

くりんぱらざ

2025
7

vol.316

特集

はじめまして! 私たちLPCです

P2

「クローズアップ」

長久手市 田中明子さん・義貞さん P8



P10 出向く営農レポート
P12 地域農業応援団!
食育キッチン



LINE

産直施設で
使えるクーポン
配信中



Instagram



JAあいち尾東
<https://www.jaab.or.jp>

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

●JAの様々な取り組みや自己改革について、該当する番号に○で評価をお願いします。

良 ← 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1 → 悪

【その理由をお聞かせください】

●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

ステキな商品をプレゼント!

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

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。

このボタンをクリック

【組合員限定】
くりんぱらざ
自己改革の取り組みに対する
ご意見およびクローズアップの
記事はこちら



クローズアップ
Puzzle

A	B	C	D	E

7月号の答え

締切 7/20まで (消印有効)

ホームページ (QR
コードから)・各窓口
にあるご意見箱にて
応募された方は当
選率が上がります!!

パズルの正解者の中から抽選で5名様に

イチジクジャム をプレゼント!

今月号の当選者は令和7年9月号
にて発表させていただきます。



※写真はイメージです

知ッ得情報

組合員の皆様に
お得な情報をお届けします!

グリーンセンターで空調服®を販売しています!

販売期間 令和7年8月31日(日)まで



夏季の高温下における
作業の熱中症対策に!

空調服+ファン・バッテリー

セット価格(税込)

26,400円~

半袖タイプ、ベストタイプ、フード付きベストタイプを受注販売しています。

※メーカーの在庫が終了した場合は販売終了とさせていただきます。

※お申込は、各グリーンセンターに設置の申込用紙に必要事項を記入し、
グリーンセンター職員にお渡しください。

JAの産直所でJAカードをご利用いただくと
ご請求時に5%割引!!



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
の宛先までお送りください。
文芸コーナーはホームページからもご応募で
きます。P22をご覧ください。

宛先 〒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

読者の文芸コーナー

●川柳・短歌・俳句の種類

※お一人様一種類かつ一句(一首)の投句をお願いします。

みんなのお便り

●作品タイトル

※投稿いただいた作品は返却いたしません。

※誌面の都合上、投稿いただいた作品の全てを掲載する
ことはできません。

締切 6月6日~7月5日まで(8月号掲載)
7月6日~8月5日まで(9月号掲載)

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。

くりんぱらざ

vol.316
2025.7.1発行

ホームページ <https://www.jaab.or.jp>

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



8:30 支店で朝礼

9:30 渉外担当者とのスケジュール確認



14:00 渉外担当者とロールプレイングで組合員への対応を振り返り



16:00 事務処理



17:30 退勤

11:00 生前相続のご相談



12:00 ランチ



はじめまして! 私たちLPCです

ライフプラン
コンサルタント

令和7年4月、組織機構の見直しにより誕生した LPC(ライフプランコンサルタント)。
組合員・利用者の皆様とのつながり強化に向け、業務に取り組んでいます。

LPCは

- 投資信託の説明&アフターフォロー
- 生前の相続相談
- 相続発生後の相談
- 渉外・窓口担当者の指導、育成

等を担当しています。



NISA・投資信託って興味があるけど、よくわからない・・・

相続税がかかるのかな? 対策はどんなことすればいい?



困り事や心配事があれば、いつでも相談ください。

8:30 支店で朝礼

10:00 窓口にて投資信託のご相談



11:30 ランチ



13:00 渉外担当者と組合員宅訪問



15:00 渉外担当者と打ち合わせ



16:00 電話対応



17:30 退勤

Q.LPCのやりがいは?

A. 渉外担当者をはじめ、支店職員から頼りにされるときにやりがいを感じます。

Q.LPCとしての目標は?

A. 組合員・利用者の皆様から信頼され「浅井さんがいるから安心して支店に来られる」と言ってもらえるLPCになりたいです。

Q.東郷地域の支店はどんな支店?

A. 思いやりがある職員ばかりで、温かい支店です。

Q.組合員へのメッセージ

A. どのようなことでも構いません。気になることがあれば、相談してください!

インタビュー

Q.LPCのやりがいは?

A. 組合員・利用者の皆様から感謝の言葉を頂けることがやりがいです。

Q.LPCとして、達成感を感じる時はどのような時?

A. 指導している職員の成長を感じられた時です。

Q.尾張旭地域の支店はどんな支店?

A. 温かみのある支店です。

Q.組合員へのメッセージ

A. 些細な相談でも駆けつけます!何でもご相談ください。

インタビュー



後藤 真美



舟戸 裕貴



粕谷 麻美



丸塚 光樹



大澤 都



佐橋 健太



齊藤 ゆい



塚本 悠太



竹井 加奈子



井上 大輔



浅井 美名



吉田 幸生

東郷地域
浅井 美名
得意な相談内容
共済

尾張旭地域
舟戸 裕貴
得意な相談内容
融資

5月21日 健康への意識強化!男の料理教室



男性が調理を通じて健康への意識を高め、食生活を見直すことを目的に毎年開催しています。

今回は「1/2日分の野菜が摂れる中華献立」に挑戦。JA愛知厚生連の管理栄養士・山野佳子さんの指導のもと「コウマ中華丼」や「きのこの柚子胡椒マリネ」など、野菜をたくさん使い、調味料は控えめにした中華料理を作りました。

参加者は「調味料の量が少ないかと思ったが、しっかり味がしみこみ、種類豊富な野菜を摂取することができた。調理手順を覚えて、家族に振舞いたい」と満足そうに話していました。



出来上がった料理を丁寧に盛り付ける

5月27日 まちかど健康チェック



健康に関して日頃から気になっていることをベジチェック®や健康相談を通して知る

組合員や利用者の健康意識を高めることを目的に、JA愛知厚生連と連携して各支店で開催しました。

当日は手のひらをかざすだけで推定野菜摂取量を測定することができる「ベジチェック®」を活用し、JA愛知厚生連の保健師や管理栄養士が食習慣や運動習慣についてのアドバイスを行いました。今後の食事内容を相談する人やJAの集団人間ドックの説明を受ける人の姿も見られました。

生活相談課の丸山課長は「ベジチェック®による計測結果で、野菜の摂取への意識が高まる。健康管理の一步としてまちかど健康チェックを利用してほしい」と呼び掛けていました。

