

グリーンアート あつぎ

6

2021 vol.194

夢ある未来へ
人とともに、街とともに、大地とともに…



特集 家庭で実践する食中毒予防のポイント

厚木トマトを保育所・組合長へ贈呈
水稻育苗センター稼働開始

安全・安心な農畜産物を
皆さまの食卓へ



耕そう、大地と地域の未来。
田んぼアートで東京五輪を応援！





愛情とこだわりを持って自分らしい農業を



妻の和子さんと愛情込めて野菜を栽培



トウモロコシの苗を定植する山口さん

厚木市戸田 山口 藤夫さん(62)
相川地区にある1.45アールの圃場で、水稲をはじめ、キャベツやトウモロコシ、エタメメなどの露地野菜を栽培。定年後に本格的に就農し、JAあつぎ農業塾を受講しました。

相談のお知らせ【予約】は予約制

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、各種相談において変更となる場合がございます。詳細については、担当部署もしくは最寄りの支所店へお問い合わせをお願いします。

【予約】 法務相談

日時 毎月2回開催しております。
会場 本所3階「相談室303」
相談員 葉山顧問弁護士・高橋顧問弁護士
6・7月開催日程

葉山顧問弁護士	高橋顧問弁護士
6月7日(月)	6月22日(火)
7月5日(月)	7月20日(火)

各日とも午前9時より(1人30分5人まで)受付順となります。
お問い合わせ 各支所店または総合相談部(担当:総合相談課) ☎259-7776
無料で各種法律に関する相談についてお受けしています。

【予約】 税務相談

日時 毎月1回開催しております。
会場 本所3階「相談室303」
相談員 JAあつぎ契約税理士

6・7月開催日程
● 6月9日(水) ● 7月14日(水)
※ご予約は相談日3営業日前の午前までとなります。
各日とも午後1時30分より(1人1時間3人まで)受付順となります。

お問い合わせ 各支所店で受付
無料で所得税・相続税など税に関する相談についてお受けしています。

【法務・税務相談共通】

新型コロナウイルスの影響により、急を要するご相談のみご対応させていただきます。また、相談会場が変更となる可能性がございますので、組合員の皆さまのご理解・ご協力をお願いいたします。

遺言信託・民事信託(家族信託)相談

日時 随時 ※場所は各支所店または本所
お問い合わせ 各支所店または総合相談部(担当:総合相談課) ☎259-7776
無料で組合員の資産承継含め、相続・遺言・民事信託など、さまざまな悩みに当JAがお応えいたします。

農業相談

日時 平日
午前8時30分～午後5時
相談員 厚木市都市農業支援センター職員
お問い合わせ 厚木市都市農業支援センター ☎221-5511

農業者年金

日時 平日
午前8時30分～午後5時
相談員 地域農業対策課および農業委員会職員
お問い合わせ 指導販売部(担当:地域農業対策課) ☎221-2273

結婚相談

日時 第2・4土曜日
午前10時～午後3時
※場所は本所相談室302
相談員 専任相談員
お問い合わせ 総務部(担当:庶務課) ☎221-1666
素敵な出会いのお手伝いを専任相談員が行っています。男女問わずお気軽にご相談ください。

福祉相談

日時 平日
午前9時～午後5時
相談員 福祉課職員
お問い合わせ 組織文化部(担当:福祉課) ☎225-7716
介護のことでお悩みの方お気軽にご相談ください。

交通事故

日時 平日
午前8時30分～午後5時
相談員 査定課職員および全共連職員
お問い合わせ 共済部(担当:査定課) ☎221-2866

葬儀事前相談

日時 平日
午前8時30分～午後5時
相談員 葬祭課職員
お問い合わせ 経済部(担当:葬祭課) ☎221-1800
葬儀の流れや形態、費用についてお気軽にご相談ください。

には、和子さんに消費者目線のアドバイスをもらい、野菜の特徴や魅力を分かりやすく記載するなど、工夫を凝らします。
山口さんは「就農して3年目を迎え、さまざまな課題や農業の難しさを感じられるようになった。今後も、支えてくれる家族に感謝の気持ちを忘れず、消費者へ質の高い農産物を届けたい」と話します。

★消費者へ喜ばれる野菜作りを
圃場では、水稲をはじめ、キャベツやトウモロコシなどの露地野菜を中心に、年間約20品目を栽培。新たに導入したハウスでは、トマトやキュウリなどの果菜類の栽培にも挑戦する予定です。栽培面では、牛糞堆肥などの地域資源を活用した土作りに加え、農業は極力使わず、朝採りを基本に、ベストな収穫時期を逃さないよう心掛けています。この他、苗作りにも力を入れ、手間と愛情をかけて栽培を行っています。
農産物は、JA農産物直売所「夢未市」へ出荷。野菜の大きさや個数など、荷姿にも気を配るほか、POP

★消防士から農家へ転身
先代の農業に携わりながら、消防士として地域の暮らしを守り続けてきた山口さん。定年後は本格的に就農し、JAあつぎ農業塾を受講。仲間と切磋琢磨しながら、専門的な知識・技術を身に付けました。現在は、持ち前の体力を生かし、妻の和子さんと二人三脚で農作業に勤しんでいます。

目次

- 土ととも／目次……………2
- 相談のお知らせ……………3
- 特集……………4
- 家庭で実践する食中毒予防のポイント……………6
- ニユーストピック……………6
- 厚木トマトを保育所・組合長へ贈呈……………6
- 水稲育苗センター稼働開始……………6

- 夢未市のページ……………10
- 進めよう！国産消費／こんにちは農協です！……………11
- あつぎゆめ散歩……………12
- 教えて税のはなし／厚生連だより……………13
- 営農通信……………14
- あなたもチャレンジ！家庭菜園／グリーンセンターからのお便り……………15
- Smile Station(スマイルステーション)……………16
- インフォメーション……………18
- 今月のレシピ／ゆめみマルシェ……………20

