

〈ライフサポートセンター〉

ながの労福協

お役立ち情報

信州まるごと 健康チャレンジ2022

vol.333

2022年
7月15日号

特集

意外と知らない
信州のこれが日本一

連載
シリーズ

県労福協構成団体だより
あの店、この店、どんな店

ろうきん上田支店
中野市 居酒屋 花茶屋



一般社団法人長野県労働者福祉協議会 第63回定時社員総会を開催 「連帯・協働でつくる安心・共生の福祉社会」を目指し活動を進めます!

6月16日長野市内において第63回定時社員総会を開催し、2022年度の活動方針と予算案が決定されました。2022年度の活動は、ポストコロナ社会を見据えた運動を前進するために、中央労福協と連携した社会運動を積極的に展開していくとともに、「県労福協と地区労福協の在り方」を計画に沿って進めていきます。また、支援を必要としている勤労者や生活者の支援を県労福協、構成団体、地区労福協が一体となり、「助け合い・支え合い」を社会に根付かせ、多様で重層的なセーフティーネット構築にむけ活動していくことが確認されました。

今回の総会で2022年度・2023年度の役員体制が承認され、新たに4名の方が就任しました。今後の県労福協の活動に対し、更なるご支援・ご協力をお願いいたします。



2022年度 役員名簿

2022年6月16日現在

役職名	氏名	選出団体
理事長	中山 千弘	連合長野
副理事長	小池 政和	労働金庫
副理事長	村山 智彦	こくみん共済 coop
専務理事	三好 雅彦	連合長野
常務理事	保科 正宏	労働金庫
理事	根橋美津人	連合長野
理事	西澤 忠司	連合長野
理事	小松 豊	連合長野
理事	喜多 英之	県労組会議
理事	細尾 俊彦	県労連
理事(新任)	西澤 順一	労働金庫
理事	大好 博巳	こくみん共済 coop
理事	関 佳之	生協連
理事	浅田 道憲	住宅生協
理事	三井 正二	県勤労協
理事	原田 美登	県退連
理事	柳澤 修嗣	員外: 長野県暮らしサポートセンター
理事	北山 聡	員外: 北信ブロック
理事	下村 敬貴	員外: 東信ブロック
理事	古田 伸一	員外: 中信ブロック
理事(新任)	倉田 奨	員外: 南信ブロック
主任監事(新任)	宮沢 彰	労働金庫
監事(新任)	田中 剛	こくみん共済 coop
監事	太田 栄一	生協連

<役員退任者> 西村良隆理事(労働金庫) 入谷直文理事(員外)
小根澤仁監事(こくみん共済 coop)

コロナに負けない「こども応援プロジェクト」夏の食料支援実施中!

募集期間 2022年7月1日~7月29日

県労福協では、昨年に引き続き、新型コロナウイルスの影響により生活が困窮し深刻な状態が続いている家庭を支援するフードバンク信州のコロナに負けない「こども応援プロジェクト」に取り組みます。

昨年の夏冬の取組みでは、多くの企業や団体、市民の皆様より県労福協に対して1,000kgを超える食料品を寄贈いただきあらためて感謝申し上げます。

給食のない長期休暇中に、十分に食べられない子供たちの食事をサポートし、健やかな成長を支援するため、県内経済4団体や地区労福協と連携して、食糧支援に取り組めます。多くの企業や団体、市民の皆様のご支援ご協力をお願いいたします。

詳細は県労福協HP(<https://www.lsc-nagano.or.jp>)をご覧ください。県労福協(☎026-232-6667)までお問い合わせください。

フードバンク信州
「こども応援プロジェクト」

夏の支援強化月間

募集期間 7月1日(金)~7月29日(金)

食料品の寄贈を募ります

フードバンク信州では、夏にコロナの影響で深刻な影響が出ているご家庭が増えている中、食料が不足している家庭を支援するため、今年度も「こども応援プロジェクト」事業に取り組んでいます。特に夏休み中の食料支援のため、多くの皆さまのご支援・ご協力をお願いいたします。

