



あせみち

2018 April

4

vol.345

特集

- 毎日をもっと健康に -
身近な薬草に親しもう

ダウンフラッシュ ④

新コーナー JA津安芸の自己改革 ⑤

新コーナー ものしりミー・ユ博士 ⑥

藤堂 高虎

新コーナー おうちでカフェごはん ⑦

春野菜のキッシュトースト

情報ステーション ⑩ ⑪

平成30年度 新規採用職員紹介
2018ゴールデンウィークの営業について

- 毎日をもっと健康に - 身近な薬草に親しもう



薬草案内人 かいつ よしたか 貝津 好孝さん

薬剤師、鍼灸師。漢方専門の港屋漢方堂薬局経営（福島県）。

薬草、山菜、きのこの調査や冬虫夏草の分類と分布の調査を趣味とし、山野を歩く。福島薬草研究会代表。著書に『日本の薬草』（小学館刊）他、多くの書籍や雑誌に執筆し、取材にも協力。

■港屋漢方堂薬局……福島県伊達市梁川町青葉町52 TEL：024-577-0251

漢方には「薬食同源」という言葉があります。薬（生薬）を飲むことと食事することは、同じように大切という意味です。身近にある薬草を見直し、毎日の暮らしに取り入れて健康に役立ててみませんか。薬草の専門家・薬草案内人の貝津好孝さんにお話を聞きました。薬草の採集は、植物について知識の豊富な人の教えを受けながら行いましょう。薬草に似ていても、それが有害な植物の場合もあるからです。

日本人と薬草

子どもの頃、右下腹部が痛みだし、お医者さんに診てもらったら、「慢性盲腸ですから、次に痛くなったら手術です」と言われました。祖母が薬草（ノブドウの実）を酢に漬けた汁と小麦粉を練って貼ってくれた記憶が今も鮮やかに残っています。それ以来、痛みは消え、62歳になっても盲腸は健在です。現在もノブドウの酢漬けは、打撲や捻挫の湿布薬として大活躍しています。その頃は、どこの家庭でもドクダミや、ゲンノシヨウコ、センブリなどの薬草を軒下に干していたものです。今、若い世代には薬草というよりハーブの方がなじみ深いかもかもしれません。ただし、ハーブは一般的にヨーロッパの薬草を指しています。もっと日本の薬草にも親しんでもら

えるといいですね。

薬草のさまざまな利用

薬草はさまざまな場面で利用できます。シヨウガやシソも立派な薬草で、ノロウイルスなど感染性胃腸炎の予防に役立ちます。シヨウガを1cmほどすりおろし、梅漬けのシソ（葉）と一緒に熱湯を注ぎ、冷やして少しずつ飲むと下痢や吐き気を止めてくれます。料理にも積極的に取り入れるとよいでしょう。肌のトラブルにはハトムギ種子やドクダミ全草、髪にはネズミモチ実、養毛剤としてはセンブリ全草など症状により使い分けます。

同じ薬草でも葉と根では薬効が違う場合があります。部位を確認して使用しましょう。

お風呂で薬草

目的を明確に、薬草をお風呂で活用してみましょう。冷え症にはヨモギ葉、イカリソウ全草など体を温める薬草を、痛みにはクロモジ枝、マツサツなど神経痛にお薦めの薬草を。皮膚疾患にはドクダミ全草、スベリヒユ全草、スイカズラ茎葉など皮膚の熱を取る薬草。リラックス効果を期待するならユズの実、ミカンの皮、シソの葉など。分量は乾燥した薬草なら30〜50g、果物を入れ

るときは3〜5個程度で。

活用方法

●煎じて飲む

乾燥させた薬草を煎じるのが基本。乾燥すると成分が出やすくなり、保存も利く。600mlの水から弱火で40〜50分煎じて飲む。どれくらいの量を使うかは症状と薬草の種類により違うが、約5〜20g。

●振り出して飲む

センブリやキハダは、0.5〜1gにお湯を注いでしばらくしてから飲むと良い。

●皮膚に付ける、貼る

やけどや皮膚の荒れに、アロエの生葉の皮を剥いて貼ると良い。

●薬酒にする

イカリソウ酒は足腰を温め、力も付けてくれる。薬酒は薬効だけでなく、香りや色を楽しむ効果も期待できる。

●浴剤にする

体を温めたり（ヨモギ）、痛みを和らげてくれたり（クロモジ）、ストレス解消に役立つ（ミカンの皮、シソの葉）薬草がある。乾燥品30〜50g。

●いってお茶代わりに飲む

ケツメイシ、ササの葉などをフライパンでいって急須でいれて飲むと香ばしくて飲みやすく、胃腸に良い。

春から夏にかけて身近に見られる薬草をご紹介します。 自然観察の楽しさも味わえます。

Fuki

○**フキ** キク科。漢方では蜂蘭菜（ほうとうさい）。

山野に生える多年草。フキやフキのとうは山菜の定番。薬用にするのは根茎だが茎や花にも効果はある。根茎は夏～秋に根を採集し刻んで天日乾燥する。熱を持った喉の腫れや痛みに良い。



1日5gを煎じ、1日3回に分けて飲む。フキ料理やフキのとうとして食べても良い。天ぶらや炒め物がおいしい。

Taranoki

○**タラノキ** ウコギ科。方言タランボ。山野に生える落葉低木。

山菜の王様と呼ばれる。春先、若い芽を天ぶら、おひたし、あえ物などで食べる。根の皮を使うが取るのはなかなか大変である。樹皮も薬用になるので、今は、幹全体を刻んで薬用にされる。春から夏に採集して刻んで天日乾燥する。もともと足腰や胃腸を温める薬草で、腰から下の冷えや腰痛、胃が冷えるタイプの胃潰瘍に使われる。最近の研究では血糖降下作用があり、糖尿病に応用されている。