6 2021 June VOL.194

表紙の説明
厚木市船子にある関庄治さんの圃場では、東京五輪を応援するため、のらぼう菜を使って五輪マークを描く「田んぼアート作り」を行いました。植え付けは、南毛利地区船子女性部と協力。収穫期には、のらぼう菜の収穫体験ができるよう圃場を開放し、集まった寄付金は厚木市が設置する「コロナに負けない!あつぎ応援寄附金」に寄付。コロナ禍で奮闘する医療従事者や子ども育成などに役立ててもらいたいと、厚木市の小林常良市長に手渡しました。



家庭でできる食中毒予防6つのポイント

食中毒予防の3原則

食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

POINT 1 食品の購入

寄り道しないでまっすぐ帰ろう

消費期限などの表示をチェック

肉・魚はそれぞれ分けて包む

できれば保冷剤(氷)などと一緒に

POINT 2 家庭での保存

帰ったらすぐ冷蔵庫へ

肉・魚は汁がもれないように包んで保存

冷蔵庫は10℃以下に維持

冷凍庫は-15℃以下に維持

庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう

入れるのは7割程度に

POINT 3 下準備

冷凍食品の解凍は冷蔵庫で

タオルやふきんは清潔なものに交換

ごまめに手を洗う

ゴミはごまめに捨てる

肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく

井戸水を使っていたら水質に注意

肉・魚は生で食べるものから離す

野菜もよく洗う

包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

POINT 4 調理

加熱は十分に(目安は中心部分の温度が75℃で1分以上)

台所は清潔に

電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

作業前に手を洗う

調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ

POINT 5 食事

食事の前に手を洗う

盛り付けは清潔な器具、食器を使う

長時間室温に放置しない

POINT 6 残った食品

時間が経ち過ぎたりちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる

手洗い後、清潔な器具、容器で保存

作業前に手を洗う

温めなおすときは十分に加熱する(目安は75℃以上)

早く冷えるように小分けにする

正しい手洗いで予防

手に付着した細菌やウイルスは、水で洗うだけでは取り除けません。また、手のひらは一生懸命洗う人が多いかもしれませんが、指先、指の間、手首などは不十分になりがちです。せっけんを使って正しい方法で手を洗いましょう。

- 流水でよく手を濡らした後、せっけんをつけ、手のひらをよくこする。
- 手の甲をのばすようにこする。
- 指先・爪の間を念入りにこする。
- 指の間を洗う。
- 親指と手のひらをねじり洗う。
- 手首も忘れずに洗う。
- 洗い流したら清潔なタオルなどで拭く。



エコバックでも食中毒予防

エコバックは、目につく汚れやニオイが無くても、知らぬ間に肉や魚の汁、野菜の土がエコバックに付着することがあります。そのままにすると菌が増殖してしまうので、清潔に保つことが大切です。

- ▶ エコバックは定期的に洗う。
- ▶ 肉、魚、野菜はポリ袋に入れる。
- ▶ 肉、魚、冷蔵・冷凍食品などの冷たい物はまとめて入れ、温かいものと密着しないように入れる。
- ▶ 食品と日用品を入れるエコバックを区別する。
- ▶ 食品を入れたエコバックの持ち運びは短時間にします。



~梅雨時には特に注意!~

特集

家庭で実践する食中毒予防のポイント

これから梅雨や夏を迎えるにあたり、注意しなければいけないのが「食中毒」。腹痛や下痢、嘔吐などの症状が急に出て、苦しい思いをしないためにも、しっかりと対策が必要です。食中毒は、飲食店などで食べる食事だけでなく、家庭の食事でも発生しています。家庭での食中毒を防ぐのは、食材を選び、調理する皆さん自身です。今回特集するポイントをしっかり理解して、食中毒を防ぎましょう。

食中毒の原因は何?

食中毒を引き起こす主な原因は、「細菌」と「ウイルス」です。細菌もウイルスも目には見えない小さなものです。細菌は温度や湿度などの条件がそろえば食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べることで食中毒を引き起こします。一方、ウイルスは、細菌のように食べ物の中では増殖しませんが、食べ物を通じて体内に入ると、人の腸管内で増殖し、食中毒を引き起こします。また、ウイルスは低温や乾燥した環境の中で長く生存します。

細菌が原因となる食中毒は、夏場(6~8月)に多く発生しています。その原因となる細菌の代表的なものは、腸管出血性大腸菌(O157・O111など)やカンピロバクター、サルモネラ属菌などです。食中毒を引き起こす細菌の多くは、室温(約20℃)で活発に増殖し始め、人間や動物の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが最も速くなります。また、細菌の多くは湿気を好むため、気温が高くなり始め、湿度も高くなる梅雨時には、細菌による食中毒が増えます。

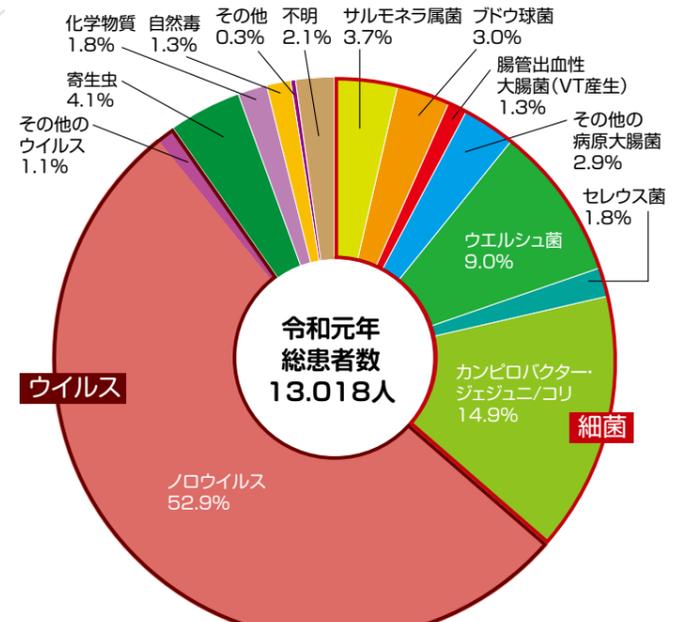


表: 病因物質別 患者数発生状況(令和元年) 出典: 厚生労働省

知っておきたい食中毒の主な原因

ここでは、食中毒を引き起こす主な細菌やウイルスをご紹介します。

腸管出血性大腸菌(O157・O111など)

