

いばらき 労働福祉

一般社団法人 茨城県労働者福祉協議会

Vol. 362
2018年5月

目次

3.8 国際女性デーの取り組み
食の支援活動～フードバンク茨城・水戸支部～
健康&食 —鶏ひき肉—
旅のガイド —神栖市—

労働福祉は奇数月・隔月発行です

写真◎神栖市 風力発電（洋上）

連合茨城

国際女性デー ～バラを配ってアピールしました～



連合茨城は、3 月 8 日女性委員会・青年委員会を中心に水戸駅北口において「女性の尊厳・人権の確保」を表すバラの花を配り市民にアピールしました。

3.8 国際女性デーとは…

1857 年、ニューヨークの被服工場で火災が起き、劣悪な労働環境のもと働いていた女性たちが多数亡くなりました。その後、3 月 8 日に女性たちが低賃金・長時間労働に抗議を行ったことが国際女性デーの起源となっています。現在は、国連で国際女性デーと定められており、世界各地で様々な取り組みが行われています。

県労協

県児童福祉施設協議会
へ寄付をしました

3 月 13 日、同協議会の椿会長（常陸太田市・菅田養徳園長）に、ボウリング大会や地域労協イベント開催時にお預かりしていたチャリティー金 390,840 円を寄付しました。



左から内山会長、椿会長

茨城県内には、児童福祉施設は 18 ケ所有り、約 700 人が生活しています。

子どもの居場所・学習支援・子ども食堂
いばらきネットワーク会議(3 月 18 日)

「子どもの貧困」と呼ばれる社会問題が、多くの子どもに影響を与えています。十分な教育が受けられず、進学や就職が満足に行えない子や、栄養のある食事が不足している子など、多くの子どもが苦しんでいます。

会議には、食事支援や居場所づくり、学習支援を行っている団体、またこれから始めようとする方などが参加され、意見交換が行われました。



unicef
ユニセフのつどい

みてまいてさわってユニセフをしよう!!

読み聞かせ

中研修室 11:00 ～ 11:30

講師：見澤淑恵さん

【プロフィール】

朗読家。さまざまな朗読会、音楽と朗読のコンサートに出演。朗読・読み聞かせの講師として講座・講演会を行う。
放送大学非常勤講師。



ミュージックベル演奏会

演奏者：ミュージックベル 28 ヶ響(ひびき)♪

※福祉施設や地域のイベントで演奏活動をしています。

中研修室 10:30 ～ 10:50

カラーベル体験

(11:30 ～ 12:30)

カラーベルを手にして、いっしょに演奏にチャレンジしてみましょう。



その他イベント

●バルーンアート ●クラフトバンド工作 ●外国コイン仕分け

●日時：2018 年 7 月 1 日(日) 10:00▶12:30(受付:9:30) ●会場：水戸市赤塚ミオス 水戸市赤塚 1-1
●主催：茨城県ユニセフ協会 お申込み・お問合せ ☎ 029-224-3020
●後援：茨城県教育委員会・水戸市教育委員会



