

農業と食を通じた「元気、づくり」

Wai! Wai!

2022
FEBRUARY

2

組合員とJAのコミュニティ誌 わい!わい!ひまわり vol.382

Himawari

J A H I M A W A R I C O M M U N I T Y M A G A Z I N E

特集

活躍する 女性農業者



 **JAひまわり**



代表理事組合長
 権田 晃範

さいかんき
彩感記

「春の予感」に想う

✦ 今月は、季節を表す言葉としての「二十四節気」が2つ入っています。1つは2月4日の「立春」、そしてもう1つは2月19日の「雨水」です。

✦ 暦の上では冬から春へ移ろう季節ですが、日本の歌百選に選ばれている「早春賦（そうしゅんふ）」の歌詞ではありませんが「春は名のみ風の寒さや・・・」とあるようにまだまだ寒さが身に沁みる季節です。しかし、戸外の動植物は早くも春を感じ取っている様で、ロウバイの触ると壊れそうな可憐な花びら、寒椿や寒梅は寒さに耐えながら紅い花をきれいに咲かせております。そして、花を求めて集まるメジロやウグイスは「チャッ・チャッ」と、この先の季節に備えて発声に余念がない様であります。私たちも戸外の動植物に遅れないよう春の息吹を感じ取り、手足を伸ばし春に向けた準備を始めたいものです。

✦ 当JAも、この時期は推定決算・次年度計画の作成など、新年度に向けた準備を進める時期でもあります。

INDEX

- 2 彩感記
ひまわりキッズ
- 3 特集 活躍する女性農業者
- 6 ピックアップマンスリー
- 9 女性部活動ニュース
- 10 アグリフレンズー生産者の顔ー
- 11 ワンポイントアグリ
- 12 げんきの源
- 13 地産知人 地域農業の応援店
- 14 わい！わい！アクティブシニア
健康百科
- 15 進めよう！国消国産
お天気カレンダー
- 16 暮らしサブリ
- 18 ラストメモリー
介護のことならJAへ
- 19 ひまわり文芸
- 20 ひまわり掲示板
- 22 MEMBER'S VOICE
地域通信員コーナー
- 23 理事会報告
- 24 わい！わい！地域農業応援団



元気いっぱい、
 笑顔いっぱい

元気いっぱいに遊ぶ俊穂くんは、一時保育に行くようになり、話す言葉や、遊びの種類も多くなりました。また、家から出るときには自分で靴を用意できるようになりました。高いところに登るなど、挑戦することが増えました。イチゴやおばあちゃんを作るニンジンが好きです。

ご両親は「元気に、丈夫で、よく笑う子に育ってほしい」と願っています。



としほ
 堀内 俊穂くん (1歳)

堀内 俊博さん、琴音さんのお子さん 長沢町

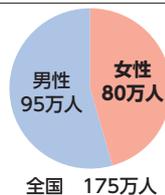


特集

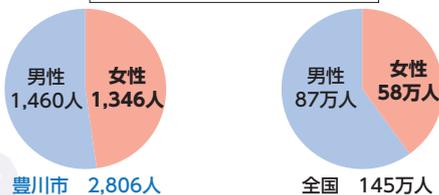
活躍する 女性農業者

日本の農業を営む男女の割合を統計で見ると、農業就業人口（※1）約175万人のうち、女性は80万人と45%ほどを占めています。また、基幹的農業従事者（※2）145万人のうち、女性は58万人で40%（※3）となっています。当JA管内でも基幹的農業従事者2,806人のうち、女性は1,346人で約48%（※4）となっています。日本の農業は家族経営が多く女性の労働力は必要不可欠です。当JA管内においても、女性農業者の比率は全国平均よりも高く、栽培のこだわりや、販売方法の工夫も様々です。今回は当JAの直売所に出荷している女性農業者を紹介します。

農業就業人口 男女比率



基幹的農業従事者 男女比率



※1 農業就業人口：15歳以上の農家世帯員のうち、調査期日前1年間に農業のみに従事した者又は農業と兼業の双方に従事したが、農業の従事日数の方が多い者

※2 基幹的農業従事者：農業就業人口のうち普段、仕事として主に自営農業に従事している者

（農林水産省HPより）

※3 農林水産省統計部農林業センサス（平成30年）

※4 農林水産省統計部農林業センサス（令和2年）



直売所誕生の頃から出荷しています

当JAの直売所の歴史は古く、昭和61年に旧三河一宮町農協の女性部員が始めた「100円市」は全国の直売所のルーツと言われています。

露地栽培を営む中野さんは「100円市」の頃から直売所に出荷しています。両親が農家だったことから家業を継ぎ、農業を始めました。農

業は天候などにより、野菜の品質が変わるので、毎年栽培方法を工夫し、品質の良い野菜を栽培しています。



▶1度に使い切れるサイズのニンジンを選んで詰めます



▶ダイコンは機械で洗い、キズなども確認します



中野誉子さん

こだわり 品質の良い野菜をたくさん出荷
出荷先 グリーンセンター豊川・音羽、Aコープ小坂井店
出荷品目 ナス、ピーマン、ニンジン、ダイコンなど

「出荷の時間に他の農家さんと情報交換を行い栽培に活かしています」



販売方法にもこだわっています

当JAの直売所では、出荷者自らが品出しや陳列を行います。それぞれの農家が独自の包装やポップなどで販売方法を工夫しています。

直売所をメインに出荷する伊藤さんは野菜の品質はもちろん、見た目も意識し、オリジナルの包装資材やポップを作っています。品目が変わっても、一目で同じ生産者だと分かるように工夫しています。

▶機械を導入し包装しています



▶写真を使ったポップ



▶息子さんの顔がモチーフです



伊藤奈美さん

こだわり オリジナルの包装資材やポップ
出荷先 グリーンセンター豊川・一宮・音羽、Aコープ中部店、Aコープ小坂井店
出荷品目 レタス、トマト、キュウリ、キャベツなど

「新鮮な野菜は食べると食感が良いので、採れたてを出荷しています」





新たに 農業を始めました

当JAでは新規就農支援として、「就農インターン制度」や豊川市と連携し「とよかわ就農塾」を実施しています。

新規就農者の稲垣さんは結婚を機に、義父母と農業を行い、自然相手の難しさと楽しさを知りました。そこで、「とよかわ就農塾」を受講した後、2年前から本格的に農業を始めました。



▲サトイモは土を掘り起こして収穫します

稲垣満理さん

こだわり 有機肥料中心の安全安心な野菜作り
出荷先 グリーンセンター豊川、Aコープ中部店
出荷品目 サトイモ、ショウガ、ダイコン、ミズナ、パクチー、オクラ、ナスなど

