

かごしま

第789号

労働者福祉だより

〔発行所〕
(一社)鹿児島県労働者福祉協議会
〒890-0064
鹿児島市鴨池新町5-7-6F
☎099-254-3832

〔印刷〕
南日本新聞開発センター

〔編集〕
県労福協、連合鹿児島、九州労金
こくみん共済 coop、生協連

〔発行人〕
海蔵 伸一

☆労福協だより
毎月15日に更新!!

鹿児島 労福協 検索

第71回通常総代会および第9回組合員代表者会議を開催

鹿児島県労働者共済生活協同組合／こくみん共済 coop 鹿児島推進本部

こくみん共済 NEWS
coop

4626W002

「鹿児島県労済生協第71回通常総代会」ならびに「こくみん共済 coop 第9回鹿児島推進本部組合員代表者会議」を7月27日(月)にマリンパレスかごしまで開催しました。

当日は74人の総代に出席いただき、下村総代と吉田総代を議長団に選出し、満永本部長(理事長)あいさつの後、2025年度推進活動報告、2026年度推進活動計画などの議案審議を行い、各議案とも満場一致で承認を受けました。また、役員補欠選挙の確認が行われ、新役員が決定しました。

【満永本部長あいさつ要旨】

私たちが暮らすここ鹿児島をはじめ、全国各地で自然災害が激甚化・頻発化しています。昨年は、始良・霧島地域を中心とした集中豪雨によって甚大な被害が発生しました。当会にも、被災が報告され、迅速かつ丁寧な対応を行い、共済金約3億円をお支払いして生活再建の一翼を担わせていただきました。今年もすでに台風や豪雨災害などによって災害が発生しています。被災されたすべての皆さまにお見舞い申し上げます。私たちは、いつどこで大規模な地震や集中豪雨、台風による被害が発生してもおかしくない時代を生きています。予測困難な時代だからこそ、人と人とが結びつき、互いに支え合う「相互扶助」の精神、すなわち協同組合の原点がいま、強く求められています。



満永本部長(理事長)

「みんなでたすけあう社会」この普遍的な理念のもと、組合員の皆さまの「豊かで安心できる社会づくり」を実現することこそが、私たちこくみん共済 coop の理念であり、社会的使命、存在意義そのものであると確信しております。

2025年度は、4年間の中期経営政策の最終年度として、組合員の皆さまへのお役立ち発想にデジタル技術を取り入れた「新しいたすけあい」を創造・実践してきました。この4年間で、制度改正・公式アプリのリリース・マイページの導入・利用拡大などを進めてきました。ま

た、組合員のライフステージに応じた保障の提案や共済を通じた社会課題解決の取り組みも進めてきました。

2026年度は新たな「中期経営政策 2026-29 Action & Challenge」を策定し、時代やニーズに沿った制度改定やデジタル技術を最大限活用した組合員サービスの向上と、それを支える職員のスキルアップ、そして働きやすい、働き続けられる職場環境や制度の確立など、時代に求められるこくみん共済 coop となれるよう、邁進していきます。

新たな中期経営政策2026-29は、Action&Challengeの言葉にもあるとおり、新しいたすけあいを作り出し、実践へと繋げ、常に挑戦し、持続的な事業と運動を展開します。こくみん共済 coop の主役は、組合員である皆さまです。皆さまの声を真摯に受け止め、皆さまの期待に応え、そして皆さまとともに創り上げていくのが、私たちの共済運動です。今後とも、引き続きのご協力をお願いします。



総代会・組合員代表者会議の様子



2025年度共済活動表彰

こくみん共済 coop 鹿児島推進本部
役員体制

役職名	氏名	備考
本部長	満永 正幸	
事務局長	岡本 悟	
代表委員	三浦 辰男	
"	上蘭 哲也	新任
"	吉村 清隆	
"	岡 良二	
"	崎山 広樹	
"	福森 茂広	
"	入木田 真央	
"	中野 博康	
"	池田 耕造	
"	肥後 良二	
"	大野 道治	
"	西田 真太郎	
"	喜入 拓司	
"	古殿 義輝	
"	梅木 義隆	新任
"	桃北 勝美	新任
"	斑目 信行	
"	岡下 剛	
"	板敷 孝太郎	
"	濱崎 哲正	
"	下村 隆二	
"	師玉 和人	新任
"	中野 幸盛	
"	瑞穂 剛史	
"	榎田 光佑	



