

Unity ユニティ

2023
10
神無月

みなさんとJAとうかつ中央を結ぶ広報誌



X(旧ツイッター)



Instagram



YouTube



ホームページ

※表紙登場者の紹介記事は16ページです。



JAとうかつ中央

www.ja-toukatsuchuou.or.jp

遺品整理サービス

～サービス業者に依頼する場合の注意点～ JAとうかつ中央 顧問税理士

「遺品整理」。人ひとりが亡くなれば100もの相続手続きがあるとも言われています。また、ひとり暮らしの状況で亡くなる人も増えています。このような状況の中で遺品整理を他に依頼する「遺品整理サービス」が目立っています。この言葉を聞いたことがある方、実際に依頼されたことがある方も増えてきているのではないのでしょうか？今号では実際に遺品整理を依頼する場合の注意点等を取り挙げます。
(税理士法人JPコンサルタンツ 税理士 佐藤健一)

01

遺品整理サービスとは？

確立した定義があるわけではありませんが、「遺品整理サービス」とは、亡くなった人の自宅等において、物品・家財等を整理分類し、記念品・貴重品・重要書類を遺族等へお渡ししたり、又は売却・リサイクル・廃棄等の要望に応じた処分までを行う一連作業といえます。なお、遺品整理サービス業についてはそのサービス業者の基準となり、取り締まるような「業法」は存在しません。現状、遺品整理サービス事業を営む業者は、そのサービス専門の事業者もあれば、リサイクルショップ・廃棄物処理業・ハウスクリーニング・冠婚葬祭業等の関連する周辺事業を手掛けている事業者が多いようです。

02

遺品整理サービスへ依頼理由

遺品サービス業者への依頼理由は「遠方」が多く、高齢の親と子が「都会と故郷」に離れて暮らす昨今の実態がうかがえます。次いで「多忙」「体力的に困難」「疎遠」と続き、仕事を休んでまで、あるいは、日常生活を犠牲にしてまで、遺品整理のできない事情が見取れ、現代の社会経済情勢を反映しているようです。

03

遺品整理サービスの料金

遺品整理サービスを依頼する場合に気になる「料金」については、公の料金体系はありません。実際に依頼するに当たっては、様々な依頼者の事情に応じ、サービス業者との間で依頼内容を確認したうえで、その内容ごとに料金が決まることが多いようです。

そのため、事前に広告やHP等にて対応可能な内容、対応地域等と併せて料金相場の見当をつけ、具体的にサービス業者に接触し見積りをもらうこともよいでしょう。国民生活センターレポートでは、複数の見積りを取って、サービス業者を慎重に選ぶべき旨をアドバイスしています。ほとんどの場合、無料で見積りももらうことができます。

ただし、見積りの出し方はサービス業者によって様々です。遺品整理を行う場所の面積や、大まかな遺品の量を聞き取って見積りを出す業者や、依頼者の立会いの下、扱う遺品の種類や量を確認して、積み上げて見積りを出す業者もあります。また、あるデータでは、サービス業者に対して実際に支払った金額の平均は約30万円、90%以上が現金での即時払いとなっておりますので、ひとつの参考として下さい。

私たちのJA

8月主要事業実績等のご報告

出資金	16億24百万円
貯金	3,727億50百万円
貸出金	1,546億30百万円
販売品取扱高	6億13百万円
購買品取扱高	3億63百万円
長期共済保有高	6,179億70百万円

【 も く じ 】

- 3 知っておきたい税情報
- 4 クローズアップ農業
- 5 シェフ永井のおすすめ
- 6 特集
- 8 JAニュース
- 10 あぐり情報「ネギの病害防除」
- 12 JAニュース
- 14 インフォメーション
- 16 わが家のアイドル / 私の食育日記

理事会だより

令和5年8月29日(火)、本店3階役員会議室で理事会を開催いたしました。

協議事項

- 第1号議案
● 組織規程の一部変更について
- 第2号議案
● ファーマーズマーケット運営規程の一部変更について
- 第3号議案
● 資産査定要領の一部変更について
- 第4号議案
● 大口貸出について
- 第5号議案
● 就業規則等の一部変更について
- 第6号議案
● 不祥事未然防止策の改定について

報告事項

- (1) みのり監査法人令和5年度監査計画概要書について
- (2) 令和5年度(4月～6月期)内部監査実施結果報告について
- (3) 不祥事未然防止策について
- (4) 7月期の事業実績等について