提供いただきたい食品

- 米(令和2、3年産)
- 缶詰・瓶詰等の保存食品
- インスタント・レトルト食品
- 菓子類、調味料
- 防災用品

未開封で、賞味期限が1ヵ月以上あるもの

◆裏面の各取集場所にお持ちください◆

強化月間支援活動参加団体

- 県内経済4団体
- 長野県労働者福祉協議会
- 長野県労働組合連合会
- 長野県労働組合協議会
- 長野県労働組合協議会
- 長野県労働組合協議会

事務局 一般社団法人 長野県労働者福祉協議会
〒380-8710 長野市立町978-2 労済会館2F
電話:026-232-6667 FAX:026-232-6672 メール:info@lsc-nagano.or.jp

2022年度 長野県勤労者体育大会県大会中止のお知らせ

10月に県大会の開催に向け準備を進めておりましたが、新型コロナウイルス感染症拡大が見通せない状況を鑑み、昨年に引き続き全ての種目において県大会を中止致します。

来年度は新型コロナウイルス感染症が落ち着き、多くの選手の皆様が参加される大会ができることを希求しています。また、盛大な大会が開催できるよう多くの皆様のご参加をお待ちしております。

長野ろうきん 上田支店



ろうきん上田支店は、街のシンボルである上田城を核とした上田城址公園のお膝元に位置しております。公園の桜はその数1,000本といわれ、咲き誇る春には多くの観光客で賑わいます。営業エリアは上田市の他、東御市、青木村の2市1村。98会員、間接構成員は約18,000人となっており、連日多くのお客様にご来店・ご利用いただいています。

併設のローンセンターは土日営業しておりますので、お休みの日にゆっくりとご相談いただくことが可能です。駐車場も広々としておりますので、お気軽にご来店ください。

上小労働者福祉協議会との連携においては、住宅不動産フェアを開催いたしました。同フェアは16回を数える歴史あ



るイベントで、労福協とろうきんの強い連携を象徴したものです。ろうきん業者会の会員に協力いただき住宅メーカー10社と不動産業者7社が出演され、資金計画や登記に関する講演、親子チョコレートづくり体験教室なども開催し、家づくりに関心のある多くのお客様の来場がありました。また、地域福祉還元として寄付を行っており、今年度は社会福祉法人カルディア会「上田いずみ園」に運動教具を寄贈しております。寄贈先候補の選定は福祉事業団体が担当しており、今年度はろうきん上田支店が担当する予定です。

コロナ禍での制約が続いておりますが、福祉事業団体としての役割発揮のため、これからも上小労働者福祉協議会と連携し活動してまいります。



あの店 この店 どんな店

中野市『居酒屋 花茶屋』

中野市には5月の末から見頃になる薔薇や日本全国にファンがいる土雛、食べ物と言えばシャインマスカットやりんごなどの色んな特産品も有名だが、グルメと言えば「信州つけ焼きそば」がある。市内の一部食堂で食べる事ができるが、長野電鉄信州中野駅



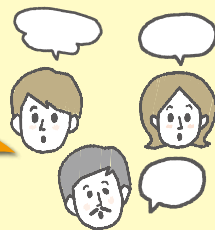
から徒歩一分の所にある、ここ「花茶屋」では昔ながらのお店の雰囲気、気さくな店主の元、タレを絡めて食べるつけ焼きそばはお酒のおつまみとしても、食事としても満足できる一品。店ごとの味も具材も違うので、中野市に来た際はつけ焼きそばの食べ歩きも楽しいかも。他にも、店主お勧めの中野市でしか味わえない「黒アワビ茸」を使用した黒アワビ茸のチーズ焼きやおひたし、絶品のから揚げなどメニューも豊富なので是非、ご賞味あれ!!