牛や豚などの腸の中にいる病原大腸菌の一つで、O157やO111などがよく知られています。腸管出血性大腸菌は食肉などに付着し、肉を生で食べたり、加熱不十分な肉を食べることで食中毒を発症します。乳幼児や高齢者などは重症化する恐れがあるので要注意。

カンピロバクター

牛や豚、鶏、猫や犬などの腸の中にいる細菌。この細菌が付着した肉を生で食べたり、加熱不十分で食べることで食中毒を発症します。

サルモネラ属菌

牛や豚、鶏、猫や犬などの腸の中にいる細菌。食肉や卵などが主な原因。ペットやネズミによって、食べ物に菌が付着する場合もあります。

セレウス菌

河川や土の中で自然界に広く分布している細菌。土がつきやすい穀類や豆類、香辛料などが主な感染源。熱に強く、加熱による殺菌が難しいのが特徴。

黄色ブドウ球菌

調理する人の手や指に傷があつたり、傷口が化膿している場合は、食品を汚染する確率が高くなり、食品の中で毒素が作られて食中毒を引き起こします。

ウエルシュ菌

人や動物の腸管、土壌などに広く生息する細菌。酸素の無い所で増殖し、芽胞を作るのが特徴。煮込み料理が原因となることが多く、注意が必要。

ノロウイルス

手指や食品などを介して、口から体内に入ることによって感染し、腸の中で増殖して症状を引き起こします。二次感染するケースもあるので要注意。



小学校へ集めたタオルを寄贈

女性部

3/29



思いを込めてタオル寄贈
荻野地区女性部「タオル一本運動」

荻野地区女性部は、地域貢献活動の一環として「タオル一本運動」を実施しています。今回は、市立蔦尾小学校を訪れ、集めた約100本のタオルを手渡しました。学校からは、子どもたちの学校生活やコロナ禍での校内消毒作業など、多様な場面で活用できると喜ばれました。

部員は「タオルの寄贈を通じて、子どもたちの健やかな成長を応援できたらうれしい。今後も、地域コミュニティの輪を広げられるよう、部員一丸となり活動を進めていきたい」と話しました。



適正な保守・管理について説明するJA職員

農機

3/22
4/8



農機点検で故障・事故防止
春期農業機械整備会

JAあつぎは、水稲栽培の農繁期前に、農作業を円滑に進めるための点検と、日ごとの保守管理に対する意識を高めてもらうと、生産者を対象に「春期農業機械整備会」を計30力所の会場で開催しました。

生産者は、トラクターや田植え機、刈払機など、所有する農業機械を持ち込み、JA職員がタイヤの空気圧点検やオイル交換などを行いました。機械ごとに故障しやすい部分を示し、構造や操作方法などを説明しながら、農業機械の適正な保守・管理の徹底を呼び掛けました。



子どもたちに厚木トマトの特徴を説明する部会員

JAあつぎ管内で生産され、県のかながわブランドに登録される「厚木トマト」の出荷が最盛期を迎えています。

厚木トマトは、1950年代半ばから管内で栽培開始。今ではハウス栽培が中心となり、栽培面積は約325ヘクタールで、生産量は年間約300トン。「マイロック」という品種が多く栽培されています。今年は、温暖な気候に恵まれ、色や大きさ、形状ともに優れた品質の高いトマトが生産されています。

野菜

4/16
4/20



完熟した厚木トマト味わって
厚木トマトを保育所・組合長へ贈呈



大貫組合長等にトマトを贈呈

4月16日には、食体験を通じて地域農業を身近に感じてもらうようと、厚木市園芸協会施設やさい部会の代表者が厚木市飯山の「小鮎保育所」を訪れ、園児にトマトを贈呈。4月20日には、厚木トマトの生産振興と消費拡大に感謝し、JAの大貫盛雄組合長へトマトを贈呈しました。

同部会では今後も、食と農の重要性や地産地消への理解促進につながる活動を積極的に取り入れ、地域農業の活性化に努めていきます。



講師に植え付けのポイントを教わる部員

女性部

4/16



季節の花を立体的に楽しんで
相川地区女性部「ハンギングバスケット講習会」

相川地区女性部は、地場産花きへの理解促進と消費拡大を目的に、壁に吊るして高い位置で草花を楽しむ「ハンギングバスケット講習会」を同所で開きました。

当日は、花き生産農家で部員の本間三子代さんら3人が講師を務め、ハンギングバスケットの植え付け方法や適切な管理方法などを教えました。

部員は、ラベンダーやロベリア、ペチュニア、ペゴニアの4種類の苗をバランス良く配置し、さまざまな角度で花きを楽しめるオリジナルの寄せ植えを完成させました。



講師とともに地域をウォーキングする部員

女性部

4/16



地域を巡り健康増進へ
南毛利地区女性部「ブルディックウォーク講習会」

南毛利地区女性部は、健康寿命100歳プロジェクトの一環として、助け合いのある豊かな生活促進と健康づくりを意識した運動習慣を身に付けようとして「ブルディックウォーク講習会」を開きました。

当日は、きよかわアウトドアスポーツクラブ副理事長の新倉正義さんが講師を務め、歩行時に2本のポールを使うことで安定性が増し、姿勢の改善・腰痛防止に効果を発揮することなどを教えました。

