

JA津安芸通信

azemichi

あぜみち

2017 October
10
vol.339



特集

今日から始めよう！生活習慣病予防

タウンフラッシュ

稲刈り体験 ④

産直ひろば

JAカード会員様限定
割引の紹介 ⑦

営農だより

小麦の品質・生産量の安定確保をめざしましょう！
今年から『あやひかり』の作付が始まります！ ⑧

情報ステーション

2017JAまつりのお知らせ ⑩

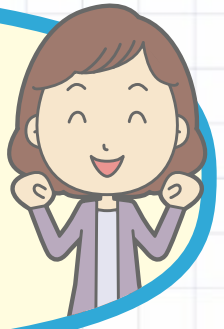
みなさまのおかげで





／ 今日から始めよう！ ／

生活習慣病予防



いけだ よしお
池田 義雄

医学博士。専門は内科学（糖尿病・肥満）、健康医学（生活習慣病・メタボリックシンドロームなど）。日本生活習慣病予防協会理事長の他、糖尿病治療研究会名誉顧問、タニタ体重科学研究所名誉所長、セルフメディケーション推進協会会長などを務める。『量る・計る・食べるダイエット』（アスペクト）ほか著書多数。

生活習慣病は、生活習慣を見直すことで予防や改善に導くことができます。専門医である日本生活習慣病予防協会の池田義雄理事長にお話を伺いました。



生活習慣病とは

生活習慣病とは、さまざまな疾患の総称です。偏った食事や運動不足、睡眠不足、喫煙、過度の飲酒、過度のストレスなど、好ましくない生活習慣や環境の積み重ねが、発症のリスクを高め、疾患の進行にも深く関わっています。

具体的には、糖尿病、高血圧、脳卒中に動脈硬化、高尿酸血症／痛風、脂質異常症（高脂血症）、心筋梗塞、狭心症、脳梗塞、脳出血、肺がん、大腸がん、骨粗しょう症、肥満症／メタボリックシンドロームなどが挙げられます。

「一無、二少、三多」のライフスタイル

生活習慣病予防のため、日本生活習慣病予防協会では「一無、二少、三多」のライフスタイルを提唱しています。

一無…禁煙

二少…少食、少酒

三多…多動、多休、多接

「一無、二少、三多」のこれら6項目のライフスタイルを実行できている人ほど、肥満の程度、血圧、血糖、中性脂肪、コレステロール、尿酸などの検査値が良くなることが分かっており、罹患（りかん）率も実行できていない人に比べて低いという研究データが出ています。1項目実行できなくなるごとに罹患率は高まります。

6項目のうち「少食」については腹八分目を心掛けることです。これは、現在の自分の食欲や満腹感に対する八分ではなく、20代前半の食事量の八分です。生きていくために最低限必要なエネルギー（基礎代謝）は、20歳をピークに徐々に落ちていくので、加齢とともに食べる量も減らす必要があります。20代の頃と同じエネルギー量を取っているのは肥満につながります。

「多動」は、十分な運動を意味します。運動は、通勤や買い物で歩いたり、エレベーターを使わず階段を上るなど、頭では分かっているけど意識しなければできません。運動はその気になって、心でするものと考えてください。

「多接」とは、多くの人や事、物に接するという意味です。人との出会いや交流により絆も生まれ、いろいろな物事に触れることで好奇心が満たされます。何歳になっても好奇心旺盛で、精神的に豊かであることが、生活習慣病を遠ざける一つの要因にもなるのです。これはストレス軽減とも深い関係があります。

年齢に応じて

日々の積み重ねが発症につながるため、まだ病気とは縁のない20代から「一無、二少、三多」を実践し、生活習慣病予防を心掛けてほしいものです。重大な合併症の発症に至るまでには20年も30年ものかかる場合が多いのが生活習慣病です。

近年は定年の年齢も上がっています。年を取っても仕事ができる体づくりが大切です。今現在、生活習慣病を抱えている人も、その疾患の性質をよく知って、それ以上悪化させないように、生活習慣を見直していきましょう。

生活習慣病リスクをチェック！

生活

- ☐ 40歳以上である
- ☐ 20歳時より体重が10kg以上増えている
- ☐ おなか回りがぽっこり出ている
- ☐ 大食漢である
- ☐ たばこを吸う
- ☐ お酒をよく飲む
- ☐ 体を動かすのが嫌い
- ☐ 夜更かしが多く、睡眠不足である
- ☐ 多忙で休養が取れない
- ☐ ストレスがたまっている

食事

- ☐ ご飯やパンなど（炭水化物）の摂取量が多い
- ☐ 脂っこいものが好き
- ☐ ほぼ毎日間食をしている
- ☐ 深夜の時間帯によく飲食する
- ☐ 朝食は食べたり、食べなかったり
- ☐ 早食い、ド力食い、ながら食が多い
- ☐ 濃い味付けが好きである
- ☐ 外食やファストフード、レトルト食品をよく利用する
- ☐ 甘い清涼飲料水をよく飲む
- ☐ 野菜や海藻類の摂取量が少ない

運動

- ☐ 運動不足だと実感している
- ☐ 1日の歩数は7000歩未満が多い
- ☐ 移動には車をよく使う
- ☐ つい階段での移動を避けてしまう
- ☐ 継続して行っているスポーツはない



判定やいかに……

運動

の項で3個以上
当てはまる人は
要注意！

日頃から通勤以外は歩かない、という人は週3回以上、30分以上は歩くよう意識して生活してみてください。運動量は、ご自身の体力・体調を見ながら調整を。体を動かすことは心身の諸機能を高め、ストレス解消にもつながります。

