

あそびごころ

JA-ISE public relations magazine "Ensemble"

特集

いつまでもわたしらしく
認知症共済

曲
のうのかぜ
の風

谷口 剛
さん

三重南紀みかん地域運営委員会 委員長
JA伊勢サマーフレッシュユ部会

仲間とともに サマーフレッシュの 収量増大を目指す

御浜町でサマーフレッシュを栽培する谷口さんは今年で就農して24年目を迎えます。現在、「三重南紀みかん地域運営委員会」の委員長を務め、JA伊勢や各生産部会とともに販売計画の遂行や、販売促進など多岐にわたり活動しています。

「高校卒業後、JA職員として農業に関わっていました。37歳の時に父の農園を受け継ぎました。園地を借りて栽培面積を増やし、今は妻と息子とともに温州ミカンを中心に、中晩柑類を合わせて7品種栽培しています。サマーフレッシュの栽培は10年ほど前に始めました。高糖度な品質を求められる他の中晩柑に比べて、糖度追求にかかる労力が少なく、

収量も安定していることからサマーフレッシュを選びました。収穫時期が遅いことから競合する品目や産地も少なく、販売価格が安定していることもサマーフレッシュ栽培の魅力です。少人数での経営なので、作業性の良い品目をいくつか選んで、それぞれを組み合わせて周年栽培しています。そうすることで自然災害による品質の低下や相場の影響を受けるリスクを軽減し、安定した経営を成り立たせています。また、委員会では責任のある立場ですが、産地の将来のためにとの思いで農業経営と両立して頑張っています」と話す谷口さん。

「サマーフレッシュは露地栽培の柑橘類の中で、一番遅くに収穫を迎える品種で、三重南紀地域が日本最大の生産地です。頬張るとパンチのある酸味とさわやかな香りが広がり、汗ばむ初夏にぴったりの味わいです。サマーフレッシュは全国的にも稀少で需要も高まっているので、増えつつあるサマーフレッシュ部会の仲間とともに収穫量の増大を目指していきたい」と話してくれました。



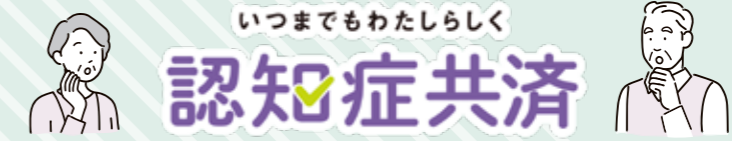
サマーフレッシュ
ハッサクと夏ミカンを交配させた品種で、柑橘類では最も遅い4月中下旬ごろから収穫期を迎えます。収穫期には翌年の果実になる花を咲かせ、1年以上かけて実が熟す珍しい品種です。

御浜町
三重南紀みかん
地域運営委員会 委員長
JA伊勢サマーフレッシュ部会
谷口剛さん(60)

御浜町でサマーフレッシュを栽培する谷口さん。約250アールで、サマーフレッシュや味一号、中晩柑類を合わせて7品種栽培しています。

Contents

- 農の風..... 2
- 特集..... 4
- いせちゃんトピックス..... 6
- 旬を味わう..... 8
- 「みらい」活動だより..... 9
- 家庭菜園..... 10
- JAの保健室..... 11
- あんさんぶるひろば
我が家の人気者/
元気はつらつシニアだより..... 12
- お便りのコーナー/おもしろ川柳/
わくわくプレゼント..... 13
- インフォメーション..... 14
- 令和4年度 新入職員紹介..... 15
- JA伊勢カレンダー..... 16



ご自身やご家族がいつまでも安心して暮らすために

認知症の予防と備えについて考えてみませんか？

長寿化の進展等により、認知症は誰にとっても身近なリスクになってきています。

2025年には約**1,362万人***1、
65歳以上の
約3人に1人*2



認知症や軽度認知障害 (MCI) の患者数は、
2025年には65歳以上の高齢者人口約
3,677万人の約3人に1人、約1,362万人
に達すると推計されています。

認知症には、介護費用のほか、検査・ケア・医療のための費用がかかります。

認知症に伴う費用の目安

介護にかかる自己負担額*3

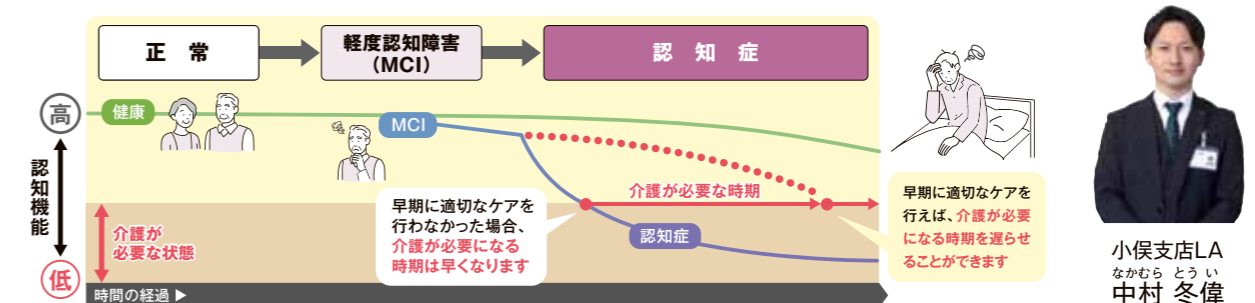
介護費用 1カ月平均**8.3万円** × 介護期間 平均**5年1カ月** = **総額 約507万円**

