

地域・人・未来 ~人と地域のための「くらしの拠点」でありつづけたい~



2023
4
vol.289

**特集 スマホで簡単!
JAバンクアプリ・JAネットバンクを登録しよう P6**

自宅でやってみよう! 健康体操 P2

[クローズアップ] 東郷町 近藤農園 近藤一也さん P4



P10 JAとくらし
P11 出向く営農レポート
P12 地域農業応援団! 食育キッチン

友だち登録
キャンペーン
実施中!



JAあいち尾東
<https://www.jaab.or.jp>

郵便はがき

4700190

201

料金受取人払郵便

日進局
承認
965

差出有効期間
令和5年4月
30日まで
(切手不要)

日進市蟹甲町池下213-1

JAあいち尾東
総務企画部総合企画課 行

ご意見・ご要望をお聞かせください

●あなたの組合員区分にチェックしてください。

正組合員

准組合員

●広報誌の感想・取り上げてほしい企画、JAで開催してほしいイベント等

●JAが取り組んでいる自己改革に対するご意見

ステキな商品をプレゼント!
このハガキまたは
当JAホームページから
ご応募ください。

<https://www.jaab.or.jp>

【組合員限定】
自己改革の取り組みに対する
応募はこちら

このボタンを
クリック

**クロスワード
Puzzle
パズル**

4月号の答え

締切 4/20まで(消印有効)

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

知得情報

組合員の皆様に
お得な情報をお届けします!

JA共済の「Webマイページ」

「Webマイページ」は、時間・場所・距離の制約なく、Web上でさまざまな手続き・確認ができる24時間・365日対応のサービスです。
便利なサービスをご紹介いたします!

自動車共済

各種Web手続き

ご契約内容の確認

Web上で継続手続き
が完結

空いた時間に住所・電話番号の変更が可能

ご契約内容や契約JAの連絡先の確認

口座振替

確定申告・年末調整

ご家族連絡先の登録

共済掛金振替口座の
変更が可能

払込証明データの取得

突然の入院などでJAの連絡をうけとれないときに備えて、家族の連絡先を登録

J.A.共済LINEアカウントやJA共済アプリと連携してますます便利に活用しましょう。

詳しくはJA共済ホームページ又は支店共済窓口までお問い合わせください。

QRコードを
読み込んで
簡単に登録!



発行／JAあいち尾東 総務企画部総合企画課
〒470-0122 愛知県日進市蟹甲町池下213-1
TEL.0561-56-0080 FAX.0561-72-8151

りんぶらざ
vol.289
2023.4.1発行
ホームページ <https://www.jaab.or.jp>



ミックス
紙に責任ある森林
管理を支えています
FSC® C002676

パズルの正解者の中から抽選で10名様に

**日進市
『イエローパンプキン』の
三本木ばうんどケーキ
をプレゼント!**



今月号の当選者は令和5年6月号
にて発表させて頂きます。

※写真はイメージです

キリトリ線に沿って切り取り、中心を山折りにし裏面をのり付けしてご利用ください。

各コーナーへの応募方法

●郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号及び
各コーナーの必要項目を必ず明記の上、下記
宛先までお送りください。

〒470-0122
日進市蟹甲町池下213-1
JAあいち尾東
総務企画部 総合企画課

●必要項目

みんなのお便り

みなさまからのイラスト・絵手紙などを募集

●作品タイトル

読者の文芸コーナー

川柳などを募集。ハガキでお送りください。

●川柳・短歌・俳句の種類

●川柳については投句したい号の課題に対する
川柳をお一人様3句以上(課題はP22の読者の
文芸コーナーに記載)

締切 毎月5日まで

ご応募いただいた方の個人情報はクイズの抽選及び
本広報誌作成の目的以外には使用しません。

【手足を使った運動】 まずは太ももの上・内側・横をさすって足を動かす準備をします



①右足を開いて左足を開く・右足を閉じて左足を閉じる

②①の動作に手をつけます



②右足と同時に左手を閉じる
左足と同時に右手を閉じる

①右足と同時に左手を開く
左足と同時に右手を開く

【歌に合わせた運動】 リズムをつけて楽しく動かそう！

日本の童謡「雪」のリズムに合わせて口を大きく動かし歌いながら体を動かしてみましょう。

【手足を使った運動】
と同じ動きです！

①右足と同時に右手を開く・左足と一緒に左手を開く

♪雪やこんこ
♪降っては降っては

②右足と同時に右手を閉じる。
左足と一緒に左手を閉じる
①・②を2回
繰り返します

♪あられやこんこ
♪ずんずん積る

③腰・肩・頭・上の順番に動かし、慣れたら足踏みに合わせて動かします。

2回繰り返しましょう

腰
♪山も
♪枯木

肩
♪野原も
♪残らず

頭
♪綿帽子
♪花が

上
♪かぶり
♪咲く

クールダウン

①使った足・腰をさします
②P2【力をぬく】の①②の動きを参考に力をぬきましょう
③3秒息を吸う→3秒息を止める→9秒かけて細く長く吐く

POINT

クールダウンは気持ちよさを感じる程度まで続けてください。

令和3年度に東郷町施設サービス株式会社が実施した健康体操をYoutubeで配信しています！
ぜひご覧ください。



東郷町施設サービス株式会社監修！

自宅でやってみよう！

健 康 体 操

フレイル・認知症予防として、脳と神経系に働きかけるコーディネーション運動を紹介します。

フレイルとは…

認知症とは…

年齢を重ねるとともに、運動機能や認知機能等が低下し、複数の慢性疾患の併存等の影響もあり生活機能が障害され、心身の弱さ、脆さが現れている状態。

脳の細胞がしほんでしまったり動きが悪くなることで記憶力や理解・判断力の低下などさまざまな障害が起こり、生活に支障が出ている状態。

準備運動

「まずは力を抜いてリラックスしましょう！」

1 【体をさする】 片方ずつ体をさすことが身体の不調に気づくポイント！ 片側から順番にさすってみましょう。

①手のひら ▶ ②指の間 ▶ ③手の甲 ▶ ④腕 ▶ ⑤肘から肩まわり（鎖骨あたりまで） ▶ 一通りさしたら反対側も行いましょう。 ▶ ⑥お腹の横から肋骨に沿うように

