

LPAの井戸端会議

日本の保険加入率は高いほうですが、最近、若い世代で生命保険・医療保険に入っていない方が増えています。預貯金ゼロ世帯も若い世代で増えているので、当然の結果でもあります。

人生には、さまざまなリスクがあります。病気にかかった場合、健康保険で医療費の負担は3割、入院などで多額の医療費がかかったときは、社会保険加入者には傷病手当があります。また夫が亡くなった場合、18歳未満の子がいる家庭には遺族基礎年金があります。日本の社会保障は、案外充実しています。

しかし、預貯金が少ない若い子育て世代ほど保険が必要なのです。

夫の死亡時、妻のパート収入などで日々の生活は賄えそうですが、子どもへの教育資金は不足してしまいます。その不足部分を共済や保険で備えることができます。必要な生活費をシミュレーションし、家計の見直しや、保障の見直しを考えてみてください。

それでは、子育てが終わった世代はどうでしょうか？

加齢とともに病気のリスクは増えます。年金だけでは入院時の費用が不安だと思われる人も多いのではないのでしょうか？

保障について考えてみよう

LPA 小山 明子



い時に契約した保険など、割安な保険料で継続できるものも、保障内容もしっかり確認してみてください。また新たに医療保険に入ろうとすると、保険料が高額になる場合も多いです。

はじめに書いたように、日本の社会保障はかなり手厚いです。高齢になれば、介護保険・後期高齢者医療制度の対象になります。高い保険料を払うより、預貯金を心がけたほうがよいと思います。

預貯金は、生活費の不足額の補てんに、医療費の不足にも使えます。年金が減額される不安がある今、高い保険料で生活が苦しくなるのは本末転倒です。これからの人生を楽しく過ごすためにも、年金受給に入る前にもう一度、家計の見直しをおすすめします。

コープぎふでは、保険料や保障内容の見直し、更新時期をむかえた方々の無料相談を毎月開催しています。LPAの会事務局までお問い合わせください。

お問い合わせ

コープぎふLPAの会事務局
TEL 0583706713
9時～17時
月～金曜日

青魚で気をつけたい「ヒスタミン食中毒」

脂が乗っておいしくて、和から洋まで調理方法もさまざまなサバ。うれしい魚種ですが、「サバの生き腐れ」ともいわれるように、昔から足が早いのも有名です。サバだけではなく青魚は、通常の下痢腹痛などの食中毒とは違い、じんましんのような症状が起こることもあります。

じんましんが出ても、食物アレルギーとは違います

お腹や脚の内側など、主に体の柔らかい部分に赤みが差し、かゆくなるじんましんの様な症状は、食物アレルギーの症状に似ていますが、ヒスタミン食中毒とアレルギーとは原因も、対処法も違ってきます。例えば、卵アレルギーの人は、卵の入っている食品を摂らないことが最大の対処法です。一方、ヒスタミン食中毒は、例えばサバを食べた時に起こったとしても、2度とサバが食べられないわけではありません。また、食物アレルギーを持たない人でも、ヒスタミン食中毒にかかる恐れはあります。

ヒスタミンの生成を抑えるのには衛生管理が大切

ヒスタミンは魚にはじめからあるわけではなく、魚に含まれているアミノ酸の一種(特に青魚に多く含まれている)を、細菌が分解することで生まれる成分です。厄介なのは、1度

つくられてしまうと加熱しても壊れないこと。サバは刺身で食べることは少ないのに、食中毒が起きてしまうのはこうした理由も一因です。特に昔は、釣りあげてから家庭へ運ぶまでの温度管理が適切でなかったため、ヒスタミンをつくる細菌を増殖しやすい状況にもあったと考えられます。

現在でも起こるヒスタミン食中毒

低温流通が発達した現在でも、ヒスタミン食中毒は起こっています。要因として「遠い産地からの流通が増え、温度管理が難しい」「製造工程の複雑な加工食品が増え、工場での衛生管理が問われる状況が増えた」といった点があげられます。製造現場でヒスタミンがつかれないように、きちんと管理がなされている製造者の商品を利用することが大切です。

生協の取引先の水産会社も、ヒスタミンの制御に取り組んでおられ、生協でも微生物検査や工場点検をしながら衛生管理状況を把握しています。

家庭でも、商品に表示されている保存方法を確認し、適切な温度での保管を心がけ、ヒスタミン食中毒を予防しましょう。



2015年度 第11回理事会だより(4/13)

3月期決算について承認しました。

3月期事業結果 単位:百万円

	3月実績	予算差	累計実績	予算差
商品の供給高	1,997	65	25,601	-129
総事業高	2,079	62	26,427	-161
事業経費	461	-9	5,670	-175
経常剰余金	38	21	407	136

組合員数 228,844名 計画比 98.2% (加入 576名)
出資金 40億3,433万円 一人当たり出資金 17,629円

2 第18回通常総代会開催に向けて、6月14日(火)岐阜グランドホテルにて開催する事、書面議決の方法、代理人への委任について等を確認しました。また、2015年度剰余金処分(案)の考え方についてなどを確認しました。

3 コープぎふ中期方針「理念:笑顔あふれる協同のくらし」、 「ビジョン:みんなでめざしたいコープぎふの姿」について第18回通常総代会に提案する事を確認しました。

4 60歳代の組合員さん向けの暮らしの情報や衣料品等を掲載するカタログ「燦々(さんさん)」を導入することを確認しました。

5 10月16日(日)に多治見市のセラミックパークMINOで開催予定の「コープぎふフェスタin東濃(仮称)」の検討状況について確認しました。

組合員さんの声

開発改善

本体を長く使用できるよう改善しました。

CO-OP
キッチン
泡ブリーチ



組合員さんの声

便利に使わせてもらっていますが、つけかえ2本目で本体のハンドル部分がダメになるので、結局、本体を買わなくてはなりません。もう少し長く使えるようになりませんか。

声で改善

使い続けると、ハンドルを握る部分の「戻り」が弱くなり、うまく噴射できなくなるといった現象が起きていました。スプレーまりの発生が、ハンドル部分をダメにしていると考えられたので、まずはスプレーまりが発生しないように、洗剤液の処方を変更しました。

? あなたのギモンにお答えします

Q 『COぬか漬のもと』の賞味期限は1年ですが、毎年交換するのでしょうか？
ぬかを足していけば、ずっと使用できるのでしょうか？



A 『COぬか漬のもと』の賞味期限は、「その日までに使いはじめてください」という意味で、記載しています。適正にご使用いただければ、ぬか床として半永久的にお使いいただけます。

混ぜ不足・雑菌が多く入った・塩分減少などにより腐敗菌が増殖し、腐敗臭・多量のカビなどが発生した場合は使用できません。腐敗臭はせず、カビが表面にポツポツ出た程度でしたら、その部分を捨て、塩を追加してよく混ぜておけば回復します。

ぬか床のかき混ぜ不足、野菜から出る水分、酵母菌の増加により発酵臭がする場合は、よくかき混ぜて塩分と新たなぬかを追加すれば回復します。

子どもが生まれて1年。本当に目まぐるしく、あわただしかったです。でも、この1年の彼の成長はすごい！
今も毎日驚きの連続です。ただ、母ちゃんは彼のパワーについていけずボロボロです。 | 瑞浪市 みつさん |

89歳の母と57歳の私。2人でぜんまい、わらび採りに。クマにおびえながら採りました。
| 飛騨市 ももかばあばさん |