「野菜は作る人によって味が変わる。自分の食べたい味に作れるのが理想です」



▶茎も根も食べられるパクチー



▲有機栽培にこだわったショウガ



珍しいものも 出荷しています

当JAの直売所にはおよそ1,300人が出荷をしております。様々な農産物が出荷されています。店舗によって出荷者が異なるため、その店舗にしか売られていないものもあります。

ガーベラをメインに栽培する神谷さんは1年に1度出荷できるかどうかの貴重な「ドラゴンフルーツ」など、珍しい果物や花を出荷しています。ガーベラのハウスの脇に珍しいものを栽培して楽しんでいます。

▶ドラゴンフルーツ



▶グロリオサ



神谷幹枝さん

こだわり ガーベラのハウスを利用して珍しいものを作る
出荷先 グリーンセンター豊川・一宮・音羽、Aコープ小坂井店、産直ひろば御津
出荷品目 ドラゴンフルーツ（不定期）、グロリオサ、花トウガラシ、スターチス、ヒペリカムなど

「みんなが作っていないものを作るのは楽しさのひとつです」



▲ガーベラのハウスに育つスターチス

見たことが ありますか？

これは「ブッシュユカン(仏手柑)」といって、カンキツ類の仲間です。変わった形をしています。変わった形からその名が付けられました。食べられないわけではないですが、縁起物として飾られることが多いようです。

こちらも女性農業者が出荷しています。全国でも栽培されている地域は少なくとも珍しいものです。



末広がり



合掌



今回紹介した女性農業者の他にも、管内には多くの女性農業者が活躍しています。こだわりの農産物や、直売所ならではの農産物が並んでいますので、是非お楽しみください。



JAひまわりの「今」をピックアップ ピックアップ・マンスリー



花育教室を開催 親子で フラワーアレンジメントを楽しむ

組 織活性課は、12月5日にバラ部会ローズメイトを講師に招き、豊川市で栽培されている花きを学び、フラワーアレンジメントを作る「わい！わい！花育教室」を開きました。

この取り組みは、花と接することを通して、優しさや思いやり、美しさを感じる心を育てることが目的です。今回は14組28人の親子が参加しました。

参加者はとよかわバラ、とよかわスプレーマム、豊川産ガーベラなど豊川産花きの特徴の説明を受けた後、フラワーアレンジメントを楽しみました。



クリスマスに合わせたフラワーアレンジメントに挑戦しました

夕焼けのようなあかね色が特徴 オリジナルブランドみかん 「あかね夕焼け姫」を販売



み かん部会は11月27日から12月中旬まで、当JAのブランドみかん「あかね夕焼け姫」の販売を行いました。

「あかね夕焼け姫」は、夕焼けのような鮮やかなあかね色と食味の良さが特徴で、贈答用としても人気があります。





新品種を部会で確認 スプレーマム新品種検討会を開催

ス プレーマム部会は11月25日に花き集出荷センターにてスプレーマム新品種検討会を開催しました。

同検討会は毎年11月に、種苗会社の新品種発表の時期にあわせて開催しています。部会員は種苗会社から紹介された約80品種の中から、収量や開花までに必要な日数、消費者ニーズに合うかなどの判断基準をもとに検討を行いました。同部会では、市場のニーズや品質向上を目指して、毎年品種を検討しています。



新品種のスプレーマムについて意見を交わす部会員ら

クリスマスにはバラを贈って 赤バラの出荷が本格化



目 本一の出荷量を誇るバラ部会の栽培するバラの出荷がクリスマスを前にピークを迎えました。

今年は暑い日が長く続き、栽培に苦労しましたが、10月下旬から気温が下がったことで開花が緩やかになり、花にボリュームが出て例年並みの品質の良い仕上がりになりました。

同部会の成田成寿さんは12月上旬よりクリスマス需要のバラの収穫や出荷作業に追われました。成田さんの温室で栽培されているバラの品種「サムライ」は人気が高く、ボリュームと光沢のある赤色が特徴です。



赤いバラを収穫する成田さん



防疫対策を徹底

豚熱ウイルスと高病原性鳥インフルエンザウイルスを厳戒態勢



当

J Aと豊川市で構成される豊川市畜産振興会は、昨年から全国で発生が確認されている豚熱ウイルスと、高病原性鳥インフルエンザウイルスの防疫のため、殺菌消毒薬を当J Aの養豚部会の農家9軒と、管内の家禽農家16軒に配付しました。

豚熱ウイルスや高病原性鳥インフルエンザウイルスは強い伝染力があり、長靴などに付いたウイルスが畜舎内に侵入することで感染してしまう恐れがあります。そこで、畜舎などへの出入りに殺菌消毒薬を利用しています。



J A職員から殺菌消毒薬を受け取る畜産農家



日頃の感謝を込めて 苺バウムクーヘンを贈る



金

金融課は地元農産物を使った加工品の「苺バウムクーヘン」を、対象の大口取引先に贈りました。このバウムクーヘンは、豊川産のイチゴを使用し、無添加で作られたジャムを生地に練り込んでいます。食べるとほのかにイチゴの酸味が感じられ、美味しいと好評です。

金融課の富安課長は「農産物の加工品を通じて地元農産物の消費に繋がりたい。また、管内のイチゴを広く知ってもらいたい」と話しました。

自転車交通安全教室 交通事故の恐ろしさを学ぶ

当

J AとJ A共済連愛知は、11月16日に豊川警察署と連携し、豊川市立中部中学校で「生徒向け自転車交通安全教室」を開催し、全校生徒553人が参加しました。

スタントマンによる事故を再現した演技を通じて、傘さし運転や携帯電話を使用しながらの運転の危険性など自転車走行のルールやマナーを学んでもらうことが目的です。生徒はスタントマンの迫真の演技に驚き、交通事故の恐ろしさを感じていました。





わい！わい！活動 小坂井びよんびよんクラブ 焼肉のタレを作る



小坂井びよんびよんクラブは、年に4回ほどメンバーでやりたいことを話し合い、活動をしています。12月は毎年恒例の焼肉のタレを作りました。メンバーは「みんなで作れるのがわい！わい！活動のいいところ。市販のものよりもおいしく感じ、何が入っているかもわ

かるので、安心できる」と話してくれました。

小坂井びよんびよんクラブでは藍染めや手芸、ハーバリウム作りなどを楽しんでいます。

わい！わい！活動 フラワーサークル クリスマスリース作りに挑戦

フラワーサークルは12月9日にクリスマスリース作りに挑戦しました。



材料に豊川産のヒムロ杉やブルーアイスなどを使い、円形になった弦にワイヤーで止めていきます。できたリースに松ぼっくりなどの木の実を飾り付けていき、最後にクリスマスらしいリボンをつけて完成させました。初めてリースづくりを行いました、思ったより簡単に手際よく楽しく作ることができました。