経営管理委員会だより

令和5年8月29日(火)、本店4階会議室で経営管理委員会を開催いたしました。

協議事項

- 第1号議案
● 経営管理委員会の副会長選任について
- 第2号議案
● 総代選挙について

報告事項

- (1) 組織規程の一部変更について
- (2) ファーマーズマーケット運営規程の一部変更について
- (3) 大口貸出について
- (4) みのり監査法人令和5年度監査計画概要書について
- (5) 7月期の事業実績等について



「豚こまのピリ辛あえ」



シェフ永井のおすすめ

作り方

- (1) キュウリ、ニンジン千切りにして水にさらす。豚こま肉ともやしはゆでて冷水に落とし水気を切っておく。
- (2) ボウルにたれの材料を入れ混ぜ合わせ、(1)の材料を入れる。
- (3) (2)を器に盛り付け、かい割れ大根をのせ出来上がり。

材料(4人分)

豚こま肉	200g
もやし	100g
キュウリ	1本
ニンジン	1/4本
麺つゆ	大きじ3
コチュジャン	小さじ2
ラー油	小さじ2
白ごま	小さじ1
かい割れ大根	適宜



「タコとトマトの炊き込みご飯」

材料(4人分)

米	300g
ゆでだこ	1本
トマト(中)	1個
ショウガ	1片
かつおだし汁	270g
料理酒	大きじ1
しょうゆ	大きじ1
塩	小さじ1/2
イタリアンパセリ	適宜

作り方

- (1) 米を研ぎざる上げし、ゆでだこは薄切りに、トマトは8等分に、ショウガは千切りにする。
- (2) 炊飯器にだし汁の材料を合わせ、(1)の米、ゆでだこ、トマトを入れ、20分浸水してから炊き上げる。
- (3) (2)を器に盛り付け、イタリアンパセリを飾り出来上がり。

永井智(ながいともかず)
茨城県笠間市にある「天國のキッチン」のオーナーシェフ



モナ・カサンドラの今月のあなたの運勢★10月 占いを学術的に解析する「ルネ・ヴァン・ダール研究所」の研究生となり、占星学のロジックを徹底的に解説・探究。コンピュータによるホロスコープ作成の道を開いた。現在は執筆活動をはじめ、さらなる占星の研究を重ねている。



牡牛座 4/20~5/20

【全体運】ゆっくりと時間をかけて進めましょう。無理をしないのが一番。お誘いはできるだけ受けて◎。世界が広がります
【健康運】腰痛予防を。ストレッチやコルセットで対策
【幸運の食べ物】サツマイモ

生のブルーベリーをお客様に直接たべていただきたい



「お話をしてくれた人」



松戸市七右衛門新田
小幡 祐亮さん(41歳)



30歳の時に就農しました。就農前はサラリーマンとして働いていました。実家が農業を営んでおり、当初は農業を継ぐことは考えていませんでしたが、都市近郊農業に可能性を感じたこと、後継者がいなくなることがきっかけで就農を決意しました。作業は私と妻、母、叔母、祖母の5人で行っています。ブルーベリー、年間50品目程の野菜、お米を栽培し、直売所、スーパー、オンラインショップで販売しています。

▼収穫を行う小幡さん



観光農園ではブルーベリー狩りを行っています。農園に来るお客様は首都圏(東京都、千葉県、埼玉県)の方が多いです。ブルーベリーの品種は30種類で、苗木は約1200本植えてあります。中でもお客様に好評な品種は「ヤドキン」で7月上旬に収穫でき、桃のような味が特徴です。最近では野菜の収穫体験を始めました。ホームページで募集を行い、主に近隣の保育園、幼稚園にご利用いただいております。野菜がどのようなになっているのかわからない子供も多いため、野菜の収穫体験を通じて教えることが食育活動にもつながっていると思います。直売所では、ブルーベリー(6月から8月は生のブルーベリー、収穫時期以外は冷凍ブルーベリー)、野菜(夏は枝豆、きゅうり、トマト、モロヘイヤ、ピーマン等。冬はホウレンソウ、小松菜、白菜、ねぎ、ブロッコリー等)、加工品(ジャム)を販売しています。観光農園や直売所はお客様に直接お会いできるので、利用する方の顔が見えるのはやりがいにもつながります。リピートして来てくださる方も多いため、良いものを作ろうというモチベーションにもなります。今後はブルーベリーの認知度を上げてたくさんの方に美味しい生のブルーベリーを食べてもらいたいです。また、加工品はジャムだけでなく、洋菓子も販売したいと考えています。

直売所 9時~17時 定休日 月曜日、火曜日

▲ホームページ

▲X (旧ツイッター)

