

〈ライフサポートセンター〉

# ながの労福協

vol.307

2018年  
3月12日号

お役立ち情報

## 身に覚えの無い ハガキにご注意を!

県内で1,510万円の被害が発生

特集

## 春の花処特集

労福協お薦めの

連載  
シリーズ

地区労福協活動ニュース  
あの店、この店、どんな店

上小労福協  
長野市 清広亭



## 2018年 日本政治の行方を占う

### 労働福祉セミナー開催

1月10日（水）、長野市・ホテル国際21において、県労協主催による労働福祉セミナーを開催しました。講師にはNHK解説主幹の安達宜正氏をお招きし、「2018年日本の政治の行方を占う」と題して講演をいただき、約200名が参加しました。

講演の内容は、2018年正月の政治状況として阿部一強体制の現状と野党分裂の情勢、特に民進党グループの状況・立憲民主党と希望の党の動きなど舞台裏の情報を、平易な言葉でユーモアを交えて分かりやすくお話いただきました。また、政治的な無関心層と投票率低下についての関係を若者の具体例を交えて解説いただき、最後は2018年政治の焦点として、憲法改正論議の行方や参議院選挙と統一地方選挙について述べられました。

衆議院選挙後の混沌とした政治情勢の最中であり、参加者からも非常に興味を持って聞くことができ、タイムリーな内容だった、との感想をいただきました。



## 奨学金の現状を知り、未来を切開く！

### 奨学金問題セミナーを開催

2月17日信州大学工学部国際科学イノベーションセンターにおいて県生協連と共催で、「奨学金の現状を知り、未来を切開く」をテーマとしたセミナーを開催し、約60名の参加がありました。

当日は、中京大学の内 裕和教授より「若者の格差と貧困—奨学金問題から考える」と題した基調講演の後、全国学生生活協連前学生委員長の升本 有紀さんからの「学生生活実態調査と学生向け奨学金アンケートの結果より見える事」とした報告を受けました。

内 裕和教授からは、奨学金の現状や奨学金問題が日本の未来に及ぼす影響等についてわかりやすく説明を頂き、また、升本さんからは、奨学金問題が学生生活の身近な問題になっているかを実例を挙げながら報

告がなされ、出席した皆さんからは、「奨学金への問題点がわかり疑問が解明した」「大学生の生活が想像以上に厳しい生活実態が判った。子供の進学にあたっての参考としたい」などのご意見を頂きました。





上小労働者福祉協議会(上小労福協)は上田市・東御市・小県郡内の労働団体加盟組合員やその家族だけでなく、労働組合のない事業所に働く勤労者への支援を含め、地域勤労者の生活を守る自主的な労働者福祉運動を進めています。

その活動は多岐にわたり、各種イベント・セミナー等の開催や暮らしにかかわる様々な困りごと相談への対応を行っています。

その活動は多岐にわたり、各種イベント・セミナー等の開催や暮らしにかかわる様々な困りごと相談への対応を行っています。

【具体的な活動】

労福協まつり「親子アニメ上映会」

毎年500人を超える入場者があり、入場料収入は地区メーデー時のカンパ金と合わせ、地域の社会福祉団体等に寄付を行っています。

バスツアー

親子のふれあいを目的とした東京ディズニーリゾートツアー(バス7台280名)と、職場の仲間の交流を目的とした大人旅ツアー(バス3台93名)を実施しており、毎年参加者が増加しています。

そば打ち体験教室

秋の恒例行事として開催しており、今年は6グループ17名の参加で実施しました。

生涯生活サポートセミナー

定年退職を間近に控えた方々を対象としたセミナーで今年度は85名の参加がありました。

役員合同研修会

労働団体や労働福祉団体の役員が参考になる活動や事業を学ぶことを目的に開催しています。今年はNPO法人「フードバンク信州」の紹介をしていただきました。

上田市との労政懇談会

上田市の労働行政における勤労者の福祉向上に関する諸施策について意思疎通を図り、勤労者の要望を反映させる目的で毎年開催しています。行政側からは市長をはじめ各担当者に出席いただき、活発な意見交換を行っています。

そのほかに、地区におけるメーデーや勤労者体育大会なども実行委員会をつくり盛大に実施しています。また、イベント案内等の周知は、機関紙「ろうふくきょう」により年間6回程度、毎回3,000部を印刷し配布しています。(上小労福協 山越)