女性部活動 フードドライブ活動報告

女性部活動では11月15日から30日まで、わい！わい！フードドライブ活動を行いました。今回は右表のような食材が集まりました。ご協力ありがとうございました。

食品は音羽地区更生保護女性会を通じて、豊川市の学習支援事業や子ども食堂に寄付させていただきます。



提供されたコメで作られたおにぎり

品目	数量
コメ	60kg
缶詰	15缶
インスタント食品	2箱・19袋
乾麺	6箱・13袋
海苔	2袋
調味料	4袋
お菓子	5袋
飲料水	17缶
その他食品	5袋

Agri Friends

生産者の「顔」



美味しさでファンができたなら

DATA

鈴木さんが所属するいちご部会データ

🍓 部会員数 104名 🍓 面積 約18ha
🍓 販売数量 約260万パック 🍓 販売金額 約9億円

いちご部会では「とちおとめ」「やよいひめ」「ゆめのか」を主に栽培しています。
農業使用基準の遵守はもちろんのこと、作業時の衛生帽着用や手洗いの施行など衛生管理を徹底し、消費者に安心していただけるイチゴ栽培に努めています。

いちご部会所属
鈴木 勇矢さん(26)

勇矢さんは一昨年の12月に就農し、およそ1年が経過しました。祖父母とイチゴを栽培しています。

いずれは農業をやりたいと考えていた勇矢さん。会社に勤めながら、2年半、祖父母の農業を手伝っていました。いざ就農すると、温度管理や病害虫の対策、日頃の管理などが多く、思ったより大変だと感じたそうです。

勇矢さんは愛知県が開発した品種

「ゆめのか」を栽培しています。12月下旬から4月上旬が収穫のピークで、1日600パックほどを出荷することもあります。「ゆめのか」は収穫量が多いのが特徴で、甘さの中に酸味もあり、さっぱりとした味わいです。

祖父からは、栽培に関してのアドバイスを受けることがありますが、聞くだけではなく、実際に自分でやってみて気づくことが多いそうです。今後は夏場に苗を冷やすことで出荷を早める夜冷育苗に挑戦してみたいそうです。

そんな勇矢さんは「色々な産地のイチゴがお店で並んでいた時に、自分のいちご部会のイチゴが美味しいと手に取ってもらえるように、品質にこだわりたい。ファンができたならうれしい」と話してくれました。

One Point Agri

プロが教える家庭菜園のワンポイントアドバイス

園芸研究家●成松次郎

ニラ 長い期間収穫を楽しむ

春（3、4月）に種まきし、育苗して、6、7月に植え付け、翌年の春、秋に収穫します。乾燥しなければどんな土地にも育ち、半日陰でも大丈夫です。

「品種」「ミラクルグリーンベルト」（武蔵野種苗園）は鮮緑色で葉幅が広く、肉質は柔らかい品種。「タフボーイ」（八江農芸）は耐寒・耐暑性があり、刈り取り後の再生力の高い品種です。

「育苗」1平方m当たり化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥1kgを施し、土とよく混ぜておきます。幅70cm程度の苗床を作り、条間15cm、1cm間隔にすじまきします（図

1）。発芽後、密生した所を間引き、草丈25cm程度まで育てます。

「畑の準備」植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを全面にまいて、よく耕しておきます。植え付け溝は畝幅60〜70cmとし、深さ20cm、幅15cmに掘り下げます。元肥は植え溝1m当たり化成肥料50g程度、堆肥1kgを施し、土を掛けておきます（図2）。

「植え付け」苗は根を傷めずに掘り取り、株間20〜25cm間隔で1カ所3、4本をまとめて植え付けます（図3）。「追肥・中耕・とう摘み」植え付けの年は9、10月に月1回追肥をします。1回の追肥量は畝1m当たり化成肥料

30g程度とし、この際に中耕を行います（図4）。2年目以降は春先と、収穫後に同量を与えます。なお、植え付けの2年目以降は夏になると、とう立ちするため早めに蕾（つぼみ）を摘み取ります。

「病害虫防除」新芽に付きやすいアブラムシには「粘着くん液剤」「ベニカ水溶剤」などの登録農薬で防除します。

「収穫」翌年4月から10月にかけて収穫できます。草丈35cm程度に伸びた頃、地上5cm程度の部分で刈り取り収穫をします（図5）。1年に3、4回収穫できます。

「株の更新」3、4年は同じ畑で栽培できますが、密生し葉幅が狭くなってきたら、春に株を更新します。株を掘り取り、分割して3芽ずつまとめて植え直します（図6）。

図1 育苗

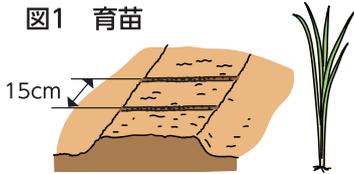


図2 畑の準備

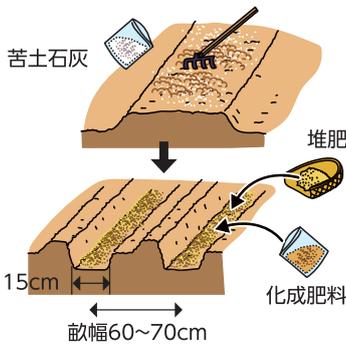


図3 植え付け

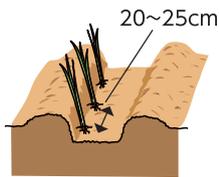


図4 追肥

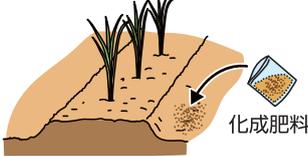


図5 収穫

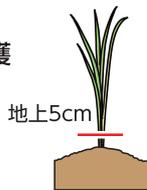


図6 株の更新



Recipe ————— 4人分
 コメ 2合
 かつおだし 400ml
 塩 適宜
 ミツバ 1把
 根が付いているものは落とし、ゆでておく
 トマト 中2個

Cooking

- ① コメをとぎ、ざるにあげて20分置く。
- ② 炊飯器にかつおだしと塩を入れ、①のコメを入れ20分浸す。
- ③ トマトを湯むきしてさいの目に切り、炊飯器に入れてさっと混ぜ、炊飯器のスイッチを入れる。
- ④ 炊き上がったご飯にざく切りにしたミツバを混ぜ合わせ出来上がり。(根ミツバを使用した場合は、残った根できんぴらを作り炊き込みご飯に添えるのがお勧め)



トマトとミツバの
炊き込みご飯

げんきの源
 新鮮食材で楽しくクッキング

コメ
rice

日本の主食

私たちの食生活に欠かすことができないコメは、古くから日本で栽培され、日本の伝統文化を生んできました。雨が多く、湿度の高い、日本の温暖湿潤気候により、もちもちとした甘みのある日本特有のうまみをもつコメとなります。