認知症の検査・ケアなどにかかる自己負担額

| 検査・ケア・医療の例 | 費用の目安(1年間) | 5年間継続した場合 |
|--------------|--|------------------|
| MCIスクリーニング検査 | MCIのリスクをはかる血液検査 約2万円*4 | 約 10万円 |
| もの忘れドック | 脳の異常や記憶力・認知力の低下がないかを確認する画像検査・認知機能検査等 約5万円*5 | 約 25万円 |
| 認知症デイケア | 運動療法や認知トレーニング等を行うプログラム(公的医療保険適用) 約4～12万円*6 | 約 20～60万円 |
| 認知症の外来医療費 | 投薬やリハビリ等 約4～14万円*7 | 約 20～70万円 |

早期発見と適切なケアで介護期間を短くできれば、ご自身やご家族の負担軽減につながります。

認知機能と時間の経過のイメージ図



*1「厚生労働省 社会保障審議会 介護給付費分科会 第115回(H26.11.29)参考資料」,「厚生労働省 社会保障審議会 介護保障部会 第78回(令和元年6月20日)資料」をもとにJA共済連にて試算 *2内閣府 令和3年版高齢者社会白書をもとにJA共済連にて試算 *3公益財団法人 生命保険文化センター「2021(令和3)年度 生命保険に関する全国実態調査」をもとにJA共済連にて試算 *4約2万円/回(全額自己負担の場合)、年に1回としてJA共済連にて試算 *5約5万円/回(全額自己負担の場合)、年に1回としてJA共済連にて試算 *6公的医療保険の自己負担割合(1割～3割)に応じて約800円～2,400円/日、週に1回・年間52週としてJA共済連にて試算(千円単位切り捨て) *7慶應義塾大学・厚生労働省「認知症の社会的コスト(2015)」をもとに費用の目安(1年間)を公的医療保険の自己負担割合(1～3割)に応じて47,520円～142,560円(千円単位切り捨て)としてJA共済連にて試算

NEW いつまでもわたしらしく 認知症共済

JAの認知症共済は、幅広い保障とサービスで
予防しながらしっかり備えられる、新しい保障です。

- ポイント1** 認知症はもちろん、認知症の前段階の**軽度認知障害(MCI)**まで幅広く保障します。
- ポイント2** 認知症の予防・早期発見から発症後までをトータルでサポートする**各種サービス**がご利用いただけます。
- ポイント3** **簡単な告知**でご加入いただけます。

ご契約例：共済金額 500万円

不担保期間

1年間

はじめの1年間は認知症・軽度認知障害の保障がありません。

①認知症共済金 500万円(共済金額×100%)
※軽度認知障害給付金支払後は共済金額×90%

所定の認知症と診断確定+要介護1以上の認定中*のとき
*公的介護保険制度に定めるもの

②軽度認知障害給付金 50万円(共済金額×10%)

所定の軽度認知障害または所定の認知症と診断確定されたとき
※①と②の支払額を合計して、共済金額と同額が限度です。

一生涯保障

南勢支店LA
やまもと まゆ
山本 真由

ご加入

※この共済には、死亡時における保障はありません。※認知症共済金をお支払いした場合にはご契約は消滅します。※この共済には、指定代理請求特約を必ず付加していただきます。※共済金等のお支払いは責任開始時以降に生じた病気またはケガによる場合に限りです。※認知症共済金及び軽度認知障害給付金にかかる責任(保障)の開始は、ご契約日からその日を含めて1年を経過した日からとなります。なお、共済掛金の払込免除についてはご契約日から保障します。※軽度認知障害給付金は共済期間を通じて1回のみ支払われます。

プラス 認知症の発症前後を幅広いサービスでサポートします。

| サービス名 | サービス概要 | 費用 |
|---------------------|---|-------------|
| 食事管理アプリ「あすけん」 | 毎日の食事の記録や摂取栄養等を確認できる「あすけん」アプリ(JA共済用プレミアム版)を無料で提供します。 | 無料 |
| 運動トレーニングサービス | オンラインで受講可能な認知症の予防に向けた運動プログラムを優待価格で提供します。 | 優待価格 |
| MCIスクリーニング検査の取扱施設紹介 | 軽度認知障害(MCI)のリスクを判定する血液検査「MCIスクリーニング検査プラス」が受けられる医療機関を紹介します。あわせて、検査会社から、検査受診特典を提供します。 | 受診特典 |
| 見守りサービス | ご契約者本人の見守りやご家族のサポートのためにホームセキュリティサービスを優待価格で提供します。 | 優待価格 |



※サービスのご利用には一定の条件があります。
※これらのサービスは令和4年4月時点のものであり、将来廃止・変更の場合があります。

※この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。 [22244260105]

■お問い合わせ・詳しくは
最寄りの支店窓口かLA(ライフアドバイザー)
または本店 金融共済部 共済普及課・共済保全課 ☎0596-67-2030

新茶シーズン到来 越賀茶初摘み



志摩市で4月19日、露地栽培では三重県内で最も早い「越賀茶」の茶摘みが始まりました。ほとんどが手摘み収穫で、5cmほどの新芽と茶葉を摘み取る「一芯二葉」で収穫する光景はこの時期の風物詩となっています。

