

あまの風

2

2020
February

特集

支店を核としたJAづくり活動
笑顔があふれる支店をめざします

目次 CONTENTS

特集 支店を核としたJAづくり活動	02
ニュース&トピックス	04
農業人 仁村孝美さん	06
家庭菜園 トウモロコシ	08
家庭菜園 Q&A	10
エクメア・ガモセバラを楽しもう	11
わが家のアイドル/家族の一員	12
地産地消レシピ	13
海南病院だより	14
地域の職員紹介/営農ミニ情報	16
チャレンジクイズ/お便り紹介コーナー	17
お知らせ	18
行事カレンダー/理事会報告	19
JAあいち海部 自己改革の取り組み	20



JAあいち海部
広報大使
れんたろう



JAあいち海部

<http://www.ja-aichiama.com/>

JAづくり活動

支店をめざします～

拠点として地域に根ざした支店を目指し「支店をしています。よりJAに親しみを持っていただけます。今回はその一部をご紹介します。



生産者の協力のもと、特産ゆめのかの収穫体験を行いました。

佐織支店



園芸部の協力のもと、地元の小学校へ出向き、ミニトマトの苗を植えつけました。

春

夏

市江支店



夏休みの宿題の習字教室を支店2階で開催しました。



父の日に来店された方へ心を込めてカーネーションをプレゼントしました。



夏休み期間に大井川鐵道のSLに乗車する旅行を企画しました。

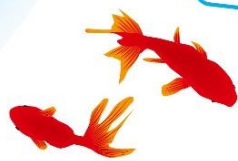


津島支店

十四山支店など全6支店



支店にて金魚すくいを実施し、多くのお子さんに楽しんでいただきました。



佐屋支店



地元の夏祭りに出店し大盛況でした。



イベント情報はこちらをチェック!

店頭でもご案内しておりますので、お気軽にお立ち寄りください。

JAあいち海部

検索

八開支店



地元の保育園の園児を招き、秋野菜の収穫体験を実施しました。

支店を核とした ～笑顔があふれる

JAあいち海部では、地域の皆さまのくらしの核としたJAづくり活動を全12支店にて実施よう、年間を通して様々なイベントを開催して

全12支店



伊勢湾台風の記録写真をパネルで展示し、多くの来店者が足を止めていました。

全12支店



蟹江支店

小学生が町探検に訪れました。

冬

秋

永和支店



農業に関する基礎知識講座として「やさしい野菜教室」や「稲作教室」を定期的開催しています。



米の初出荷式を「おにぎりの日」と制定し、来店者に新米を振る舞いました。



弥富支店



支店ロビーにて新米の試食販売会を行いました。

鍋田支店



支店で栽培・収穫したゴーヤを来店された方へお配りしました。



Facebook



<https://www.facebook.com/jaaichema/>



ホームページ



<http://www.ja-aichema.com/>

新鮮な情報をお届けします

情報発見!

News & Topics

ニュース & トピックス

Topics

農婚パーティー 3組のカップルが成立!

12月21日、本店で婚活イベント「農婚パーティー」を開きました。愛西市、弥富市との共催で、男女16名が参加しました。特産のミニトマトの収穫体験や地元野菜を使った料理を味わいながら、お互いの理解を深め、距離を縮めました。

農婚パーティーは管内の後継者不足解消への取り組みの一環で毎年開催しており、今回で8回目です。「JAあいち海部を味わう農婚」と題し、農畜産物のPRも兼ねて、今回初めてミニトマトの収穫体験を取り入れました。

参加者は、管内農家さんのハウスの一角でミニトマトの収穫体験を楽しみ、トークを弾ませました。その後、イチゴやレンコン、トマトなど管内の農畜産物をふんだんに使用した料理を堪能しながら、フリートークやビンゴ大会を楽しみ、3組のカップルが成立しました。



ミニトマトの収穫体験を楽しむ参加者

News

「輪中の郷」 餅つきで地域交流

12月25日、女性部と鍋田支店は特別養護老人ホーム「輪中の郷」の施設利用者や集まった園児と一緒に餅つきを行いました。施設の方々に、餅つきを通じて元気になっていただこうと毎年行っている取り組みです。お餅をついた際に「よいしょ」と掛け声があがり、会場は盛り上がりました。

餅つきでは、鍋田支店の職員がお餅をつき、女性部員がのどに詰まらないよう小さくちぎり、きな粉とあんこ、大根おろしの3種類で味付けしました。利用者はお餅をおいしそうに食べていました。

利用者は「餅つきは迫力があって見ていて楽しい」「色々な味の餅を食べる事ができて楽しい」などと話しました。



餅つきをする鍋田支店の職員(左)

News

永和支店 地産地消即売会 地元の特産品を支店で販売



即売会で特産品を購入する来場者

12月20日、永和支店で特産品を集めた地産地消即売会を開催しました。これは「支店を核としたJAづくり活動」の一環として、支店と地域との繋がりを強化や、農家所得の向上を目的に実施している取り組みの一つです。

即売会では、支店前に特設会場を設置し、レンコンやイチゴ(ゆめのか)・トマト・鉢花のシクラメンなどの販売を行いました。会場には開店前から多くの方が訪れ、レンコンを7ケース購入した来場者もいるなど大好評でした。

同支店では今後も、バレンタインデーやホワイトデーに合わせてイチゴ(ゆめのか)の即売会を実施予定です。ぜひお越しください。

Topics

会員数5,000名 JAカード 新規会員募集!



利用者にJAカードについて説明する渉外担当職員

当JAは産直所の利用者増加による地域農業の活性化を目指し、JAカードの新規会員募集に取り組んでいます。

直売所の特売日やJAまつりなどのイベント時に特設ブースを設置し、来店者や地域の方に向けて、総合事業の強みを活かしたJAカード利用による各種割引などをご紹介しております。

キャッシュレス消費者還元事業による5%ポイント還元と、JAバンク独自の5%割引施策を併せた合計10%の直売所利用メリットなどをお伝えした結果、昨年4月からの獲得件数が1,000件を突破し、12月末時点での会員数が約5,000名に増加しています。

この機会にぜひJAカードでキャッシュレス決済をはじめませんか? 詳しくは各支店窓口もしくは渉外担当者までお問い合わせください。

Topics

JA貯金・ローン ひと・いえ・くるま出張相談会 海南病院で相談会開催



相談に対応する当JA職員

12月17日から3日間、JA愛知厚生連 海南病院で「JA貯金・ローン ひと・いえ・くるま出張相談会」を行いました。この取り組みは、年に4回定期的に開催しており、海南病院を利用する地域住民や職員に広くJAの活動を知ってもらおうと、1階のロビーと2階エスカレーター横で実施しました。