1日5～10gを煎じ、1日3回に分けて飲む。

Tanpopo

○**タンポポ** キク科。漢方では蒲公英（ほこうえい）。

若い葉はサラダ、花は天ぶらや酢の物、根はきんぴらや天ぶらにして食べられる。野原や畑のあぜ、道端に生える多年草。開花前に根を採集して刻んで天日乾燥する。熱を取りながら母乳の出を良くするといわれる。また、牛蒡子（ゴボウの種）と共に乳腺炎の特効薬として知られ、2種を混合してよく使われる。



1日5～10gを煎じ、1日3回に分けて飲む。タンポポは種類が多いがいずれも効果がある。妊婦は飲まないこと。

Cennosyuuko

○**ゲンショウコ** フウロソウ科。方言イシャイラズ、ネコアシ（葉形がネコの足に似ている）。漢方では玄草（げんそう）などとして流通している。

中国の老鶴草（ろうかんそう）の仲間。山野に生える多年草。東日本では白花、西日本では赤花が多い。夏の花期に全草を採集し天日乾燥する。便秘と下痢、相反する症状に効く。昔から量を多く濃く煎じた物は、下痢の特効薬として使われてきた。また量を減らし、薄く煎じて便秘にも使われる。



1日10～20gを煎じ、1日3回に分けて飲む。

Yomogi

○**ヨモギ** キク科。別名モチグサ。漢方では艾葉（がいよう）、もぐさの原料になる。

道端に生える多年草。葉は天ぶらや草餅、草団子、みそ汁の具にして食べられる。薬用部位は葉で6～7月に採集し天日乾燥する。漢方では体を温め、血液を増やし、止血・止痛の効能が期待できるとされ、婦人科疾患にも使われる。



1日3～5gを煎じ（煎じ方は右ページ参照。以下同じ）、1日3回に分けて飲む。暑がり、ほてり症の人には、合わないことが多い。

Dokudami

○**ドクダミ** ドクダミ科。漢方では十薬、魚腥草（ぎょせいそう）。

山野のやや日陰で湿った所に生える多年草。葉は天ぶらにして食べられ、独特な匂いがあるが美味である。5～7月の開花期に地上部（全草）を採集し天日乾燥する。大腸や鼻、皮膚の熱を取るといわれ、便臭が強い便秘、黄色い粘性の鼻汁が出る慢性蓄膿症、グジュグジュした赤いニキビやおでき、湿疹に処方される。



1日5～20gを煎じ、1日3回に分けて飲む。冷え性タイプの人には合わないことがある。妊婦は飲まないこと。

Kakidoshi

○**カキドオシ** シソ科。別名カントリソウ。漢方では連銭草（れんせんそう）。

野原や畑のあぜ、道端に生える多年草。葉、茎を天ぶらにして食べられる。日本のハーブといわれミントの香りがする。薬酒は香り良く、愛好家たちに人気。4～5月の開花期に全草を採集し刻んで天日乾燥する。昔から小児の疳（かん）の虫に良いといわれ、カントリソウの別名がある。血糖値の調整や結石を溶かす効果が期待でき、胆石や腎臓結石、糖尿病などにも処方される。



1日5～10gを煎じ、1日3回に分けて飲む。妊婦は飲まないこと。

Kobushi, Hakumokuren

○**コブシ、ハクモクレン** モクレン科。漢方では和辛夷（わしんい）。

初春、開花前の花のつばみを採集し刻んで天日乾燥する。風邪や蓄膿症の鼻詰まりに良いとされ、特に花粉症の鼻詰まりにはお薦め。



1日1～3gを煎じ、1日3回に分けて飲む。独特な香りがあり、匂いをかいだだけでも鼻の通りが良くなる。場合によっては1日1gにお湯を注いで振り出しにして、鼻の詰まったときに飲んでも良い。多量に飲むと目まいや目の充血を起こすことがあるので注意。



良質なカボチャ作りに 向けて

加工業務用カボチャ播種研修会

3月6日、河芸宮農センターで「平成30年度加工業務用カボチャ播種研修会」を開きました。新たに加工業務用カボチャに取り組む生産者向けに、栽培技術の向上とコスト削減を目的として、実際に販売課職員が播種作業を行いながら説明しました。

当JAでは新規就農者でも取り組みやすいよう、定期的な栽培研修や圃場巡回を増やすなどのサポートを行うことで、生産者は23人（うち新規生産者は5人）に増え、栽培面積も326a（昨年より26a増）に拡大しました。出荷規格を簡素化することでさらに出荷量の増大に取り組みます。



▲加工業務用カボチャの播種作業を実演

窓口対応能力の向上 窓口セールスロールプレイング大会

3月10日、三重県総合文化センターで「平成29年度三重県下JAバンク窓口セールスロールプレイング大会」が開催されました。大会には県下各JAの予選を勝ち抜いた14チームが集まり、商品提案力や接客スキルを競いました。当JAから出場した津南部支店チームは、日頃の窓口対応の経験を十分に発揮しました。



▲津南部支店の西口真琴さん（接客担当）と伊東隆志さん（後方担当）

ジャガイモ植えて食農教育 女性部

3月2日、当JA女性部員5人は津幼稚園の年中組園児59人にジャガイモの植え付けを指導しました。この催しは「おやさいづくり出前講座」と題して、農業体験を通して食の大切さを学んでもらう食農教育を目的としています。



▲種イモを植える園児と女性部員

全職員で防災訓練 大規模災害対策

3月3日、震度5強の巨大地震を想定した防災訓練を行いました。昨年は管理職のみを対象とした訓練でしたが、本年度は全役職員を対象とした訓練で、209人が参加しました。



▲指定避難所へ向かう職員

役職員は各店舗から最寄りの指定避難所へ実際に徒歩で移動し避難経路を確認、到着後に対策本部の衛星電話に施設等の被害、所要時間と所要経路上の危険箇所を報告しました。

メロン栽培を学ぶ ふれあい農業塾

3月10日の「ふれあい農業塾」の講義では、メロンの栽培について学びました。TAC課職員から水やりや施肥、摘心のポイントについて説明し、受講生は一生懸命メモをとっていました。今回学んだ内容は、5月の農業塾で実践していく予定です。



▲メロン苗の摘心を紙の模型で体験する受講生

自己改革 実践中!