コメの主成分である炭水化物は、体作りに欠かすことのできない三大栄養素(タンパク質・脂質・炭水化物)のひとつで、体の中でブドウ糖に分解され、エネルギー源として利用されます。さらにコメには血や筋肉など身体形成に必要なタンパク質やビタミン、ミネラルも多く含まれており、とても栄養バランスの良い食べ物です。



現在、愛知県の学校給食では地産地消の取り組みとして、全て愛知県産のコメを使用しています。

近年、コメの消費拡大として、米粉の加工品が注目されています。当JAでも、新たに「豊川市産の米粉で作ったカレールー」をグリーンセンターなどの店舗で販売し人気です。豊川市産の「あいちのかおり」や特別栽培米「稲荷の里」、「音羽米」とあわせてお試しください。

これまで日本の主食と言われてきたコメですが、需要低下が原因で米価が大幅に下落し、水田農家の経営が厳しい状況にあります。地域の水田を守るためにもっとコメを食べたいものですね。

楽しみにしてくれる人に感謝して

はるよさんは結婚を機に、農業を始めました。ご主人は会社勤めだったので、義父母と3人でブドウの栽培を行っていました。

今は定年退職したご主人と2人で、夏から秋にかけて、年間約3,000房の巨峰とシャインマスカットを販売します。近年は悪天候の影響で、病害虫が発生しやすくなり、栽培に苦労しているそうです。甘くて、大きな玉のブドウを

作るために毎日状態を確認します。ブドウの栽培は、剪定作業、摘果作業、種をなくすための処理、袋掛け、収穫など両腕を上げた体勢の仕事が多く、大変辛いそうです。

はるよさんは2年程前からブドウの作業のない冬場に、ホウレンソウの栽培を始めました。初年度より、上手く栽培することができましたが、天候の影響を受けやすく、栽培はまだまだ模索中で、人



辻 はるよさん

— 平井町 —

地元の新鮮な農畜産物は
お近くの
グリーンセンター・
産直ひろばへ！

JAひまわり

検索

地産知人II
グリーンセンター・産直ひろばへ
農畜産物を出荷する皆様を紹介します。



CHISAN CHIJIN

に聞くこともあるそうです。

はるよさんは、「買うのを楽しみに待つてくれる人がいて、おいしいや、甘い」と声を掛けてくれてありがたいと感じる。元気にこれまで通り、主人と2人で頑張りたい」と笑顔を見せてくれました。



豊川市桜ヶ丘町70-1

【営業時間】

11:30~22:30 (L.O21:30)

ランチタイム11:30~14:00

ティータイム14:00~18:00

ディナータイム18:00~21:30

【定休日】木曜日

☎0533-74-2185



めたダイナミックでは、限定のメニューをお楽しみいただけます。是非お立ち寄りください。

カフェ・ムード・トヨカワは地元農産物にこだわり、地元産のタマゴを使用したパンケーキが人気です。ランチタイムでは特製のバターチキンカレーなどのメインメニューと、地元の野菜を使ったサラダ、スープが楽しめます。2階は座敷で、お子様連れでも安心して楽しんでいただけます。また、小学生未満のお子様はドリンク1杯とお子様うどん1杯を無料で提供しています。新しく始めたダイナミック

カフェ
CAFE MOOD TOYOKAWA
カフェ・ムード・トヨカワ



グリーンセンターや産直ひろばで販売する農産物を使用する「地域農業の応援店」を紹介します。

「地域農業の応援店」随時募集中
詳しくは企画課までお問い合わせください。

☎85-3171



わい!わい! アクティブシニア

いつまでも農業を続けたい

三浦 賢治さん(69) 江島町

23歳から農業を始めた賢治さん。65歳で息子さんに事業承継しましたが、今でも農業は生活のベースです。

賢治さんが栽培するのは匠トマトというトマトです。甘さを出すために植物の水分をしぼるのですが、しぼりすぎていけないので栽培が難しく、技術と経験が品質に影響してきます。

賢治さんは、12年ほど前から太極拳を始めました。週に1回教室に通い、2時間ほど体を動かしています。太極拳はゆっくりとした動きでも、体幹と足腰の鍛錬ができるので、農業に役立つというそうです。

また、お孫さんが小学校に入ったのを機に、子ども見守り隊として、通学団の安全をサポートしています。他にも、月1回、近所の方と公共の花壇の手入れをしています。こうした地域のつながりを大切にしています。

賢治さんは「これまでの経験を活かしてもっと品質の良いトマトを安定して作りたい、これからも農業を続けたい」と笑顔で話してくれました。

健康 百科

健康科学アドバイザー●福田千晶



検査をすれば膝関節になんらかの変形所見が認められるといわれています。

変形性膝関節症の自覚症状としては、歩行時や立ち上がる時の膝の痛み、膝が曲がりにくい、脚の重い感じ、悪天候時の痛みなどがあります。

変形性膝関節症で受診する場合は整形外科になり、治療法は変形の程度や自覚症状などにより異なります。保存的な治療法としては、薬物療法である消炎鎮痛剤（内服薬、外用薬、座薬）が使われます。膝関節への注射が効果的な患者さんもあります。生活上の注意では、脚を冷やさない、立ち上がり動作を減らす、階段昇降では手すりを使用するなど膝への負担を減らします。さらに、膝のサポーターや靴の中に入れる足底板の使用、大腿部の筋肉の訓練で症状が楽になることもあります。肥満気味の人は膝の負担を減らすため減量することも大切です。

これらの保存療法で効果が不十分なときなどは、手術療法が検討されるので、主治医とよく相談しましょう。膝が痛い人は、早めに整形外科を受診することが望まれます。

変形性膝関節症

特に寒い季節の農作業では、中腰やしゃがんだ姿勢からの立ち上がりで膝が痛む人も多いでしょう。

膝関節は、大腿（だいたい）部と下腿部の骨とその間に軟骨があり、さらに筋肉や腱（けん）や靭帯（じんたい）が働き、関節の負担を軽減しています。しかし、農作業のように中腰や立ち上がりの多い作業、重い物を持つ作業、加齢や体形などにより、膝関節に負担がかかり続けると、軟骨がすり減ったり、骨同士がこすれ合うなどで関節の変形が起り、変形性膝関節症が生じます。60歳以上の約8割の人が、レントゲン



国消国産



国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産



[今回のテーマ]