協力広報員：山田茂樹

6月7日 ジャガイモ収穫&サツマイモ植え付け体験



長久手支店・長久手西支店が収穫の楽しさと旬の食材を知ってもらおうと企画。長久手ライスセンター近くにある神谷時男さんの畑に親子17組が参加しました。

自然農法に限りなく近い形で育てられた男爵とキタアカリ約200株が植えられた2本の畝に並び、スコップと手で土を掘っていきます。ジャガイモの頭が見えると「あった!」と子供たちは大喜び。お父さんたちも負けじと土を掘り、あっという間にたくさんのビニール袋がいっぱいになり「近所におす分けですね」と親子も大満足でした。好きなジャガイモ料理を子供たちに聞くと肉じゃが、ポテトチップス、じゃがチーズ、断トツ1位はポテトサラダでした。

ジャガイモ掘りの後はサツマイモ、紅はるかの植え付け。割り箸を使って苗を斜めに植えていくという方法に戸惑いながらも一生懸命に植えました。秋にはサツマイモの収穫も体験できると聞き期待に胸を膨らませていました。

広報協力員・佐藤美桜子



「こんなに大きいよ」の声にお母さんはスマホでパチリ。

JAあいち尾東の様々なニュースをお届けします!



5月9日

尾張旭市農学校第3講



尾張旭市農学校では、新規就農を目指す受講者が、畑作業の基礎から産直施設への出荷等農産物の販売方法まで、農業に関する一連の作業を学びます。

9人の受講者は、営農職員のアドバイスを受け、マクワウリの定植やタマネギとジャガイモへの農薬散布、ナス等の夏野菜の誘引作業等を手分けして行いました。

受講者は「作業について少し慣れてきたものの、農業は体力勝負だと改めて気付かされた。収穫作業に向けて、体調を整えて、しっかりと取り組みたい」と話していました。

低温対策と風よけのため、マクワウリに苗キャップの取り付けを実施



5月15日

山口支店で地域の交流の場「おたっしゃカフェ」



支店を利用する地域の人たちが交流する場として、毎月15日に実施しています。内容は回ごとに異なり、参加者同士でおしゃべりをしたり、お手玉やマジック等の簡単な遊びをしたりと、楽しみながらくつろぎの時間を過ごしています。

この日は、最近知ったスマートフォンの使い方をはじめ、さまざまな話で盛り上がっていました。

初めて参加した人は「このような集まりがあることを知らなかった。声をかけてもらい、一歩踏み出してよかった。また来月も参加したい」と嬉しそうに話していました。

近況話に花を咲かせる参加者たち

5月20日 リピーター続出!

ホウ酸団子づくり



女性部は毎年5月頃に、全地域でホウ酸団子づくりの講座を実施しています。ホウ酸団子は、ゴキブリが好むタマネギ、小麦粉、白砂糖に乾燥作用のあるホウ酸、牛乳を混ぜたもので、ゴキブリ退治に効果があります。

材料をすべて混ぜ合わせてペットボトルのキャップなどに詰め、自宅で乾燥させて家中に配置します。

参加した部員は「このホウ酸団子は効果抜群なので、毎年参加しており、今年は友だちにも頼まれたので、60個作る予定である。今年の夏もしっかりとゴキブリ対策をしていきたい」と話していました。



夏に備えて、みんなでホウ酸団子づくり



夫婦二人三脚で育てる優しい野菜

長久手市 田中 明子さん (57歳)
義貞さん (62歳)

今回ご紹介するのは、長久手市で田中農園を営む田中明子さんと夫の義貞さん。2人で力を合わせ、年間約50品目の農作物を育て、瀬戸・日進・長久手グリーンセンターやあぐりん村に出荷しているほか、数軒のレストランにも卸しています。

食べることや料理をすることが好きな明子さんは「食べてみたい!」と思った珍しい野菜の栽培に積極的に取り組んでおり、現在はモリंगा、食用ほおずき、ペピーノなどを栽培しています。珍しい野菜は初めての人でも手に取りやすいようにグラフィックデザイナーである義貞さんがラベルを作成したり、食べ方や魅力を紹介したポップを手作りするなど、工夫を重ねています。

農業を始めたのは約7年前。友人の畑を手伝ったことをきっかけに興味を持ち、市民農園を利用して独学で栽培を始めました。その後、市民農園で知り合った方の紹介で当JAの女性のアグリスクールに参加し、基本的な栽培管理から出荷方法までを実践的に学び、3年前から本格的に出荷を始めました。「自分が作ったものを買ってもらえるのは本当に嬉しくて、どんなのめり込んでいった」と話す明子さん。現在では長久手産直友の会の役員も務め、地域の生産者と情報交換しながら日々学びを深めています。

畑は、トラクターなどを使わず、ほとんど手作業で農業に取り組んでいます。無農薬で栽培しているため虫の被害も少なくありませんが、粘着テープを使って一匹ずつ取り除くなど、地道な作業が続いています。さらに、もともと田んぼだった畑は石が多く、石があると根菜類の形に影響が出るため、一つずつ丁寧に取除いています。他にも雑草取りや畑の整備など、手間のかかる作業も夫婦で分担しながら二人三脚で取り組んでいます。まっすぐ綺麗な形に育った野菜は、そんな日々の努力の賜物です。

土づくりに力を入れており堆肥や土壌改良に関する勉強会やワークショップに参加し、良いと感じたものは積極的に取り入れています。堆肥は馬ふん堆肥を使っており、馬は咀嚼が荒く、排泄物には繊維質や有機物が多く残るため、堆肥としての効果が高いとされています。運搬による環境負荷にも配慮して近くの乗馬クラブに直接連絡を取り、継続的に取り寄せています。今秋から拡大する畑では、近くのクラフトブルワリー醸造所の仕込み過程で生まれる麦芽かすを使い、肥料や堆肥作りにチャレンジする予定です。

「これからもっと学びを深めて、環境にも人にも、みんなに優しい野菜を届けたい」と笑顔で話してくれました。



野菜の魅力が一目でわかる、想いのこもったポップです



義貞さんが作ったラベル



魅力がいっぱい詰まった手作りのポップ



コールラビの栽培方法

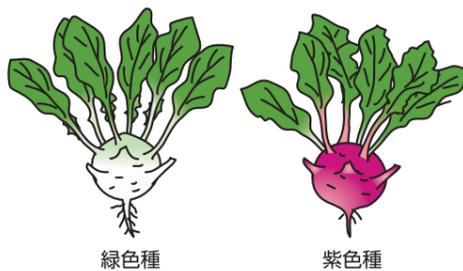
STEP 04 追肥・土寄せ

追肥は植え付け後20日ごろ、株元に化成肥料を1株約10g施用し、土寄せします。2回目は球が肥大する頃に施用します。生育が進み、下葉が傷んでいたら切り落としても良いでしょう。