2 【体をほぐす】

手をグーにして足全体から腰まで叩いてほぐしたら、太ももを片方の手はグーでさすり、片方の手はバーでたたきましょう



⑪ふくらはぎ ◀ ⑩すね ◀ ⑨膝 ◀ ⑧太ももの上・内側・外側 ◀ ⑦腰からお尻の上 ◀

3 【力をぬく】

①肩を上にあげると同時に息を吸って、肩をおろすと同時に吐きます
3回繰り返しましょう



3回繰り返したら次は前から上にひきあげて後ろにひきよせましょう

慣れてきたら手の距離を開くと視野が広がり、腕や肩の筋肉にも効果的です

頭を使いながら体を動かそう！

【指を使った体操】



①親指から小指まで1本ずつ折ったら小指からひらいてバーに戻ります
1~10まで発声しながら行いましょう
②右手は親指から、左手は小指から行いましょう



【足を使った体操】



①両手をグー・チョキ・バー・キツネで動かします
②足踏みしながら①をやってみましょう

私が挑戦します！
みなさん一緒にやってみましょう！



暮らしの相談部生活相談課
入谷明里

Close-up クローズアップ

今回紹介するのは『近藤農園』の近藤一也さん。近藤農園4代目の近藤さんは、妻・母とファームストマートを栽培し、12月中旬から6月頃まで直売所での販売、また、学校給食へ出荷しています。

ファーストトマトは、愛知県の伝統野菜として選定されている品種です。1980年代までは主流のトマトでしたが、栽培が難しく丸玉トマトの普及により生産者が減少し、近藤さんは数少ないファーストトマト生産者の一人です。現在は酸味・甘みともに楽しむことができる『昔ながらのトマトの味』と支持されています。

じまりました。父の作るトマトが大好きだった近藤さんは「この先も近藤農園のトマトを守つていてほしい」という思いから、大学を卒業すると同時に農園を引き継ぐことを決意しました。栽培の知識や技術を父から学び身につけ、現在は2棟のハウスで年間約6,000本の苗を販売しています。

る。植える前の作業を丁寧に行
い、土台をしつかり作ることで甘
み・酸味がのったファーストトマ
ト本来の味を引き出すことがで
き」と話します。

につながる」と微笑みます。

今後の目標を伺うと「農業はどうしても年によつて生育に差がでてしまうが、毎年安定した栽培ができるよう技術を磨いていきたい。また、父が築いたファーストトマトの栽培を長く続けられるよう、みんなで協力していきたい」と素敵な笑顔で意気込みを話してくれました。

わつてくるため、その時期に合わせたトマトの味や特徴を説明しながら渡しています。お客様からは、「近藤さんのトマトが一番好き!」「トマトが苦手だったが食べられるようになった」と嬉しい言葉をかけられ、「直接声を聴くことができるるのは直売所のいいところ。お客様の声はやりがい

には植える前が勝負！」と話す近藤さん。父の栽培方法を受け継いで土づくりは特にこだわっており、ハウス全体で約4トンもの稻わらを混せてふかふかの土に仕上げます。その後の畠立ても慎重に行っており、「生育の差を防ぐため、畠は高さ・幅が平等になるように確認して調整してい

近藤農園のファーストトマトの栽培は約55年前、父の代からはじまります。



直売所では
看板ネコのココちゃんが
出迎えてくれました



「近藤農園」をこれからも続けていきたい

東郷町 近藤農園
近藤 一也さん（45歳）





何ができるの？

残高照会口座残高／入出金明細照会

事前に申し込みしたご利用口座の口座残高や入出金明細を好きな時にチェック！

振込・振替

事前に申し込みしたご利用口座（普通貯金、当座貯金、貯蓄貯金）から、JA・信連を含む全国のJA本支店および他行の国内本支店への振込（電信扱い）・振替がご利用いただけます。

定期貯金

「個人」のお客さままで、通帳式定期貯金の口座開設（総合口座のみ）、預入、中途解約、明細照会、満期解約予約（総合口座のみ）満期時取扱条件変更（満期解約予約取消、元金継続、元利金継続の変更）がご利用いただけます。

STEP
1

JAネットバンクの登録 新規申込

- ① 「JAネットバンク」と検索するか、二次元コードからホームページに移動し、「新規申込み」をタップ。

JAバンクアプリのサービス画面
「JAネットバンクのお申し込みはこちら」からも、簡単に申込可能！



or



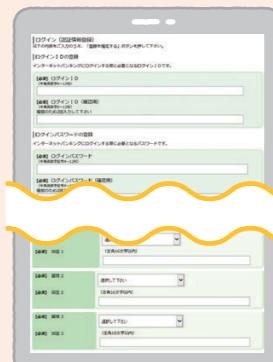
- ② 画面の案内に従い、
・支店番号
・口座番号
・キャッシュカード暗証番号
・生年月日
を入力し、
ログインボタンをタップ。