▲Instagram



▲直売所の様子

ルネ・ヴァン・ダール研究所 <https://www.rene-v.com/>

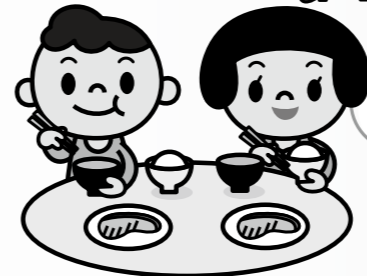
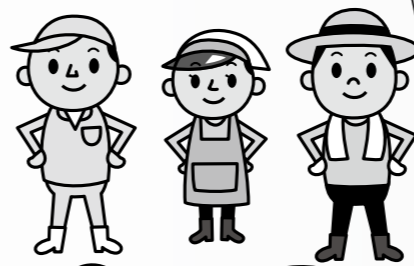


牡羊座 3/21~4/19

【全体運】注目されやすい吉凶混合運。やっかんでくる人と称賛してくれる人がいそう。発言には責任を持って。人気者に
【健康運】体調が変化しやすいとき。冷え対策をしっかりと
【幸運の食べ物】菊

みんなで応援!

日本の食卓を守る 国消国産



皆さんが毎日食べているご飯やおかずが
半分以下になってしまったらどうでしょう?

監修: 東京大学大学院教授 鈴木宣弘

そう
ならない
ために

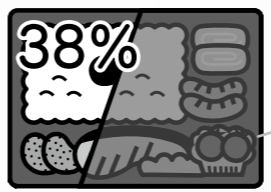
日本の中で食料を生み出す農家と、それを食べる皆さんが力を合わせて目指すのが「国消国産」です。日本の食卓を守るため、みんなで「国消国産」に挑戦しましょう。

「食料自給率」って知ってる?

今日、皆さんは何を食べましたか? ご飯? パン? お肉? お魚? どんな野菜や果物がありましたか? こうした食べ物の中に、日本で作られた(穫れた)物がどれくらいあるかを数字で示したのが「食料自給率」です。

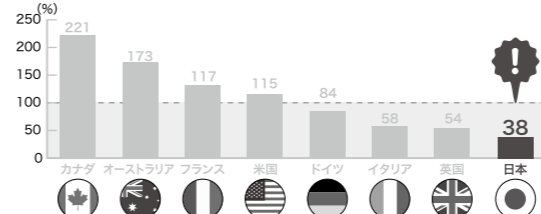
これを食品が持つエネルギー(カロリー)という物差しで測ると、日本はたった38%。例えば100m走るのとすると、日本産の食べ物だけでは38mしか走れず、残り62mは外国の食べ物に頼ることになります。しかも、このままずっと外国の食べ物を安定して買えるとは限りません。

国の面積が広大なカナダやオーストラリアでは国民が食べる以上の食料を作っています。それに比べて日本は必要な食料の38%しか作ることができていません。



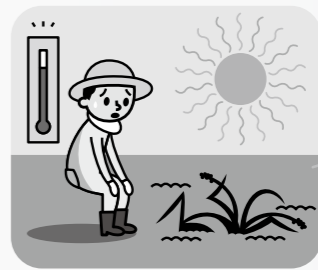
日本は食料の多くを外国に頼っている

食料自給率(カロリーベース)の比較

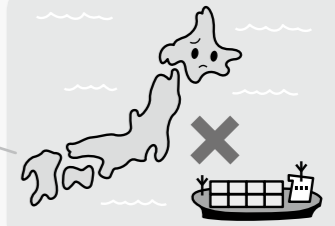


出典: 農林水産省(諸外国は2020年、日本は2022年度)

「国消国産」ってなあに?



異常気象で気温がどんどん上がり、世界中で農作物に被害が出ています。



これからは、海外から食料を買えなくなるかもしれません。

イラスト: ゆきたけし

新型コロナウイルスの大流行で世界中の人々がマスクを買い求め、日本でマスクが足りなくなったことがありました。その理由は、マスクのほとんどを外国に頼っていたからです。もしこれが食料だったら、私たちの生活はどうなっていたでしょう?
例えば、日本で育てられている牛や豚が食べている餌は、ほとんどが外国から買っています。私たちが食べる小麦や大豆もほとんど外国の農家が生産しています。そこで考えられたのが、国内で食べる食料はできるだけ国内で生産しようという「国消国産」です。これは、日本の食料自給率を引き上げることにつながる大切な取り組みです。

なぜ「国消国産」が必要なの?

