

広報誌

JA

TOUTO

JA TOUTO COMMUNITY MAGAZINE

みなさま方の夢をのせて

JAとうと

多治見・土岐・瑞浪の3市に
お住まいの方やこれから
お住まいになれる方なら
どなたでもJAとうとを
ご利用いただけます。

特集

酪農の働き方改革！
いつでも情熱を持って
チャレンジしたい

謹んで新年のお慶びを申し上げます

福

1

2022 JANUARY
VOL.50



耕そう、大地と地域の未来。



協同組合がよりよい社会を築きます



陶都信用農業協同組合

<https://www.jatouto.or.jp/>



新年あけましておめでとうございます

旧年中は当JAの各事業に格別なご理解とご協力を賜り
誠にありがとうございました。心より厚くお礼申し上げます。

本年が皆さま方にとって最良の年となりますことをご祈念申し上げます。

本年も「安心で、便利なJA」として、皆さまの豊かな生活設計と事業運営の
お役に立てるよう、役職員一同努力させていただき所存でございます。

本年も倍旧のお力添えを賜りますよう心よりお願い申し上げます。

令和四年 元旦

常勤理事・監事

代表理事組合長
可知井 実
代表理事専務
古川 敏之
常務理事
水野 立人

常勤理事
山本 修平
代表常勤監事
成瀬 和博

非常勤理事

理事会長
水田 修
理事
水野 雅樹
理事
水野 鉄治
理事
高瀬 幹夫
理事
鈴木 正俊
理事
大嶽 有一
理事
中島 秀樹
理事
田中 定
理事
坂崎 隆夫
理事
鈴木 秀成
理事
坂崎 敏彦
理事
楓 陽光
理事
伊藤 忠吉
理事
足立 雄三
理事
木股 信雄
理事
加藤 貴紀
理事
川本 一生
理事
中垣 連次

理事
山田 照次
理事
小栗 正敏
理事
小島 三明
理事
市原 祥光
理事
遠山 英俊
理事
大塚 伸一
理事
加藤 晃一
理事
田中 恵子
理事
兼松 仁美
理事
岩井 明代
監事
伊藤 猛司
監事
山村 和由
監事
長谷川 博
監事
服部 知明
員外監事
林 博史

支店長

〔西部統括(多治見)〕

多治見支店 後藤 童彦
川南支店 奥村 直樹
池田支店 中嶋 良久
姫支店 坂崎 明則
駅前支店 山内 茂樹
旭ヶ丘支店 加藤 幸一
ホワイト支店 前田 光彦
小泉支店 丸山 尚
根本支店 木股 佳幸
市之倉支店 河合 保史
笠原支店 加藤 高志
滝呂支店 高木 錦

〔中部統括(土岐)〕

土岐津泉支店 渡邊 俊和
定林寺支店 前田 康成
土岐口支店 酒井 恵一
肥田支店 小栗 孝司
泉梅ノ木支店 佐々木 武彦
下石支店 加藤 良一
妻木支店 藤城 貴幸
濃南支店 石川 芳之
駄知支店 今井 昭浩

〔東部統括(瑞浪)〕

瑞浪支店 小栗 敏美
上野町支店 酒井 真吾
稲津支店 山田 卓典
釜戸支店 小倉 富晴
日吉支店 奥村 孝志
陶支店 和田 米光

〔ローンプラザ〕

ローンプラザ 楓 貴匡

私たち寅年生まれ! ~私の抱負~



土岐市泉仲森町 塩屋 颯翔 様

庚寅(かのえとら)生まれ

おとしの6月にお父さんがなくなりました。お父さんはたくさんの友達や仲間がいて、みんなから頼りにされていました。ぼくも、お父さんに負けたくないくらいにたくさんの友達を作ってがんばっていきたいです。

今年は、ぼくの年「トラ年」です。いい年にしていきたいです。



瑞浪市稲津町 愛知 あかり 様

戌寅(つちのえとら)生まれ

新年明けましておめでとうございます。
今年で社会人3年目になります。そしてコロナ流行も3年目となり、今年一年も収束宣言は難しいと考えています。私は病院に勤めているため、より気を引き締めて行動をしなければなりません。そんな中で何か趣味を見つけれたらいいなと思っています。1日1日を大切に、そして新しいことに挑戦していきたいです。



多治見市滝呂町 加藤 陽典 様

丙寅(ひのえとら)生まれ

新年明けましておめでとうございます。

去年はいろいろなことがあり、立ち止まることの多い一年でしたが、今年は「何事もなるようになる」をモットーに、新たなことにチャレンジできる年にしていきたいと思います。



土岐市土岐口中町 加藤 真利子 様

甲寅(きのえとら)生まれ

明けましておめでとうございます。

2人の息子も成人し、少しずつ自分の時間を持つようになりました。

今年も健康に気をつけながら、ずっと続けているバレーボールを楽しみ、可愛い愛犬と一緒にいるいろいろなところに出かけるなど充実した一年にしたいと思います。



瑞浪市 小木曾 真司 様

壬寅(みずのえとら)生まれ

新年明けましておめでとうございます。コロナもようやく落ち着きつつありますが、地球温暖化や自然災害は年々深刻化しています。若い世代へ争いのない平和な、そして美しい地球を残せるよう、量の仕事を通して働きかけていけたらと思っています。



多治見市田代町 堀 義紀 様

庚寅(かのえとら)生まれ

今年でもう6回目の年男になってしまいました。光陰矢の如しでやはり1日1日を大切に過ごさなければと実感しています。奈良に信貴山(しぎさん)というお寺があり、ここは寅と大変縁があり、今年には是非初詣に行こうと思っています。歳は重ねても心は青年のままです。今年も新しいことに挑戦していくつもりです。

干支コラム



寅年はどんな年?

十二支はもともと中国で12カ月の順を示すのに用いられていたといわれています。日本だけでなく、シルクロードの交易によりベトナムやインドなど世界各国へ干支が伝わっていましたが、中には「寅」が入っていない国もあるようです。たとえばブルガリアでは猫、トルコでは豹が寅年の代わりとなっています。

寅年生まれの人とは…

- 社交好きでロマンチスト
- 前向きでチャレンジ精神が強い
- 行動力がありサービス精神旺盛なリーダータイプ
- 負けず嫌いで職人気質な一面も

2022年は「五黄の寅」

今年、36年に一度の周期で巡ってくる「五黄の寅」の年です。これは、九星と呼ばれる中国の民間信仰と十二支を組み合わせたもので、「五黄土星」は生まれながらにしてリーダー気質があり、周囲を圧倒する強大なパワーを持っているそうです。

そのため、前向きで行動力がある寅年と重なる「五黄の寅」の年に生まれた人は、非常に強い運勢を持つと考えられています。(1950(昭和25)年生まれ、1986(昭和61)年生まれも該当)