食事

の項で5個以上
当てはまる人は
要注意！

外食やファストフードが日常で、夜更かししながら寝る前まで食べているような人は、血糖値や中性脂肪が上昇します。さらに濃い味付けが好き、魚より肉、野菜や海藻類など食物繊維の取り方が少ない、などの食生活は動脈硬化を促進します。食事は規則正しく、腹八分目でバランス良く食べることが大切です。

生活

の項で5個以上
当てはまる人は
要注意！

40歳を超えると、生活習慣病リスクは高まります。加えてたばこやお酒、ストレスが、さらに生活習慣病を誘引。おなか回りがメタボ（腹囲が男性：85cm以上、女性：90cm以上）になっている人は、食事や運動をはじめとする生活習慣全般の見直しが必要です。



3つのカテゴリーのうち2つ以上に「要注意」が出たら、生活習慣病リスクが高く、すでに予備軍になっている可能性があります。これらの不摂生は、短期間ではそれほど体に影響を及ぼさないため、なかなか気付かないものですが、10年、20年とその習慣を続けていくうちに突然発症する、それが生活習慣病の怖いところです。

手遅れになる前に、年に1回は健康診断を受け、数値異常が見つかった際は生活習慣の改善に取り組みましょう。最寄りの医療機関で受診することをお勧めします。





稲刈り体験

5月前半に田植えをした苗はその後順調に成長し、刈り取りの適期を迎え、管内の小学校やコープみえとお米づくり体験で稲刈りが行われました。各地区運営協議会・地元老人会・地元農家・当JA営農担当職員からカマの使い方等を教えてもらい、いよいよ稲刈り体験。カマを使うのはドキドキでしたが、無事刈り取ることができました。



加工・業務用キャベツ栽培に着手 JA出資型農業法人「株式会社ジエイエイ津安芸」

JA津安芸子会社の「株式会社ジエイエイ津安芸」は、稲刈り後の休閑期に野菜栽培に適した圃場を活用し、農業法人の経営の多角化を目的とした、加工・業務用キャベツの栽培を始めました。

9月4日に、営農対策部販売課と連携し、津市半田の圃場で、全農みえのレンタル定植機を使用し、キャベツ苗「冬藍」を定植しました。

また、9月21日には12月上旬の収穫をめざし、定植した苗の根の酸欠を防ぎ除草・防草効果の得られる中耕除草や病虫害防除作業を行いました。



▲除草・防草効果のある
中耕除草作業をする草深部長

女性部員がつるし雛づくり チャレンジクラブ

9月21日、チャレンジクラブはJA津安芸の合併30周年記念イベント「JAまつり」を女性部として盛り上げようと「つるし雛づくり」に力を入れています。有志16人で「つるし雛チーム」をつくり、JAまつりまでに6回集まり、ナスやイチゴなどの地元農産物をちりめんで表現し手分けして作っています。全長約3mの巨大つるし雛で来場者の方々にびっくりさせようと考えています。JAまつりで飾りつけた後は、本店入り口にも飾る予定です。



▲女性部の活動を形に残そうと、
つるし雛作りに燃える女性部員

中学生がみかん園で職場体験学習 佐藤みかん園

津市立東観中学校の2年生6人は9月13～15日までの3日間、津市大里窪田町の佐藤晋治さん（47）が経営する「佐藤みかん園」で職場体験学習をしました。

生徒は営農対策部販売課の職員から摘果作業の説明を受けた後、佐藤さんから直接指導してもらい、みかん「宮川早生」の摘果作業をしました。職業体験中の生徒は「みかんの摘果作業を体験してみて農業の大変さがわかった」と話していました。



▲佐藤さん（中央）から摘果作業を教わる生徒

農業塾PR隊長がサポート講師に ふれあい農業塾

9月16日に「第11期ふれあい農業塾開講式」を本店で行い、受講生32人が参加しました。新受講生は10～70代までの幅広い世代の方が参加し、今後1年間にわたって月1回の講習で農業の基礎を学びます。

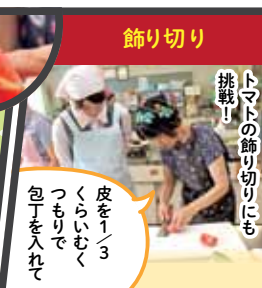
今年で3年目になる当JA「農業PR隊長」の「カツラギ」の2人はさらなるステップアップにむけて、塾長や営農担当職員とともに「ふれあい農業塾」のサポート講師となり、受講生に楽しく野菜栽培の指導をしました。参加者からは「初心者ですが、農業PR隊長さんがいるから何でも聞きやすいし心強い。これからしっかりと基礎を学び、おいしい野菜づくりに励みたい」と話しました。



▲農業PR隊長もサポート講師となり講義に参加

女性部 トピックス

女性部1日 体験し隊⑤ クッキング教室



安濃支部事務局
0120-059044



ガーキンファーム町屋『町屋ピクルス』

栗真町屋町のキュウリ農家が手掛ける自家製のキュウリをキュウリ酢で漬けたキュウリづくしのピクルス。季節問わず、旬のキュウリの味、食感を楽しめます。日本人好みのまろやかな味わいでファーマーズマーケットみどりの交差点やスーパーなどで販売しています。

野菜で一品

『町屋ピクルス』入り！タルタルチキン南蛮のサラダ添え

平成29年度第3回女性部クッキング教室 レシピより
家の光 派遣講師 秦 佐知子 先生

材料(6人分)

鶏もも肉(大) …… 3枚
卵 …… 1個弱
小麦粉 …… 適量
揚げ油 …… 適量
レタス …… 3枚
キュウリ …… 1.5本

トマト …… 1.5個
塩コショウ …… 適量
南蛮酢
しょうゆ…45ml 砂糖…48g
酢…75ml 塩…少々

タルタルソース
ゆで卵…1.5個
玉ねぎ(みじん切り) ……大4.5
きゅうりピクルス…1.5本分
(ガーキンファーム町屋の「町屋ピクルス」を使用)
マヨネーズ…大6(72g)

作り方

- 1 鶏もも肉に塩コショウをして卵をべったりとつけ、小麦粉をまぶして170℃の油で揚げ焼きにする。(鶏の半分くらいの油を用意する)
- 2 鶏を南蛮酢に漬け込んだあと、切り分けて皿に盛り、レタス、キュウリ、トマトを切り分けて一緒に盛る。
- 3 玉ねぎはみじん切りにして水でしばらくさらし、ゆで卵・ピクルスのみじん切りと混ぜ、塩コショウ、マヨネーズと和えてタルタルソースを作り、鶏肉にかける。

JAカード会員様限定

ファーマーズマーケット みどりの交差点で 2017年10月1日より取扱い開始

対象の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、ご請求時に



5%

割引に!