「越賀茶」は、程よい渋味と甘み特徴。県内外からのリピーターも多く、ほとんどが予約販売です。

今年は3月下旬の低温の影響で、昨年より10日ほど遅い収穫となりましたが、4月末までに例年並みの約1.5トンの収量を見込んでいます。



この記事の動画を見る



一芯二葉で丁寧に摘み取る様子



早場米「あきたこまち」を定植する生産者

お盆前の贈答用に 早場米「あきたこまち」田植え



紀宝町で3月24日、早場米「あきたこまち」の田植えが始まりました。三重南紀地区ではお盆前の贈答用米等の需要に対応するため、早場米の栽培に取り組んでいます。

「あきたこまち」の収穫は7月下旬に行い、8月上旬から三重南紀地区のJA伊勢購買店舗や直売所ほほえみかんで販売されます。

規格外品の 管内産マイヤーレモンがグミに



JA伊勢は、4月11日から管内産マイヤーレモンのペーストを使用した「マイヤーレモングミ」を発売しました。

グミに使用するのは、三重南紀地区で栽培された規格外のマイヤーレモンで、2層仕立てになっており、中心部にはマイルドな酸味を堪能できる濃厚ジュレがたっぷりと詰め込まれています。

商品は4月11日から東海エリアの大手量販店で販売されており、5月9日からは県内のスーパー等でも販売される予定です。



新たに発売したマイヤーレモングミ

／ おもしろ農産物 ／



直径35cm超えの
ジャンボ！ブロッコリー
(紀宝町/田中さん)



トルネードにんじん
(度会町/藤田さん)

おもしろい形の農産物を見つけたら、最寄りの支店・事業所または企画広報課 ☎0596-62-1125 まで

JA伊勢管内の
さまざまな情報をお届け！

いせちゃんトピックス

Ise-chan Topics

令和3年度農事功績者表彰「緑白綬有功章」を受章 南伊勢町の東克臣さん



大日本農会が3月16日付で発表した令和3年度の農事功績者表彰で、南伊勢町の東克臣さんが緑白綬有功章を受章されました。

東さんはJA伊勢マルゴ柑橘部の部長として、みかんのブランド力向上や担い手育成等に貢献はもちろん、三重県の指導農士のリーダーとしても活躍されていることから、今回の受章に至りました。

東さんは「南伊勢町の柑橘生産者は高齢化が進んでいるが、新たにミカン栽培に取り組む方などの受け入れ等を産地全体で積極的に行い、これからも『マルゴみかん』の産地を守っていきたい」と話しました。



園地で表彰状を見せる東さん

移動金融店舗車



「かけはし号」運行開始



テープカットを行い、安全を祈願する
西村隆行代表理事組合長(左)ら

JA伊勢は4月1日から、災害発生時の金融サービス維持と利用者の利便性維持のために信用窓口端末機を搭載した、移動金融店舗車「かけはし号」の運行を始めました。

「かけはし号」は、既に三重南紀地区で運行している「いぶき号」に次ぐ2台目の導入で、度会町と南伊勢町にあるJA伊勢の施設6カ所を週5日、3コースに分けて運行します。

3月24日には、本店敷地内で出発式典を開き、JA三重信連やJA伊勢の役員らが参加して「かけはし号」の安全を祈願しました。

さわやかな初夏の柑橘



「サマーフレッシュ」出荷スタート

三重南紀地区で、4月下旬から2021年度産の最後を飾る「サマーフレッシュ」の出荷が始まりました。

サマーフレッシュは「ハツサク」と「夏ミカン」を掛け合わせた品種で、果肉は淡い黄色でシャキッとした食感が特徴です。

JA伊勢管内では20戸の生産者が栽培しており、5月上旬までに岐阜県を中心に、県内、愛知、大阪、東京の市場に出荷します。



昨年のサマーフレッシュ選果の様子

JA伊勢ファンクラブ
みらい活動だより

メンバー募集中

手芸グループ「Enjoy」ソックモンキー作り

4月5日、手芸グループ「Enjoy」は御浜支店で今年度第1回目の活動を行いました。当日は4名が参加し、「ソックモンキー作り」に挑戦。ソックモンキーとは靴下を使って作るサルの人形で、靴下をパーツごとの形にして綿を詰め、縫い合わせて顔や体を作ります。

参加者らは、目を付けたり、洋服を着せたりして、それぞれオリジナルの人形を完成させました。



オリジナルのソックモンキーを作る参加者

歩きながら町を綺麗に クリーンアップ健康ウォーキング

3月17日、志摩市で「クリーンアップ健康ウォーキング」を開催し、10名が参加しました。

当日は、志摩市浜島町の大矢浜海水浴場からびん玉ロードまでの約4キロのコースを、ゴミを拾いながら歩きました。

またクリーンアップ中には、宇氣比神社と、学業合格祈願やスポーツ必勝などのご利益があるとされる恵比寿神社も参拝しました。



ゴミを拾いながら歩く参加者ら

◆「はっするレディーぼいんとカード」の交換について◆

令和4年3月末での「はっするレディーぼいんとカード」の終了に伴い、以下の日程で「ぼいんとカード」の交換を行います。今回をもって「ぼいんとカード」の交換が最後となるため、1ポイントから以下の商品と交換いたします。