今年は、東日本大震災から15年、熊本地震から10年となり、あの時の経験から防災・減災、事前の準備の重要性を強く感じる▶2011年3月11日、私は現場を東奔西走しており、地震発生を知ったのは夜遅くだった。行政マンとして約2週間、岩手県に災害派遣として、救援物資の受け入れや避難所などへの発送、現地が必要とする物品の調達などの業務にあたった。地元の高齢男性が放った言葉が忘れられない。「この地域は地震や津波警報等が多いが、慣れすぎて普段から避難する習慣がなかった。私はいつも高台に避難し、今回も早々に避難した。まずは自身の身を守るべ

きだ」と話されたことだ▶それから5年後の2016年4月14日、前震となる熊本地震発生の翌日15日の夜に給水活動のために熊本県に入った。役場担当者から概要を聞き、翌朝に具体的な指示があるとのことで、仲間4人と他愛のない会話をしていた時、本震に見舞われた。足が震え、恐怖に怯え車中で一夜を過ごした。この本震で街は一変し、家屋の倒壊、道路の液状化など凄まじい光景を目の当たりにした。給水活動中も給水を待つ方の列が後を絶たなかった。ポリバケツから灯油缶など普段は貯水に向かないものまで様々な容器を持ってこられた。これが現実です。この噴火口を読んで、改めて防災の意識向上に繋がれば幸いです。

第23回九州ろうきん「NPO助成」の募集がはじまります!!

九州ろうきんでは、23回目となる「NPO助成」の募集を2026年9月1日(火)～9月30日(水)の期間に受け付けます。

NPO助成は、ボランティア預金「NPOパートナーズ」の寄付金と九州ろうきんの拠出金を財源とした制度で、これまでに1,484団体へ3億3,300万円の助成を行ってきました。今年度も九州全体で、単年度助成1,050万円と3年間継続助成210万円の合計1,260万円(うち鹿児島県は単年度助成140万円・3年間継続助成30万円の合計170万円)を助成します。なお、3年間継続助成団体は2024年度に決定していますので、今年度は募集いたしません。応募団体の審査を2026年10月下旬に実施、12月上旬に助成団体へ決定のご案内、2027年1月～2月にNPO助成フォーラム(贈呈式)を開催する予定です。

「NPO助成」の対象となる団体は、営利を目的とせず、九州ろうきんの営業エリアに主たる事務所を設け、団体および役員が反社会的勢力に該当しないNPO法人・ボランティアグループ・市民活動団体等です。

九州ろうきんの理念である「人々が喜びをもって共生できる社会の実現に寄与すること」に共感いただけるみなさまの積極的なご応募を心よりお待ちしております。

具体的なお申し込みやお問い合わせについては、九州ろうきん事業部福祉金融推進課(Tel.092-714-7017)、または、九州ろうきんホームページでご確認ください。

※ホームページからの応募のみとなっていますので、ご注意ください

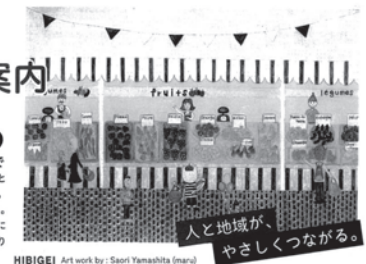
九州ろうきん

NPO助成のご案内

募集期間 2026 9/1(火)～9/30(水)

17時まで

(ろうきん)では、ボランティア預金「NPOパートナーズ」の寄付金と(ろうきん)の拠出金を財源とした「NPO助成」制度を設けています。今年も9月より助成先の募集を行いますので、ぜひとも活用ください。(ろうきん)の理念である「人々が喜びをもって共生できる社会の実現に寄与すること」に共感いただけるみなさまの積極的なご応募を心よりお待ちしております。



HIBIGEI Art work by: Saori Yamashita (maru)

2026年度 第23回九州ろうきん「NPO助成」募集要項

助成金額

①助成金総額 1,260万円

地区区分	単年度助成金額	3年間継続助成金額	助成金合計
福岡県	210万円	30万円	240万円
佐賀県	140万円	30万円	170万円
長崎県	140万円	30万円	170万円
熊本県	140万円	30万円	170万円
大分県	140万円	30万円	170万円
宮崎県	140万円	30万円	170万円
鹿児島県	140万円	30万円	170万円

②1団体あたりの助成金額

各県の単年度助成金額の範囲内で必要とする金額

③3年間継続助成金額(3年目)

各県1団体に対し上限30万円/年

※2024年度に3年間継続助成団体は決定していますので、今年度は募集いたしません。(次回は2027年度予定)

対象となる団体

- ①営利を目的とせず、九州ろうきんの営業エリアに主たる事務所を設けていること
- ②団体および役員が反社会的勢力に該当しないこと
- ・NPO法人・ボランティアグループ・市民活動団体等