対象店舗は、

JAが運営する直売所・ファーマーズマーケットです。

一部対象外の店舗があります。

※対象店舗でお買い物の際にJAカードでお支払いいただくと、
そのご利用分はJAカードご利用代金ご請求時に、割引いたします。
一部、割引対象外の商品・サービスがあります。

※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、
JCBブランドのJAカードは、本紙記載の特典の対象外です。

※本特典は2017年4月現在のものであり、
予告なく割引率の変更や本特典を終了する場合があります。

ポイントも
ためられるよ!



農業PR隊長カツラギ通信は ホームページで配信中!!

農業PR隊長カツラギ通信

検索

みてね!



カツラギ

PHOTO GALLERY





営農だより



小麦の品質・生産量の安定確保をめざしましょう！

湿害対策・適期播種・適正施肥は高品質・安定多収の基本

湿害対策は高品質・安定多収の基本！

排水の良い適地に団地化し、適切な間隔で明渠や弾丸暗渠を設置します。

適期播種は最重要ポイント！

《播種適期》11月上旬～下旬

播種量は7～9kg/10aで条間は25cm

極端な早播きは、生育過剰となるだけでなく病害の発生リスクが高くなるので注意してください。
(播種が12月以降になってしまった場合は播種量を増やす)

適正施肥で高収量を目指そう！

幼穂が完成する時期（3月下旬）までは葉色を落とさないように栽培することが重要。

- ・基肥とつなぎ肥により初期生育量（分げつ）を確保する。
 - ・積極的な追肥により穂数・粒数を増やし収量・品質を確保する。
- ※作付品種別に追肥作業を省略できる基肥一発肥料もあります。



今年から『あやひかり』の作付が始まります！

『あやひかり』は低アミロース品種で、麺にした時にモチモチとした歯ごたえと、つるつるした滑らかな食感が出ます。このモチモチとした滑らかな食感が評価され、県特産の「伊勢うどん」だけでなく、うどん用として県外の大手麺メーカーなどでも採用され『あやひかり』は全国的に評価が高まってきています。

現在、三重県下で『あやひかり』は生産数量より購入希望数量のほうが多く、逆ミスマッチ（供給不足）品種となっています。

このため、これからも『あやひかり』の生産量拡大に向け、面積拡大と収量アップに向けて取り組んでいく必要があります。



農地中間管理機構から 農地の借受けを希望される方を公募中です。

公募期間：9月20日(水)～10月19日(木)

第2回
公募中！



詳しくは、公益財団法人三重県農林水産支援センター（農地中間管理課）まで
TEL：059-848-1228 / 1229
ホームページ：http://www.nouchi-mie.jp/



獅子座
7.23～8.22

【全体運】 性格の良い面がアピールされ、円満な人間関係が築けそう。初対面の相手にも気さくに話し掛けて。旅行も吉
【健康運】 運動不足になりがち。しっかり動くこと
【幸運を呼ぶ食べ物】 小豆

栽培管理が楽で、失敗も少ないサヤエンドウ。店頭売りでは得られない新鮮さが魅力で、家庭菜園にはぜひ取り入れたい野菜です。

板木技術士事務所 板木利隆

栽培計画

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
露地栽培 (寒冷地)			①				①					
露地栽培 (温暖地)					①					①		

① 種まき ② 収穫

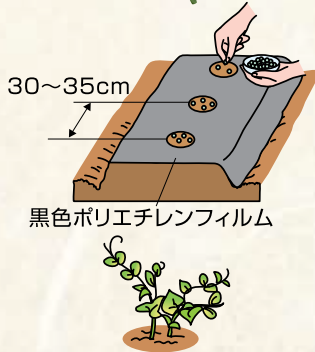


取れ立ての新鮮な味が格別なサヤエンドウ

カロテン含有量が多く、分類は緑黄色野菜。ビタミンC、食物繊維も豊富。使い道はサラダや汁の実、煮物にと広く、飽きずに重宝します。育て方のポイントを列挙します。

- (1) 連作畑を避ける。
- (2) まきどきを誤らない。
- (3) 冬に株が風で振り回されないよう仮支柱、風よけを設ける。
- (4) 伸びだしたつるがよく絡むよう、しっかりとした支柱を立てることなどです。

サヤエンドウは野菜の中でも特に連作を嫌う性質があります。4〜5年はサヤエンドウを作ったことのない畑を選びましょう。種まきの適期は関東南部以西の平たん地では10月20日前後ですが、これより寒い地域では少し遅

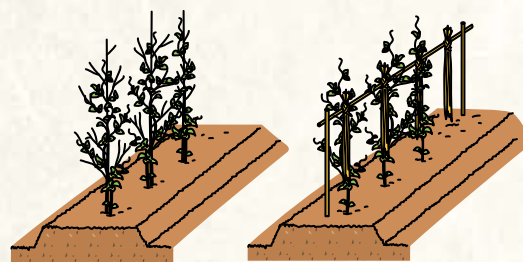


発芽し伸び始めたら2本を残して他は間引く

く月末ぐらい、暖かい地域では少し早くまくぐらいに差をつけましょう。寒い地域で早まきすると、大きく育ってから厳しい寒さに遭うため寒害を受けやすくなります。地域の慣行をよく調べてください。