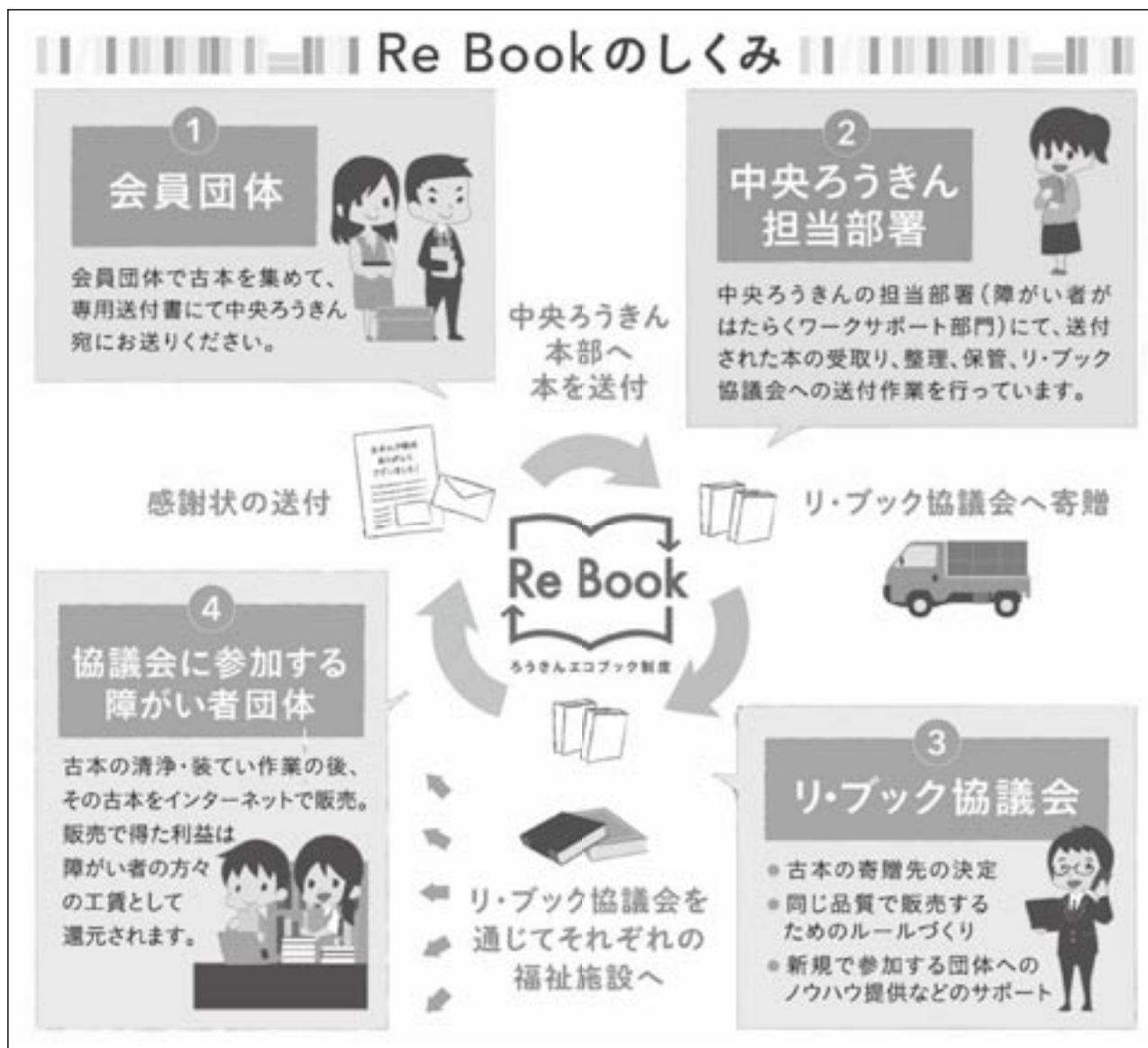
中央労働金庫

ろうきんエコブック制度

「社会貢献をしたいけれど、どうしてよいかわからない…」

そんな会員団体の皆様の活動をサポートするために、中央ろうきんを通じた社会貢献活動「Re Book」をご提案します。

読み終えた本を寄贈することで、障がい者の働く場をつくることができます。



取組み方法

- ① 会員団体の皆様から呼びかけて、古本を集めてください。
- ② 集まった古本をまとめて、中央ろうきん宛にお送りください。
※専用ゆうパック送付書をご利用ください。送料は中央ろうきんが負担します。
※梱包いただく箱については、会員団体にてご用意ください。箱の大きさなどは問いません。
- ③ お送りいただいた古本は、中央ろうきんの担当部署（障がい者がはたらくワークサポート部門）にて本の受取り、整理、保管、リ・ブック協議会への送付作業を行います。
- ④ リ・ブック協議会に参加する福祉施設では、古本を洗浄のうえ装ていを施し、インターネットで販売します。
※販売で得られた利益は、障がい者の方々の工賃として還元されます。

古本の送付について

● 専用送付書について

古本を寄贈する際には、専用ゆうパック送付書をご利用ください。送料は中央ろうきんが負担します。専用送付書のご用命・お問合せ 03-3293-2048（中央労働金庫総合企画部 CSR 企画）

● 集荷方法

集荷には、ゆうパック集荷専用電話番号 0800-0800-111（通話無料）またはお近くの郵便局にご連絡ください。

お問合せは、中央ろうきん茨城県本部へ ☎ 029-221-4181

全労済茨城推進本部

ZENROSAI NEWS

第45回 全労済小学生作品コンクール表彰式開催報告

全労済では「全労済小学生作品コンクール」の実施にともない県表彰式を開催しました。当日は金賞各 6 点・銀賞各 12 点の受賞者のご家族にお越しいただき、盛大に表彰式を開催することができました。また、各都県の金賞作品を対象とした中央コンクールでは、茨城県から 4 名の児童の皆さんが表彰されました。