STEP 05 収穫

球の直径が5～10cmのときに、株元から刈り取って収穫します。球が大きくなると肉質が堅くなります。堅い皮はむいて薄くスライスし、サラダなどにします。また、さいころ状に刻んで、スープ、ポトフなどでいただきます。



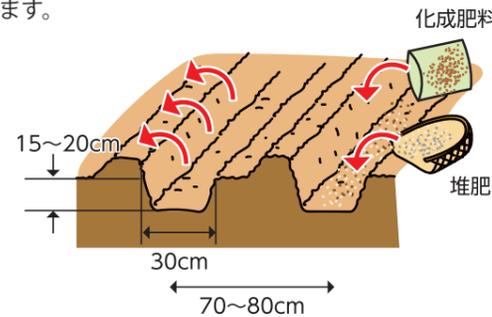
～病害虫の防除について～

ヨトウムシ、コナガなどが多いので、登録農薬で駆除します。生育初期は、寒冷しゃなどの防虫ネットでトンネル被覆し、害虫の被害を防ぎましょう。



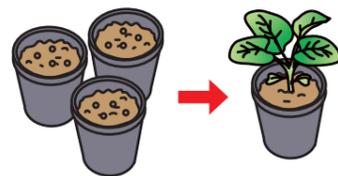
STEP 01 畑の準備

あらかじめ畑1平方mあたりに苦土石灰100gを土とよく混ぜておき、植え付け(または種まき)1週間前に畝幅70～80cm、深さ15～20cmの溝を掘ります。次に、この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%程度)100gと堆肥1kg程度を施し、土を戻して畝を立てます。



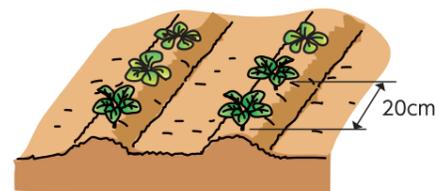
STEP 02 種まき・苗作り

苗作りをするには、7.5～9cmポリポットに種を4、5粒まき、発芽後に適宜密生部を間引き、1本立ちにして本葉4、5枚まで育てます。強健な野菜なので畑にじかまきしても良いでしょう。この場合は種を2、3cm間隔にまいて、間引きながら最終株間を約20cmにします。



STEP 03 植え付け

本葉4、5枚の頃、株間を約20cmに植え付けます。このとき植え穴に十分水を注ぎ、植え傷みの少ないようにします。



キャベツとブロッコリーの仲間。ほんのり甘みがあり、クセがないのでどんな料理にも合わせやすい野菜です。グリーンセンターで見かけたらぜひ手に取ってみてください。



あなたもチャレンジ
季節の
家庭菜園

コールラビ

球の色が緑白の「グランドデューク」(タキイ種苗)、紫の「パープルデューク」(タキイ種苗)などがあります。

栽培カレンダー(コールラビ)

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
中間地	春まき	●	▲	■	■								
	秋まき					●	▲	■	■				

● 種まき - - - - - 生育 ▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫

コールラビは地中海北岸原産のアブラナ科野菜で、茎の基部が球形に肥大するので、別名を球茎甘藍(キュウケイカンラン)とも呼ばれています。キャベツから分化した野菜のため似た性質を持ちますが、キャベツより暑さや寒さに強く、作りやすいので、家庭菜園にぴったりの野菜です。

ちょこっと豆知識

コールラビにはビタミンCや食物繊維などが豊富に含まれています。そのため免疫力を高めたり、おなかの調子を整えたりと体にうれしい野菜です。また、加熱してもこれらの栄養成分が壊れたり流出したりしにくい性質を持っているため、炒め物や煮物などの加熱料理にもおすすめです。



初心者向け

秋冬野菜の栽培講習会

～ 家庭菜園に役立つ基礎を学ぼう～

いよいよ秋冬野菜の準備に取りかかる季節となりました。当JAでは毎年、家庭菜園に役立つ基礎知識や栽培のポイントを学べる「栽培講習会」を各地域で開催します。

講習内容

- 土づくりの基本
土の条件や肥料の選び方、連作障害の対策など
- 農薬の使い方
正しい農薬の使い方や農薬を使わない栽培方法について
- 栽培管理のポイント
野菜ごとの育て方のコツやオススメ品種の紹介



営農職員が基礎からわかりやすく説明します。

▶7月1日(火)から申し込み開始!!詳しくはP19をご覧ください。

農業に関するご質問や疑問に 出向く営農の職員がお答えします。

南部営農センター
東郷事務所
山口 堇

農業のお悩みを解決!

農業の Q&A

Q. ナスを長期間楽しむには?

A. ナスを長期間楽しむカギは「肥料切れ」の予防です。ナスは生育期間が長く、肥料切れを起こしやすいので、2～3週間に1度のペースで追肥を行います。窒素・リン酸・カリはもちろん、カルシウム・マグネシウムを含む肥料を選びましょう。

肥料切れサインの一例

雌しべが雄しべより長い=健康
雌しべが雄しべより短い=追肥をしましょう

梅雨明け後の乾燥にも注意が必要です。乾燥時は畝に敷きわらなどをして乾燥を防ぎ、畝間にたっぷりと灌水しましょう。

水と肥料を切らずに育てたナスは、10～11月頃まで長期間にわたって楽しむことができます。ナス栽培のコツを掴み、目標「1株100個以上収穫」を目指して美味しいナスをどっさり収穫しましょう。



健康な状態の例

出向く営農レポート

～サトイモの栽培管理と防除について～

訪問日:5月20日



北部営農センター
三浦 篤修



北部営農センター
與語 哲志

今回は、長久手産直友の会の中島守さんの圃場へ訪問し、サトイモの管理と防除について案内をしました。

中島さんは、主にサトイモ、タマネギ、ジャガイモ、キュウリなどを栽培しています。

① 灌水の必要性

サトイモは、25～30℃程度の高湿多湿を好み、乾燥を嫌います。特に7月中旬から9月にかけて灌水に心掛けましょう。

② 土寄せの実施

土寄せを行うと、芋が肥大するスペースができるため、月1回を目安に継続的に土寄せをしましょう。

③ 病害虫対策

・アブラムシ

葉から吸汁して生育不良をもたらすほかウイルス病であるモザイク病を媒介するため、すぐに防除する必要があります。アディオン乳剤やウララDFなどが有効です。

・セスジスズメ、ハスモンヨトウ

葉を食いつくし、放置すると生育に深刻な被害が出るため、初期防除が重要です。セスジスズメにはアディオン乳剤・ディアナSC、ハスモンヨトウはグレーシア乳剤・プロフレアSC・トレボン乳剤などが有効です。