STEP
2

初期設定

- ① 画面の案内に従い、
・ログインID
・パスワード
・メールアドレス
を登録。



- ② ワンタイムパスワード
を登録、生体認証を設定。

STEP
3

登録完了

これで完了です。
そのままお取引頂けます！



JAネットバンクヘルプデスク

平 日 9:00 - 21:00
土 日 祝 9:00 - 17:00

0120-058-098
※1月1日は終日受付できません。

特集

スマホで
簡単！

JAバンクアプリ・ JAネットバンク を登録しよう

JAバンクアプリ



何ができるの？

残高照会口座残高／入出金明細照会

口座残高や入出金明細を好きな時にアプリでチェック！

投信残高照会

投資信託の残高や評価損益、運用損益（トータルリターン）等が照会できます。

定期預入明細照会

通知貯金・定期貯金・積立式定期貯金・定期積金の契約情報（金利・満期日等）が照会できます。

PayB（払込票決済）

対応する払込票のバーコードを読み込むことで、税金・公共料金や通信代金等の支払いができます。

通帳レス口座登録

通帳レス口座は、通帳を発行する代わりに、JAバンクアプリ上で口座残高や最大10年間の入出金明細を確認できます。通帳レス口座は窓口にて発行いただけます。

STEP
1 アプリをダウンロード

「JAバンクアプリ」で検索
または、二次元コードから
ダウンロードページに移動。



STEP
2 必要な情報を入力

ダウンロード後、アプリをタップして
起動。画面の案内に従って、必要な情報を
入力。



STEP
3 登録が完了したら 早速ログイン

登録したJAサービスIDとパスワードを
入力して、「ログイン」をタップ。これでいつ
でもログイン可能に！



ネットバンクの注意事項

JAネットバンクを悪用した還付金詐欺被害を未然に防止するため、一定年齢以上のお客さまを対象に、オンラインでの新規申し込みを保留し、窓口でのお手続きをお願いする場合がございます。新規申込専用画面でログインした際に、「新規申込保留」のメッセージが表示された場合は、お取引店舗までお問合せください。

お困りの際は、お近くの金融店舗またはヘルプデスクへご相談ください。



2月23日 第8回JAあいち尾東杯U-9サッカー大会を開催



尾張旭市南グラウンドで「第8回JAあいち尾東杯U-9サッカー大会」を開催し、12チームが参加しました。この大会は地域間の交流と、子どもたちが地元農産物をたくさん食べて大きく健やかに成長してもらいたいという思いからスタートした大会です。優勝チームの愛知日進少年サッカークラブにはあいち尾東管内で栽培された「こしひかり」5kg、準優勝のHimawariサッカークラブには新米「あいちのかおり」2kg、3位の豊明SSSには新米「ゆめまつり」2kgを贈呈し、参加賞として管内で栽培された米を使用したおにぎりを振る舞いました。参加した子どもたちは「いつもの練習の成果を出せた。おいしいおにぎりをたくさん食べて元気が出た」と笑顔で話しました。

大好評



JAあいち尾東いちごフェア4月も開催決定！

JAあいち尾東いちご部会の完熟いちごが勢ぞろいします！お楽しみに♪

開催日時	開催場所
令和5年4月15日（土） 9:00～なくなり次第終了	日進園芸センター 東郷グリーンセンター 豊明フレッシュセンター（豊明市文化会館） 豊明西部産直センター
令和5年4月22日（土） 9:00～なくなり次第終了	瀬戸グリーンセンターとれたて館 尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ 長久手グリーンセンター



水野支店・品野支店における 店頭での購買商品の取扱い終了について



長らくご利用して頂いた水野・品野支店における店頭での購買商品の取扱いを令和5年3月31日に終了いたしました。

4月からは「瀬戸グリーンセンター」でのご購入をお願いいたします。また、一部の商品の配達も受付いたします。

水稻等「予約申込書」に関するお問い合わせは「北部営農センター」へお願いします。

※あいち尾東米5kg、10kgについては引き続き販売しますのでご利用ください。

商品・配達に関するお問い合わせは瀬戸グリーンセンターへ

住所 瀬戸市菱野町305番地 TEL 0561-21-1181

配達 肥料・お米等(生ものを除く)

配達料:1回 300円

(5,000円以上又はお米5kg以上は配達料無料)

配達日:月曜日・木曜日

水稻等「予約申込書」に関するお問い合わせは
北部営農センターへ

住所 長久手市岩作城の内53番地 TEL 0561-63-3360

JAあいち尾東の様々なニュースをお届けします！

2月13日 肥料・農薬勉強会を開催

生産者を対象とした肥料・農薬勉強会を開催しました。勉強会に参加したのは、学校給食や産直施設への出荷の中核を担う生産者40人です。

農産物のさらなる品質向上・安定出荷につながるように、肥料メーカーとJAあいち経済連を講師に招いて講義を行いました。約2時間の勉強会では、肥料の特性や機能、温度上昇期での栽培で注意が必要な病害虫対策のポイントなどを解説し、受講する生産者は熱心にメモをとりながら講師に質問していました。参加した生産者は「勉強会では細かなことまで解説してくれたので、紹介された肥料で給食出荷用のキャベツを栽培し、良質なものを出荷していきたい」と話しました。



2月14日 バレンタインイベントを実施

日進支店はバレンタインに合わせてくじびきイベントを実施しました。支店活動の一環として、来店者に日頃の感謝の気持ちを込めて日常生活で活用できるブレンダー等をプレゼントするイベントを企画。当日は店頭をバレンタイン仕様に装飾し、イベントコーナーを設置しました。事前に店頭やInstagramでイベントの告知をしており、「今日のイベントを楽しみにきた」と話す来店者の姿がみられました。

日進支店は、今後も地域の拠りどころとして利用いただける支店を目指していきます。



2月16日 豊明市立大宮小学校『ありがとうの会』開催



JAあいち尾東管内の豊明市立大宮小学校で、お世話になった方々へ感謝の気持ちを伝える『ありがとうの会』が開催されました。

同校は毎年敷地内にある田んぼで田植えと稻刈りを行っていますが、今年度は敷地内工事のため、地域の方に田んぼを借りて同JAが出前授業を実施しました。当日は、指導にあたった南部営農センター三宅龍之介さんと協力した管内の生産者である志水憲二さん、服部力さんが招待され、感謝の言葉とともに手紙を受け取りました。

児童は「今年は敷地内工事の関係で田植えができないと思っていたが、志水さんの田んぼを借り、JAの方に教わりながら実施することができてよかったです。ご指導ありがとうございました」と述べました。



女性部やプチBelleの活動、不動産・資産活用の情報・セミナーの案内など組合員の皆様の「くらし」に関する情報をご案内します。

出向く宮農レポート ～アグリスクールを卒業して～



宮農部 営農指導マネージャー
青木 崇史

令和4年度にアグリスクール中級を卒業した吉村あけみさんの圃場を訪問しました。圃場ではエンドウ、タマネギ、ニンジンなど複数の野菜が栽培されており、一つ一つ丁寧に栽培管理されています。

中でも目を引いたものがニンジンです。温度が低い冬の時期に栽培することは難易度が高く管理にも手間がかかります。トンネルのビニールの裾を少し持ち上げてみると本葉5,6枚ほどに育ったニンジンがきれいに並んでおり、こまめな管理をしていることが伺えました。

また、エンドウやたまねぎについて、これから発生しやすいべと病の対策としてプロポーズ顆粒水和剤*を提案し、防除対策について話をしました。



吉村さんにインタビューしてみました!!