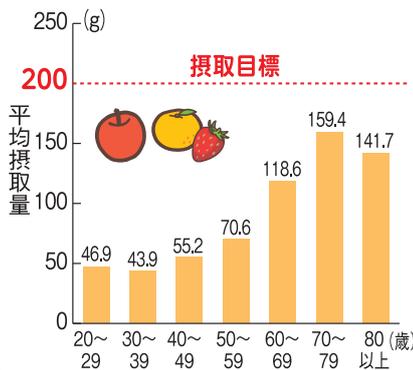
果物や野菜を
みんなどれくらい食べているの？

ジャムを除く果物類や野菜類は、
若い世代ほど摂取量が少ないの
が現状です。

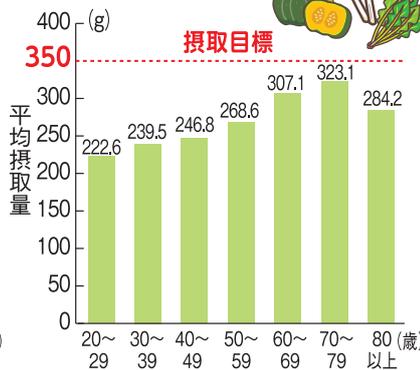


果物・野菜の摂取目標と年齢別平均摂取量

果物類(ジャムを除く)



野菜類



出典:厚生労働省「2019年国民健康・栄養調査」

ビタミンやミネラル、食物繊維を豊富に含む果物や野菜は食べる量が足りないと、生活習慣病のリスクが増えたり、体の免疫力が低下したりするなど、体調不良の原因になってしまいます。

厚生労働省が掲げる1日あたりの摂取目標は果物200グラム、野菜350グラムですが、ちょっと意識するだけで達成できそうです。果物だとミカン2個かリンゴ1個です。また、野菜は加熱するとかさが減ります。

旬にあわせておいしい国産果実や野菜を食べて、国消国産を進めましょう。



耕そう、大地と地域のみらい。

お天気カレンダー

The weather calendar

気象予報士(株式会社ハレックス) 檜山靖洋

豆まきの豆は？



気温の平年値を見ると、一年の中で最も低くなるのは、2月初めごろの地域が多くなっています。ちょうど立春のころです。立春を境に気温が上がり始め、寒さの底を抜けるイメージです。

立春は一年の始まり、お正月のようなものです。その意味では、立春の前日の節分は大みそかといえます。

節分には豆まきをします。古代中国では、大豆は鬼毒を殺し、痛みを止めるといわれていたそうです。これに倣っ

て日本でも大豆をまくようになったといえます。また大豆から芽が出たら凶事が起こるとされるため、芽が出ないように大豆をいって、豆まきに使うのです。

いり豆はちよつとしたおやつにも最適ですね。栄養もたい日もあり、寒暖の変化が大きいいため体調の管理に気を付けたい時期です。節分の日には健康のためにも年の数だけいり豆を食べましょう。

HEALTH LIFE

暮らしサプリ



健・康・ラ・イ・フ
豊川市保健センターより



**塩分の摂りすぎに
注意しよう！**

年始は普段以上に美味しい食事をたくさん食べて過ごされた方が多いと思います。和食はユネスコ無形文化遺産にも登録されており、そのおいしさの秘訣に食塩は切っても切れない関係にあります。食塩は人間にとっては欠かせない栄養素の一つであり、味の決め手でもあります。とはいえ、食塩の摂

りすぎは、様々な病気のリスクを高めます。今回は食塩の摂取について考えてみましょう。

●食塩の取りすぎは様々な病気のリスクが高まります

食塩には、体内の水分バランスや体液の浸透圧を調整するナトリウムやカリウムが含まれています。食塩を摂りすぎると、血液中のナトリウム濃度が高くなり、浸透圧を一定に保とうと血液量が増えます。その結果、血管壁に大きな負担がかかり、血圧が上がります。血管や心臓に負担がかかる高血圧は、脳卒中や心筋梗塞などの循環

器疾患につながります。

高血圧症のほかにも、過剰な食塩を排出するために腎臓に負担がかかる腎不全を引き起こしたり、ナトリウムとともにカリウムを排出するため、骨粗しょう症になりやすくなります。また、過剰な食塩が胃の粘膜にダメージを与え、発がん物質の影響を受けやすくなることで、胃がんリスクも高まることがわかっています。

●日本人の食塩摂取量は多い

食品に含まれている食塩は目に見えないので、知らず知らずのうちに取りすぎてしまいがちです。厚生労働省が定めている1日当たりの食塩摂取量の目標値は、男性が7.5g未満、女性では6.5g未満です。日本人の食塩平均摂取量も近年減少傾向ではあるものの全国平均を見ると、男性は10.9g、女性は9.3gと男女とも目標値を大きく上回っています。

●減塩方法は？

食塩摂取量を減らすには、食塩を含む調味料や食品の量そのものを減らす方法と、食塩を含む料理の食べる量を減らす方法がありま

す。ただ後者の場合は、栄養バランスの偏りや食事量自体が不足する恐れがあります。そのため、前者の方が好ましいとされています。食塩の量を減らすことで料理自体の味が変わってしまう、おいしくないと感じてしまう人も少なくありません。食塩の風味の代用として「うま味」を上手に活用して味を補う、卓上調味料を無意識にかけない、徐々に薄味に慣れるなど食習慣の改善が減塩の第一歩となりますので、まずは行動してみましよう。

保健センターからのお知らせ

楽ちん栄養バランス教室で高血圧対策！

「おいしく減塩！高血圧対策」をテーマに下記の日程で行います。ぜひご参加ください。

要予約

日時 2月2日(水) 10:00~11:30
会場 保健センター
定員 15名
費用 無料
申込先 豊川市保健センター 成人保健係
☎95・4803



楽ちん栄養バランス教室 豊川市

supplement of a living

ADVICE for LIFE

暮らしのアドバイス

ポイントを貯めて
活用しよう



近年、飲食店やドラッグストアなどで、商品の購入時にポイントが貯まるサービスが普及しています。

当JAでは県内のJAに先駆け、平成22年4月より「わい！わい！ポイント制度」を導入し、現在9万人の会員がいます。この制度は当JAの事業の利用状況に応じて付与されるポイントをポイントカードに貯め、グリーンセンターなどの利用可能店舗でご使用していただく制度です。各店舗では精算時に1ポイント1円の値引きとしてご利用いただけます。

詳しくは当JAの本支店にある「わい！わい！ポイント制度のご案内」や当JAのホームページをご確認ください。



JAひまわりホームページ
「わい！わい！ポイント制度のご案内」

今回はこのほかの魅力的な使い方をご紹介します。

●ポイント商品交換

キャンペーン

このキャンペーンは当JAの農畜産物をポイントで交換できます。こだわりの栽培を行う「匠トマト」や地元のイチゴが人気です（詳しくはキャンペーンチラシをご確認ください）。