あの店 この店 どんな店

清広亭

カウンターとテーブル席のみの昔ながらの中華食堂ではあるが、味には定評がある。高温・強火で手早く調理するため、素材本来の味を損ねる事無く、注文してから料理が出てくるまでの時間が短いのがこの店の特徴。昼のサービスランチは日替わり定食で、780円(ヤクルト付!!)。お店一押しは、信州味噌4種類、野菜8種類、植物油2種類をブレンドした特製スープが決め手の豆腐味噌ラーメン。春先とは言えまだまだ寒い日には、身体の芯から温めてくれる豆腐味噌ラーメンをお勧め。



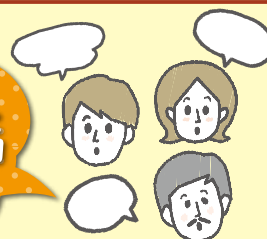
また、夕方からは生ビールセット&紹興酒セットが1000円、酒セット&酎ハイセットが800円のおつまみセットがお得。セットの内訳は各ドリンク1杯+レバニラ+ギョーザ3個orしゅうまい3個。このつまみで酎ハイ1杯では不足、2~3杯(別料金)は飲める。長野駅すぐ近くにあるので、退勤時の電車待ちに良いか!?



清広亭

長野市鶴賀南千歳町832  
☎026-228-2420  
休店日：日曜日  
営業時間：11:30~15:00 17:00~23:00

読者の声



新しい機関紙、おめでとうございます。休日に「和食よし」へ行って、第1回全国丼グランプリで金賞を受賞した「コモロッケ丼」を食べたいです。(長野市)

長野労福協のリニューアルにより、読みやすくなった気がします。(長野市)

労福協の構成組織が9団体もあるのは知りませんでした。リニューアルは読みやすくなった様に思います。今後も楽しみにしています。(安曇野市)

生活お役立ち情報や、くらしなんでも相談など、役立情報がいろいろ載っていてとても良いと思います。(東御市)

今年度は、idecoも契約し、老後の備えを進めているところです。これからもいろいろな情報を提供して下さい。(伊那市)

まちがいががしは、いつもすごい絵ですね。まちがいががしは、時間があるときに楽しく見えています。(大町市)

労福協お薦めの

# 春の花処



## 戸隠森林植物園・水芭蕉(長野市戸隠)

お問合せ 戸隠森林植物園  
TEL 026-254-2200

戸隠神社奥社の入り口にある戸隠森林植物園の50万株にもおよぶ水芭蕉の群落は、花も大きく、また密度も濃いため、目を見張るすばらしさがあります。例年5月の連休以降が見ごろとなります。歩道も完備されており、軽装で高原の水芭蕉を楽しむことができます。また、タイミングが良ければ、戸隠神社中社近くの超有名そば店、「うずら家」で絶品のそばと天ぷらが味わえるかもしれません。



## 大山桜(大町市中綱湖)

お問合せ 大町市観光協会  
TEL 0261-22-0190



仁科三湖の中でも一番小さな中綱湖の湖畔に咲くのはオオヤマザクラ。赤みが濃く湖面全体がピンク色に染まる様子は息を呑む程美しく、カメラマンが集まる人気スポットです。開花は4月下旬。見ごろは5月初旬なので、ゴールデンウィークで楽しめるイチオシのお花見スポットです。

## リンゴの花畑(安曇野市内)

お問合せ 安曇野市観光促進課  
TEL 0263-71-2000

安曇野市内には大きなりんご畑があちこちにあるため、例年5月上旬にまち全体がりんごの白や薄ピンクの花々で彩られます。大型連休中に最盛期を迎え、安曇野市内はフルーティーな甘い香りに包まれているそうです。なお、りんご畑への立ち入りにはくれぐれもご注意ください。間近で楽しみたい!という方は、地元の農家さんにお声かけしてみてください。



## 阿島の大藤(下伊那郡喬木村)

お問合せ たかぎ農村交流センター  
TEL 0265-33-3999



安養寺の境内にあるスポットです。花の谷南信州の初夏のシンボルとしても有名で、4月下旬ころから多くの観光客が訪れます。約1千平方メートルの敷地に12本の藤の木があり、古い木は樹齢約400年にもなります。花の長さは2メートル近くになり、色は紫・白・ピンクの三色。敷地内には花見の宴ができる座敷もあり、ゆっくりと花を堪能することができるのと同時に、夜はライトアップもあり、幻想的な風景が楽しめます。

## はなもも街道(下伊那郡阿智村)

お問合せ 昼神温泉ガイドセンター  
TEL 0265-43-3001

伊那谷と木曾谷を結ぶ国道256号線は「はなもも街道」と呼ばれています。飯田IC周辺から水引の里、天竜峡、伊那谷道中、阿智村、清内路村、南木曾町までの街道沿いに数千本の花桃が植えられ、4月下旬から5月上旬の頃にかけて見頃を迎えます。花桃まつりが催され、まさに「桃源郷」を一目見ようとたくさんの方々を訪れ賑わいます。おすすめのお土産は西尾酒造の「木曾のかけはし 杉酒(そまざけ)」です。にごり酒で、飲みやすいのですが、アルコール度数が高く、飲みすぎに要注意!!