〈作文の部〉1 年生 成田 葉乃歌（なりた はのか）さん 最優秀賞
 3 年生 木村 蒼汰（きむら そうた）さん 最優秀賞
 6 年生 早瀬 大悟（はやせ だいち）さん 優秀賞
 〈版画の部〉4 年生 小川 栞凜（おがわ かりん）さん 優秀賞



作文を代表朗読する 1 年生の
成田 葉乃歌（なりた はのか）さん



〈作文・版画〉
茨城県知事賞を受賞したお二人



作文の部で受賞された皆さん



版画の部で受賞された皆さん

「全労済地域貢献助成事業」

全労済では豊かで安心できる社会が形成され持続するために、「防災・減災」「環境保全」「子どもの健全育成」の活動を重点分野と位置づけ、たすけあいの輪を広げ、積極的に地域社会へ貢献する活動を展開しています。

2017 年度は茨城県から「逆川こどもエコクラブ」と「見てみよう！常総市の会」が助成事業の対象として選ばれております。

全労済では、様々な助成団体によって、人と人との絆が強まりコミュニティの形成、発展および再生につながることを期待し、今後も継続していきます。



逆川こどもエコクラブ（茨城県）

保障のことなら

全労済

全国労働者生活協同組合連合会

茨城推進本部

〈茨城県労働者生活協同組合連合会〉

〒310-0804 水戸市白旗 1-1-10

08172010

水郡地域労福協



水郡地域労福協は、水郡地域において勤労者福祉を増進するための事業を行っており、勤労者の生活安定と経済的・社会的地位の向上を目的としてボランティア活動やレクリエーションに取り組んでいます。

第 31 回地域労働福祉協議会総会

6 月 27 日(火)に総会を開き、経過報告と活動方針の確認を中心に話し合いました。また、水郡労福協で何かできないか話し合ったところ、バーベキュー大会を開催する案が出ました。

水郡地区バーベキュー大会

10 月 1 日(日)に太子温泉やみぞ(太子町)で計

画しましたが、参加希望者が少なく、開催を見送りました。時期や規模を再検討し、次の開催に向けて取り組んでいます。

水郡地区クリーンキャンペーン

10 月 21 日(土)に大宮運動公園周辺道路及び駐車場にて「水郡地区クリーンキャンペーン」を開催する予定でしたが、連日の悪天候でクリーン活動を予定していたコースの状態が悪く、安全を第一に考え、中止となりました。

水郡労福協ボウリング大会

12 月 5 日(火)に大宮レジャーセンターにて県労福協ボウリング大会の予選を兼ねた「水郡労福協ボウリング大会」を行いました。29 名が参加し、賞品獲得を目指して真剣に、楽しくボウリングを行いました。



地域労福協レポート

下館地域労福協



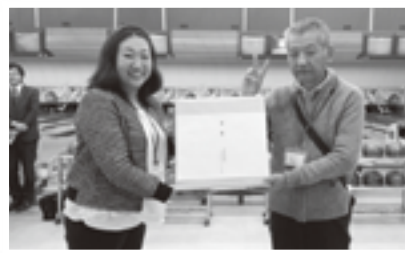
へら鮎釣り大会

下館労福協では、茨城県労福協と連携しながら、地域労福協の活動の強化、スポーツ・文化活動などの取組を実施してまいりました。

2017 年度の活動として、9 月に地域労働者の連携と親睦を深めるための取組みとして「会員家族交流会」を実施し、横浜・中華街にて会員家族の方々と交流を深めることができました。また、11 月には「第 58 回へら鮎釣り大会」が八千代町の流源湖で

開催され 34 名の方が参加し、朝 6 時から 15 時までに釣ったへら鮎の総重量で競い合い、表彰式では仕掛けや釣果などの話で大いに盛り上がることができました。毎年、5 月と 11 月の年 2 回開催をしておりますが、100 回大会を目指して活動を続けていきたいと思ひます。さらに 3 月には「会員交流ボウリング大会」も実施しました。

今後も会員相互の交流を図りながら、地域や職場から労働福祉活動を身近に感じて頂けるような活動を展開してまいりますので、皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



ボウリング大会



健康&食 (No.132)

鶏ひき肉

小さな子ども向けのレシピにも多く用いられる鶏ひき肉。比較的購入しやすく、淡泊な味わいのため、多くの食材と合わせることができます。調理方法や味付けも楽しみが広がります。