●農畜産物が当たる抽選会

1月28日(金)・29日(土)に、Aコープ中部店・小坂井店、産直ひろば御津にて1回250ポイントで抽選券と交換してくじ引きをするお楽しみ抽選会を実施します。農畜産物や食品、商品券などが当たります(ハズレ無し)。なお、両日とも18時までとなります。

(県内の新型コロナウイルス感染症の感染状況等で、抽選会を中止する場合がございます。その場合、店頭にてご案内します)



supplement of a living

Read and understand SDGs

SDGsを読み解く



11 住み続けられるまちづくりを



現在世界人口の半分の約35億人が都市で暮らし、その数はこれからも増え続け、2030年までに都市住民は50億人に達すると予測されています。都市に人口が集中することで、住宅不足、さまざまな設備の老朽化、大気汚染やゴミの増加、格差の拡大、犯罪の増加といった問題が起こり、それらへの対策は喫緊の課題です。また、災害が発生したときに被害を最小にとどめるまちづくりも必要です。そこで、SDGsでは2030年までに誰もが安心して暮らせるまちづくりを目標にしています。

日本では都市住民の農業への関心とともに、新規就農者に対するJAや漁協、森林組合の役割発揮への期待も高まっています。また、自治体と包括的な連携協定を結ぶJAも増加傾向にあります。

当JAは平成30年2月21日に豊川市と地方創生の包括連携協定を結びました。新規就農者に対する農地・農業施設のあっせん、また、栽培・経営面に関する研修対応や就農後の栽培・販売・経営を支援しています。

SDGs
持続可能な開発目標



今日はコレ!

ラストメモリー

話好きで優しい

このコーナーは当JAのやすらぎ会館をご利用頂いた家族の方に亡くなられた故人に対しての思い出を紹介していただくコーナーです。

真面目な性格で、話好きな清さんは、妻の三春さんと結婚した当時は、トラックの運転手をしていました。その後、路線バスや観光バス、市役所の職員を送迎する運転手として働いたそうです。三春さんと旅行に出掛ける時も、清さんが運転しました。自動車も、運転することも好きだったそうです。



熊谷 清さん
(享年86歳)

東曙町

運動が好きだった清さんは、健康維持のために近所の川沿いを1時間ほど散歩するのが日課でした。また、グラウンドゴルフが夫婦の共通した趣味で、三春さんと一緒に老人会のグラウンドゴルフ大会に参加していたそうです。

昔、清さんが幼い我が子を背中におんぶしたまま家の掃除をしていたなど、懐かしいエピソードを話しながら、三春さんは「細かいことを言うところもあつたけど、いつも優しい人だった。ありがとう」と笑顔で伝えてくれました。

介護のことならJAへ

住み慣れた地域で安心して暮らしていただくために



冬の脱水症。意識的な水分補給を！

新型コロナウイルス感染症の影響で、外出自粛の期間が長く、運動不足になっている人が増えました。加えて、マスク着用で口腔内の渇きに気づきにくく、水分補給を怠りがちになり、気づかないうちに隠れ脱水症を起こしているかもしれません。脱水症状になると、頭痛や集中力の低下、食欲不振などの様々な体調不調が起これると言われています。

体にはどのくらいの水分が蓄えられているの？

体重に対する体内の水分量は、乳児は約70%、成人男性は約60%、高齢者は約50~55%と言われています。体内の水分量を保つためには、1日に摂取する水分量と排出する水分量のバランスを保つことが大切です。

す。排泄（尿・便）、呼気、汗などから1日におよそ2.5ℓの水分が失われます。それを補うためには、飲み物や食べ物から同じだけの水分を摂り入れなければなりません。体格や食事内容にもよりますが、食べ物に含まれている水分を除き、飲み物から最低でも1日1.2ℓ程度の水分を摂ることが推奨されています。

介護福祉課では、毎月、介護に関わる相談会を実施しています（P.21の掲示板をご確認ください）。

店頭では脱ぎ履きしやすいシューズやシルバーカーなどの介護用品の取り扱いをしています。お気軽にお越しください。



ひまわり文芸

俳句 (当季雑詠)

浜近きガードレールに千大根

杉浦 松江

坂道のころもとなき冬桜

原口伊都子

はくさいの餃子スープがうまいです

浅井 裕子

菅菊の優雅なしだれ花展かな

今泉 民彬

南天の真紅の房や靴軽し

古市 修康

川柳 (リモコン)

リモコンを三つ並べる枕元

伊藤 享子

旅からも妻のリモコン絶え間なく

竹尾 真弓

リモコンにあそばれている米寿です

竹内そのみ

リモコンで無人機とばす新兵器

中村みよ子

リモコンで寝そべって見る昼ドラマ

福田 素純

短歌

幼い日孫の作りし風鈴が初冬の窓にチロリンと鳴る

齊藤 和代

寒波にも負けず野鳥は飛び回る人は背中丸めて歩く

鈴木 太

百年を刻み続ける大銀杏黄色を纏う宇宙船なり

鋤柄 君代

小春日に友達つくる万歩計今日という日と数字が遊ぶ

渡辺 朝子

公園に詩いた菜の花間引きする当分続く御御付かな

杉浦 康文

短歌

ひかりから豊橋駅に降りる人ホームを埋める花金土産
行く秋に従い歩く心地なり部屋に籠れば紅葉が落ちる
みかん畑甘い香りに誘われてあちこち歩く夕焼けの中
道ばたの仏の座を摘み先生に三歳の孫は手渡しにけり
小春日にうとうとしてる椅子ひとつコーヒーカップふいに傾ぎぬ
大会が果てて帰れば井のうどんが喋る木枯らしの夜
寒風に晒して軒に柿を吊る知恵のバトンがふる里走る

浅井 定子

杉浦 松江

仲村 秀子

林 美佐枝

原口伊都子

土方 文代

古市 修康

【投稿される皆さまへお願い】

◆「俳句」「川柳」「短歌」コーナーは、当ページに記載された締切日までに投句いただいた作品のうち、それぞれのコーナーで優秀な作品5点を掲載しています。

それ以外の作品は、各コーナーに設けられた4か月に一度の掲載月に、投句いただいた作品をすべて掲載させていただきます。

◆JAひまわり管内（豊川市）にお住まいの方のみ投句できます。

◆名前、住所、電話番号を忘れず記入してください。

◆「俳句」「川柳」は一人二句、「短歌」は一人二首を投句してください。

◆楷書で丁寧に書いてください。旧漢字を使われる場合、ふりがなを付けてください。

◆「俳句」「川柳」「短歌」を明記して、コーナーごとに1枚のハガキもしくは便せんで投句してください。

◆文芸の先生による手直しがされる場合があります。以上の注意点が守られていない場合、掲載できかねますのでご承知おきください。

【投句先】

〒442-8517 豊川市諏訪1丁目1番地

JAひまわり 文芸コーナー係 まで

【締切】郵便の方は、2月7日(月)消印有効

【4月号の題】「俳句」当季雑詠 「川柳」新人

選者

「俳句」 坂井三輪
「短歌」 河合正秀
「川柳」 鈴木 太



《グリーンセンター・Aコープ・産直ひろば》
2月の定休日とイベントのお知らせ

グリーンセンター一宮	2月2日(水)
グリーンセンター音羽、産直ひろば御津	2月9日(水)
グリーンセンター豊川	2月16日(水)
Aコープ中部店・小坂井店	休まず営業します

