

あせみち



特集

日本を代表する健康食品
「豆腐」で元気に美しく



園芸ノート ⑥

小玉スイカ

情報ステーション ⑨ ⑩ ⑪

令和6年度「農業塾」受講生募集!!

令和7年度新規採用職員募集要項

法律税務相談 ⑫

時を経た最期のメッセージ

～後日発見された遺言は後の祭りか～

あせみち



特集

日本を代表する健康食品
「豆腐」で元気に美しく



園芸ノート ⑥

小玉スイカ

情報ステーション ⑨ ⑩ ⑪

令和6年度「農業塾」受講生募集!!

令和7年度新規採用職員募集要項

法律税務相談 ⑫

時を経た最期のメッセージ

～後日発見された遺言は後の祭りか～

日本を代表する健康食品

「豆腐」で「元気に美しく

高タンパク、低脂肪の健康食として、古くから日本の食卓に取り入れられてきた豆腐。原料の大豆に含まれる栄養成分が成人病の予防や美肌づくりなどに役立ちます。



監修：日本豆腐協会 (Japan Tofu Association)
<http://www.tofu-as.com/>
 イラスト：服部新一郎

栄養成分の効能

豆腐が健康食品といわれるのは、植物性の脂肪を多く含んでいるからです。植物性の脂肪には血液中のコレステロールを減少させる働きがあります。同じ脂肪でも、動物性の脂肪はコレステロールを増やしてしまいます。コレステロールは肥満、動脈硬化、心臓病など成人病の原因になります。そのため、脂肪分は動物性¹に対して植物性²の割合で取るのが理想的といわれています。

大豆食品である豆腐はタンパク質が豊富で、消化吸収率が高いため、胃に負担をかけません。冷たい飲み物をたくさん飲むとおなかを壊すことがあります。豆腐はタンパク質が役立ちます。豆腐はタンパク質を補うとともに、全体の90%を占める水分が脱水症状を防いでくれます。そのまま食べるのではなく、あら

はじめ湯通ししておくことがポイントです。

中国の古書に、「酒を飲み過ぎて体にまだらができたら、豆腐を熱して薄く切ったものを貼るように」と書かれています。江戸時代に日本で書かれた『本草綱目』でも、「豆腐は酒毒を解する」とされています。アルコールを分解する肝機能の弱まりを補うのに良質の豆腐のタンパク質が役立っているのです。

女性の美容にも

いつまでも若々しい滑らかな肌を保ちたい女性たちにも豆腐はお薦めした食品です。

皮膚の細胞をつくっているのはタンパク質です。細胞は絶えず変化して約4週間のサイクルで入れ替わるため、常にタンパク質を補給する必要があります。しかし、動物性のタンパク質を取り過ぎると過剰な脂が皮膚から分泌

され、毛穴が大きく開いてしまいます。きめの細かい、滑らかな肌を保つためには、豆腐をはじめ、大豆食品の植物性タンパク質を多く取ることが重要なのです。

女性に多い便秘も、肌のトラブルの原因になります。腸の働きを活発にするためには繊維質を取ることが大切ですが、豆腐の副産物であるおからは、食物繊維がそのまま残されています。豆腐と一緒に食べることは、肌にとって理想的といえるでしょう。

手足が冷えるときは湯豆腐を食べることをお勧めします。体が温まり、豆腐に含まれる脂肪がコレステロールを減らし、血液の循環が良くなります。

高齢化が進むにつれて急速に増えている病気の一つに、骨粗しょう症があります。これは骨の密度が低くなり、骨がもろくなる病気で、閉経期以降の女性に多く見られます。大豆食品は骨を構成するカルシウムの補給に優れているだけでなく、骨そのものを強くす

Q & A

Q なぜ「1丁」と数えるの？

A かつて豆腐の大きさは地域によってさまざまでした。そこで1丁、2丁と大きさを確定せずに数えたのが始まりといわれています。

Q 豆腐の容器内に入っている水はどんなものですか？

A 容器内の水は、柔らかい豆腐が崩れることをクッションのよう

Q 調理しても栄養成分は変わりませんか？

A 加熱する温度によって多少栄養成分は壊れますが、問題になるほどではありません。タンパク質や脂質、ミネラル類が比較的多く残るのは木綿豆腐です。絹ごし豆腐は、ビタミン類が逃げにくいとされています。

る働きがあります。カルシウムは、タンパク質を構成するアミノ酸のバランスが良い食品と一緒に取り入れると吸収率が高まります。豆腐はカルシウムが多い上、アミノ酸のバランスも良いことから、骨粗しょう症の予防に役立つことが証明されています。

長生きの秘密は豆腐に

豆腐に含まれるタンパク質は、細胞の成長・維持や筋肉を動かすために必要な栄養素です。遺伝子・ホルモン・消化酵素・免疫などをつかさどる抗体は全てタンパク質でできています。つまりタンパク質は、私たちが生きていく上で必要不可欠な栄養素なのです。

豆腐にはその他にも、細胞が酸化されるのを防ぐサポニンのような抗酸化成分が含まれているため、動脈硬化やがんの予防にも役立ちます。また豆腐に含まれるカリウムには、体内の余分な塩分を排出し、血圧を下げる効果があります。

長寿で知られる沖縄県民が、どのような形でタンパク質を取っているのかを調べたところ、豆腐²、肉¹、魚¹の割合であることが分かりました。タンパク質以外に脂肪やコレステロールも多く含まれている肉よりも、豆腐から多くのタンパク質を摂取している沖縄県民の食生活は、私たちが健康な毎

日を送るための参考になりそうですね。

世界の「TOFU」

豆腐は、米国や欧州でも「TOFU」と呼ばれ、今や世界共通語といつてよいほどになりました。豆腐が欧米で広く使われるようになったのは、健康食品として注目を浴びたからです。当初は主に菜食主義者たちの間で食べられていましたが、人々の健康に対する意識が高まるとともに需要が伸びていきました。

当初は料理店で食べる特別な食品だった豆腐の状況を変えたのは、米国で出版された豆腐の栄養に関する解説と料理法を紹介した『ザ・ブック・オブ・トーフ』という本でした。この本がベストセラーになった理由は、豆腐の栄養効果に加えて、味が癖がないことから新しい食材として受け入れやすかったからではないか、といわれています。



豆腐が原料の食品にも注目!