寅のお寺 信貴山 しぎさん

年男の堀さんが紹介されている信貴山は、聖徳太子にまつわる言い伝えが残る毘沙門天王の総本山で、巨大な張り子の寅「世界一福寅」が見られることでも知られています。

公式ホームページでは、聖徳太子にあやかった「寅の日」を案内しています。

信貴山朝護孫子寺

奈良県生駒郡平群町信貴山
<https://www.sigisan.or.jp/>

酪農の働き方改革！ いつでも情熱を持って チャレンジしたい

株式会社エムズ 代表取締役 武藤 康司さん



獣医から酪農家に転身し19年、 最新システムの農場で 「休日のとれる酪農」を目指す

今や管内唯一となった酪農業を営む瑞浪市日吉町の株式会社エムズ様を訪問し、最新の設備を導入した次世代の牛舎やその取り組みについて武藤康司代表にお聞きました。



よりよい酪農のあり方を考え、挑戦を続ける武藤さん

一宮市出身の武藤さんは大学の獣医学部を卒業後、家畜獣医として約10年間勤務していました。瑞浪市の職員として主に牛の診療を行っていた頃、酪農家と関わる中で、牛という動物を相手にしながら生産性を上げるという酪農の仕事の自分の力でやってみたいという気持ちが大きくなりました。そこで上司に相談し、後任や就農環境など準備期間を経て、2003年6月に退職。久々野町（現・高山市）の空き牛舎で酪農を始めることになりました。武藤さんが34歳、3人いたお子さんはまだ5歳、3歳、1歳でした。

久々野町では、乳牛15～6頭の買い付けからスタート。武藤さん自ら工事を行うなど手作りで施設を整備しながら、半年後には乳牛の初分娩を迎え、生乳の出荷が始まりました。そこから17年間、搾乳牛およそ50頭を夫婦2人で管理してきました。

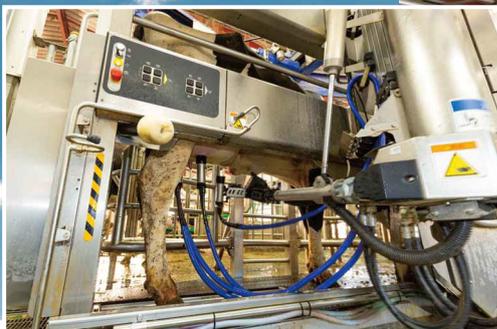
武藤さんに牛の魅力をおたずねすると……。

「牛は反芻（はんすう）動物といって、4つの胃袋があります。でも、細かな機能についてはよくわかっていないんです。草食の牛がなぜ500～700kgもの大きくなる

のか、なぜ約30kgの乳を出せるのか、わからないから興味がある、そこが魅力なのかもしれませんね。」

50歳の節目となる2019年に法人化。子どもたちも大きくなり、武藤さんは新たな挑戦を決意します。瑞浪市の離農による空き牛舎を買い取り、土地を造成して新たな牛舎を建設しました。それは、2台の自動搾乳ロボットを導入した最新鋭の牛舎でした。

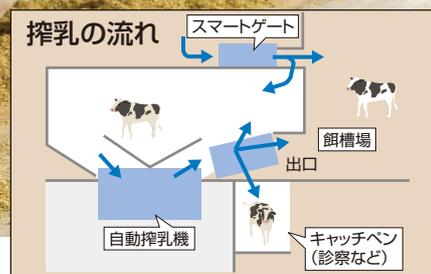
餌を目当てに牛が近づくと、スマートゲートのカメラが牛の健康状態をチェック。ここでは体脂肪の厚さを管理し、個々の飼料設計を行います。そして、カメラにより搾乳OKと判断された牛にだけゲートが開くようになっています。自動搾乳機に入ると、まず乳頭を洗浄し、3Dカメラで検知したロボットアームがカップを装着、スピーディーに搾乳が行われます。搾乳後の防菌スプレーまで、すべて自動です。そして搾乳が終わった牛は、出口のゲートでさらに検知され、正常であれば餌槽場（しそうじょう）へ、搾乳が足りなければ元の場所へ、発情していたり体のどこかに異常があれば専用スペースへと振り分けられます。



ロボットアームが3Dカメラですばやく正確に搾乳カップを装着



天井に大型扇風機がついた快適な牛舎



この搾乳ロボットの導入により、毎日2〜3度行っていた“乳搾り”という作業がなくなり、牛がそれぞれのタイミングで搾乳するようになりました。武藤さんの仕事は、機械の管理のほか糞尿の片付けをしたり、搾乳ロボットを洗浄したり、乾草にトウモロコシや酒粕を加えた餌を機械で攪拌(かくはん)させるといった作業がメインとなりました。子牛の世話も含め、武藤さん夫婦と今年度新卒で入社した女性社員の3名で運営しています。

自動搾乳機では、生乳流量や搾乳間隔時間といったさまざまなデータを収集しており、それらはスマートフォンと連動し、離れた場所でも稼働状況を確認することができます。

その他にも、牛たちが食べ散らかした餌を近くへ寄せ直す給餌ロボットは、まるでお掃除ロボットのように自動で稼働し、終了後は充電台に戻ります。

優れた設備に囲まれた農場で、最も役に立っている装置はなんですか?と聞いたところ、武藤さんの答えは意外にも“換気ファン”とのこと。「天井に設置した大型扇風機と牛舎壁面に取り付けた大型排気口は重要な役割を果たしています。牛舎の中の空気をトンネルのように通すことで、夏の暑さを抑えられますし、牛の天敵である吸血昆虫を寄

せにくいんです。この換気システムはクリーンで快適な環境を保ち、牛のストレス軽減にも役立っています。」

現在、エムズ牧場では150頭余りを飼養しています。搾乳された生乳は冷却され、美濃酪連へ運ばれます。他の生乳とともに牛乳やバター、チーズといった乳製品に加工されるのです。

「ロボットの導入により24時間稼働になったことで、かえって離れられない面はあります。機械トラブルの対応なども随時必要です。でも、大事なのは持続させること。資材の高騰など苦しい面はありますが、若い人材を育てたいですし、続けられる酪農経営をしていかなければならない。そのためにパッション(情熱)は常に持っていたいですね。移転から1年経ちましたが、スマホで状況は把握できるので、これからは自分も時々休暇をとって、どこかへ出かけてリフレッシュしたいです。」

獣医の目で牛の体調を管理し、繁殖にも積極的に取り組む武藤さん。読者の皆さんへメッセージは?との問いには、「ぜひ牛乳を飲んでください。」と笑顔でした。



牛の視界は330°も!でも視力は弱く、細かな部分は見えていないそうです。



JAとうと経済部農業課 内藤 篤

移転してこれたときから担当させていただいています。これからも末永く、JAとうとでもできる限りサポートいたします。

JAとうと 自己改革レポート

JAとうとは、地域農業・地域を支える役割を担うよう、自己改革を進めています。
ここに、その取り組み内容の一部をご紹介します。

農業所得の増大に向けて

■直売所への出荷を目指して

地元の直売所に出荷する農家さんを支援するよう、県や市の協力を得ながら「野菜づくり塾」を開講しています。

当JAは、これからも直売所への出荷を目指して野菜づくりに取り組まれる皆さんを支援していきます。

■おいしい米づくりに向けた取り組み

米の収量、品質、食味向上のために、県農林事務所の協力を得ながら、土壌診断や食味検査、各種生産資材の効果測定を行っています。



地域の活性化に向けて

■食農教育活動

地域の未来を担う子どもたちに、食を支える農業の役割、農業と生活・社会との関わり、地域の食文化、いのちと健康の尊さなどについて理解を深めてもらうための「食農教育」を関係機関や農家の皆さんの協力を得ながら行っています。