○申請方法

令和4年5月2日(月)～9月30日(金)の間に、支店窓口で「ぼいんとカード預かり証」を受け取ってください。

○交換方法

令和4年11月7日(月)～11月30日(水)の間に、「ぼいんとカード預かり証」と引き換えに商品を受け取ってください。

※申請・交換は必ず同じ支店窓口で行ってください。

※申請・交換の期間は必ずお守りください。

○商品

- 1～3ポイント 食器洗い洗剤 1個
- 4～5ポイント サランラップ 1本
- 6～9ポイント トイレトペーパー 1さげ
- 10ポイント JA500円商品券

※端数のぼいんとカードをお持ちの方は、ぼいんとをまとめさせていただきます。

※商品は変更となる場合がございます。



◆JA伊勢管内産「おでん大根」から作った「千切り干し」◆

JA伊勢女性部が加工！味が染み込みやすく、甘みがあるダイコンから作った千切り干し大根です！

太切り・細切り(どちらも30g入り) 290円(税込)

商品のお問い合わせ・注文は
以下のお問い合わせ先まで



細切り

太切り

●6月の活動予定、朝市情報についてはHPをご確認ください。

お問い合わせ

くらしの活動推進課

☎ 0596-62-1125 まで

LINE



SNS



Facebook



Instagram

ホームページ



旬を味わう

Cooking

伊勢茶だんご

調理時間

10分

作り方

- 1 ボウルに白玉粉、上新粉、粉末緑茶を入れて混ぜる。ぬるま湯100ccを少しずつ加えてよくこね、耳たぶくらいのやわらかさにする。
- 2 直径1.5～2cmのだんごに丸め、湯を沸かした鍋にだんごを入れる。浮いてきたら2分間ほど火を通す。
- 3 火が通っただんごを水を張ったボウルに入れ、流水にかける。
- 4 3つずつ串にさして器に盛り、好みできな粉やあんをかけて完成。

材料(2人分)

- 白玉粉……………60g
- 上新粉……………60g
- 粉末緑茶……………小さじ2
- ぬるま湯……………100cc
- きな粉、あん(お好みで) ……適量

お茶の味と香りが
引き立ちます!

料理の動画はこちら▶



今月の食材

伊勢茶
(日本茶)



栄養

お茶に含まれるカテキンには抗酸化作用の効果が、細胞を酸化させて傷つける活性酸素の働きを抑えて、老化・がん・生活習慣病などの予防に効果が期待できます。

また、お茶に含まれるアミノ酸であるテアニンは、脳の神経細胞を保護する働きがあり、リラックス効果が期待できます。

保存方法

開封後は保存袋に入れて密閉、または缶やビンに入れて冷暗所か冷蔵庫で保存しましょう。湿度が高いところ、光が当たるところ、温度が高いところに保存するとお茶の品質が劣化してしまうので気をつけましょう。

お茶の種類

(煎茶)
日本で最も一般的な緑茶で、JA伊勢管内でも最も多く生産されています。旨みと渋みが調和したさわやかな味です。

(かぶせ茶)
三重県北勢地域で生産がさかんな茶で、黒いネットなどで茶の樹を覆い、直射日光を遮って柔らかな葉に育てた高級茶。渋みが抑えられ、うまみ成分が多いので、まろやかな味わいとなります。

(深蒸し煎茶)

三重県南勢地域で多く生産されている茶で、製法は煎茶とほぼ同じですが、茶葉の蒸し時間を煎茶の倍以上かけてつくってお茶。渋みが少なく、香り豊かに仕上がります。

※三重県HP「伊勢茶の振興」参照

三重県は
お茶の生産量
全国3位!! ※



JAグループでは、心と体を支える食の大切さ、国産・地元産の豊かさ、それを生み出す農業の価値を伝える「みんなのよい食プロジェクト」に取り組んでいます。



調理、献立を工夫！ 減塩アイデア

中級編

塩分の摂りすぎはさまざまな病気を引き起こすことがわかっています。
今よりも「2割減」を目指しましょう。

●調理の工程はシンプルに

下味をつけて、揚げて、調味料をからめるなど、調理工程が複雑になると塩分が多くなりがちに。味をつけて焼くだけ、揚げるだけのシンプルな料理がおすすめ。

●1品の中に香りは1種類

減塩に有効な香り食材。「焼き肉はこしょうをきかせてニンニクは使わない」「ドレッシングはのりをきかせてレモンは使わない」など香りを1種類にすると、献立にメリハリがつか減塩しやすい。

●料理の仕上げにごま油、オリーブオイル

炒め物の仕上げにごま油を使う、冷ややっこやパスタの仕上げにオリーブオイルを使うというように、香りのある油を風味づけに使用すると、減塩の料理でも満足できる味わいになる。

●計量スプーンやはかりを使う

料理は分量でつくるとい人が多いが、調味料は計量スプーンで量ることで使いすぎを防げる。塩を量るには0.1g単位のデジタルスケールがあると便利。



●塩は精製塩、しょうゆは薄口

粗塩は味が複雑な分塩味を効かせにくいので、減塩には精製塩がおすすめ。しょうゆは濃い口より薄口のほうが塩分は多いが、濃い口の方が量を多く使いがち。薄口を上手に使うとよい。