吉村さんは、初級(R3年度)・中級(R4年度)の2年間スクールに参加していただきました。

Q アグリスクールはどうでしたか?

A 座学・実習を通じて、土づくりや肥料のやり方など基礎を学ぶことができました。また、専業農家を訪問した現地視察研修も大変勉強になりました。現在も畑作で活かしています。

Q 中級にステップアップし、産直施設への出荷を通じて感じたことはありますか?

A 当初は少量の野菜を販売したところでそこまで売れないと思っていました。しかし、コツコツと出荷していくと、お客様が自分の商品をカゴに入ってくれるところを目指したり、出荷したものが完売して収益を得た時はとても嬉しかったです。また、地産地消につながっていることを実感しました。

Q 今后の目標はありますか?

A 学校給食センター向けの野菜も栽培してみたいですが、一度にまとまった数量を作付けることにはまだ不安があります。卒業後もスクール生同士で集まり、意見交換や情報共有を通じて切磋琢磨しながら農業に取り組んでいきたいです。

今回の出向く宮農活動を通じて、指導という立場でお伝えすることもあれば、生産者から学ばせていただくことがたくさんあると改めて実感しました。今後吉村さんのような卒業生含め生産者と地域の「未来づくり」に努めていきたいと再認識しました。

プロポーズ顆粒水和剤



たまねぎ

- 希釈倍数:1000倍
- 使用液量:100~300L /10a
- 使用方法:散布

大人気の
米粉パンづくり
お米の食べ比べ
ホテルでのテーブルマナー講座もあります!

女性大学 いなほちゃんカレッジ

「食」「農」「文化」等に関する体験活動への参加を通じて、協同活動の理解を深めていくとともに、新たな仲間づくりを行いながら地域で活躍する女性の育成を目的として女性大学『いなほちゃんカレッジ』を開講いたします!

定員 16名(応募多数の場合は抽選となります)

対象者 管内にお住いの20歳~60歳までの女性

応募締切日 4月28日(金)まで

申込方法 JAあいち尾東のホームページにアクセスし、申込フォームより詳細(カリキュラム・日程・受講料等)をご確認の上、お申込みください。
※応募多数の場合は抽選を行い、抽選結果を5月上旬に当選の方のみメールで通知させていただきます。



日程とカリキュラムはHPをご覧ください!



HPはこちらから

参加者
募集!



健康ライフセミナー 男の料理教室

募集!

今回作るメニューは、居酒屋おつまみメニューです!
旬の野菜を使った一味違うお酒のおつまみ!!



開催日時 5月27日(土) 10時~13時・瀬戸支店2階料理教室
会場 5月30日(火) 10時~13時・東郷支店2階料理教室

参加費 無料 **定員** 各会場 16名(応募多数の場合は抽選となります)

応募要件 組合員及び組合員家族で50歳以上の男性の方

申込方法 各基幹支店のふれあい係窓口又は、JAあいち尾東のホームページにアクセスし、申込フォームからお申込みください。
※応募多数の場合は抽選を行い、抽選結果を5月上旬に郵送させていただきます。

受付期間 4月3日(月)~ 4月28日(金)



HPはこちらから



| 間合わせ先 | 生活相談課 0561-75-0710(平日9時~17時)





たまねぎのガレット

材料 (2~3人分)

- たまねぎ…1個
- 片栗粉…大さじ2
- ベーコン…2枚
- 水…大さじ1
- チーズ…30g

作り方

- 1 たまねぎをみじん切りにし、ベーコンを食べやすい大きさに切ります。
- 2 ボウルに 1 のたまねぎ・ベーコンとチーズ・片栗粉・水を入れてよく混ぜます。
- 3 フライパンに油をひき、2を入れて中火で焼きます。

- 4 焦げ目がつき始めたらひっくり返します。
- 5 両面に焦げ目がついたら出来上がりです。

お好みでケチャップをかけて
お召し上がりください!

たまねぎの
独特なにおいや、辛味の
もととなっているのは硫化アリルとい
う成分です。
硫化アリルには血液の凝固を抑
制する働きがあるため、動脈硬化
や血栓予防の効果が期待できます。ほかにもたまねぎの皮に多く
含まれるケセルチンの効果で血
液をサラサラにし、善玉コレステ
ロールを増やして悪玉コレステ
ロールを減少させる効果が期待
できます。たまねぎの皮は捨てず
に、だしにしたり皮を使用したお
茶にするなどして活用しましょう。

今月の
食材メモ②

たまねぎ



1人分 99kcal

店舗
情報

尾張旭グリーンセンター
ひまわりマルシェ

〒488-0801 尾張旭市東大道町原田2482番地2
TEL0561-53-2715
[営業時間] 8:30~18:00
毎週水曜定休、正月、棚卸休み



尾張旭
グリーンセンター
ひまわりマルシェ
食育ソムリエ 店長
浅田 基裕



材料 (2~3人分)

- 豚バラ肉…200g
- スナップエンドウ…100g
- 塩昆布…7g
- マヨネーズ…少々
- しめじ…30g

作り方

- 1 豚バラ肉・スナップエンドウ・しめじを食べやすい大きさにカットします。
- 2 フライパンで豚バラ肉を炒め、油がでてきたらスナップエンドウを入れます。
- 3 2にしめじ・塩昆布・マヨネーズを入れます。火が通ったら完成です。

今月の
食材メモ①

スナップエンドウ

スナップエンドウは、グリーンピースを品種改良したものでさやごと食べることができます。甘みがあり、パリッとした食感が楽しめます。さやがふっくらとしてハリがあるものは実が詰まっている証拠です。ビタミンCが豊富に含まれており、体の免疫力を高めたり美肌にする効果が期待できます。また、便秘の解消や有害物質を排出する効果が期待できる食物繊維も含まれています。



スナップエンドウと しめじと豚肉のマヨ昆布炒め



地域農業
応援団!