○小学校での出前授業

管内の小学校に訪問し、米づくりや大豆栽培の授業を行いました。



○体験農場で稲刈り体験

きなあつ瑞浪前の当JA体験農場で、地元小学校5年生が稲刈りを体験しました。



○秋の味覚収穫体験

当JA体験農場で地元幼稚園、保育園の園児らがサツマイモの収穫を体験しました。



地域貢献

■感謝の気持ちを込めて、今年度も地元3市に寄付

当JAは地域の皆さまへの日頃の感謝の気持ちを込めて、農業振興や地域振興にお役立ていただくため、事業エリアの地元3市(多治見市、瑞浪市、土岐市)へ寄付をさせていただきました。

多治見市には安全性を考慮したアルミ製サッカーゴール(市営運動場に設置)を寄贈いたしました。瑞浪市には上下水道施設の点検、維持管理にお役立ていただくために100万円を寄付いたしました。土岐市には高齢者や障害者を対象に戸別にごみを回収する事業(さわやか収集事業)で使用する車両を寄贈いたしました。

これからも、地域の皆さまが安心して暮らせるまちづくりを支援してまいります。



▲アルミ製サッカーゴール



▲上下水道点検用車両



▲ごみ収集用軽ダンプ

■福祉施設に米寄贈

多治見市社会福祉協議会がすすめるフードバンク事業を支援するために、精米を寄贈いたしました。また、社会福祉法人「陶技学園」、土岐市老人保健施設「やすらぎ」へ新米を寄贈いたしました。

これからも、社会福祉貢献活動を通じて地域の皆さまのお役に立てるよう努めてまいります。



▲陶技学園の前田理事長(右)に目録を手渡す坂崎姫支店長(左)



SDGs



SDGs

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SDGs(持続可能な開発目標/Sustainable Development Goals)は、2015年の国連サミットで採択された、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指すための国際目標です。

すべての国・企業・個人を対象に、経済・社会・環境の3つの側面のバランスがとれた持続的な社会を目指すために、17のゴールから構成されます。



当JAも取り組むSDGs、その一部をご紹介します。

農業者のもとに出向き 農業経営をサポートする



地域農業を支える担い手に対し、個別対応の体制を整備・強化し、担い手の頼れるパートナーとして満足度向上に向けて取り組んでいます。

今後も、出向く体制を強化し、担い手のニーズの把握や情報の提供、事業提案を行い、農業経営を支え所得増大に向けたサポートを行ってまいります。



第3回おいしい! 東濃! 地元野菜料理コンテスト



10月9日(土)に中京学院大学部(瑞浪市土岐町)で開かれた「第3回おいしい!東濃!地元野菜料理コンテスト」に対し、協賛協力させていただきました。

コンテストには、高校生、大学生、一般の方がエントリーされ、1次審査を通過した9組が東濃地域産の野菜を使用した料理を披露。コロナ禍のため書類・写真審査のみで行われ、最終審査の結果、最優秀賞に瑞浪高校2年の棚橋雄己さんの「麺が大根!夏野菜の冷製パスタ」が選ばれました。

今後も地元野菜への関心を高める取り組みを支援してまいります。



身近なことから始めましょう。あなたもできるSDGs

マイバッグの持参

包装が少ない商品を選択

電気や水道の節約

不要なものは慈善団体などに寄付

移動は自転車や徒歩、公共交通機関で

性別や人種、身体能力などの差別にNO!

など



献血活動に協力

当JAは、地域社会貢献として定期的に献血活動を行っています。昨年8月、土岐口支店と笠原支店でい、お客様、職員で約60名が協力いたしました。次回は、輸血用の血液が不足する2月に行います。これからも献血活動に取り組んでまいります。

◎献血バスがきます!

令和4年 2月16日(水) 13:30 多治見支店

令和4年 2月22日(火) 14:00 瑞浪支店

令和4年 2月25日(金) 9:30 土岐口支店



田中選手、五輪お疲れさま

当JAは、東京オリンピックボクシング男子フライ級で銅メダルを獲得した田中亮明選手(中京高教)の活躍をたたえるとともに、ボクシング部をはじめとする各部の今後の活躍、およびスポーツ振興にお役立ていただくために、中京高校に協力金を贈呈しました。昨年9月に目録の贈呈式が行われ当JA可知井組合長は「地元へ勇気と元気、感動を与えてもらった」と目録を贈呈しました。

また、全農岐阜、県園芸特産振興会夏秋トマト部会からは田中選手に飛騨牛や夏秋トマトなどが贈呈されました。



防犯意識向上へ支店で訓練実施

令和3年12月3日(金)

金融機関を狙った強盗事件を警戒するために、多治見警察署の協力を得て、当JA瑞浪支店で防犯訓練を行いました。ほとんどの職員には訓練だと知らされずに抜き打ちで行い、強盗役の迫真の演技に、緊張感のある訓練となりました。

当JAでは、人命の安全確保を最優先として、お客様が安心してご来店できるように、役職員一同「防犯意識」を一層高めることに努めてまいります。



▲防犯訓練の様子



「国際陶磁器フェスティバル美濃'21」盛況のうちに閉幕

令和3年9月30日(木)～10月17日(日)

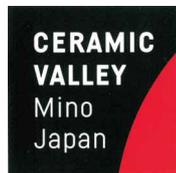
3年に1度開催している世界最大級の陶磁器の祭典「国際陶磁器フェスティバル美濃」が開催され、岐阜県現代美術館(多治見市)のほか、多治見市・瑞浪市・土岐市・可児市の博物館で陶芸をテーマにした催事などが繰り広げられました。一昨年の延期を経て日程変更や規模縮小などがありましたが、大きな賑わいを見せ閉幕しました。

「セラミックバレークラフトキャンプ瑞浪」開催のご案内

ものづくりをテーマに陶磁器や飲食の店が集う「セラミックバレークラフトキャンプ瑞浪」が開催されます。ぜひお出かけください。

◎日時：令和4年3月19日(土)・20日(日)

◎会場：瑞浪市民公園



第12回国際陶磁器展美濃▶
グランプリ【外務大臣賞】
麻 匯源(マーホイヤン)さん
「磁器シリーズ」





食と農と健康の市民農業祭



■グリーンフェスタたじみ2021

開催日 11月20日(土) 場所 虎渓用水広場

穏やかな秋晴れのもと開催された食と農と健康の市民農業祭・グリーンフェスタたじみ2021。昨年に引き続き規模を縮小しての開催となりました。

ニンジン詰め放題は好評で、野菜の直売所コーナーでは市価の半額のものもありました。



■第24回土岐市農業祭 アグリフェスタ2021

開催日 11月23日(火・祝) 場所 土岐フォーラム広場(土岐市役所内)

土岐市のアグリフェスタが土岐フォーラム広場(土岐市役所内)で開催されました。新型コロナ感染拡大防止のため規模縮小での開催となりました。

2年ぶりの開催となりましたが、とれたての地元農産物がお値打ちに販売され、和太鼓の演奏もあり会場は大いに盛り上がりました。



令和4年版 JAとうとオリジナルカレンダーをリニューアル

当JAは、オリジナルカレンダーを一新し、“月めくり壁掛け型”を製作いたしました。オリジナルカレンダーでは、地域の魅力を再発見していただくために、地元3市(多治見市、瑞浪市、土岐市)の自然や施設、行事などを紹介しています。また、日付欄には当JAが開催する各種無料相談日を掲載いたしました。

(ご購入の際は、お近くの支店までお気軽にお問い合わせください。)