●市販のだし、塩分に注意

だしを濃くすると減塩しやすいが、市販のだしは意外に塩分が多いので使いすぎに注意。煮物には昆布を1かけ加えたり、仕上げに削り節を加えたりするとよい。

●野菜のカリウムでナトリウムを排出

野菜に多く含まれているカリウムは体内の余分なナトリウムを排出させる働きがあるので、野菜を食べると減塩になる。カリウムは青菜、芋類、かぼちゃ、アボカドなどに多い。

●献立に味付けしないものを1品加える

例えば、鶏の照り焼きにサニーレタスやきゅうりを添えて、照り焼きの味付けをからめて食べればドレッシングいらず。うまみや酸味が強いトマトもおすすめ。



●洋食の頻度を上げる

和食の味付けはしょうゆとみりんの甘辛味が多く、これらの味がベースの献立は塩分が多くなりがち。ふだん和食が多い人は、洋食の頻度を上げるだけでも減塩効果が得られる。

●0.6%の塩分を目安に

味の感じ方は人それぞれですが、おいしいと感じる塩加減は一般に、体液の塩分濃度に近い0.9%です。減塩する場合、それよりやや薄い0.6%の塩分を目安にしましょう。100gの肉に0.6gの塩で味をつけて調理してみて、自分のふだんの味付けが「適塩」かどうかを確かめてください。

減塩をサポートする風味アップ食材

豊かな香りの食材は減塩の味方。キッチンに常備しましょう。

| | |
|----------|---|
| 削り節 | 調味料を減らして煮物をつくり、器に盛りつけてからかける。野菜炒めを薄味につくり、仕上げにふる。 |
| とろろ昆布 | みそをいつもの2/3量にしたみそ汁に加える。刺身や冷ややっこに少量からめると、しょうゆが少量でもおいしい。 |
| 干しエビ | 少量を刻んでみそ汁などに加える。煮物に入れて香りとうまみを加えると調味料が控えらる。 |
| 青のり | ご飯にふりかけて漬け物や佃煮の代わりにする。ゆで野菜や切り身魚のソテーにからめる。 |
| 黒こしょう | 薄味にした甘辛味の料理（肉豆腐、すき焼き、照り焼き、きんぴらなど）にふる。青のり、カレー粉と合わせると変化が楽しめる。 |
| カレー粉 | 煮物、炒め物、焼き魚、ソテーにまわして加熱すると香りがたち、調味料もからみやすくなる。 |
| わさび | しょうゆを水でのばしてわさびを加えると、薄味でも気にならない。刺身や蒸し物に添えるとよい。 |
| 和からし | しょうゆや市販のポン酢しょうゆを水でのばしてから和からしを加えると、薄味でもきにならない。シューマイや和え物に。 |
| 粒マスタード | 焼き魚やソテー、サラダなどに使えて万能。プチプチした食感と辛み、酸味を生かすと調味料が抑えられる。 |
| ごま | おひたしや酢の物を薄味で作って、指でひねって散らす。みそ汁のみそを2/3量にして、ひねったごまを散らす。 |
| ドライフルーツ | 酢の物、サラダ、炒め物に加えて水分を吸わせ、酸味と食感のアクセントにするとよい。 |
| ナッツ（素焼き） | 野菜サラダにたっぷりトッピングする。炒め物や煮物に加えて水分を吸わせ、食感のアクセントにするとよい。 |

あなたもチャレンジ！

家庭菜園

ゆでれば甘く、煎れば香ばしい

ラッカセイ



ラッカセイの根には、根粒菌が共生し、空気中の窒素を植物に供給するため、窒素の少ない土壌でも生育できます。温暖地では種まき適期は5月中旬～6月中旬です。

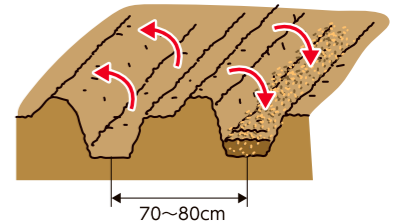
畑の準備

事前に1㎡当たり苦土石灰150gを菜園全体に散布して耕しておきます。深さ20～30cmの溝を70～80cm間隔で掘り、溝1m当たり化成肥料100gと堆肥2kgを施し、土とよく混ぜ、溝を埋め戻します(図1)。窒素が多すぎると「木ぼけ」し、実の付きが悪くなるため、野菜の後作では肥料を控えめに与えましょう。

種まき

土を盛り上げて幅30cm程度の畝を立て、種は25～30cm間隔で2粒まきます(図2)。鳥よけは、トンネル状にネットをかけるか、不織布でべた掛けをします。また、釣り糸を上部に張ると、カラスは羽が糸に触れることを嫌うため、飛来を防ぐことができます。なお、畑の都合や鳥害回避のために、小型ポットで本葉2枚くらいまで育苗をしてから植え付けることもできます。