「居酒屋 花茶屋」

長野県中野市西1丁目5-68
営業時間／17：00～22：00
定休日／日曜
☎0120-158-748



読者の声



今回は社会への扉でクレジットカードについて特集されており勉強になりました。リボ払いについて詳しく書かれており役に立つ情報でした。(北安曇郡松川村)

あの店この店どんな店で地元のお店が紹介されていて嬉しく思いました。今度行ってみたいと思います。(飯田市)

最後の間違い探しいつも楽しく回答しています。その他、あの店この店どんな店コーナーも楽しみにしていて、行ってみたいお店が増えました!(長野市)

焼き肉コキンギョ、行った事がないので行ってみたいです。千曲市は少し遠いですが毎月の月かどんなものか見てみたいですね。これからも、色々な風景を紹介してください。(飯田市)

いろいろな情報がコンパクトにまとまっていて毎号楽しく拝見しています。応募は初です。(諏訪市)

- ・日本一高い所にある普通鉄道の駅 野辺山駅 海拔1,346m <Wikipedia>
- ・『明通トンネル』は、日本最古の国道トンネル <道の相談室（国土交通省）>
- ・博物館・美術館の数 日本一！ <平成30年度社会教育調査統計表（文部科学省）>
- ・日本一空に近い美術館「美ヶ原高原美術館」&日本一空に近い道の駅「道の駅 美ヶ原高原」 <長野県HP>
- ・3,000m峰の数 日本一！ <長野県観光部山岳高原観光課調べ>
- ・日本百名山の数 日本一！ <長野県観光部山岳高原観光課調べ>
- ・温泉を利用した公衆浴場数 日本一 <令和元年度温泉利用状況（環境省）>
- ・日本一大きな直径64mの大型パラボラアンテナJAXA 臼田宇宙空間観測所 <長野県HP>
- ・国立天文台野辺山宇宙電波観測所の電波望遠鏡は世界最大級の単一鏡型電波望遠鏡 <国立天文台HP>
- ・阿智村は、日本一美しいと言われている星空が有名です。2006年に環境省は、阿智村を「日本一星空の観測に適した場所」に認定しました。



野辺山駅



美ヶ原高原美術館&道の駅美ヶ原高原



阿智村の星空



野辺山45M電波望遠鏡



64Mパラボラアンテナ 臼田宇宙空間観測所



温泉

信州の日本一って 知っていますか？
意外と知らない

SHINSHU is
No1

これが日本一

女性平均寿命が日本一、長寿県信州が全国的に有名ですが、日本一は寿命だけではありません。調べたところ、「レタス」「えのきたけ」「寒天」などの農産物や日本の屋根と呼ばれる山々を有する「自然地理」精密機械が有名な「工業製品」他、長年信州人をやっていますが、知らない信州の日本一もありました。
統計が明確でないけれどたぶん日本一も紹介しています。
もうすぐ1位では、今は2位ですが1位は射程距離内の項目も調べてみました。

- ・顕微鏡、拡大鏡の出荷額22,671百万円 <平成30年工業統計調査（確報）>
- ・カメラ用レンズの出荷額6,320百万円 <平成30年工業統計調査（確報）>
- ・ギターの出荷額2,975百万円 <平成30年工業統計調査（確報）>
- ・圧力計の出荷額11,724百万円 <平成30年工業統計調査（確報）>
- ・印刷装置の出荷額48,665百万円 <平成30年工業統計調査（確報）>
- ・水晶振動子の出荷額34,448百万円 <平成30年工業統計調査（確報）>
- ・ウォッチ（ムーブメントを含む）の出荷額44,421百万円 <平成30年工業統計調査（確報）>



「東洋のスイス」諏訪地域

- ・スキー、水上スキー、スケート用具の出荷額1,539百万円 <平成30年工業統計調査（確報）>
- ・水引の全国生産量の70%は占める伝統工芸品！飯田に息づく伝統工芸「水引」



スキー用具



スケート用具



水引

豆知識

2016年ノーベル生理学医学賞を受賞した東京工業大学の大隈良典栄誉教授の研究を支えた生物顕微鏡は信州産でした。

もうすぐ
日本一

- ・リンゴの収穫量
- ・ソバの収穫量
- ・ワイナリーの数
- ・ブドウの収穫量
- ・マツタケの生産量
- ・日本酒蔵の数



リンゴ



ブドウ



マツタケ

<食品>

- ・レタスの収穫量
- ・セルリーの収穫量
- ・エリンギの生産量
- ・えのきたけの生産量
- ・ぶなしめじの生産量
- ・ネクタリンの収穫量
- ・クルミの収穫量
- ・プルーンの収穫量
- ・味噌の出荷額
- ・ワイン用ブドウの生産量
- ・かんてん出荷額