対象となる事業活動

SDGs(持続可能な開発目標)17の目標に係る事業

スケジュール

応募団体審査	2026年10月中旬～11月上旬
助成団体決定通知	2026年12月上旬
贈呈式開催	2027年1月～2月上旬
助成金贈呈	2027年2月中旬

応募条件

- ①助成金の交付を受けた団体名および団体の主な活動内容が、九州ろうきんのホームページおよび情報誌等で公開されることに同意できること
- ②助成金の交付を受ける団体は、各県で開催される贈呈式に参加できること
- ③助成金を活用した活動について、団体内の機関紙等での公表およびろうきんへの事後報告が可能であること
- ④定款または会則・規約があること
- ⑤当金庫に助成金受取口座(団体名義)を開設できること

必要書類

- ①定款・会則・規約
- ②履歴事項全部証明書(法人格の場合)
- ※発行日から6か月以内のもの
- ③前年度の事業報告書および活動計算書
- ④当年度の事業計画書および収支予算書
- ⑤機関紙・パンフレット等 ※最新のもの2部まで
- ⑥見積書・パンフレット等(設備機器購入の場合)
- ※ご提出いただいた書類は返却いたしません。

当金庫ホームページからの応募となります。郵送での受付は行っておりません。

応募方法

<https://kyusyu-rokin.com/>

トップ画面にあるPICK UPキャンペーン(おすすめ情報)または「新着情報」欄からアクセスしてください。



①当金庫ホームページで応募される助成金の応募要項も必ずご確認ください。
②応募される助成金申請書フォームに、必要事項の記入と提出資料等のアップロードを行い、送信ボタンを押してください。

応募申請・問い合わせ先

九州労働金庫 事業部 福祉金融推進課
TEL 092-714-7017

九州ろうきん

九州ろうきん

検索

<https://kyusyu-rokin.com/>

各地域の児童養護施設へ図書を寄贈しました!!

九州ろうきんでは、設立10周年を契機に、2011年度より九州各県の児童養護施設の子どもたちが希望する図書を購入し、寄贈しています。児童養護施設の子どもたちの成長を応援する活動として、年2回七夕とクリスマスの時期に合わせて、これまでに1万8,436冊を寄贈してきました。包装、リボン掛けなどのラッピングは職員がボランティアで行っています。

寄贈に際し、子どもたちからいただいたメッセージカードは、地域のみなさまとともに子どもの成長を見守ることを目的に最寄りの営業店窓口にて一定期間掲示しています。これからも福祉金融機関として、地域社会に根差した取り組みを継続してまいります。

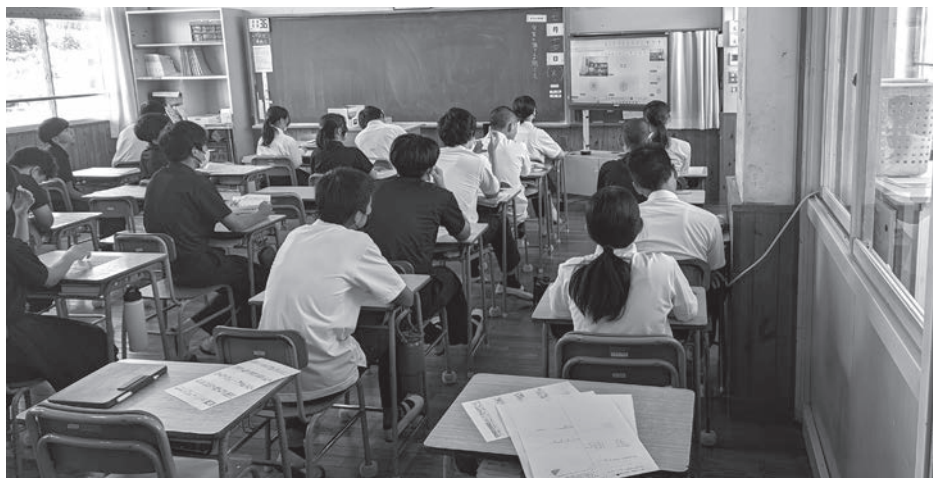


寄贈先の南さつまこどもの家 右: 山下様
左: 加世田支店 丸山支店長



寄贈先の大村報徳学園 左: 吉村様
右: 川内支店 鮫島支店長

金融教育セミナーを開催しました～南指宿中学校～



7月14日(火)、南指宿中学校で3年生113名を対象に「金融教育セミナー」を開催しました。講師を鹿児島支店の久保職員が務め、初めてのライブ配信型Web授業でのセミナーとなりました。セミナーでは、金融機関の役割や賢いお金の貯め方・借り方、お金のトラブル等を分かりやすく説明しました。受講した生徒からは、「普段の学校の授業では学べないお金のことについて知ることができた」「詐欺などのニュースを聞くと怖く感じていたが今回の金融教育セミナーを受けてどう対策すればよいか学べた」などの声が聞かれました。引き続き、ろうきんでは、若い世代の金融リテラシー向上に向けて、継続的な学習機会の創出等に取り組みます。