●楽しみ広がる

新緑の季節とともに、ますます食の楽しみが広がります。少しの工夫で、チキンナゲットの手づくり挑戦。さめても、ふっくら、柔らかいので行楽弁当にもピッタリ。

●選び方と保存のポイントチェック

空気に触れると傷みやすいため、保存状態にあわせて注意しましょう。一度に使い切れない方は、以前おすすめした『バラ凍結』も良いでしょう。必要な分だけパラパラと出せるので手軽に使うことができます。

●はなまる[®]レシピ

「美味しい食材をより美味しく、みなさんに食べてもらいたい。」という想いを込めてご紹介します。ぜひご家族で実践してみてくださいね！

〈手作りチキンナゲット〉(約20個分)

・材料

- 鶏ひき肉…250g、ブロック状のチーズ…3個
- A {
- ・溶き卵…1/2個分
 - ・おろしにんにく…1/2片分
 - ・小麦粉…大さじ2
 - ・マヨネーズ…大さじ1
 - ・顆粒コンソメ…小さじ1
 - ・塩…小さじ1/6
 - ・こしょう…適宜
- B {
- ・溶き卵…1/2個分
 - ・水…大さじ4
 - ・小麦粉…大さじ3
 - ・油…適量

①解凍したひき肉(150g)とAをポリ袋に入れ、よくもんで混ぜ合わせる。

②①に残りのひき肉と小さめの角切りにしたチーズを加えてざっくりと混ぜ、冷蔵庫で1～2時間休ませる。このとき、食感を残すため、ひき肉は2回に分けて。このときこねすぎないのがポイント。

③ボウルにBを合わせ、泡立て器でよく混ぜ、衣を作る。②のポリ袋の角をはさみで切り、ボウルに1個分ずつしぼり出す。強く押し出さず、やさしく1個分ずつ。

④フライパンに深さ1cm程度の油を入れて弱めの中火にかける。衣の中でフォークを使って軽く形を整え、両面をこんがりと揚げ焼きにする。余分な衣は落とし、ナゲットが浸かるくらいの油で揚げ焼きに。



県内の産直産地とともに

パルシステムの産直産地「農事組合法人八千代産直」(結城郡八千代町)の女性部を講師に、産地の白菜を使ったキムチ作り講習会を開催。切った白菜に唐辛子などの混ぜものをはさみました。

女性部の代表からは「天候に左右される野菜作りですが、生産者は日々頑張って作っています。」とのお話がありました。



生活協同組合パルシステム茨城 ☎ 029-227-2225 (月～金 9:00～17:30)

ろうふく information

ユニオニオンの労働相談

相談事例 No.6

Q. 農業法人で働いて1年になります。主な仕事は野菜の出荷作業ですが、社長から「朝は始業時刻より15分前に来て準備しろ」と言われます。また、昼休みも45分あるのに、お昼を20分位で食べ終わると食休みもなく早速仕事です。当然、忙しい時は夕方の残業もやりますが、8時間を超えても割増がありません。有給休暇もなく、出荷がない時は「明日は休んでくれ」です。このような職場はどう改善すればいいのでしょうか。

A. 契約時間以外で指示を受けた労働(拘束)時間は「時間外」となります。昼休みも同様です。一日たったの15分位だからサービスでいいとはなりません。労働基準法で唯一、残業時間の切捨てが認められているのは「1か月の時間外の合計時間数」で「(1か月の)総残業時間に30分未満の端数がある場合はこれを切捨てる(30分以上の端数は1時間に切上げる)場合」のみです。朝や昼休みの拘束時間は20日間だと、月約12時間にもなります。

いずれにしても、有給休暇が付与されない、時間外勤務の割増がないというのは明らかな労基法違反ですから、皆さんで最寄りの労働基準監督署に相談することをお勧めします。

連台茨城無料労働相談 ～安心して働きたい～連台茨城は働くあなたの味方です

●電話: ☎ (フリーダイヤル) **0120-154-052** ●受付: 月～金曜(祝日を除く) 9時～17時半

コモンズ



サポステ

就職の悩みはサポステに相談しよう!

サポステのことを、もっと知りたい!そんな疑問にお答えします。

Q1. 何事にも自信を持ってないのですが、こんな私でも大丈夫ですか?

大丈夫です!多くの方が同じ不安を抱えています。サポステの来所目的を見ても「働く自信をつけたい」と答えた方が多いのも特徴的です。サポステでのさまざまなサポートプログラムにより、働くことへの自信がついていきます。

Q2. 自分に合う仕事ってあるのか、相談できますか?