「国消国産」がなぜ必要なのかを考えるためのポイントは、大きく次の3つです。

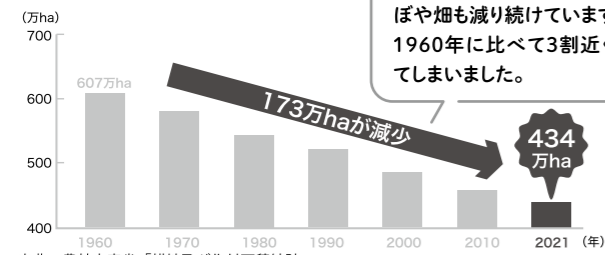
(1) 日本では農業で生活している人が毎年5万人以上減っています。しかも、農家の約70%が65歳以上のお年寄りです。また、この60年間で約173万haの田んぼや畑が減っています。

(2) 世界的な異常気象で台風や大雨、地震、津波などによる被害が増えています。日本が多くの食料を買っている米、国、中国、豪州、タイ、カナダなどでも、自然が引き起こすさまざまな問題によって農業にたよって農家にたよって農家の被害が出ています。そのため、外国で作られた食べ物にばかり頼ることはできなくなっています。

(3) 現在の世界

田んぼや畑が減って大ピンチ!

農地面積の推移



農業で働く人だけでなく、田んぼや畑も減り続けています。1960年に比べて3割近く減ってしまいました。

出典: 農林水産省「耕地及び作付面積統計」

今、私たちにできることは?

日本の人口は約80億人(2023年)ですが、2030年までに約85億人になると予想されています。でも今のところ、その人たちが食べるのに十分な農作物を作るのは難しいとされています。日本がそのまま外国で作られた食料に頼り続けていると、世界中の人たちが食べる分を奪うことになってしまうかもしれません。こうした理由から、私たち日本人が必要とする食料は、できるだけ国内で作ろうとする「国消国産」の必要が高まっているのです。

日本は2030年度までに食料自給率を45%まで引き上げようとしています。その中で私たちにできるのは、国内で作った(穫れた)米や肉、魚、野菜、果物などをみんなでもっと食べて、応援して、日本の農業や農村を元気にしていくことです。

「国消国産」の考え方は、世界の問題を話し合う国連(国際連合)が発表した「持続可能な開発目標SDGs(エスディーズ)」を成功させることにもつながります。これからの日本という国がもたらす豊かな実りが絶えることのないように、おいしい食事とその食卓を囲む笑顔がいつまでも続くように、国内で消費する食料はできるだけその国で生産する「国消国産」について、ぜひ皆さんも家族や友達と話し合ってみてください。



JAグループの取り組みに期待しています

東京大学大学院教授 鈴木宣弘先生

皆さんは、「クワトロショック」という言葉を聞いたことがありますか? それは、新型コロナウイルス感染症、外国人による商品の買い占め、異常気象、ウクライナ紛争と、4つの理由によって、私たちが食べている食料や食料を作るための材料が、思うように手に入らなくなっていることを

いいいます。そんな厳しい時代だからこそ、「国消国産」について考え、実行していくことが必要なのです。JAグループは、私たちが求める食料をより安全・安心でおいしい国産で提供できるように努力しています。JAグループの力強い取り組みに、私はとても期待しています。

クワトロ
ショック

新型コロナウイルス
感染症

外国人による
商品買い占め

異常気象

ウクライナ紛争

※クワトロ: イタリア語で「4」のこと

蟹座 6/22~7/22
【全 体 運】やる事が山積みでいっぱい。困ったときこそ優先順位を整理して。できないことはお断りして
【健 康 運】無理は禁物。後半は回復し活動力アップ
【幸運の食べ物】カブ



双子座 5/21~6/21
【全 体 運】交友関係の広がる発展運。多忙ながらも充実した時間を過ごせます。調べものをするにも好機。図書館の利用が吉
【健 康 運】食事の栄養バランスをチェック。野菜が味方
【幸運の食べ物】柿





青壮年部員は、焼きそば、おもちや、かき氷、焼きとうもろこし、スーパーボールすくいなどの模擬店を出店し、当組合管内の農園は、サツマイモのゼラートの販売、キッチンカーで流山産いちごを使用したかき氷、当JAでは地元農産物を販売しました。

会場では他にも流山のお米を使用したカレー、流山の野菜を使用したスムージー、ガパオライスを出すキッチンカーなど3店舗、射的・輪投げなどの縁日のブースも設けられ、子供から大人まで楽しめるイベントとなり、多くの人で賑いました。



▲「お子様向け太鼓体験」を実施しました



▲サツマイモのゼラートを販売



▲流山産いちごを使用したかき氷を販売



▲青壮年部ブースも大人気



JAとうかつ中央流山女性部と同青壮年部は、地域住民との交流と農業への理解、地域消費の促進と地域貢献活動の一環として、8月19日、流山おおたかの森駅前「森のまち広場」で納涼盆踊りを開きました。流山女性部は「流山市民音頭」、「バハマ・ママ」などの曲を踊り、会場は多くの方々も盆踊りに参加し盛り上がりました。