今回、中島さんの圃場では害虫は確認されませんでしたが、見かけた時は捕殺や農薬での初期防除をするように提案しました。

サトイモの病害虫対策

アブラムシ
セスジスズメ
対策

アディオン乳剤

- 希釈倍数: 2,000～3,000倍
- 使用量: 100～300L/10a
- 使用時期: 収穫7日前まで
- 使用回数: 5回以内



ハスモンヨトウ
対策

グレーシア乳剤

- 希釈倍数: 2,000～3,000倍
- 使用量: 100～300L/10a
- 使用時期: 収穫7日前まで
- 使用回数: 2回以内



中島さんは、季節に合わせた様々な野菜を栽培しており、長久手グリーンセンター・瀬戸グリーンセンターの産直へ出荷しています。ご来店の際はぜひ手に取ってみてください。



1人あたり約155kcal



食べ出したら止まらない!
カリカリなす
ニンニクやしょうがを入れてもおいしいです♪

材料(4人分)

- ★なす……3本
- ★しょうゆ……大さじ2
- ★ごま油……大さじ1
- ★白だし……大さじ1
- ★酒……大さじ1
- ★みりん……大さじ1
- 片栗粉……大さじ5
- サラダ油……適量

作り方

- ★の調味料をすべて混ぜ合わせます。
- なすは縦半分に切りさらに一口サイズの斜め切りにします。
- 切ったらすぐに1の中に入れ、よく混ぜて5分ほど置きます。
- 片栗粉を加えよく混ぜ、さらに2〜3分置きます。
- フライパンに油をひき、なすの皮を下にして約2分焼きます。
- 裏返して、焼き色がつくまで焼きます。
- 全体的に表面がカリッとなったら完成です。

Recipe なすとトマトのマリネ

材料(4人分)

- なす……2本
- ミニトマト……1パック
- にんにく……1片
- ★オリーブオイル……大さじ1
- ★酢……大さじ1
- ★塩……小さじ1/4
- ★ブラックペッパー……適量

作り方

- ミニトマトはヘタを取り、ヘタの反対側に、つまようじで1か所穴を開けます。
- 熱湯に10〜20秒ほどトマトを入れたら冷水にとり、皮をむきます。
- なすは乱切り、にんにくはみじん切りにします。
- フライパンに多めのオリーブオイル(分量外)をひき、にんにくを弱火で炒めます。
- にんにくの香りが立ったら、なすを加えてしんなりするまで炒めます。
- ボウルにトマトと炒めたなすを入れ、★の調味料を加えてよく混ぜます。
- 粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やして、味がなじんだら完成です。

1人あたり約120kcal



食育ソムリエのレシピ
をご紹介します。
是非ご覧ください!



Instagram



食育ソムリエが考案したレシピを、広報担当が実際に作ってみました!
産直所に並ぶ食材を使って手軽に作れるひと品をご紹介します。

Recipe 夏野菜のドライカレー

材料(4人分)

- 玉ねぎ…1個
- にんじん…1/2本
- なす…2本
- オクラ…100g
- トマト…4〜5個
- かぼちゃ…200g
- ひき肉…200g
- カレールー…100g
- サラダ油…大さじ2

作り方

- オクラはヘタを取り、熱湯で1〜2分ゆでてザルにあげ、冷めたら輪切りにします。
- なす、玉ねぎ、にんじん、かぼちゃ、トマトはさいの目切りにします。
- フライパンにサラダ油をひき、ひき肉を炒めます。色が変わってきたら、玉ねぎ、にんじん、かぼちゃ、なすを加えて炒めます。
- 野菜がしんなりしてきたら、トマトとカレールーを加え、汁気がなくなるまで煮詰めます。
- 最後にオクラを加え、器に盛り付けて完成です。

食育

地域農業
応援団!

shokui kitchen

キッチン

食材メモ

なすは90%以上が水分でできた野菜です。皮の紫色には「ナスニン」というポリフェノールの一種が含まれ、ブルーベリーや紫キャベツと同じように強い抗酸化作用があります。そのほかにも、カリウムや食物繊維、葉酸などが含まれており、生活習慣病の予防にも一役買ってくれる野菜です。



なす

1人あたり約400kcal



豆知識 おいしいなすの特徴

①皮の色が濃くハリと艶があり、キズや変色のないもの

②ヘタの切り口がみずみずしく、ヘタやガクがしっかりしているもの

③とげのある品種の場合、は痛いぐらいに尖っているもの

教えて! 市川組合長

JAの農政運動について学び
地域農業を応援しよう



市川 耕一
代表理事組合長

JAグループでは、農業者の経営安定や所得増大のため、農業者・JA役職員の声を集め、政治の場に届ける「農政運動」に取り組んでいます。

Q 国会議員になぜJAグループの代表者が 必要なのか?

A 国会(政治)は“数が力!”です。

国(政治)を動かすには、
国会に一人でも多くの農業・JAの理解者をふやすことが重要です。



農業・JAの理解者を増やすために必要なことは...