講師の鹿児島支店 久保職員

「言いたい劇場」 小菅りや子



2026年度次世代人財育成研修会のご案内

○労働運動・労働者自主福祉運動の歴史・理念を学び、運動の継承を図っていくことを目的として開催します。

■日時 2026年9月5日(土)13時30分～17時50分 ■場所 マリンパレスかごしま

■内容・スケジュール

時間	スケジュール	あいさつ・講師
13:30～13:35	主催者あいさつ	県労福協 海蔵理事長
13:35～14:15	講座1 いまこそ考えよう ライフプラン(仮)	九州労金鹿児島県本部 業務推進課 課長 松田 裕和
14:15～14:25	休憩	
14:25～15:15	講座2 生活保障設計の考え方について(仮)	こくみん共済 coop 鹿児島推進本部 事業推進部 事業推進課 課長 野間 大輔 職員 渡名喜 美沙
15:15～15:25	休憩	
15:25～16:35	講座3(講座・グループ共有) 消費者被害の実態と対策(仮)	「NPO法人 消費者ネットワークかごしま」 専門委員 正込 健一郎 様(弁護士) 専門委員 富元 美奈子 様(理事) 専門委員 古元 直美 様(消費生活相談員)
16:35～16:45	休憩	
16:45～17:15	講座4 労働委員会について(仮)	鹿児島県労働委員会 労働者委員
17:15～17:45	講座5 労福協の取り組み(仮)	県労福協専務理事 三浦 辰男
17:45～17:50	閉会あいさつ・アンケート記入	県労福協 満永副理事長

※連合鹿児島原爆パネル展も開催予定

報告

第9回組合員代表者会議を開催しました

【2026年度 鹿児島推進本部 推進活動計画について】

2026年度は「中期経営政策 2026-29 Action&Challenge」の初年度として、これまでの施策を検証し、組合員との「深く」「長く」「広く」の関係を強化し、事業の持続的成長と運動の発展をめざします。

また、「中期経営政策 2026-29 Action&Challenge」期間中における重点共済として、職域では「団体生命共済・マイカー共済・保障と貯蓄を兼ねた商品(新団体年金共済・終身生命共済)・自賠責共済・住まいる共済」、居住域では「マイカー共済・住まいる共済・こくみん共済・保障と貯蓄を兼ねた商品(ねんきん共済・終身生命共済)」を設定し、目標達成にむけた事業を展開します。

【2026年度 推進活動計画】

1. 活動の基盤となる取り組み

1. こくみん共済 coop 中期経営政策
2026-29 Action&Challengeの取り組み
2. 労働者自主福祉運動の拡大にむけた取り組み
3. 共済利用を通じた社会課題の取り組み
4. 推進体制の再編整備の実行課題に沿った
体制づくりの検討・実施

II. デジタル技術を活用した「人」による 組合員への寄り添い

1. 公式アプリ・マイページ等の積極活用
2. CRMシステムの活用による最適な保障提案

Ⅲ. 共済利用を通じた社会課題の取り組み

1. 「7才の交通安全プロジェクト(横断旗寄贈の取り組み)」
2. 「こどもの成長応援プロジェクト(なわとび寄贈の取り組み)」
3. 防災・減災の取り組み

IV. 事業維持・事業拡大のための取り組み

1. 協力団体での取り組み
2. 居住域での取り組み
3. 共創パートナー団体(共済代理店)での取り組み
4. 事業基盤強化にむけた取り組み

ご案内

2025年度こくみん共済 coop 共済活動表彰

第9回組合員代表者会議終了後、「鹿児島推進本部 共済活動表彰基準」に基づく2025年度共済活動表彰を実施しました。新規契約表彰20団体、団体生命共済純増口数表彰3団体、団体生命共済制度改定表彰2団体、生活保障設計運動表彰3団体、合計28団体が表彰団体となりました。