▲挨拶する流山青壮年部部长 中村 和佑様



▲挨拶する流山女性部部长 小倉 節子様



▲あでやかな浴衣姿で踊る流山女性部



乙女座 8/23~9/22

【全 体 運】あなたの優しさが周りの人を和ませます。気遣いを見せて。長年の思いがかなう予感も。旅行に行くのもお勧めです
【健 康 運】食べ過ぎに注意。おいしい物を少しずつ
【幸運の食べ物】シイタケ



獅子座 7/23~8/22

【全 体 運】おいしい物を食べに出かけましょう。フットワークよく動き回ると幸運に出合えます。下旬は家の片付けを
【健 康 運】急な過負荷に注意。準備運動を念入りに
【幸運の食べ物】トウガン



あぐり情報 Aguri Information

農業振興課
中村 好仁

ネギの病害防除

今回はこれからの時期に発生しやすいネギの病害防除について説明していきます。

■べと病

・生態、特徴

発生初期は圃場に中心葉だけが黄化した株が坪状に発生します。水により感染するので、降雨、霧の発生後に被害が増えます。

・防除のポイント

降雨の多い時期、湿度が高い圃場は予防を徹底します。発生を確認したらすぐに治療剤を散布する。霧、もやの発生にも注意しましょう。

■さび病

・生態、特徴

春季から秋季まで発生します。橙黄色のやや隆起した小型の斑点が生じます。表皮が破れて、橙黄色の胞子が飛散し、感染が拡大します。

・防除のポイント

あらかじめ薬剤散布をして発生を防ぎます。病勢が急な場合は治療効果が期待できる薬剤を用いましょう。

■小菌核腐敗病

・生態、特徴

病原菌は土壌中に残り次作の伝染原になる。葉鞘への侵入や、菌核や病斑部分に胞子を形成し周辺の株に伝染します。排水不良圃場

や多肥栽培で多発します。
・防除のポイント
圃場の排水対策を行い、土壌の過湿状態に注意しましょう。多発が予想される年には、薬剤を株元によくかかるよう予防散布してから土寄せしましょう。

■黒腐菌核病

・生態、特徴

葉先が黄白色に変化し、葉全体が枯れます。根や軟白部が褐色に腐敗し黒ゴマ状の小菌核粒が形成されます。菌核は4年以上生き続けます。

・防除のポイント

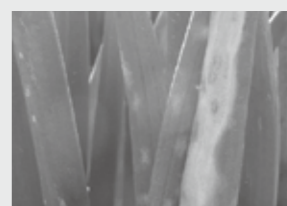
多発地では輪作を行う。消石灰または石灰窒素を施用して土壌のpHを上げましょう。植え付け前に土壌消毒剤を使用する。残渣を圃場外に持ち出しましょう。

■葉枯病

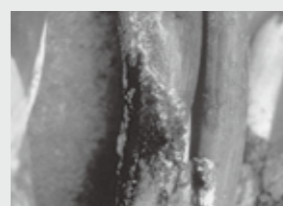
・生態、特徴

残渣が伝染源となり、空気伝染する病害で、中心葉に発生しやすいです。土壌pHが低い場合や、窒素過多の場合にも発生が多くなる傾向があります。

べと病



小菌核腐敗病



葉枯病



・防除のポイント
残渣は圃場外に持ち出す。予防、発生初期の農薬防除、適正施肥に努めましょう。

さび病



黒腐菌核病



登録農薬一覧 (希釈倍数、使用時期、使用回数)

べと病	Zボルドー(500倍、-、-) アリエッティ水和剤(800倍、3日前まで、3回以内) シグナムWDG(1500倍、7日前まで、3回以内) ダイナモ顆粒水和剤(2000倍、3日前まで、4回以内) メジャーフロアブル(2000倍、前日まで、3回以内)
さび病	アフエットフロアブル(2000倍、前日まで、2回以内) アミスター20フロアブル(2000倍、3日前まで、4回以内) カナメフロアブル(4000~8000倍、前日まで、4回以内) ハチハチ乳剤(1000倍、7日前まで、2回以内まで) メジャーフロアブル(2000倍、前日まで、3回以内)
小菌核腐敗病	アフエットフロアブル(2000倍、前日まで、2回以内) スミレックス水和剤(1000倍、21日前まで、3回以内) セイビアーフロアブル(1000倍、前日まで、3回以内) トップジンM水和剤(1000倍、7日前まで、3回以内) ファンタジスタ顆粒水和剤(3000倍、7日前まで、3回以内)
黒腐菌核病	アフエットフロアブル (1000~2000倍、生育期但し収穫14日前まで、2回以内) カナメフロアブル(4000倍、前日まで、4回以内) スミレックス水和剤(1000倍、21日前まで、3回以内) セイビアーフロアブル20(1000倍、前日まで、3回以内) パレード20フロアブル(2000倍、前日まで、3回以内)
葉枯病	アフエットフロアブル(2000倍、前日まで、2回以内) カナメフロアブル(4000倍、前日まで、4回以内) ダコニール1000(1000倍、14日前まで、3回以内) パレード20フロアブル(2000~4000倍、前日まで、3回以内) プロポーズ顆粒水和剤(1000倍、14日前まで、3回以内)