支店紹介 笠原支店



多治見市笠原町2105-1
 TEL 0572-43-2211
 [窓口] 平日9:00~15:00
 [ATM] 平日、土日祝 8:00~21:00



小島 熊谷

笠原支店の熊谷と小島がご案内いたします。笠原町は、美濃焼、タイルの生産で有名な町です。

当支店では、「ふれあい食堂」の皆さんが開催する、サツマイモや玉ねぎの栽培などのお手伝いをさせていただいております。

笠原町の観光スポット「モザイクタイルミュージアム」は、まるでジブリ作品に出てきそうな博物館です。館内ではタイル工作体験もできるんですよ。



モザイクタイルミュージアム



親しみやすい店舗づくりを心掛けています。ご来店の際は、お気軽にお声掛けください。



支店紹介 瑞浪支店

瑞浪市土岐町108-1
 TEL 0572-68-5125
 [窓口] 平日9:00~15:00
 [ATM] 平日、土日祝 8:00~21:00



古谷



渉外担当の古谷がご案内いたします。瑞浪支店は、土岐町、寺河戸町、明世町などを営業エリアとしています。

昨年11月、瑞浪駅前店キャッシュコーナーをリニューアルしました。和風な外観が特徴的です。



きなあつ瑞浪



きなあつ瑞浪



地産地消といえば、農家の庭先モール「きなあつ瑞浪」地元の農畜産物を豊富に取り揃えています。

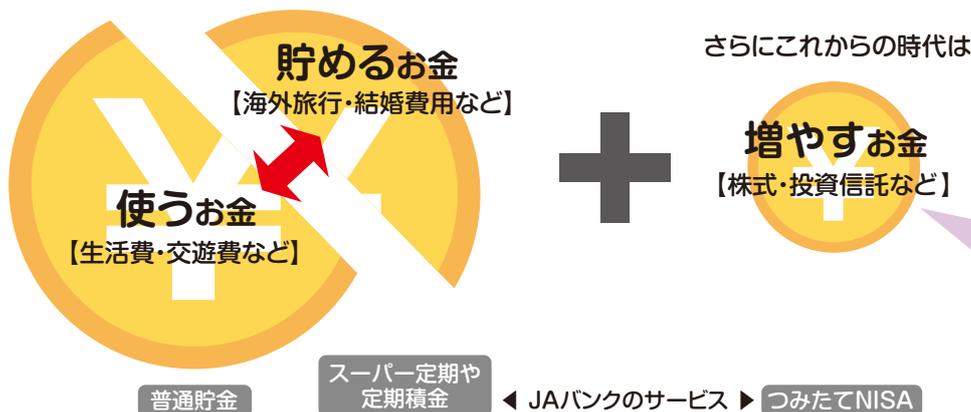


地域の皆さんにご満足いただけるよう、頑張ってます。今後もよろしくお願ひします。

今から始めよう! 将来のためのお金管理

学校を卒業し、これから社会人として自立する皆さん! マネープランは考えていますか?
 “もっと早く始めればよかった”と後悔しないためにも、今からコツコツと準備していくのがおすすめです。
 自分のお金は自分で管理して将来に備えましょう。

【お金の内訳】



長く貯金をすると利子がつきますが、近年は低金利の状態が続いており、貯金だけでお金を増やすことは難しいようです。

「人生100年時代」、健康で長生きするにはお金も必要になります。

ライフイベント

20代

結婚

30代

教育費

40代

●積み立て貯金をしよう

継続的な貯蓄をするには、自分が決めた目標額にあわせて毎月の預け入れ指定日に積み立てる定期積金があります。毎月の給料日などに普通貯金から自動的に振り替えることができる口座振替の利用をおすすめしています。

[例] 月々3万円、
 ボーナス(年2回)10万円を設定
 →1年間で56万円

ワード解説「預金と貯金はどう違う?」

実は、「預金」も「貯金」も同じです。預ける金融機関によって呼び方が異なるだけなのです。

預金……銀行や信用金庫など
 「預金」と呼ぶ金融機関

貯金……JAバンク、ゆうちょ銀行など

これには、明治初期に銀行ができた当時、庶民には貯金する習慣がなく、主に商人が銀行にお金を預けていたという時代背景があるようです。

●就職と同時に始めるケースが多い生命共済

病気やケガなど万一のときに備える生命共済は、新社会人になったタイミングで加入するケースが多いようです。

JAでは、生命保障と損害保障の両分野の機能をもったJA共済を各種ご提案しています。

[例] **終身共済**…一生涯にわたり万一のときを保障する共済です。

養老生命共済…病気・ケガによる万一の備えと、計画的な貯蓄が両立できます。

医療共済…病気やケガによる入院・手術を一定期間又は一生涯にわたって保障します。日帰り入院※からまとまった額の一時金が受け取れます。また、入院日数が所定の日数に達した場合にさらに一時金を受け取れるプランも選択できます。

予定利率変動型年金共済…

老後の生活資金のためのプランです。共済掛金建てで医師の診査なしの簡単手続きでご加入できます。

※上記の「万一」とは、死亡または所定の第一級後遺障害状態・所定の重度要介護状態になったときをいいます。

日帰り入院は、入院基本料の支払いの有無などにより判断されます。

上記は概要を説明したものです。詳細につきましては、リーフレット、保障設計書「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」及び「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

詳しい商品内容や制度については、お近くの支店までお気軽にご相談ください。

●「つみたてNISA」で投資信託を始めませんか？

貯金だけでお金を増やすことが難しい今の時代、知っておきたいのが株式や投資信託による資産運用です。このうち、投資初心者でも始めやすいのが「つみたてNISA（ニーサ）」です。

現在、つみたてNISA口座数は30歳代が最も多く、20歳代の増加率も高まっています。

※NISA…少額投資非課税制度

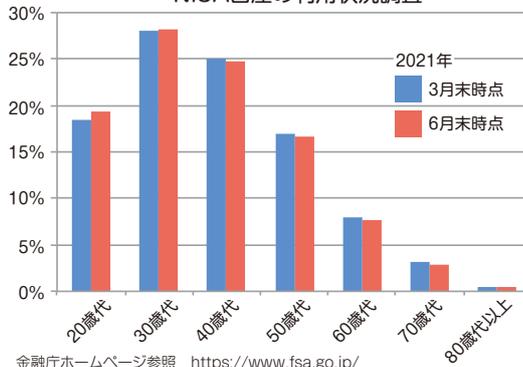
【つみたてNISAの特徴】

- ・ 少額（例：1,000円）からでも始められる
- ・ いつでも引き出すことができる
- ・ 20歳以上が加入できる
- ・ 最長20年間、投資から得た利益が非課税に
- ・ 購入手数料が無料で長期投資に適した商品が対象になっている

ワード解説「投資信託って？」

投資信託とは、私たちが投資（金融商品を買う）することで、運用会社が集めた大きな資金を株式や債券などに投資・運用するものです。その成果が投資額に応じて分配されますが、利益が得られることもあれば、うまくいかずに投資額を下回ることもあります。

NISA口座の利用状況調査



金融庁ホームページ参照 <https://www.fsa.go.jp/>

○税制優遇の手厚い私的年金制度「iDeCo」

「個人型確定拠出年金」のことで、公的年金に上乗せして給付を受け取れる制度。毎月一定額を拠出して、自分が指定した金融商品で運用し、原則60歳以降に受け取ります。税制優遇が手厚いのが特徴です。

- ・ 20歳以上60歳未満が加入できる
- ・ 掛金全額が所得控除の対象に
- ・ 運用益が非課税で再投資される
- ・ 年金か一時金で受取方法を選択できる

住宅購入

50代

子どもへの援助

60代

- ・ 医療費
- ・ 旅行
- ・ 住宅リフォームなど

●貯金はこれから、でもマイカーが必要という方は

大きな出費に対しては、計画的にローンを利用するという選択肢もあります。JAのマイカーローンは、自動車の購入や車検費用などに利用できる個人融資です。免許取得6カ月以内などの条件を満たすとさらに金利が軽減される特典があります。

[例] 100万円借入、金利年1.2%（JAとうとの最優遇金利）の場合の毎月返済金は
返済期間3年…28,294円、5年…17,179円

○車を買ったら自動車共済

お得な共済掛金で、自動車事故に“確かな安心”を保障します。

自動車共済
お見積り
キャンペーン中!