サヤエンドウは茎葉が柔らかく、越冬中に株が風に振り回され、茎が折れたり枯死したりしやすいので、草丈が15〜20cmに伸びたら短い支柱を交差させて立て、株を固定したり、畝に沿って稲わらを半折れにし、下方を土に埋め、簡単な風よけを作ったり、べた掛け資材で覆ったりして寒風から守ってやりま。

越冬後草丈が20〜25cmぐらいになる頃には巻きひげも出るので、早めに支柱を立て、これに絡ませるようつるを誘引してやりましょう。支柱材としては、細枝のたくさん付いたサヤ、子枝の付いた木の枝などが最良ですが、入手できない場合は、木杭に横竹を渡し、所々に稲わらを小束にしてつるす方法、それらがなければ果菜用の支柱材を立て、横に3段ほどプラスチックひもを渡したり、キュウリの誘引ネット（網目15cm）を取り付けるなど、いろいろ工夫してみましよう。



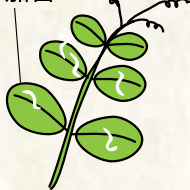
竹サヤや木の枝につるを絡ませる

支柱を立て、稲わらをつるをつるを絡ませる

肥料分は多くは必要ないので、前作に野菜を育てた畑なら、越冬前に畝に沿って軽く溝を作り、1株当たり化成肥料大さじ2杯ぐらい、本支柱を立てた後に、畝の反対側に同量を施し、土を盛り上げて畝を形作るぐらいで足りるでしょう。

薬剤散布

ハモグリバエの幼虫の加害



※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

JAグリーン津店が教える！栽培のポイント

種まき適期は10月下旬ごろです。耐寒性は本葉2〜3枚のころが最も強いですが、花が咲くころは耐寒性が低下し寒害・凍害を受けやすくなりますので、草丈が10〜15cmほどで越冬するよう種まき時期を選びましょう。

エンドウのつるは中が空洞なので、風で折れやすく、特に寒風に当たると枯死株ができます。霜害が出やすい畑では厳しい寒さの前に風上側に防風ネットを張るか、葉上にべた掛け資材で寒風から守りましょう。

春先になりつるが伸び始めたところに遅れずに支柱をしっかりと立てましょう。つるが絡み付きやすい木の枝が入手できれば一番良いですが、なければ木杭を打ち横竹を渡して稲わらを小束にして吊るすのもよいでしょう。

おすすめ資材

《堆肥》

完熟発酵牛ふん

《石灰資材》

苦土石灰

《元肥》

化成24号（8-8-8）

《殺菌剤》

うどんこ病・灰色かび病（サンヨール）

《殺虫剤》

アブラムシ類
ハモグリバエ類
（スタークル顆粒水溶剤）



2017 JAまつり

11日 9:00~17:00
12日 9:00~16:00

これまで これからも 地域とともに

オープニングセレモニー

11日 9:00~ ステージ前にて「餅まき」を開催！
12日 9:00~ 先着150名様※中学生以上対象 花苗プレゼント

よしもと爆笑ライブ

11日 12日 両日開催

オレンジ 尼神インター ものいい

※一部出演者変更になる可能性があります。

宮農センター臨時休業のお知らせ

本年は、各地区の「宮農センター」の業務を「JAまつり」開催のため、臨時休業させていただきます。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

第1会場 メッセウイング・みえ

第2会場 津給油所・JAグリーン津店・Aコープ津店(共催)

※イベントやコーナー内容は変更となる場合があります。

第1会場ステージイベント

11日 12日 両日開催

9:30~ 津幼稚園ちびっこ武者行列
10:00~ ハーモニカ演奏
10:30~[第1部] 結城さおり(津市出身)
14:00~[第2部] 歌謡ショー
11:00~[第1部] よしもと爆笑ライブ
14:45~[第2部] 尼神インター(第1部のみ)・カツラギ・まる子
12:45~[第1部] 介助犬のお仕事紹介
15:30~[第2部] ~はたらくわんわんランド~

12日 両日開催

9:30~ 白塚愛児園の園児によるかわいい演技
10:00~[第1部] わんわん動物園
15:00~[第2部] ミニパフォーマンスショー
11:00~ 農産物生産者表彰式
11:30~ 道化師LOTOパフォーマンスショー
13:00~ ゴスペル
14:00~ よしもと爆笑ライブ
オレンジ・ものいい・カツラギ・まる子

■…合併30周年記念イベント

お問い合わせ事務局

JA津安芸

JAまつり実行委員会(企画広報課)

059-229-3543

2017JAまつり 特設ページをチェック！

福が来る 笑顔が来る

ハッピーマイライフ♪

12月号 第1別冊付録

自給・環境・ライフプランで暮らしを築く

2018 家の光 家計簿

(日記付き)

1月号 第1別冊付録

旬の野菜を使った毎日かんたん! 健康レシピ

12月号 第2別冊付録

2018 未来にのこすわたしノート

1月号 第2別冊付録

とこづめすむ 床爪 昔のひとこと 他人事じゃないよ! 相続講座

12月号 第2別冊付録

家の光エンディングノート

もしものときも安心 2018 未来にのこすわたしノート

お問い合わせ・お申込みは 最寄りの宮農センターまで

家の光

定価(税込)
●家計簿付き12月号 1,008円
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 906円
●普通月号 617円

津給油所からのお知らせ

JA/SS 2017年三重県下 JA-SSへGO!!

秋の笑顔満タンキャンペーン

1000名にプレゼント!!

