

虹のなかま

1月号



発行 農林水産省職員生活協同組合
〒107-0052 東京都港区赤坂1-9-13
三会堂ビル

電話 03 (5575) 2261・03 (5575) 2170
FAX 03 (5575) 0089
ホームページ <http://www.nourinseikyoku.jp/>

年頭のごあいさつ

理事長 安藤 孝司

新年あけまして

おめでとうございます。

組合員の皆さまには、ご家族おそろいでよいお正月をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は、当生協に對しまして、特段のご支援ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年は生協法の改正を受けて、あわただしい一年でしたが、おかげさまで定款や規約の改正につきまして、理事会での議論を重ね、昨年5月に開催された通常総代会

において総代の皆さまからご承認をいただき厚生労働省の認可もいただいたところであります。さて、私たち生協や組合員を取り巻く環境はたいへん厳しいものがあります。昨年は組合員の皆さまの給与所得がマイナス入働で大きく減少しましたし、長引く経済不況に加えデフレ経済、円高などによる景気の悪化の影響で、生協の売店事業や指定店供給などの物資供給事業が前年実績よりもさらに減少しています。

こうした状況を変えていくためには新たな物資供給事業の展開が必要となっています。筑波の研究機関等関係者との共同開発により「電子レンジですぐおいも」(クイクススイート)を一昨年から商品化し販売を開始いたしました。また、昨年から新しい取り組みとして、農水省の生産局と協力し組合員への国産黒毛和牛・乳製品の商品販売を通じて、国産農畜産物の消費拡大運動のお手伝いをさせていただきます。本年も「電子レンジですぐおいも」(クイクススイート)の販売促進に取組んでまいりますとともに新商品の開発や、組合員のニーズに沿った共同購入などを積極的に追求していきたいと思っております。

政権が交替し、経済対策も様々な手が打たれているようですが、私たちの生活が向上するまでにはまだまだ時間がかかるのではないのでしょうか。厳しい情勢ではありますが、農林生協の基本理念は変えることなく、引き続き、生協の主人公である組合員の皆さまとご家族の皆さまにとって、なくてはならない生協であり続けるよう努力してまいりますので、今後ともより一層のご利用で支援をよろしくお願い致します。

末筆となりますが、組合員の皆さまとご家族の皆さまのますますのご健勝とご多幸を祈念いたしまして、年頭のごあいさつといたします。



写真提供=連合通信

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願い申し上げます。

〈総務部会〉

- 理事長 安藤 孝司(水産)
- 副理事長 橋岡 明人(大臣官房)
- 副理事長 又川 速雄(中央農研)
- 専務理事 浅井 春夫(常勤)

〈事業部会〉

- 主 査 鈴木 賢太郎(総合食料)
- 副主査 守屋 俊治(大臣官房)
- 有 光 建 依(統計)
- 加 藤 佳 美(生産)
- 栗 栖 伸 行(農村振興)
- 貝 沼 達 也(林野)
- 永 田 博 之(水産)
- 星 野 拓 也(関東農政)

〈筑波部会〉

- 主 査 岩 持 幸 一(消費・安全)
- 副主査 宮 瀬 良 江(総合食料)
- 畠 山 強 輔(生産)
- 宮 川 眞 由 美(経営)
- 稲 垣 正 史(農村振興)
- 久 保 田 次 雄(技術会議)
- 石 塚 富 貴 子(林野)
- 磯 山 智 之(東京農政)
- 上 田 直 子(関東農政)
- 金 田 登 志 郎(横浜植防)
- 大 柿 秀 雄(技会筑波)
- 山 口 弘(環境研)
- 根 本 勝 彦(森林総研)

〈監事会〉

- 代表監事 橋 本 守 布(大臣官房)
- 山 本 正 紀(消費・安全)
- 渡 部 浩 光(経営)
- 古 庄 清 和(林野)
- 富 樫 真 志(水産)

コープクイズの解答時にお寄せいただいたご意見等

- ・毎号楽しみにしています。記事の大きさがもう少し大きくと助かります。
- ・以前は霞が関で「虹のながま」を拝見していました。今は地方勤務ですが楽しみにしています。
- ・政権交代で、これまで積み重ねられた独法合併の話もどうなるのか、生活基盤がないがしろにされていて不安です。
- ・農林生協は事務局が本省外に移転になったりと逆境にさらされて大変だとは思いますが、公務員全体が危機的状況に陥っている今だからこそ、職員の間として、頑張
- ・つて盛り立てて欲しい。
- ・共同購入も活用させていただいています。梅干が気に入っています。
- ・特にガソリン価格の高い地域に住んでおられますので、非常に助かっております。また、コープクイズも昼休み時間中に解けるので、楽しんでおります。
- ・はじめて数独やってみたのですが、以外に面白かったです。ただの「息抜き」以上に力が入ってしまったのは愛敬。
- ・電車通勤なので、暇を利用してクイズを考えるのが楽しみになっていきます。