食育
キッチン

食育ソムリエ直伝!
産直所に並ぶ農産物を使ったレシピを紹介します。

食卓に旬をとり入れてみませんか?

趣味に没頭して 日常を楽しむ

豊明市 浜島 兼彦さん(85歳)

今回紹介するのは、絵を描くことが好きな浜島兼彦さん。



豊明支店に飾られている浜島さんの作品



塗り絵



誰でもわかる JAあいち尾東の 自己改革

JAあいち尾東では、自己改革として組合員の意思反映に取り組むため、意見交換会や広報誌等、さまざまな活動や媒体を通じて組合員から意見・要望をいただいております。

組合員からのご意見・ご要望



Q. JAで取り扱う農産物の安全性を教えてほしい

- A. 出荷いただいている農家の皆様には、安全な農産物の出荷に向け、定植等作業の日付や使用した肥料の散布量・日付などをまとめた「栽培日誌」を提出していただいております。
また、各店舗では農産物に残留する農薬を調べる「残留農薬検査」を実施しております。



栽培日誌提出



Q. 貯蓄や投資など資産運用の勉強会を開催してほしい

- A. 組合員・利用者の皆様から数多くいただいているニーズにお応えして、令和5年1月に尾張旭地域にて投資信託セミナーを開催いたしました。
なお、令和5年度は各地域でセミナーの開催を予定しており、ホームページ・各種SNSにて周知していきますので、ぜひご参加ください。
また、各金融店舗では組合員・利用者一人一人のニーズに沿った資産相談を受け付けておりますので、お近くの金融店舗又は地域の専門担当者までお気軽に問い合わせください。



税務相談



Q. 家庭菜園の講習会を開催してほしい

- A. 当JAでは、様々な栽培講習会を開催しております。講習会では、初心者向けに栽培の基礎知識を分かりやすく学べるよう取り組んでおります。
また、各営農センターでは栽培に関するお問い合わせを受け付けておりますので、ぜひご相談ください。

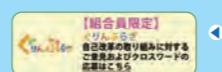


▲プランター栽培
講習会

◀野菜栽培講習会

JAあいち尾東の自己改革に対する
ご意見をお待ちしております。

→ <https://www.jaab.or.jp>



このボタンを
クリック

10年前までは油絵に情熱を注ぎ、現在はデイサービスの仲間たちと行う塗り絵を楽しんでいます。
学生時代から絵を描くことが好きで、30年ほど前に絵画教室に通いながら油絵をはじめました。浜島さんの油絵は、縦横1m以上ある80号サイズのキャンバスに描いた迫力のある作品です。自宅にあるアトリエの他、当JAの豊明支店など豊明市内の施設に飾られています。

描くことに没頭していた浜島さんは、「体のほとんどはキャンバスを持って山や民家が並ぶ景色を描きに出かけていた。イメージがひらめくと時間を忘れるほど作業に夢中になっていた」と当時を振り返ります。そんな浜島さんの作品は「実際に見た景色をより綺麗に写しだせるようイメージを膨らませています」。

日のほとんどの時間はキャンバスを持ったまま、奥行のある絵を描き、その先に何があるのか想像して楽しむことができるような作品」と話し、見る側に楽しんでもらえるよう工夫しています。
長年描いた油絵で身に付いた色使いを活かして「現在はデイサービスで行う塗り絵が日常の楽しみ」と浜島さん。色合いを調整してグラデーションをつけたり、陰影をつけて立体感を表現するなど、塗り絵の枠を越えた美しい作品に仕上げます。浜島さんの塗り絵に影響を受け、デイサービスでは盛んに塗り絵教室が開催されるようになりました。「完成させた絵を見せに来てくれる方がいたり、塗り絵を行なう仲間が増えたことが嬉しい。これからも朝から晩まで塗り絵に没頭できる日常を楽しみたい」と素敵な笑顔で話してくれました。



野菜もの 知り百科

ミツバ（セリ科ミツバ属）

学名に *japonica* と入っているように、ミツバの原産地は日本です。中国や朝鮮半島などにも分布し、日陰に自生しています。一本の茎に小さな葉が3枚ずつ付くことから「三つ葉」の名前が付きました。日本では古くから野草として食されてきましたが、栽培化されたのは比較的新しく江戸時代初期です。中期に江戸郊外の葛飾で軟化栽培が始まり、後期には踏み込み温床を利用し促成栽培が行われるようになりました。

葉も茎も根も利用し、とても良い香りがあり、吸い物や卵など日本料理には欠かせないものになっています。切りミツバ、根ミツバ、糸ミツバの3種類があります。

切りミツバは根株を養生して軟化栽培し、根を切り取ったものです。主に関東地方で消費され、冬から春にかけて多く出荷されます。茎が白っぽいので白ミツバ

ともあります。あくがなく柔らかいので、生のままサラダにも使えます。根ミツバは軟化栽培したものを受けたまま洗浄して出荷します。露地ミツバともいい、野生種に近く、香りが強いです。根はきんぴらなどに利用されます。糸ミツバは青ミツバともいい、栽培のものはスピノンジが付いた頭に並ぶようになります。水耕栽培で販売されているので、調理後残した根の部分を水に挿せばリボベジ（リボーンベジタブル）再生野菜になります。

