

〈ライフサポートセンター〉

～ たすけあい 共助の輪を社会に根付かせる ～

ながの労福協

vol. 353

2025年
11月17日号



表紙の写真は「助け合い」をイメージしました

- CONTENTS -

□ 特集 県労福協 構成団体の社会活動について紹介 □

ー こくみん共済 coop ー 「社会課題と連動した取り組みについて」

ー 連合長野 ー SBCラジオ番組「あなたにエール！働く仲間の応援団」
毎月第3金曜日の8時15分頃から放送

○連載シリーズ

県労福協構成団体だより ～連合長野高水地域協議会～

あの店・この店・どんな店 ～松本市 居酒屋 まこちゃん本館・別館～

○お役立ち情報 国民生活センター

無料動画を観ていたらいきなり有料登録に！ノクラスTシャツ発注トラブルに注意！

○くらしなんでも相談 Vol.119



長野県労福協
ホームページ



(ふくちゃん)

長野県協同組合フェスティバル2025 開催!!



10月5日(日)
長野市：ながの表参道セントラルスクエアにて長野県協同組合フェスティバル2025が開催されました。当日は善光寺表参道秋まつりも同時開催され、会場内はフードドライブ、物品販売、クラフト体験等、工夫を凝らした協同組合、自治体のブースが出店し、9,000名(主催者発表)の市民が訪れました。午後から生憎の雨模様となりましたが、多くの方に労福協を知っていただく機会となりました。

県労福協ブースでは、QRコードによるアンケートに答えるとバルーンアートのプレゼントを実施。ろうきんは、一億円体験や百万円つかみ取り体験(もちろん模擬紙幣です。)こくみん共済coopは、自転車シミュレーター体験を通じ交通安全啓発をブース内に設置し、多くの方に来場いただきました。

今後も各種イベントを通じ、広く一般の市民の皆さまに労福協の活動を知らせて、利用していただくよう広報活動を実施していきます。



フードバンク信州 「こども応援プロジェクト」

2025 冬の食糧支援募集月間実施中!!

募集期間 2025年11月4日(火)
～ 11月28日(金)



県労福協では2020年より夏と冬の2回フードバンク信州「こども応援プロジェクト」に長野県内の経済四団体、長野県社会福祉協議会と協同し取り組んでいます。

今年の夏の食糧支援では、多くの企業、団体、市民の皆様から279Kgの食料寄贈をいただきました、あらためて感謝申し上げます。

年末から年始にむけ、学校給食のない長期休暇中のこども達の食事の支援に、夏同様に県内経済四団体や長野県社会福祉協議会・地区労福協が協同し取り組みますので、多くのみなさまのご理解・ご支援・ご協力をお願いいたします。



取組の詳細は県労福協ホームページ<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。



2025年度 長野県勤労者体育大会 県大会開催される



今年度は県大会の種目を3種目(バドミントン・テニス・野球)とし、9月27日(土)のバドミントン(ミックスダブルス)を皮切りに、各地区の予選を勝ち抜いたチームが長野市に集い、県大会が開催されました。日頃の練習の成果を発揮し、各競技で熱戦が繰り広げられました。大会開催にあたり、関係者各位のご協力のもと開催出来たこと、この場をお借りし御礼申し上げます。結果は下表の通りです。



今年度は県大会の種目を3種目(バドミントン・テニス・野球)とし、9月27日(土)のバドミントン(ミックスダブルス)を皮切りに、各地区の予選を勝ち抜いたチームが長野市に集い、県大会が開催されました。日頃の練習の成果を発揮し、各競技で熱戦が繰り広げられました。大会開催にあたり、関係者各位のご協力のもと開催出来たこと、この場をお借りし御礼申し上げます。結果は下表の通りです。

2025年度長野県勤労者体育大会県大会結果

バドミントン 9/27 (土) 長野運動公園 総合体育館 (サブ)	ミックス ダブルス	優 勝	長野市職員労働組合	長野地区
		準優勝	上田市職員労働組合	上小地区
		三 位	中野市職員労働組合	北信地区
テニス 10/4 (土) 長野運動公園 テニス場	ミックス ダブルス	三 位	山洋電気労働組合・日置 電機労働組合合同チーム	上小地区
		優 勝	アズミ村田製作所	中信地区
		準優勝	浅間総合病院労働組合	佐久地区
野球 10/11 (土) 10/12 (日) 長野オリンピック スタジアム		三 位	鹿教湯三才山リハビリテ ーションセンター支部	上小地区
		優 勝	新光電気労働組合	長野地区
		準優勝	ミネバユニオン 軽井沢支部	佐久地区
		三 位	伊那中央病院労働組合	南信地区
		三 位	HDS	中信地区