健康歳時記

低体温症

自分の平熱がどれくらいかご存知ですか？人間は24時間寝ている間さえ体内では様々な代謝が行われています。その代謝の際に発生する熱エネルギーによって私達には体温というものがあるのです。一般的に理想的な体温は36℃〜37℃だと言われています。しかし、近年日本人の平均的な体温が下がってきていて、35℃台の低体温の人が増えているそうです。低体温は

女性に多い傾向でしたが、最近では男性や子供にも低体温が増加傾向にあります。「低体温」というのは、簡単に言えば体の内部が冷えた状態です。そのことにより新陳代謝が鈍くなり、基礎代謝・免疫力などがダウンしてしまうことです。たとえば体温が1℃下がってしまつと、①基礎代謝が12%低下、脂肪を燃焼しにくくなり、太りやすい体質になる。②免疫力は37%低下、免疫力が低下すると、リンパ球の働きが悪くなり、風邪や感染症にかかりやすくなったり、花粉症などのアレルギー

1 症状がでやすくなります。
③ 体内酵素の働きが50%低下、栄養の吸収だけでなく、体温の基になる熱エネルギーの生産力も低下するため、疲れやすくて倦怠感が現れる。など、さまざまな不快な症状や病気を引き起こす原因にもなっています。では、なぜ低体温の人が増えてきているのでしょうか？原因として考えられていることは、日々の食生活や生活習慣・ストレスといわれています。そこで、低体温を改善していくつかの対策を紹介します。

① 食事
朝食は睡眠中に下がった体温を上昇させます。また、新

陳代謝を活発にするビタミン・ミネラルなどの栄養素を意識して摂りましょう。

② 運動
人間の最大の発熱器官は筋肉です。筋肉の7割以上は腰から下にありますが、ウォーキングやスクワットがお薦めです。

③ 入浴
シャワーだけで済ませず湯船に浸かる事が重要です。特に半身浴は全身の血流をよくして、入浴後も体温を高い状態に保ちます。

「冷えは万病の元」ともいわれていますので、生活習慣を見直して体質改善に取り組みましょう。



さつまいも餅

サツマイモとお餅を、電子レンジで簡単調理！

- ＜材料＞
- ・ サツマイモ 1本(150g位)
 - ・ お餅 2〜3個
 - ・ きなこ 適量
 - ・ 砂糖・塩 適量

＜作り方＞

① サツマイモの皮をむき、輪切りに切ったものを水にさらしてアク抜きしておきます。

- ② サツマイモを耐熱皿に並べたものにラップをし、電子レンジで6〜7分程度加熱する。
- ③ 耐熱ボウルに、水にくぐらせた切り餅を入れ、電子レンジで1分程度加熱する。
- ④ ③にサツマイモを入れ、すりこぎでよく混ぜ合わせる。
- ⑤ 手を水で濡らして、ひと口大に丸めたものに、お好みの量の砂糖・塩を混ぜたきなこをまぶすと完成。
- お好みでゴマや黒蜜などをかけてもおおいしく召し上がれます。
- また、電子レンジ調理の場合、クイックスートを使うと、より一層お手の甘さが実感できま

農林水産省職員生活協同組合 指定
— 明確な費用と品質、安心の葬儀 —
 ☎ 0120-60-1121

日本テレビ番組提供 **途中下車** の旅 毎週土曜日 AM9:30~10:30

お花・介護用品・患者移送から お葬儀のことまで
「家族が安心」
 《特別割引特典の会員制度》
 — 品質と経済性 —
ファミリーライフクラブ
 一特にお葬儀(火葬)の50%割引が経済的です—

元 NHK 子役俳優 宮田 修
 ファミリーライフクラブ 家族が安心！だからファミリーライフクラブ

入会金 50,000円のところ **45,000円のみ。**
 農林水産省の皆様へ限り (年会費なし、月々の掛け金なし)

セレモアつくば
 東京都本社 ☎ 03(5379)0111 (大代表) ☐ 八王子本社 ☎ 042(667)1111 (大代表)
 ☐ 立川本社 ☎ 042(534)1111 (大代表) ☐ 埼玉本社 ☎ 049(283)0111 (大代表)