ベータカロテンやビタミン類が多く含み、特有の香りは料理の味を引き立てます。香りの成分には鎮静作用があり、ストレスを解消します。抗酸化作用も有し、がんを抑制するといわれています。回転すじで茶わん蒸しにミツバが入っているとその香りと姿をめでられる日本人で良かったと思いません。香りと緑色の食欲増進効果で、その後は何皿も食べてしまします。

Q. 夏に向けて気を付ける害虫対策は？

A. 営農職員の回答

害虫で特に注意が必要なのはアザミウマです。アザミウマは、1.3mm程度の成虫でとても小さいため遠目には被害が確認にくく、甚大な被害をもたらす害虫です。年間発生回数が多く、乾燥条件が続くと発生しやすくなります。発生すると葉に寄生し、葉の表層をなめるように加害して葉の組織を傷つけます。このため、ネギやタマネギに食害された痕は、カスリ状に色が抜けて白くなる症状が生じ、食害痕に病原菌が侵入すると黒斑病や軟腐病が発生します。また、キャベツやトマトなど多くの作物に寄生します。対策は農薬散布としてディアナSC等を使用するか、光反射マルチ、防虫ネットが有効的です。対策後も、定期的な観察を心がけてください。農薬の使用に関してはラベル等を確認し適切に使用しましょう。

宮農相談 コーナー



Q. トマトの連作障害の対策は？

A. 矢部先生の回答

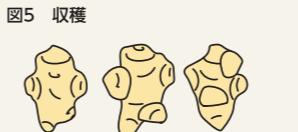
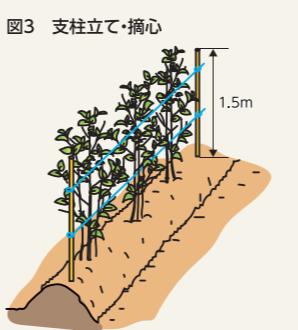
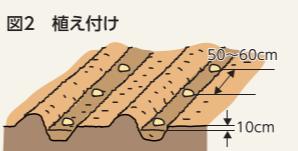
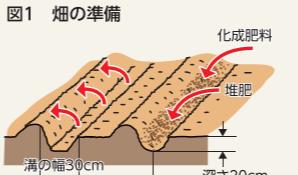
連作障害の多くは、土壌中に病害虫が残り、次作で被害を受けることがほとんどです。夏期に太陽熱土壤消毒*を行い、ナス科以外スイートコーンやオクラ、さつまいも、落花生などの野菜を作りましょう。接ぎ木苗も有効です。※太陽熱土壤消毒…太陽熱エネルギーにより地温が上昇することで、病原菌や雑草の種子などを死滅させる防除技術

詳しい内容、その他営農に関する疑問があれば、各営農センターにご相談ください。また、矢部先生による営農相談も実施しております。詳しくはP21をご確認ください。

みんなの疑問にお 答えします!!

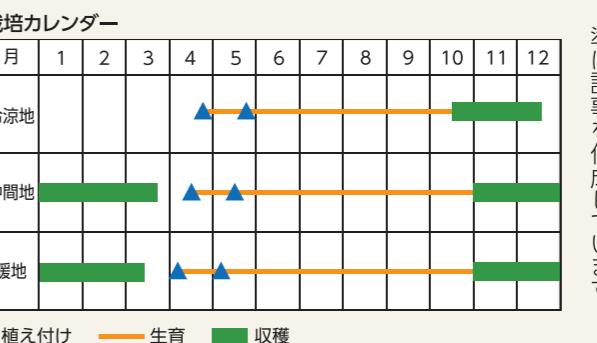


●園芸研究家 成松次郎



【品種】塊茎の表皮が白色と紫色の系統があり、紫種がやや大型です。
【畑の準備】植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを施しよく耕します。1週間に畝間90cm、深さ20cmの溝を掘り、畝1m当たり化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥1kg程度を施し、土を戻してよく混ぜておきます（図1）。

【植え付け】種芋（塊茎は重さ20g程度に切り分け、深さ10cm程度に、株間50~60cm間隔で植え付けます（図2）。
【支柱立て・摘心】強健で病害虫の被害は少ない野菜ですが、生育後に半にはうどんこ病が発生することがあります。気になるときは、カリグリーンなど野菜類の登録農薬で防除します。掘り上げた塊茎はしなびやすいため、3月までは土中に置いて必要に応じて収穫します。



営農職員によるオススメ! ～まくだけ土元氣～

一度使った土は栄養がかたくなり、細菌類のバランスも悪くなってしまいます。そんな土には「まくだけ土元氣!」がお勧めです。

「まくだけ土元氣!」はその名のとおり土にまくだけ（混ぜるだけ）で元氣を取り戻してくれます。

土壌中の不純物を吸着除去する機能をもつ「ソイルキャッチ」という土壌改良剤の働きにより、土の中の細菌を仲良く共存させ、バランスの良い自然本来の状態に近い健康な土に整えます。さらに、土壌環境が悪くなった土を改善させ、石灰を使わなくても土の酸度を調整し、作物が育ちやすい土にします。

花壇の草花を植え替える場合は、株本に土の表面が見えないくらい全面にまんべなくまくことで、水分の保持、雑草の防止、泥跳ねによる病気の広がりを防ぐ効果も期待されます。



尾張旭グリーンセンター
ひまわりマルシェ
浅井 国彦

季節の野菜づくり

キクイモ 生育旺盛な健康野菜

う（図5）。収穫後はポリ袋に入れる、冷蔵庫の野菜室で保管します。なお、畑に残した塊茎は野生化してはびこるので、全て掘り上げます。

* 関東南部以西の平坦な地を基準に記事を作成しています。

JAあいち尾東の LINE をお友だち登録して
産直施設でお得に買い物しよう!