図1 畑の準備



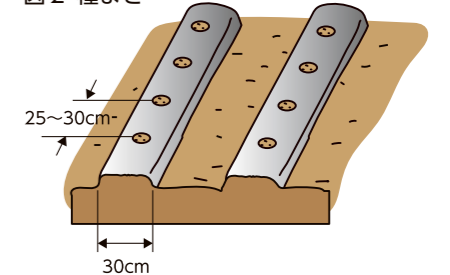
灌水

発芽までは十分与え、その後はやや乾かし気味にしますが、夏の乾燥は実の太りに影響するので灌水するとよいでしょう。

土寄せ

開花後に株元に土寄せをします。この土寄せは子房柄が地中に入りやすくなるため入念に行います(図3)。

図2 種まき



病虫害防除

コガネムシ類の幼虫がさやを食害する場合があります。掘り取ったときに幼虫がいたら捕殺してください。

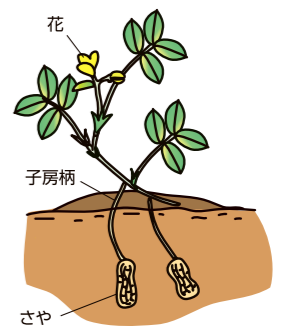
収穫

ラッカセイはいわゆるピーナッツとして完熟子実を利用するのが一般的ですが、子実の未成熟うちに収穫して、野菜的な食べ方もできます。

この場合の収穫期は、完熟ものの収穫期の約20日前です。熟期は年によって異なるので、試し掘りして決めるのがよいでしょう。

適期の判断はさやの形がおおむね完成に近づき、中の子実が十分に肥大しない柔らかい頃です。

図3 土寄せ



調整

葉が少し黄変した頃に抜き取って、畑でよく乾かした後、茎葉からさやを取り外します。

その後さらに晴天日に2～3日乾かしてから貯蔵し、必要に応じてさやを割り、子実を取り出して利用します。なお、来年の種子用にする場合にも、さやごと貯蔵しておき、種をまく前にさやから取り出すようにします。

あなさんぶに
ひろば

我が家の人気者

たくましく、元気な子に 育てほしい

当日は、元気いっぱいに出迎えてくれた和真くんと実那海ちゃん。

お母さまによると、2人は明るくて元気な性格で、いつも裏庭で仲良く遊んでいるそうです。和真くんは「すみっコぐらし」、実那海ちゃんは「食べること」に夢中になっているそうです。

電車に乗ることや見ることが好きな和真くんは「将来は電車の運転手になりたい」と教えてくれました。なかなか遠くへ行けない現在は、実那海ちゃんと一緒に自宅にあるプラレールで遊んでいるそうです。

お母さまは「大自然の中で、たくましく元気な子に育てほしいです」と話してくれました。



度会町
いわもと
岩本 和真くん(5)
みなみ
実那海ちゃん(3)

元気はつらつ シニアだより

それぞれの時間を大切に



志摩市
たにかわら
谷川原 久仁夫さん(73)
かつよ
勝代さん(69)

私たちは地元同士の結婚で、今年46年目を迎えました。妻は地方公務員として40年余り勤め上げ、余暇を自由に楽しんでいます。私は父から米や茶などの栽培を引継ぎ、今は歴史ある「鶴方紅茶」の復活と普及に取り組んでいます。少しでも多くの仲間と栽培面積が増えることを願っています。また、地域の小学校で昨年までは米作り、現在は野菜作りなど様々なボランティア活動に取り組んでおり、子供たちの元気な声や姿が私の元気の源になっています。今後も体調を考えながら続けていこうと思っています。

私たちはお互いはずれず、それぞれの時間を尊重して干渉しないことが夫婦円満の秘訣になっているのではと感じています。

結婚記念日には必ず二人で食事に出かけていましたが、今はコロナ禍でなかなか行けていません。いつの日か旅行や遠くの孫に会いに行ける事を夢見て、それまではお互い健康に気を付けていきたいと思っています。

お便りのコーナー

共済の担当職員の説明が素晴らしい、高齢者にとってはありがたい。

(70代 男性)

JAバンクアプリについて分からなかったので店頭で尋ねると、とても分かりやすく丁寧に教えてくれました。ネットバンクは不安なことも多いですが、窓口で教えていただけると安心して利用することができます。

(30代 女性)

コロナ禍で、窓口ではなくATMを使うことが増えました。ATMにも消毒液が置かれていて、気持ちよく使えます。

(70代 女性)

ガソリンが高騰している中、JASSSは月に一度キャンペーンで安くなるので助かっています。これからも続けてください。

(60代 男性)

米の宅配等、かなりスピーディに届けてもらっているので、大変ありがたいです。高齢者には助かります。

(50代 女性)

おもしろ川柳

大賞

寒くない？
俺に言わずに
猫に言う

(志摩市 P.N. チヒママ)

値上げ増

我が家の家計も
音上げそう

(伊勢市 P.N. らごつち)

コロナより

変異がまし

妻ごころ
(伊勢市 玉木正彦)

なによりも

聞きたい言葉

昼いらん
(伊勢市 長澤美智子)

子ら巣立ち

二人の時間

保つ距離
(度会町 P.N. キャブテンシニア)

募集中 日頃の出来事を川柳にしませんか？採用者(5名)には粗品をプレゼントさせていただきます。

- とじ込みハガキ(切手不要)にて、JA伊勢経営企画部企画広報課「おもしろ川柳」係まで(お一人さま3句まで)。
 - 文字は楷書ではっきりと書き、読みづらい漢字には読み仮名をつけてください。
 - ペンネームでの掲載をご希望の方も、本名は必ずご記入ください。 ●採用の決定については、職員の投票にて行っています。
- ※川柳の掲載にあたり、明らかな誤字・脱字は訂正し、句読点や仮名遣いについて加除する場合がございます。ご了承ください。
※応募作品は本人が制作した未発表のものに限ります。

わくわくプレゼント

問題 ○の中に文字を入れてください。
幅広い保障とサービスで予防しながら備えられる、新しい保障です。

知症共済

- 応募方法**
- とじ込みハガキに必要な事項をご記入の上、郵送(切手不要)または、本・支店へお持ちください。
 - JA伊勢特産品「船越みそ」をクイズ正解者の中から20名様にプレゼント。当選者は発送をもってかえさせていただきます。