3月31日まで

詳しくは

お近くの支店までお気軽にご相談ください。



多治見・土岐・瑞浪の3市にお住まいの方、これからお住まいになられる方どなたでもJAをご利用いただけます。何なりとご相談ください!!

JAとうと

お子様初めて
口座開設
キャンペーン

令和4年1月4日～令和4年1月31日

将来のために…貯金するなら
安心・安全のJAバンク。

期間中、初めて当JAに普通貯金口座を新規開設された方 **18歳以下限定** に図書カード500円分を進呈させていただきます。*すでに当JAにて口座開設をされている方は除きます。



新規で口座開設をされる場合には口座名義人の方および親権者の方のご本人確認書類が必要となりますので詳しくは各支店窓口までお気軽にお問い合わせください。

野菜や果物で一工夫! おうち de ごちそうレシピ

今回は、いつものメニューやそのまま食べている果物をワンランク上の贅沢メニューにする、アレンジレシピをご紹介します。
定番のハンバーグと旬のりんごを、冬にピッタリのアツアツメニューに変身させましょう!

グツグツ煮込んで体も心もポカポカに! ハンバーグシチュー

〈材 料(2人分)〉

市販のハンバーグ	2つ	水	200cc
玉ねぎ	1/2個	牛乳	200cc
マッシュルーム	6個	塩	小さじ1/2
薄力粉	大さじ2	こしょう	少々
バター	20g		

〈作り方〉

- ①玉ねぎは薄切りに、マッシュルームは半分に切る。
- ②フライパンにバターを入れて中火で熱し、玉ねぎを加えて炒める。
- ③玉ねぎが透き通ってきたら、マッシュルームを加えて炒める。
- ④薄力粉を加えて、粉っぽさがなくなるまで炒めたら、水を加えてフタをし、3分煮る。
- ⑤牛乳、塩、こしょうを加えて混ぜ、ハンバーグを入れて弱火で5分煮る。



ひとことポイント

今回は手間のかからない市販のハンバーグを使用しましたが、もちろんハンバーグから作るのもおすすめです。シチューに野菜をたっぷり入れれば、栄養満点メニューに!

甘酸っぱいあったかスイーツ! アップルパイ

〈材 料(4つ分)〉

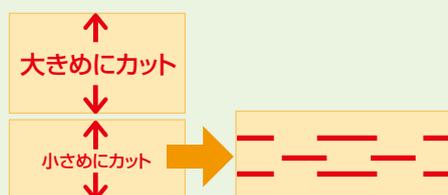
りんご	2個	砂糖	80g
冷凍パイシート (10cm×10cm)	4枚	レモン汁	適量
		シナモンシュガー	適量
		卵黄	1個分

〈作り方〉

- ①りんごは4つ割にして皮と芯を取り、いちょう切りにする。
- ②耐熱容器にりんご、砂糖、レモン汁を入れ、レンジ600Wで4分加熱する。
- ③シナモンシュガーを加えて、粗熱をとる。
- ④冷凍パイシートを2つにカットし、小さい方に切り込みを入れる(冷凍パイシートの切り方を参照)。
- ⑤大きい方の冷凍パイシートにりんごをのせ、網目状にパイシートを被せて卵黄を塗る。
- ⑥200度に予熱したオーブンで約20分、焼き色がつくまで焼く。

冷凍パイシートの切り方

3:2くらいの幅になるようカットし、小さい方に網目になるよう切り込みを入れます。



※写真はイメージです。



「糖尿病」って 怖い病気？



日本糖尿病療養指導士(CDEJ)
看護師長 河野 高子



【糖尿病について】

「糖尿病」って聞くとどのようなイメージを持ちますか？
糖尿病は自分自身で血糖をコントロールができる病気なのです！また、合併症にならなければ大きく恐れる必要はありません！そのためには定期的に受診し血糖状態の把握や合併症の進行状況を把握し、状態に応じた日常生活を過ごし、より良い血糖のコントロールが大切です。

しかし健康診断や受診を怠ると、糖尿病は自覚症状がないまま合併症が静かに進みます。血糖が高い状態が続くと、全身の血管に障害が起き、人体のあらゆるところに影響を及ぼします。特に影響を大きく受けやすい細小血管障害は5年以上の年数をかけて神経障害や眼・腎臓などの病気を発症します。大血管障害は肥満、喫煙、高血圧などの危険因子により動脈硬化が進み、脳卒中や狭心症、心筋梗塞、足壊疽など発症リスクが高まり生命の危険に直結します。さらに、糖尿病の方はそうでない方と比べると、アルツハイマー型認知症に約1.5倍なりやすく、脳血管性認知症に約2.5倍なりやすいと報告されています。このような症状は、糖尿病の主な合併症の一例です。

【東濃厚生病院での糖尿病療養支援について】

当院は、令和3年4月に糖尿病専門医が配属され、外来診療をはじめ糖尿病教育入院も行っています。糖尿病診療は、患者一人にかかる時間が他の診療と比べ時間を要します。私は、令和3年7月より今まで培ってきた糖尿病療養支援技術を多職種と協働し、地域の糖尿病患者に提供したいと考え、土岐市立総合病院から東濃厚生病院へ出向してきました。

外来患者層は高齢化に伴い年齢の高い患者さんも多く受診されています。中には「血糖値がなかなか下がらない」「最近、忘れっぽい」「楽しみは寄り合いでおやつを食

べることがやめられない」などの相談もあります。ゆっくりお話を聞いていく中で、生活の注意点などを一緒に見出しています。家族の方へも同時に支援させていただいております。自宅ですべて安全に過ごせる環境作りのために介護サービスの再検討が必要と考えた場合は、ケアマネージャーと相談し連携や、訪問看護サービスの必要性も検討します。療養支援の中で足の状況観察をします。爪切り処置も行い、足の観察やケアの方法、靴の選び方なども支援しています。

当院には看護師・薬剤師・臨床検査技師のCDEJが在籍しており、新たに資格取得に向けて頑張っているスタッフもいます。このような糖尿病医療チームの仲間と『糖尿病患者さんが健康な人と変わらない日常生活の質(QOL)を維持し、いつまでも住み慣れた地域で暮らせるように』を目標に、地域との連携も強化をすすめ、より質の高い療養支援が提供できるよう今後も切磋琢磨していきます。

CDEJ(日本糖尿病療養指導士) Certified Diabetes Educator of Japan; CDEJとは

CDEJ(日本糖尿病療養指導士)とは、糖尿病治療にもっとも大切な自己管理(療養)を患者に指導する医療スタッフです。高度でかつ幅広い専門知識をもち、患者の糖尿病セルフケアを支援します。この資格は、一定の経験を有し試験に合格した看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士に与えられます。