相談会には定期貯金キャンペーンやJA共済のことなど幅広い相談が寄せられました。それぞれの相談に当JA職員は丁寧に説明しました。

News

女性部 意見交換会 よりよいJAづくりを目指して

1月7日、女性部は本店で意見交換会を開き、女性部役員や常勤役員、部長35名が出席しました。

この意見交換会は、女性部役員とJA役職員が相互の理解を深め、連携強化・組織活動の活性化とJA運営に女性部員の意見反映を図ることを目的に開催しています。

女性部の部員減少についてや各イベント運営などに関して、女性目線での様々な意見や要望をいただき、活発な意見交換が行われました。



女性部員の意見に回答する職員

News

佐織園芸組合 越津ネギ・キクナ目揃え会 出荷最盛に向けて規格統一



規格を確認する生産者と市場担当者

12月20日、佐織園芸組合ネギ部会とキクナ部会は出荷最盛を迎える越津ネギとキクナの目揃え会を開きました。品質向上、出荷規格統一が目的です。同組合は44戸がおよそ2.5ヘクタールで越津ネギを、50アールでキクナを栽培。出荷は3月末まで続き、ネギは18,000ケース(6キロ/ケース)、キクナは5,000ケース(3キロ/ケース)を目指します。

目揃え会には生産者や市場担当者24名が参加しました。出荷物を見ながら、色や曲がりなどの出荷規格を市場担当者と確認。市場担当者は「佐織園芸組合ブランドは市場からの評価も高い。しっかり規格を揃えていただき、引き続き品質の良いものを出荷してほしい」と話しました。

Topics

介護初任者研修 修了式 地域で活躍する人材育成を目指して

12月19日、北部営農センターで「介護職員初任者研修」の修了式を行いました。高齢化に伴い、需要が拡大している介護・福祉に関する地域人材の育成を目的として取り組み、全16回の講義を終え、13名が修了しました。

訪問介護をするために必要な資格の一つである「介護職員初任者研修」取得に向けて4ヶ月間、座学と実習・自宅学習を併用し取り組んできました。

修了者は実習を振り返りながら「最初は聞きなれない介護の専門用語に戸惑い、課題レポートや実習にとっても苦労したが達成感でいっぱい」「学んだ事を活かして介護の現場での仕事やボランティアにも参加してみたい」と話しました。

受講者の中にはすでに当JA介護課のヘルパーとして3名が登録しており、今後の活躍が期待されます。



活躍が期待される修了者



PROFILE

にむら たかみ
仁村 孝美さん(61歳)

弥富市大谷

ピカピカの『美茄子』を 作り続けたい

弥富市で40年以上農業を営んでいる仁村さんは、『美茄子』という品種のナスを23アールのハウスで栽培しています。その他にもキャベツやブロッコリーなど季節に合わせた野菜を10アールの畑で栽培しています。露地野菜は17年ほど前から、Aコープとびしま店の産直コーナーに出荷しています。

以前は『千両』という品種を栽培していましたが、仁村さんが所属するナスFC部会の品種変更に伴い、昨年からは『美茄子』を栽培するようになりました。その影響もあり、昨年の収穫量が今までで一番多かったそうで、10アール当たり18トンのナスが収穫できたと笑顔で話してくれました。

今年の生育状況については、暖冬のためハウス内の温度調節に気をつけながら栽培しているそうです。温度以外にも、風による換気や湿度の高さにも注意が必要で、ハウス内の空気が循環していないとすぐに病気になってしまうため、とても敏感だと話してくれました。

栽培する中で苦労されていることについては、色が赤くなりやすいのが『美茄子』の特徴であり、赤いもの



品種『とげなし美茄子』

愛知県が開発したヘタにとげが無いナスを「とげなし美茄子」として出荷しています。

皮は非常につやがあり、他のナスと比べて日持ちします。果肉は柔らかく、甘みが強いことが特徴です

仁村さんが所属する「ナスFC部会」では、ハウスでの栽培は9月から6月末まで続き、収穫は3月から6月がピークとのこと。

朝早く収穫を行い、午後に出荷するのでとても新鮮です。



だと等級が落ちてしまうそうです。深い紫色にするためにはしっかりと日光に当てる必要があるため、葉かきを念入りに行い、影をつくらないようにするなど工夫をしています。

今後の目標について伺うと、「『美茄子』の栽培を体が健康なうちは経営を安定させ、あと15年は続けていきたい」と熱く語っていただきました。また、ナスの農家数減少についても、後継者を見つけて続けていければと話してくれました。

最後に仁村さんから消費者の方に向けて、「美茄子は実が引き締まっていて煮くずれしないのが特徴です。焼きナスや煮浸しがオススメですので、ぜひたくさん食べてください」と笑顔でメッセージをいただきました。

家庭菜園

Q & A

問題解決!



北部営農センター 農産課 営農主幹
氣賀澤 洋巨

Q1 畑の土壌診断を行ったら、pHが7.5で、高いといわれました。エダマメを栽培したいのですが、pHを下げる方法がありますか。

A1 エダマメの栽培に適した土壌pHは、5.8〜6とされています。7.5は上限値を超えています。図1のようにpHは上限値を超えていますが、腐植と加里は下限値を下回っています。堆肥などで土づくりが必要ですね。pHが高いのは、図1のように石灰と苦土が多いことから、苦土石灰を前作で多く施用したのでしょうか。

pHが7以上だと、野菜が必要とするホウ素やマンガンが土壌中で溶け出しにくくなり、生育途中に野菜が吸えなくなると、欠乏症が起る心配がありますね。土壌pHを急げ下げることが難しいですが、ホウレンソウやエンドウのように、pHが7以上でも栽培できる野菜を選ぶとよいかと思えます。1作でも他の野菜を栽培すること、降雨等で自然にpHは少しずつ下がりますので、7以下になると思えます。無理して下げたい時は、硫酸か過りん酸石灰を10アールあたり20kgを土壌混和すれば、土壌pHが0.3程度下

げることができるとの報告があります。逆に多く施用すると、窒素等の過剰が心配されますので、注意して使いたいですね。土壌診断は、いつでも可能です。事前にJA支店等に乾燥した土をお持ちください。