住まいる共済 (火災共済)	新規契約 件数の部		新規契約 契約率の部	
	最優秀	鹿児島県職員労働組合	最優秀	鹿児島県土地改良事業団体連合会職組
	優秀	南国交通労働組合	優秀	南日本総合サービス互助会
住まいる共済 (自然災害共済)	新規契約 件数の部		新規契約 契約率の部	
	最優秀	鹿児島市職員労働組合	最優秀	伊仙町職員組合
	優秀	奄美市職員労働組合	優秀	屋久島町職員労働組合
マイカー共済	新規契約 件数の部		新規契約 契約率の部	
	最優秀	鹿児島県建設技能者組合	最優秀	全日本港湾労組 鹿児島支部
	優秀	ジャパンファーム労働組合 垂水分会	優秀	屋久島電工労働組合
自賠責共済	新規契約 件数の部		新規契約 契約率の部	
	最優秀	阿久根市職員労働組合	最優秀	西之表市職員労働組合
	優秀	鹿児島県職員退職者会	優秀	龍郷町職員組合
こくみん共済	新規契約 件数の部		新規契約 契約率の部	
	最優秀	九州労働金庫労組 鹿児島支部	最優秀	健児こども園互助会
	優秀	コスモテック労働組合	優秀	ホテル大蔵互助会

団体生命共済	純増口数表彰	
	最優秀	鹿児島トヨタ労働組合
	優秀	ジャパンファーム労働組合 大崎分会
	優秀	鹿児島トヨペット労働組合
	制度改定表彰	
生活保障 設計運動表彰	生和糖業労働組合	
	南国殖産労働組合	
	全日通労働組合 鹿児島県エリア支部	
	伊藤ハム米久労働組合サンギョーミート支部	
	南西糖業労働組合	

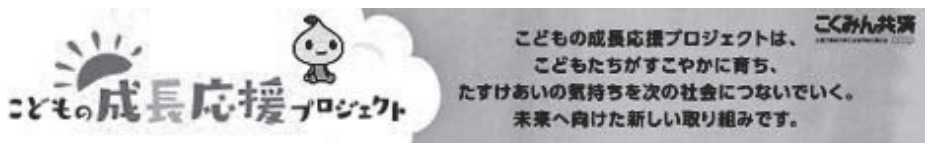
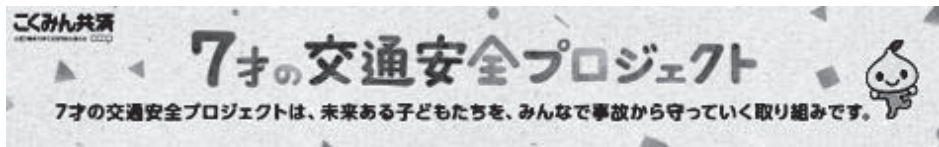
・「鹿児島推進本部共済活動表彰基準」にもとづいて順位を決定しています。

・新契約件数・契約率の部は、2025年度の新規契約件数と当該協力団体の組織人員にもとづき決定しています。

・生活保障設計運動の部は、2025年度の各協力団体における各種共済活動にもとづき、拠点からの推薦による選考としています。

鹿児島市立西谷山小学校に横断旗・なわとびを寄贈

このように協力団体や組合員の方々と連携した取り組みを今後も展開していきたいと考えていますので、引き続きのご協力をよろしくお願いいたします。



▲詳しくはこちら

車検 修理 点検 はこくみん共済 coop の指定整備工場で！
組合員の皆さまは最寄りの指定整備工場をご利用ください

また、車検のお見積もりはWEBで手軽に依頼できます。二次元コードを読み取り、最寄りの指定整備工場を選択しご依頼ください。



お見積もり依頼はネットが便利！

検索



鹿兒島推進本部
(鹿兒島県労働者共済生活協同組合)

「くくみん共済 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。

第44回通常総会を開催しました

鹿児島県生活協同組合連合会



総会の様子

鹿児島県生活協同組合連合会は6月26日(金)、鹿児島サンロイヤルホテルで第44回通常総会を開催し、代議員27名、役員9名が参加しました。

総会は、来賓としてご列席いただいた県労協の海蔵伸一理事長のあいさつの後、「2025年度活動・

事業報告・決算報告・損失金処理案・監査報告」「2026年度活動方針・予算」「第30期役員選任」の全議案が満場一致で承認されました。また、第30期役員の3役として会長理事に上城秀人氏(生協コープかがしま理事長)、副会長理事に五田嘉博氏(県職員生協専務理事)と萩原直大氏(鹿児島医療生協専務理事)、専務理事に東垂水末義氏(生協コープかがしま)が選任されました。