何でも相談ください!サポステでは、あなたの希望や状況に合わせて、ご自身に合った仕事が見つかるよう全力でサポートします。「働くことが不安…」という方には、職場体験プログラムもご用意していますので、最寄りのサポステに相談ください。

Q3. 人と話すことが苦手です。グループワークで失敗するの嫌だし…

失敗も大歓迎!初めからうまくいく人なんて、どこにもい

ません。そしてサポステには、失敗を笑う人もいません。失敗は、これからあなたが大きく成長していくための糧となります。

Q4. サポステを利用するとしたら、費用はいくらかかるの?

無料です!(一部除く)キャリアコンサルタントなどによる相談や他の若者支援ネットワーク機関への誘導など、サポステは原則無料で利用できます。

Q5. 働き出したあとも相談にのってくれますか?

就職後の相談もしています!

サポステでは、「職場定着するまで」も全面的にバックアップしています。サポステを利用して就職された皆さんの働き出してからの悩みや不安に対しても、しっかりとサポートしていきます。

いばらき若者サポートステーション【運営主体:特定非営利活動法人茨城 NPO センター・コモンズ】

【問合せ先】TEL 029-300-4570・FAX 029-300-4320 水戸市梅香 2-1-39 茨城県労働福祉会館 2階・3階
メールアドレス saposute@npocommons.org・HP <https://www.ibksaposute.com>

〈対象地域〉水戸市・北茨城市・高萩市・日立市・常陸太田市・常陸大宮市・那珂市・ひたちなか市・笠間市・鉾田市・行方市・鹿嶋市・潮来市・神栖市・大子町・大洗町・城里町・茨城町・東海村にお住まいの方

※ Vol.361 掲載内容に誤りがありましたので、改めてお知らせします。

【県西地区】いばらき県西若者サポートステーション【運営主体:一般社団法人アイネット】

【県南地区】いばらき県南若者サポートステーション【運営主体:一般社団法人アイケイツクば】

編集後記

■「フードバンク水戸支部」をご紹介しました。皆さんもフードドライブの呼びかけを始めてはいかがでしょうか。ボランティア体験もお待ちしております。

■「みらい 安心 プラン」のチラシを作成しました。HP をご覧ください。

漢字クイズ

クイズコーナー 第281回

「あめかんむり」の漢字です。読み方を教えてください。

(連合茨城・中根)

- ①霧 ②霰 ③霞 ④雹
⑤霰 ⑥霽 ⑦雫 ⑧露

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
5. 締切り 5月31日(木) 消印有効 6. 正解者 10名に粗品をお送りします。

第280回 クイズ正解

◆応募総数 37 通

◆当選者 15 名

◆抽選の結果、次の方に賞品をお送りします。(敬称略)

①蟻(あり)

②芋虫(いもむし)

③蚕(かいこ)

④蛾(が)

⑤蜘蛛(くも)

⑥天道虫(てんとうむし)

⑦鍬形虫(くわがたむし)

⑧蝸牛(かたつむり)

⑨蝗螂(かまきり)

(とうろう)

飯塚 恵子 柏 沙織 笹岡 明 菅原 勝則 羽賀 恵司
岩田佳代子 川崎 正志 柴田 尚土 助川 毅 濱野 房美
恩田 嘉之 川又 友子 新家 拓馬 富田 信和 屋岡 崇代

茨城で見つけない、いばらき出会いサポートセンター入会のご案内 センターに入会して、素敵な出会いを見つけよう!

あたらしい出会い/
ステキな出会い/

会員になると…こんな

会員
限定

サービスが受けられます!

1対1での出会いをしたい方にオススメ!

登録会員は約 2,500 人!

センターへ入会して、パートナーを探そう!

各センターの登録会員情報をオンラインで共有しているの、どのセンターでも同様に、登録された会員様の中からお相手を探すことができます!

マッチングシステムで、
あなたにぴったりのお相手を探しましょう。

県内5カ所のセンターで登録会員のパートナー
探しの支援を行っています。

入会登録料は3年間で10,500円です。

約2,500名の会員データの中から、あなたに
ぴったりのパートナーを見つけてみませんか?

Click!

まずは WEB でお試し検索!