栄養価の高い豆乳

大豆を搾った豆乳は、牛乳と同等のタンパク質とビタミンB1を含む栄養価の高い飲み物です。植物性食品のため低カロリーで、生活習慣病が気になる人や、牛乳を飲むとおなかゴロゴロする人でも安心して飲めます。JAS(日本農林規格)の規定では、大豆固形分8%以上のものを「無調整豆乳」といい、6%以上8%未満のものを「調整豆乳」といいます。調整豆乳にコーヒーや果物、野菜などの味付けをした「豆乳飲料」もあります。



おからでがん予防

おからは、豆腐を作る際に、大豆から豆乳を搾った残りかすですが、食物繊維やカルシウムをたっぷり含んでおり、タンパク質や炭水化物、カリウムにも富んだヘルシー食材です。中でも食物繊維は100g中11.5gと、ゴボウの約2倍です。おからに含まれる食物繊維は、セルロースという水に溶けないタイプ。この成分が腸の働きを促して便秘を軽減し、腸内の残留物を掃除してくれることから大腸がんの予防につながります。



12 つくる責任 つかう責任



鑑定技術向上 をめざして 農産物鑑定大会

1月17日、農産物検査の信頼性確保と農産物の鑑定技術の向上をめざして「第10回J A 津安芸農産物検査員鑑定大会」を開催し、21人が参加しました。

今回用意した鑑定試料は、水稲うるち玄米・もち玄米・普通小麦・普通大粒大豆の計50点。検査員はカルトン内の試料を一つ一つ真剣なまなざしで鑑定し、検査技術を競いました。

総合得点上位3人は2月1日にJ Aグループ開催の「みえJ A農産物鑑定大会」に出場し、団体の部で2位となりました。米穀課の佐脇課長は「鑑定技術の向上を図るとともに、今後も信頼される検査員をめざし、公正・的確な検査に努めてほしい」と話しました。



▲試料を使い鑑定を行う検査員

12 つくる責任 つかう責任



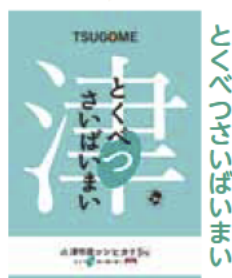
「至福の一杯」販売開始に 合わせてPR イオンモール津南

1月20日、津市のイオンモール津南内にある飲食店「龍神丸」で当J Aの津市産米ブランドTSUGOME（津米）から新発売されたお米「至福の一杯」を提供するイベントが開催されました。

地元産の米を多くの利用者に知ってもらい食べてもらおうと、当J Aとミエライス龍神丸が連携。当日は、お店のメニュー全てに「至福の一杯」が使用され、炊きたてのお米を食べた方は、「とても美味しかったので、自宅でも食べてみたい」と大好評でした。

TSUGOMEとは

管内で生産されたお米を津市が大好きな方々に感謝と愛情をお届けしたいという思いで昨年7月にブランドを立ち上げました。県内のイオンスーパーなどで販売しています。



▲多くのお客で賑わう「龍神丸」



栽培した大豆で豆腐作り 女性部

1月29日、女性部は津市立雲出小学校に出向き、3年生22人と一緒に育てた「フクユタカ」を使って豆腐作りを行いました。

女性部員5人がサポートし、児童は大豆をミキサーですりつぶして「呉汁」を作り、こし袋で豆乳とおからに分けた後、にがりを加えて豆腐を固め、自家製の豆腐を完成させました。

参加した児童は、自分たちで作った豆腐を食べ「豆腐がどうやってできるかわかって楽しかった。美味しくできてうれしい」と笑顔で話しました。

同部員の太田功子さんは「食や農に対する興味や関心をもって楽しく学んでほしい」と話しました。



▲こし袋で「呉汁」を絞る児童と指導する女性部員



いちから みそ造り 女性部

女性部は、1月31日から2月9日にかけて、本店のみそ加工工場を使用した初めての「みそ造り」を行いました。

部員16人が持ち寄った地元産の大豆や米を使用し、3班に分かれ、3日間の工程で508キロのみそを仕込みました。

蒸した米にこうじ菌を混ぜ、一晩寝かせてこうじを作り、圧力釜で蒸してミンチ状にした大豆と塩、米こうじを混ぜ合わせてできたみそをそれぞれのみそだるに入れて持ち帰りました。みそは、1年の熟成期間を経て食べ頃になります。

女性部の大河内好子部長は「いちから作るの初めてで時間の配分が難しかったですが、すべて手作りなのでできあがりを楽しみ。今後は加工場を使用して、いろいろな活動に取り組んでいきたいです」と話しました。
※みそ加工場の調理器具の一部はJA共済の支援により導入しました。



▲蒸した米にこうじ菌を混ぜる部員



予約肥料 自己引取り 営農センター

1月下旬から2月下旬にかけて、各営農センターで「令和6年用年間特約肥料自己引取り」を行いました。

農家の方が予約注文した肥料を引き取りに訪れ、営農担当職員が商品や数量を確認しながら商品の引渡し作業を行いました。

当JAでは、予約注文していただくことで通常よりお求めになりやすい価格の提供に努めています。また、自らJAへ引取りを行う「自己引取り」を選択していただくことでさらに値引きを行い、農家コスト低減に取り組んでいます。



▲予約肥料を積み込む営農担当職員



第4期農業塾閉講式

2月8日、昨年4月からスタートした「農業塾」の閉講式を開催し、受講生29人がめでたく卒業されました。

農業塾は講義と実習による「初級の野菜栽培」を中心としたカリキュラムで行い、受講生は10回の学びを終え、修了証書を受け取りました。

受講生は「農業塾で学んだことを実践したら以前より多く収穫できるようになり、ステップアップにつながりました。また機会があれば参加したいです」と話しました。前川常務理事は「農業塾で作る喜びを感じていただき、卒業後も地域に根付いた農業を続けていただきたい」とお祝いの言葉を述べました。



▲修了証書を受け取った受講生



▲お祝いのあいさつをする前川常務理事



津市チームをJAが応援 第17回美し国 三重市町対抗駅伝

2月18日に三重県で開催された「第17回美し国三重市町対抗駅伝」を前に、津市チームの選手ら21人が前葉泰幸市長に出場の報告を行いました。

当JAの山路常務理事とJAみえなかの中瀬常務理事が出席し「練習の成果を發揮して、優勝めざして頑張ってください」と激励のうえ、当JAはペットボトルのお茶を10ケース贈呈しました。



▲津市チームに激励品を贈る
当JA山路常務理事(右)と
JAみえなか中瀬常務理事(左)

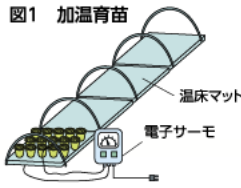


小玉スイカ(ウリ科スイカ属)

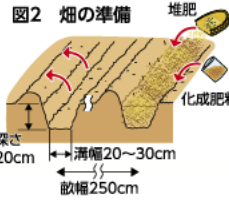
スイカはアフリカ南部カラハリ砂漠が原産のため、高温、強い光と乾燥でおいしいものが取れます。中間地では温床内で3、4月に種をまき、7、8月に収穫します。生育と病気に強い接ぎ木苗が市販されており、利用すると便利です。

「品種」家庭菜園では重さ2、3kg程度の小玉スイカがお薦めです。赤肉球形では「姫甘泉」(丸種)、「紅しずく」(タキイ種苗)、「紅こだま」(サカタのタネ)など、赤肉楕円(だえん)形では「姫まくら」(丸種)、「マダーボール」(ヴィルモランみかど)などがあります。

