

JA津安芸通信 vol.387

# あぜみち

2021

10

October

特集

毎日の食卓に！ 小豆大研究

園芸ノート 7  
ソラマメ

情報ステーション 10 11

JAバンク退職者向け  
金利上乘せ定期貯金  
ゆとりある空間での「お葬式」

法律税務相談 12

土地を交換した場合の  
譲渡所得の特例



毎日の食卓に！

# 小豆大研究

日本人に最もなじみのある豆の一つ、小豆。  
低脂肪で高タンパク質、ヘルシーな上に  
不足しがちな栄養素を豊富に含む、  
魅力的な食材です。  
毎日の食事にぜひ取り入れたいですね。

## 小豆について

小豆と書いて「あずき」と読みます。江戸時代の学者・貝原益軒の『大和本草』（やまとほんぞう）にみる「あ」は「赤色」「つき」「ずき」は「溶ける」の意味があり、赤く煮ると皮が破れて崩れやすいことから「あずき」になったといわれます。

主要産地は北海道で、国内生産の9割以上を占めています。小豆には普通の赤色の小豆の他、粒の大きな「大納言」や黄白色の「白小豆」などの種類があります。関東地方で赤飯に使われることが一般的な「赤さざげ」は、姿・形が小豆によく似ていますが別の種類の豆です。



イラスト：服部新一郎



小豆の花



白小豆



小豆

## 健康効果が期待できる「あん粒子」

あん粒子は、小豆やいんげん豆などででんぷんが多い豆類を加熱することでできる特有の成分で、タンパク質の膜がでんぷんを包み込んだ粒子です。食物繊維の量が乾燥豆のときより大幅に増加する特性があり、消化されにくく食物繊維と同様に働きます。脂質代謝、腸内免疫作用の改善など健康効果が期待されています。

ゆでてあん粒子化した  
金時豆の細胞  
(顕微鏡写真)



糊化したでんぷん 細胞壁  
タンパク質の皮膜

※細胞の構造がはっきり分かるよう、でんぷん粒を彩色して撮影

## 小豆の栄養と健康

粒は小さくても栄養価に優れている小豆。低脂肪、高タンパク質で、不足しがちなビタミンB群や各種ミネラルを豊富に含んでいます。

最近では、小豆に含まれるポリフェノールや食物繊維といった機能性成分の多さも注目されています。強い酸化作用を持つポリフェノールは、免疫力の増強や抗アレルギー作用、動脈硬化の予防など、さまざまな効果があるといわれ、食物繊維には便秘の予防や発がん物質など有害物質の早期排出の効果も考えられています。

## 小豆を毎日の食事に

赤飯やいとこ煮など伝統的な料理以外は、和菓子など甘い食べ物に使われるイメージが強い小豆ですが、栄養価の高さ、機能性成分の豊富さから、毎日の食事にぜひ取り入れたい食材です。

料理に使う際は下ゆでをする必要があり、手間がかかって面倒に思われるかもしれませんが、でも、一度に多めにゆでて小分けにして冷凍保存すれば1カ月持ちます。もう一品欲しいときやトッピングなど、すぐ使えるので重宝します。スーパーなどで、水煮やゆで小豆の缶詰、レトルトパウチ製品が出回っているので利用してもよいでしょう。また、乾燥豆は賞味期限が常温で2年間と長期保存が可能なので、買い置きをお勧めします。

## 歴史に見る小豆と日本人の関わり

日本では、縄文時代から古墳時代前期まで、遺跡から小豆の炭化種子が発見されています。小豆の名は、奈良時代初期の『古事記』に初めて登場します。中国に始まり、朝鮮半島を経て日本に伝えられたとされる習俗では、小豆の赤色に魔よけなどの神秘的な力があると信じられ、行事や儀式などに供されてきました。



まずは  
ごしらえ！  
小豆のゆで方

新感覚で小豆をもっと料理に取り入れてみましょう。  
小豆の風味や食感が楽しめるレシピをご紹介します。



- 1 さっと洗った小豆を鍋に入れ、たっぷりの水で強火にかける。しばらく沸騰させてからざるにあげてゆで汁を捨てる。
- 2 小豆を鍋に戻し、新しい水をたっぷり注いで再び強火にかける。あくを取り除き、沸騰したら弱火にし、小豆が踊らないように落としぶたをして30～40分ほどゆでる。途中、様子を見て、ゆで汁が少なくなったら差し水をして小豆が水面から出ないようにする。
- 3 軟らかくなったらゆで上がり。

このページで紹介したレシピは小豆を下ゆでして使います。



### 小豆とエビのマリネ

#### 材料(4人分)

小豆(下ゆでした物) … 100g(乾燥豆で約45g)  
むきエビ … 200g  
カリフラワー … 1/2個(200g)  
A 白ワイン … 大さじ1  
塩 … 小さじ1/4  
こしょう … 少々  
B オリーブ油 … 大さじ2  
粒マスタード … 大さじ1・1/2  
酢 … 小さじ2  
ニンニク(すりおろす)、塩 … 各小さじ1/2  
粗びき黒こしょう … 少々

#### 作り方

- 1 エビは背に切り込みを入れてわたを除き、片栗粉適量(材料外)をもみ込み、水洗いする。水気を拭いてAを絡める。カリフラワーは小房に分ける。
- 2 耐熱ボウルにエビとカリフラワーを入れ、ふんわりとラップをして電子レンジ(600W)で5分ほど加熱し水気を切る。
- 3 2に小豆を入れ、合わせたBを加えてあえる。