担当：海老澤 孝光

育てよう、ゆたかな未来！ 未来の話をしませんか。
住友生命

未来の担い手の創造力を育みたい。
 家族の将来をもっと安心できるものにしたい。
 明日をちょっといい明日にする
 プロジェクト、はじめました。

住友生命イメージキャラクター 松嶋 菜々子

ゆたかな未来づくりプロジェクト

住友生命保険相互会社
 〒104-8430 東京都中央区築地 7-18-24
 公法人部 担当黒田
 TEL.(03)5550-4793 <http://www.sumitomolife.co.jp>

今月の共同購入

詳細はホームページ（農林生協←検索）で

電子レンジですぐおいも

クイックスイートを専用の調理袋に入れ、電子レンジで5分加熱するだけで、ホクホクの甘い蒸しイモが簡単にできあがります。

品種名 クイックスイート
(独)農研機構作物研究所育成
2.5kg 1890円
(消費税・送料込)
※調理袋10枚付き



べにふうき緑茶ティーバッグ

べにふうき緑茶は、(独)野菜茶業研究所などが研究チームを結成して開発した商品です。「べにふうき」の特徴は、緑茶として飲むときの渋い風味にあります。この渋みにアレルギーを抑制する「メチル化カテキン」が豊富に含まれています。
1袋 640円(税込み)
【3g×20P入り】



今年も農林生協では独立行政法人に係る商品をご案内していきますので、是非ご利用ください。

来月は(独)水産大学校開発の“魚醬商品”の斡旋です。お楽しみに！

【筑波事務室】	室長代理	川島 浩子	部長代理	大迫 和枝	【事業部】	部長代理	白男川 和弘	部長代理	宇梶 仁子	部長代理	菅原 忠	【総務部】	部長代理	須栗 一夫	部長代理	佐藤 勝彦	事務局
---------	------	-------	------	-------	-------	------	--------	------	-------	------	------	-------	------	-------	------	-------	-----

新年おめでとうございませう。
今年も農林生協のご利用を
よろしくお願い申し上げます。



ありがとうございます 農林水産省職員生活協同組合指定

感謝の心を伝える大切な葬儀
東京福祉会が承ります

社会福祉法人 東京福祉会

0120-62-1192 24時間 年中無休
<http://www.fukushikai.com>

練馬区小竹町 江古田斎場
文京区千駄木 道灌山会館
国立市谷保 ホール多摩

西武池袋線「江古田駅」 徒歩3分
JR山手線・東京メトロ千代田線「西日暮里駅」 徒歩7分
JR南武線「谷保駅」 徒歩10分

グループ保険配当金のお知らせ

生協グループ保険の配当金は、12月21日(月)に利用代金自動払込口座に振込みをいたしました。

農林水産省 生協指定店

葬祭業安心度調査で最高格付の「AAA」取得

大成祭典 <http://www.taisei-saiten.co.jp>

「いい葬儀だった…」をお手伝いします

葬儀事前無料相談いつでも承ります
葬祭ディレクターがすべてお手伝いします
24時間いつでも寝台車で迎えします
全国各地へ生花花環を配送します
故人を弊社施設で大切にお預かりします
海洋葬のお手伝いもします

組合員皆様の割引特典

もしもの時は「農水省生協組合員」とお申し出ください

葬儀 40% 割引 東京葬祭センター ☎0120-351-167
直営斎場 使用料特別割引 横浜葬祭センター ☎0120-115-542
花環 10% 割引 希望が丘葬祭センター ☎0120-414-104
貸衣裳 30% 割引

BEST 三井生命

入院にこたえる
手術にこたえる
ガンにこたえる
家族にこたえる
貯蓄にこたえる
変化にこたえる
未来にこたえる

こたえる保険
ベクトルX

三井生命保険株式会社 〒100-8123 東京都千代田区大手町1-2-3 03(3211)6111(代表) <http://www.mitsui-seimei.co.jp/>

掲示板

■新日本石油ガソリン価格

- ・レギュラー 1ℓ 122.85 円
- ・ヴィーゴ 1ℓ 137.55 円
- ・軽油 1ℓ 101.295円
- ・プレミアム軽油 1ℓ 108.645円

(以上税込み価格)

(12月1日給油分より遡って値下げします)

「虹のながま」の発行がない月はHP「農林生協からのお知らせ」でご確認ください。

コープクイズ

	9	3				7	1
		4	1		7	2	
	1			6			3
	8						5
		7		5		6	
	5			2			8
9							1
	7		3		4		2
1	2		9		5		3