給油合計3,000円(税込)以上のレシートでご応募ください。

特賞 40組

USJ ペア招待

1等 100名

特選カタログギフト

2等 160名

伊勢茶

3等 700名

ボックスティッシュ 10箱

キャンペーン期間 2017 10/1日 ~ 10/31日

応募締切 11月5日(日)まで(有効レシートは10/31日までに)

応募用紙はキャンペーン期間になりましたら津給油所にて配布いたします。

津給油所 津市一色町191-2 TEL.059-229-3509

天秤座

9.23~10.23

【全体運】自己アピールに最適です。温めていたプランがあるなら、オープンにするとか。素晴らしい協力者が現れる予想
【健康運】不規則な生活の改善を。好転の呼び水に

【幸運を呼ぶ食べ物】サツマイモ

10

あぜみち特別クーポン券

10%割引券

※Aコープ津店にてご利用いただけます。
※1,000円(税抜)以上お買上げの方に限り、1回ご利用できます。
※生鮮食品・冷凍食品・酒・雑貨・ギフト・ギフト・店舗の商品は除きます。
※他のクーポンと併用はできません。

2017 JA津安芸 30th Anniversary

定期積金

キャンペーン第2弾

期間 平成29年9月4日(月)～10月31日(火)

結婚の費用に! マイカー購入に! 教育資金に!
住宅購入資金に! 老後の生活費に!

かなえない夢いろいろ～JAバンクで始めよう～

期間中、定期積金(定額式)を新規ご契約の個人の方には

定期積金
ご契約期間
2年以上かつ
給付契約額
36万円以上

店頭表示
利回りの

10倍

適用利回り
年0.1%
(平成29年9月4日現在)

でお預かりいたします。

プラン例

毎月の掛金	15,000円	10,000円	20,000円	10,000円	20,000円
積立期間	2年	3年	3年	5年	5年
掛金総額	360,000円	360,000円	720,000円	600,000円	1,200,000円

●個人ののお客様が対象です。●掛金を一括払いするお取扱いはできません。●お受取金額は、総掛込金額に給付補てん金(利息相当分)がプラスされます。●給付補てん金には20.315%(国税15.315%-地方税5%)の分離課税がかかります。●満期日以降の利息は、解約日における普通貯金利率により計算いたします。●満期日前に解約する場合は、解約日における普通貯金利率を適用させていただきます。●当JAで実施する他の定期積金商品との併用はできません。●本商品は金利情勢等の変化により、キャンペーン期間中であっても「商品内容の変更」や「取扱いを中止」することがあります。●店頭にて「商品概要説明書」をご用意しております。●この貯金は貯金保険制度の対象商品です。※お一人様元金1,000万円までとその利息が保護されます。

詳しくは最寄りのJA津安芸各支店・サテライト店の窓口または渉外担当者までお問い合わせください。

みかん狩り

期間 10月20日(金)～11月30日(木)まで

ところ 三重県津市大里窪田町7番地
JR・近鉄津駅から三重大学行きバスの
「三重病院」バス停下車5分

営業時間 9:00～16:00

入園料 ※2時間食べ放題 (税込)

	個人(1～19名)	団体(20名～)
大人(土産付) 中学生～	1,200円	1,000円
小人(土産付) 4歳～小学生	1,000円	900円
幼児(土産付) ～3歳	600円	600円



お問い合わせ・お申し込みは

津観光みかん狩り園 事務所 TEL: 059-232-6963

JA 津安芸 販売課 TEL: 059-229-3507

FAX: 059-229-3518

合併30周年記念粗品 お詫びと点灯ご確認のお願い

合併30周年記念粗品「LEDライト」のグリップ部分が高熱になるとのお申し出が2件ございましたので、早速良品2個と交換させていただきました。

誠に申し訳ございません。

そこで配布前の3,300個余りをメーカーにて再検品したところ、高熱になるものはありませんでした。しかしながら、念の為ご面倒をおかけしますが、組合員の皆さまにて配布済みのLEDライトをすぐに開梱の上点灯して、不具合がないかご確認お願いいたします。

尚、電源を入れた後にグリップ部分が温くなるのは内部のコンデンサが40～60℃になる為であり、正常の範囲内で不具合ではございません。

また高熱になる以外でも万が一点灯不良等不具合があれば、支店・サテライト店まで交換をお申し出いただきたくよろしくお願い申し上げます。



【お問い合わせ先】

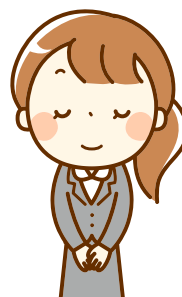
最寄りの支店・サテライト店または
企画広報課 TEL 059-229-3543

連続職場離脱の実施に伴う 職員不在のお知らせ

平素は当JAの事業にご理解とご協力を賜りありがとうございます。

当JAでは職員を対象に、「連続職場離脱」を実施しております。連続職場離脱とは、就業規則に定めた休暇や研修等により、職員が1週間(5営業日)以上連続して自己の職場を離れ、勤務できない状態を作ることにより、業務が統一基準に基づき適正に実施されているかを点検・確認するとともに、組合の内部牽制機能の補完的方策としてその有効性の向上を図り、事故、不正等を未然に防止し、コンプライアンス態勢充実の一助とすることを目的としています。

職員が連続職場離脱に入ると実施期間中(連続5営業日)は不在となり、ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



農地等の相続税の納税猶予の特例

税理士 青 敏博



農地等の相続税の納税猶予の特例は、相続による農地の細分化を防止するとともに、農業後継者の育成を図る目的で創設され、昭和50年の相続税から適用されています。この制度は、農業を営んでいる個人から、相続または遺贈により農地等取得して引続き農業を営む場合には、その取得した農地の価格のうち、農業投資価格（平成29年の三重県の価格は田720千円・畑520千円/10アール当たり）を超える部分に相当する相続税について納税を猶予するものです。