「種まき」温床マットなどで25〜30度に加熱したトンネル内(図1)で培養土を詰めた9cmポリポットに3粒ずつ種をまきます。本葉が出始めた頃には夜温15〜20度に下げます。その後、良い苗を残し間引いて1本にし、本葉4、5枚の苗にまで育てます。



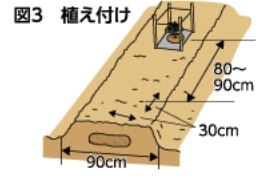
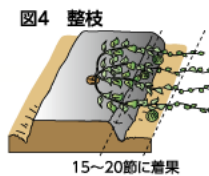
「畑の準備」植え付け2週間前までに1平方m当たり100g程度の苦土石灰を散布し、土とよく混ぜておきます。次に、畝幅250cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1平方m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥2kgを施します。この溝を中心に土を戻して幅90cm、高さ10cm程度のベッド(栽培床)を作り(図2)、黒マルチを張ります。



「植え付けと保温」風のない暖かい日に、深植えにならないよう株間80〜90cmに植え付けます。植え付け後は保温と風よけのために、ビニールで30cm角の「あんどん」やドーム状のホットキャップをかぶせま

す(図3)。あんどんの中が茎葉でいっぱいになったら取り外します。

「整枝・敷きわら・追肥」本葉5、6枚で摘心し、強い子づる4本を伸ばします。つるが伸びていく場所にわらやつるが絡むシートを敷き、つるを片方に振り向けて重ならないように配置します(図4)。つるの長さが50cm程度と果実が卵大程度するとき、1株当たり化成肥料50g程度をつる先に散布します。



「人工交配・摘果」強い子づる3本に着果させるため、親づるから数えて15〜20節目の雌花全てに交配します。早朝(9時ごろまで)に雄花を切り取り、花粉を雌花の柱頭になすり付けます。このとき、交配した雌花の近くに交配日を記したラベルを付け、収穫適期の目印にします。果実がこぶし大のときに変形果を摘果し、各つる1果(計3果)取りを原則とします。

「病害虫の防除」茎葉が日中しおれ、茎が割れるつる割れ病には、接ぎ木苗を使います。うどんこ病、アブラムシ、ハダニなどが発生したら登録農薬で防除します。

「収穫」小玉スイカは開花後(交配後)35〜40日で熟してきます。収穫適期は、①巻きひげが枯れている ②果実の肩が張り光沢が出ている ③果実の尻の部分へこみ、指で押すと弾力を感じる ④地面に付く果皮が濃黄色となるなどでも判断できます(図5)。



※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。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
栽培計画												
冷涼地				○	●	●	●	●	●	●	●	●
中間地				○	●	●	●	●	●	●	●	●
暖地			○	●	●	●	●	●	●	●	●	●

○ 種まき ● 苗作り ● 植えつけ — 生育 ▲ 収穫



JAグリーン津店が 小玉スイカの栽培のポイントを教えます!

JAグリーン津店 店長 松井 茂樹

小玉スイカは、他の種類のスイカの品種に比べて育てやすく、初心者におすすめです。家庭用冷蔵庫で冷やしやすさということから品種改良されました。大玉スイカに比べて甘さも均一で、皮も薄く生ゴミも削減できるため、現代用のスイカとして人気があります。

◆土づくり
スイカは酸性土壌が苦手なので畑栽培の場合は、植え付け前に土を耕す準備が必要です。土の酸度は、市販の酸度測定液などを使うと安価で簡単に調べることができます。プランター栽培は野菜用の培養土を使用しましょう。

◆水やり
スイカは水分過多の状態が苦手です。プランター栽培なら、雨に濡れない場所に移動させる、地植えならば雨に濡れないようにビニールをかけるなどの対策が必要です。ビニールなどの対策で中が蒸れてしまうと葉の病気になるので、この点も注意しましょう。



朝ごはんにおすすめ!
県産農畜産物を使った

パパッとレシピ

ニンジンとホウレンソウの白和え

レシピ考案：
鳥羽国際ホテル 潮路亭



優しい味の白和えは
ごはんに合いますよ。

材料(2人分)

- ニンジン ……1本
- めんつゆ ……少々
- ホウレンソウ ……1束
- 塩(ゆでる時に使用) ……少々
- 絹ごし豆腐 ……1丁
- 白ごま ……大さじ2
※もしくは、ねりごま
- 砂糖 ……大さじ3
- 塩 ……少々
- 黒ごま ……飾り用

作り方

- 1 ニンジンをマッチ棒サイズにカットし、薄めめんつゆで茹でる。
- 2 塩を入れたお湯でホウレンソウをゆでて、ニンジンと同様の長さにカットをする。
- 3 絹ごし豆腐をキッチンペーパーで巻いて、1分半、電子レンジで温める。
- 4 ③、白ごま、砂糖、塩をミキサーに入れて混ぜ合わせる。
- 5 ①②④を混ぜ合わせて、上に黒ごまをかけたら完成。



〈県下JA統一コラム〉ちゃんと朝ごはん

今回の疑問…朝ごはんでは体内リズムを整えよう!

朝食を食べることにはいろんなメリットがあるけれど、生活リズムや体の調子を整えるのにも良いと聞かぬ。

人間の体には「体内時計」と呼ばれるものがあるよ。体内時計は私たちの体に備わった1日のリズムを刻む時計。睡眠や体温、血圧やホルモン分泌の変化を管理し、疾病や老化に関係しているんだ。体内時計のうち主時計は「朝の光」で、末梢時計は「朝食を食べる」ことでリセットされるよ。

リセットされるとどうなるの?

毎日朝の光を浴びて朝食を食べることで体内時計が整い、体や心にとって快適なリズムを作れるようになるんだ。逆にリズムが整っていない状態だと、体に大きなストレスを与えてしまうよ。リズムのずれによって体と心のバランスが保てなくなると、しっかり活動できなくなったり、感情が不安定になったりもするから、朝食を食べることはとても大切なんだ。

快適なリズムをしっかり身体で覚えていくことが大事です。そのために、毎朝しっかりと食べる「癖」をつけましょう。

あさちゃん



ごはん博士





ものしり

ミー・ユ博士の

津産津消応援団!!

vol.65

津市産農産物を食べて 農業を応援しよう!