# 特集



この時季、長野県では多くの花々が咲き、絶好の行楽シーズンとなります。県内にいても知らない場所が多いものです。今年は少し足を延ばして、これまで行ったことのないところに、家族や仲間たちと出かけてみてはいかがでしょうか？

県労福協構成団体や地区労福協からの情報を基に、この春お薦めの花見処をご紹介します。

(掲載している写真はあくまでもイメージです。ご了承ください。)

## 黒姫高原の芝桜(上水内郡信濃町)

お問合せ 信州しなの町観光協会  
TEL 026-255-3226

黒姫高原の「芝桜」の特徴は、赤、白、ピンク、紫など五色の芝桜が約30000株植えられており、開花時には花卉のキャンバスを描いたような美しい模様になります。さらに5月中旬頃には、残雪残る黒姫山と八重桜のコラボレーションが楽しめるほか、日本百名山の妙高山の残った雪との風景が一緒に楽しめる所です。また、周辺には、黒姫ハイランドキャンプ場や野尻湖やすらぎの森、俳人小林一茶の記念館などがあります。



## 御衣黄桜(小諸市菱野温泉)

お問合せ 小諸市観光協会  
TEL 0267-22-1234



御衣黄(ぎょいこう)という、八重桜の一種。緑色の花を咲かせる唯一の桜で全国でも珍しい。例年の見頃は5月上旬から中旬で、ソメイヨシノより遅め。標高1000メートルのチェリーパークライン入り口付近で見ることができる。近くにはケーブルカーで露天風呂に行く、菱野温泉「常磐館」があり、日帰り入浴(中学生以上1,000円)も可能。

## 菜の花畑(佐久市瀬戸原)

お問合せ 佐久市観光協会  
TEL 0267-62-3285

佐久市役所の近くに、菜の花畑があります。本来、観光目的ではなく、菜種油を採るためにこの近隣の数件の農家さんが栽培されている場所です。例年GWに最大の見ごろを迎え、五月晴れの青空、北に浅間山、南に八ヶ岳の残雪と満開の菜の花の色彩が絶好のインスタ映えするロケーションとなっています。GWには近くの千曲川河川敷でバルーンフェスティバルや佐久鯉祭りも開かれ多くの人で賑わっています。



## 高ボッチ高原(塩尻市片丘)

お問合せ (一社)塩尻市観光協会  
TEL 0263-54-2001

塩尻市にある標高1665mの高ボッチ高原。ここからは北アルプスと富士山の両方を眺めることができます。特に、諏訪湖越しに富士山を望む光景は絶景です。毎年6月中旬頃に、約30万本とも言われる「レンゲツツジ」が一斉に花を咲かせ、高原一面を真っ赤に染めます。また、塩尻と言ったら信州桔梗ヶ原で育ったワインと塩尻が誇るB級グルメの山賊焼!自然とお腹の両方を堪能してはいかがでしょうか？



## 伊那梅園(上伊那郡箕輪町)

お問合せ 伊那梅園総合案内テレフォンサービス  
TEL 0265-70-5587

中央アルプスを背景に総面積2万坪以上の広大な土地に、紅梅、白梅など38種7000本の梅が植えられています。また、2000本のしだれ桃や八重桜、サルスベリ、黄色のレンギョウなどが色鮮やかに咲き乱れます。展望台からの眺めはまさに花園、その一言に尽きるかと思えます。また上伊那地域は、南信州を代表するB級グルメのソースかつ丼、ローメンが有名です。どの店もおいしく、味に甲乙つけがたいため、自分好みの味を見つけるために、B級グルメのはしごは如何ですか。



# 身に覚えのないハガキにご注意を!

## 県内で1,510万円の被害が発生

特殊詐欺の手口は、時期によって全く違う傾向を見せます。昨年1月は1件だった「ハガキによる架空請求詐欺の相談件数」が、今年1月は130件を超えました。

長野県警察本部生活安全企画課から、ハガキによる架空請求詐欺被害の注意喚起がありました。



### 具体的な事例相談

今年1月上旬、長野市内の70歳代女性宅に、「総合消費料金未納分訴訟最終通知書」と記載されたハガキが届き、女性がハガキに記載された電話番号に電話をしたところ、「民事訴訟管理センター職員」を名乗る男から、弁護士の連絡先を教えられました。