JA津安芸の 自己改革



最近JAが使う「自己改革」ってよくわからない… 一体何のこと?

「自己改革」とは、組合員の皆さまの声に基づき、“多彩な農業”と“元気な地域”を築くために事業の改善や見直しを行うことです。

当JAでは“農業者の所得増大”“農業生産の拡大”“地域の活性化”を実現するべく、食と農、地域に根ざした様々な自己改革を実践しています。



准組合員や組合員外の人には関係ないの?

確かにJAの主役は地域農業を担う正組合員の方たちです。

しかし、農家の高齢化や後継者不足、田畑の減少など、農業を取り巻く環境は厳しく、正組合員も年々減少傾向にあります。

JAが事業を継続し地域農業を発展させるには、准組合員に農業の理解者となってもらい、応援団として農業の支え手になってもらうことが大事です。そのためには楽しく作って、美味しく食べて、事業を利用していただくことが農業の応援や農業の未来につながります。



なるほど! で、JAはどんな活動してるの?

当JAでは、**営農基金**の設立などの**農業振興**と、**小学生の稲作体験**などの**地域振興**を行っています。

様々な活動を通して「自己改革」を実践していますので、皆さんにもお伝えしたいと思い、あぜみちでも毎月取り上げていこうと思います。

当JAの自己改革にご理解いただき、地域の発展のためにぜひ応援をよろしくお願いします。



高茶屋小森町にある、のりたけ農園4代目の乗竹克哉さん(30)が、1月31日に三重県農業大学校と三重県中央農業改良普及センターの主催する6次産業化商品のプレゼンングラプリ大会に出場し、自園の梨をセミドライフルーツに加工した「なしドラ」でオーデイエンス賞を受賞しました。

「なしドラ」を熱く伝える のりたけ農園



▲セミドライフルーツ「なしドラ」とのりたけ農園4代目の乗竹克哉さん

3月11日、三重県総合文化センターで、がんばるママを応援する「JA津安芸こどもくらぶ」の会員の集いを開催しました。今年も当JAでは初めてのヨガ体験教室を企画し、会員やその家族20人が参加しました。

ママたちのヨガ体験会 共済部



▲ヨガを体験することもくらぶ会員



ミー・ユが博士になって
津安芸管内の豆知識や
おでかけスポットなどを紹介するよ！
一番目は津市で有名なこの人！

津藩祖（初代津藩主）

藤堂 高虎
(1556~1630)



藤 堂高虎は津のお殿さんを代表する人です。江戸幕府ができて間もない慶長13年（1608）津城主になると、城下町づくりを進め、それまで海岸側を通っていた伊勢街道を津の中心部に引き入れるなど、津の城下町をお伊勢参りの街道の宿場町としても発展させ、今の津市中心部の基をつくりました。

高 虎は、戦国時代の弘治2年（1556）、現在の滋賀県甲良町で生まれ、15歳のとき初めて姉川の戦いに参加しました。身長約190cmの大男である高虎は、21歳の時、秀吉の弟・秀長に仕え、数々の戦いで手柄をあげ、天正13

年（1585）秀長家の家老として現在の和歌山県紀の川市粉河町で初めて1万石の大名格になりました。その後秀長家は2代目が死んで跡取りがいなかったため潰され、豊臣秀吉に仕えることになり、四国の宇和島で7万石を与えられました。

秀 吉の死後は、徳川家康に仕え、慶長5年（1600）関ヶ原の戦いでは大きな手柄をたて、四国伊予国（愛媛県）の半分20万石を与えられ今治に新しい城をつくり居城としました。築城の名手・高虎は今治城を築くとき、「層塔型」という天守閣の新しい建て方を考え出しました。家康から

信頼されていた高虎は江戸城の大改築もまかされます。さらに徳川方の城で豊臣の大坂城を遠巻きに取り囲む作戦の一つとして、53歳のとき今治から伊勢国・伊賀国に移り、今治に残した2万石と合わせて22万石に増えました。そして丹波篠山城、丹波亀山城や大津の膳所城などをつくり、自分の津城、伊賀上野城も大改築しました。

豊 臣家を滅ぼした大坂冬の戦い5万石を加え、家康が亡くなったあとには最初の日光東照宮をつくり、その功績でさらに5万石増えて、遂に約32万4千石の大々名となりました。その後、徳川の大坂城の築城や二条城の大改築もしています。

高 虎は戦のない平和な世の中を確かなものにするため、家康の孫娘・和子姫を天皇にお嫁入りさせたり、2代将軍秀忠・3代将軍家光の相談役を務め、津に帰ってくる暇がほとんどないほどでした。寛永7年（1630）10月5日、今の東京・秋葉原駅前の神田和泉町にあった藤堂家江戸屋敷で75歳の生涯を終え、今の上野

動物園の中にある寒松院墓地に葬られました。墓は津市寿町の寒松院にもあります。

参考資料

『ふるさと読本 知っておきたい津』
知っておきたい人々、知っておきたい民話や伝説などが掲載されています。津市観光協会や別所書店、伊藤印刷などで取り扱っております。



第53回 高虎楽座

今回で53回目となる高虎楽座では、恒例の高虎座やにぎわい市をはじめ、初開催のパンマルシェなど、楽しい催しがいっぱい！



日時 平成30年 4月 21日(土) 10:00~16:00
会場 フェニックス通り、津市まん中広場
(※雨天の場合は、大門大通り商店街アーケード内で開催)



📷 これでカフェ風に！
 小道具としてワックス
 ペーパーを使ってみよう♪
 手でくしゃっしてからお皿の
 上に敷くだけでワン
 ポイントに！百均に
 も売ってます♪

＼食パンを使って簡単に♪／

春野菜のキッシュトースト

キッシュはフランスの郷土料理で、最近では日本でも、特に女性に人気です。本場ではパイ生地を使いますが、食パンを代用することでお家でも簡単にできちゃいます♪

具材はお好みで何を入れても楽しめますが、今回は春らしくアスパラと新タマネギで作ってみました♪

作り方

- ① Aをフライパンで炒め、あら熱をとる。
- ② 食パンを耳に沿って浅く切り込みをいれ、白い部分をスプーンなどで押してくぼませ器状にする。
 ※切り込みを深くしすぎると中身がこぼれるので注意