### 小豆入り肉みその サラダうどん

#### 材料(4人分)

小豆(下ゆでした物) … 250g(乾燥豆で100g)  
豚ひき肉 … 250g  
ニンジン … 250g  
長ネギ … 80g  
長ネギ … 1/2本  
ニンニク … 1片  
サラダ油 … 大さじ1  
しょうゆ … 小さじ1  
A 水 … 1カップ(200ml)  
みそ … 大さじ3  
酒 … 大さじ2  
みりん … 大さじ1  
うどん(乾燥) … 320g  
サニーレタス … 8枚(200g)  
かい割れ菜(半分に切る) … 60g  
温泉卵 … 4個

#### 作り方

- 1 ニンジン、長ネギ、ニンニクをそれぞれみじん切りにする。
- 2 フライパンにサラダ油とニンニクを入れて中火にかけ、豚ひき肉、小豆、ニンジンを順に加えて炒める。Aを加えて弱火で10分ほど煮込む。長ネギを加えて中火で煮詰め、しょうゆを加える。
- 3 うどんはゆでて流水で洗い、水気を切る。サニーレタスは細切りにし、かい割れ菜、うどんと共に器に盛り、2をかけて温泉卵をのせる。



### 小豆入り豆腐つくね

#### 材料(4人分)

小豆(下ゆでした物) … 100g(乾燥豆で40g)  
鶏ひき肉 … 300g  
木綿豆腐 … 200g  
長ネギ … 1/2本  
A 片栗粉 … 大さじ2  
料理酒 … 小さじ2  
シウガ(すりおろす) … 小さじ1  
塩 … 小さじ1/2  
黒こしょう … 少々  
サラダ油 … 大さじ1/2  
水菜 … 60g  
ダイコン … 300g  
ポン酢 … 大さじ2

#### 作り方

- 1 ダイコンは皮をむいてすりおろし、軽く水気を切っておく。
- 2 長ネギはみじん切りにする。
- 3 水菜は根元を切り落とし5cm幅に切る。
- 4 木綿豆腐を水切りする。
- 5 ボウルに鶏ひき肉、2、4、Aを入れよく練り混ぜる。よく混ぜたところで小豆を入れ軽く混ぜ、8等分して小判形にする。
- 6 中火で熱したフライパンにサラダ油をひき、5を入れて焼く。焼き色が付いたら裏返してふたをし、弱火で5分蒸し焼きにし中まで火が通ったら火から下ろす。
- 7 3を敷いた器に6を盛り付け、1とポン酢を添えて完成。



8 働きがいも 経済成長も

## 雇用管理 研修会を開催

津安芸地区農業青年部

8月4日、津安芸地区農業青年部は令和3年度の第1回会議を開催し、同部員や津地域農業改良普及センター職員、JA営農担当職員が参加しました。

会議では、橋本將詞社会保険労務士事務所代表 橋本將詞氏を講師に招き「農業における安全な職場とは」と題して研修会が開催され、「雇用管理にかかわる労働契約や教育訓練、就業規則、労働条件に関する基準などの講義を受けました。

また「令和3年度 農林水産省スマート農業実証プロジェクト採択事業」である「三重北部ドローンシェアリング実証コンソーシアム」の構成メンバーの株式会社つじ農園 代表取締役 辻武史氏により、ドローンを使った農作業のシェアリング体系の活動内容や同コンソーシアム参画者募集の説明が行われました。

8月5日、津市大里睦合町で株式会社つじ農園は、ドローンを使った農作業のシェアリング体系の実証発表や地理情報システムを使用したドローン実演を行いました。



▲説明を行う辻代表取締役



▲社労士の説明を聞く部員

2 県産米をゼロに

## ドライブスルー 方式の積み込み

新米まつり

9月12日、新米まつりを開催し、管内産の新米を玄米で販売しました。今回は新聞折込などによる告知の効果もあり、予約販売の受け取り者や当日購入者も来場し、大盛況でした。

JA自慢の厳選米コシヒカリや三重23号(結びの神)などの新米を購入した来場者はこの機会に三重23号(結びの神)を食べてみたい」と笑顔で話していました。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ドライブスルー方式を採用し、担当職員が購入者の車に新米を積み込みました。

購買課の高倉課長は「管内産の新米を一人でも多くの人に味わってほしい」と話しました。



▲雨に濡れないように積み込む職員



▲受付確認する職員





## 知事賞を市長へ報告 三重県いちご共進会

8月16日、管内でイチゴを栽培する平松香歩里さんと夫の孝之さんは津市役所を訪れ、前葉泰幸市長に第34回三重県いちご共進会三重県知事賞受賞の報告を行いました。

三重県いちご共進会は、県の主要作物であるイチゴの栽培技術向上と消費拡大を目的に三重県園芸振興協会が開催しており、県内JAから「草姫」「かおり野」「紅ほっぺ」計104点が出品された中、平松さんが「かおり野」で三重県知事賞を受賞されました。前葉市長は「県内はイチゴの生産者も多く、ハイレベルな競い合いのなかで、実力が証明された」と祝いました。平松香歩里さんは、当JAの「津安芸地区農業青年部」では副会長として活動いただいています。



▲知事賞の受賞を前葉市長に報告する平松さんご夫婦

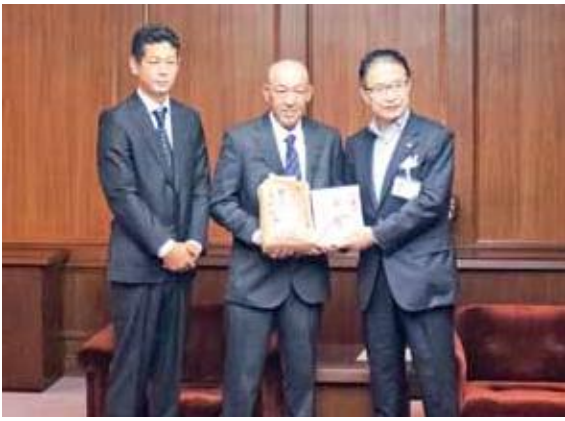


## 新米を 子どもたちへ届ける 前川農産が玄米900kgを津市に寄贈

9月14日、株式会社前川農産の前川和彦代表取締役は津市役所を訪れ、令和3年産玄米900キロ（うるち米300キロ・もち米600キロ）を津市の福祉に役立ててもらうため寄贈を行いました。新米の寄贈は平成25年から実施して今年で9年目。市を通じて5カ所の児童養護施設に届けられます。