県職員生協も総代会を開催

鹿児島県職員生活協同組合

鹿児島県職員生活協同組合は6月29日(月)、令和8年度通常総代会を開き、総代・役員など約40名が出席しました。

開催に当たり、来賓の県労働者福祉協議会の海蔵伸一理事長、県職員労働組合の井手添勝執行委員長(松元城治執行部代表代読)から祝辞をいただきました。

議案審議では、令和7年度事業報告・決算報告及び損失処理(案)、令和8年度事業計画及び予算(案)などの議案5件が全て可決・承認されました。

役員の辞任に伴う補欠選挙後に開催された第1回理事会では、理事長・副理事長等を選任し、次のとおりとなりました。

理事長	堤田 展弘
副理事長	井手添 勝
副理事長	牧之内明子
副理事長	抜崎 正明
専務理事	五田 嘉博

「退職者会ボウリング大会」を開催

始良伊佐労福協、連合始良伊佐退団連

始良伊佐地域労働者福祉協議会は7月8日(水)、霧島市の国分スターレーンで連合始良伊佐地域退職者団体連合と共催によるボウリング大会を開催し、31名が参加しました。

大会は10時にスタートし、それぞれ2ゲームを楽しみました。マイボール持参でストライクやスペアを連続で出す人のほか、たまに出るストライクやスペアにあちこちで歓声上がるなど、白熱したゲーム展開となりました。

結果は団体は、優勝「郵政退職者C」、準優勝「郵政退職者B」、3位「県職退職者A」で、個人は、優勝・竹下さん(退教協A)、2位・郡さん(県職退職者)、3位・児玉さん(郵政退職者)でした。入賞10本や飛び賞が準備されたほか、スコアの振るわなかった人も抽選会で賞品を獲得しました。参加者からは、来年も楽しみにしていますとの声が聞かれるなど、皆さん笑顔で帰路に着かれていました。



表彰式の様子

「2026親子ふれあい講座in鹿児島市」 ～握って食べるすし職人体験や鹿児島の歴史を学んだ旅～

鹿児島県労働者福祉協議会は7月24日(金)、25日(土)の1泊2日で「親子ふれあい講座in鹿児島市」を開催し、県内各地から集まった8家族30人(大人14人、子ども16人)が参加しました。

初日はまず、康生産業の「康正寿司学校」で、すし職人の体験をしました。職人が身に着ける帽子・ハッピーを羽織ってすし職人の気分になり、シャリの握り方、ネタの持ち方などのポイントを分かりやすく説明してもらいながら軍艦巻きや手巻きなどを握りました。終了後は全員に終了証書が渡され試食しました。自分で握ったすしは、個性のある形もありましたがとてもおいしく、握り方のコツなども学べ楽しい体験となりました。

次に「維新ふるさと館」に移動して、幕末から明治までの薩摩藩の歴史について学びました。家族で体験や展示物を見学し、最後に維新体感ホールで「薩摩スチューデント、西へ」と題した映像を見て、若き薩摩藩士の英国留学について学びました。



体験の様子

最後は「いおワールドかがしま水族館」で黒潮大水槽を見学後、普段は見ることのできない水族館の「裏側」を見学するバックヤードツアーに参加しました。関係者以外立ち入り禁止の扉からバックヤードに入り、黒潮大水槽を見下ろす場所で水槽の水の浄化方法やジンベイザメの運搬方法などを職員から詳しく説明してもらいました。

2日目は、ホテルから鹿児島市立少年自然の家に移り、屋久杉を使った世界に一つだけのオリジナルキーホルダー作りを体験しました。職員から、樹齢1,000年以上が屋久杉で、それ未満は小杉と呼ばれることや、現在は伐採が禁止され貴重なものであると説明を受け

ました。体験は、まず気に入った屋久杉の木片を選んで紙やすりで表面を磨き、木目がきれいに浮き立ってきたら親子で時間をかけて磨き上げ、金具を取り付けてオリジナルキーホルダーを完成させました。その後、移動して昼食を取り、天文館周辺の散策と、かがしま特産品市場(かご市)でお土産などを購入して2日間の日程を終えました。

屋内中心の講座であったものの、屋外に短時間いるだけでも汗が噴き出るような厳しい暑さの中でしたが、参加者の入念な暑さ対策のおかげで無事に終了することができました。



鹿児島市立少年自然の家で記念撮影

セルフコンパッション でうまくいく!