ネギ編

《ネギのプロフィール》

【分類】ヒガンバナ科(クロンキスト体系ではユリ科とされていたが、APG植物分類体系ではヒガンバナ科ネギ亜科ネギ属に分類される)

【原産地】中国西部、中央アジア北部 【和名】葱(ねぎ)

【おいしい時期(旬)】11~3月

【主な栄養成分】βカロテン、ビタミンC、ビタミンK、葉酸、カルシウム、カリウム、硫化アリル など

《ネギのチカラ》

緑黄色野菜に分類される緑色の部分には、カロテン、ビタミンC、カルシウムなどが豊富



香り・辛味成分の「アリシン」は硫化アリル的一种。消化液の分泌を促して食欲を増進させる。またビタミンB1の吸収を助けて疲労回復を促進する効果が期待できる

疲労回復効果を高めるなら、ビタミンB1が豊富な豚肉などと合わせると理想的。抗菌・殺菌作用もあるとされ、血行を促進し冷え症の緩和に効果的

管内出荷量(前年度):約100トン
主な生産地域:全域

管内では、冬場の収入源となる園芸作物として白ネギの産地化に力をいれています。



葉ネギには血液の凝固や骨の形成に関わるビタミンKと、血液を作る働きのある葉酸も多く含まれ、効率的に摂取できるよ



- 風邪予防
- 貧血予防
- 心筋梗塞予防
- 高血圧予防
- がん予防
- 動脈硬化予防
- 脳梗塞予防



ミー・ユのレシピ紹介

白ネギの味噌マヨ焼き

材料

- 白ネギ 2本
- 味噌 大さじ 1/2
- マヨネーズ 大さじ 2

●作り方

- ①白ネギの太さの半分まで切り込みを等間隔に入れる。
- ②反対側も切り込みを入れながら2~3cmに切る。
- ③アルミホイルの角を立てて器状にし、白ネギを並べる。
- ④トースターで7~8分焼く。焼いている間に、味噌とマヨネーズを混ぜておく。
- ⑤白ネギがしんなりと焼けてきたら、混ぜ合わせた味噌マヨネーズを塗り、2分焼いて完成。



ファーマーズマーケット みどりの交差点



地域で生産した農産物を地域で消費する「地産地消」のお店です。

住所:津市一身田大古管字西浦670-5
TEL:059-236-0831

こちらで購入できます!



A-coop

Aコープ津店 恵の広場



生産者直売コーナー「恵の広場」は地元の農家さんの新鮮な農産物を販売しています。

住所:津市一色町212
TEL:059-225-9131



獅子座 7.23~8.22

【全体運】 想定外の事態になっても慌てないように。経験者の話はとても参考になります。手を貸してもらえらることも。相談を
【健康運】 けがに注意。準備運動で体をほぐしましょう

【幸運を呼ぶ食べ物】 アシタバ

特殊詐欺被害の未然防止に向けたATMのご利用制限について

当組合では、特殊詐欺の多様化と三重県警からの要請を踏まえ、令和6年4月中旬より、一部のお客さまを対象にATMのご利用を制限させていただきます。

本取組は、ご高齢のお客さまを狙ったキャッシュカードの騙し取り等による特殊詐欺が増加するなか、被害の未然防止の観点から実施しております。

対象となるお客さまにはご不便をおかけいたしますが、組合員をはじめとした地域のお客さまの大切な貯金をお守りし、安心して当組合をご利用いただくための取組となりますので、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

1. 対象となるお客さま

当組合で普通貯金口座をお持ちの満70歳以上の個人のお客さまで、口座残高10万円以上かつ過去1年間ATMでの「入金・振込・振替」のご利用がないお客さま

2. 実施内容

ATMでの入金・振込・振替がご利用できなくなります。
※窓口では通常どおり全てのお取引がご利用いただけます。

3. 開始時期

令和6年4月中旬予定

4. その他

本取組の対象となるお客さまで、ご利用制限の解除を希望される場合は、平日の営業時間内にお取引のある店舗へお問い合わせください。



一般型

卒業後の返済も可能

入学金、授業料等の決まった資金を一括お借入れ

最軽減後
金利
固定金利

年 **1.75%**

(+保証料率 年0.3%~1.0%) (固定金利)
お借入金額:1,000万円以内

●一般型・カード型どちらも在学期間中は元金据置が可能です。●JA教育ローン[一般型]および[カード型]の併用お借入れもできます。

カード型

教育に関する資金なら、いつでもATMでお借入れOK!
専用ローンカードで繰り返し何度でもご契約金額範囲内のお借入れが、お近くのATMでご利用できます。

最軽減後
金利
変動金利

年 **1.95%**

(+保証料率 年1.35%) (変動金利)
ご契約金額:700万円以内

「JA教育ローン」金利軽減内容 (基準金利 一般型 年2.95% : カード型 年3.15%)

次の項目に該当する方については、
基準金利より**年1.2%**軽減いたします。

- 当JAに「給与振込」をご指定かつ当JAで「JAカード」かつ「JAネットバンク」をご契約の方

次の項目に該当する方については、
基準金利より**最大で年1.0%**軽減いたします。

- 当JAに「給与振込」をご指定の方 (年1.0%)
- 当JAで「JAカード」をご契約の方 (年0.5%)
- 当JAで「JAネットバンク」をご契約の方 (年0.5%)

商品概要 (一部抜粋)	一般型	カード型
ご利用いただける方	●満18歳以上の方 ●前年度税込年収200万円以上の方 ●JAが指定する保証機関の保証が受けられる方 ●高校、高等、短大、大学などに入学予定または在学中のお子さまがいいらっしゃる方	●満18歳以上65歳未満の方 ●継続して安定した収入がある方 ●JAが指定する保証機関の保証が受けられる方 ●高校、高等、短大、大学などに入学予定または在学中のお子さまがいいらっしゃる方、もしくはご本人さま
お使いみち	●お子さまの入学金、授業料、アパート家賃等 ●他の金融機関からの教育ローン借換資金 ※借入申込日から2か月前にお支払済みとなった資金も含みます。	●お子さま、またはご本人さまの教育に関するすべての資金 (例)①教育施設へ支払う入学金、授業料、学費 ②アパートの家賃等
ご融資金額	1,000万円以内 (1万円単位)	700万円以内 (10万円単位) ※ご契約金額
ご融資期間 (ご契約期間)	6か月以上15年以内 ※在学期間に9年を加えた期間を最長とします。	ご契約日から1年後の月の5日までですが、使用状況等の点検結果にて、契約更新に支障がないと判断した場合、1年毎に自動更新いたします。 ※新規貸付可能期間は、65歳未満かつ対象のお子さま、またはご本人さまの在学中です。
ご融資利率	最軽減後金利 年1.75% 基準金利 年2.95% (固定金利)	最軽減後金利 年1.95% 基準金利 年3.15% (変動金利)
元金返済据置期間	ご融資対象となるお子さまの卒業予定年月末日の6か月後まで据置可能です。 参考/令和6年4月1日ご入学 令和10年3月31日ご卒業予定のお子さまの場合 ■ご融資期間 最長13年 ■据置期間 令和10年9月30日まで据置可能	ご融資対象者の方の卒業年月、またはお借入者ご本人さまの年齢が65歳の誕生日以降、最初に到来する契約更新月のいずれか早い年月まで据置可能です。
ご返済方法	元利均等返済または元金均等ボーナス月増額返済がご利用いただけます。 なお、ボーナス返済のご利用は、ご融資額の50%以内です。 ※元金返済据置期間中は、お利息だけのお支払いとなります。	毎月の約定返済日にご契約金額に合わせた金額をご返済いただけます。なお、毎月の約定返済のほかに、JA窓口あるいはATMから随時専用口座へ随時ご入金(元金返済)いただくことも可能です。 ※新規貸付可能期間は、お利息だけのお支払いとなります。
保証	三重県農業信用基金協会(保証料 年0.3%~0.5%)または三農UFニコス株式会社(保証料 年1.0%)の保証を受けていただきます。なお、三重県農業信用基金協会の保証を受けるためには、当JAの組合員に加入していただく必要があります。 ※保証料は別途必要となり、お支払方法は、三重県農業信用基金協会保証の場合、ご融資額の一括前払いのみの取扱いとなり、三農UFニコス株式会社保証の場合、約定返済日の元金返済とあわせて分割前払いのみの取扱いとなります。	三農UFニコス株式会社(保証料 年1.35%)の保証を受けていただきます。 ※保証料は別途必要となり、お支払方法は、約定返済日の元金返済とあわせて分割前払いのみの取扱いとなります。