など

<花>

- ・アルストロメリアの生産量
- ・トルコギキョウの生産量
- ・シャクヤクの生産量
- ・ラナンキュラスの生産量
- ・シクラメンの生産量
- ・カーネーションの生産量

など



レタス



セルリー



アルストロメリア



トルコギキョウ



ラナンキュラス

たぶん
日本一

- ・日本一長い連続アーチ橋 上田ローマン橋715m
- ・日本最高所の湖沼 御嶽山二ノ池 標高2,905m
- ・日本一標高の高いスキー場&日本一標高の高いリフトがあるスキー場 志賀高原横手山スキー場 標高2,305m
- ・飯綱町の霊仙寺湖に架かる日本一長い浮橋（273m）



上田ローマン橋



御嶽山二ノ池



横手山スキー場



霊仙寺湖の浮橋

編集後記

今回は信州の日本一を編集担当で調査しましたが、如何せん素人の調査です。「他にもあるよ！」「これは今日本一じゃない！」等のご意見もあるかと思いますが何卒暖かい目で見守ってください。
長野県も「しあわせ信州」と銘打って信州の魅力を発信しています。新型コロナウイルス感染症もあり制限のある中ですが、私たちの住んでいる信州の魅力を再発見するのも面白いと思います。

長野県民の
皆さまへ

県内の協同組合が連携し、「健康づくり」のきっかけとして「信州まるごと健康チャレンジ」を
ご案内しています。多くの県民の皆さまのご参加をお待ちしております。



SDGsゴール3
すべての人に
健康と福祉を

気軽にできる健康づくりで コロナ禍を乗り切ろう!

信州まるごと健康チャレンジ

2022

お子さんと一緒に!
ご家族みんなで!
お友達やグループで!
職場の仲間と!

Webで
さらに
詳しく!!



▲Webからも
参加できます

参加費
無 料

チャレンジ期間:8月1日~11月30日のうち60日間

結果提出締切:2022年12月15日 ※詳細は専用ホームページをご覧ください
<https://shinshu-kenkou.com/>

《コースを選んで60日間実行しよう!結果報告者には抽選でステキなプレゼント》

- | | | | |
|-----------------------|---------------------|----------|-----------------|
| 1 つづけよう
『減塩生活』 | 2 いいこといっぱい
早寝早起き | 3 きっぱり禁煙 | 4 お酒は上手に |
| 5 運動習慣をもつ | 6 バランスの良い食事 | 7 あいうべ体操 | 8 だれかと
おしゃべり |
| 9 じぶんで決めよう
マイチャレンジ | | | |

無理なく楽しく
続けよう!
チャレンジコース

健康チャレンジ参加方法

まずは

チャレンジ9コースから
コースを一つ
選んでください!

チャレンジ
を実施

結果報告は…

その1 パンフレットの
ハガキをご利用ください!

その2 二次元
コードで!



抽選で
500名様に
信州まるごと健康チャレンジ
オリジナルタオル
プレゼント!!
結果報告者の中から
厳正なる抽選のうえ、当選者を決定いたします。なお、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。

登録をしてプレゼントを貰おう!!

信州健康チャレンジ倶楽部にご登録の方に

- 役立つ健康情報や応援メールが届きます
- 登録の方に抽選でステキなプレゼント差し上げます
※プレゼントの締切は2022年9月30日(金)



主 催

信州まるごと健康チャレンジ2022実行委員会 長野県協同組合連絡会

お問い合わせお申し込みについては

長野県生活協同連合会 ☎026-261-1380 JA長野中央会 総合企画室 ☎026-236-2016

くらしなんでも 相談99



田中 良平
弁護士



賃貸住宅に関する相談

Q これまで住んでいた賃貸アパートを退去したところ、室内補修費として約30万円の請求をされてしまいました。内訳をみると、畳や襖の交換費用や、クロスの貼り換え費用も含まれているようです。このような費用は、私が負担しなければいけないのでしょうか？