● 農家・JAの代弁者として、先頭に立って多くの国会議員に働きかけ、農業・JAの理解者を増やし、まとめていくことができる、**JAグループの代表議員が必要**です。

● 規制改革会議やJAへの政治的な攻撃が繰り返されないためにも、**JAグループ代表議員の発言力を高めることが必要**であり、上位当選することが必要です。



👏 政治力の発揮が今求められています。

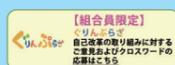
たくさんのご意見・ご要望をよろしくお願いいたします

各支店・店舗・センターにご意見箱とアンケート用紙を設置しています。
なお、ぐりんぷらざのクロスワードパズル応募はがきにご意見箱からもご応募いただけます。
ご意見箱からいただいたクロスワードパズル応募はがきの応募者は当選率アップ!!
皆様からの貴重なご意見・ご要望をたくさんお待ちしております。



JA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

ウェルビーイング活動の取り組み



当JAでは、組合員の皆さまの最寄りの支店を拠点に、「こころ・からだ・くらし」の健康に向け「ウェルビーイング活動」を各地域で実施しています。

美容教室

こころ からだ

メイクには心を軽くしたり、自分に自信をつける効果があります。美容教室では、このような「心の変化」を「体の健康」へつなげることを目的に、ウェルビーイング活動の一環として開催しています。今年も、資生堂のソーシャルエリアパートナーを講師に招き、スキンケアの方法やメイクの基礎を体験しながら学びます。※講座中にメイクオフをしていただきます。



● 当日の流れ

ストレッチ



香りハンドケアから身体をほぐし、メイクアップへの準備を整えます

スキンケア



唾液腺を刺激するスキンケア方法を学びます

メイクアップ



どなたでも簡単に続けられるメイク方法を学びます

スマホ教室

こころ

くらしのさまざまな場面で役立つスマートフォン。操作に自信がない人でも安心して使えるよう、毎年スマホ教室を開催しています。昨年はLINEやInstagramの使い方、JAバンクアプリ・JA共済webマイページの使用方法についてご紹介しました。今年も「スマホ教室〜カメラ・写真講座〜」を開催! NTTドコモ(株)を講師に招き、スマホの使い方を実践的に学びます。



● 内容

- ・写真や動画の綺麗な撮り方
- ・便利な撮影機能
- ・豊富なカメラ機能 など



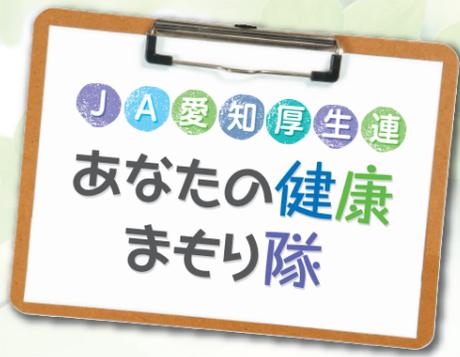
秋の行楽シーズンのお出かけに向けて写真の技術を高めませんか?

両教室とも7月1日(火)から申し込み開始!!詳しくは P19 をご覧ください。

暑い夏に負けない！ 水分補給のお話



豊田厚生病院 保健師 矢田 千恵美



たくさん汗をかく季節がやってきました。
年齢や体格にもよりますが、人間の体からは尿や汗などで一日約2.5ℓの水分が失われていることをご存じでしょうか？
体の水分が不足すると頭痛やめまいなどの脱水症状が起り、最悪の場合は死に至ることもあります。
脱水予防のためには、毎日失われた分の水分を補わなくてはならず、そのうち食事から摂れる水分以外の約1.2ℓを飲料から摂取する必要があるといわれています。
皆さんは普段の生活の中で、1.2ℓの水分を意識して摂取することができますか？

必要量の水分を摂取するために

水分は一気に飲んでも体内にためておくことができません。
コップ1杯(180ml)を目安に小分けにして以下のタイミングで意識して摂取しましょう。



この7つのタイミングで飲むことで、一日に必要な量の水分を摂ることができます！
※上記に加え、運動時は運動中や運動前後にもこまめに水分を摂取しましょう！
※心疾患や腎疾患などで水分制限がある場合は医師の指示に従ってください

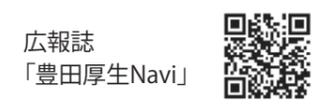
スポーツドリンクの飲みすぎには要注意！

普段の生活の中での水分補給は、水やお茶で十分です。
長時間のスポーツなどでたくさん汗をかいた場合は、水やお茶だけでは、汗で失われたナトリウムやカリウムなどのミネラルが不足してしまいます。ミネラルが含まれたスポーツドリンクなどで水分補給をしましょう。



ただし、スポーツドリンクには500mlのペットボトル1本に角砂糖10個分に相当する糖質が含まれているものもあります。水分に含まれる糖は吸収が早いので血糖値の急上昇を招き、飲み過ぎると糖尿病になるリスクもありますので要注意です。スポーツドリンクはたくさん汗をかいたときなど必要時だけ飲むようにしましょう。
それぞれの場面に合った適切な飲料を選択し、こまめに水分摂取をしていきましょう！

広報誌・SNSでも病気や治療・イベント情報などを発信しています。ぜひご覧ください！



\\ 手軽にできる体操をご紹介！\\

ちよこっと体操

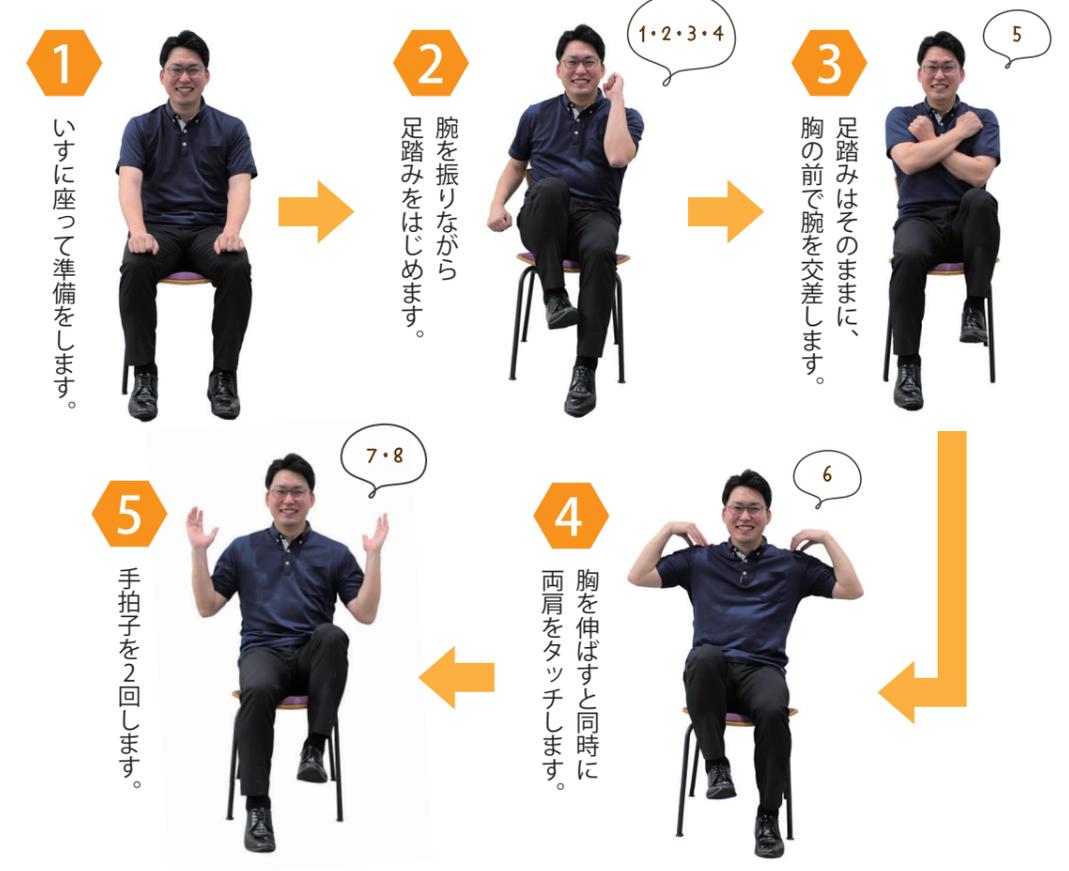
農作業による前かがみ姿勢や長時間にわたるデスクワークなど、背中が丸まった状態で作業が続くことはありませんか？同一姿勢を取り続けていると、体が凝り固まったり、さらには思考力や集中力の低下につながる可能性もあります。仕事の合間を利用して、時折、体をほぐすとともに気分転換を図りましょう。