- ③ 食パンにマヨネーズを塗る。
- ④ Bをボウルで混ぜ合わせ、食パンのくぼませた部分にAと一緒に入れる。
- 👉 アスパラとベーコンを上に乗せるように置くと彩りもキレイに！



- ⑤ アルミホイルの上に置いて、トースターで8～10分程度こんがり焼く。

材料 (2人分)

- 食パン 2枚
 マヨネーズ 適量
- A**
 ベーコン 50g～
 新タマネギ(薄切り) … 1/4個
 アスパラ 2本
- B**
 卵 2個
 牛乳 100cc
 チーズ 大さじ1
 塩・コショウ 適量



菜ト

プランターでできる 簡単家庭菜園

土壌医 藤巻久志

ラディッシュ



栽培計画	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
春どり		○→		●→								
初夏どり			○→		●→							
秋どり							○→		●→			
冬どり	○→									○→	●→	

○ 種まき ● 収穫 ○ トンネル被覆



ラディッシュ (アブラナ科ダイコン属)

半世紀前までは、野菜が新聞や雑誌に取り上げられることはめったにありませんでした。ありふれた日常的なものには読者は関心を示しません。現在は一般消費者と野菜畑には距離ができ、ダイコンを引き抜いたことのない子どもも多くいます。

新聞や雑誌の野菜の表記は漢字、平仮名、片仮名と、各社さまざまです。農林水産省によると流通関係は平仮名表記、研究関係は片仮名表記が多いようです。ラディッシュの場合、和名表記は、二十日大根、廿日大根、はつかだいこん、ハツカダイコン。ラディッシュは和名のように夏は20日で、春と秋は30〜40日と、短期間で収穫できる根菜です。

ラディッシュは畑がなくてもベランダで初心者でも簡単に栽培できます。スーパー



ではラディッシュは5株で数百円ですが、種は1袋に数百粒入って数百円です。1袋で数回種まきができ、栽培過程も楽しむことができます。

プランターに市販の培養土を入れ、日当たりと風通しの良い場所で栽培します。種はばらまきも筋まきもできますが、筋まきの方が後の管理が楽です。1〜2cm間隔に種まきし、約1cmの覆土をします。上から軽く押さえてから、たっぷり水やりをし、発芽するまでは土が乾かないようにします。

発芽したら順次間引きをし、本葉4〜5枚までに株間を5〜6cmにします。栽培期間が短いので、肥料入りの培養土なら追肥は不要です。肥料が多過ぎると、根の形が乱れることがあります。1週間に1度、1000倍の液肥を水やり代わりに施す程度なら問題ありません。

根の直径が2cmになった物から収穫します。収穫が遅れるとすり入りや裂根の原因になります。

赤色は食欲をそそるといわれています。赤色のラディッシュをサラダに入れるだけで、食卓が明るくなります。取り立て新鮮なラディッシュの食感と彩りをお楽しみください。

JAグリーン 津店が教える！
プランター栽培
おすすめ資材！



JAグリーン津店 城チーフ

園芸用手袋

使っていない手袋や使い捨てのビニール手袋ではごこわしているため野菜の思わぬ部分を折ってしまうこともあるので、ひとつは持つておきましょう。

写真のタイプのもものは通気性・フィット性が良く長時間の作業も快適に行えるのでオススメです。



スコップ

プランターに土を入れたり、苗の移植、土寄せなどの際に必ず必要です。

幅の広いものと狭いものを揃えておくとう便利です。



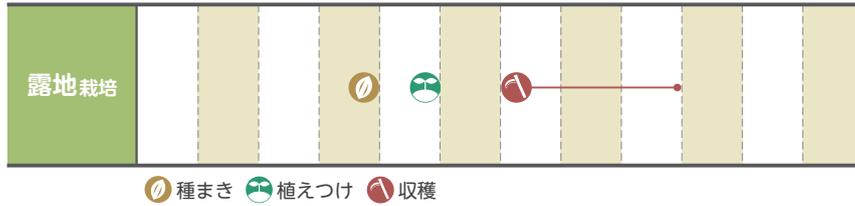
プランター

これがないと始まりません。家庭菜園を始めるなら、50ℓ

エンサイ



栽培計画



エンサイ (ヒルガオ科サツマイモ属)

エンサイは中国野菜として、1972年の日中国交正常化に伴いパングと一緒に本土にやって来ました。チンゲンサイやタアサイのように野菜売り場に並ぶことは少ないですが、中華料理店では青菜炒めの食材に使用することが多いです。

エンサイは沖縄では古くから真夏の野菜「ウンチエー」として利用されてきました。沖縄から本土へのエンサイやサツマイモの移動は、ゾウムシなどのまん延を防ぐ植物防疫法によって規制されています。

ゴーヤーやメロンなどのウリ科野菜も移動を規制されていましたが、1993年にウリミバエを根絶したので規制は解かれました。人工的に不妊化した害虫を大量に放し、害虫の繁殖を妨げる不妊虫放飼という方法です。ゾウムシなどもこの方法で根絶しようとしています。



エンサイは別名がクウシンサイ(空心菜)やアサガオナ(朝顔菜)というように茎が空洞で、秋にはアサガオに似た白い花を付けます。

日当たりの良いベランダなら、プランターでも簡単に栽培できます。

発芽適温20〜30度、生育適温25〜30度の高温性植物なので、4月下旬以降に種まきします。生育旺盛で水分を多く必要とするので、プランターは深さ20cm以上の物を用意します。プランターに市販の培養土を入れ、20cm間隔に3〜4粒ずつ点まきして、1cm程度の覆土をします。種はアサガオのように硬実なので、一昼夜水に漬けてからまくと発芽が早まります。