A アパートの借主は、アパートを借りた後に生じた損傷について、返す時には原状に回復する義務を負います。但し、通常の使用収益によって生じた損耗（通常損耗）や、経年変化は、原状回復義務の対象に含まれません。また、他の部屋からの水漏れなど、借主の責任を問えない原因による損傷についても、原状回復義務の対象になりません。

特約で、通常損耗や経年変化の修復費用も借主の負担とすることは可能ですが、借主に予想外の負担を負わせないようにするため、借主が費用を負担する通常損耗の範囲を契約書に明記するなど、特約を明確に合意していない限り、借主に通常損耗の修復費用を請求することはできません。また、借主が消費者の場合、

特約の内容が消費者の利益を一方的に害するものであれば、その特約は無効となります。

ご相談事例では、畳や襖の交換やクロスの貼り換えが必要になった原因によって、費用を負担すべきか否かが変わってきます。日照による色落ちや、テレビ等の後ろ側の黒ずみなどは、通常損耗として、借主が修繕費用を負担する必要はないと判断される可能性が高いといえます。一方、窓の閉め忘れで雨が吹き込んでしまったことによる色落ちや、結露を放置したことによりカビが広がってしまった場合などは、借主が修繕費用を負担しなければならない可能性が高いといえます。

Q 住んでいるマンションの真上の部屋から、大きな物音や歌声が聞こえてきて困っています。直接苦情を申し入れても止まりません。音を出すことをやめさせることはできますか？また、慰謝料の請求はできますか？

A 日常生活を送るうえで、音を全く出さないようにすることは不可能ですので、騒音とを感じる音がしたからといって、その全部が違法ということにはなりません。もっとも、音を出している行為の態様、音の大きさや頻度、音が出る時間帯、生じている被害の内容、最初に騒音が発生してからどの程度継続しているか、音を出している側が被害軽減のためにとった対応策の有無や内容など、諸々の事情を考慮し、「社会生活上、受忍すべき限度を超えている」といえる場合には、差し止めや損害賠償が認められることがあります。

裁判で差し止めや損害賠償を請求しようとする、具体的にどのような音が生じているのかという事実関係と、その音が受忍すべき限度を超えているかどうかという評価の点が主な論点になると予想されます。どのような音が生じているかについて相手と言い分が食い違くと、実際に音を測定するなどして事実関係を証明しなければならず、相当の費用や労力がかかることも珍しくありません。

生活上の音の問題は、お互い様という面もありま

す。できるだけ話し合いで解決するのが望ましいタイプの事例といえるでしょう。大家さんや管理者から注意してもらうことや、民事調停やADR（弁護士会などが運営する裁判によらない紛争解決の手続）など、中立の第三者に入ってもらって話し合う制度の利用も考えてはいかがでしょうか。