玄米を受け取った前葉泰幸市長は「子どもたちにとってとても嬉しい贈りものであるとともに稲や農業を考えてもらういい機会になる。今後も地域農業の発展にご尽力いただきたい」と話しました。

前川代表取締役は「寄贈先の子どものたちがもち米を食べて季節を感じてもらい喜んでもらえたら嬉しい」と笑顔で話していました。前川和彦さんは、当JAの「津安芸地区農業青年部」では会長として活動いただいています。



▲前葉市長に目録を手渡す前川代表取締役



## キャベツの 定植作業 株式会社ジェイエイ津安芸農業部

9月1日、株式会社ジェイエイ津安芸農業部は、JAみえなかの子会社JAアグリサポートだいちと法人間連携による、麦跡圃場27aにキャベツの定植作業を行いました。

昨年度から、農福連携として障がい者の就労支援に取り組み、今年は初めて定植作業に従事しました。

JA子会社職員や津市の就労継続支援A型事業所「トモニス」とB型事業所「オリーブ」の利用者、三重県障がい者就農促進協議会、JA三重中央会、行政関係者ら十数名が参加し、利用者が欠株の補植や植え付け姿勢の手直し作業の手順を再確認しながら熱心に作業しました。

### 農業部の野田取締役課長

は「昨年度に引き続き農福連携で生産者の労働力確保や利用者の雇用の場が広がることで、地域活性化や福祉への貢献につなげたい」と話しました。



▲機械定植作業の補助をする利用者



4 質の高い教育をみんなに

## 収穫の喜び

管内の小学校

管内の小学生が5月上旬に植えた苗はその後順調に成長し、刈り取りの適期を迎えました。

待ちに待った稲刈り体験は新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、児童不参加や見学のみ小学校もありましたが、児童が参加した片田小学校や明小学校では、地区運営協議会や地元農家・JA営農担当職員が指導者となり、鎌を使った刈り取りを体験しました。

児童は自分たちで植えた稲を一生懸命刈り取っていました。

当JAでは、農の大切さを学び、地域の農業に親しんでもらうことを目的に、継続して食農教育に取り組んでいます。



▲泥んこになりながら刈り取る片田小学校児童



▲稲刈りを行う白塚地区運営協議会



▲みんなで一生懸命刈り取る明小学校児童



▲収穫作業の見学を行う黒田小学校児童

16 平和と公正をすべての人に

## 子どもたちの安全を

みどりの交差点

8月下旬、みどりの交差点に「子どもSOSの家」の旗を設置し、地域の子どもの安全を守る活動に参加しました。子どもが誘拐や暴力、痴漢など何らかの被害に遭った、または遭いそうになったと助けを求めてきたとき、その子どもを保護することも、警察、学校、家庭などへ連絡するなどして、地域ぐるみで子どもたちの安全を守っていくボランティア活動です。今後とも当JAは地域貢献活動に取り組んでいきます。



▲子どもSOSの家の旗を持つ産直課 若畑課長

4 質の高い教育をみんなに

## 雨天のため

講義学習

第5回農業塾

8月19日、本店3階で第5回農業塾を開催し、JA営農担当職員から「キャベツ・ブロッコリー・ダイコン・ハクサイについて」の講義を受けました。

それぞれの野菜の栽培ポイントの説明を受け、キャベツは品種によって生育期間が違つので購入するときの確認や、ブロッコリーは花蕾が日に日に大きくなつていくのがうれしくて、ついつい収穫が遅れてしまうことから、花蕾の大きさが15cmから20cmの手のひらサイズになったときに収穫の目安となることなど注意点を学習しました。

塾生は「次回の実習で今回学んだことを活かして栽培したい」と意気込み、早く晴れることを祈っていました。



▲講義を受ける塾生





## ソラマメ(マメ科ソラマメ属)

ソラマメはサヤが上向きに付くので空豆、サヤの形が蚕の繭に似ているので蚕豆とも書きます。タンパク質と糖質が主な成分で、代謝を円滑にするビタミンB群や高血圧予防に効果的なカリウム、貧血を予防する鉄分などのミネラルが豊富です。

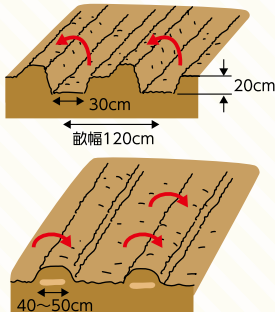
【品種】「陵西一寸」(みかど協和)、「仁徳一寸」(タキイ種苗)、「打越一寸」(サカタのタネ)など。

【畑の準備】種まき2週間前に畑1平方m当たり苦土石灰100gを全面に施し、土よく混ぜておきます。次に、1週間前に畝幅120cmを取り、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100g(窒素成分で10g)と堆肥1kgを入れ、土とよく混ぜて幅40~50cmの栽培床を作ります(図1)。

### 「種まきと育苗」

温暖地では10月中旬~11月上旬が適期で、早まきして年内に生育が進み過ぎないようにすることが大切です。じかまきは、株間40cm程度、種の黒い筋(おはぐろ)を斜めに浅く差し込んで種の一部がわずかに見える程度に1力所2粒をまきます(図2)。発芽がそろったら、