特例適用要件

- (1) 被相続人の要件
 - ・死亡の日まで農業を営んでいた人
 - ・農地等の生前一括贈与をした人等
- (2) 農業相続人の要件
 - ・相続税の申告期限までに農業経営を開始し、その後も引き続き農業経営を行う人等
- (3) 特例の対象となる農地
 - ・被相続人が農業の用に供していた農地で申告期限までに遺産分割されている農地
 - ・生前一括贈与により取得した農地で、被相続人の死亡の時まで

贈与税の納税猶予等を受けていた農地等

猶予税額を全額納付しなければならない場合

- ・特例を受けた農地等の合計面積の20%超を譲渡・転用した場合（収用交換による譲渡を除く）
 - ・農業経営の廃止
 - ・継続届出書の提出がなかった場合
- ### 猶予税額の一部を納付しなければならない場合
- ・特例を受けた農地等の合計面積の20%以下の譲渡・転用があった場合

猶予税額が免除される場合

- ・特例を受けた農地等の収用交換による譲渡があった場合
- ・特例を受けた農業相続人が死亡した場合
- ・特例を受けた農地等の全部を農業後継者に生前一括贈与した場合
- ・20年間農業経営を継続した場合（市街化区域内の農地に限り）

申告の手続き

相続税の申告書を期限内に提出するとともに、納税猶予税額と利子税の額に見合う担保を提供する必要があります。

また、申告の際に戸籍謄本・分割協議書の写し・相続税の納税猶予に関する適格者証明書（農業委員会の証明書等）の添付が必要です。

その他の留意事項

- (1) 納税猶予税額の全部または一部を納付する場合には、猶予税額とともに、法定申告期限の翌日から納付の日までの利子税を納付しなければなりません。
 - (2) 納税猶予期間中は、3年ごとに「継続届出書」の提出が必要で要です。
 - (3) 市街化調整区域内の農地については、平成21年の改正で20年経過による免除は廃止されました。
 - (4) 納税猶予期間中に20%超の農地を譲渡・転用等した場合に納税猶予が打ち切られ、譲渡や転用の見込めない農地を選択適用することが大切です。
- 特例適用要件等、詳しくは税務署資産課税部門にお尋ねください。

無料相談会 各種実施中!!

住宅や自動車の購入など資金の借入をご検討されている方、また、法律や税務、自動車事故でお悩みの方はいらっしゃいませんか。
当JAでは、下記の日程で無料相談会を実施しております。専門スタッフがご相談を受付けていますので、ぜひお気軽にお申し込みください。お待ちしております。

ローン相談（終日対応）

ローンセンター（本店別館）
月曜～金曜 10:00～19:00
土曜 10:00～16:00
営業日（月曜～土曜、祝日除く）

法律相談（予約制）

ローンセンター（本店別館）
10:00～12:00
10月14日（土）

税務相談（予約制）

ローンセンター（本店別館）
9:00～16:00
10月14日（土）、18日（水）、
28日（土）、11月4日（土）

事故相談（予約制）

本店（本館内）
8:30～17:00
電話予約により随時開催

受付先：ローンセンター ☎059-229-3503

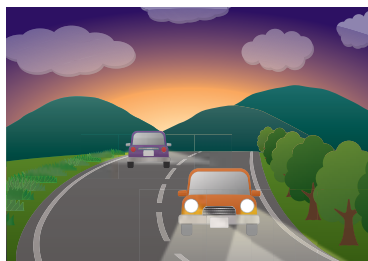
受付先：事故査定課
☎059-229-3505

【交通課から】

夕暮れ時、ちよつと早めの
ライト・オン運動について

夕暮れ時は交通事故が多発する傾向にあり、特に日没時間が早くなる10月からは、帰宅時間帯と相まって、さらに交通事故の多発が懸念されます。

このため、車両の運転者が、夕暮れ時に少しでも早くライトを点灯することを心がけ、周囲の車両や歩行者を早期に発見できる交通環境づくりに努めるとともに、早めのライト点灯と反射材着用を推進することにより、全ての道路利用者の交通安全意識の高揚を図り、交通事故を防止しようとするものです。

An illustration of a car driving on a road at dusk. The car is orange and has its headlights on. The road is dark with white dashed lines. In the background, there are green hills and trees under a purple and orange sky. A smaller car is visible in the distance.

期間

平成29年10月1日(日)から

12月31日(日)までの間

運動の内容

①夕暮れ時の早めのライト点灯

夕暮れ時は交通事故が多発します。自動車
オートバイ、自転車利用者は、前方を見るため
のライトを点灯することはもちろん、周囲から
存在を気づいてもらえるよう、早めにライトを
点灯しましょう。

② 反射材の着用推進

歩行者、自転車利用者は、明るい服装と反射材を使って車にアピール！特に、夜間は自分の存在を知らせて安全を確保しましょう！

「交通安全 見える・見せる キャンペーン」

下向きライト
(近目) は前方
40メートルを照
らし、上向きラ
イト(遠目)は
前方100メー
トルを照らしま

で、歩行者や自転車の発見に大きな差があります。

ドライバーは、早めのライト点灯に加えて、上向きライトへの切り替えて「見える」ように心がけ、事故防止に努めましょう。

歩行者や自転車利用者は、反射材を着用して「見える」ことを意識し、事故から身を守りましょう。

思いやる やさしい心で 走る三重
く気持ち良い 運転マナーの 美し国く

【生活安全課から】

車上ねらい・部品ねらいに気を付けて！

津警察署管内では、**車上ねらい**（自動車などに積んである荷物などを盗む犯罪）や**部品ねらい**（自動車などに取り付けてある部品「ナンバー・カーナビなど」を盗む犯罪）が多発しています。

★車を止める時には、人通りのある整備された明るい駐車場に！

★車から離れる時は、短時間でも窓を閉め、ドアロックを！



全国地域安全運動が実施されます!!