2月よりグリーンセンター3店舗にセミセルフレジが導入されます(順次)。



《グリーンセンター・Aコープ・産直ひろば》
イベント情報

グリーンセンター全店・Aコープ中部店・小坂井店、産直ひろば御津

- 1月23日(日) JAひまわり農産物まつり
地元産イチゴ・匠トマトの特別販売の他、農畜産物の当たる大抽選会を実施します。



介護初任者研修の開催

介護・福祉の入門資格とされる介護初任者研修を開催します。受講申し込みは介護福祉センター店頭のご案内もしくは下記QRコードより主催者の三幸福社カレッジのホームページにてご確認ください。

- 開催期間 4月19日(火)~8月2日(火)
- 会場 わい!わい!ホール
(グリーンセンター豊川併設)

- お問合せ先 三幸福社カレッジ
☎0120・294・350
(平日8:50~18:00)



リクルート関連情報

2023年春採用に向けて、業界研究に役立つインターンシップを開催します。ぜひ、ご参加ください。

- 日時 2月15日(火)・16日(水)・18日(金)
各日13:30~16:30
- 会場 対面形式(JAひまわり本店)
オンライン形式(Zoom)
- 詳細 マイナビにてご確認ください。
(右記QRコードより)

- お問合せ先 総務部人事課 ☎85・3172



わい!わい!ポイント
商品交換キャンペーン

大好評の「ポイント商品交換キャンペーン」が始まります!

ポイント記録端末より、申込を行うことで、わい!わい!ポイントをイチゴやトマトなどの豊川産の農産物や厳選商品と交換できます。



交換商品の詳細や交換方法は、今月号のチラシでご確認ください。

- 開催期間 1月15日(土)~2月13日(日)
- 交換場所 ポイント記録端末設置店(チラシ参照)
今年最初の交換チャンスをお見逃しなく!



厚生連より

合同説明会とインターンシップのご案内

JA愛知厚生連では県内に8つの病院(安城更生病院、渥美病院、江南厚生病院、海南病院、豊田厚生病院、稲沢厚生病院、足助病院、知多厚生病院)を運営しています。2023年春採用に向け、看護学生を対象とした合同就職説明会に参加します。病院の採用担当者や先輩ナースがみなさんをお待ちしています。また、同病院にて看護学生(看護師・助産師)を対象にしたインターンシップも開催しています。

詳しくはホームページをご覧ください。

2023春採用者向け合同説明会

- 日時 2月12日(土)13:00~17:00
- 会場 名古屋国際会議場



当JA広報誌の
資源リサイクルについて

いつも当JA広報誌『Wai!Wai!Himawari』をご愛読頂きありがとうございます。

組合員の方から「この冊子を資源回収に出すときにホチキスの針が気になる。今は外しているが、綴じないようにできないか」といったご意見が寄せられましたが、当広報誌の製本用に使っているホチキスは、再生紙の製造過程である「溶解工程」で沈殿するため、資源回収時に外す必要がありませんのでご了承ください。



無料で相談にお応えします!



遺言・相続相談会

弁護士・税理士による、遺言・相続税簡易試算・相続税申告・相続登記・遺産分割協議等の専門相談を開催。事前予約が必要です。

■開催日時 2月18日(金)・3月18日(金)
13:00～17:00(1日4組・1組50分間)

■会場及びお問合せ先 本店 組織活性課 ☎85・3195



税務相談会

東海税理士会所属税理士による、農業税務全般、青色申告、所得税、相続、贈与等の相談会を開催。事前予約が必要です。

■開催日時 1月25日(火)・3月25日(金)
14:00～17:00(1日3組・1組50分間)

※小坂井支店は、3月24日(木)開催です。時間は同様です。

■会場及びお問合せ先

本店 組織活性課(諏訪1-1) ☎85・3195
一宮支店(大木町鐘水321-2) ☎93・3535
御津支店(御津町西方松本87-2) ☎76・2131
小坂井支店(小坂井町門並18) ☎78・3141



相続税試算土地活用相談会

税理士による相続税(土地等)試算や土地活用についての相談会を開催。事前予約が必要です。

■開催日時 2月21日(月) 13:00～16:00(4組限定)

■会場 不動産相談センター(牛久保支店内)
(牛久保駅通4丁目1-1)

■お問合せ先 資産管理課 ☎89・6211

くらしの資金や保障についてのご相談

土曜 日曜 相談会

各種ご相談をお受けいたします。
お気軽にお越しください。



各種JA共済の相談・申込・更新・変更等

土曜 共済相談会

2月5日・19日 9:00～16:00

※電話予約をいただくと受付がスムーズです。

開催場所 本店(諏訪1丁目1)

お問合せ先 共済課 ☎85・3590

マイホームの取得・住宅ローン借換え・マイカーローン・教育ローン等

土曜 日曜 ローン相談会

毎週土曜日・日曜日 9:00～17:00

※電話予約をいただくと受付がスムーズです。

開催場所・お問合せ先

ローンセンター(牛久保駅通4丁目1-1) ☎56・7770

生活相談会

介護保険や介護サービスの利用方法や費用、
その他介護に関すること



介護相談会

事前予約を
優先致します 2月10日(木)
9:00～11:30

開催場所 介護福祉センター

馬場町上石畑65番地 グリーンセンター豊川隣接

お問合せ先 介護福祉センター ☎83・8580

葬儀や祭壇の利用料、葬儀の疑問、施設見学など

葬儀相談

随時受け付けています
事前にお電話をいただくと受付がスムーズです

お問合せ先 やすらぎ会館三蔵子

三蔵子町橋本8番1(相談受付10:00～15:00)

葬祭課 ☎85・0900

水曜日がお得!