構成団体
だより

連合長野高水地域協議会



連合長野高水地域協議会は、北信地協と須高地協の統合により、2012年11月23日の結成総会で発足しました。構成組織は32単組・約5,300名で、須坂市、中野市、飯山市、山ノ内町、小布施町、高山村、木島平村、野沢温泉村、栄村の3市2町4村の労働組合で構成されています。



今年で統合から14年目を迎え、地域の歴史や特徴を生かした活動を継承するため、旧北信地連・須高地連時代からの地域に根差した様々な取り組みを続けています。

春闘期には、春闘開始宣言集会にあわせて、構成組織の資質向上を目的とした勉強会を開催しています。また、連合長野の宣伝カーを借用し、国際女性デーや最低賃金改定時などに街宣巡回を行い、主要駅での街頭宣伝やチラシ配布などを通じて周知活動を展開

しています。

環境分野では、「列島クリーンキャンペーン」において須坂市花火大会翌日の早朝清掃や、国道292号・403号沿線でのごみ拾いを実施しています。さらに

「ABMORI」植樹活動にも組合員とその家族が参加し、地球温暖化防止への理解を深めながら環境保全に努めています。

政策制度活動としては、須坂市・中野市・飯山市に対し市政要求書を提出し、回答説明や懇談会の場を設け、意見交換を行っています。

平和行動では、毎年「満蒙開拓平和記念館」を訪問し、バス車内での予備学習ビデオ鑑賞に続き、現地で映像資料や展示物を通して史実を学ぶことで、改めて平和の尊さを考える機会としています。



あの店 この店 どんな店

松本市『居酒屋 まこちゃん本館・別館』



松本駅前の公園通り沿いにあるお店を取材させていただきましたので、ご紹介します。

姉と弟が居酒屋として経営を始めて11年目、本館（1F）と別館（3F）が同じビル内にあります。

メニューは豊富で、焼き鳥や馬刺、海鮮、焼き魚、たまご料理などの和食系の他、季節の食材を取り入れたりしたオリジナルな一品もあります。

本館と別館のメニューは異なっていて、特に別館では年中「おでん」が仕込まれ、冬の寒い時期はもちろん、味が染みしみな大根やたまご、ちくわ、はんぺんなど、1年を通じて美味しく味わうことができます。さらには店長の趣味から別館店内には、バンド練習のためにギターやドラム、キーボードなどの機材が置かれていて、誰でも気軽に触れることができます。

本館、別館とも価格はお財布にやさしく、常連さん始め、仕事帰りのサラリーマン、大学生などにも人気があるお店で、ひとり飲みでも満足できます。

松本来訪の際には是非、お立ち寄りいただきたいお店です。



本館馬刺



別館おでん

松本地区労協発信

「居酒屋 まこちゃん本館・別館」

長野県松本市中央1-5-20

TEL 0263-32-1377

営業時間/17:30~

定休日/本館：日曜日

別館：月曜日



社会課題と連動した取り組みについて

こくみん共済 coop では、「みんなでたすけあい、豊かで安心できる社会づくり」の理念のもと、協力団体・組合員の皆さまとともに、「社会課題への取り組み」をすすめております。各社会活動について紹介します。



未使用タオル寄贈の取り組み

長野推進本部の社会貢献活動の一環として2015年度より開始し、本年で11年目となります。未使用タオルは、県内の協力団体や協力員の皆さまより、各種会議等で持ち寄っていただいたものとなります。引き続き未使用タオルの収集を実施していますので、ご協力をお願いいたします。2025年度は駒ヶ根市社会福祉協議会に寄贈させていただきました。

7才の交通安全プロジェクト

未来ある子どもたちを、交通事故から守っていく。

マイカー共済のお見積もり1件につき1本の横断旗を寄贈する取り組みです。2025年度より、長野県PTA連合会へ寄贈しています。



詳しくはこちら

こどもの成長応援プロジェクト

子どもたちのすこやかな成長を見守り、支えていく。

こくみん共済こども保障タイプへのご加入1件につき1本のなわとび・長なわを寄贈する取り組みです。



詳しくはこちら

みんなで被災地応援プロジェクト

住まいる共済のお見積もり1件につき100円を被災地で復旧支援活動を行うボランティア（支援）団体に寄付する取り組みです。



詳しくはこちら

保障点検・たすけあいアクション

組合員の皆さまの適正保障の確保と、各地域で活動している福祉事業団体などの活動支援を目的に、協力団体・組合員の皆さまと当会が取り組んできた各種活動（生活保障設計運動の展開など）と、各地域で活動している福祉事業団体などへの寄付を連動させた取り組みを展開します。
※組合員・協力団体の皆さまに寄付金をご負担いただくものではありません。