本葉2枚の頃、1カ所1株に間引き、1週間置きに1000倍の液肥を施します。多湿を好むので、水やりは毎日たっぷりし、培養土がいつも湿っているようにします。

主茎が20cmほどになったら、摘芯して側枝を伸ばします。伸びてくる側枝を15〜20cmで順次収穫していきます。

エンサイはカルシウム、カリウム、鉄分に富む夏野菜です。炒め物、おひたし、あえ物などにして、独特の食感をお楽しみください。

の大きさが使いやすいです。50ℓのプランターだと土は約40ℓほど必要です。

土

プランターの大きさに合った量を用意しましょう。プランターの縁から3cm下に土の表面がくるぐらいがいいでしょう。

培養土や元肥配合のものは、土作りの手間が省けるため便利です。

肥料

育てる作物にあわせた肥料を適切な時期に与えます。

種類が非常に多いので、初心者の方はお店の人に相談してみましょう。



平成30年度 新規採用職員紹介

4月1日より18人の新規採用職員が各部署に配属となります。
ご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。



嶋田 健人 (22)
安濃中央支店 LA
最初はできない事が多いと思いますが、頑張ります。



若林 正貴 (22)
栗真白塚支店
少しでも早く皆さまのお力になれるよう頑張ります。



小林 拓真 (22)
津中央営農センター
皆さまのお役に立てるよう、精一杯頑張ります。



村田 恵理 (22)
共済普及課
1日でも早く仕事を覚え、お役に立てるよう頑張ります。



三井 彩加 (22)
津中央支店
早く仕事を覚えて皆さまのお役に立てるよう努力します。



黒川 安友奈 (23)
TAC 課
皆さまのお役に立てるよう日々努力します。



松尾 亮佑 (22)
津北支店
まだまだ未熟者ではありますが、精一杯頑張ります。



山本 爽 (22)
津北支店高野尾店
毎日笑顔でやる気をもって頑張ります。



駒谷 竜也 (18)
施設利用課
1日でも早く仕事を覚え、役に立てるよう頑張ります。



長谷川 拓海 (18)
燃料センター
初めはわからない事が多いと思いますが、全力で頑張ります。



和田 一奈 (18)
安濃中央支店
地域の皆さまに信頼される職員となれるよう頑張ります。



大藪 蓮華 (18)
津中央支店津店
少しでも早く皆さまのお役に立てるよう頑張ります。



松島 礼芽 (18)
美里支店
皆さまのお役に立てるように、一生懸命頑張ります。



池端 優菜 (18)
津南部支店
1日でも早く仕事に慣れるよう精一杯頑張ります。



駒田 実優 (22)
総務課
満足していただける対応を心掛けます。



佐脇 俊輝 (24)
栗真白塚支店金融渉外
若輩者ではありますが、何事にも一生懸命取り組みます。



上山 航平 (21)
農機センター
皆さまのお役に立てるように一生懸命頑張ります。



橋本 佳威 (18)
(株)ジェイエエ津安芸
何事にも全力で頑張ります。

営農だより

経営所得安定対策等に加入しましょう



平成30年度交付申請書等の受付は、7月2日(月)まで!

お問い合わせ先
東海農政局三重支局
経営所得安定対策チーム
TEL : 0120-383-786
受付時間: 平日9:00~17:00

平成30年産 水稻苗お引渡しのご案内

平成30年産水稻苗の各育苗施設お引渡し期間をご案内いたします。混雑が予想される最盛期のお引渡しについては地域のご要望にお応えし、育苗施設ごとに最盛期対応期間を設定しております。期間中は午前6時30分よりお引渡しを開始しておりますのでぜひご利用ください。また、都合により午後5時以降にお引取りをご希望される場合は、各育苗施設にご連絡お願いいたします。

お引渡し場所	通常時対応	最盛期対応
櫛形・小舟育苗施設	4月15日(日)~4月20日(金) 5月1日(火)~5月5日(土)	4月21日(土)~ 4月30日(月)
安濃育苗施設	4月15日(日)~ 4月20日(金)	4月21日(土)~ 5月5日(土)
河芸育苗施設	4月23日(月)~ 5月5日(土)	4月15日(日)~ 4月22日(日)

平成30年度営農センター 春期農繁期対応期間

平成30年度は原則、農繁期営業期間を統一し、下記期間については休みなしで対応いたします。

全営農センター

4月9日(月)

~

5月11日(金)

※詳しくは各営農センターにお問い合わせください。

10%割引券

2018 ゴールデンウィークの営業について

ゴールデンウィークの当JAの業務は下記の通り行いますのでお知らせします (4月28日(土)~5月6日(日))

平常営業
 営業 (一部制限あり)
 休業

	4/28(土)	4/29(日)	4/30(月)	5/1(火)	5/2(水)	5/3(木)	5/4(金)	5/5(土)	5/6(日)
一般業務 金融共済窓口	×	×	×	◎	◎	×	×	×	×
ローンセンター	○ (10:00~16:00)	×	×	◎	◎	×	×	×	×
事故査定課	×	×	×	◎	◎	×	×	×	×
営農センター	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
農機センター TEL: 0120-927-327	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
JA葬祭やすらぎ TEL: 0120-969-163	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
津給油所 TEL: 059-229-3509	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
配送業務(灯油) TEL: 059-229-3509	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
購買課 TEL: 0120-191-321	◎	×	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×
食材センター TEL: 059-229-3506	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
JAグリーン津店 TEL: 059-229-3517	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
ファーマーズマーケット みどりの交差点 TEL: 059-236-0831	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
Aコープ津店 TEL: 059-225-9131	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
(株)ジェイエイ津安芸 TEL: 059-224-8941	×	×	×	◎	◎	×	×	×	×

ATM

	4/28(土)	4/29(日)	4/30(月)	5/1(火)	5/2(水)	5/3(木)	5/4(金)	5/5(土)	5/6(日)
津中央支店・津店・津北支店・栗真白塚支店・津北部営農センター・津南部支店・藤水集荷場・神戸片田支店・美里支店・安濃中央支店・芸濃支店・河芸中央支店・ATMコーナー上野	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎	◎
片田店・雲出店	×	×	×	◎	◎	×	×	×	×
津市役所	×	×	×	◎	◎	×	×	×	×
三重県庁	×	×	×	◎	◎	×	×	×	×
JA三重ビル※	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎	◎
アスト津※	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎	◎
三重会館※	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎	◎
マックスバリュ津北店※	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎	◎
ザ・ビッグ芸濃店※	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎	◎
イオン津城山※	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎	◎
マックスバリュ津東店※	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎	◎
ベイスクエア津ラッツ※	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎	◎