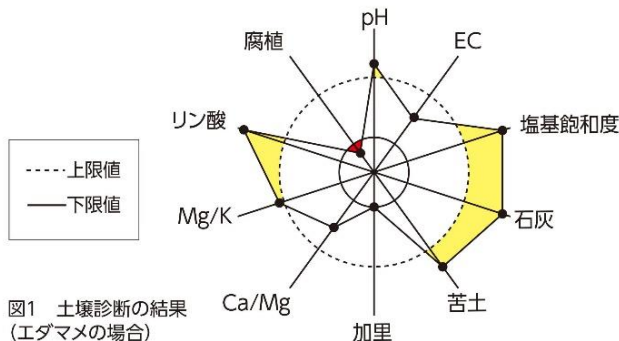


図1 土壌診断の結果 (エダマメの場合)

Q2 4月に、梅の新芽付近の葉が縮んで、葉の色が赤くなるのはどうですか。近くに桃の木があるのですが、問題がありますか。

A2 梅の新芽が伸びる時に、葉が縮むようになってお餅のように部分的に膨らむのは、縮葉病という病気ですね。新葉が成長する時に赤くなる(写真1)こともあります。縮葉病は、梅より桃に発生しやすいことから、同時に防除が必要です。発病後は、葉が枯れて落葉し、ひどくなると枝まで枯れます。新葉が成長期になるとだけ発生し、胞子は枝や芽について翌年まで潜伏します。芽吹きとともに新葉に感染し、発病します。発病してからの防除は効果がありませんので、葉の出る前に必ず防除したいです。



写真1 ウメの縮葉病

発病した葉は摘みとって焼くか、土に埋めて処理したいですが、2月下旬の芽が出る時期に、石灰硫黄合剤かオーソサイド水和剤80で、桃の木と同時に防除したいです。

Q3 収穫したばかりのおいしいエダマメを食べたいのですが、いつからは種をすることが出来ますか。

A3 エダマメは、早朝の収穫直後に熱湯で茹で上げたものがおいしいですね。栽培した人だからこそ楽しめると思います。

エダマメは、トンネル被覆の栽培が可能ならば、3月上旬からは種が可能です。この時は、ポットや育苗床(写真2)を使って集中的に苗をつくり、2週間後を目途に移植します。移植は、図2のように本葉が見え始めた頃が適期で、長く苗床に置くと茎が伸びた徒長苗になります。

被覆しない場合は、4月上旬からがは種適期でしょう。その後は7月上旬までいつでも種できます。エダマメは、は種後45日で開花し、



写真2 は種1週間後の苗床



写真3 収穫直後のエダマメ



図2 定植適期のエダマメ苗

さが大きくなってきます。収穫時期は品種によって異なりますが、開花後で早生種が35日、中生種で40日、晩成種は45日が収穫日の目安になります。開花後2週間の時にマメシンワイガなどの防除を行うと、食害のないエダマメが楽しめます。



Enjoy

“エクメア・ガモセパラ”を 楽しもう

南部営農センター園芸課 営農主幹 竹田 幸正



エクメア属はパイナップル科の常緑草本です。このパイナップル科は60属1800種ほどの大きな科ですが、一般的にはアナナス類と総称されています。原産地は中南米、北米南部に分布し地生の種類と着生の種類があります。その中のエクメア属は南米の熱帯地域に150〜180種が分布しています。その多くは樹や石に着生している種類です。葉は硬く、縁には硬く鋭いとげがあります。株はロゼット状で、基部で重なり短い筒状の貯水槽になっています。花は穂状花序で葉の筒状部より上に伸びます。苞や萼が着色し、長期間美しく葉も色や形の変化にともな、園芸的価値が高く強健な種類が多いので、観賞用に栽培されています。

エクメア・ガモセパラ (Euphorbia gamocephala) はブラジルの南部が原産で、高さは15〜30cm、薄くて軟らかい葉がロゼットを形成します。他のエクメア属は夏に花が咲くものが多いのですが、エクメア・ガモセパラは冬に花が咲きます。秋から花茎を伸ばして、萼片は赤みを帯び淡い青紫色の花を咲かせます。園芸名は「ブルーシヤンデリア」ですが、

この種の斑入り種は「ラッキーストライプ」という園芸名の種類もあります。

置き場所

春の時期から秋の時期にかけては、直射日光を避けて室内の明るい日陰に置きます。夏の直射日光が強い時期は、直接強い日差しがあたると、葉やけを起したりしますので注意してください。葉やけを防ぐためには、直射日光に長時間当たらないことです。対策はレースのカーテン越しに置くことです。葉やけを起してしまった葉は、元に戻りません。冬は室内の窓際に置き、レースのカーテン越しに日光を当てるようにします。ただし冬の時期の夜は、窓際温度が低くなるので、窓際から少し室内寄りに移動するようにします。



かん水

春の時期から秋の時期にかけては株の上から水を与えるようにします。筒状になっている葉の部分に水をためておきます。

寒くなり暖房のない部屋で管理する場合は葉の筒状の部分に水が残っていたら、筒の中に残っている水を抜きます。鉢土が白く乾いてきたら、鉢内にかん水します。



施肥

春から秋にかけての生育期に暖効性化成肥料を2〜3か月に1回与えます。冬の期間は肥料を与える必要はありません。



管理

一度花を咲かせた株が再び花を咲かせることはありません。花が開花した後に小株が株の周りにできます。その子株の葉が5〜6枚になったら親株から切り離し、水ゴケなどで巻いて別の鉢に植え替えます。葉の枚数が少ない子株は切り離しても生育しません。切り離れた子株は1年から1年半くらいで花を咲かせるようになります。



わが家の アイドル



佐屋支店
管内

長男 鈴木 空暖くん(0歳)
母 / 香織さん

心の“暖かい”子になってほしいな

空暖くんは、どんなことにも興味津々！人見知りせず、みんなに優しく微笑みかけては、すぐに人に懐くことのできる愛嬌いっぱいの子で、3月に1歳のお誕生日を迎えます。最近、つたい歩きができるようになり、ビジーカーを押して一生懸命嬉しそうに歩くその姿がとても可愛らしいと、お母様は話してくださいました。

そんな空暖くんの好きな食べ物は、お菓子の「ハイハイン」だそうです。また、NHKの教育番組「おかあさんといっしょ」で人気の人形劇「ガラピコぷ〜がやってきた!!」に最近、夢中なんだとか。

