 優子 近藤 春香 滝田 雅哉 最上 祐宏

女性の入会登録料 **無料** キャンペーン中!
2024年3月末まで

(一社) いばらき出会いサポートセンター
☎029-224-8888

◀◀詳しくはこちら!



ユニオオンの労働相談

相談事例 No.40

Q. 私は1年ごとの契約でパートとして5年働いています。最初は口約束でしたが、会社に「労働条件通知書を出してください」とお願いしたら、翌年の更新時から正式な通知書が出されるようになりました。今年の4月から労働条件明示のルールが変更になるそうですが、どのように変わのでしょうか？

A. 労働基準法第15条は「使用者は、労働契約の締結に際し、労働者に対して賃金、労働時間その他の労働条件を明示しなければならない」と定めており、中でも、重要な事項は書面(労働条件通知書)で明示しなければならないことになっています。しかし、これらの事項だけでは十分でないために、新たな下記のA、B、Cが付け加えられることになっています。

(書面で明示しなければならない項目)

- ①働く期間
(契約期間、試用期間の有無、有期雇用の場合は更新の基準)
○有期契約労働者が契約締結時と更新時に
A. **契約更新上限の有無と内容** (有期契約の通算契約期間又は更新回数の上限)
さらに更新上限を新設・短縮しようとする場合、その理由をあらかじめ説明すること
○有期契約労働者が無期転換ルールに基づく無期転換申込権が発生する契約の更新時に
B. **無期転換申し込み機会、無期転換後の労働条件**
さらに無期転換後の労働条件を決定するにあたり、他の正社員等とのバランスを考慮した事項の説明に努めること
- ②働く場所・仕事内容 (どこでどんな仕事をするのか)
○全ての労働者が労働契約の締結時と有期労働契約の更新時に
C. **就業場所と業務の変更の範囲**
- ③働く時間・休みの日
(就業時間、残業の有無、休憩時間、休日など)
- ④賃金 (賃金の決定、計算と支払いの方法、締め日と支給日)
- ⑤退職に関すること (解雇の事由を含む、辞めるときのきまり)
連合の調査によると、労働条件通知書を「書面で渡された」人の割合は59.9%です。トラブルを防ぐため働き始めるときに必ず書面をもらい、その内容を確認しましょう。

連合茨城無料労働相談 ~安心して働きたい~連合茨城は働くあなたの味方です

●受付: 月~金曜(祝日を除く) 9時~17時半 ●電話: **0120-154-052** (無料)

悩んだときには、まず相談。

くらし何でも相談

ライフサポートセンター いばらき

フリーダイヤル

0120-786-184

窓口開設日時

月~土曜日/AM10:00~PM5:30
祝日・年末年始は休み
※くらしの相談です。(事業の相談はご連絡ください)

相談無料

「ライフサポートいばらき」は、次の団体が運営しています。

県労協協・連合茨城・パルシステム茨城 栃木・日立平和台霊園
中央労働金庫・こくみん共済coop・県労働者福祉基金協会



経験豊かな相談員が対応いたします。

読者の声

◆茨城紹介の龍ヶ崎市の記事が良かったです。龍ヶ崎コロッケが有名なことは知っていましたが、高さ十四メートルの柱の頂上で妙技を披露する撞舞(つくまい)は知りませんでした。ぜひ、生で見たと思います。「龍」の文字が付く地名は余り無いので辰年の今年は、春に「般若院のシダレザクラ」を見に行つて、ご利益に預かりたいと思いました。(日立市I様)

◆健康&食 近年ではおせちを食べることが減ってしまい、子どもが5歳になり、ある程度物事がわかるようになってきたので、伝統文化の勉強のためにおせちについて丁度教えていこうと思っていました。今回、おせちの解説があったので子どもたちと一緒に楽しみながら読ませていただきました。(鹿嶋市K様)

◆新NISAの留意事項がページいっぱい使って詳しく説明されていて、利点とリスクが理解できます。ネット記事では儲かることばかり強調されていて、貯金との違いやリスク管理にあまり触れていないので、きちんと理解したうえで自己判断できる記事は役立ちます。(牛久市O様)

◆ユニオオン労働相談はとても勉強になることが多いです。自営業なので知らないことが多いのですが、娘や義息子達に伝える事ができるので勉強になります。(筑西市T様)

◆漢字クイズの「采」と「春」のパーツの組み合わせ方を初めて知りました。答えが出るまで、とても良い頭の体操が出来ました。(水戸市K様)

◆年明け早々、能登半島地震、航空機事故と不安な年始になりましたが、夏には新紙幣発行、パリオリンピックがあります。これからは良い1年になることを願います。(日立市K様)



旅のガイド・茨城紹介

市誕生 30周年 人が咲くまち。ひたちなか

ひたちなか市は、勝田市、那珂湊市の合併により誕生し、令和6年11月1日に30周年を迎えます。ネモフィラで有名な国営ひたち海浜公園をはじめ、多くの観光スポットがあります。人気のローカル線「湊線」に乗って旅するのもおすすめの楽しみ方です。

ひたちなか海浜鉄道湊線

大正2年に運行を開始した歴史あるローカル線で、レトロな雰囲気が世代を超えて愛されています。勝田駅から終点の阿字ヶ浦駅まで、広大ないも畑や田園風景を眺めながら14.3kmの鉄道旅を楽しめます。



那珂湊おさかな市場

新鮮な魚介類を味わうことのできる魚市場。県内外から年間100万人以上の観光客が訪れます。
ひたちなか市湊本町19-8 最寄駅：那珂湊駅徒歩15分



酒列磯前神社

社殿に向かう約300mの参道の樹叢、海に見える鳥居など、フォトジェニックなパワースポットとして人気です。
ひたちなか市磯崎町4607-2 最寄駅：磯崎駅徒歩10分



ほしいも神社

黄金（ほしいも色）の鳥居が話題の神社。ほしいも生産量日本一を誇る産地ならではのSNS映えスポットです。
ひたちなか市阿字ヶ浦172-2 最寄駅：阿字ヶ浦駅徒歩5分



ひたちなか市のお土産「SHIO_KAZE」



観光協会と市で令和3年度から取り組むお土産品磨き上げプロジェクト。令和5年度で全19商品となりました。

特設HP



ひたちなか市観光振興課 ☎ 029-273-0111 (代表)

※案内作成にあたり、ひたちなか市より記事・写真等ご提供いただきました。

最新情報は
こちらをチェック



Instagram



観光ガイド