●上記は商品の概要を示したものです。●ローン商品の詳しい内容については、店頭にて説明書をご用意しております。●ご融資利率は、令和6年1月1日現在のものです。●金利環境の変化により、ご融資利率を見直す場合がございます。●お借入れ、軽減項目に該当されない方については、ご融資利率を基準金利に見直しさせていただきます。●お申込みに際しましてはJAおよびJAが指定する保証機関において所定の審査を行い、その結果によってはご希望に添えない場合がございます。●当JAでの借入累計額が500万円を超える場合は、組合員への加入が必要となります。●お借入にあたっては、JA所定の事務取扱手数料(1,100円+税込)が必要となる場合がございます。●ご利用中の繰上返済や返済条件の変更については、別途所定の手数料が必要となる場合がございます。●教育ローン[カード型]については、CD-ATMの利用手数料が必要となる場合がございます。●店頭にてご返済額を試算いたします。

※掲載内容は変更になる場合があります。

仮審査申込はインターネットでも受付中です!!

JAバンク三重

検索



野菜作りの基本を学んでみませんか？ 令和6年度JA津安芸「農業塾」受講生募集!!

講義及びほ場での実習付きコース、または講義のみのコースの
どちらかを選んでお申し込みください。

〈対象者〉JA津安芸管内在住の方（合併前の津市及び安芸郡）

〈定員〉40名（うち、実習付きコース12名）

〈期間〉令和6年4月～令和7年2月

〈場所〉●講義：JA津安芸本店
●実習：JA津安芸本店 南側駐車場隣接ほ場

〈受講料〉●講義・実習付きコース 15,000円

●講義のみのコース 4,000円

（開講式の際に現金でご持参ください）

〈受講日〉●開講式・第1回講義のみ…4月18日(木)

●第1回実習のみ……………5月9日(木)

以降原則として毎月1回 第3木曜日

※カリキュラム内容や天候により変更する場合があります。

※申し込まれた方には開講式から閉講式までの日程表を送付します。

〈受講内容〉初級 野菜栽培の基礎を中心としたカリキュラム

〈申込方法〉申込書は各営農センターまたは各支店に備えてありますので、
必要事項を記入し、令和6年3月29日(金)までにお申し込みください。
尚、定員になり次第締切とさせていただきますのでご了承ください。



JA津安芸 営農部 営農指導課（津市一色町211番地）

TEL: 059-229-3502 FAX: 059-225-9163 ホームページにも掲載中!! <http://www.ja-tsuage.or.jp>



2024 農機展示会 開催!!



新車、中古農機まで勢揃い まとめて比べる大チャンス!!

開催日時 3月15日(金)・16日(土) 午前9:00～午後4:00

開催場所 農機センター西側倉庫

田植え機 メンテナンス講習会 両日 午前10:00～午前11:00

お問い合わせ先 農機センター TEL: 0120-927-327

家の光

□IE no HIKARI

創刊100周年に向けて＊
『家の光』が＊
2024年5月号から
誌面リニューアル!!

お申し込みはお近くのJAへ

定価(税込)
●普通月号 629円
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 922円
●家計簿付き12月号 1,027円

JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷給河原町11 TEL 03-3266-9039 <http://www.ienohikari.net>



表紙はこんな感じ!
(デザインイメージです)

10%割引券

※Aコープ津店にてご利用いただけます。
※1,000円(税込)以上お買い上げの方に
限り、1回ご利用できます。
※生産者コーナー・タバコ 酒・雑穀・
ギフト・キャンダード店舗の商品
は除きます。
※他のクーポンと併用は
できません。

令和7年度 新規採用職員募集要項

- **応募資格** 津安芸農業協同組合に就職を希望する方で、学校教育法に定める大学院、大学、短大・高専・専門学校を令和7年3月31日までに卒業見込みの方
または、学校教育法に定める大学院、大学、短大・高専・専門学校を卒業して3年以内の方
- **募集人員** 若干名
- **募集職種** 総合職(企画・総務・経理その他一般事務職、信用・共済・購買・販売・その他窓口及び渉外担当職、ガソリンスタンド・その他事業所担当職、農業機械取扱・整備担当職、営農指導担当職)
- **応募書類** 履歴書、卒業見込証明書または卒業証明書、成績証明書
- **応募期限** 令和6年4月12日(金) 必着
- **応募方法** 応募書類を整えて、津安芸農業協同組合 管理部 総務課まで郵送または持参してください。
詳しい事が知りたい方、見学されたい方は下記の連絡先まで連絡してください。
- **選考方法** Web試験(基礎能力検査・適性検査)、小論文、Web面接、役員面接、学校成績等
- **試験予定日** 令和6年4月26日(金)～5月6日(月)
- **契約期間** 期間の定めなし
- **就業場所** 津市内(平成17年12月31日現在における久居市及び一志郡香良洲町、一志町、白山町、美杉村を除く)にある本店・支店・営農センター及び各事業所
- **就業時間** 8:30～17:00(休憩時間1時間) ※変則勤務を行う部署があります。
- **初任給** 大学院・大卒 187,000円 短大・高専・専門学校卒 176,000円
※初任給は変更する場合があります。
- **賞与** 年2回(6月、12月) ※業績により、決算時に特別手当を支給する場合があります。
【夏期賞与、冬期賞与、決算時特別手当 合計6ヶ月分支給(2022年度実績)】
- **諸手当** 通勤手当、時間外手当、家族手当、資格手当、その他勤務手当
- **休日** 土・日曜日、祝日又は各事業所での指定休日、年末年始(週休2日制)
※一部配属先の業務により異なります。年間休日123日(2022年度実績)
- **休暇** 年次有給休暇、慶弔休暇、育児休暇、介護休暇等
- **加入保険** 雇用保険、労災保険、厚生年金、健康保険
- **試用期間** 採用の日より1カ月間(給与待遇変動なし)
- **その他** 職能資格制度、コース別雇用規程制度導入
メンター制度(教育係制度)、業務別教育研修制度、資格取得研修制度有
組合訪問(会社訪問)は随時受け付けします。