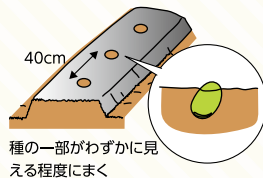
図1 畑の準備



1本を残して間引きまします。育苗する場合は、ポットに1粒をまき、本葉2枚の頃に畑へ植え付けます。寒い地域では冬の間、寒冷紗(しゃ)のトンネル掛けで、霜よけをすると良いでしょう。

【追肥と土寄せ】春先に生育の勢いが良くなり始めたころと開花始めごろに化成肥料を畝1m当たり30g程度(窒素成分で3g)を追肥します。追肥後は株元に土寄せをします(図3)。

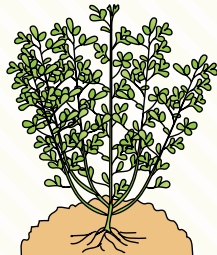
図2 種まき



### 「支柱立てと整枝」

早春から生育が盛んになり、10本程度の側枝が出てくるので、太い枝を6、7本残すように細い枝を切り取ります。そして、株の中に土入れし、株の両側にテープを張り、倒伏を防ぎます。

図3 土寄せ



【病害虫の防除】春になるとアブラムシが飛来し、新葉に群生します。先端を20cm程度切り取っておくと、倒伏の防止にもなります。

【収穫】サヤが重みで下がり、光沢が出て黒い斑点が現れ、背筋が黒く変色するところが収穫適期です。

※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。



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
露地栽培(温暖地)					①					②	③	
露地栽培(寒冷地)					①					②	③	

② 種まき ③ 植えつけ ① 収穫

JAグリーン津店が  
ソラマメ栽培のポイント  
教えます!

JAグリーン津店  
グリーンアドバイザー 認定 城博一

ソラマメは小さい苗の時期は耐寒性が強いのですが、植物体が大きくなってからの低温には弱く、軽い霜でも障害が出る場合がありますので、気象環境に合わせて種まき時期を決めましょう。また、種まき直後は、カラスやハトが豆や芽を食べてしまうことが多いので、本葉が出るまで「不織布」などをベタ掛けしておく安心です。

### 「肥料」

マメ科の植物の根には、空気中の窒素を固定する根粒菌が共生していて、自ら栄養分を作り出します。そのため、マメ科の植物には窒素肥料を控えめにします。多すぎると実つきが悪くなってしまうので注意しましょう。

### 「病害虫」

未成熟ソラマメでは、莖葉が伸長する4月頃からは、各種病害虫の発生に注意が必要となります。

アブラムシは、開花・結実の時期となる4月頃から急速に増加してきます。吸汁加害により株や莢の生育不良を招くほか、ウイルスを媒介するので早期な防除が必要になります。



野菜をおいしく  
食べよう



## 梨と イチジクの サラダ

### 材料 (4人分)

イチジク(半切り)	2個
サツマイモ(乱切りして蒸しておく)	1本
マイタケ	1パック
梨(くし切りで1/8にカットし塩水に漬けておく)	1個
生ハム	1パック
エキストラバージンオリーブ油	適宜
レモン汁	1/2個分
岩塩	適宜
ハーブ類	適宜

### 作り方

- オーブン(トースターでも可)を熱し、イチジク、サツマイモ、マイタケを焼き上げる。
- 器に梨、焼き上げたイチジク、サツマイモ、マイタケ、生ハムを彩りよく盛り付け、エキストラバージンオリーブ油、レモン汁を回し掛け、岩塩を振りハーブ類を散らして出来上がり。

## 秋サケの クリームソース



### 作り方

- フライパンにサラダ油を熱し、小麦粉をはいた秋サケを中火で両面焼き、白ワインを入れ、いったん火を止める。
- ①のフライパンにバター、カボチャ、サツマイモ、シメジ、生クリーム、砂糖を入れ、弱火にして塩・こしょうをして10分ほど煮込む。
- ソースがとろりとしてきたら器に盛り付け、モロッコインゲンを添え、イクラをかけて出来上がり。

### 材料 (4人分)

サラダ油	小さじ1	シメジ(小房にばらしておく)	1パック
小麦粉	少々	生クリーム(乳脂肪分43%程度)	200ml
秋サケ	切身4切れ	砂糖	小さじ1
白ワイン	大さじ2	塩・こしょう	適宜
バター	小さじ1	モロッコインゲン(3cm幅に切りゆでておく)	2本
カボチャ(乱切りして蒸したもの)	1/8個	イクラ	大さじ2
サツマイモ(乱切りして蒸したもの)	1本		



ミー・ユ博士が津安芸管内の偉人や豆知識などを紹介するよ！  
今回は知っておきたい古墳&知っておきたい山について

**入田古墳**  
(昭和46年市の史跡に指定)

久居庄田町にある七栗神社の近くにあり、昭和41年、国道工事のときに発掘調査がされました。

墳丘は直径約19m、高さ4mで横穴式石室をもつ円墳です。石室は自然石を積み重ねた長さ8.8m、幅1.5m、高さ2.2mで、石室内には平石



**千松谷古墳**

芸町社の街一丁目の団地内にある「せせらぎ公園」の中に保存されている古墳です。標高30mほどの丘の上にあります。崩れている部分があるので、墳丘ははっきりしません。円墳と考えられています。直径17m、高さ5mの墳丘と、その北側に幅10m、長さ5mほどの「つくり出し」がついている可能性があります。平成8年の「杜の街」の住宅団地開発にもなって発掘調査がおこなわれましたが、遺体とともにおさめられた装飾品や土器などは見つかっていません。



を使った長さ24mの石棺が収められていました。石棺内外から耳飾り、碧玉製管玉、ガラス玉、刀、鉄の矢じり、つぼなどの土器が数多く発見されています。

**長谷山**  
標高：320m

津市の丸之内・大門・津新町など中心市街地から西の方角にある高さが東京タワーほどの小高い山です。頂上付近には三重テレビやNHKなどテレビ局の電波塔をはじめ通信用の大きな鉄塔がいくつも建っていて、現代人の暮らしには欠かせない役割を果たしている山です。その一方で、中腹から麓の一带には古代の人々の墓である「古墳」が約600基もあちこちにあって、「長谷山古墳群」とよばれています。長谷山周辺に住んでいた古代の人々にとっては一番身近な霊山だったようです。