*ATM稼動時間につきましては、各施設の営業時間の都合により変更となる場合があります。

緊急時の 連絡	自動車共済ご契約の皆様へ	ガス切れの場合	キャッシュカード紛失・盗難時は
	GW 期間中、夜間、休日の事故なら	JA全農みえ中央ガスセンター	JAバンクキャッシュカード紛失共同受付センター
	TEL: 0120-258-931	TEL: 059-256-1711	TEL: 059-231-2523



不動産所得の総収入金額



JA 全中・JA まちづくり情報センター 顧問税理士 柴原 一

不動産所得は「総収入金額」から「必要経費」を差し引いて計算します。総収入金額は、住宅、事務所、店舗などの賃貸収入、地代収入および駐車場収入など不動産を賃貸したことによる収入をいいます。これには、礼金収入、更新料収入はもちろん、例えば、電力会社の送電線の線下に地役権が設定されているため受け取る線下補償料、建物の屋上などに広告看板を設置させたことによる使用料、賃貸住宅の屋上に設置された太陽光パネルで発電した電力の売電収入も含まれます。

敷金や保証金は、契約終了時に賃借人に返還しますので総収入金額に含めませんが、敷金などの名目であっても全部または一部が返還不要であるものは、返還不要が確定した時点（通常は契約時）において総収入金額に含めます。

賃貸収入の計上時期は、契約上受け取りが確定した時点です。不動産賃貸借契約の多くは当月分の賃貸料を前月末日までに受け取る契約になっています。この場合、当月分の賃貸料は前月において収入計上します。例えば、平成29年1月分家賃の支払期限は平成28年12月末日であるため、その家賃は平成28年分の収入になります。た



だし、前月中に当月分の賃貸料を受け取った時点で、その金額を前受金として処理し、当月において収入に振り替える経理（前受け経理）を採用したときは当月分の収入になります。先ほどの例で見ると、平成29年1月分の家賃を平成28年12月に受け取った際、その金額を前受け金として経理し、平成29年において収入に振り替えた場合、その家賃は平成29年分の収入になります。なお、一度前受け経理を採用したときは、翌年以降も引き続き行わなければなりません。

消費税については、住宅の貸し付けは非課税、店舗・事務所の貸し付けは課税対象になります。また、土地の貸し付けは非課税ですが、駐車場の貸し付けは、原則として駐車場の貸し付けとみなされ課税対象になります。

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～土曜、祝日除く)

受付先: ローンセンター
☎059-229-3503

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: 事故査定課
☎059-229-3505

税務相談 予約制 ローンセンター (本店別館) 9:00～16:00

4月	7日(土) 尾崎税理士	11日(水) 青 税理士	21日(土) 尾崎税理士	25日(水) 青 税理士
5月	12日(土) 青 税理士	16日(水) 尾崎税理士	26日(土) 青 税理士	30日(水) 尾崎税理士
6月	9日(土) 尾崎税理士	13日(水) 青 税理士	23日(土) 尾崎税理士	27日(水) 青 税理士
7月	7日(土) 青 税理士	11日(水) 尾崎税理士	21日(土) 青 税理士	25日(水) 尾崎税理士
8月	4日(土) 尾崎税理士	8日(水) 青 税理士	18日(土) 尾崎税理士	22日(水) 青 税理士
9月	1日(土) 青 税理士	5日(水) 尾崎税理士	15日(土) 青 税理士	19日(水) 尾崎税理士
10月	3日(水) 青 税理士	13日(土) 尾崎税理士	17日(水) 青 税理士	27日(土) 尾崎税理士
11月	10日(土) 青 税理士	14日(水) 尾崎税理士	24日(土) 青 税理士	28日(水) 尾崎税理士
12月	8日(土) 尾崎税理士	12日(水) 青 税理士	22日(土) 尾崎税理士	26日(水) 青 税理士
1月	5日(土) 青 税理士	9日(水) 尾崎税理士	19日(土) 青 税理士	23日(水) 尾崎税理士
2月	2日(土) 尾崎税理士	6日(水) 青 税理士	16日(土) 尾崎税理士	20日(水) 青 税理士
3月	2日(土) 青 税理士	6日(水) 尾崎税理士	9日(土) 青 税理士	13日(水) 尾崎税理士

予約先: ローンセンター ☎059-229-3503

法律相談 予約制

※30分単位 (1日最大4組) での相談となります。

ローンセンター (本店別館) 10:00～12:00

4月14日(土)	伊藤弁護士	10月6日(土)	伊藤弁護士
5月12日(土)	伊藤弁護士	11月10日(土)	伊藤弁護士
6月2日(土)	伊藤弁護士	12月1日(土)	伊藤弁護士
7月7日(土)	内田弁護士	1月12日(土)	内田弁護士
8月4日(土)	伊藤弁護士	2月2日(土)	伊藤弁護士
9月1日(土)	内田弁護士	3月2日(土)	伊藤弁護士

予約先: ローンセンター ☎059-229-3503



射手座
11.23～12.21

【全体運】 レジャー運が活性化。旅行や飲み会の企画を立てれば、役得が期待できそう。観劇も良い刺激を受けられる気配
【健康運】 暴飲暴食に注意。規則正しく食事をして
【幸運を呼ぶ食べ物】 パセリ

【交通課から】

春の全国交通安全運動の実施について

期間

平成30年4月6日(金)から4月15日(日)までの10日間

目的

本運動は、県民一人ひとりに交通安全思想の普及及浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけるとともに、県民自身による道路交通環境の改善に向けた取組を推進することにより、交通事故防止の徹底を図ることを目的としています。



運動の重点

- ① 子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止
- ② 自転車の安全利用の推進
- ③ 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ④ 飲酒運転の根絶

交通事故ゼロを目指す日

4月10日(火)
国民の交通安全意識を高め、交通事故死傷者数の減少傾向を確かなものにするために、国が平成20年に定めた日です。

☆交通安全運動期間中のイベント

津警察署交通安全フェスタ

- ・日時：4月15日(日) 午前10時～午後2時
- ・場所：高野尾花街道「朝津味」
- ・内容：三重県警察音楽隊による演奏、白バイ・パトカー展示等

※当日が雨天の場合、音楽隊による演奏は中止になります。

思いやる やさしい心で 走る三重
～気持ち良い 運転マナーの 美し国～

【生活安全課から】

不審者から身を守りましょう!!