新規でご登録いただいた方、1,000円以上購入時に使用できる200円クーポン配信

登録方法

①QRコードを読み込む

②追加ボタンを押して登録完了!

③お得なクーポンゲット!

登録済みの方、1,000円以上購入時に13時から使用できる100円引きクーポン配信

使用方法

①リッチメニューの「地域農業応援クーポン」をタップ

②お得なクーポンゲット!

JAあいち尾東 産直施設

- 瀬戸グリーンセンターとれたて館
- 尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ
- 長久手グリーンセンター
- 日進園芸センター
- 東郷グリーンセンター
- 豊明フレッシュセンター(仮店舗・豊明市文化会館)
- 豊明西部産直センター

※クーポンの使用は当JA管内の産直施設のみとなります。

※クーポンにつきましては、予告なく終了する場合がございます。予めご了承ください。

「介助犬フェスタ」今年は現地&オンラインのハイブリッドにて開催!

3回のオンライン開催を経て、今年は現地&オンラインのハイブリッドにて開催します!介助犬デモンストレーション、介助犬使用者の話、車いすや介助犬トレーナー体験など、介助犬を身近に楽しく理解し、障がい者の方々の生活を知っていただくきっかけとなるコンテンツが盛りだくさん♪遠方の方はオンラインから、お近くの方は会場にてご参加をお待ちしています!

開催概要

イベント名：介助犬フェスタ2023
開催日時：2023年4月6日(木)
13:00～16:00
開催場所：愛・地球博記念公園
(モリコロパーク)
配信媒体：社会福祉法人 日本介助犬協会
公式YouTubeチャンネル

介助犬フェスタHP:
<https://kaijoken-festa.jp/>

社会福祉法人 日本介助犬協会
公式YouTubeチャンネル:
<https://www.youtube.com/channel/UC2w5dXIDP1LvcublH5dMhw?app=desktop>

※オンライン参加は日本介助犬協会公式YouTubeチャンネルから!

JA愛知厚生連
あなたの健康
まもり隊

夜のトイレで困っていませんか?

豊田厚生病院 泌尿器科腫瘍部長 小林 大地

夜間頻尿とは

夜間頻尿とは、「夜間に排尿のために1回以上起きなければならないという愁訴である」と定義されています。特に夜間2回以上の排尿は良好な睡眠を阻害し、日常生活に支障を与えます。

夜間頻尿の頻度・回数は男女ともに加齢に伴って増加し、夜間頻尿のある人は4,482万人と推定されており、多くの日本人が夜間頻尿に悩まされていると考えられます。

原因

夜間頻尿の原因は大きく多尿・夜間多尿、膀胱蓄尿障害、睡眠障害に分けられています。

①多尿・夜間多尿

夜間の尿量が多くなると、排尿回数は多くなります。水分の摂り方や塩分の過剰摂取、下肢のむくみ、内科的疾患(心疾患、呼吸器疾患、腎機能障害、糖尿病など)が原因となります。

②膀胱蓄尿障害

膀胱に少量しか尿を溜められなくなると、排尿回数は多くなります。この症状は膀胱炎や過活動膀胱、前立腺肥大症、尿路結石など尿路の異常で生じます。

③睡眠障害

寝付きが悪い、眠りが浅く夜間何度も覚醒してしまうことも、夜間頻尿の原因となります。

治療

行動療法(生活指導)は夜間多尿の初期治療として、まず行うべき治療であるとされています。
生活習慣を改善しても夜間多尿の改善が乏しい場合には、お薬を使うこともあります。

1. 夜間多尿の改善のために

①夕方以降の水分の過剰摂取や、就寝前3～4時間のアルコールやカフェインの摂取は控えましょう。
②塩分の摂り過ぎは多尿の原因となるため、減塩に心がけましょう。
③弾性ストッキングの着用や日中に足を高くして30分程度横になるなど、下肢のむくみの対策をしましょう。また夕方にスクワットや散歩など、軽い運動をすることもむくみ対策となります。

2. 質の良い睡眠をとるために

①起床・就寝時間や1日3度の食事など、規則正しく過ごしましょう。
②昼寝をされる方は15時まで、30分以内にしましょう。食後のゴロゴロ、うたた寝は夜間の睡眠の質を悪くしてしまいます。
③日中は日光をしっかり浴びましょう。
お悩みの方は、かかりつけ医に相談してみてください。

ふれあい係からご案内

組合員届出事項について

組合員届出事項につきまして変更生じた場合は、定款の定めるところにより、書面にてお届けいたします。

以下の変更が生じた場合はお手数ですが、当JAまでお知らせいただきますようお願いいたします。
なお、お問い合わせ及び変更の届出用紙については、最寄りの支店窓口にて受付いたしております。
ご理解とご協力のほどお願い申し上げます。

届出が必要な変更事由

- 組合員の死亡
- 就農、農業廃業
- 住所、電話番号等の変更
- 当JAの地区内(瀬戸市、尾張旭市、豊明市、東郷町、日進市、長久手市、名古屋市守山区白山、本地ヶ丘、森孝東)から地区外への転出

19

18

おしゃせ 産直市情報

- 4月**
- 品野支店 5日(水) 9:00~12:00
 - 米野木支店 6日(木) 9:00~12:00
 - 東郷支店・豊明栄支店 14日(金) 9:00~12:00
 - 長久手西支店 毎週水曜日 9:30~11:30
- 5月**
- 品野支店・米野木支店 8日(月) 9:00~12:00
 - 東郷支店 15日(月) 9:00~12:00
 - 長久手西支店 每週水曜日 9:30~11:30

※5月3日の長久手西支店の産直市につきましては、お休みさせていただきます。
※新型コロナウイルスの状況等により中止となる場合があります。

おしゃせ 4月の金融キャンペーン

- 退職金専用定期貯金「さくら定期」
- 子育て応援定期積金「ファミリー積金ほほえみ」
- 子育て応援定期貯金「ファミリー定期ほほえみ」
- 相続定期貯金「想子想愛」
- 年金受給者向け定期積金「JAゆうゆう定期」
- 年金受給者向け定期貯金「もみじ定期」
- 年金友の会会員ご紹介プレゼント
- JA投信ハイブリッドプラン
- JAネットマイカーローン
- JAネット教育ローン
- JAネットリフォームローン
- JA住宅ローン「とくとくプラン」
- 賃貸建物資金特別プラン
- JAネットバンク定期貯金
- 投資信託キャンペーン