CDEJに認定されることは、糖尿病の臨床における生活指導のエキスパートであることを意味します。

糖尿病患者の療養指導は糖尿病の治療そのものであるとする立場から、患者に対する療養指導業務は、わが国の医療法で定められたそれぞれの医療職の業務に則って行われます。

医療は日々進歩しますので、CDEJとして認定された後も引き続き実践と研鑽を重ねて最新の知識・技能を身につける必要があります。このため、CDEJの認定制度は5年毎の更新制となっています。

寒い季節もぽっかぽか

新習慣で 冷え症対策

気温が下がってくると悩みの声が増えてくるのが、体の冷え。夏場でも冷えに困っている人は多いですが、やはり冬のつらさはひとしおです。そもそも「冷え症」とは何なのでしょう？ そして効果的な対策は？ 東洋医学の知恵に学んで、この冬を快適に乗り切りましょう！

！ こんな人は要注意

- 1 とても寒がりやで冷房が苦手
- 2 手や足など体の一部が冷えてつらい
- 3 寝るときは湯たんぽや電気毛布が欠かせない
- 4 お風呂に入ってもすぐに冷えて寝付けぬ
- 5 頭痛、肩凝り、むくみで悩んでいる
- 6 下痢や便秘がひどい

監修／北里大学東洋医学総合研究所
漢方鍼灸治療センター センター長
鈴木邦彦
イラスト／服部新一郎

＋ 冷え症は放置すると万病のもと

「冷え性」と「冷え症」。二つの書き方の違いは知っていますか？

「冷え性」は冷えに敏感な体質のこと。

一方「冷え症」は体が冷えてつらい状態が続き、食欲不振や倦怠（けんたい）感、頭痛、便秘などを引き起こすもので、東洋医学においては治療の対象となります。

人それぞれ症状も違い、検査では異常が出ないため、西洋医学の治療対象にはなりません。でも冷え症は万病のもと！ 放置するとホルモン、神経、免疫機能のバランスが崩れ、抵抗力が落ちたり、持病の悪化につながったりもします。

私たちは体内で熱エネルギーを作り、血液によって隅々まで運び、余分な熱は放散しています。熱を作るのは（1）基礎代謝、（2）食事、（3）筋肉運動、（4）ホルモンの四つの作用。熱の運搬は血管と心臓が担います。また熱の放散は自律神経でコントロールされています。冷え症は、そのどこかの段階に支障がある場合に起きます。

高齢になると特に基礎代謝や自律神経調節機能が低下し、いっそう冷え症を招きやすくなります。

＋ 症状と原因の違う三つのタイプ

冷え症は、症状と原因によって「四肢末梢（まつしょう）タイプ」「内臓タイプ」「下半身タイプ」の3タイプに分かれます。一番多いのが下半身タイプ。加齢とともに男女とも増えていきます。四肢末梢タイプは若い女性や痩せて小食の女性、内臓タイプは中高年の女性に比較的多く見られます。また、複数のタイプの複合型もしばしばあります。

日常でできる対策としては、まずは熱を作る食事と筋肉運動をしっかり確保すること。熱の必要以上の放散を防ぐ＝保温することも大切です。ただしタイプによっては効果のない場合もあるので注意が必要でしょう。また入浴、趣味の時間などを通してリラックスすることも自律神経の働きを高めるのに役立ちます。

そして、それでもつらさが続くときは、東洋医学による治療を検討してみるのがお勧めです。

あなたの「冷え」はどのタイプ？

四肢末梢タイプ

手足の末端が冷えるタイプです。カロリー不足や運動不足などが原因。熱エネルギーが少ないため交感神経が過剰に働き、末端の血管を収縮させて血流を阻害しています。まずは熱源として十分なタンパク質を摂取し、適度な運動を。手足の先を外から温めても解決しません。保温するなら首回りや手首、おなかを。



内臓タイプ

体の芯から冷えを感じるタイプ。体質や生活習慣、ストレスなどで交感神経の働きが低下し、血管が拡張しやすく、保温機能が弱っているために起きます。食事、睡眠などの生活習慣を見直すと同時に、熱を逃がさないよう、保温性が高い衣類を。軽い運動も必要ですが、汗で冷えないよう注意。



下半身タイプ

顔は火照るのに足が冷たいタイプです。座りっ放しや運動不足で腰やお尻の筋肉が凝って坐骨神経を圧迫し、腰から爪先への血流が悪くなるために起きます。足先の保温や足浴では効果はありません。腰や脚部のストレッチで血流を改善しましょう。腰痛、坐骨神経痛などがある場合は治療も必要です。



冷えを解消するには日々の生活習慣が大切!

食習慣

タンパク質を意識しながら
1日3食をしっかり取ろう

熱エネルギーの確保には十分なカロリーを摂取することが大切です。タンパク質は優れた熱源になり、筋肉の維持・増強にも役立ちます。重要なのは朝食。体温や代謝を上げるため、納豆、卵などのタンパク質を積極的に食べましょう。また決まった時間に食事をすることは自律神経の安定につながります。南方原産の野菜・果物、白砂糖など体を冷やす食品は体温の高い日中に取りるか、加熱調理をお勧めします。



運動

日々の意識的な運動が
代謝を上げ、自律神経を整える

血流を良くするためには、適度な運動が不可欠です。その作用は、四肢末梢タイプでは基礎代謝と筋肉量を上げ、内臓タイプでは自律神経バランスを整え、下半身タイプでは下半身の筋肉の凝りをほぐし……と、冷え症解決に向けたいいことづくめ! 同時に心肺機能が鍛えられ、熱や栄養を全身に送り出す機能も高まります。日々の仕事や家事ではあまり使っていない筋肉は多々。ぜひ意識的に動かしましょう。

ウォーキング

ふくらはぎは第二の心臓ともいわれ、送られた血液を足から上半身に戻すポンプです。1日15分ほど、手を大きく振ってウォーキングすれば、下半身の血流改善だけでなく、肩凝りや自律神経バランスの回復に効果的です。



ストレッチ

四肢末梢タイプと下半身タイプでは、くつろぎタイムや入浴時にストレッチをすると良いでしょう。あぐらをかいて上の足の指を手で内側に曲げて5秒。左右5回ずつ行うことで血管を開く効果があります。下半身タイプでは、お尻部分に負荷をかけるようなストレッチも有効です。



入浴

全身を温め、凝りをほぐす
40～42度の10分間入浴

体を温め、ストレスをほぐすため、習慣にしたいのが10分間入浴です。効果的な湯温は40～42度。まず前半5分間、首まで湯船につかってから休憩。後半5分間は胸元までつかります。半身浴より温まり、筋肉の凝りもほぐれます。湯船の中で肩甲骨や足先などのストレッチをするとより良いでしょう。10分を超えると湯上がりの汗で冷えてしまいます。火照りを鎮めるため、入浴は就寝1時間以上前に。



つぼ押し

自分でも手軽にできるつぼ押し
足の血行を良くして冷えを解消

冷えた足先の血行を改善するには、足指の付け根の間にある4カ所のつぼ「八風」が良いとされます。押すと痛気持ちいい点を見つけ、真つすぐに押します。全身の血行を良くするとされる「湧泉」は足の裏。足指を曲げたときにできるくぼみの中央です。こちらはゴルフボールなどを踏んで体重をかける方法が簡単です。



えっ、これって駄目!?