●所在地：茨城県水戸市三の丸1-5-38
茨城県三の丸庁舎3階
☎029-224-8888

●営業時間：9:30~17:30(水・木は11:00~19:00)

●昼休み：13:00~14:00



(一社)いばらき出会いサポートセンター
『ふれあいパーティー』

☆ふれあいパーティーは会員外の方も県外の方も独
身であれば申し込みできます。

☆詳しい日程やパーティーへの
申込みについてはセンターの
ホームページをご覧ください。

アドレスはQRコードから

<https://www.ibccnet.com>

～出会いの初めの一歩から～



6/1(金) 水戸	バランスボールサークル 男女各10名 男女3,000円
6/14(木) 水戸	幸せな未来のために学ぼう! 男女各10名 男女3,500円
6/15(金) 水戸	みんなでしゃべらないと! 男女各15名 男女1,000円
6/16(土) 水戸	ざ・飲み会! 男女各6名 男性3,500円/女性3,000円
6/17(日) 水戸	幸せな未来のために学ぼう! 男女各10名 男女3,500円
6/30(土) 水戸	であいパフェス 男女各30名 男女料金未定

読者の声

◆県南はあまりく
わしくないので
すが、いろいろ
見どころがあっ
て行ってみたい
です。

◆(東海村S様)
以前ワーフス
テーション江
戸へ見学に行っ
たことがありま
す。テレビで時
代劇を見るたび
に「もしかして、
ここは？」と思
いながら見てい
ます。

◆(日立市K様)
私の妻がサマ
イモが大好きな
のでよく食卓に
並びます。今回
紹介されていた
鶏ささみとさつ
まいもの治部煮
も作ってもらお
うと思います。

◆(日立市S様)
就職支援や労働
者の権利は情報
がないと行動も
起こせません。
是非、継続的な
情報提供を期待
しています。
(ひたちなか市
丁様)



旅のガイド・茨城紹介

～歴史と対話する 海を楽しむ 未来を感じる 自然に癒される街～ 神栖市

「東国三社」（息栖神社、鹿島神宮、香取神宮）を巡るドライブコースをご案内します

東国三社とは、千葉県北部から茨城県東南部にある神宮二社（鹿島神宮・香取神宮）、神社一社（息栖神社）を指します。三社とも2,000年以上の長い歴史を持ち、古くから人々の信仰を集めてきました。江戸時代には「下参宮参り」と称して、伊勢神宮参拝後にこれら三社を巡拝する慣習が存在したといわれ、東国三社を参拝すると伊勢神宮に一度参拝したのと、同じご利益をいただけると言われます。

鹿島神宮



2600年以上の歴史を誇る鹿島神宮。武甕槌命（タケミカヅチノミコト）が祭られています。神話の中では地上を治めるのに大活躍しました。荘厳な鳥居をくぐると大きな木々が並び、中にはなんとも神秘的な雰囲気が漂っています。広大な境内にはタケミカヅチがナマズの頭を抑えている「要石」などがあり、7不思議なんてお話もあります。また武芸の神様「鹿島大明神」としても有名です。



港公園

鹿島港の中心にある緑豊かな公園です。高さ52mの展望塔は市のシンボルタワー。展望台からは鹿島臨海工業地帯や港を行き来する船などが一望できます。



県道成田・小見川・鹿島港線

車で20分

息栖神社

東国三社のうち他の二社に比べてより静かで趣がある神社が息栖神社です。鹿島と香取に祭られる二神が武神でありその神剣であるのに対して、息栖神社は、武神の乗り物であった「天鳥船命」（あめのとりふねのみこと）というひかえめな存在の神が祭られているせいかもしれません。鹿島と香取の両神宮が、派手で大掛かりな作りなのに対して、息栖神社は「土地の守り神」として親しみがもてる雰囲気を感じます。また井戸がご神体とされているという点からも、より身近に感じることができるでしょう。

香取神宮



香取神宮は、千葉県香取市香取にある神社です。式内社、下総国一宮で、旧社格は官幣大社。日本全国に約400社ある香取神社の総本社として有名です。祭神は経津主大神（ふつぬしのおおかみ）（伊波比主命）。鹿島神宮と同じく、2600年以上の歴史を持つ香取神宮は、共に蝦夷に対する大和朝廷の前線基地として重要視されていました。平安時代に「神宮」の称号で呼ばれていたのは、『延喜式神名帳』によると伊勢神宮・鹿島神宮・香取神宮の三社だけのことです。

ご存知ですか？
奈良県の春日大社の鹿は、鹿島神宮から神様を載せていった鹿の子孫とされています。



●お問合せ：神栖市商工観光課 ☎ 0299-90-1217 神栖市観光協会 ☎ 0479-26-3021

※案内作成にあたり、神栖市商工観光課、神栖市観光協会より写真記事をご提供いただきました。