JA伊勢特産品
「船越みそ」

締切日
令和4年
5月31日(火)

3月号の解答は「スマート農業」でした
たくさんのご応募
ありがとうございました。 応募総数474通

新入職員のご紹介

～組合員・地域の皆さま、よろしくお祈りします～

令和4年度は、新たに21名の新入職員が入組しました。

フレッシュな力で誠心誠意頑張りますので、どうぞよろしくお祈りいたします。

お客さまが安心して来店いただけるような接客を心掛けます。よろしくお祈りします。



はまだ ゆめ
濱田 夕芽
伊勢中央支店

早く一人前になれるよう、精一杯頑張ります。



こばやし ななみ
小林 七海
伊勢支店

皆さまから信頼されるよう、一所懸命頑張ります。



なかむら あやの
中村 彩乃
度会支店

元気に頑張りますので、よろしくお祈りします。



ひがし りょうま
東 良真
紀勢支店

フレッシュで明るく元気な接客を心掛けて頑張りますので、よろしくお祈りします。



いちむら ももこ
市村 桃子
南勢支店

何事も精一杯頑張りますので、よろしくお祈りします。



ひらたに あんな
平谷 あんな
南島支店

皆さまのお役に立てるよう精進します。よろしくお祈りします。



やまなか りお
山中 梨央
くらしの活動推進課

皆さまに信頼していただけるよう、優しく丁寧な対応を心掛けます。



しものみき
下野 実紀
伊勢北部支店

皆さまにたくさん貢献できるように、精一杯努力します。



なかた あみ
中田 あみ
小俣支店

どんなときでも笑顔で、皆さまのために頑張りますので、よろしくお祈りします。



ほしの ゆうき
星野 祐貴
紀北支店

皆さまのお力になれるよう早く仕事を覚え、粉骨砕身の気持ちで頑張ります。



まつつき こうき
松月 康樹
営農販売課

皆さまのお力になれるよう努力します。



つじむら かずま
辻村 一馬
伊勢・玉城経済センター
果実・野菜グループ

皆さまにとって身近な存在になれるよう、精一杯頑張ります。



こばやし よしひろ
小林 義弘
伊勢・玉城経済センター
伊勢北部グリーンコープ

皆さまから信頼されるよう一所懸命頑張りますので、よろしくお祈りします。



こばやし ふうた
小林 風太
伊勢・玉城経済センター
玉城グリーンコープ

日々成長の気持ちを持って頑張りますので、よろしくお祈りします。



さとなか ひろゆき
里中 宏行
南伊勢経済センター
南勢グリーンコープ

皆さまから信頼される職員になれるよう、頑張ります。



しろやま たくみ
城山 巧
鳥羽支店

精一杯頑張りますので、よろしくお祈りします。



なかむら しょうご
中村 匠吾
阿児支店

一つひとつ学びながら、一所懸命頑張ります。



うえたに みな
上谷 実奈
浜島支店

皆さまに安心していただけるよう、笑顔で落ち着いた対応を心掛けて頑張ります。



みずた あすか
水田 明日香
紀宝支店

組合員の方と交流を深め、地域の農業を盛り上げていきたいです。



つじもと ゆうや
辻本 侑也
三重南紀経済センター
営農柑橘グループ

精一杯頑張りますので、よろしくお祈りします。



おぐら たかのり
小倉 隆徳
(株)あぐりん伊勢

「こんなときは？」の連絡先

交通事故に遭われた場合
☎0120-258-931
ジコはクミアイ

通帳・キャッシュカードの紛失・盗難
☎059-231-2523
(JA三重キャッシュサービスセンター)
※営業時間内は、最寄りの支店にご連絡ください

JAカードの紛失・盗難
☎0120-159-674 (NICOS盗難紛失受付センター)
キャッシュカード一体型をお持ちの方は最寄りの支店にも併せてご連絡ください

自宅葬・葬祭ホールの葬儀受付・相談窓口
●伊勢地区
生活サービス課 葬祭グループ
☎0120-009-836 (24時間受付)

●鳥羽志摩地区
生活サービス課 葬祭グループ 鳥羽志摩葬祭センター
☎0120-05-7756 (24時間受付)

●三重南紀地区
三重南紀経済センター 三重南紀葬祭センター
☎0120-059-792 (24時間受付)

無料個別年金相談会のお知らせ

これから年金を受けられる方へ

- ・厚生年金や国民年金は何歳からもらえるか
- ・年金をもらえる資格はあるのか
- ・年金手帳をなくしてしまったが…
- ・年金をもらうには、どんな手続きが必要なのか

現在年金を受け取られている方へ

- ・結婚前に勤めた会社や短期間勤めた会社の厚生年金はどうなっているのか
- ・何度か転職しているが…
- ・もらい忘れていた年金があるのではないか

■担当者

社会保険労務士

■お持ちいただきたいもの

(お持ちいただきますと、より具体的な相談ができます)

○ご夫婦それぞれの

◆基礎年金番号通知書

◆ねんきん定期便

◆年金手帳

◆年金証書

○ご本人さまの

◆雇用保険被保険者証(雇用保険受給中の方は雇用保険受給資格者証)

◆ご印鑑(認印で結構です)など

※年金請求書(みどりの封筒)が届いている方は請求書と振込みを希望される口座番号の確認ができるものをお持ちください。

■相談時間 1回40分

■ご相談日(時間:午前10時~午後4時20分)