春休みから新学期にかけて、(生活環境が大きく変化するこの時期)、子ども達が様々な事件の被害に遭ってしまうことが予想され、また、不審者からの声かけ事案も発生しています。地域全体で大切な子ども達を見守っていきましょう。

★子ども達の安全のために★

*子どもを一人にさせない!!
登下校時や遊びに行くときは



は、一人で行動させずに、友達などと一緒にいるようにしましょう。どうしても一人で行動しなければならぬときは人通りの多い道を歩いたり周囲の様子をよく見る等、自分で気をつけるように指導しましょう!!

★見守り活動に御協力を★

*花の水やりの時間、買い物や散歩の時間!!

登下校に時間を合わせるだけで、見守りの効果があり、不審者が近づく隙を与えないようにすることが大切です。

*あいさつなどの声かけ!!

「行ってらっしゃい」「お帰り」などの声かけで、不審者が近づきにくい街をつくりましょう。

特殊詐欺被害に遭わないために…

- ☆「ATMで現金を振り込んで」は「詐欺」
 - ☆「キャッシュカードを取りに行きます」は「詐欺」
 - ☆「〇〇まで現金を持ってきて欲しい」は「詐欺」
 - ☆「電子マネーを買ってID番号を教える」は「詐欺」
- 少しでもおかしいと感じたら、警察へ通報を

相談は「#9110(警察本部)」か

「津警察署(059-213-0110)」へ

健康百科

不眠への対処法

佐久総合病院名誉院長 松島松翠



不眠のタイプには、大きく分けて四つあります。寝付くまで30～60分以上かかる「入眠障害」、眠りに就いた後、夜中に何度も目が覚めてしまう「中途覚醒」、早朝に目が覚めて、それ以降は眠れない「早期覚醒」、睡眠時間は十分だが、眠りが浅く、ぐっすり眠ったという満足感が得られない「熟眠障害」の四つです。

中途覚醒には、特にストレスが関係しています。それを解消するにはまず遅寝・早起きが勧められます。床に入る時刻を遅らせて、朝起きる時刻を早くするので。寝床にいる時間は短くなりますが、中途覚醒が減るため、熟睡感が得られるようになります。

コーヒーや紅茶、日本茶などに含まれるカフェインには覚醒作用と利尿作用があります。眠る前に飲むと寝付きが悪くなり、夜中にトイレに行きたくなったりして、眠りが妨げられます。寝酒は寝付きを良くしますが、多過ぎると、中途覚醒・早朝覚醒が多くなります。たばこに含まれるニコチンは、交感神経の働きを活発にし、眠れなくなりますので、眠る前の一服は禁物です。

体温のめりはりをつけると、眠気が生じやすくなります。そのためには、眠る30～60分前に、38～40度のぬるめのお湯に入浴するのが効果的です。入浴で体を温めた後は体温が下がるので眠気を誘います。

不眠の背景には、過労やストレスだけでなく、うつ病など他の病気が隠れていることもあります。不眠が続く、本人がつかないと感じているときは、精神科や心療内科を受診するようにしてください。

みんなのお便り



初めてあぜみち読ませて頂きました。VOL.343の2月号の土作りおもしろかったです。昨年(鉢ですが)野菜を作るようになり、ためになる話を盛り込んでください。(Kさん 36歳)

あぜみちを読んでくださりありがとうございます！「園芸ノート」がとても人気なので、畑だけでなくプランターなどで栽培する方法も掲載していく予定です。ぜひ参考してみてください♪

毎月の「あぜみち」をととても楽しみにしています。私の生活手帳です。税のことから農作物の作り方など、あらゆる事が記載されており、手に持ちながら実践をして、一日があつという間に過ぎていきます。私の健康は「あぜみち」のおかげです。(Mさん 68歳)

毎月活用していただき本当にありがとうございます。「あぜみち」は当JAだけでなく、地域の皆さまのご協力によってできています。これからも健康づくりのお供に「あぜみち」を使ってください。

赤い「ピーツ」という野菜は手に入らないでしょうか？また、三重県ではできないのでしょうか？(Iさん 79歳)

JAグリーン お便りありがとうございます。三重県でも栽培できます。種まき時期は春、秋で、プランターでも栽培できますよ。JAグリーン津店でも種を取り扱っておりますので、ぜひ買い求めください♪

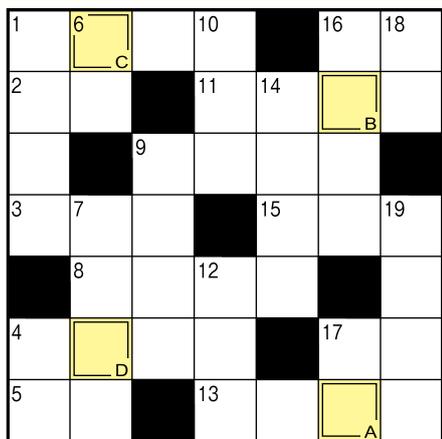
3月1日の卒業式に来賓で出席しました。非常に懐かしく思えて、もう一度その年頃に戻りたい思いになりました。卒業生のお顔が初々しく感じました。(Nさん 70歳)

春は卒業と同時に色々なことがスタートする季節ですね。たくさんの思いで胸がいっぱいの卒業生の顔が目に見えます。



春よ来い。
早く来い。
(Hさん 74歳)