女性が教えられた連絡先に電話をしたところ、弁護士を名乗る男から、「訴訟を取り下げるには、10万円の弁済供託金が必要だ」と言われ、長野市のコンビニエンスストアにおいて収納代行サービスを利用し、10万円を支払いました。

その後も、弁護士を名乗る男や債権回収業者を名乗る男から支払いを要求され、東京都と埼玉県のある住所に、2回にわたって1,500万円を宅配便で送り、被害に遭いました。

### 昨年末から県内の不特定多数の方へ

#### 「総合消費料金未納分訴訟通知書」「民事訴訟通告書」等と題する

- ・ 訴訟手続きが裁判所で受理された
- ・ 連絡がない場合は、原告の要求内容の判決が下される
- ・ 判決後は財産が差し押さえられる

などと記載されたハガキが届いています。



**これは詐欺のハガキです。  
記載された番号に電話せず、絶対に無視してください!!**

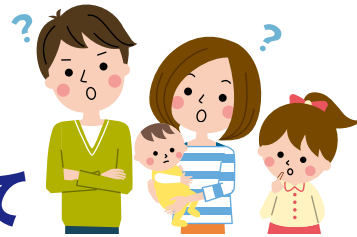
県内の消費生活センターにも、同種の相談が寄せられています。民事訴訟管理センターのほかにも、「法務省管理組合消費者トラブル総合センター」「消費者トラブル総合窓口」などの名前もつかわれています。

不安な場合は、消費者ホットライン 118（お近くの消費生活センターへつながります）、または #9110 警察相談専用ダイヤルにお電話ください。

# くらしなんでも 相談73



山口 正人  
社労士



## 働き方改革での副業・兼業について



働き方改革によって、副業・兼業ができるようになるそうですが、労働時間が増えて、逆に働きすぎになるのではないのでしょうか。



### 労働時間管理と社会保険関係で注意する必要があります。

政府の副業・兼業の促進に関するガイドラインを一部要約して紹介します。

#### I 現状

副業・兼業を希望する者は年々増加傾向にある。多くの企業は自社の業務への専念が削がれることや情報漏洩を理由に就業規則で副業・兼業を禁止している。

労働者が労働時間以外の時間をどう使うかは、基本的に労働者の自由であり、企業がそれを制限するのは労務提供上の支障がある場合や利益を害する場合であると考えられる。

#### II メリット

離職せずに他の職に就くことが可能になり、スキルや経験を得て労働者が主体的にキャリアを形成できる。

自分がやりたいことに挑戦でき、自己実現を追求することができる。

所得が増加する。

将来の起業・転職に向けた準備ができる。

#### III 留意点

就業時間が長くなる可能性がある。

職務専念義務、秘密保守義務、競業禁止義務を意識する必要がある。

1週間の所定労働時間が短い業務を行う複数の事業場で行う場合は、雇用保険の適用がない。

副業・兼業を希望する者は確かに多いのかもしれませんが、企業の副業・兼業禁止条文がそれを阻んでいる

としていますが、労働者の職務専念義務が削がれてしまうことが心配です。仕事以外は労働者の自由時間ですが、休息や私的な時間に充てるのが自然な考え方です。その自由時間を犠牲にして労働する者は金銭的な必要性によることが多いのではないのでしょうか。確かに副業・兼業は働きすぎになる可能性を含んでいます。

メリットでは、所得増加とともに労働者のスキルアップ、キャリア形成、自己実現、起業などを挙げていますが、労働者目線の現実から離れていると思います。

副業・兼業によって労働した時間外労働の割増賃金については、労基法38条2で規定されています。2以上の事業場で勤務する場合、それぞれの事業場の労働時間は通算され、その通算した時間が法定労働時間（1日8時間）を超えると時間外労働となり、割増賃金の支払い義務が生じます。多くは2番目の事業場で支払うことが考えられますが、その場合1番目の事業場の労働時間をどのように把握し算定するのか、長時間労働に伴う健康管理は労働者任せでいいのか、企業の安全配慮義務はどうなるのかなど、実務上の課題が山積みです。