「将来は、人の役に立てるような仕事についてくれると嬉しいです」と、空暖くんについての想いを語ってくださったお母様から空暖くんに向けて、「人に優しくできる、“暖かくて”心の広い子になってほしいです」と、メッセージをいただきました。

わが家のアイドル / 家族の一員

家族の一員



中村さんの営む釣具屋の看板猫のチョコくんは、ご家族やお店の常連客の皆さんから愛されながら、のんびり暮らしています。1年半ほど前に庭に迷い込み、消え入りそうな声で鳴いていたところを中村さんが見つけたことが出会いのきっかけでした。それまで猫を飼ったことがなかったそうですが、一目見て可愛いと気に入り、迎え入れる決心をしたことを中村さんは話してくださいました。

チョコくんが一番懐いているご長男さんいわく、チョコくんの性格はとても大人しく声の大きな人が少し苦手だそうです。普段はおうちの中でゴロゴロして遊んだり、事務所のコーヒーメーカーの上に座って店番をしているんだそう。また、お店に並ぶ釣り餌はもちろん、目の前のテーブルにご家族の食事が並んでいても、一切手をつけないそうで、トイレも自然と覚えたとても利発な男の子です。

猫好きの中村さんのご親戚が遊びにくるたびに、チョコくんに似合いそうな首輪を持って来てくれるそうで、クリスマス前に取材に訪れたこの日は、金色のベルの飾りのついた可愛い首輪でお出迎えしてくれました。中村さんからチョコくんに向けて「これからも家族の一員として、ずっと元気でいてね」と温かいメッセージをいただきました。



飛島支店管内
(中村さん宅)



チョコくん(1歳)



2020 3月の運勢
獅子座 7/23~8/22

全体運
健康運

春がそこまで来ています。暖かくなってからすることの準備を先取りすると、幸運の呼び水に。新プランにツキ
リラックスを心掛けて。温かい飲み物を

幸運を呼ぶ食べ物 レモン

野菜ソムリエ

服部 妙子の

Healthy Vegetable dishes

かんたん!時短!

地産地消レシピ



recipe1 甘辛れんこん



【材料】 (2人分) れんこん……………200g
薄力粉……………大さじ1
サラダ油……………大さじ2

A [みりん……………大さじ1
酒……………大さじ1
砂糖……………小さじ1/2
しょうゆ……………大さじ1

【作り方】

- ① れんこんは皮をむき、縦半分、横7mm幅に切り水にさらす。水気をキッチンペーパーで拭く。
- ② 袋にれんこん、薄力粉を入れまぶす。
- ③ フライパンにサラダ油を入れて熱し②を入れて2～3分転がしながら中火で炒める。余分な油を拭き取る。
- ④ ③にAを加え混ぜながらからめる。

その他のレシピはコチラ!

JAあいち海部 🔍 検索



recipe2 白菜とツナのおかかポン酢



【材料】 (2人分) 白菜……………1/4株
ツナ……………1缶

A [和風だしの素……………大さじ1/2
砂糖……………小さじ1
塩……………少々
B [かつお節……………2袋(6g)
いり白ごま……………大さじ2
ポン酢……………大さじ1
ごま油……………小さじ1

【作り方】

- ① 白菜は、葉は手でちぎり、芯の部分は薄切りにする。
- ② ボウルに①・Aを入れよく揉み込む。水分が出たらそのまま5分おく。
- ③ ②の水気をギュッと絞り、ツナ缶・Bを入れ、よく混ぜ合わせたら出来上がり。



海南病院だより

海南病院だより

病院

三二知識

免疫力アップの食事について



栄養科

宇佐美 友香

厳しい寒さが続いていますが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。空気が乾燥し、風邪が流行るこの季節。栄養バランスの良い食事が続くと、免疫力が低下してさらに風邪をひきやすくなります。今回は免疫力を上げる食事のポイントを3つお話しします。

1つめは、「腸内環境を整える」ことです。免疫細胞の約70%は腸に集中しているため、腸の環境を整えたり、働きを活発にする食品が免疫力アップに有効とされます。ヨーグルトや納豆、味噌、キムチなどの発酵食品は腸内で善玉菌を増やし、腸内環境を良好に保ちます。そして善玉菌のエサとなる食物繊維を多く摂ることで働きがより高まります。また、免疫細胞の材料となるたんぱく質を摂ることも大切ですので、肉、魚介、卵、大豆製品、乳製品などのたんぱく質源となる食材は、毎日の食事で欠かさないようにしなす。

2つめは、「ビタミンを十分に摂る」ことです。病原体の侵入を防いでくれる皮膚や口鼻、のどなどの粘膜を丈夫に保つために積極的に摂りたい栄養素がビタミンです。特にビタミンCは不足しがちなため、意識的に取り入れましょう。ブロッコリー、ほうれん草、

じゃがいも、キウイフルーツ、柑橘類などに多く含まれています。水溶性で熱に弱いので、そのまま丸ごと食べたり、スープにして栄養が溶け出した汁ごといただくのがオススメです。また、ビタミンA・C・Eには抗酸化作用があり、免疫細胞の数を増やしたり、活性化させる働きがあります。

3つめは、「体を温める食品を摂り入れる」ことです。体温が1度下がると免疫力は30%落ちるといわれています。大根、ごぼう、れんこんなどの根菜類は体を温める働きがあります。ねぎ、しょうが、にんにくなどの薬味を活用することも効果的です。

あらゆる栄養素を摂るには、一部の食品だけに偏らず、多種類の食品をバランスよく摂ることが大切です。バランスの良い食事を心がけて、風邪に負けない身体を作りましょう。



介護

三二知識

失語症とは？

失語症とは脳梗塞・脳出血などの脳血管疾患や交通事故・転倒などによる脳損傷によって「聴く・話す・読む・書く」の全てが障害された状態を言います。舌や唇の動きが悪く舌足らずな話し方になってしまう構音障害とは別に分けられます。

「失語症」と聞くと話すことができないというイメージが強いと思いますが、話すことのできるが意味のないことを話してしまうという失語症もあります。例えば、「言葉がすぐに出てこない」「何を言っているのかわからない」「文字が読めない」「何と書いてあるのかわからない」などの症状が挙げられます。

失語症はうまく話すことができなかったり、意味のない言葉を話してしまうため認知症と間違われ、認知症の方への接し方と同じように接してしまつこともありますがそれは好ましくありません。当事者も「コミュニケーション」がうまく取れないため孤立しがちとなります。