平成29年10月11日(水)～10月20日(金)

地域社会が一丸となって、犯罪の発生を抑止し、犯罪が起きにくい社会を実現しましょう。

相談は「#9110」か「津警察署（059-213-0110）」へ


健康百科

家庭用電気マッサージ器による危害にご注意

国民生活センター相談情報部 ●岡田 叔子

家庭用電気マッサー器による危害の相談が寄せられています。

【事例】腰痛を改善したいと思い、「腰を優しくもみほぐす」と宣伝している家庭用電気マッサージチェアを家電量販店で購入した。購入後、初

たり、打撲や神経・脊髄の損傷、骨折などの事故が起きたりしています。被害者の約6割が60歳以上で、女性が多いのが特徴です。また、事故は量販店などの展示販売用の機器や宿泊施設などに設置された機器でも起きています。

期設定のまま1日に1〜2回、8日間連続して使用したところ、腰が痛くなった。整形外科を受診したところ「もともと骨がもろくなっているのに、マッサージ器で背中をグルグルとこすったため骨が削れている。逆効果だ」と医師から言われ、骨が固まるまで入院

家庭用電気マッサージ器を販売する場合、事業者には使用が禁止されている疾病などに関することや、弱い刺激から使用するための操作方法など、適正な使用に関する情報提供が求められますが、実際には説明などがされていない場合があります。

して寝たきりとなった。後から取扱説明書を見たら、注意事項の記載はなかったが、別の小さな紙に「腰が痛い場合は気を付けてご使用ください」と書かれていた。私は80歳を超えているが、購入時に売り場の販売員から注意事項などの説明がなかった。納得できない。

一方、消費者側も取扱説明書をよく読まず、事故につながるケースがあります。家庭用電気マッサージ器を使用する場合、販売店から安全で適切な使用方法について説明を受けるとともに、必要に応じて医師に使用の可否を確認しましょう。取扱説明書を読むことも大切です。使用前に機

家庭用電気マツサージ器は、本来体の疲れを癒やすためのものですが、使用により頭痛や吐き気などの症状が出



みんなの お便り

「家の光」で募集中の紙芝居に作品を送りました。12月の中旬喜ぶのがっかりするの、発表が楽しみです。子どもの頃、身近にどこにでも咲いていたホウセンカ。今は夏になってもほとんど見ませんね。花が咲いたあと、種がパーンと飛び出すおもしろさ、よく遊んだものです。(Kさん 70歳)

編「食農教育紙芝居コンクール」に応募されたんですね！Kさんが作られた紙芝居、見てみたいです！ホウセンカを使った遊び方、初めて知りました。動かない植物の生存戦略、おもしろいですね！

女性部でいつも職員さんたちにお世話になっています。毎月毎に何ができるかと楽しい「チャレンジクラブ」はいい企画だなと思っています。我が家の周囲は結婚した頃とすっかり様変わり。アパート群になってしまいました。それでも少し残っている水田に田植えの時期水が張られ早苗の匂い、そして実りをむかえた今のむれるような稲穂の匂いは、何となく嬉しい気分になります。あぜみち毎月ありがとうございます。(Kさん 65歳)

編チャレンジクラブはP5にもあるように、部員一人一人の自発的な意見を大切に活動しています。自分のやりたいことをみんなで相談しながらできるって楽しいですね！これから活動頑張ってくださいね(●^。^●)私の家の周りも水田が減り、カエルの大合唱も年々小さくなり少し寂しいです。

「あぜみち」今回初めて頂き、読ませて頂きました。色々読みがいがありました。これから、毎月頂けるので、楽しみです。(Nさん 65歳)

編Nさんと「あぜみち」の新たなお付き合いができて嬉しいです。これからご愛読よろしくお願いします！

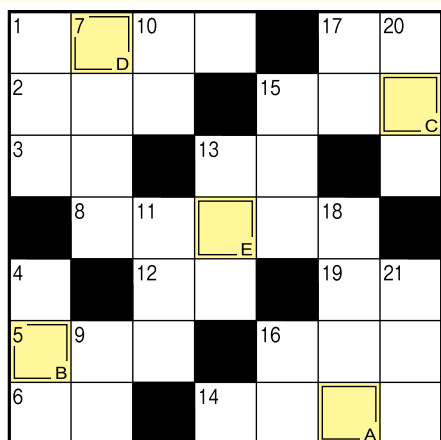
家庭菜園づくり一年生の我が家。きゅうりやなすを収穫するのが楽しみにしています。次は何を作ろうかと考えていた時、野菜づくりの冊子がいただけるとの文字が目にとまり、直売所3店舗をめぐりゲット。あぜみちの園芸ノートとともに活用していきたいと思っています。(Yさん 65歳)

編直売所スタンプラリーへのご参加ありがとうございます！ぜひ園芸の友としてご活用くださいね♪



(Sさん 75歳)

クロスワードパズル



タテのカギ

- ① くるくるとカールした髪
- ② ふすまや障子はこの上を動きます
- ③ 電車の中にぶら下げられています
- ④ くらを置いて乗ります
- ⑤ 自分の娘の夫のこと
- ⑥ ——に無勢だ、勝てないなあ
- ⑦ せき止めに良いといわれるバラ科の果物

- ⑧ 車を止めて——ブレーキを引いた
- ⑨ スズシロはダイコン、スズナは
- ⑩ 黄色い貴金属。元素記号はAu
- ⑪ 競技などを途中で棄権すること
- ⑫ 眠るときに着る物
- ⑬ 猫に——＝豚に真珠