- ① 保障相談を実施いただいた場合、相談1件につきオンラインの場合は100円、対面の場合は50円を寄付します。
- ② こくみん共済 coop の「公式アプリ」に初回ログインいただいた場合、1件につき20円を寄付します。
- ③ 団体生命共済誕生60周年への感謝の気持ちを込めて、「団体生命共済の組織決定」をいただいた場合、1団体につき、10,000円を寄付します。

たすけあいから生まれた保障の生協です。

「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。

長野推進本部
(長野県労働者共済生活協同組合)

こくみん共済 NEWS
1625Z0008



ラジオで学ぶ！働く人のための労働相談

毎月第3金曜日の8時15分頃から放送！

今年は「答えて！労働相談」をテーマに、SBC飯塚アナウンサーと一緒に、働く仲間の悩みや疑問を取り上げています。ここでは放送内容の一部をご紹介します。

労働相談 事例①

「上司から無視や暴言を受けるだけでなく、仕事に必要な情報も一切もらえなくなった。業務に支障があるうえ、ストレスで呼吸が苦しくなり手が震えるほど…」（50代女性・正社員・医療福祉）

こんな時はどうする？

これは明らかなパワーハラスメントです。放置していると、会社側も責任を問われる可能性があります。2019年の法改正により、事業主には「職場のパワハラ防止措置」が義務付けられています。実際に、看護師が上司からのパワハラで精神疾患を発症し、安全配慮義務違反として損害賠償が認められた判例もあります。早めに労働組合や労働相談窓口にご相談しましょう。



労働相談 事例②

「お客様から毎日のように攻撃的な電話があり、人格を否定するような言葉も受ける。精神的にとってもつらい…」（50代女性・正社員・運輸業オペレーター）

こんな時の対応方法は？

いわゆるカスタマーハラスメント（カスハラ）です。対応のポイントは3つ。
①会社としてのマニュアルを整備すること
②一貫した方針のもと、会社が中心となって対応すること
③社内で情報を共有し、従業員を孤立させないこと
また、「大声で責める」「危害を示唆する」などの行為があった場合は、即座にカスハラと判断し、管理者に対応を引き継ぎましょう。



はたらくのそばで
ともに歩む

労働に関する困りごと・悩みごとは、ひとりで抱え込まず、連合の労働相談窓口（TEL 0120-154-052）までお気軽にご相談ください。

長野ろうきん

2025 冬の定期預金
金利上乗せ
キャンペーン

期間：2025.11/4(火)～2026.1/30(金)

インターネット
バンキングでも！
店頭でも！

金利上乗せ
定期預金

対象 キャンペーン期間中に新規で
お預け入れの個人の方

対象預金 スーパー定期預金・
大口定期預金

預入金額
10万円以上

定期預金
適用金利
(上乗せ金利
を含む)

預入期間 1年

年 0.525%

税引き後
年 0.418%

預入期間 3年

年 0.575%

税引き後
年 0.458%

預入期間 5年

年 0.650%

税引き後
年 0.517%

はたらく人の想いと生きる
長野ろうきん

変わらない安心と
描く未来。
大切な家族のために
冬の定期預金と。

最新の金利情報に
ついては、こちらより
ご確認ください。▶

	お預入れ		
お預入れ期間	1年	3年	5年
①キャンペーン上乗せ金利	年0.250%	年0.225%	年0.250%
②店頭表示金利	年0.275%	年0.350%	年0.400%
適用金利(①+②)	年0.525%	年0.575%	年0.650%

※店頭表示金利は、10月31日現在です。

＜金利上乗せ定期預金について＞●他の金利優遇制度との併用はできません。●本キャンペーンにおける対象預金は新規お預け入れとし、当金庫にお預け入れいただいている定期性預金からの書替または振替は対象外とさせていただきます。満期日以降に自動継続をご選択された場合、以降の金利は自動継続をした日における店頭表示金利を適用させていただきます。●中途解約の場合は、当金庫が定める預入期間に応じた中途解約利率を適用いたします。●2013年1月1日から2037年12月31日までの間にお受取りになる利息には「復興特別所得税」が追加課税されますので20.315%の税金がかかります（国税15.315%、地方税5%）。税引後利率は小数点以下第3位未満を切り捨てて表示しています。●店頭表示金利は毎週見直しを行います。●期間中であっても金利情勢により、上乗せ金利が変更になる場合がございます。●取扱期間は変更となる場合がございます。●店頭に説明書をご用意しております。詳しくはお近くの〈長野ろうきん〉にお問い合わせください。