部員は、地域の風景を楽しみ、互いに交流を深めながら約4キロの道のりをウォーキングしました。



来場者に今後の栽培管理のポイントを教えるJA職員

厚木市園芸協会鉢物部会が生産する野菜苗が出荷の最盛期を迎え、JAあつぎ本所で苗物即売会を開催しました。

当日は、トマトやキュウリ、ピーマンなど、多くの夏野菜苗が並び、来場者は品種ごとの特徴や栽培方法などを聞きながら良質な苗を買い求めました。この他、プランターやマルチ、培養土などの農業用資材をはじめ、季節の鉢花や厚木市園芸協会植木部会が生産する植木なども販売しました。

4月18日には、同会場にて准組合員を対象に「野菜苗の管理と育て方講習会」を開催。JAの営農技術顧問が講師を務め、野菜を栽培する際の苗や土、プランターの選び方を



栽培の方法や管理のポイントについて説明



種類豊富な植木や花も並ぶ会場内

JA

4/17
4/18



新鮮な野菜苗を地域にお届け
苗物即売会・野菜苗の管理と育て方講習会

はじめ、栽培の方法や管理のポイントを教えたほか、パンフレットを活用し、地域の農とくらしをともに支えるパートナーである准組合員の重要性についても説明しました。



堀池部長

JAあつぎ青壮年部は、第58回通常総会を開きました。当日は、新型コロナウイルス感染症対策のため、書面議決での実施としました。役員改選では、相川支部の堀池篤さんが新部長に就任しました。堀池部長は「新しい生活様式が定着化する中、今後安定した農業経営を継続するには部員の団結が重要。地域の先頭に立つ青年農業者として、目的に沿った活動を積極的に展開し、地域農業の振興と青壮年部活動の活性化に努めていきたい」と抱負を述べました。

青壮年部 4/23



堀池篤さんが新部長に就任

家の光三誌の購読のご案内

家の光協会が発行する「家の光」・「地上」・「ちやくりん」三誌の年間購読を受付中です。各誌ともに、暮らしに役立つ情報や、食と農に関する情報が数多く掲載されています。お申し込みについては、下記問い合わせ先までご連絡ください。

年間購読受付中!! (2021年8月号~2022年7月号)

年間購読をすると... 誌代1カ月分の料金がお得!

	家の光 料理や農業など生活に役立つ総合家庭雑誌 年間購読料 8,782円 (税込)
	地上 農業に生きる人を応援する農と食の総合誌 年間購読料 6,922円 (税込)
	ちやくりん いのち・自然・食べ物・農業の大切さを伝える子ども雑誌 年間購読料 5,664円 (税込)

お問い合わせ 組織文化部(担当:生活ふれあい課) ☎221-6881

DaidoCoひなたからのお知らせ

現在、DaidoCoひなた講習会のご案内は、JAあつぎホームページや店頭ポスターにて行っています。講習会の開催にあたり、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加人数の制限、消毒、マスクの着用などの対応を徹底してまいります。皆さまのご参加お待ちしております。

DaidoCoひなた動画deレッスン!

JAあつぎ公式Instagram(ja_atsugi)では、地場農畜産物を使った料理のレシピなどを配信しています。

[5月の投稿動画]

・足柄茶～はん ・足柄茶のブラウニー風

お問い合わせ 組織文化部(担当:生活ふれあい課) ☎221-6881



茶の収穫作業を見学する児童

茶

4/27



良質な茶生産へ生育上々管内で新茶の季節迎える

今年も新茶の季節が到来し、管内での茶の収穫も4月27日から開始されました。今年は、適度な寒暖差と天候に恵まれ、生育は良好。晩霜の被害もなく、新芽も均一にそろつたなど、品質の高い茶に仕上がりました。合わせて荒茶工場「チャピュア清川」も稼働を開始。持ち込まれた生の茶葉を約4時間かけて荒茶に仕上げます。加工した荒茶は、神奈川農協茶業センターに出荷し、「足柄茶」として商品化されます。収穫初日には、村立緑小学校の児童らが村の基幹作物である茶について学ぶため、収穫作業を見学しました。



種もみの量を入念に確認

水

稲

4/28



地域へ品質の高い水稻苗供給 水稻育苗センター稼働開始

JAあつぎは、管内生産者に供給する水稻苗の生産に向け、水稻育苗センターの稼働を開始しました。協力組織である厚木市営農集団協議会や新規就農者と連携し、今年、「はるみや」と「じまん」、「キヌヒカリ」など計5品種、約4万6200箱を生産予定。6月初旬までに生産者への配送を完了させる予定です。同会の神崎吉男会長は「地域の米生産振興に向け、生産者に高品質な水稻苗を届ける重要な役割を担っている。会員一丸となり、安全作業を心掛けながら安定供給に努めていきたい」と話しました。



新役員を代表してあいさつする内海新会長

生産組合 4/17



協同の力で組織活性化を 第64回生産組合長会通常総会

生産組合長会は、第64回目となる通常総会をJAあつぎ本所で開催しました。総会では、JAと一体となった自己改革の取組促進をはじめ、農業政策の確立に向けた農政活動の展開、コロナ禍を踏まえた活動や農業振興、地域づくりを図る活動について事業計画を上げ、慎重審議の結果、上程された議案は全て可決承認されました。今年度は役員改選期にあたり、新会長に相川地区の内海則行さんが就任。内海新会長は「JAの基盤組織として、組織の活性化や地域社会づくりに向けた取り組みを一層推進していきたい」と話しました。



JA職員から日向薬師の説明を受ける部員

次世代部 4/21



仲間とともに地域の魅力学ぶ 玉川地区次世代部「日向薬師ハイキングツアー」

玉川地区次世代部は、健康増進と部員相互の交流を深めようと、「日向薬師ハイキングツアー」を開きました。当日は、厚木市七沢の広沢寺前からハイキングをスタート。伊勢原市日向にある「日向薬師」を目的地とし、季節の草花や景観を楽しみながら、往復約8キロの道のりを散策しました。日向薬師では、日向山頂まで歩いたほか、境内や文化財などを見学しながら教養を深めました。部員は「仲間と心地良い汗を流すことができました。今後も、地域の魅力を学びながら、楽しく活動していきたい」と話しました。