おしゃせ 理事会だより

開催日:令和5年3月1日(水)

- 第1号議案 役員経営保証規程の一部改正について
- 第2号議案 組合員の法定脱退について
- 第3号議案 出資口数の減少について
- 第4号議案 職員期末賞与について
- 第5号議案 職員給与規程の一部改正について
- 第6号議案 令和6年度新規職員の採用について
- 第7号議案 (株)尾東北部農産にかかる利益相反取引について
- 第8号議案 大口信用供与等の承認について
- 第9号議案 JAバンク投信ネットサービス利用規程の制定及び投資信託総合取引規程の一部改正について
- 第10号議案 「信用の供与等の最高限度額について」の一部改正について

以上の議案について承認可決されました。

営農相談員矢部先生のきまぐれ営農相談

- 尾張旭グリーンセンター
 ●4月1日(土)・4月22日(土)・5月6日(土)
 瀬戸グリーンセンター
 ●4月8日(土)・4月23日(日)・5月13日(土)
 長久手グリーンセンター
 ●4月9日(日)・4月15日(土)・5月14日(日)
 日進園芸センター
 ●4月2日(日)・4月16日(日)・5月7日(日)



※都合によりお休みの場合もございます。
※新型コロナウイルスの状況等により中止となる場合があります。

おしゃせ 4月の店舗イベント情報

- 瀬戸グリーンセンターとれたて館**
 ●春の園芸セール 7日(金)～9日(日)
 ●クーポン割引 10日(月)～30日(日)
 ●いちごフェア 22日(土)
- 尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ**
 ●春の園芸セール 7日(金)～9日(日)
 ●春の野菜作り大応援セール 21日(金)～23日(日)
 ●いちごフェア 22日(土)
- 長久手グリーンセンター**
 ●食農フェアクーポンセール 1日(土)～3日(月)
 ●食農フェア春の園芸クーポンセール第1弾 14日(金)～16日(日)
 ●いちごフェア 22日(土)
 ●食農フェア春の園芸クーポンセール第2弾 21日(金)～23日(日)
- 日進園芸センター**
 ●いちごフェア 15日(土)
 ●春一番セール 21日(金)～23日(日)
- 東郷グリーンセンター・豊明西部産直センター**
 ●食農フェア 7日(金)～9日(日)
 ●いちごフェア 15日(土)
 ●春の園芸セール 21日(金)～23日(日)
- 豊明フレッシュセンター**
 ●食農フェア 7日(金)～9日(日)
 ●いちごフェア 15日(土)
 ●お米セール 21日(金)～23日(日)

※新型コロナウイルスの状況等により中止となる場合があります。

おしゃせ 広報誌『ぐりんぶらざ』5月号の配達に関するお知らせ

広報誌『ぐりんぶらざ』5月号は、ゴールデンウィークの都合上、5月15日(月)までに配達させていただきます。
ご迷惑お掛けいたしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

おしゃせ 相談会・相談日のお知らせ(4月1日～5月15日)

税務相談

税理士が相続税・贈与税などの税金に関するあらゆるご相談に応じます。
ご希望の方は開催支店へお問い合わせください。
(※長久手支店をご希望の方のみ北部資産管理センターへ)

- 4月**
- 5日(水) 東郷支店
 - 11日(火) 日進支店
 - 14日(金) 豊明支店
 - 17日(月) 尾張旭支店
 - 21日(金) 瀬戸支店
 - 25日(火) 長久手支店
- 5月**
- 9日(火) 日進支店
 - 10日(水) 東郷支店
 - 15日(月) 尾張旭支店

無料相談をご活用ください!

年金相談

社会保険労務士が年金の受給手続きや受給予定額などのご相談に応じます。

- 4月**
- 5日(水) 豊明支店・沓掛支店
 - 6日(木) 尾張旭支店
 - 7日(金) 岩崎支店
 - 11日(火) 瀬戸支店
 - 13日(木) 長久手支店
 - 17日(月) 本地ヶ原支店・尾張旭東支店
 - 18日(火) 山口支店・品野支店
 - 19日(水) 春木支店
 - 21日(金) 浅田支店
 - 25日(火) 水野支店
 - 26日(水) 日進支店
 - 27日(木) 長久手西支店
- 5月**
- 2日(火) 尾張旭支店
 - 9日(火) 瀬戸支店
 - 10日(水) 豊明支店
 - 11日(木) 長久手支店
 - 12日(金) 米野木支店

J A バンク・JA共済休日相談会

各種ローンや共済、資産運用についてご相談にお答えします。

- 4月 8日(土) 各基幹支店
- 5月 13日(土) 各基幹支店

ホームページ内  をクリック



またはこちらのQRコードからご予約下さい

相談をご希望の方は、開催支店に直接ご予約をお願いします。

ご予約・お問い合わせ

- | | |
|------------------|--------------------------------|
| ●瀬戸支店 | ●長久手支店 |
| TEL(0561)82-8131 | TEL(0561)63-0012 |
| ●尾張旭支店 | ●北部資産管理センター |
| TEL(0561)54-3311 | TEL(0561)65-0031 |
| ●豊明支店 | ●中部資産管理センター |
| TEL(0562)92-1341 | TEL(0561)75-0720 |
| ●東郷支店 | ●南部資産管理センター |
| TEL(0561)39-0551 | TEL(0562)92-1343 |
| ●日進支店 | ※新型コロナウイルスの状況等により中止となる場合があります。 |
| TEL(0561)72-0665 | |

ご予約の状況等によりご希望に沿えない場合がございます。