※農薬の使用にあたってはラベルをよく読み使用基準(適用作物、希釈倍数、使用時期、10a当たりの使用量、総使用回数)を厳守しましょう。



蠍座 10/24~11/22

【全 体 運】美術展やコンサートへ行き、芸術の秋を楽しみましょう。厄介事は収束へと向かいます。推移を見守って

【健 康 運】頑張りが利きます。目の使い過ぎに注意して

【幸運の食べ物】さんしょう



天秤座 9/23~10/23

【全 体 運】リーダーシップを発揮すると喜ばれます。困難な状況もあなたの頑張りで見守ることができる。買い物は上旬にツギ

【健 康 運】頑張り過ぎないで。友人とお茶を楽しむと◎

【幸運の食べ物】ギンナン



流山女性部VRで農作業事故を体験

当JA流山女性部流山支部は8月24日、八木支店2階会議室にて「VR農業体験・東洋羽毛セミナー」を受講しました。

「VR農業体験」では講師に千葉県農業者総合支援センター 河野 浩様、佐藤 武志様を招き、部員はVR動画で農作業事故を疑似体験し、農作業事故の安全対策を学びました。

「東洋羽毛セミナー」では講師に新矢 昭吾様を招き、睡眠のメカニズムについて説明した後、寝ている時に体のどの部位に圧力がかかっているかを測定し、快適な睡眠を提案して頂きました。



梨の即売会が開催！

鎌ケ谷市梨業組合 松本 明宏組合長、鎌ケ谷市商工会 井手 勝則会長は8月5日～13日、イオン鎌ケ谷ショッピングセンターにて「鎌ケ谷市ふるさと産品協会 かまがやの梨沖縄産品」直売セールを開催しました。

イベントでは、かまがやの梨 幸水の直売や試食、かまがやの梨を使用した加工品などが販売されました。



梨もぎとり体験を通じて特産の梨と農業への理解を深める

梨の収穫体験を通じて農業への関心を深めてもらおうと、当組合と鎌ケ谷市役所は8月24日、鎌ケ谷市観光農業組合協力のもと、初清園で「親子 梨もぎとり体験教室」を開催しました。

鎌ケ谷市の広報誌で参加者を募り、抽選で当選した市内小学生の親子10組20人が参加しました。園主の小川 加代様が「収穫する時は、梨のおしりを持って逆さまにするとすぐ取れるので落ちないように持ってください。赤色で日に当たっている梨がおいしい」と話し、参加者へもぎとりのアドバイス。親子は、1人2キロ分の豊水、長十郎をおよそ30分かけて収穫しました。

参加した小学生は「これからも梨を大切にしていっぱい食べたい。楽しかったです。」と話しました。



県立小金高等学校、松戸市役所を訪問

県立小金高等学校「チームインディベ」の皆さんが8月8日、松戸市役所を表敬訪問しました。同チームは石窯パン工房サフランと連携し、市場出荷できなかったあじさいねぎを使ったパンを販売し、SDGsに関連した町おこしの企画が評価され「SDGs 探求AWARDS2022」で優秀賞を受賞しました。



▲あじさいねぎの餃子風パン



▲「2022年柏レイソル鎌ケ谷松戸ホームタウンサンクスデー」での出店の様子



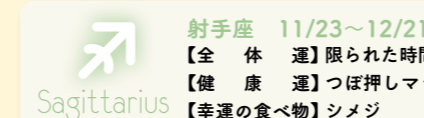
JAファーマーズマーケット出荷者大会開催！

当JAは8月30日、ファーマーズマーケットにて出荷者大会を開催しました。約100名の組合員が参加し、最後は参加者全員によるガンパロー三唱で決意を固めました。また、大会終了後はJA全中特別研究員 山本 雅之氏による記念講演が行われました。