JA職員とともにレンゲ摘みを楽しむ児童

食農 4/16



レンゲ摘みで楽しい思い出を 依知南ふれあい水田

厚木市下依知の依知南ふれあい水田で、依知南小学校の1・2年生が「レンゲ摘み」を体験しました。同水田では、JA依知南支店とふれあい水田実行委員会が協力し、米作りを通じた総合学習を行っています。レンゲは、昨年の稲刈り後に種まきを行い、当日はきれいな花が畑一面に。児童らは、思い思いにレンゲの花を摘むとともに、カエルやバッタなど、生き物の観察も行いました。児童は「レンゲは、紫や白のグラデーションがとってもきれいで、楽しい時間を過ごすことができた」と笑顔で話しました。

花き 4/21



母の日にカーネーションで感謝を伝えて 厚木市園芸協会花き温室部会カーネーション部会

厚木市園芸協会花き温室部会カーネーション部会は、日頃の支援に対する感謝と、母の日への販売促進に向け、JAの大貫盛雄組合長へ赤や水色、ピンクなどのカーネーション約30本で作られた花束を贈りました。当日は、部会長を務める大貫巨さんと副部会長を務める杉山幹夫さんがJA本所を訪問。カーネーションの生産状況や販売戦略などについて会談を行ったほか、JAへ日頃の花き消費拡大に感謝を伝えるとともに、母の日を前にさらに連携を強め、販売促進を図っていくことを約束しました。



大貫組合長に花束を贈呈

教えて！税のはなし

NO.29

相続税について



税理士
いのくま かつお
猪熊 勝夫

- Q 相続税は、どのように計算されているのでしょうか？
- A 相続税では、まず相続税が「かかる財産」と「かからない財産」を判定し、正味の遺産額を求めます。

「遺産総額 - (非課税財産、未払金、借入金、葬式費用) = 正味遺産額」
 (「かかる財産」 - 「かからない財産」 = 正味遺産額)

通常は、土地・建物・現預金・株式・車などいわゆる財産と言われるものは、ほとんど「かかる財産」です。※下表記載

種類	細目	利用区分等	種類	細目	利用区分等	
土地	田・畑	自用地	有価証券	出資金	JAあつぎ	
	宅地	貸付地		株式	出資金	
	山林 他	賃借権等		投資信託 等	その銘柄 等	
家屋	家屋	自家家屋	現金	預貯金	現金・普通貯金	
	構築物	貸家 等		定期貯金	定期積金	
農業・事業用財産	農機具・機械	農業・事業用に係る車両牛馬等・果樹	家庭用財産	タンス・テレビ 等		
	減価償却資産他			生命保険金 等		
	商品・製品			退職手当金 等		
	売掛金		その他	自動車・書画・骨董 等		

非課税財産「かからない財産」には、①～④等があります。

- ①墓所、仏壇、祭具など
- ②国や地方公共団体、特定の公益法人に寄付した財産
- ③生命保険金※
- ④死亡退職金※

※③、④については受取金額のうち、「500万円×法定相続人の数」までが、非課税財産となります。

マイナスの財産である借入金や葬式費用、未払いの入院費や税金等は控除します。

その他、相続時精算課税制度の適用を受ける財産や、相続開始前3年以内の暦年課税制度に係る贈与財産の価額は加算します。

正味遺産額から基礎控除を差し引いた額に応じて相続税がかかります。

従って

「正味遺産額 - 基礎控除額 = 課税遺産総額」

になります。

これを各相続人が、法定相続分どおりに取得したものと仮定して、取得金額に相続税率を適用して各相続人別に税額を算出します。

この税額の合計を

「相続税の総額」

と言います。

この「相続税の総額」を、各相続人等が実際に取得した正味遺産額の割合に応じて按分し、納税します。

厚生連 だより vol.51

いつでも気軽に家トレ!!

梅雨の季節になり雨が続き、外へ出る機会が減ってしまいます。屋外でのウォーキングも、雨の影響でできない日々が続き、そのままやらなくなってしまふ…なんて方も多いのではないのでしょうか。

運動は継続して行うことが大切です。家の中でできる体操を行い、積極的に体を動かしましょう。

服部 瑞穂

高野 尚子

桑野 利恵

JA 神奈川県厚生連 保健福祉センター 巡回健診事業課 保健師

足踏み体操

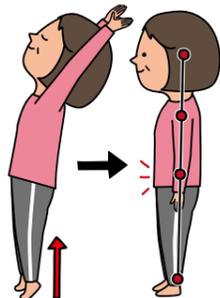
ウォーキングのように下半身全体の筋力を鍛えることができます。また、酸素をたくさん取り入れて行う有酸素運動なので、心臓や肺の機能を高める効果もあります。テレビを見ながらなど、ちょっとした時間に行いましょう。

※足踏み体操を行う前に、まずは正しい姿勢をとりましょう

正しい姿勢のとり方

- 1 背伸びをします
- 2 手を下ろし、ゆっくりかかとを下ろします
- 3 肩の力を抜き、お腹に力を入れます

耳・肩・腰の位置とくるぶしが横から見た時に一直線になっているのが正しい姿勢です



【足踏み体操】

- 1 太ももに力を入れ、床と平行になるようゆっくり足を上げ足踏みを行います
- 2 足を下ろす時は、太ももに力を入れたまま、ゆっくりかかとから下ろします
- 3 手の指先はしっかり伸ばして、後ろに大きく引くようにゆっくり腕を振ります
- 4 同じように繰り返し足踏みします