山を東側から見ると髪の手をくは「櫛形山」と呼ばれていますが、中腹に長谷寺があることから、この字を訓読みして「長谷山」と親しまれています。



片田長谷町や美里町日南田、安濃町などから登るルートがありますが、登りやすい身近な山なので、健康づくりに毎日のように登っている人も多い山です。

参考資料 『改訂版ふるさと読本 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。



**お詫びと訂正**  
あぜみちの月号「ものしりミー」  
「博士」で記載の誤りがありました。  
「安濃津監獄」本文一行目  
**誤修正町** → **正修成町**  
組合員の皆さまにはご迷惑をおかけいたしましたこと、ここに深くお詫び申し上げます。



## 営農だより

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1日(水)～10月31日(日)

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：0598-48-1228 ホームページ：<https://nouchi-mie.jp>



## みかん狩り

期間 10月20日(水)～11月30日(火)まで

ところ 津市大里窪田町7番地  
JR・近鉄津駅から三重病院行きバスの「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～	1,300円	1,100円
小人(土産付)4歳～小学生	1,100円	1,000円
幼児(土産付)～3歳	700円	700円

お問い合わせ・お申し込みは

津市観光みかん狩り園 事務所 TEL：059-232-6963  
JA津安芸 園芸販売課 TEL：059-229-3542 FAX：059-229-3518



### 取扱期間

令和3年4月1日(木)～  
令和4年3月31日(木)

これからの、もっと楽しむために。あなたのセカンドライフを応援します。

JAバンク退職者向け  
金利上乗せ定期貯金

# 退職金定期貯金

〔3ヵ月もの〕  
店頭表示  
金利

+年 **0.80%**

〔1年もの〕  
店頭表示  
金利

+年 **0.15%**

※上乗せ金利の適用は初回満期日までとなります。

対象：退職金のお受取りから1年以内の方<sup>※</sup>で次のいずれかに該当する方 ◎〔3ヵ月もの〕の場合、「退職金のお受取りから7ヵ月以内の方」となります。

- 当JAに年金振込をご指定の方（ご予約の方も対象とさせていただきます。）
- 当JAに給与振込をご指定の方

※対象とする年金は、公的年金(国民年金・厚生年金・共済年金等)だけでなく、企業年金・恩給等も含まれます。

※本商品は金利情勢等の変化により「商品内容の変更」や「取扱いを中止」することがあります。

### ご留意事項

窓口のみでのお取扱いとなります。／本商品は金利情勢等の変化により「商品内容の変更」や「取扱いを中止」することがあります。／お預入れ可能回数はお一人様につき〔3ヵ月もの〕1回、〔1年もの〕1回が限度となります。／新規で〔3ヵ月もの〕をお預入れした場合、退職金のお受取りから1年以内に限り「退職金定期貯金」1年ものへのお預入れが可能です。／店頭にて説明書をご用意しております。詳しくは最寄りのJAバンク窓口へお問合せください。



**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。  
 ※生産者コーナー・タバコ・酒・雑誌・ギフト・キャンパッド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。

# 《コロナ禍の今だからできる》 ゆとりある空間での 「お葬式」



本館ホール内イメージ(20席程度)

**期間限定プラン**  
 《令和4年3月末まで》



**¥378,000**

《上記プラン内容》  
 ・棺セット・ドライアイス1回分・納棺・早物、骨箱セット  
 ・枕飾りセット・遺影写真・フリードリンク・進行スタッフ  
 ※オプション追加により料金に変更になる場合があります  
 ※会館使用料は別途必要となります

《やすらぎ会館の感染症対策》

- 消毒液設置 定期消毒
- スタッフのマスク着用
- 検温器設置
- 館内換気
- 座席間隔を広げたソーシャルディスタンス

**お客様の声** (ご利用者アンケートより)

【一番多かった意見】  
**JAだから安心**

- 細かな質問や不安にも親切に対応してくれた
- プラン内容も充実していて費用も安く感じた
- 明瞭会計で追加請求もなく安心できた
- 参列した親戚や近所の方からの評判が良かった
- 以前にも利用して良かったから
- スタッフの対応も良く、アフターケアもしっかりしてくれる
- 生花(祭壇・供花等)が新鮮でよかった

**ご葬儀は安心の地元JAへ  
 年中無休**

津安芸農業協同組合 **JA葬祭やすらぎ会館**

三重県津市半田425 TEL:0120-969-163

<http://www.ja-tsusage.or.jp>

JA津安芸

検索





# 土地を交換した場合の譲渡所得の特例



税理士 青 敏博

譲渡所得は土地等が譲渡（売買・交換・代物弁済・財産分与・競売・取用等）されたときに、その値上がり益に対して課税されます。従って、土地等を交換した場合には、取得した土地等の時価により譲渡があつたものとして譲渡所得が課税されます。

しかし、同一種類の土地等を交換して、同一用途に供した場合には、ただ場所が変わつただけで実質的に従来の固定資産を継続して所有しているのと何ら変わらないところから、一定の要件を満たす場合には譲渡がなかつたものとして課税を繰り延べる特例が設けられています。（「所得税法58条の交換」といいます。）