わい!わい!ポイント制度キャンペーンについて



ポイント3倍デー

実施店舗 グリーンセンター豊川・一宮・音羽
Aコープ中部店・小坂井店
産直ひろば御津

★水曜日が定休日の場合は、その前日の火曜日



ポイント2倍デー

実施店舗 睦美・赤塚・一宮・東上・西部・小坂井
各セルフガソリンスタンド



農機センター

2月の休日のお知らせ

農機センターでは3月末まで下記の休日となります。

中部農機センター 日曜日・水曜日・祝日 ☎85・2555
※水曜日は施設資材のみ営業

西部農機センター 土曜日・水曜日・祝日 ☎76・2200



MEMBERS VOICE

お便り紹介



貴重なご意見・ご要望をありがとうございます

皆様のご要望に応えられるよう、より一層努めてまいります

▶ JAが地域の活性化のために、多くの機関、企業と関わり、幅広く活動していることを知り、驚きました。
60代 平井町

▶ 家の近くにグリーンセンターがあり、小さな頃から身近な存在でした。これからもよろしくお願ひします。
30代 東上町

▶ 組合員出資をする際に、書類などを丁寧に説明してくれ、子どもへの対応もとても好感を持ってました。
30代 野口町

▶ JAと企業等で様々な連携がされており、JAを身近に感じました。地域全体でコロナに負けず元気であります！
60代 八幡町

▶ グリーンセンター音羽のべったん工房で売っているみたらし団子などが美味しくてついつい買ってしまいます。
30代 白鳥町

▶ 家庭訪問に回る先生がJA共済のマークがついた自転車を使用しているのを見たことがあり、こんなところにもJAが関わっているのだと思ったことがあります。
30代 御油町

JAに対するご意見・ご要望を！

多くの組合員・利用者の皆様からのご意見・ご提案をお待ちしています。なお、次ページの専用はがき以外(官製はがき、封書)での投稿も受け付けています(その場合の郵送料は応募者負担です)。

地域通信員コーナー

HimawariGram

地域のちょっとした情報をお届けします
ひまわりグラム

このコーナーでは、組合員の方に地域通信員と
なっていただき、当JA管内の各地域で行われる祭事やイベント、
季節感のある情報を投稿していただいています。

JA HIMAWARI!!



夕方、大イチョウを見に行ったところ、今年はライトアップしていたので多くの方がきていました。今年の大和のおおいちょうはずごく綺麗に色づきました。
#通信員 熊谷

JA HIMAWARI!!



木下サーカスの最終日、朝から行列ができていました。今度会えるのは、いつでしょうね? 沢山の感動をありがとうございました。
#通信員 三浦

JA HIMAWARI!!



中部中学校区生涯学習推進委員会の主催する「今しか見られない! 星野神社本殿編」に参加しました。学芸員さんから興味深い歴史の説明を受け、皆さん熱心に聞き入っていました。
#通信員 河辺

JA HIMAWARI!!



12月上旬、有名な「大和の大いちょう」を見に行きました。ちょうど見ごろだったので、大勢の観光客が見に来ていました。いちょうの葉が落ちる頃には、本格的な冬の始まりですね。
#通信員 西村



車で事故を起こしてしまったときは

共済査定課 ☎85・3175(直通)
8:30~17:00(土日及び祝日以外) ジュはクミアイ
夜間・休日の場合は ☎0120・258931
(365日24時間対応)



キャッシュカード・ローンカードを 紛失・盗難されたときは

金融課 ☎85・3173 または 各支店窓口
9:00~17:00(土日及び祝日以外) オヤクニハロー
JAの安心コール ☎0120・089286
(365日24時間対応)



プロパンガス・ガス器具のご用命は

燃料課 ☎89・5558(365日24時間対応)



会館葬など各種葬儀のご相談は

葬祭課 ☎85・0900(365日24時間対応)
日曜日は無料相談日(要予約)



アパート物件情報・不動産売買のご用命は

資産管理課 ☎89・6211(年末年始を除く)

✂キリトリ

Wai! Wai! Himawari 2月号

■今回の特集に対するご意見をご記入下さい。

■JAひまわりに対するご意見・ご要望などをお書き下さい。

グレー線部とのりて貼り合わせて下さい

住所

〒
豊川市

お名前

ふりがな

年齢

歳

組合員区分

○を付けて下さい

正組合員
・
准組合員

電話番号

() -

ご協力ありがとうございました。

事業データ

販売品販売高	56億9,145万円
購買品供給高	38億895万円
貯金・定期積金	3,342億4,742万円
貸出金	664億2,309万円
長期共済保有高	6,521億1,185万円
年金共済保有高	74億6,005万円
組合員	正組合員 7,352人 准組合員 28,580人
	令和3年11月30日現在

理事会決議事項

■とき 令和3年12月29日(水)

■主な内容

- ・経理規程の一部改定について
- ・貸出金の承認について
- ・営農用燃料(重油・灯油)の価格高騰に対する助成について

以上議案は可決されました。



✂キリトリ

✂キリトリ

個人情報保護のため、キリトリ線に沿って切り取りのり付けしてご投函下さい。

皆様から寄せられたご意見等は、毎月の定例会議などにおいて共有化を図り、迅速な対応や改善を心掛け、事業運営や組織活動に反映できるよう努めて参ります。また、投稿用はがきにより取得した個人情報については、商品発送、ご意見等における対応以外の目的には使用致しません。

✂キリトリ

みんなで盛り上げよう!

わい!
わい!

地域農業

応援団

今月のテーマ

好きな野菜を教えてください

当JAのグリーンセンターやAコープの産直ひろばを利用していただく方で地域農業を応援してくれる方を掲載しています。
今回はわい!わい!農園の参加者に聞いてみました。



Wai! Wai! Himawari FEBRUARY 2

組合員とJAのコミュニティ誌 わい!わい!ひまわり VOL.382

発行日: 2022年1月20日

発行者: ひまわり農業協同組合 総合企画部 企画課

〒442-8517 豊川市諏訪1丁目1番地 TEL0533(85)3171

広報誌はホームページでも見られます

JAひまわりホームページ

<https://ja-himawari.com/>



✂キリトリ

POSTCARD

料金受取人払郵便

豊川局承認

3046

差出有効期間
2023年
10月31日まで

4 4 2 8 7 9 0

✂キリトリ

豊川市諏訪1丁目1番地
ひまわり農業協同組合 総合企画部 企画課
「Wai! Wai! Himawari 2月号」係



✂キリトリ

※山折りして記入いただいた個人情報をお隠し下さい。

✂キリトリ

本誌は、JAひまわりの組合員向け広報誌(月刊)です。農業者以外の方でも組合員になることができます。組合への加入等については、当JAの本支店窓口にお問合せください。

PRESENT



JAひまわり産
『いちご』を
抽選で5名様へプレゼント!!

応募方法

裏面に住所・氏名・年齢・電話番号をご記入のうえ応募ください。また、JAひまわりに対するご意見、ご要望などもお待ちしております。なお、当選者の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

応募締切

2022年1月31日迄

※写真はイメージです。