1セット5分とし、1日3セット行いましょう



背もたれに寄り掛からず、背筋を伸ばして座ります

膝や腰に痛みがある場合は、椅子に座りながら行いましょう

5分
1セット
×
3セット

床と並行



あつぎ ゆめ散歩

飯山・上古沢

【小鮎地区】

地域に愛され親われる
スポットを巡る

今回は、神奈川県ほぼ中央に位置する小鮎地区を巡ります。今回ご紹介する散歩道には、厚木市が誕生する前の小鮎村役場の跡地や、月日を感じさせる神社の御神木など、歴史を感じられるスポットも多数。地域に愛される飲食店や直売所もありますので、歴史をたどりながら買い物やランチも楽しめます。ぜひ、訪れてみてはいかがでしょうか。

① 昌華楼

長年地域に愛される中華料理店。ランチ・ディナー問わず食べられるセットメニューや月替わりメニューなど、種類豊富でボリュームたっぷりの料理が手頃な価格で味わえると人気です。単品料理やオードブル(要事前予約)などのテイクアウトもご注文いただけます。

◎住所：厚木市飯山2350-31

◎電話：046-242-0393

◎時間：午前11時～午後2時30分

午後5時～午後8時30分

※どちらもラストオーダーは30分前

◎定休日：水曜日



② 小鮎村役場跡

明治22年(1889年)に飯山・上古沢・下古沢の3カ村が合併し、小鮎川流域にあることから小鮎村となりました。大正14年(1925年)まで、この地に村役場が置かれ、昭和30年(1955年)に厚木町、南毛利村、玉川村、睦合村と合併し、厚木市になりました。

◎住所：厚木市飯山3547



③ 打越熊野神社

祭神は熊野久須毘命とされ、昭和57年(1982年)に以前の打越熊野神社から遷座しました。境内には、遷座した際に移植された御神木であるくすの木が見られるほか、子どもたちが遊べる遊具も設置されているなど、地域の憩いの場として親しまれています。

◎住所：厚木市飯山3663



④ 牧場このみ

酪農家が育てる、新鮮な野菜を販売しています。酪農の現場で出る資源を発酵させて有機堆肥を作り、畑に混ぜ込んで栽培する循環型農業を実践しています。店頭では、野菜や果物をはじめ、有機堆肥も販売しています。

◎住所：厚木市上古沢79

◎電話：046-248-2320

◎時間：午前8時～午後6時

◎定休日：不定休



あなたもチャレンジ! 家庭菜園



ブロッコリー 側花蕾を春まで取り続ける

園芸研究家●成松次郎

ブロッコリーは冷涼な気候を好み、生育適温は18~20度です。小さいときは高温に強いが、つぼみの肥大期には耐暑性が弱くなります。一方、耐寒性もあまり強くなく、氷点下2度以下で凍害を受けます。

7月下旬~8月中旬にまき、11~12月に頂部の花蕾(からい)を収穫し、その後側枝から小さい花蕾を春まで取り続けます。

品種

花蕾が作られる早晚で早生、中生、晩生に分けられます。中生品種が作りやすく頂・側枝花蕾兼用の「ハイツSP」(タキイ種苗)、「緑嶺」(サカタのタネ)などが一般的です。「スティックセニョール」(サカタのタネ)は小さいつぼみで茎が柔らかく、たくさん取れる家庭菜園向きの品種です。

苗作り

直径7.5~9cmのポリポットを使い1ポット当たり3~4粒をまき、本葉2~3枚以上で1株に間引きます(図1)。苗作りの期間中は、寒冷しやで害虫の飛来を防ぎます。

畑の準備

直植え付け2週間前に、1平方m当たり苦土石灰100gをまいて、深く土を耕しておきます。植え付け1週間前に畝幅70~80cm、深さ20cmの溝を掘り、

この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥2~3kgを施し、土を戻してよく混ぜて、高さ10cm程度の畝を作っておきます(図2)。

植え付け

本葉4~5枚の頃、株間45cm程度に植え付けます(図3)。植え付け前には、植え穴に十分かん水して植え傷みの少ないようにします。

追肥

追肥は植え付け後20日ころ株元に化成肥料を1株10gくらいまいて、土寄せします。2回目は花蕾が見える頃に施用します。また、頂部の花蕾を収穫後、側枝の発生を促すため、10gくらい与えます。

病虫害防除(ヨトウムシ、コナガなど)が多いので、トアロー水和剤CTなどで駆除します。

収穫

花蕾が大きくなり、小さいつぼみが見え、固く締まった状態が収穫適期。長さ15~20cmに切り取ります(図4)。頂花蕾の収穫後、側枝から発生する小さい花蕾を春まで取り続けることができます。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

図1 苗作り



図2 畑の準備

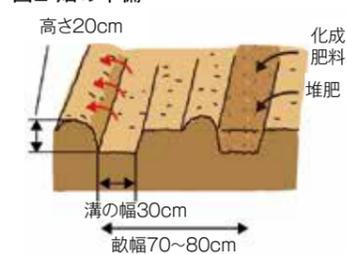


図3 植え付け

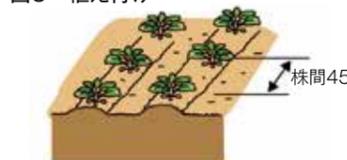


図4 収穫



成松次郎 神奈川県農業技術センター等で野菜の研究と技術指導に従事後、(一社)日本施設園芸協会で施設園芸及び加工・業務用野菜の生産・流通振興に携わる。現在、園芸研究家。

グリーンセンターからの便利 オススメの商品 野菜収穫カゴ

今回ご紹介する「野菜収穫カゴ」は、野菜や果物の収穫時に使える他、収納やエコバックの代わりとしても活用できます。お買い得の商品となっておりますので、ぜひご自宅で利用してみたいはいかがでしょうか。

特長

- ・目が細かく、内容物を傷めない構造。
- ・取っ手は扱いやすい構造。
- ・使わない時は、取っ手がたためて積み重ねられるため、収納に場所を取らない。

取り扱い上の注意

- ・火のそばに置かないでください。
- ・たわしやクレンザーなどでこすると、傷がつくことがあります。

製品仕様

容量: 16L サイズ: 400mm×290mm×220mm

【価格】 1個:398円(税込)



多様な使用用途で
ご利用ください!