2025年10月31日現在

見守り新鮮情報

無料動画を観ていたら
いきなり有料登録に！

相談事例

スマホで無料のアダルト動画のサイトを見ていたら、突然「登録完了」という画面になった。「誤作動の人はこちらにお電話ください」という表示が出たので電話をすると、料金約50万円が発生しているという。登録したつもりはないと伝えると「いったん30万円支払ってもらえれば、手数料約千円を差し引いて返金する」と言われた。コンビニで電子マネーを購入して電子マネーの番号を連絡して支払ったが、返金される予定の日に返金なかった。(70歳代)



ひとこと助言



- 無料のアダルト動画を観ていたり年齢確認ボタンを押したりすると、突然「登録完了」となり、慌てて連絡すると料金を請求される「ワンクリック請求」の手口に関する相談が寄せられています。
- 「誤作動の人はこちら」「退会はこちら」などの案内があっても、決して連絡してはいけません。支払いを求められたり、個人情報を聞き出されたりする場合があります。
- 事業者にお金を払ってしまうと取り戻すことは困難です。相手に何を言われても慌てて支払わないようにしましょう。
- 困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。

見守り新鮮情報 第523号(2025年10月9日)発行:独立行政法人国民生活センター

子ども・若者サポート情報

クラスTシャツ
発注トラブルに注意！

事例1

学校に置いてあったパンフレットを見て、文化祭で使うクラスTシャツを注文した。事業者とはLINEでやり取りしていたが、当日になっても届かず、何度もメッセージを送ったが返事はなかった。パンフレットには事業者の所在地、連絡先は記載されていなかった。(当事者:高校生)

事例2

体育祭で着るクラスTシャツを注文するため、SNSで見つけた事業者へLINEで連絡した。カタログ画像からロゴとエンブレムの入ったデザインを選んで注文したが、その後「ロゴとエンブレムが著作権の関係で使用できない。デザインを変更してほしい」と連絡がきた。キャンセルすると「キャンセル不可と記載している。キャンセルするなら商品代金を全額支払ってもらう」と言われた。(当事者:高校生)



ひとことアドバイス

- カタログやWebサイトで、住所・連絡先・キャンセル条件等を確認し、これらの表記がない事業者への発注はやめましょう。Webの場合は「特定商取引法に基づく表記」などのページに記載されています。
- 実在する企業やスポーツチーム等のロゴが入ったデザインは、正規品ではない場合、コピー商品にあたり、知的財産権を侵害する違法行為になる可能性があります。正規品であることが確認できない場合は選ばないようにしましょう。
- 注文前に、先生や保護者などにも確認してもらいましょう。
- 先生・保護者においても、生徒が注文する前に確認するようにし、特にカタログを学校に置く場合には、上記をよく確認してください。
- 困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。



本文イラスト:黒崎 玄

第225号(2025年9月4日)発行:独立行政法人国民生活センター

独立行政法人国民生活センター



松本 陽
司法書士

相談事例より

Q 実家を相続したけれど、遠方に住んでいて管理ができません。また利用予定のない山林を相続してしまい困っています。このような相続した土地を国に引き取ってもらえることはできるのですか？

A このような悩みを抱えている方は、意外と多いのではないのでしょうか。特に地方の過疎地域や、市街化調整区域にある土地など、需要が少なく、買い手が見つかりにくい土地の場合、その管理や固定資産税の負担だけがのしかかってくるようになります。

そんな「負動産」とも言える土地の所有に悩む人たちの新たな選択肢として、2023年4月に「相続土地国庫帰属制度」が始まりました。

ただ、この制度はどんな土地でも引き取ってもらえるわけではありません。具体的には、建物がないこと（建物がある場合は、更地にする必要がある）、抵当権などの権利が設定されていないこと、土壌汚染がないこと、境界が明らかであること、管理や処分に過大な費用や労力がかからないことなどが挙げられます。