失語症では、言語中枢が損傷を受けているため言語能力は著しく低下しますが、言語訓練とともに徐々に回復していきます。回復の度合いには個人差があり、日常生活に支障がない程度までしか回復しない人もいれば仕事に復帰できる程度まで回復する人も

もいます。言語能力が完全に元に戻らない場合でも、身振りや表情など他のコミュニケーション手段を利用してコミュニケーションを取ることができれば日常生活を送る上で支障は少なくなります。

失語症の治療は長期にわたることが多いためご家族の支援が重要になってきます。「あま津島失語症友の会」では月に1度本人とご家族が集まっていたり、一緒にゲームをしたり、情報共有を行うなど、皆が生き生きと生活できるよう援助させていただいています。



通所リハビリテーション

福島 悠吏佳

介護サービス情報は
こちらから



厚労省 介護事業 支援センター



2020 3月の運勢
天秤座 9/23~10/23

全体運
健康運

あちこちから声が掛かり、交通整理が大変かも。自分の意見をちゃんと伝えて、あいまいにしておくことに準備体操と休憩が大事。無理のない運動を 幸運を呼ぶ食べ物 ルッコラ

健康 ミニ知識

焦眉の急 保険の筋肉を作ろう



第一呼吸器内科部長
兼 呼吸器リハビリ
テーション科部長
佐藤 英文

「高齢や体力が低下された方がつまずいて足を骨折した」という話をよく聞きます。受傷時、多くの方は無意識に転倒してしまふ。何故、防ぐことができなかったのでしょうか。その誘因の一つに「いざの時の筋肉」が上手く使われなかったことが考えられます。これを筋組成、運動種類から説明します。

骨格筋組成は遅筋(赤色筋)と速筋(白筋)に、運動は有酸素運動と無酸素運動に大きく分類されます。有酸素運動は、負荷を筋肉に継続的にかける、酸素を使ってエネルギーを作り出す運動で体内の脂肪を燃焼させます。目的筋は遅筋です。無酸素運動は、運動中に呼吸をしないということではなく、エネルギーを作り出すのに酸素を使用しないということです。代表的な無酸素運動はレジスタンストレーニング(いわゆる筋トレ)で、目的筋は速筋です。歩行、入浴など通常の生活では速筋が動員されることは少なく、筋トレの必要性に疑問を持つ方もいらっしゃると思いますが、「いざの時」に動員されるのが速筋ですので保険として筋肉を作るためのトレーニングはやはり必要です。

方でも日常生活の中で可能な内容です。スタートトレーニングを始めた患者さんより慣れてくるとやめられなくなり、このお言葉もいただいています。有酸素運動(歩行)では筋力トレーニング効果はありません。ある程度の負荷のかかるトレーニングが必要です。

【トレーニング一例】※ゆつくりと動作することによって大きな筋肥大、筋力増強効果を得ることができません。

- 壁に背中を押し当てて、背中を滑らせながらしゃがみ、その後立ち上がり、繰り返す。この際、両膝が両つま先より前に出ないように注意する(スクワット)
- 片足を前に軽く出して、その足に軽く体重をかける。足を変えて同様にフロントランジ
- 椅子に腰掛けて、両手を両ふとももにおいて、両かかとを繰り返して上げる(カーフレイズ)

各々6~10回を3回(最低3日は休む) ※注意

個人差(体格、持病)にてトレーニングが禁忌の場合があります。かかりつけ医にご相談してください。

市民公開講座

「海南健康大学」のご案内

海南健康大学はどなたでも自由に受講できます。予約も事前申込みも不要ですので、「お気軽に」参加ください。

第11講座

緩和ケア病棟の療養について

- 日時 令和2年2月19日(水) 14時から15時
- 講師 緩和ケアセンター長兼緩和ケア内科代表部長 田嶋 学
- 場所 教育研修棟3階 講堂

※3月は休講です。

子育て ミニ知識

アトピー性皮膚炎



新生児センター長
兼 小児科代表部長
小久保 稔

Q 5歳の子どもがアトピー性皮膚炎です。保湿とアレルギー性治療剤で様子を見ていますが、以前よりかゆみのある部分が広がっているような気がします。今の治療のままでもいいでしょうか。アレルギー治療剤の内服によって成長へ影響がでないかも心配です。

A アトピー性皮膚炎は、かゆみのある湿疹が良くなったり悪くなったりを繰り返す病気です。その発症は、生まれつき皮膚が乾燥しやすいバリア機能が弱い、かゆみを感じやすいといった非アレルギー的側面と、さまざまな外的因子に対して過剰な免疫反応を起こしやすいといったアレルギー的な側面の2つの機序(しくみ)が複雑に絡み合っていると考えられています。かゆみがあると、掻くことによりさらにバリア機能が低下するという悪循環に陥ります。治療で重要なのは、アレルギー対策、スキンケア、薬物療法です。食品に対するアレルギーはないかもしれませんが、加齢とともにダニ、ハウス

ダスト、カビ、花粉などの環境抗原に対するIgE抗体陽性率が高くなることも多く、環境対策としてこまめな部屋の換気と掃除、布団の乾燥、エアコンフィルターの掃除などが勧められます。スキンケアの目的は、皮膚の表面から刺激やアレルギーとなる物質を取り除くこと、バリア機能の破壊されたドライスキンを改善することです。薬物療法は、ステロイドや免疫調節薬を塗ることが中心になると思いますが、通常の使用量で成長に影響が出ることはまずありません。補助的手段としてかゆみを抑える内服薬も一助になります。また、現在成人のみに使用されているアトピー性皮膚炎に有効な注射も将来的には小児に使用可能になるかもしれません。

ただ、きちんと治療していると思っても外用薬の塗り方が間違っていたり、適切な指導を受けていない場合もあると思います。一度皮膚科を受診し相談される※IgE抗体(免疫グロブリン)の一種。抗体が高値の場合はアレルギー体質が疑われます。



地域の職員紹介



元気な挨拶を心がけます!