グリーンセンター店長
いんぎん まこと
印銀 誠

夏野菜に多い病害虫の 対策について



宮農指導員(小鮎)
佐藤 佑

野菜には生長に適した温度・湿度がありますが、それは病害虫が出やすい条件にも同じことが言えます。丹精込めて作った野菜の様子がおかしい…。そのようなことにならないために、夏に栽培する主要野菜に発生しやすい病害虫の対策についてご紹介します。

トマト・ミニトマト・ナス・ピーマン・キュウリに共通して発生する病害虫

うどんこ病

気温25~28℃で、湿度50~80%の時に発生しやすい。露地では、株が繁茂する生育後期に下位葉から発生する傾向がある。

登録農薬

- パンチョ TF顆粒水和剤(予防+治療)
トマト、ミニトマト、ナス、ピーマン、キュウリに対応。収穫前日まで。2回以内の使用。2,000倍希釈。
- ベルコートフロアブル(予防+治療)
トマト: 収穫前日まで。3回以内の使用。2,000~4,000倍希釈。
ミニトマト: 収穫前日まで。2回以内の使用。4,000倍希釈。
ナス: 収穫前日まで。3回以内の使用。2,000倍希釈。
キュウリ: 収穫前日まで。7回以内の使用。2,000倍希釈。
※ピーマンには登録が無いので注意



オオタバコガ

夏期が高温少雨の年に発生しやすく、露地栽培では8~9月に発生が多くなる。幼虫は果実内に食入していることが多く、薬剤がかりにくいので、葉散は1週間間隔で2~3回散布する。

登録農薬

- アファーム乳剤
トマト・ミニトマト: 収穫前日まで。5回以内の使用。2,000倍希釈。
ナス・ピーマン: 収穫前日まで。2回以内の使用。2,000倍希釈。
※キュウリには「オオタバコガ」への登録はありませんが、「ハスモンヨトウ」で登録有り。その際、収穫前日まで。2回以内の使用。2,000倍希釈。
- コテツフロアブル
トマト・ミニトマト: 収穫前日まで。3回以内の使用。2,000倍希釈。
ナス: 収穫前日まで。4回以内の使用。2,000倍希釈。
ピーマン: 収穫前日まで。2回以内の使用。2,000倍希釈。
※キュウリには「オオタバコガ」への登録はありませんが、「ウリノメイガ」で登録有り。その際、収穫前日まで。3回以内の使用。2,000倍希釈。



ハダニ類

6月中旬以降から増加し、7月にピークに達したのち、8月には減少するが、9月以降に再び増加する傾向にある。

登録農薬

- 粘着くん液剤
野菜類全てに対応。収穫前日まで。使用無制限(でんぷん由来のため)。100倍希釈。
- マイトコーネフロアブル
トマト、ミニトマト、ナス、ピーマン、キュウリに対応。収穫前日まで。1回の使用。1,000倍希釈。



令和3年5月1日時点の農薬登録となります。ご注文は、各支所経済課までお問い合わせください。

●詳しくは、各地区の宮農指導員または指導販売部(担当: 宮農指導課) ☎ 221-2273 まで、お気軽にお問い合わせください

女性部*紹介

絆を大切に仲間とともに楽しく活動

睦合地区 市場女性部



市場女性部は、現在11人の部員で活動しています。部会では、年ごとの干支をモチーフにしたお手玉を制作し、睦合地区農業まつりで展示を行うのが恒例です。今年は、部員それぞれの自宅で綿の栽培に挑戦し、採れた綿を使って手芸に活用していきたいと考えています。

これまでコロナ禍で活動を自粛していましたが、1年3カ月ぶりに妻田西公園広場で顔合わせを兼ねてお花見を行いました。皆で手遊びやクイズなどを楽しんだ後は、マスク会食で昼食を取りながら親睦を深めました。

今後も、仲間同士の絆を大切に、楽しく仲良く活動していきたいです。

お便りコーナー

読者の皆さまからいただいたお声をご紹介します。
 絵手紙や写真の応募も大歓迎です。たくさんのお便りをお待ちしています。

特集「春のホームガーデニング」がとても参考になりました。
 早速、寄せ植えを作ってみようと思います。

(厚木市戸室 Aさん)

夢末市・グリーンセンターでは、さまざまな草花を取り揃えてあります。ぜひ、お好みのものを選んでいただき、オリジナルの寄せ植えを作ってみてください。

庭の木を切ったら日当たりが良くなったので、春菊とカブの種をまきました。毎朝の生長を楽しみに、間引いたものはサラダやジュースにしています。

(厚木市王子Eさん)

これからの生長がますます楽しみです。今後の生育や収穫状況などもぜひ教えてください。また、新しい品種にもチャレンジしてみてください。

昨年に種をまいたピンク色の「かすみ草」がやっと開花しました。切り花にして近所の一人暮らしの人やデイサービスに通っている人に配って、笑顔を届けています。

(厚木市妻田東Kさん)

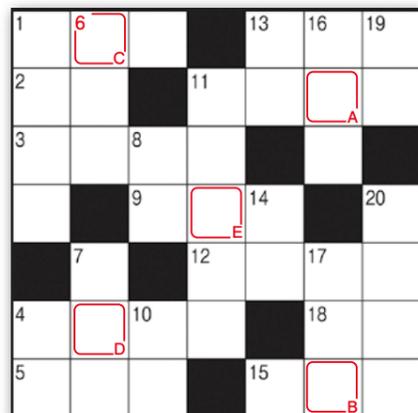
「かすみ草」の花言葉である「無垢の愛」「感謝」「幸福」が全て揃った活動で、素晴らしいですね。今後ぜひ、笑顔の輪を広げていってください。