## 適用要件

次のすべての要件に当てはまる必要があります。

① 交換する資産はともに同種の固定資産であること

（例…土地と土地、建物と建物、機械装置と機械装置等）

② 交換譲渡資産も交換取得資産も、それぞれの所有者が1年以上所有していたものであり、しかも、交換の相手方が持っていた資産は交換の目的で取得したものであること

換の目的で取得したものであること

③ 交換による取得資産を、譲渡資産の譲渡直前の用途に供すること

（例…土地の場合は宅地・田畑・山林等、建物の場合は居住用・店舗又は事務所用・倉庫用等の用途）

④ 交換する資産の価額の差額が、いずれか高い方の価額の20%以内であること

ただし、この要件のすべてに当てはまる場合であっても、交換による取得資産と共に、金銭その他の資産を取得したときには、その取得した金銭やその他の資産の額（「交換差金」といいます）に相当する部分については譲渡所得が課税されることとなります。

## 適用上の注意点等

① 不動産業者が所有している棚卸資産と交換した場合に、固定資産ではないので交換の特例は適用されません。

② 客観的に時価の異なる資産との交換であっても、交換当事者間に特別な関係（親族関係等）がなく、贈与があつたとは認められない場合には、合意した価額が時価として取り扱われます。

③ 「土地」と「土地および建物」を交換した場合には、建物の価額は交換差金として取り扱われます。

④ 一の資産につき、その一部分については交換とし、他の部分については売買として含むときは、他の部分を含めて交換があつたものとして、売買代金は交換差金として取り扱われます。

⑤ 甲所有の宅地と乙所有の田を交換した時は、お互いに1年以上所有していれば土地同士ですから交換になります。甲は交換直前は宅地ですが、甲は交換直前は宅地ですから取得した田を造成して宅地として利用すれば交換特例に該当します。

一方、乙は交換直前が田です。乙は交換直前が田として利用しなければ、交換特例は受けられません。

⑥ 固定資産の交換の特例は当事者がお互いに交換する二者間の交換に適用され、三人での三者間交換には適用されません。

## 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に対応しますので、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

ローンセンター（本店別館）  
（営業日）（祝日除く）  
月曜日～金曜日 8:45～17:00  
第1土曜日 10:00～16:00  
第3土曜日（完全予約制）  
※土曜日が祝日の場合は翌土曜日営業  
受付先：ローンセンター ☎059-229-3503

### 法律相談（予約制）

本館1階  
10:00～12:00  
※30分単位（1日最大4組）  
での相談となります。  
11月6日（土）

### 税務相談（予約制）

土曜日：本館1階 総務課  
水曜日：別館1階 ローンセンター  
9:00～16:00  
10月16日（土）、20日（水）  
11月6日（土）、10日（水）

予約先：総務課 ☎059-225-1881

【交通課から】

**夕暮れ時、ちよっと早めの  
ライト・オン運動**

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、帰宅時間帯のラッシュとあいまって交通事故の発生が懸念されます。



車両の運転者は、夕暮れ時に少しでも早くライト（前照灯）を点灯することを心掛け、周囲の車両や歩行者を早期に見て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、交通事故を防止するように願います。

**実施期間**

令和3年10月1日から  
12月31日までの間

**夕暮れ時、**

**夜間の交通事故を防止するために…**

☆自動車を運転するときは、ハイビームを使用しましょう。ただし、対向車と行き違う際や、他の車の直後を通行する際には、ロービームに切り替えましょう。

☆夜間の運転は、昼間と比べて視界が悪くなるため、歩行者や自転車の発見が遅れるうえ、速度感が鈍り速度超過になりがちですので、速度を落とし、慎重な運転を心掛けましょう。

☆歩行者の方は明るい色の服装を心掛

けましょう。また、反射材用品を着用するときは、「ねじれ」などに注意し、効果が最大限に発揮されるよう、正しく着用しましょう。

**ライト点灯の目安時間**

左記の時間を目安に、ライトを点灯しましょう。

10月1日から10月31日までの間	16時50分
11月1日から11月30日までの間	16時20分
12月1日から12月31日までの間	16時10分

※津標準暦をもとに日没時間の概ね30分前に設定しています。（あくまで目安であり、天候等に応じた点灯を心掛けましょう。）

**日没時間が早まるこの季節、**

「早めのライト点灯」と「反射材用品の着用」の相乗効果で、交通事故を防止しましょう!!



【生活安全課から】

10月11日～10月20日

**全国地域安全運動**

が実施されます!!

**全国地域安全運動とは？**

防犯協会をはじめとする地域安全に関係する機関、団体等として警察が、期間を定め、地域安全活動をさらに強化するとともに、連携を一層緊密にすることにより、効果を最大限に上げて一層の浸透と定着を図り、もっと安心して暮らせる地域社会の実現を目指すことが目的です。



この機会に、地域の皆さんも、身近な犯罪に対する防犯対策を見直してみてください!!

例えば…

《子どもと女性の犯罪被害防止には…》

☆遠回りでも、明るく人通りのある道を通りましょう。

☆送迎をするなどして、一人にならないように気をつけましょう。

☆「ながらスマホ」はやめましょう。（不審者に気づくのが遅くなります）

☆登下校や放課後の時間帯に合わせて買い物や散歩などをし、子どもを見守りましょう。



《特殊詐欺の被害防止には…》

☆電話で「お金」「振り込み」「キャッシュカード」の話になれば詐欺を疑いましょう。

☆在宅中でも、留守番電話に設定しておきましょう。

☆防犯機能付きの電話を設置しましょう。



津警察署では、通話を録音することが出来る「自動通話録音警告機」の貸し出しをしています。（最長6ヶ月）



各種相談は「#9110（警察本部）」か「津警察署（059-1213-0110）」（緊急時は110番通報）

**家族の健康**

**心掛けたい糖尿病予防**

健康科学アドバイザー 福田千晶



わが国の成人の5人に1人は、糖尿病もしくはその予備軍といわれています。糖尿病は、血液の中のブドウ糖（血糖）の濃度が高くなり過ぎる病気です。食事により腸で吸収されたブドウ糖は血液中に入り、膵臓（すいぞう）で分泌されるインスリンの働きで、筋肉や脳などの細胞に引き取られエネルギー源となります。