雇用保険では、異なる事業場の労働時間は通算されませんので、複数の各事業場で週20時間未満である場合、雇用保険に加入できません。

社会保険では、20時間以上で2つ以上の事業場で働く場合、企業の規模によっては、それぞれの事業場の報酬を合算して社会保険料が決定されます。

働き方改革では、この他に時間外労働の限度基準上限設定による長時間労働削減が掲げられていますが、一方で裁量労働制の拡大によって時間外労働規制が緩められようとしています。

働き方改革の今後の動向に注目してください。

くらし・なんでも相談  
**（ほっとダイヤル）** 無料

お電話で  
フリーダイヤル  
無料相談

0120-39-6029

毎月第2土曜日【専門家】  
平日【相談アドバイザー】

相談時間  
10:00~16:00

一人で悩んでいないで、  
まずはご相談ください。

弁護士 司法書士 社会保険労務士

※個人情報厳守いたします。安心してご相談ください。

相談したいけどなかなか話せない…。そんな悩みや不安を解決するために、相談アドバイザーや専門家に対応します。

ご家族で  
楽しむ

# 8個のまちがいはがし

応募締切り  
4月10日



下に並んだ二枚の絵を見比べて違っている箇所を8個探して下さい。日頃使わない脳への刺激になるかと思ひます。

1 2 3 4 5 1 2 3 4 5



(画:ろうきん 西澤 修氏)

いずれの方法による応募の場合も次の項目を必ずご記入ください。

- クイズの答え(8個)
- 労福協の機関紙に対する意見・要望を何か一言。
- 住所・氏名・年齢・性別・所属団体(単組名)又は勤務先。

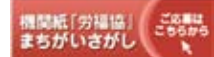
## ★プレゼントの応募方法

### その1 ホームページからのご応募

<http://www.lsc-nagano.or.jp/>



QRコードはこちら



←長野県労福協のホームページ下の  
こちらのバナーからご応募ください。

### その2 FAXからのご応募

次のFAX番号から  
お申込みください **FAX番号026(232)6672**

### その3 官製はがきでのご応募

〒380-8710 長野市立町978-2 労済会館内  
一般社団法人 長野県労働者福祉協議会までご応募ください

## まちがいはがし前回の正解は

2018年1月1日第306号



当選者

〈図書カード 5,000円〉 1名

川村いづみ(大町市)

〈図書カード 1,000円〉 10名

- 池田 彩乃(岡谷市) 高森 孝(千曲市)
- 川浦 昇(長野市) 下平 禅(伊那市)
- 林田 信仁(飯島町) 月原 基晴(須坂市)
- 羽田さとみ(坂城町) 飯島 好文(長野市)
- 垣内恵美子(松本市) 澁谷恵里子(小諸市)

## リニューアル記念クイズ

当選者 〈クオカード 1,000円〉 5名

- 阿久津裕司(諏訪市) 安田 久子(大町市) 小澤 英治(辰野町)
- 玉城真理子(長野市) 小野 友美(阿智村)

## 正解者の中から抽選で5名の方に図書カード(1,000円分)をプレゼント

## 日々是好日

例年にならない厳しい寒さも緩み始め、春の日差しが日々強くなってきているのを感じる頃となりました。気候で春を感じるだけでなく、目に入る事象でも春を感じることがあります。▼その一つとして、ある魚が獲れるようになったり、または旬を迎えると「お！春がきたな・・・」と感じさせてくれることがあります。この魚を「春告魚(はるつげうお)」と呼ぶことがあります。

▼一昔前は産卵のために群れで集まる「鯀(にしん)」のことを指していましたが、急激に漁獲高が減り、国内での鯀漁がほとんど無くなり、それに代わって現在は「眼張(メバル)」が春告魚の代表格となっています。筍の出る季節にのびしくなるといわれ、3月から5月頃に多く出回り、煮つけにすると格別です。▼また、地域によって春告魚の種類が異なります。鯀や眼張は、北日本、東日本の代表格ですが、西日本になると「鱒(さわら)」になります。「魚」偏に「春」と書くように、春に旬を迎え、春の訪れを知らせる魚です。また鱒は、成長とともに名前が変わる出世魚で、サゴチ、ナギ、サワラと名前が変わり、縁起の良い魚とされています。これ以外でも兵庫県は玉筋魚、伊豆諸島の浜飛魚、富山の蛸烏賊なども春告魚と呼ばれます。▼さて、この時期労働団体では賃上げ・労働条件改善に向けて「春闘」が山場を迎えています。市場経済は好調のようですが、我々の懐具合は寒いまま冬の季節が続いており、ここはひとつ労働団体に頑張ってもらって、全国民の心沸き立つ「春騰」になってもらいたいですし、決して「春凍」とならないよう願っています。(雅)