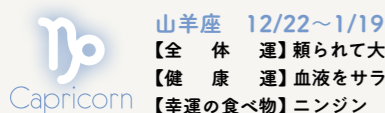
J:COM LIVEニュースにて「かまがやの梨」をPR

鎌ケ谷市梨業組合の松本 明宏組合長と当JAは8月2日、鎌ケ谷市きらりホールにてお昼のJ:COM LIVEニュースに出演し、かまがやの梨の生育状況と生産者直売所で梨の販売が始まったこと等をPRしました。



射手座 11/23~12/21

【全 体 運】限られた時間の中で効率的に動けます。クールな判断も必要なので決めたことに気にならず。連絡は早めに
【健 康 運】つば押しマッサージで手のひらや足の裏を刺激
【幸運の食べ物】シメジ



山羊座 12/22~1/19

【全 体 運】頼られて大変そうですが、やればやっただけの成果が上がります。自分の意見をはっきり伝え、そこから調整を
【健 康 運】血液をサラサラにする食材を多めに取って
【幸運の食べ物】ニンジン

日帰り入院でも、入院前後にあれこれお金がかかる。

もしものときの、頼れる保障。

医療共済 **メディフル**

入院日数は減っている一方、自己負担額は増加しています。... JAの医療共済なら

日帰り入院でも安心の一時金型です。日帰り入院*を含め、入院1日目からまとまった一時金を受け取れます。

※日帰り入院は、入院基本料の支払いの有無などにより異なります。

JA共済相談受付センター(JA共済 全国本部)

☎0120-536-093

JA共済カードサービスセンター

JAグループ

JAとうかつ中央 ファーマーズマーケット 10/26 グランドオープン!

出荷者のみなさまから寄せられる新鮮・安全・安心の地場野菜、手作りの加工品など、消費者が地産地消の品々に出会えるJA直営のファーマーズマーケットがついにオープンします。

10/26~10/29にご来店の方には記念品を用意しております(数量限定)。皆様のご来店をお待ちしております。

JAとうかつ中央ファーマーズマーケットの名称(愛称)公募へ、大変多くのご応募をいただき、ありがとうございました。

JAとうかつ中央 ファーマーズマーケット

さいてって (愛称:さいてって)

公式ロゴ

Saitette

JAとうかつ中央ファーマーズマーケット

◆応募者から:愛称の由来について◆ 「野菜を農家さんの手から直接消費者の手へ」という思いを込めました。音のリズムを考えて、「やさい」の「さい」、「手から手」を「てって」とし、合わせて「さいてって」といたしました。

JAカード限定!

2023年9月・10月は

JA直売所のご利用が 15%おトク!

JA直売所(JAカード5%割引実施店舗)で、対象期間中にJAカードをご利用いただく、ご利用金額合計の10%相当分をポイント還元!

期間限定キャンペーン

JA直売所のご利用金額の 10%相当をポイント還元!

2023年9月1日~10月31日

2024年1月

JAカード

JA直売所・ファーマーズマーケットで JAカードをご利用いただくと

いつでも 5%割引!

JAカードのご入金方法

JAカードは他にもおトクな特典もたくさん!

JA-S5・ホクレンS5で 2円割引!

JAグループの店舗で(提携店、加盟店)で +2%ポイント!

新規入会おトク!

JAカードご入会とご利用で WEBエントリー必須

最大12,000円相当のポイントプレゼント!

JAバンク 三井住友VISA株式会社

ファーマーズマーケット オープン記念!!

「さいてって」 農業融資キャンペーン

農協全国商品券(レインボー券) 2,000円分プレゼント

実施期間 令和5年9月1日(金) ~ 令和6年2月29日(木)(申込分)

お借入対象資金

農業振興資金 農業近代化資金 JA農機ハウスローン アグリマイティ資金

上記資金にて1契約に対して100万円以上の融資実行かつ借入期間2年以上が対象です

JAとうかつ中央

10月の相談日 (要予約)

顧問弁護士、顧問税理士等がご相談を承ります。お気軽にご相談ください。

法律相談 13日(金) 本店 午後2:00より 27日(金) 本店 午前9:00より

税務相談 12日(木) 資産管理課(八木事務所) 午前10:00より 20日(金) 本店 午前9:00より

相談時間 お一人様30分間

受付期限 相談日の3日前まで

※ご予約は各開催場所へご連絡願います。

相談課(本店) TEL:047(361)2206 資産管理課(八木事務所) TEL:04(7157)6330

魚座 2/19~3/20

【全 体 運】緩やかな上昇運。思い切った行動も後半なら吉と出ます。交渉事はタイミングを見極めて。資格取得の勉強にツキ

【健 康 運】体の不調をそのままにしないで。解消法を発見

【幸運の食べ物】マツタケ

水瓶座 1/20~2/18

【全 体 運】評判のいいアイテムは試してみる価値あります。こんなのが欲しかったという物が見つかります。帰宅は早めに

【健 康 運】前半は元気いっぱい。後半は体を温めて◎

【幸運の食べ物】サトイモ



今月の表紙

わが家の アイドル



今月は鎌ヶ谷支店管内から川上さんご一家を紹介します。

鎌ヶ谷市 中佐津間

かわかみ	かいと	曾祖父	でんきち
川上	魁斗くん(10歳)	曾祖母	やすこ
	陽葵ちゃん(7歳)	祖父	こういち
お父さん	功太さん	祖母	あけみ
お母さん	千晃さん		明美さん