入組してから5年間、金融窓口を担当しています。金融のお手続きは、お客様にご記入いただく書類が増えるなど、年々難しくなっていますので、支店にお越しいただいた組合員、利用者の方に、ご理解やご協力がいただけるようにお話しすることを日頃から心がけています。また、ご来店時やお見送りの際は、心を込めたご挨拶を忘れないようにしています。

休日は、家でのんびりとゲームをするのが好きで、ジャンルにこだわらずに色々楽しんでます。

今後は、ご来店されたお客様に「JAを利用してよかった!」と思っていただけるように、金融業務の知識習得に励み、窓口担当として専門性を高めていきたいです。

うえふじ ゆか
上藤 優花さん(23)

- 八開支店
- 入組5年目
- 担当業務:金融



八開支店

- 営業時間/AM8:30~PM5:30
- 窓口営業時間/AM9:00~PM3:00
- 定休日/土・日・祝・年末年始

営農情報

～園芸肥料の定番としてご愛顧いただき50年!～



1mm/1目盛

製品の特徴

- 肥効が長い!...IB態を全チツンの8割含むじわじわと効きます。
- 粒が大きい!...5~10mmと粒が大きく硬いので長効き、鉢物や育苗にも最適です。
- 安全・安心!...たくさん施肥しても肥料やけしにくい肥料です。
- IB化成S1号は、IB窒素をベースにした大粒の緩効性肥料です。
- 野菜・花卉の基肥、育苗、鉢物(置き肥)などに適した肥料です。

成分	窒素	リンサン	カリ	ブド	(%)
	10*	10	10	1	

* 全チツンの内、約80%がIB態です。

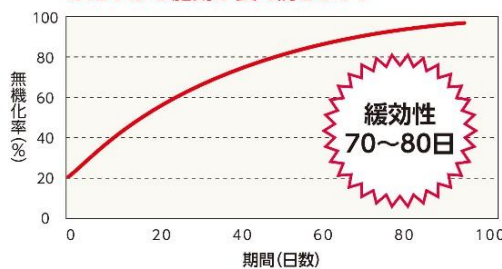
IB化成S1号

施肥量(目安)

キヌワリ	ナス	ピーマン	150~200	ハクサイ	ホウレンソウ	ブロッコリー	100~150
オクラ	スイートコーン	かぼちゃ	kg/10a (g/m ²)	ダイコン	インゲン	キャベツ	kg/10a (g/m ²)
ニラ	キク	バラ		タマネギ	ニンジン	ネギ	
3号鉢:3~5粒	プランター	花木	30~40g/±20l	花木	巨木	高木	20~30g/本 30~50g/本 100~150g/本
5号鉢:5~10粒							

- 施肥量は土壌条件や気象条件によって変わります。JAの栽培層等に従って施肥して下さい。
- 施肥量は基肥時の使用量です。追肥は適時、適量使用して下さい。
- IBS1号の重さ(目安) 20粒=約11~12g 50粒=約28~30g

IB態窒素が含まれているので
おだやかな肥効が長く続きます。



IB化成S1号
20kg1袋 3,410円(税込)

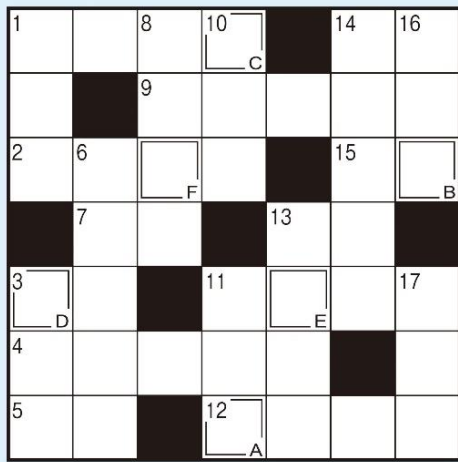


2020 3月の運勢
射手座 11/23~12/21

全体運
健康運

問題続出で頭が痛いかも。失言には気を付けて。下旬から運勢は急上昇。相手を思いやる気持ちが困難解消へ
暴飲暴食に注意。漢方薬の効果に期待
幸運を呼ぶ食べ物 タラの芽

チャレンジクイズ



二重マスの文字をA→Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

タテのカギ

- ①成長すると鶏になります
- ②太陽が東から昇る時分
- ③車の方向指示器のこと
- ④事故などを現場に居合わせて直接見ること
- ⑤工業——。——社会。——政党
- ⑥地震、雷、火事、——
- ⑦真ちゅうやステンレス、はんだなどのこと
- ⑧雑巾を用意して年度末の——をした
- ⑨版画を刷るときに使います
- ⑩旧暦3月の異称です

ヨコのカギ

- ①ひな人形に供える角張った食べ物
- ②守備の反対語
- ③サンとゴの間
- ④兵庫県の郷土料理。地元では卵焼きとも呼ばれます
- ⑤A、B、C……と数えて11番目
- ⑦走ると切れることも
- ⑨京の着倒れ、大阪の——
- ⑩白井義男は日本人初のボクシング世界——です
- ⑫骨と骨とをつなぎます
- ⑬白米を量るときに使う単位の一つ
- ⑭父や母の姉妹です
- ⑮——して得取れ

応募方法

●応募締切日●

2020年
2月28日(金)
当日消印有効

●ハガキでの応募●

官製はがきに

- ①チャレンジクイズの答え
- ②郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号
- ③ご意見・ご感想をご記入の上、ご応募ください。

宛先 〒496-0876 津島市大縄町9丁目63番地
JAあいち海部 チャレンジクイズ係 行

●ホームページからの応募●

ホームページの組合員専用ページにログインしていただき、チャレンジクイズ応募よりご応募ください。

URL <http://www.ja-aichiama.com/>

ID ja **パスワード** aichiama



2月賞品

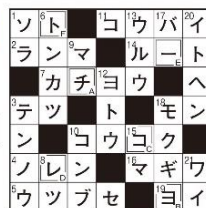
レンコン3キロ
(産直・贈答用)

正解者の中から抽選で
10名の方にプレゼント!

※写真はイメージです

先月号の答え

A B C D E F
チヨコレート



先月号の当選者

応募総数216通

たくさんのご応募をいただき、ありがとうございます。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

お便り紹介コーナー

地産地消レシピ楽しみにしています。男の料理教室にも参加しており家でも作っています。

(佐屋地区)

花の紹介を楽しみにしています。我が家も「小ギク」が咲いていますので、記事を参考にして大切に育ててみたいと思います。

(弥富地区)

1月号の「災害対策」コーナーの「非常持ち出し袋に入れておく物」の一覧は大変参考になりました。日々の災害への備えは大切だと改めて思う事ができました。ありがとうございます。

(八開地区)

サラリーマン生活をやっと卒業し、農業1年生です。家庭菜園コーナーは大変参考になります。

(八開地区)

グリーンセンター十四山店へは家内の荷物持ち担当として、週3回ほど通っています。お店の雰囲気や店員さんの接客態度もとても良く気に入っています。これからもよろしくお願いします

(十四山地区)

JA:グリーンセンターをご利用いただき、ありがとうございます。これからも、皆様に気持ちよくご利用いただけますよう努めてまいりますので、今後とも変わらぬご愛顧のほど、よろしくお願いいたします!