夏になると、「眠れない」

「疲れが取れない」という相談が増えます。話を聞くと、多くの人が、エアコンは体に悪いと思い込み、暑さを我慢しながら眠っています。実は逆です。睡眠以外の臨床でも、多くの研究でも、寝室の温度を朝まで一定に保つことは、質の良い眠りに欠かせないということが分かっています。

特に多いのが、タイマーでエアコンを途中で切ってしまう眠り方です。夜中に室温が上がると、脳と体は目を覚まし、深い眠りに戻れなくなります。それが夏の中途覚醒や、眠りの浅さ

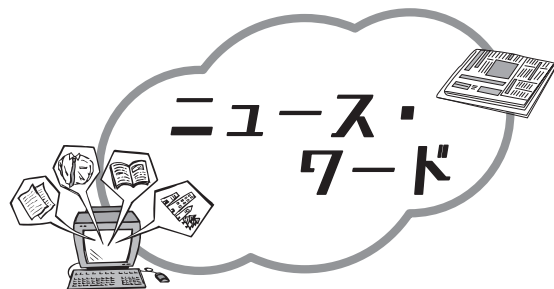
⑦ 夏の眠りを守る

臨床心理士 山藤奈穂子

の正体です。「ちゃんと寝たはずなのに疲れが取れない」「夏バテがづらい」と感じる時、その原因は気合いや体力ではなく、睡眠中の室温の変化にあることが少なくありません。

我慢強いことは美德ではありません。あなたの眠りは、とてもデリケートなものです。エアコンをつけたまま眠ることは、甘えでもぜいたくでもなく、脳と体を回復させるための大切なケアです。設定温度を26℃28度くらいに保ち、布団をかぶり、朝までクーラーを消さずに眠ってください。

そして、食事と同じくらい大切です。たんぱく質やビタミン、ミネラルが十分に取れていないと、気分を整える物質が脳内でうまく作られません。食べ物が心の状態に与える影響は大きく、暑さで食欲が落ちやすいこの季節こそ、意識してしっかり栄養を取ってください。あなたは大切な人です。あなたの眠りと心を、この夏、守ってください。



AIコピペ

生成AIが作成した文章の内容を十分に確認せず、宿題や企画書などにそのまま貼り付けて提出する行為が、教育現場や職場で問題になっています。全国の大学生を対象に昨夏に行った調査ではAIによる翻訳文をそのまま使い、外国語の授業の課題を提出した経験が「ある」との回答が36%に上りました。一見正解風でも事実と異なる情報や架空の引用が含まれていることがあります。そのため最近では、AI使用を禁止するのではなく、下書きやアイデア整理に



活用し、内容を検証することが奨励されています。利用ガイドラインを整備する企業も増えていきます。便利な道具として賢く活用することが大切です。

読者からの声

325

このところ台風や大雨が続き、各地で家屋倒壊や土砂災害等が起こっているようです。災害に強い国になってほしい。

(天城町)

子どもの成長と共に、教育ローンの文字が気になるこの頃です。安心して親が働ける、子どもたちが学べる世の中であることを切に願います。(宇検村)

もうすぐ、ろうきんで借りたカーライフローンが終わります。ローンの支払いが終わったら、資産形成にお金を回していきたいです!

(龍郷町)

「かしま労働者福祉だより」を見て、こくみん共済に加入しました。

(鹿児島市)

6月号の記事で、九州ろうきん鹿児島支店が管轄の新小学年生にマスコットを贈呈されたとのこと。反射キーホルダーは安全に登下校する助けになるので、とても良い取り組みだと思います。

(鹿児島市)

6月号の「奨学金返済Q&A」の記事を見ました。現在返済中なので、今後なにかあったときのために勉強したいと思います。

(枕崎市)

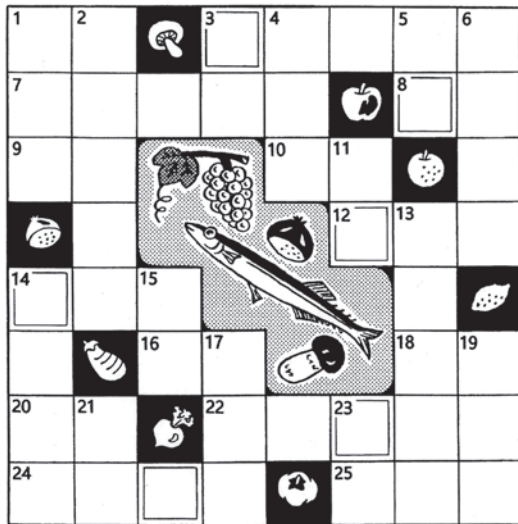
「タオル一本運動」の報告を読みました。私もさやかながら、寄付させていただきました。少しでも役立つことを期待します。