日本体操協会では、心身の健康増進と明るい社会づくりに寄与するために、体操プログラム「The Taiso (ザ・タイソウ)」を国内外で紹介しています。「The Taiso」には三つのパターン(①ノーマルバージョン ②ショートバージョン ③20秒バージョン)があります。今回は③の20秒バージョンをご紹介します。見本を参考にして、挑戦してみましょう！



レッツ、トライ！

足踏み+腕を振る+胸を伸ばす運動



日本体育大学准教授 伊藤由美子

秋冬野菜の栽培講習会

	日 時	会 場	定 員
開催日 ・ 会 場 ・ 定 員	8月2日(土)9:00~10:30	長久手支店	30名
	8月2日(土)9:00~10:30	中部ライスセンター	30名
	8月9日(土)9:00~10:30	瀬戸支店	30名
	8月9日(土)9:00~10:30	尾張旭支店	30名
	8月9日(土)9:00~10:30	南部宮農センター東郷事務所	20名
	8月9日(土)11:00~12:30	南部宮農センター	20名



申込は
こちらから

参加費 無料

募集期間 令和7年7月1日(火)~7月31日(木)

申込方法 JAあいち尾東のHPもしくは各宮農センターまたはグリーンセンター、各支店窓口に設置の申込書に必要事項を記入し、お申込みください。
※各会場とも定員になり次第締め切りとなります。お早めにお申し込みください。

いきいき美容教室 ~エイジングケアの基本~

開催日時 8月25日(月)10:30~11:30 尾張旭支店
会 場 8月27日(水)14:00~15:00 本店

定 員 各30名 参加費 2,200円 対象者 JAあいち尾東管轄内にお住まいの方

募集期間 令和7年7月1日(火)~7月25日(金)

申込方法 JAあいち尾東のHPまたは各基幹支店に設置の申込書に必要事項を記入し、お申込みください。
※応募多数の場合は抽選を行い、ご案内を8月上旬に郵送いたします。
※各会場の参加者が10人未満の場合は、中止になることがあります。



申込は
こちらから

スマホ教室 ~カメラ・写真講座~

開催日 9月1日(月)尾張旭支店 9月8日(月)長久手支店
会 場 9月4日(木)豊明支店 9月9日(火)本店
9月5日(金)瀬戸支店 9月16日(火)東郷支店

開催時間 10:00~12:15

定 員 各11名 参加費 無料 対象者 現在スマホを利用されている方

募集期間 令和7年7月1日(火)~7月25日(金)

申込方法 各基幹支店に設置の申込書に必要事項を記入し、お申込みください。
※応募多数の場合は抽選を行い、ご案内を8月中旬に郵送いたします。



相続対策について

税理士法人スマッシュ経営

もしものときを考え、残された家族・親族のために相続対策をしておくことは非常に大切です。しかし、一言で「相続対策」と言っても対策しなければならない事柄は複数あり、特に、「相続税」は、税金に対する専門的な知識も必要となります。

もしものとき、相続がスムーズに進むよう、今のうちから備えておきましょう。

~ 相続対策 ~



相続対策とは、万が一自分が亡くなった場合に備えて、相続が円満な形で進められるように対策をすることです。相続できる財産を残す人を「被相続人」、財産を残す人を「相続人」と呼びます。

相続対策は大きく分けて、「相続税対策」と「争族対策」の2つがあります。

(1) 相続税対策



相続税対策とは、相続税を軽減させるための節税対策です。

そもそも相続税は、被相続人が所有していた財産を、相続人が相続した場合に発生する税金です。財産の相続があれば相続税は必ず発生するわけではなく、相続税の課税対象となる財産は決まっています。

○課税対象となる財産

- 土地や建物、株式、現金などの財産
- 生命保険金や死亡退職金などのみなし相続財産
- 被相続人から相続人へと生前贈与された財産
- 被相続人から相続時精算課税制度を利用して贈与された財産



※仏壇・墓地といった祭祀財産などは相続税の課税対象とはなりません。

(2) 争族対策

争族対策とは、相続人が複数いる場合に、相続人間で遺産分割について紛争が起こらないように対策をすることです。相続人同士は家族・親族であるケースが多く、争族が起こると親しい間柄にも大きな亀裂が生じます。



争族が起こりやすいケースを2つ紹介します。

●亡くなった親の介護を、子1人のみがしていた

親の介護をしていた子と他の子が、遺産相続額で揉めるケースです。介護をしていた子は遺産を多くもらいたい、他の子は法定相続分のおりに分けるべき、とそれぞれ主張して争族が起こります。



●遺産が自宅のみである

遺産分割のために自宅を売却するか、居住用として使用を続けるかで争族が起こります。自宅を売却する場合も、いつまでに・いくらで・誰に売却するかで揉める可能性があります。