しかし、大食いや甘いものの取り過ぎ、大量飲酒などを続け、インスリンを大量に分泌し続けると、膵臓は疲弊し、インスリンを作れなくなり、体質やその他にもさまざまな原因で必要量のインスリンを作れなくなることもあり、血糖値が上がり、血糖が多量に血液中に蓄積すると、血液中にブドウ糖が多い状態が続く、糖尿病になります。

一方、インスリンの助けを借りて糖を引き取りエネルギーとしていた筋肉などの細胞は、暴飲暴食などによりインスリンが大量に分泌されると、その刺激に慣れ過ぎてインスリンが効かなくなり、引き取られない糖は血液中に残り、これによっても糖尿病になります。

糖尿病の初期は自覚症状がほとんどありませんが、進行すると合併症として神経障害、目の網膜症、腎臓障害が生じ、やがて歩行障害や失明、透析が必要になります。また、動脈硬化が進行しやすくなり、脳出血、脳梗塞、心筋梗塞など命に関わる病気を発症しやすくなります。

糖尿病予防のためには、高カロリーにならないように甘いものや脂っこいものは控え、アルコールを飲み過ぎないこと。農作業の合間の昼食も手軽なおにぎりだけでなく、野菜やキノコ、魚（缶詰も可）や海藻なども食べましょう。運動の継続も大切です。移動は自家用車、農作業もトラクターで日常生活の機械化が進んでいるなら、日々の運動も必要です。

さらに、健康診断や人間ドックで定期的に血糖値を調べることも、大事な糖尿病予防の一つといえます。



# みんなの お便り



新型コロナウイルスの流行2020  
東京オリパラ無観客。日本  
列島を襲う線状降水帯と暗い  
ニュースばかりですが「あぜみ  
ち」を拝見していると不思議と  
元気が出ます。ありがとう!!



(Iさん 81歳)

こちらこそ大変ありがたいお言葉  
に感謝します(^ω^)私も皆さん  
からのお便りを励みに頑張ら  
れています。これからも「あぜみち」  
から明るい内容を届けていき  
たいと思います(^)/素敵な絵手  
紙もありがとうございます。

あぜみち7月号 夏の里山昆虫図鑑は息子  
が、園芸ノートは妻が、家族全員であぜみ  
ちを読んでいます。ほんとPhotoぎゃらりーも  
毎月楽しみにしています。いつも楽しい企画  
をありがとうございます。(Tさん 56歳)

ご家族全員でのご愛読誠にありがとうご  
ざいます。夏休みにピッタリな昆虫図鑑を見て、  
なにか捕まえることが出来ましたか? 雨の日  
が多いですが、今年もセミの声がたくさん聞  
こえてきましたね(\*^▽^\*)

身近に起こった出来事…年末夜遅く車で帰  
宅途中、何かに乗り上げたショックがあり  
事故をしてしまったと思い確認したところ、  
そこにはなにも形跡がないのです。また、  
周りにいたと思われる人も見当たらず、道  
路も平坦な道だったので、今でも震えが止  
まりません。何だったの? (Oさん 71歳)

怖いですね(\*^▽^\*) 事故をしてしまっ  
ただけでもビックリしますが、跡形もないとい  
うのがもっと怖いんですね…。お身体は大  
丈夫でしたか? (^▽^)?

毎月、とても楽しみにしています。  
特に園芸ノートはとても参考になっ  
て、切り取り保存している私です。  
花・野菜作りは楽しいですが、な  
かなか難しいです!(Uさん 68歳)

野菜作りなどは天候に左右されやす  
いので、管理が大変でしょうね(>\_<)   
それでも、やっぱり自分で育てる花  
や野菜は、愛情が込められていて格  
別でしょうね(^ω^\*)

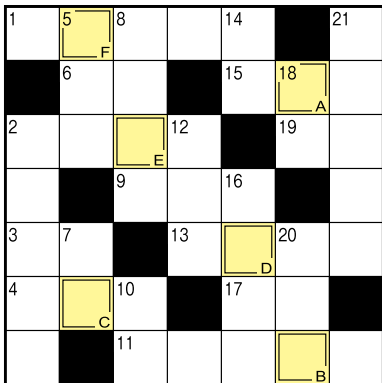
今回は特に「ほんとPhotoぎゃら  
りー」の“故郷の田植え祭事食再  
現”が何十年も昔。食文化の本で  
知りビックリしました。残しておき  
たいと思います。(Nさん 80歳)

何十年も昔にこのような食文化が  
あったことを私も知りませんでした。  
食文化を大切に残していきたいです  
ね(\*^ω^\*)



## クロスワードパズル

二重枠に入った文字をAからFの順に並べてできる言葉は何でしょう?



A B C D E F

### タテのカギ

- ② 押し入れの上に作られた物入れ
- ⑤ 青物——へ野菜を卸しに行った
- ⑦ 祝い事に付きものの魚
- ⑧ とても小さな滴が降ってきます
- ⑩ 知識やひらめきを駆使して解  
きます
- ⑫ 感謝の——を込めて花束を贈った
- ⑭ つらいことが続くとこぼした  
くなることも
- ⑯ 船の積み荷を地上に移すこと
- ⑱ 能ある——は爪を隠す
- ⑳ サツマイモには食物——が豊  
富に含まれます
- ㉑ 陰暦10月の異称