実務では現地調査も必須です。なお、仮に要件を満たし、引き取ってもらえることになっても、国が土地を引き取るためには、申請手数料のほか、管理に必要な費用として『負担金』を納める

必要があります。負担金の額は10年分の土地管理費相当額とされており、具体的な金額の目安として宅地は20万円、山林は面積に応じた額となっています。詳細については、法務局のウェブサイトで確認ができます。



Q 憧れのエステサロンに通うことにしたけれど、やっぱり解約したくなりました。契約したコースがなかなか終わらないし、効果も感じられないのですがどうしたらいいのでしょうか？

A エステの契約は、決して安い買い物ではありません。高額なコースを契約した後に、「やっぱり辞めたい」と思っても、どうすればいいのかわからず悩んでしまう方は少なくありません。実は、エステの契約には、消費者を守るための法律が適用されます。その中心となるのが特定商取引法です。特定商取引法は、消費者トラブルが起りやすい取引形態を対象に、事業者が守るべきルールを定めている法律です。エステティックサロンも、この法律の規制対象になっています。

特定商取引法には、エステの契約を解除するた

めの、主に二つの方法が定められています。一つはクーリング・オフです。クーリング・オフとは、契約後、一定の期間内であれば、無条件で契約を解除できる制度です。エステティックサロンの場合、契約書面を受け取った日を含めて8日間がクーリング・オフ期間となります。この期間内であれば、理由を問わず、支払ったお金を全額返金してもらうことができます。仮にクーリング・オフ期間を過ぎてしまった場合でも、コースの有効期間内であれば、もう一つの方法である中途解約が可能です。まずは専門家にご相談ください。

くらし・なんでも相談
ほっとダイヤル 無料

・毎月第2土曜日 専門家
・平日 相談アドバイザー

相談時間 10:00～15:00(受付終了14:30)



さん きゅー ろ う ふ く

0120-39-6029

ご家族で
楽しむ

8個のまちがいさがし

応募締切り
12月17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。

七五三

1 2 3 4 5 1 2 3 4 5



(イラスト:りうん)

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。

まちがいさがし

★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 郵便はがきでのご応募

〒380-0838 長野市県町484-1 センターボア205
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

読者のみなさまへ



今後の紙面作りの参考にさせていただくために
アンケートにお答えください。
もれなくノベルティーグッズをプレゼント!

← 詳しくはこちら

前回の正解は

2025年9月16日第352号



当選者(5名)

上野 様(大町市)
森泉 様(佐久市)
竹内 様(長野市)
柳沢 様(千曲市)
高野 様(伊那市)

正解者の中から抽選で5名の方に近くで使えるお買い物券1,000円分をプレゼント

ツナゲ

今年9月に日本で「世界陸上」が開催されました。多くの皆さんがご覧になったことと思います。

日本開催ということもあり、少しでも良い結果を残そうと、選ばれた日本選手は今まで以上に日々努力されてきたのだと思います。

残念ながら日本のメダル数は2個という結果でしたが、多くの競技で決勝に進めたことは、今後につながる成果だったと思います。

とかく陸上競技は個人競技と思われがちですが、リレー競技だけは各国が競う団体競技となり、最終日に行われた「4×100mリレー」は皆が注目し応援したのではないのでしょうか。日本人メンバー4人のタイムはそれほど速くはありませんが、優れたバトンタッチで決勝に進出することができました。決勝の結果は5位となりましたが、リレー侍は、その存在を発揮し、そして、見事なバトンタッチができたことが何より素晴らしく感動しました。

国立競技場のすべての観客が選手を称え、そしてすべて

の観客が選手から感動をもらった「世界陸上」となりました。

私たちの社会もリレーと同じように、過去の教訓を生かしバトンタッチが行われ今があります。そしてすべての人が「しあわせ」というゴールを目指して日々活動しています。

例えば今ある当たり前の制度も過去に必死に努力された方々の結果であることを忘れてはいけません。そして、今の環境に合わせて、形を変えながら「しあわせ」というゴールを私たちが引き継ぎ、つないでいくことが求められています。ひとり一人では成し遂げられないことをリレーのようにチーム(選手・コーチ・スタッフなど)ならできることもあるのではないのでしょうか。

多様性の時代、個々の想いや考え方は尊重しながらも、「しあわせ」という同じ目的に向かい一つになることができれば、解決できる課題は今でも多くあるはずです。

そんな想いがつながっていけば、皆が「しあわせ」のゴールに近づいていくのではないのでしょうか。

はたらく人とその家族のしあわせのために…

ハタラク ミカタ より