ヨコのカギ

- ① 唱歌「虫のこえ」で最初に出てくる虫
- ② 江戸——はガラスをカットして作られる工芸品です
- ③ よく内科と対比されます
- ④ マタタビ科の果物。鳥の名にちなんで名付けられました
- ⑤ リビングともいいます
- ⑥ 季節によって住む場所を変える鳥

- ⑦ 箸を数えるときに使う言葉
- ⑧ 舟をこぐ道具
- ⑨ こしあんと——、どちらが好き？
- ⑩ 秋においしい魚の代表格
- ⑪ 牛などに食べさせる牧草のこと
- ⑫ 白と一緒に働きます
- ⑬ 吸盤がたくさんある海の生き物

二重枠に入った文字をAからEの順に並べてできる言葉は何でしょう？



先月号の答え

A	B	C	D	E
ナ	ガ	ソ	キ	シ
イ	カ	リ	モ	ヨ
ル	ザ	コ	ウ	ン
ホ	オ	フ	ク	ロ
ソ	ラ	シ	ツ	ズ
ウ	ガ	イ	シ	カイ
コ	イ	ン	ド	キ

プレゼント

みんなのお便り掲載者・クロスワードパズル正解者の中からそれぞれ抽選で5名様に、**食材センターおすすめの季節の一鉢**をプレゼント！

花言葉は「聖なる願い」



ポインセチア

※写真はイメージです

はがき・FAX・Eメールのいずれかの方法で、必要事項をご記入のうえご応募ください。

- ① パズルの答え
- ② 郵便番号・住所・氏名・年齢・日中連絡がとれる電話番号
※電話がつかない場合は、当選者を変更することがありますのであらかじめご了承ください。
- ③ JAへのご意見や「あぜみち」への感想、身近に起こった出来事・絵手紙・イラストなど
をご記入の上右記の宛先へ送ってください。

※応募の際にご記入いただきました個人情報につきましては、広報誌への掲載並びに広報に関する統計及びプレゼント発送以外には使用いたしません。
※プレゼントの当選は、発送をもって発表にかえさせていただきます。
※プレゼントの内容は天候等の都合により入荷が変更となる場合があります。

宛先



〒514-0057 津市一色町211
JA津安芸 企画広報課
FAX 059-223-0912
Eメール master@ja-tsuage.or.jp
左記のQRコードをご利用いただくと、簡単にメールが作成できます。

① パズルの答え
② 郵便番号・住所・氏名・年齢・日中連絡がとれる電話番号
③ JAへのご意見や「あぜみち」への感想、身近に起こった出来事・絵手紙・イラストなど

514-0057
JA津安芸 企画広報課
津市一色町211

応募締切日 平成29年11月10日



テーマ投稿
『夏の思い出』を
含みます



休耕田のひまわりです。真夏の太陽に向かい一斉に咲きました。素晴らしい感動し、元気をもらいました。

『夏の思い出』
河芸町三行 ひまわりばあば



『双子のマスクメロン』
安濃町中川 畑好きのトッチャン
永年畑作していますが珍しくおも
しろいのができました。



みごとなサボテンの花が咲きました。花が目玉のようがかわいいな。

『サボテンの家族』
栗真町屋町 セツちゃん



ジャガイモの後にトマトを植えたなら、残っていたジャガイモから芽が出てトマトがなりました！

『ジャガトマ』
辰水 ゆうこりん



『天狗ナス』
美里町三郷 ゆきばあちゃん
我家の畑でとれました。



めずらしい地湧金蓮 (チユウキンレン) の花が咲きました。アマガエルは、ご満悦です。

『アマガエルの豪邸?』
安東町おくちゃん



自宅と畑の境界フェンスに冬瓜が登りつきフェンスの網目の中で大きく育ちました。収穫したいですが・・・笑

『収穫拒否でしようか?』
高野尾町 ナツキーじいさん



霊芝でしょうか? 直径36cmあります。見た事ない大きさにビックリ!!

『めずらしいキノコ』
安濃町田端上野 村岡寛さん



『高砂ゆり』
芸濃町北神山 ベジタブル 8
17輪の花を付けました。



JMUのマイオス・プラントの夜景を見てきました。

『工場夜景』
雲出島貫町 秀ちゃん



じいちゃんの応援に来ました。ヘリコプターを見つけてご機嫌です。

『稲刈りの現場監督』
安濃町草生 たくちゃん



『夏の収穫物』
栗真小川町 マリンちゃん
今年も代表的な作物がたくさんできました。

テーマ投稿募集!

11月号のお題

『里山の秋』

10月15日
まで

12月号のお題

『私の手作り農具』

11月15日
まで

投稿方法

ほっとする写真をお待ちします♪

読者の皆さまから「ほっと」する写真や面白い形の野菜・趣味の写真や季節感のある写真・人物写真などジャンルを問わず募集しています。

郵送・Eメール・携帯写真メールのいずれかの方法で撮影した写真を送ってください。



便せんまたはメール本文に

①氏名 ②ペンネーム ③住所 ④電話番号 ⑤写真のタイトル

⑥写真の簡単な説明 (50字以内) を明記してください。

※メールの場合、件名を「ほっとギャラリー」として写真を添付し、送信してください。

- ・写真はお返しできませんのでご了承ください。
- ・紙面の都合上、掲載できない場合もございますのでご了承ください。
- ・投稿の際にご記入いただきました個人情報につきましては、広報誌への掲載並びに広報に関する統計以外には使用いたしません。

宛 郵送 〒514-0057 津市一色町 211 J A 津安芸 企画広報課

メール master@ja-tsuage.or.jp
右記 QR コードをご利用いただくと、簡単にメールが作成できます。



環境のことを考えた紙とインクを使用しています。

R100

古紙配合率100%再生紙を使用しています

VEGETABLE OIL INK