〈魁斗くんの紹介〉

魁斗くんは小学4年生。運動クラブに入り、陸上を行っています。学校で好きな授業は体育、算数です。好きな理由は体を動かすこと、計算することが得意だからです。学校のイベントでは学年レクと運動会を行いました。学年レクではドッジボールを行い、運動会ではソーラン節を披露しました。好きな食べ物はハウレンソウ、ベーコン、パスタ、お母さんが作ったメロンのロールケーキです。将来は役者さんになりたいです。

〈陽葵ちゃんの紹介〉

陽葵ちゃんは小学1年生。好きな授業は算数で好きな理由は引き算が好きだからです。学校のイベントでは運動会を行いました。運動会では玉入れと踊りを発表し、かけっこでは1番になりました。学校では休み時間に登り棒をするのが楽しいです。

好きな食べ物はオムライス、ソーセージ、かぼちゃの天ぷら、三色団子です。家では毎日ストレッチと逆立ちの練習を行っています。将来は運動選手になりたいです。

〈家族のエピソード〉

陽葵ちゃんの誕生日に千葉市動物公園に行って、ライオン、しまうま、チーターなどを観ました。夏休みには福島県の五色沼に行ってきました。

〈魁斗くん、陽葵ちゃんへ、今後どのような子に育てて欲しいか〉

お父さんからは、素直、元気、人に優しく、何事にも全力に取り組んで欲しい。お母さんからは、常に目標を持ち、自分の好きなことに向かって、芯のある子に育ててほしいです。

私の食育日記

ビタミンAで風邪に負けない体を目指す

食育インストラクター
岡村麻純

先日、小学校の栄養教諭の方のお話を聞く機会がありました。給食は、基本的には子どもが1日に必要な栄養の3分の1が摂取できるように作られますが、家庭で不足しがちな栄養素は3分の1より多くなるように考えてくれているそうです。そこで挙げられたのが、カルシウムとビタミンAです。カルシウムは子どもの成長に必要な栄養素としてたびたび挙げられ、意識されている家庭も多いかと思います。では、もう一つのビタミンAとは、どんな栄養素でしょうか。

ビタミンAは皮膚や粘膜を強くする役割があるため、感染症などの抵抗力を高めるとされています。また、目の粘膜にも必要な栄養で不足すると夜盲症や粘膜乾燥症のリスクがあります。ビタミンAは肝臓での貯蔵ができるため、摂取しないとすぐに欠乏症になるわけではありませんが、体内では生成できないので、食事から必要量を摂取していかなければなりません。

ビタミンAはウナギやレバーに多く含まれる動物性の物と、プロビタミンAと呼ばれるニンジンやカボチャに多く含まれる植物性の物があります。不足しがちなビタミンAですが、実はビタミンAは過剰摂取によっても体調不良が起きる栄養素です。しかし、過剰摂取の主な原因はサプリメントやレバーなどの動物性ビタミンAによるもので、植物性のプロビタミンAは体内で必要なだけビタミンAに変化するため、たくさん取っても過剰摂取の心配はありません。

そのプロビタミンAを多く含むのはニンジン、カボチャ、ブロッコリーなどの緑黄色野菜です。子どもが食べないからと出す量が減りがちな野菜ですが、風邪に負けない体づくりのためぜひ意識して献立に取り入れてほしいと思います。ビタミンAは油に溶けやすい性質で、油脂と共に取ると吸収率が向上するので、ツナやポン酢、みそなど、子どもの好みの味の炒め物にしてみるのもお勧めです。



岡村 麻純(おかむら ますみ)

食育インストラクター。お茶の水女子大学食物科学講座卒業。大学では食育をテーマに研究。男女2児の母。

お得な情報が満載 ホームページもご利用ください。



とうかつ中央 で 検索

Unity

令和5年10月1日発行 181号(通巻519号) 発行/とうかつ中央農業協同組合
〒271-0064 千葉県松戸市上本郷243-1 電話047-361-2201(代表)

ホームページ/ <http://www.ja-toukatsuchuou.or.jp>
企画編集/総務部広報課 印刷/(株)朝日オリコ