### ヨコのカギ

- ① 野山の散策を楽しむレジャー
- ② 鶏肉の部位の一つ。羽の一部です
- ③ イノシシを家畜化したもの
- ④ 沖縄にいる飛べない鳥、ヤンバル——
- ⑥ 南米にある南北に細長い国
- ⑨ 定規に刻まれているもの
- ⑪ アイボリーとも呼ばれる淡い  
黄白色
- ⑬ スマートフォンにはさまざまな  
データが——されています
- ⑮ 軽くて硬い金属。元素記号はTi
- ⑰ ギョーザや中華まんの中身を  
こう呼ぶことも
- ⑲ 漢字から作られました

先月号の答え

	A	B	C	D	E
1	イ	ネ	カ	リ	ヒ
2	ラ	タ	ン	テ	グ
3	ク	タ	マ	ラ	ク
4	ケ	ン	ト	ウ	シ
5	ア	イ	シ	ツ	
6	マ	ロ	ン	ミ	サ
7	ド	ウ	ア	ツ	ガ

## 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、  
メガネ型ルーペとミー・ユのタオルをプレゼント!



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  
をご記入の右上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。  
※実際の商品とは異なる場合がございます。  
※予告無く商品の内容が変更される場合がございますのでご了承ください。

### 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  
③JA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  
津市色町211

応募締切日 令和3年11月10日

# 10 OCTOBER TSUJAGE CALENDAR

## 月号津安芸カレンダー



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

月	火	水	木	金	土	日
10/11	12 ポイント 2倍	13 ポイント 2倍 ・ 女性部 クッキング教室	14	15 お客様感謝day(JA-SS) ・ 女性部小物教室	16 ・ 税務相談 (本館1階・予約制) ・ 年金相談会 (河芸中央支店・予約制)	17 ポイント 2倍
18 ・ 女性部地域貢献 清掃活動 ・ 第4回女性部役員 担当者合同会議	19 ポイント 2倍 ・ まつの実会 わらいの里辰水	20 ポイント 2倍 みかん狩り開園 ※詳しくはP10へ ・ 税務相談 (別館1階・予約制) ・ 女性部 パソコン教室	21 ・ 農業塾	22	ファーマーズマーケットみどりの交差点 13周年感謝祭 産直品セール・特産品フェア	
25 ・ 女性部 チャレンジクラブ	26 ポイント 2倍 ・ 第7回定例理事会	27 ポイント 2倍 ポイント 2倍 ・ 女性部 お菓子教室 ・ 女性部 ガーデニング教室	28 ・ 女性部豆腐講習	29	30	31
11/1 ファーマーズマーケット みどりの交差点 もち米予約受付 もち米の拡販 (11月30日まで)	2 ポイント 2倍	3 ポイント 2倍 文化の日	4 ・ 女性部パン教室	5	6 ・ 税務相談 (本館1階・予約制) ・ 法律相談 (本館1階・予約制)	7 ポイント 2倍
8 ・ 女性部おやさい づくり出前講座	9 ポイント 2倍 ・ まつの実会 高齢者クッキング	10 ポイント 2倍 ・ 税務相談 (別館1階・予約制)				

新型コロナウイルス感染拡大状況により、変更となることがあります。

### 2021 10 表紙紹介 vol.387

悠さん  
江梨子さん  
ご夫妻のお子さん

中村  
柚葉ちゃん(4歳)  
杏菜ちゃん(1歳)



柚葉ちゃんは、何でも興味を持ち好奇心旺盛で人懐っこくパパの作るカレーが大好きな女の子。

最近は数字が書けるようになり、絵を描くことやハサミでいろいろなものを切るのがお気に入り。幼稚園ではお友達とダンスや砂場でお料理ごっこをして遊んでいて、もうすぐ初めての運動会があるので楽しみです。

コロナが終息したら、動物園に遊びに行きたいです。

#### ご両親からメッセージ

元気に仲良くてたくさん遊んで大きくなってね。

### JA SS 津給油所からのお知らせ



各種QRコード決済をご利用いただけます!

ご利用方法

- 1 QR決済対象アプリ
- 2 画面でQRコードを読み取り
- 3 決済金額を確認
- 4 QRコードを読み取りアプリが読み取り完了
- 5 決済が完了すると振替が完了

QR決済対象アプリ: PayPay, d払い, ALL-PAY, LINE Pay, Pay, 楽天ペイ, かんかんペイ, 楽天銀行

※「ボタン」は決済できません。「ボタン」に関する情報は必ずお近くの店舗に確認してください。必ずお支払いの金額がアプリに反映いたします。

JA SS JA津安芸 津給油所 セルフ TEL.059-229-3509

AMERICAN OIL & TIRE SHOPPING

タイヤ、オイル、洗車

TEL.059-229-3509

※店舗専門スタッフにおまかせください!

### 隠れミー・ユを探せ!

隠れミー・ユ 9月号答え

P4 P8 P15





テーマ投稿『夏の思い出』を含みます



『パイナップル』 芸濃町北神山ベジタブルエイト  
大きな実をつけました。



『幸福』 雲出島貫町サッチャン  
スイカを栽培して18年目。重量12.6kgのスイカを家族で試食したら…

『真夏の葉ボタン』

高野尾町 高野尾のY.M.

植えっぱなしの茎から、次々と芽が出て猛暑に負けず初めて夏まで楽しめ、生命力を感じました。



『秋明菊』

美里町 M&N

今年も秋明菊が…優しく心癒される花ですね😊



『鮮やかな』 一色町 おひげさん  
神社の一角に綺麗な花手水

『末広のねぎ』

高野尾町 高野尾のY.M.

料理使用後、残った根元3cm程を植えたら、八本の末広に成長。その生命力を感じ、めでたし！めでたし！



『金美人』スイカ初生育』

栗真小川町 batayan

今年初めて「金美人」という名前のスイカを栽培しました。



『早朝にて』 美里町 M&N  
暑い毎日が続いて体を動かさない日々…ふと空を見上げ、虹を発見!!心和む♪

テーマ投稿募集!

12月号のお題 11月10日まで

「ほっこり」

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。