参照:税理士法人スマッシュ会計 コラム「相続情報 2023.07.26」

8月号では、相続税対策の具体的な方法について解説いたします。

当JAでは令和7年度から中部資産管理センターに相続相談担当を設置し、組合員の皆様の相続相談対応を強化しています。各支店窓口を通じて、お気軽にご相談いただけます。

ほかにも法律・税務・不動産・年金など、暮らしに関わるさまざまな内容の相談会や相談日を設けています。詳しくはP20をご覧ください。

産直市情報

- 7月**
- 米野木支店 7日(月) 9:00~12:00
 - 品野支店 10日(木) 9:00~11:30
 - 東郷支店 15日(火) 9:00~12:00
 - 豊明支店 16日(水) 9:00~11:00
 - 長久手西支店 毎週水曜日 9:30~11:30
- 8月**
- 米野木支店 5日(火) 9:00~12:00
 - 品野支店 7日(木) 9:00~11:30
 - 豊明栄支店 12日(火) 9:00~12:00
 - 豊明支店 13日(水) 9:00~11:00
 - 尾張旭東支店・東郷支店 15日(金) 9:00~12:00
 - 長久手西支店 毎週水曜日 9:30~11:30

7月の金融キャンペーン

夏季定期貯金「ひとつまれ」

- 6月12日(木)~7月31日(木)
- 地域農業応援コース(窓口・渉外受付)
- 6月12日(木)~8月31日(日)
- 金利コース(ATM・IB受付)

- 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ゆうゆう定積」
- 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

理事会だより

開催日: 令和7年5月30日(金)

- 第1号議案 令和7年度事業計画の修正について
- 第2号議案 総代会附議議案について
- 第3号議案 農業応援基金積立金の取崩しについて
- 第4号議案 役員賠償責任保険契約の締結(更新)について
- 第5号議案 職員の夏季賞与について
- 第6号議案 会計監査人の報酬額について
- 第7号議案 大口信用供与等の承認について
- 第8号議案 信用事業方法書(金融機関等の業務の代理又は媒介)の一部変更について
- 第9号議案 愛知県警察との金融犯罪にかかわる情報連携の協定締結について

以上の議案について承認可決されました。

営農相談窓口

農業に関するご質問やご相談にお答えします。

相談日 月曜日~金曜日 9:00~17:00

休業日 土日祝

詳しくは各センターへお問い合わせください。

- 北部営農センター(瀬戸・尾張旭・長久手地域) 0561-63-3360
- 中部営農センター(日進地域) 0561-72-0062
- 南部営農センター(豊明地域) 0562-92-3892
- 南部営農センター東郷事務所(東郷地域) 0561-39-1775

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
- 7月5日(土)・8月2日(土)
- 瀬戸グリーンセンター
- 7月12日(土)・8月9日(土)
- 長久手グリーンセンター
- 7月19日(土)
- 日進グリーンセンター
- 7月26日(土)

※都合によりお休みの場合もございます



7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

- 北部3店舗合同セール 18日(金)~20日(日)
- クーポン割引 21日(月)~31日(木)

尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ

- 北部3店舗合同セール 18日(金)~20日(日)
- 夏の産直まつり(周年セール) 25日(金)~27日(日)

長久手グリーンセンター

- クーポンセール 4日(金)~6日(日)
- 北部3店舗合同セール 18日(金)~20日(日)

日進グリーンセンター ni+co

- ニコニコセール 11日(金)~13日(日)

豊明・東郷グリーンセンター Love it TO²

- スイカまつり 12日(土)~13日(日)
- 周年セール第2弾 18日(金)~20日(日)

店舗のイベント情報は変更になる場合がございます。最新の情報はQRコードからご覧ください。



相談会・相談日のお知らせ(7月1日~8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)

- 7月**
- 8日(火) 本店営業店
 - 9日(水) 東郷支店
 - 18日(金) 瀬戸支店
 - 22日(火) 尾張旭支店
 - 23日(水) 豊明支店・長久手支店
- 8月**
- 5日(火) 本店営業店
 - 6日(水) 東郷支店

法律相談

弁護士が不動産に関することはもちろん、日常のあらゆる法律のトラブルなどのご相談に応じます。

ご希望の方は各資産管理センターへお問い合わせください。

- 7月**
- 7日(月) 本店営業店
 - 9日(水) 長久手支店
 - 24日(木) 長久手支店
- 8月**
- 4日(月) 本店営業店
 - 12日(火) 長久手支店

長久手支店…北部資産管理センター
本店営業店…中部資産管理センター

税務・不動産個別相談会

専門家が不動産を中心とした税務、資産運用・活用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。

- 7月**
- 1日(火) 長久手支店
 - 12日(土) 尾張旭支店
 - 18日(金) 本店営業店
 - 22日(火) 春木支店
 - 28日(月) 豊明支店
- 8月**
- 1日(金) 瀬戸支店
 - 5日(火) 長久手支店
 - 8日(金) 本店営業店

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。

- 7月**
- 2日(水) 豊明栄支店
 - 4日(金) 尾張旭支店・米野木支店
 - 8日(火) 瀬戸支店
 - 10日(木) 長久手支店
 - 15日(火) 山口支店・品野支店
 - 16日(水) 東郷支店
 - 18日(金) 本地ヶ原支店・尾張旭東支店
 - 22日(火) 水野支店
 - 23日(水) 本店営業店
 - 24日(木) 長久手西支店
- 8月**
- 1日(金) 岩崎支店
 - 6日(水) 尾張旭支店・豊明支店
 - 12日(火) 瀬戸支店
 - 14日(木) 長久手支店
 - 15日(金) 浅田支店

JA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。

- 7月12日(土) 各基幹支店
- 8月9日(土) 各基幹支店

「相続手続き」の来店予約も受付中!