世間に流布する冷え症対策でも、効果のないものはいくつもあります。体を温めるとされるショウガも生では無効果。蒸して乾燥させた場合に限り体を温めます。また靴下の重ねばきなど血流を阻害する方法は避けた方が良いでしょう。就寝時の電気毛布も、毎日使っていると日中に体の熱を放散しやすい体質になり、結果的に冷えを加速します。

食べて応援、作って応援

親子でつくろう!

ベランダ菜園



栽培の難易度

難 **中** 易

コンテナの大きさ



深型または袋作り

ジャガイモ
(ナス科)

あると便利な
常備野菜

ベランダ
栽培の
ポイント

- 1 植えつけ時は土を容器の半分程度にし、生育に応じて増し土をする。
- 2 大きな芽を1~2本残して、他の芽はかき取る。
- 3 芽かきの頃と蕾が付き始めた頃の2回、追肥と増し土をする。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
植えつけ期間												
収穫期間												

適応性が強く土質を選ばないので、栽培しやすい野菜です。生育温度は20℃前後と涼やかな気候を好みます。おなじみの「男爵」「メークイン」のほか、「キタアカリ」「アンデス赤」など新品种があります。ウイルスに罹病していない専用の種イモを使いましょう。

1 スタート 植えつけ

根菜類のジャガイモは、土がたっぷり入る大きなコンテナや袋で育てましょう。増し土をしながら育てるので、初めは半分くらいからスタートです。

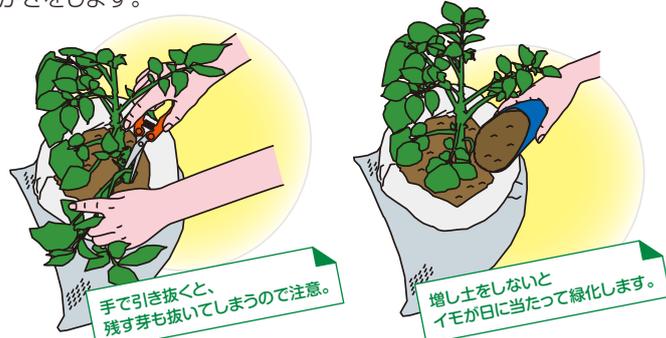


1. 50×60cm程度の大きく丈夫な袋を準備し、土を半分くらい入れる。袋の上部は折り返しておき、必要に応じて伸ばしていく。

2. 種イモは芽のあるところを均等に分けるように1片30~40gにカットし、切り口を下にして袋の中央に埋め込む。周囲の土を寄せて、5~6cmの厚さに土をかぶせる。

2 6週間後 芽かき・追肥・増し土(1回目)

3週間ほどで発芽、6週間後には草丈10~15cmくらいになります。このまま複数の芽を伸ばしたままだと小さなイモしかできないので、芽かきをします。

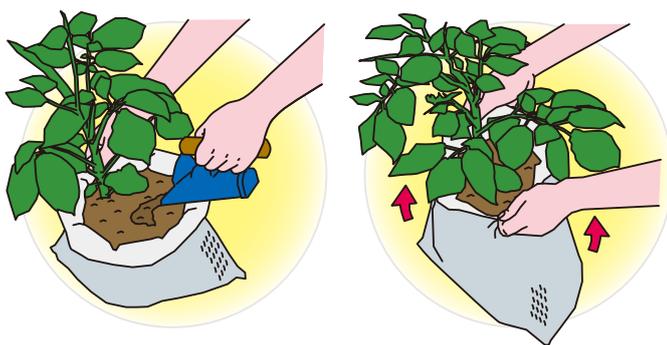


1. 大きく元気のよい芽を1~2本残して、他をさみで根元から切り取る。

2. 折り返した袋の端を少し伸ばし、あらかじめ土1畝につき1gの化成肥料を混ぜ込んだ用土を7~10cmくらい入れて、株の根元まで増し土する。たっぷり水やりする。

3 8~9週間後 追肥・増し土(2回目)

蕾が付き始めたら、2回目の追肥と増し土をします。コンテナ栽培の場合、増し土がイモの出来を決める大きなポイントとなります。



袋の折り返しを伸ばし、前回同様化成肥料を混ぜ込んでおいた用土を同じくらい入れる。たっぷり水やりする。

4 13週間後 収穫

追肥、増し土は2回で、その後は放っておいて大丈夫。花が終わって茎や葉が枯れてきたら、いよいよ収穫です。株元をしっかりと持って引き抜きます。



JAのフレッシュライス

JAとうと「ふれあいパーク浅野」では、玄米をキログラム単位で精米するフレッシュライスを提供しています。地元産のコシヒカリ、ミネアサヒ、ミルクQueen、ハツシモから新潟コシヒカリ、山形県のつや姫等ブランド米も取り揃えています。ぜひ一度お試しください。

ふれあいパーク浅野 営業時間/9:00~17:00 日祝日休業
TEL 0572-54-7788



お問い合わせ先：JAとうと経済部 TEL 0572-68-5120

多治見・土岐・瑞浪の3市にお住まいの方、これからお住まいになられる方
どなたでもJAをご利用いただけます。何なりとご相談ください!!

JAとうと 2021 期間 令和3年 11月22日月 ▶ 令和4年 1月14日金

ウィンターキャンペーン

特別金利または掲載写真の商品の
どちらかをご選択いただけます

期間中、新規でスーパー定期貯金(期間1年、1,000万円未満)をご契約いただいた個人の方
総合口座もしくは定期貯金通帳でのご契約の方は 証書扱いのご契約の方は

年0.06% (税引後 年0.047%) にてお預かりします
年0.03% (税引後 年0.023%) にてお預かりします

JAネットバンク
新規ご契約特典
JAネットバンク新規ご契約で
抽選で
Amazonギフト券(1,000円)
(Eメールタイプ)
をプレゼント!

期間 令和3年6月1日(火)~
令和4年3月31日(木)

JAネットバンクの利用申込はこちら



JAカード
新規ご契約特典
JAカードを新規ご契約いただいた個人の方

期間中、新規でスーパー定期貯金(期間1年、20万円以上1,000万円未満)ご契約いただいた個人の方

希少なもち米
「岐阜県産きねふりもち」
を使用

日吉高原の
農家が作った
杣つきもち

全店先着
6,000
名様

よりぞう
2WAY巾着
エコバッグ

内ポケットに
収納!

全店先着
2,000
名様

よりぞう
2WAY巾着
エコバッグ

(1契約につき1個)

内ポケットに
収納!

※1契約につきお一人様1個となります(ご契約は1回限りとなります)

※品切れの際には代替品をご用意しています

募集総額 150億円

お預け入れ条件 ●上乗せ金利の適用期間は初回満期時までで、継続後の金利は継続日当日の店頭表示金利にて自動継続されます。●JAネットバンク定期貯金、ATM定期貯金によるご契約は対象外とさせていただきます。●当JAですべてお預け入れいただいている定期貯金の満期または中途解約資金による本キャンペーンへの振替は対象外とさせていただきます。●定期貯金を中途解約される場合は、JA所定の中途解約利率が適用されます。●当JAが実施するその他の金利上乗せキャンペーンとの併用はできません。●2037年12月31日までの間にお受取りになるお利息には、復興特別所得税が附加され、20.315%(国税15.315%、地方税5%)の分離課税が適用されます。(マル優の取扱いができません)●金利環境の変化等により利率の変更をさせていただきます。●本商品は貯金保険の範囲で保護されます。

対象商品 自由金利型定期貯金(M) 単利スーパー定期貯金 お預入期間 1年 ※1・※2の条件以外でお預けされた場合には店頭表示金利を適用します

お預入金額 1万円以上300万円以下 ※1

JAネットバンク定期貯金

期間中、JAネットバンクにて
新規・自由金利型定期貯金(M) 単利 期間1年をご契約の方

契約期間 **1年** **年0.1%** **ご自宅のお部屋で**
スマホやパソコンから
定期貯金ができます!