ご家族で
楽しむ

8個のまちがいはがし

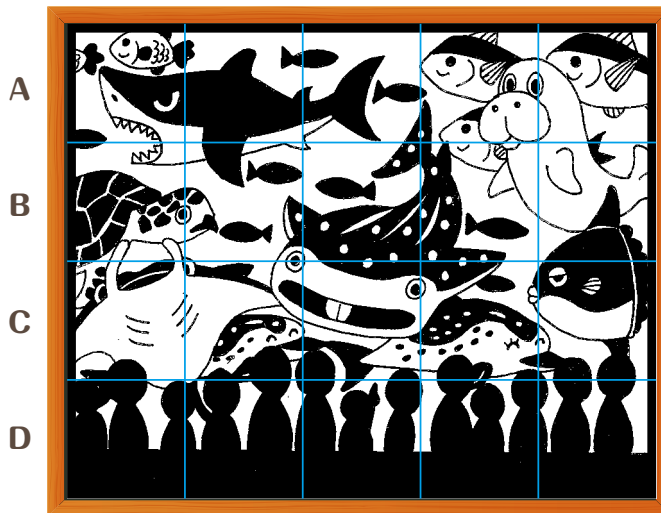
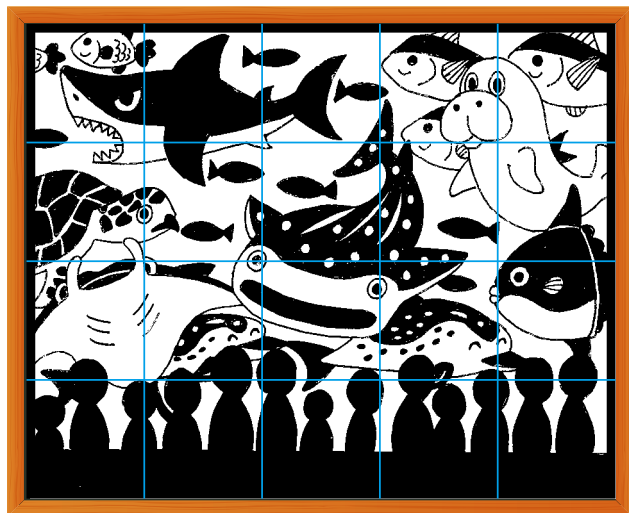
応募締切り
8月15日



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います。

水族館へ行こうよ!

1 2 3 4 5 1 2 3 4 5



(画: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

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



QRコードはこちら

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

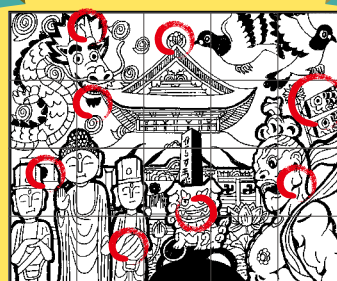
その3 郵便はがきでのご応募

〒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

前回の正解は

2022年5月15日第332号



当選者(5名・敬称略)

草野麻理子(長野市)

滝澤 明彦(東御市)

小島 由子(諏訪市)

渡邊 友香(南箕輪村)

藤本 英樹(飯田市)

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

今年も、定時社員総会を無事終えることが出来ました。2022年度の活動方針・予算を全会一致で承認を頂き、新年度の本格的なスタートを切りました。私たちを取り巻く環境は依然厳しく、労福協として多くの課題が山積されますが、『福祉はひとつ』の理念のもと、働く者の福祉向上に頑張りますので、これからも宜しくお願ひします。▼さて、今年の7月23日、8月4日は何の日かご存じですか?『土用の丑の日』です。鰻の脂の焼ける匂いとタレの焦げる匂いが混然一体となった煙を嗅いでしまうと、頭の中は一瞬にして鰻重一色。パリッと焼かれた皮目から箸を入れるといとも簡単に身が離れ、口に運べば、蕩ける。と表現したくなるほど柔らかい鰻とタレとご飯が三位一体となり口中に広がるパラダイス。今すぐにでも喰いたい。▼個人的見解はこれまでとして、鰻は夏の土用丑やスタミナ食というイメージが一般的にあるので、なんとなく夏が旬と思われがちですが、実は天然の鰻の旬は秋から冬にかけてです。獲れはじめの5月頃の天然鰻は冬眠明けで身がスカスカで脂もほとんどのおらずおいしくないそうです。エサを食いつけて脂がつてくるのは8月以降、いちばん脂がつておいしくなるピークが、水が冷たくなり始める10月から12月頃の天然鰻がおいしいのだそうです。▼鰻の産地である長野県岡谷市の岡谷商工会議所が、冬の土用の丑の日を「寒の土用の丑の日」として鰻を前面に押し出し、街おこしをしていることは有名です。▼現在では、ほとんどが養殖であり、一年中徹底した温度管理のもとビンールハウスの安定した環境で育てられるので、季節による味の違いはなく、年中おいしく食べることが出来ます。栄養たっぷりの鰻を食べて、夏バテを吹き飛ばしましょう。▼でも私の場合は鰻井をいただく前に、白焼きをワサビ醤油でツマミにしながらか、キンキンに冷えた日本酒を一杯、ウーム!堪りません。(雅)



〈イメージ図〉