連絡先

津安芸農業協同組合 管理部 総務課 〒514-0057 三重県津市一色町211
TEL: 059-225-1881 FAX: 059-223-0912
URL: <http://www.ja-tsuage.or.jp> E-mail: soumuka@tsuage.jamie.or.jp

*この募集要項は
当JAの
ホームページでも
ご覧になれます。



まずは**マイナビ2025**、または**リクナビ2025**に
エントリーをお願いします。

マイナビ2025



リクナビ2025



時を経た最期のメッセージ ～後日発見された遺言は後の祭りか～



弁護士 鈴木 誠人

Q

私には兄弟が2人いますが、母が亡くなって8年が経ち、年忌などの行事も一段落し、母の遺産分割も兄弟と話し合っただけで、遺産を分けて落ち着きを取り戻しました。

しかし先日、実家の母屋を建て替える前に片付けていたところ、タンスの奥底から母の書いた遺言が見つかりました。

そこには、介護したり、実家の手伝いをしていた私への感謝の言葉と共に、私に多くの遺産を相続させることが書いてありました。

母の最期の願いを叶えてあげたいですし、どうにかならないでしょうか。

A

既に遺産分割協議がされたとしても、遺言書としては有効です。既になされた遺産分割はお母様の遺言がなかったことを前提とするものでしょうから、あなたとしては錯誤による遺産分割の無効を主張することになります。

しかし、あなたと兄弟2人と

いった相続人全員の同意があれば、遺言の内容によらず、既になされた遺産分割の内容によることもできます。

また、遺産分割をやり直した場合、税金との関係では、遺産の再分割による財産の移転は遺産分割とは考えずに、やり直した時点で贈与と認定され、新たに課税される場合もあります。

以上のように自筆証書遺言は、自身で書けば良いという簡便さの一方で、発見されない可能性や破棄・隠匿のおそれがありますし、たとえ後日見つかったとしても、既に処分された財産があったり、余分な税金がかかるなど、相続人にとって混乱の元となるリスクもあります。

その場合、遺言の内容はもちろん「介護してくれて感謝している」「子どもみんな助け合っけて仲良く」といった温かい付言事項もスムーズに伝わらないことになりかねません。

そのような自筆証書遺言の欠点を克服する制度として、令和

2年から自筆証書遺言書保管制度が始まりました。これは文字どおり遺言書の原本と画像データを長期間適正に法務局で保管する制度です。便利な制度ですが、法務局では遺言の内容について相談に応じることはできず、保管された遺言書の有効性を保証するものではありません。遺言は、その形式や内容が厳格に定められており、それに従わないと無効になりますから、公証人の目を通す公正証書遺言による方が確実といえます。

遺言を作られる際や発見した際は、遺言の形式や内容はもちろん税金の取り扱いも考えながら、ぜひ承継や相続税法等にも明るい法律事務所にご相談ください。



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しゃいせんか。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1階)
(営業日)(祝日除く)
月曜日～金曜日 8:45～17:00
第1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)

本店1階
9:30～12:00
※30分単位(1日最大4組)
での相談となります。
4月6日(土)

税務相談 (予約制)

土曜日: 本店1階
水曜日: 本店1階 ローンセンター
9:00～16:00
3月16日(土)、20日(水)
4月3日(水)、6日(土)

予約先: 総務課 ☎059-225-1881



射手座
11.23～12.21

【全体運】 気になることが多そう。気の置けない友人たちとの時間が心の慰めに。部屋の整理整頓をすると運氣アップ
【健康運】 遊び感覚でできる体力アップ方法がお勧め
【幸運を呼ぶ食べ物】 カリフラワー

【交通課から】

新入学を迎える子ども(小学生)の交通事故防止について

小学校1年生になると行動範囲が広がり、子どもだけで行動することが増えます。子どもは興味があ



るとそのことに夢中になって、周りの状況が目に入らなくなり危険なことの判断ができなくなります。

こどもの視野は、大人の3分の2くらいと言われており、大人の目線では安全と感じても、こどもの身長、視野でいつもの道を見てみると、今まで気付かなかった危険があるかもしれません。

保護者の方は、小学生になる前に、通学路や公園などこどもの行動範囲と一緒に歩き、こどもの目線で危険な箇所を確認してください。また、繰り返し交通ルールを守り自らの身を守るための安全な歩き方を身に付けさせましょう。

★信号のルールを守りましょう

・信号が赤のときは「止まる」、青のときは左右をよく見て車が来ていないことを確かめてから渡りましょう。
・歩行者用信号(青信号)が点滅しているときは渡り始めてはいけません。
・横断中も、車が近付いてきてい

★近くに横断歩道があるときは横断歩道を渡りましょう

・横断歩道の前では必ず「止まる」、左右を「見る」、安全が確認できるまで「待つ」、横断するときは手を上げて渡りましょう。

★道路には絶対に飛び出してはいけません

・「止まれ」の標識があるところでは必ず止まって、左右を確認しましょう。
・見通しが悪い交差点や曲がり角では、急に車や自転車が飛び出してくることがあるため、立ち止まって左右を確認しましょう。

★子どもは見えない、見られていない

・子どもは運転者から見落とされやすいため、車の動きに注意しましょう。
・目立つよう明るい色のものなどを身に付けましょう。

★自転車は車の仲間です

・交通ルールを守り、正しく利用しましょう。
・自転車に乗るときは、ヘルメットを着用し必ずあごひもを締めましょう。



【生活安全課から】

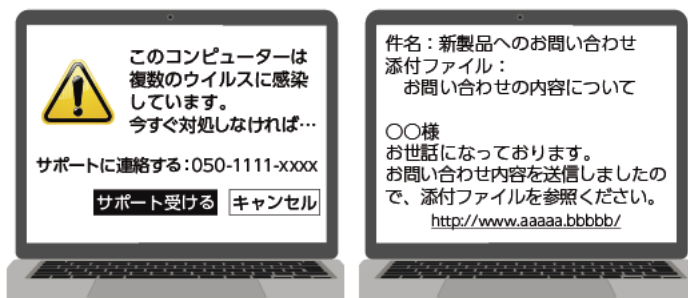
あなたも狙われている…
フィッシング詐欺に気をつけて!!

スマホを狙う詐欺



これらはすべて詐欺です!!

パソコンを狙う詐欺



これらはすべて詐欺です!!

1月下旬に、県内でも被害が発生しています!!