Web予約がない場合でも相続手続きのご案内はさせていただきますが、来店状況によりお待ちいただく場合がございます。

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 TEL (0561) 82-8131
- 尾張旭支店 TEL (0561) 54-3311
- 豊明支店 TEL (0562) 92-1341
- 東郷支店 TEL (0561) 39-0551
- 本店営業店 TEL (0561) 72-0665

- 長久手支店 TEL (0561) 63-0012
- 北部資産管理センター TEL (0561) 65-0031
- 中部資産管理センター TEL (0561) 75-0720
- 南部資産管理センター TEL (0562) 92-1343

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。

薬局に並んだ顔は夏野菜
夏野菜と言えば焼ナス喉が鳴る
スイカ食べ種鉄砲笑い飛ぶ
ウリハムシ退治に苦闘夏の陣
ナストマト年中出回り夏野菜？
夏野菜一坪農園出来競う
始めて作ってみた夏野菜の三兄弟
コスト高でも作りたい夏野菜
ナスピーマンカレーに入れて整えり
米につぐ安値祈願は夏野菜
ナストマト今年も植えた幸せを
夏野菜子供や孫におすそ分け
上高地冷えたトマトが忘れぬ
炎天下雨恋しいと夏野菜
虫も喰う僕も喰ってる夏野菜
たくさんのワラビ頂き初夏の味
夫植え妻収穫の夏野菜
夏野菜五目そうめんくせになる
近頃は鬼より怖い猛暑の日
夏野菜カラスと私の智恵くらべ
トマトの味井戸で冷やした味も美味
夏野菜(すいか)収穫直前カラスに先越され
夏野菜たくさん取れておすそ分け
青い空庭の野菜・花が雨待ちかな
でかくなる姿に苗植える
初取りのキュウリ供え手を合す

水藤 芳枝
中野なおみ
八田美智子
大津 右公
水野加代子
浅見 保永
村瀬由枝
大津 隆春
竹田 敏子
中村 久榮
柴田たみ子
矢野 千歳
大津 教
村瀬ヒサ子
浅見 和彦
田中 泰賢
足立 文字
諸戸 幸
大津 隆春
浅野 清美
城 須磨子
山田 敦子
松井美枝子
上田 春子
鬼頭 月美
三浦 小波

短歌

嬉しいな夏の野菜のそらい踏みみずみずしくて赤青黄色
朝さんぽ本気度まして雨降りも出会い楽しい瀬戸川緑地
ぐりんぶらざ見たよとメールお互いに生存確認絆も深く
朝陽さす鳥原川のあめんぼう水面すべりて光となりぬ
夏野菜今日も元気声かける花咲き実つけ収穫まつ
山中の川辺に咲きしクレマチス美しく見ておしをどめの頃に
別れの日悲しみに耐え老いのわれ体調こわす春の朝
散歩中リンゴの花咲く庭ありて紅さす白き花の可愛いさ
夜桜の宴はあつく盛り上がりそれぞれ顔花冷えの夜
昼食は何にしようかと夫に聞く「温いもの」返事は同じ
朝日浴びイナゴのようにサーファーが日南の海立ち飛び舞うや
初夏や赤く色づく桜桃の枝を揺さぶる鶉のひと群
気象台に勤めし母の口ぐせは「春の天気は降る・吹く・雲よ」
郷里が何故か淋しき此の頃は呼べど返らぬ街の如く
よもぎ摘み天日に干してからからに風呂に入りればぬくぬくしかな
毎日気づいた事をメモにとり三分咲きおり短歌の花が
雨の日に天井を見て呆けてるソファアの上でそんなのいい
夜半の雨舗道を濡らしかすかなるザボンの花の匂ひたたせて
愛猫に美味しいご飯たべさせて当の飼い主昨日の残り
新緑の雑木林に囲まれてウグイスの声聞きツバメ見る

俳句

久しぶり旧知の友から見舞便
窯垣のいらか真黒に半夏雨
畑勤め気になるドジャーズ薫風に
ハマナスの最後の一花はらはらと
諸輪の田ドローンに稲種播かせ居り

石野 憲男
辻 栄春
大谷せつ子
井上美智子
中田 榮二

寺瀬 四郎
室田美恵子
深澤 桂子
辻 美佐夫
江尻 達展
伊藤小夜子
谷口 清美
橋本 光江
近藤 雅子
澤田まち子
井本 孝一
佐藤 昇
今野 恵子
山田みね子
江尻けい子
間瀬香代子
佐藤 博志
近藤 淳子
山田 政子
水野つね子



編集後記

暑い夏がやってきました。気温が高い日が続くと体力も消耗しやすいですが、ナスやキュウリなどの夏野菜には水分が豊富で、水分補給にもひと役かってくれます。食事に旬の野菜を取り入れて、暑さに負けない毎日を過ごしたいですね◎(濱西)

読者投稿はこちら

読者の文芸コーナー
川柳・短歌・俳句



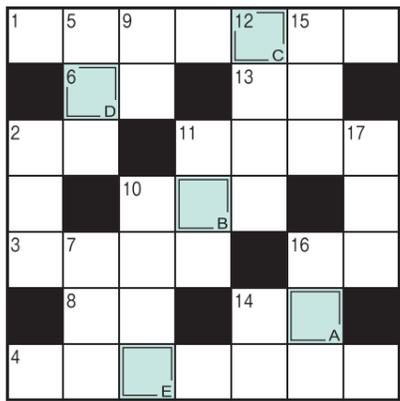
ホームページからも投稿いただけます。たくさんのご応募お待ちしております！

応募フォームはコチラ

クロスワードPuzzle

- 1 夏休みの朝に通ってスタンプをもらいます
2 早起きは三文の—
3 サーファーが乗ろうとするもの
4 アルコール分が含まれていない飲み物
6 疑問文では上げることが多い
8 葛まんじゅうの中に包み込まれているもの
10 デジタル時代になり—の文字を見る機会が減りました
11 騎手が乗っていません
13 観光、スクール、二階建てといえば
14 鳥の体に生えるもの
16 うな重と一緒に—吸いを注文した
- 2 3人組のこと
5 間魔王がいるところ
7 ハワイ州の州都、ホノルルがある島
9 浴衣を着て—を締めた
10 ショッピングモールには多くの—が入っている
11 左右反対に映ります
12 メロンの生産量が日本一である県
14 糸を通して布を縫います
15 1とその数自体しか約数を持ちません
16 依万智の第一歌集『サラダ—日』
17 阿寒湖で育つものが有名な藻類

二重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



パズルの答えはP24へ記入下さい

ご住所 〒 _____
電話番号 () _____
お名前 _____ 年齢 () _____

※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。

5月号の答え

「宮下ファーム加工品」をプレゼント!

5月号の当選者 正解者数 258通

A B C D E
シバザクラ

- 瀬戸市 中嶋様 梅村様
- 尾張旭市 大西様 中澤様
- 豊明市 久田様
- 東郷町 中村様
- 日進市 三浦様 服部様
- 長久手市 武田様 市野様

みんなのお便り

minna-no-otayori

八田美智子さん
鈴木しげよさん
松井美枝子さん
佐々木謹子さん
山田みね子さん
伊藤ノリ子さん
平林康子さん
浅見すみ子さん
藤本澄江さん
上田春子さん
中村久榮さん
諸戸幸さん
山田政子さん
関根弘子さん