※相談会は予約制です。

| | | | |
|----------|----------------|-----------|--------------|
| 5月15日(日) | 阿児支店 熊野支店 | 9月11日(日) | 小俣支店 南島支店 |
| 6月5日(日) | 伊勢中央支店 玉城支店 | | 磯部支店 |
| 6月12日(日) | 伊勢北部支店 鳥羽支店 | 10月2日(日) | 度会支店 紀勢支店 |
| | 南勢支店 | | 紀北支店海山 |
| 6月19日(日) | 阿児東支店 御浜支店 | 10月16日(日) | 大王支店 |
| | 紀北支店 | 11月13日(日) | 鳥羽支店 |
| 6月26日(日) | 度会支店 | | 伊勢中央支店 |
| 7月3日(日) | 大宮支店 志摩支店 | 12月4日(日) | 玉城支店 志摩支店 |
| | 浜島支店 | | 磯部支店 |
| 7月10日(日) | 紀宝支店 | 12月11日(日) | 伊勢北部支店 |
| 8月28日(日) | 大王支店 | 12月18日(日) | 南島支店南島西 |
| | 伊勢支店 | | 度会支店 |
| 9月4日(日) | 玉城支店 | 1月15日(日) | 大宮支店 |
| | | 1月22日(日) | 阿児支店 尾鷲支店 |

■相談会の事前予約・お問い合わせは、各支店窓口または金融共済部 金融推進課☎0596-62-1123まで

JAから重要なお知らせ

全国でJAをかたった詐欺事件が発生しています。JA職員が組合員・利用者の皆さまから店舗外でのキャッシュカードの預かりや、暗証番号を確認することは絶対にありません。また、JA職員が皆さまの大切な現金等重要物をお預かりする際は、**受取書・領収書等を必ずお渡ししています。**

本件に関して、ご不明な点等ございましたら、直接お取引いただいているJA支店窓口までお問い合わせをお願いいたします。



2023年版 JA伊勢オリジナルカレンダー フォトコンテスト作品募集

JA伊勢では、毎年オリジナルカレンダーを製作・発行しています。2023年版も引き続き、皆さまからカレンダーに使用する写真を募集します。たくさんのご応募お待ちしております。

■テーマ

「伝えたい 地域の四季」

農村風景や四季を感じる風景、行事、祭事、農畜産物などを被写体にした季節感のある写真
・写真は横位置で撮影されたもので、写真に日付が入っていないもの

※以上、全てJA伊勢管内で撮影されたものに限りです。

■募集期限 令和4年8月31日(水)まで

■応募資格 JA伊勢管内に在住の方

※未成年者は必ず保護者の同意を得たうえで応募ください。

■賞

- ・最優秀賞 1名…旅行券2万円分+管内農畜産物
 - ・優秀賞 17名程度…旅行券1万円分+管内農畜産物
- ※詳細はホームページをご覧ください。

■お問い合わせ

経営企画部 企画広報課 ☎0596-62-1125



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------------------------|------------|---------|------------------------|---------|------------|------------------------------------|
| 5/1 | 2 | 3 憲法記念日 | 4 みどりの日 臨時営業日 | 5 こどもの日 | 6 家庭訪問日 | 7 |
| 8 | 9 家庭訪問日 | 10 休館日 | 11 休館日 | 12 | 13 特売日 | 14 住宅・各種 ローン相談会 (ローンセンター) |
| 15 年金個別相談会 (阿児支店・熊野支店) | 16 | 17 | 18 休館日 | 19 | 20 | 21 ジェイエイ サービス伊勢 給油感謝祭 |
| 22 | 23 | 24 | 25 休館日 | 26 | 27 特売日 | 28 |
| ジェイエイサービス伊勢 給油感謝祭 | | | 相続・遺言個別相談会 (伊勢中央支店) | | | |
| 29 | 30 | 31 | 6/1 休館日 | 2 | 3 | 4 |
| 5 年金個別相談会 (伊勢中央支店・玉城支店) | 6 家庭訪問日 | 7 | 8 休館日 | 9 | 10 特売日 | 11 住宅・各種 ローン相談会 (ローンセンター) |

●新型コロナウイルス感染拡大の影響により、鳥羽マルシェ・ほほえみかんの営業および各イベントについて、イベント内容や営業時間の変更などをさせていただく場合がございます。予めご了承ください。

お問い合わせ先

年金個別相談会

伊勢中央支店 ☎0596-22-3557
 玉城支店 ☎0596-58-2155
 阿児支店 ☎0599-43-0034
 熊野支店 ☎0597-89-6606

住宅・各種ローン相談会

ローンセンター ☎0596-22-3446
 相続・遺言個別相談会
 (予約)金融推進課 ☎0596-62-1123
 (当日連絡先)伊勢中央支店 ☎0596-22-3557

 鳥羽マルシェ ☎0599-21-1080

 ほほえみかん ☎0597-85-2169

編集後記

旬を味わう (P.8) で紹介した「伊勢茶だんご」ですが、撮影後に美味しくいただきました。団子の緑色が濃くなり過ぎたこともあり、味のことを少し心配していましたが、お茶の香りが引き立って、とても美味しかったです。

新茶シーズンが始まっています。「伊勢茶」を飲んだり、お菓子などにも使用したりして、産地を応援していきましょう。(H)

JA伊勢の公式SNSで情報発信中!

最新情報やキャンペーン情報などを発信していきます!



フェイスブック



ツイッター



インスタグラム



ホームページ