※メールに記載されたリンクや添付ファイルは、不用意にクリックしない!
↓いつも利用する企業や公的機関からのメールだと思っても、よく見ると送信元やアドレスが違う場合があります。

※インターネット閲覧中に「電話番号が表示された警告画面」が出てきたり、「大きな警告音」が鳴っても慌てない!電話をかけない!
↓技術サポートを装った詐欺です!警告画面や警告音を消すには、ブラウザを強制終了するか、パソコンを再起動してみてください。



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

ぐっすり眠れていますか?

日本体育大学准教授 伊藤由美子

皆さんは日頃、ぐっすり眠れていますか?

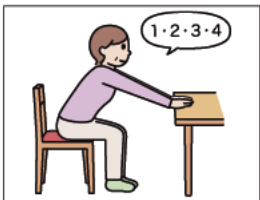
睡眠健康推進機構では、3月18日を「春の睡眠の日」としています。睡眠時間は年齢とともに短縮傾向が見られ、必要な睡眠時間は人によって異なりますね。特に働き盛り世代の皆さんは、日々の疲労が少しでも軽減できるよう睡眠時間を確保しましょう。より良質な睡眠を取るためには寝室環境を整えることが必要であるといわれています。部屋の明るさを調節したり、ご自身にとって快適な室温を保ったり、静かで心が休まる空間をつくり出してくださいね。

さて今回は、背腹(せはら・背中とおなか)の運動を紹介します。胴体部の筋群は、姿勢を維持するために大切な役割を担っています。仕事の合間に、適度に体を動かして心身共にリフレッシュしましょう。

レッツ、トライ! 背腹を倒す運動・曲げ伸ばす運動



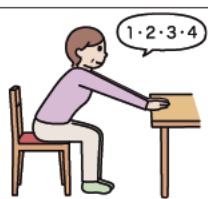
①いすに座り、両腕を前に上げて準備をします。



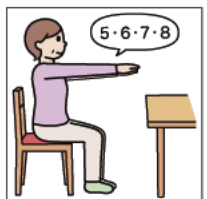
②背筋を真っすぐに保った状態で上半身を前傾させます。



③その後、おへそを見るようにしながら背中を曲げ伸ばします。



④再度、背筋を真っすぐにさせて上半身を前傾させます。



⑤元の姿勢に戻ります。

みんなのお便り



毎月届くあぜみちを見るのが楽しみです。「パパッとレシピ」のページで三重なばなのシェイクが載っていたので興味が湧き、今度作ってみます。なばなのデザートっていいですね。なばなで栄養チャージ!
(Sさん 67歳)

いつも楽しみにしていただきありがとうございます。シェイクにすることで甘く飲みやすくなります!ぜひ作ってみてくださいね(*´ω`*)

淋しかった花壇に、虫食いがある葉牡丹を植えてみましたが生命力にびっくり。朝日に向かって元気に育ってくれました。葉牡丹さんありがとう。手入れ頑張ります。
(Mさん 83歳)

葉牡丹は冬の花壇を豪華にする植物ですよ!色や種類も様々でとても華やかです!また素敵な写真が撮れたら投稿をお待ちしております!

いつもJAで水稻苗を購入しています。職員さんが軽トラックにパパッと積んでくださり「ありがとうございます!」と言ってくださるとても気持ちがいいです。
(Eさん 66歳)

いつもご利用いただきありがとうございます。田植えシーズンが近づいてきましたが、少しでもお力になれるよう職員一同がんばります(^_^)/今年もよろしく願いいたします!

Aコープ津店のクーポンを利用させてもらっています。
(Uさん)

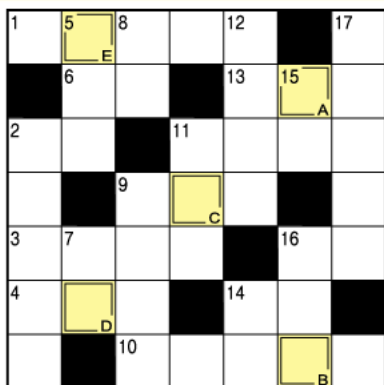
10%割引お得ですよ!毎月使うのを忘れないようにお財布に入れましょう(^_^)-☆

表紙のお子さま達に癒されています。可愛いです。
(Mさん)

撮影の最初はちょっと緊張していますが、徐々に元気いっぱいの可愛い表情をしてくれます。可愛いモデルさんたちばかりです!

クロスワードパズル

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?



A B C D E

タテのカギ

- ② 歌のうまさを競うイベント
- ⑤ 釣りで使う擬餌針のこと
- ⑦ 舌で感じ取るもの
- ⑧ 日本一高いものは3776mあります
- ⑨ 「峠の——」は群馬県・JR横川駅の名物駅弁です
- ⑪ 人や車が行き来する道のこと
- ⑫ このような役を演じられるとは役者——に尽きます
- ⑭ ものを記憶する器官
- ⑮ ホルスタイン、ジャージーといえぱ
- ⑯ 寄せ書きに使ったりサインをもらったり
- ⑰ ホワイトデーに贈ることもある、ふわふわと軟らかいお菓子

ヨコのカギ

- ① 3月下旬から4月上旬までの学校の休暇
- ② イエスの反対語
- ③ 俳句や和歌で規定より音数が多いものこと
- ④ いいかげんなことはしません
- ⑥ 海に潜って貝などを採ります
- ⑨ どこからか梅の花の——が漂ってきた
- ⑩ 卒業生が校長から卒業——を授与された
- ⑪ 捕手とバッテリーを組みます
- ⑬ 原稿——、投票——
- ⑭ 雨宿りのときに借ります
- ⑯ 姫路や彦根、松本のものがある

先月号の答え

A	B	C	D	E
シ	ュ	ー	プ	ール
フ	ユ	ビ	ト	ル
キ	キ	ス	キ	ー
ノ	ミ	モ	ト	シ
ト	チ	ー	ク	ユ
ウ	マ	ン	イン	セ
ア	ブ	リ	カ	シ

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、**ミー・ユのハンドタオル**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 組織運営課
FAX 059-253-1854
Eメール master@ja-tsuage.or.jp



左記のQRコードをご利用いただく、簡単にメールが作成できます。

① パズルの答え	5114-0057	津市一色町211
② 郵便番号・住所・氏名・年齢・日中連絡がとれる電話番号	JA津安芸	組織運営課
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		

応募締切日 令和6年4月10日

3 MARCH TSUJIGAE CALENDAR

3月号津安芸カレンダー

JAグリーン
7のつく日ポイント2倍

みどりの交差点
8のつく日ポイント2倍

月	火	水	木	金	土	日
3/11 ・女性部 チャレンジクラブ	12 ・まつの実会 わらいの里辰水	13	14	15	16 ・税務相談 (本店1階・予約制)	17 ポイント 2倍
農機展示会 (農機センター西側倉庫)						
18 ポイント 2倍 ・全役員協議会	19	20 春分の日 ・税務相談 (本店1階・予約制)	21	22	23	24
25	26	27 ポイント 2倍	28 ポイント 2倍 ・第13回定例理事会	29	30	31
4/1	2	3 ・税務相談 (本店1階・予約制)	4	5	6 ・税務相談 (本店1階・予約制) ・法律相談 (本店1階・予約制)	7 ポイント 2倍
8 ポイント 2倍	9 ・第1回女性部役員 担当者合同会議	10				