クロスワードパズル



二重枠に入った文字をAからDの順に並べてできる言葉は何でしょう？

タテのカギ

- ① 稲の種をまいて育てる場所
- ④ ミツバやパクチーは——科の植物です
- ⑥ 進物に付けます
- ⑦ 煮ても生でもおろしてもおいしい野菜
- ⑨ 寒冷の反対語

ヨコのカギ

- ① 春の野に咲く黄色い花
- ② タカに似た大きな鳥
- ③ 『考える人』を作った彫刻家
- ④ 試合中のボクサーに指示を出したり手当てをしたり
- ⑤ 肥料の三要素は窒素、——酸、カリウムです
- ⑧ 足の速い人のこと。神様の名前です
- ⑨ 神社や寺で引きます

- ⑩ この箱の——は何か当ててみて！
- ⑫ 給与から税金や社会保険料などを引いた残り
- ⑭ 日本で作った物のこと
- ⑯ 床の間に飾る物の一つ
- ⑰ かまぼこの土台になります
- ⑱ ——は身を助ける
- ⑲ 工事が終わって建築物が出来上がること

□ A □ B □ C □ D

先月号の答え



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！

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 ハズルの答え
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
※ 絵手紙・イラストなど

514-0057
JA津安芸 企画広報課
津市色町211

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
※ 電話がつながらない場合は、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。

応募締切日 平成30年5月10日



花言葉
「無垢で深い愛」

カーネーション

※写真はイメージです



水瓶座
1.20~2.18

【全体運】 人当たりが良くなり、スムーズに人間関係の輪を広げていけます。苦しいタイプとも楽しくなれるでしょう
【健康運】 生活リズムを整えれば運氣も上向くはず

【幸運を呼ぶ食べ物】 シラウオ

4月号津安芸カレンダー

APRIL TSUJAGE CALENDAR



ポイント2倍
みどりの交差点
ポイント2倍デー

ポイント2倍
JAグリーン
7のつく日
ポイント2倍

津給油所は
毎日特売日

月	火	水	木	金	土	日
	4/10 ポイント2倍 ・家庭訪問日	11 ポイント2倍 ・第1回女性部役員 担当者合同会議 ・税務相談(予約制)	12	13	14 ・法律相談(予約制) ・ふれあい農業塾	15
16	17 ポイント2倍 ・わらいの里辰水 ・女性部 郷の味サークル	18 ポイント2倍 ・女性部 郷の味サークル	19	20 ・女性部 タケノコ講習会	21 ・税務相談(予約制)	22
23	24 ポイント2倍	25 ポイント2倍 ・税務相談(予約制)	26 ・第1回定例理事会 ・第1回経営管理 委員会	27 ポイント2倍	28 ・GWの営業については P11をご覧ください。	29 昭和の日 ファーマーズマーケット みどりの交差点 4月感謝セール
津給油所 周年祭						
30 振替休日 津給油所 周年祭	5/1 ポイント2倍	2 ポイント2倍	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日 ファーマーズマーケット みどりの交差点 こどもの目 イベント	6
7 ポイント2倍	8 ポイント2倍	9 ポイント2倍				

表紙紹介 2018 4 vol.345



津市垂水

俊太郎さん ご夫妻のお子さん
里奈さん

久保 まひろ
眞大くん (10歳)
やまと
柔真人くん (6歳)

まじめで面倒見のいい眞大くんはスイミングに通っていて、最近平泳ぎができるようになりました。学校ではドッジボールやバスケットをして遊んでいます。将来は寿司職人になるのが夢です。

明るく元気な柔真人くんは、最近ひらがなが書けるようになりました。家では補助輪なしで自転車に乗れるように特訓中です。将来はロケットを作るのが夢です。

兄弟仲良くボーイスカウトに入団しています。2人ともお母さんの作るオムライスが好きで、休みの日はお父さんと公園でボール遊びをしています。

両親から一言

ケンカをしても2人仲良く一緒に大きくなってほしいです。

津給油所 周年祭!!

4/28~30

ガソリン
軽油 大特価!!
さらに!
ラジアルタイヤも
周年祭特価!!

理事会だより

第12回

(2月28日開催)

第1号議案 共済事業の共同実施に関する契約の再締結について(案)

第2号議案 減資申請について(案)

(以上、承認しました)



テーマ投稿
『ひな祭り』を
含みます



『手作りのお雛様』 美里町家所 あっちゃん

母の入所している施設では、毎年五段の綺麗なお雛様が飾られます。そして又、職員さんによる手作りのお雛様も、壁に現れてホッコリします。入所者の方々の為、季節毎に色々な工夫をこらして頂き有難く思っています。



『今年も飾りました』 野田 サッチャン

立春を待ちかねて毎年飾っています。築50年の座敷が華やぎます。外は寒いけれど我が家に一定早く春がきた感じですよ。



『ひな祭り』
美里町家所はく
今日、姫のご予定は、ピアノの発表会。弟もお兄ちゃんも、もう五月人形の準備中。ああ忙しい。



『日米・日中友好のお雛さん』
津市幸町まほうびん

戦前日米友好のためにアメリカに渡ったミズ三重と、私が農業技術向上で中国に渡り交流したときにもらった春の掛け軸をお雛さんと一緒に飾って楽しんでます。



『不揃いな菱かんてん達』
高野尾町 YM

菱餅代わりに我が家の果物で。赤色はざくろジャム、緑色は生キウイフルーツ、そして、白色はあけびジャム。



『今年の田植えはボクにまかせて！』
安濃町専生 たくちゃん
農業機械の展示会に行きました。高い座席からの眺めがお気に召したようです。



『日本の甲冑』
雲出島貴町 秀ちゃん

MieMulに行って見えました。



『黄昏の鷺』 河芸町影重 加藤哲朗さん
白塚漁港にて...



『記念撮影』
ほらほら、ちゃんと並んでくたさうね。
河芸町影重 ゆうじだま

テーマ投稿募集!
5月号のお題
「春」
4月15日 まで

6月号のお題
「こどもの日」
5月15日 まで

投稿方法

ほっとする写真をお待ちしてます♪

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。

宛先 郵送 〒514-0057 津市一色町 211 JA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。



古紙配合率100%再生紙を使用しています