(税引後 年0.079%) にてお預かりします

JAネットバンクの
利用申込はこちら

【JAネットバンク留意事項】
●特別金利は自由金利型定期貯金(M) 単利、期間1年が対象です。●総合口座通帳または定期貯金通帳をお持ちの方で、その定期貯金口座をJAネットバンクのサービス利用口座に登録されている個人の方が対象となります。●0円で定期貯金口座を開設後、2日後から預入が可能となります。



お預入金額 1万円以上100万円以下 ※2

ATM定期貯金

期間中、ATMにて新規・スーパー定期貯金
期間1年をご契約の方

契約期間 **1年** **年0.08%** **JAとうとの**
ATMで定期貯金が
できます!

(税引後 年0.063%) にてお預かりします

お近くのJAの
ATMはこちら

【ATM留意事項】
●特別金利はスーパー定期、期間1年が対象です。●総合口座通帳または定期貯金通帳をお持ちの個人の方が対象となります。●ATM営業時間内の取り扱いとなります。●預入金額の上限につきましては、ATM利用限度設定等により異なります。●JAとうとのATMにのみです。



共通留意事項
●自由金利型定期貯金(M) 単利・スーパー定期貯金(自動継続扱い)、期間1年を新規にご契約の個人といたします。●本商品は貯金保険の対象であり、同保険の範囲内で保護されております。●特別金利適用期間中に中途解約された場合は、当JA所定の中途解約利率が適用されます。●特別金利は初回満期日までとし、満期後は継続時の店頭金利で自動継続いたします。●期間中であっても、金融情勢により特別金利を変更する場合があります。●2037年12月31日までの間にお受取りになるお利息につきましては復興特別所得税が運用され20.315%(国税15.315%・地方税5%)の分離課税となります。

「還付金詐欺」
「キャッシュカード詐欺」に
ご注意ください!



JAとうとの職員や、金融機関職員、市役所職員等が
キャッシュカードを預かったり、暗証番号を聞くこと
はありません。怪しいと感じたら、最寄りの警察署
やJAまで遠慮なくご連絡下さい!!

経営健全性のバロメーター
JAとうとの自己資本比率は
21.29%です。
(令和3年3月31日現在)

JAとうとの在宅介護サービスステーション

介護のことでお悩みはありませんか？

JAとうとの『在宅介護サービスステーション』へ
お気軽にご相談ください。

JAとうとは、高齢者福祉事業として、訪問介護事業（ホームヘルプサービス）、在宅介護支援事業（ケアプラン作成など）を行っています。

●訪問介護・予防訪問介護（ホームヘルプ）

ホームヘルパーがご家庭を訪問し、掃除・洗濯など日常生活のお世話や、入浴・排泄など身体介護を実施。ご自宅で自立した生活を送れるよう支援します。



●居宅介護支援（ケアプラン作成）

介護保険サービスを適切にご利用いただけるように、要介護認定を受けるための申請代行と「ケアプラン」の作成などを行います。（ご利用料金の負担はございません）



訪問介護とは
どんなサービス？

只今ヘルパー
募集中です。

働きたい時に
好きな時間だけでもOK



■お問い合わせ窓口 JAとうと在宅介護サービスステーション 土岐市土岐口中町4-75(土岐口支店2階) ☎0120-201-294

無料

相談コーナーのご案内 ~お気軽にご利用ください~



無料相談は、多治見・土岐・瑞浪の各地にて毎月相談日を設け開催しています。相談日・会場については、お近くの支店窓口または渉外担当者にお問い合わせください。

顧問弁護士による 法律相談

相続、贈与、不動産関連等、法律に関する問題

顧問税理士による 税務相談

相続税、贈与税、確定申告、不動産にかかる税金など、税務に関する問題

顧問社会保険労務士による 年金相談

年金受給の手続き、退職や再就職時などの年金に関する問題

ケアマネジャー・介護福祉士による 介護相談

介護保険利用手続き、介護方法、介護施設情報など、介護に関する問題
会 場：土岐口支店2階(在宅介護サービスステーション) ☎0120-201-294
相談日：土・日・祝日を除く毎日 担当者の在席をご確認の上お申し込みください。

宅地建物取引士による 不動産相談

不動産売買、賃貸借物件情報の提供、不動産活用相談
会 場：土岐口支店1階(不動産部) TEL.0572-54-2125
相談日：土・日・祝日を除く毎日 担当者の在席をご確認の上お申し込みください。

パズル・頭の体操は、JAとうとホームページからも応募いただけます。

●応募方法

ホームページまたは郵便ハガキに所定の項目を記入の上応募ください。当選発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

●締切日

令和4年1月17日(月)

※当日消印有効

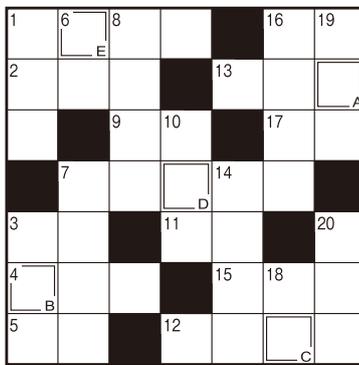
- 正解者の中から抽選で20名の方に①「図書カード」、20名の方に②「地元産ミルクQueen3kg」をプレゼントします。



※プレゼント賞品は写真と異なる場合があります。

郵便ハガキ
507-0037
JAとうと本店
総務企画課
行
多治見市音羽町3-23

- お答え
- 希望賞品番号
- 住所
- 氏名(年齢性別)
- 電話番号
- 〒(〒)宛先(お住まいの郵便番号)



答え A B C D E

※JAとうとホームページからも応募できます。

Q二重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

- ① オイルシヨクともいわれる□□危機
- ② 分度器で測りやす
- ③ 春の七草の一つ。ダイコン
- ④ 遊園地で□□コースターに乗る
- ⑤ おでんに添える黄色い薬味
- ⑥ 年下の女きょうだいのこと
- ⑦ 屋外で行うことも多いミカンのものは手でも
- ⑧ おしゃれな□□ランチを楽しむ
- ⑨ 「オリオン」「おおいぬ」「カシオペア」といえば
- ⑩ 遠回りをすること
- ⑪ 初夢で見ると縁起が良
- ⑫ やつぱり自分の□□が一番落ち着くなあ
- ⑬ 果物□□を使ってリンゴをむいた
- ⑭ 植物の葉や車の窓などに氷の結晶が付いたもの
- ⑮ 「住めば都」とか「猫に小判」とか
- ⑯ 果物□□を使ってリンゴをむいた
- ⑰ 初夢で見ると縁起が良
- ⑱ やつぱり自分の□□が一番落ち着くなあ

パズル

頭の体操

※応募によりお預かりした個人情報の取扱いにつきましては、当選賞品のお届けを目的とするほか、お寄せいただいたご意見の内容により、訪問・電話等によってご回答、あるいはパンフレット等をお届けする際に利用する場合があります。