行事につきましては、変更となることがあります。

2024 3 表紙紹介 vol.416

航成さん ご夫妻のお子さん
由華さん



江藤 かいよう
海陽くん (3歳)
ひなぎ
陽風ちゃん (1歳)

海陽くんは、妹思いの優しいお兄ちゃん。車や電車が大好きで、お父さんと一緒に電車や踏切を見に行くことが楽しみです。最近、野菜を洗ったり料理のお手伝いをしています。

陽風ちゃんは、お兄ちゃんが大好きな甘えん坊。お気に入りのカバンに荷物を入れて遊ぶことにハマっています。「パパ、ママ、カイヨウ」と名前を呼べるようになりました。

お休みの日は、家族みんなでお出かけしたり、動物園に行きます。

ご両親からメッセージ

いつも癒しをありがとう。仲良く元気に育てね！



隠れミー・1を探せ!

隠れミー・12月号答え



P5



P10



P14

ほっと Photo ぎゃらりー

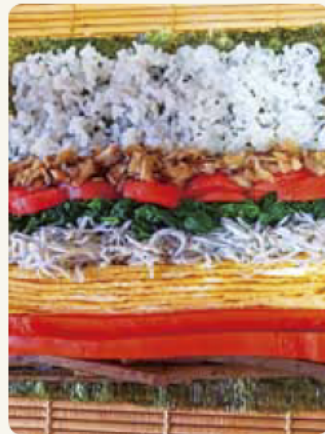
hot photo gallery



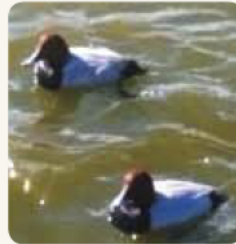
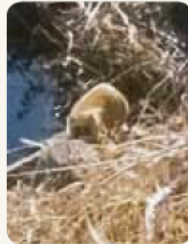
『黒法師』
雲出島貫町 M M
黒法師の花がキレイに咲いてくれました。



『パイヤ』 雲出島貫町 秀ちゃん
畑に植えたパイヤがこんな姿に！



『恵方巻き』
河芸町西千里 Nさん
今年は私の好きな真材で作りました。ゴボウ・人参・卵・しらす・法蓮草・トマト・椎茸で巻きました。



『発見!』 雲出島貫町 秀ちゃん
用水路でイタチ発見! カモは冷たい水でも気持ちよさそう。

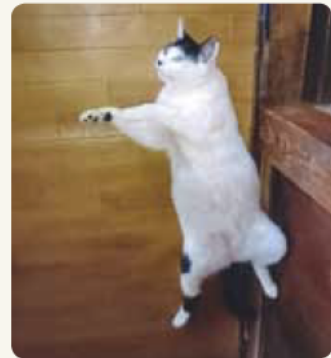


『大きな辰』 大里 H・Y
デイサービスの職員と利用者で段ボールを組み立てて2mもある辰を2匹作りました。



『テン』 美里町北長野 まさまさ
可愛い顔の「テン」??が遊びに来ましたが帰ってもらいました。

テーマ投稿『冬のたのしみ』を含みます



『アラヨツと』 半田 マダムおけい
寒い夜はストーブの前で猫と戯れます!



『我が家の愛犬』 美里町 M.N 2
寒い冬の日でも高齢犬が番人をやってくれます!



『収穫!』 美里町北長野 まさまさ
聖護院大根収穫できました!



『ミジュマルゲットだぜ!』 栗真小川町 マリンちゃん
伊勢鉄道もミジュマルトレイン発進!!

テーマ投稿募集!
5月号のお題
「スタート!」
4月10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 組織運営課
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。



JA津安芸
ホームページ
http://www.ja-tsuage.or.jp



JA津安芸
Instagram
@ja-tsuage



ほっと Photo ぎゃらりー

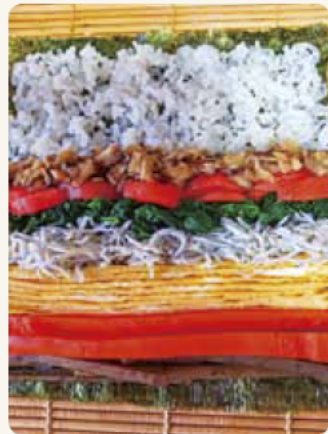
hot photo gallery



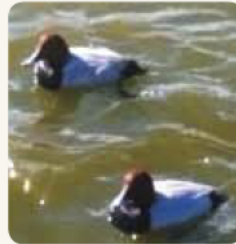
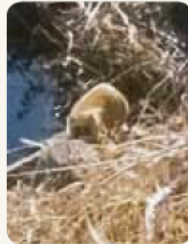
『黒法師』
黒法師の花がキレイに咲いてくれました。
雲出島貫町 M M



『パイヤ』 雲出島貫町 秀ちゃん
畑に植えたパイヤがこんな姿に！



『恵方巻き』
今年は私の好きな真材で作りました。ゴボウ・人参・卵・しらす・法蓮草・トマト・椎茸で巻きました。河芸町西千里 Nさん



『発見!』 雲出島貫町 秀ちゃん
用水路でイタチ発見! カモは冷たい水でも気持ちよさそう。

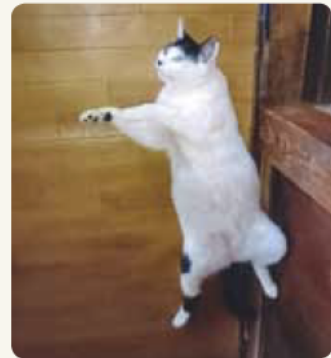


『大きな辰』 大里 H・Y
デイサービスの職員と利用者で段ボールを組み立てて2mもある辰を2匹作りました。



『テン』 美里町北長野 まさまさ
可愛い顔の「テン」??が遊びに来ましたが帰ってもらいました。

テーマ投稿『冬のたのしみ』を含みます



『アラヨツと』 半田 マダムおけい
寒い夜はストーブの前で猫と戯れます!



『我が家の愛犬』 美里町 M.N 2
寒い冬の日でも高齢犬が番人をやってくれます!



『収穫!』 美里町北長野 まさまさ
聖護院大根収穫できました!



『ミジュマルゲットだぜ!』 栗真小川町 マリンちゃん
伊勢鉄道もミジュマルトレイン発進!!

テーマ投稿募集!
5月号のお題
「スタート!」
4月10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」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 組織運営課
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。



JA津安芸
ホームページ
http://www.ja-tsuage.or.jp



JA津安芸
Instagram
@ja-tsuage