(始良市)

いつも「セルフコンパッションでうまくいく!」の連載を楽しみにしています。心穏やかに過ごしたいものです。

(曾於市)

【お知らせ】「かしま労働者福祉だより」は鹿児島県労働協ホームページからも閲覧できます。



▲解き方▼ イラストをヒントにして、二重ワクの6文字をうまく並べてできる言葉は？

ヨコのカギ
タテのカギ

1 煙に含まれる黒い粉末
2 チョーギースと鳴きます
3 昔はセイロンといわれた国
4 桃……三年柿八年音調……が
5 夫婦げんかは……も食わぬ
6 ……の川流れ。……の尻力士でやせた体型は
7 ソップ型、太った体型は……型
8 架空の恋人「……彼女」食パンにもついています
9 沖縄県の県庁所在地
10 注意が他にそれて、目の前のことを聞き流す
11 ようす
12 ……時無呼吸症候群
13 歌舞伎や浄瑠璃などの演劇
14 秋の七草の尾花の別名
15 王貞治死球退場後に長嶋茂雄が放った……ホームラン
16 鹿苑寺の別称は……閣寺物の筋道がよくわかること
17 北条時政の後妻の名前
18 洋風の上履き
19 手ごたえなし、……にかけそばに卵を落とすと？
20 「……は嫁に食わずな」口から出る音
21 双方の息がピッタリ合うこと。……の呼吸
22 味を感じる小さな器官
23 花咲かじいさんが枯れ木にまいたもの
24 贈り物につける紙片

【解答】は必ずハガキかWEBで解答、郵便番号、住所、氏名、職場名(もしくは団体名など)を明記のこと。1人1通に限りまします。なお、労働協各団体に対するご意見などもお書きください。締め切りは2026年9月4日必着。今回も20人の方に賞品を進呈します。

■下記二次元コードでも応募いただけます

【送り先】〒890-0064
鹿児島市鴨池新町五十七六階
鹿児島県労働協「クイズ」係
788号(7月)のクイズの答え

多数の応募をいただきありがとうございます。応募総数は130通で正解が128通、無効が2通でした。厳正な抽選の結果、下記20人が当選されました。

クイズ当選者(敬称略)

阿野山瑠惟	飯屋正秀	中村吉治	津曲花穂	高松雄一郎	有馬香菜子	今村陽子	梅見弘太郎	濱田紀子	米倉満裕
地頭方隼人	濱田伴哉	青木一史	加藤裕人	冠満彩加	川迫海舟	坂元孝輔	益田尚生	森田圭南	外園和彦



答え
「サンゴシヨウ (サンゴ礁)」

ひとりで悩んでいませんか？ まずはお気軽にお電話を！

■相談日：月曜日～金曜日(土日祝を除く)
■相談時間：午前10時～午後4時
■相談内容：解雇・不払い残業・有給休暇・パワハラ・セクハラ
多重債務・奨学金・住宅(増・新築)など
■相談：原則無料
ただし、弁護士等専門家に相談する場合は、別途料金がかかる場合があります。

労働相談専用 ☎0120-154-052
安心ネットかごしま ☎0120-307-830

*安心ネットかごしま
相談対応「LINE公式アカウント」



ろうきんカードは

全国どこでも、土日祝日でも

便利に「ツカえる！」



ろうきんATMなら/
ご利用手数料はいつでも無料！窓口よりもお振込手数料がおトク！

いつでも ATM利用手数料 0円	時間内 ATM利用手数料 0円
 ローソン銀行	 オンラインキャッシュサービス セブン銀行
 コンビニATM	 イオン銀行

※一部の地域においては、コンビニエンスストア等のATMを地方銀行・ゆうちょ銀行等の金融機関が設置している場合があります。その場合、ご利用手数料がかかりますので、ご利用手数料を1回につき110円を上限にキャッシュバック(ご利用いただいた口座へ入金)いたします。コンビニエンスストア等に設置されているATMが「ローソン銀行」および「イーネット」であることをご確認ください。記載内容は2025年10月1日現在の内容です。

九州ろうきん <https://kyusyu-rokin.com/>



たすけあいの輪をむすぶ

こくみん共済

全国労働者共済生活協同組合連合会



こくみん共済	マイカー共済
住まい共済	自賠責共済

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。

*こくみん共済 coop<全労済>ホームページアドレス
<https://www.zenrosai.coop>



*労福協ホームページアドレス
<http://blog.rofuku.net/kagoshima/>



*連合鹿児島ホームページアドレス
rengo-kagoshima.jp/rengou/