ここでちょっとブレイクタイム。ナンバープレース(数独)で気分転換してみてください。

問題
盤面に1~9の数字を縦の列9個、横の列9個、太線で囲まれた3×3のプロック9個のす

べてに重複しないように入れてください。二重枠に入る数字の和はいくつでしょう。

応募方法

答えに所属・氏名・電話番号を添えて、はがき(T107・0052 東京都港区赤坂1-9-13三会堂ビル)又はファックス(03・5575・0089)又は農林生協ホームページの「クイズ等の応募」から応募ください。ご意見も一緒にお寄せいただければ幸いです。

正解者の中から抽選で20名の方に図書カード(500円)をお送りいたします。

応募締め切り
1月27日(水)

前号の正解者101名の中から抽選で次の10名の方に図書カードをお送ります。

編集後記

明けましておめでとうございませう。今年も農林生協のご利用ならびに機関紙「虹のながま」のご愛読をよろしくお願い申し上げます。

前号の正解 11

6	4	2	1	3	9	5	7	8
9	1	3	5	7	8	6	2	4
8	7	5	2	4	6	1	3	9
4	6	7	8	2	5	3	9	1
1	2	9	3	6	4	7	8	5
3	5	8	7	9	1	4	6	2
7	8	4	9	1	3	2	5	6
2	9	6	4	5	7	8	1	3
5	3	1	6	8	2	9	4	7

- ・武田 真吾(統計)
- ・青谷 宏之(生産局)
- ・坂口 剛(消費・安全)
- ・坂西 研二(環境研)
- ・稲岡 隆史(食総研)
- ・杉本 幸雄(北総中央)
- ・谷澤 勇道(北陸農政)
- ・吉田 光郎(東海農政)
- ・塩見 隆昭(近畿農政)
- ・吉竹 正明(中四国農政)

12月の上旬には暖冬の影響か、各地のスキー場で雪不足の為にオープンが遅れましたが、中旬には一変して寒波の襲来により、日本海側では連日大雪に見舞われるなど一気にながまが訪れました。

今年はカナダのバンクーバーで冬季オリンピックが開催されます。フィギュアスケートやスキーマーグル・スピードスケートなどの競技の他にも、メダル獲得を期待されている選手が数多く出場します。まだまだ寒い日が続きますが、ウインタースポーツの盛り上がりを楽しんでいますね。

大野屋からの新しい葬儀スタイルのご提案です。

想う、偲び、送る...お別れは、いま、想送へとかわります。

想いを通わせる、想送の時間と空間。

リコルド田園調布

Hall & Living RICORDO

故人の想い、そして送る方の想いでつくられるお別れのかたち。故人を偲ぶセレモニーホール、我が家のような安らぎの中で故人と過ごすリビングルーム、そして故人への想いを通わせる語り合いのダイニングルーム、一人一人のお別れを大切にしたい。リコルド田園調布は、新しいお別れのかたちをお届けいたします。



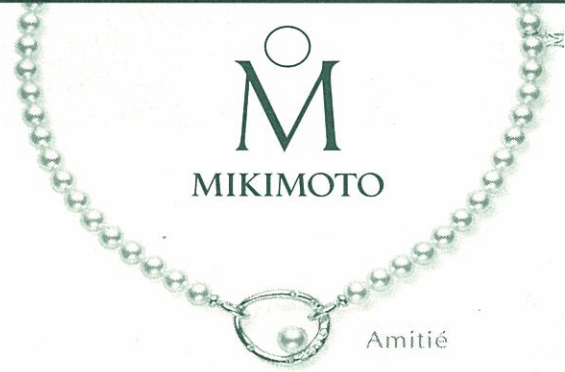
■フューネラルリビング小平



大野屋イメージキャラクター
市田ひろみ

お問い合わせの最初に「農林水産省職員」とお申し出ください。

おまもりアートの大野屋 <http://www.onohoya.co.jp> 都立石町店
大野屋テレホンセンター
〒171-0033 東京都葛飾区高田3-13-2 高田所ビル201号
TEL 0120-02-8888
0120-57-2222



MIKIMOTO

農林生協組合員様限定 特別ご優待

取扱店 ミキモト本店 法人営業課
東京都中央区銀座4-5-5 Telephone 03-3535-4661
営業時間 午前11時~午後7時(水曜定休)

来店ご予約先 ミキモト本店法人営業課 担当・東海林(しょうじ)
*必ずご来店日時をミキモト担当者あてにご予約ください。