給油の際、JAカードのみではポイントが付かなくなります

4月1日より、JA-SSにてJAカードでお支払いの場合、ポイントがその場でしか付与できなくなります。ポイントの付与には**JAカードとポイントカードの2枚必要となります**ので、ご注意ください。支払い後のポイントの後付けはできませんのでご了承ください。



JAカード
(クレジットカード)



ポイント
カード

初心者・未経験者大歓迎!!



開催スケジュール

4月23日(木)	講習、播種作業	8月20日(木)	講習、播種・定植作業、収穫
4月30日(木)	講習、定植・管理作業	9月 3日(木)	講習、定植・管理作業
5月14日(木)	講習、定植・管理作業	9月17日(木)	講習、播種・定植・管理作業
5月21日(木)	講習、管理作業	10月 1日(木)	講習、管理作業
6月 4日(木)	講習、管理作業	10月15日(木)	講習、播種・管理作業
6月18日(木)	講習、管理作業、収穫	10月29日(木)	講習、管理作業、収穫
7月 9日(木)	講習、管理作業、収穫	11月19日(木)	講習、管理作業、収穫
7月16日(木)	講習、播種作業、収穫	12月10日(木)	講習、管理作業、収穫
8月 6日(木)	講習、播種作業、収穫	1月14日(木)	講習、管理機の操作、収穫

※ 上記内容には、ほ場準備、除草、病害虫駆除、収穫後の撤去作業も含まれます。
※ 内容・日程は変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

会 場 南部営農センター2階「学び舎」、総合支援センター「わいわい農場」

入 塾 料 9,000円(税込) ※口座引落させていただきます。

定 員 抽選で20名 ※新規受講者を優先させていただきます。

応募資格 組合員またはそのご家族 ※上記の開催日以外でも作物の管理が出来る方

応募期間 2020年2月3日(月)～3月13日(金)

応募方法 各支店、南部・北部営農センターに備え付けの応募用紙に必要事項をご記入のうえ、ご提出ください。FAXでの申し込みも可能です。

お問合せ先 園芸部園芸企画課 TEL:0567-56-6812 FAX:0567-56-5561

愛知厚生連からののお知らせ

看護学生のためのインターンシップ開催

各病院では、看護学生(看護師・助産師)を対象にしたインターンシップの開催を予定しております。

インターンシップでは、パンフレットではわからない病院の実際の雰囲気や看護師たちの様子を見ることで、その病院で働く自分をイメージできます。インターンシップの所要時間は一日程度。春休み・夏休みに開催され、病院全体の紹介や看護体験などのプログラムが組まれます。

厚生連8病院のインターンシップと病院説明会の日程は各病院ホームページでご確認ください。

病院名	電話番号
安城更生病院(安城市)	TEL.0566-75-2111
渥美病院(田原市)	TEL.0531-22-2131
江南厚生病院(江南市)	TEL.0587-51-3332
海南病院(弥富市)	TEL.0567-65-2511
豊田厚生病院(豊田市)	TEL.0565-43-5000
稲沢厚生病院(稲沢市)	TEL.0587-97-2131
足助病院(豊田市)	TEL.0565-62-1211
知多厚生病院(美浜町)	TEL.0569-82-0395

お問合せ先

JA愛知厚生連本部 看護課 TEL.0561-56-0010
看護部ホームページ
URL:<http://www.jaaikosei.or.jp/kango/>
または各病院へ



「外国人材の活用に向けた特定技能制度説明会」開催のお知らせ

参加
無料

農業における労働力不足の問題解決の一方策としてJAグループ愛知では新たな「特定技能制度」による外国人材の活用に向けて取り組んでいます。

この度、特定技能制度の仕組みと具体的な手続き等について、正しい理解と、制度活用に向けた説明会を開催します。

日 時

令和2年3月6日(金)
午後1時30分～(90分程度)

場 所

北部営農センター2階 研修室

説明会への出席を希望される方は、下記までご連絡をお願いします。

TEL.0567-56-6813

農産部 担い手課

JAあいち海部では、労働力確保支援として「無料職業紹介事業」も実施しています。詳しくは、JAあいち海部ホームページまたはJAグループ愛知農業求人サイトをご覧ください。

JAグループ愛知
農業求人サイト



2020 3月の運勢
水瓶座 1/20～2/18

全体運

お金の問題が持ち上がり慌てそう。冷静に対処すれば大丈夫です。防犯を心掛け家族で詐欺対策の話し合いを

健康運

質の良い睡眠が健康を支えてくれます

幸運を呼ぶ食べ物 ニシン

相談会スケジュール

●住宅ローン相談会 9:00～16:00(受付時間は15:00まで)

	2月	3月
本店	23(日)	15(日)・29(日)
弥富支店	15(土)	7(土)・21(土)

●年金相談会 9:30～15:30

	2月	3月
本店	23(日)	15(日)・29(日)
弥富支店	15(土)	7(土)・21(土)

住宅ローン・年金相談お問い合わせ先
本店金融部 **TEL.0567-28-6757**

※予約を優先させていただきますので、あらかじめご予約をお願いします。

●ひと・いえ・くるま土曜日相談会 予約制 9:00～16:00

	2月	3月
本店	22(土)	14(土)・28(土)
弥富支店	15(土)	7(土)・21(土)

※予約が必要となりますので、お近くの支店までお問い合わせください。

●法律相談日 予約制 9:30～12:00

生活部	2月	3月
	21(金)	19(木)

●税務相談会 予約制 9:30～12:00

生活部	2月	3月
	20(木)・23(日)	8(日)・12(木)・19(木)・22(日)

●不動産・相続相談 予約制 9:30～15:30

生活部	2月	3月
	23(日)	8(日)・22(日)

法律・税務・不動産・相続相談お問い合わせ先
生活部資産管理課 **TEL.0567-56-6805**

●葬祭相談 9:30～15:30

生活部	2月	3月
	19(水)・24(月)	1(日)・7(土)・13(金)・19(木)・29(日)

葬祭相談お問い合わせ先
生活部やすらぎ課 **TEL.0567-56-6807**

店舗セール・営業案内

グリーンセンターインフォメーション

2/21(金)～24(月)だれでも簡単じゃがいもを作ろう
3/13(金)～15(日)決算セール(グリーンセンター津島店・愛菜耕房)
3/13(金)～15(日)周年セール(グリーンセンター十四山店・菜々耕房)

●グリーンセンター津島店(愛菜耕房) TEL.0567-23-3511

営業時間 9:00～17:00 定休日 月曜日

●グリーンセンター十四山店(菜々耕房) TEL.0567-56-6808

営業時間 9:00～17:00 定休日 水曜日

●Aコープ とびしま店 TEL.0567-52-1239

営業時間 10:00～19:00

定休日 日曜日

ポイント2倍デー 2/11(火)
2/18(火)
ポイント3倍デー 2/15(土)
2/25(火)

編集後記

2月のイベントといえばバレンタインデー。友達に贈る「友チョコ」や、お世話になった人に感謝の気持ちを込めて贈る「世話チョコ」、男性が女性に贈る「逆チョコ」といろんなカタチのチョコがありますね。

皆さんは今年どんなチョコを贈りますか? 〈山〉

女性部行事予定カレンダー

2月	日	内容	会場
19日	3B体操教室	………	本店
	生け花教室	………	鍋田支店
	いちご大福づくり	………	佐屋支店
20日	筆ペン教室	………	立田支店
	ヨガ教室	………	十四山支店
	ボールペン教室	………	津島支店
21日	生け花教室	………	本店
	いちご大福づくり	………	蟹江支店
22日	飾り寿司教室	………	十四山支店
25日	飾り寿司教室	………	市江支店
	いちご大福づくり	………	八開支店
26日	3B体操教室	………	弥富支店
	3B体操教室	………	南部営農センター
27日	料理教室	………	南部営農センター
	筆ペン教室	………	飛島支店
	ヨガ教室	………	本店
28日	飾り寿司教室	………	弥富支店

3月	日	内容	会場
3日	着付け教室	………	北部営農センター
4日	生け花教室	………	鍋田支店
5日	ヨガ教室	………	本店
	茶道教室	………	北部営農センター
	体操教室	………	市江支店
	ヨガ教室	………	十四山支店
9日	筆ペン教室	………	佐屋支店
10日	料理教室	………	北部営農センター
11日	3B体操教室	………	弥富支店
	3B体操教室	………	南部営農センター
13日	アレンジフラワー教室	………	南部営農センター
	筆ペン教室	………	十四山支店

お問い合わせ JAあいち海部 企画部 女性部担当/伊藤・小林
TEL.0567-28-6760 ※急に予定が変更になる場合がございますがご了承ください。

理事会報告

(令和2年1月30日開催)

以下のことについて、原案通り承認されました。

協議事項

- 第1号議案 中央会期中改善指示書に対する改善状況確認書について(案)
中央会期中改善指示書に対する改善状況確認書について承認を得ること。
- 第2号議案 平成30年産米穀共同計算結果及び本精算について(案)
平成30年産の米穀共同計算結果及び本精算について承認を得ること。
- 第3号議案 永年勤続者表彰について(案)
当JAの永年勤続表彰規程に基づき、該当者を表彰することについて承認を得ること。
- 第4号議案 民法改正に伴う身元保証契約の締結について(案)
民法改正に伴う身元保証契約の締結について承認を得ること。

主な報告事項

1. 監査関係報告
・内部監査(第3四半期)総括報告書について
2. 金融共済関係報告
・令和元年度第4四半期 余裕金運用計画額および運用方針について ほか2項目
3. 経済関係報告
・JAあいち海部農機フェアの開催について ほか7項目
4. 総務関係報告
・令和元年度総代研修会開催について ほか17項目

2020 3月の運勢
魚座 2/19～3/20

全体運 活発に動くほどラッキーに巡り合えます。外出、人と会う予定を優先して。ショッピング運も好調。くじ運あり
健康運 新しい健康法を試してみましよう

幸運を呼ぶ食べ物 ナバナ



地域の子供たちが「農・人・食のつながり」を学べる機会の提供

JAあいち海部では、地元小学校を対象とした出前授業や、親子で楽しく農業を体験する“わいわいキッズスクール”などを開催しています。一般的な食育活動に加えて、それを支える農業や地域、自然との関わりにも注目し、食を支える様々な農業活動を学び体験する機会を提供しています。また、毎年管内の小・中学校50校に給食用の新米として、愛知県下で一番早く収穫される弥富市産コシヒカリ1,300キロを無償提供しており、米の消費拡大や地産地消にも取り組んでいます。

出前授業



管内の小学校9校へ出前授業を実施

わいわいキッズスクール



今年度は12組の親子に向けて開催

新米提供



管内の小中学校に新米を提供

INFORMATION

- グリーンセンターのご案内
 - グリーンセンター津島店(愛菜耕房) 営業時間/9:00~17:00(月曜日定休) ☎0567-23-3511
 - グリーンセンター十四山店(菜々耕房) 営業時間/9:00~17:00(水曜日定休) ☎0567-56-6808
- 無料職業紹介事業(農業)についてのお問い合わせ 農産部 担い手課 ☎0567-56-6813
- 農地中間管理事業についてのお問い合わせ
 - 南部営農センター農産課 ☎0567-56-6801
 - 北部営農センター農産課 ☎0567-23-3011
- 当組合の個人情報取り扱いについてのご意見・ご質問・苦情等 個人情報対応部署 ☎0567-28-6856
- 休日・夜間も安心な 安心コールサービス
 - キャッシュカード・ローンカードの喪失(紛失・盗難)したときは 24時間365日受付 JA安心コール ☎0120-089-286
 - ※平日9:00~17:00まではJAの各支店でも受付できます。
- 自動車事故・365日安心サービス
 - 平日8:30~17:30...ご契約いただいた各支店 ☎0120-258-931
 - 土日夜間・相談24時間365日:JA共済事故受付センター
- LPガス緊急連絡先
 - 平日:ガスコールセンター ☎0567-56-6824
 - 夜間・休日:LPG集中監視センター ☎0566-99-4956
- 病院等へのご遺体のお迎え・葬儀施行のお申込み 生活部やすらぎ課(24時間対応) ☎0567-56-6807