ダイコンの情報がとても役立ちました。ダイコンは好きな野菜の一つですが、二人暮らしでは持て余してしまうことがあります。調理方法を工夫していきたいと思います。

(厚木市妻田北Tさん)

冬というイメージが強いダイコンですが、春もおいしいダイコンが出荷されています。旬の時期によって変わる食感や味をぜひ楽しんでみてください。

クロスワード ★パズルを解いて、キーワードをお答えください。



問題 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？

◆タテのカギ

- 新しい——が衆議院を通過した
- 南の島に生えていそうな木
- 水を引き入れ、稲を植えます
- 傘や長靴、レインコートなどのこと
- 船が進む方向を定める装置
- 火を通していません
- 酔った人がフラフラと歩く様子
- 奈良公園にたくさんいます
- アサガオが伸ばして巻き付ける物
- 月がなくて真っ暗。——にカラス、——のちょうちん
- 古池や——飛び込む水の音(芭蕉)
- 6月の第3日曜日は——の日です
- ささみや手羽、砂肝などの部位があります

◆ヨコのカギ

- お尻が光る水辺の虫
- 手相占いで恋愛——を見てもらった
- 「森のバター」の異名がある果実
- 桃やブドウの収穫量が日本一である県
- ギリシャ文字の第18番目の文字。
Σ、σと書きます
- 独り立ちしています
- こっちを通ると早く着くよ！
- 石灰は土壌を——性に傾けます
- オルカと呼ばれる生き物
- 傘の先からポタポタ落ちます
- 口の大きな爬虫(はちゅう)類

答え A B C D E

今月のプレゼント

正解した方抽選で5名様に、夢末市等で使える商品券500円分をプレゼント致します。

応募方法

ハガキまたはFAX、ホームページにて①～⑥の項目を記載しご応募ください。
 ■ハガキ 右記の通り ■FAX 046-223-8814
 ■ホームページ <https://www.ja-atsugi.or.jp/form/greenart/>
 ■締め切り 6月7日(月)
 右記QRコードを読み取るとホームページの応募フォームが表示されます。

※お寄せいただいた個人情報、広報事業、賞品発送に利用するほか、個人を特定できない統計情報としたうえで、マーケティング等に利用させていただきます。



243-0004
 厚木市水引2丁目0番2号
 JAあつぎ総合企画部
 グリーンアートあつぎ
 クロスワードあつぎ
 お便りコーナー係宛

●記入例●
 ①クイズの答え
 □□□□□
 ②郵便番号・住所
 ③氏名
 ④電話番号
 ⑤年齢
 ⑥身近な話題やJA・情報誌に関するご意見・ご要望

愛情豊かに笑顔の絶えない家族

厚木市愛甲 若林さんご家族



若林 利秋さん 三六さん
 かつや 勝也さん ちえ子さん
 くるめ 来瞳ちゃん まこと 誠くん



Q: ご家族の普段の様子を教えてください。
 A: 利秋さんと妻の三六さんは、スポーツ経験豊富で、以前は夫婦でゲートボールなどにも参加していました。自宅では、利秋さんが趣味の盆栽を嗜んでいます。勝也さんと妻の知恵子さんは、共働きで家族を支えながら、休日は協力して、子どもたちの習い事の送迎や応援に駆け付けています。

Q: お子さんやお孫さんについて教えてください。
 A: 長女の来瞳ちゃんは、4月に中学校へ入学し、憧れのテニス部に入部。ピアノ教室にも通い、好きな「嵐」や流行りの曲を弾けるよう、練習に励んでいます。

Q: ご家族での恒例行事はありますか。また、行ってみたい所はありますか。
 A: 2人の運動会や、来瞳ちゃんの卒業式・入学式など、子どもたちの成長を改めて感じられる機会が多くあります。いつか皆で温泉に行き、家族水入らずの時間を楽しみたいです。

Q: 今後どんな家族でありたいですか。お子さんにはどんな子に育ってほしいですか。
 A: 健康で笑顔の絶えない家族でありたいです。子どもたちには、優しく思いやりを持って、困っている人を助けられる子に育ってほしいです。

わが家のアイドル

厚木市金田 齊藤 雄貴くん (12歳)
 心音ちゃん (7歳)
 結音ちゃん (4歳)
 涼音ちゃん (9カ月)
 パパ 博雄さん ママ まどかさん



生まれたばかりの涼音ちゃんを囲い、仲睦まじい姿を見せてくれた4人兄妹。毎日、家の中では、にぎやかな笑い声が飛び交います。

小学6年生の雄貴くんは、地元ソフトボールクラブに所属していて、副キャプテンを務めるなど、チームを引っ張る存在として頑張っています。小学2年生の心音ちゃんはピアノを習い、先日行われた発表会では、たくさん練習した成果を披露しました。保育園に通う結音ちゃんはお姉ちゃんのお手紙が大好きです。9カ月の涼音ちゃんは、首も座り、ハイハイも上達するなど、元気に成長しています。

ご家族は「心優しく、いつまでも兄妹仲良くいてほしい」と話してくれました。これからも素敵な笑顔を作ってください。



JAあつぎの概要 (2021年3月末日現在)

組合員数	18,555人
正組合員	4,393人
准組合員	14,162人
職員数(正職員)	377人
貯金	355,926百万円
貸出金	85,014百万円
共済保有高	619,387百万円
購買取扱高	243百万円
販売取扱高	80百万円
出資金	2,457百万円

理事会だより

2021年4月27日に行われた理事会に上程された主な議案は、以下の通りです。

- ・令和2年度貸借対照表・損益計算書・剰余金処分案・注記表及び事業報告並びにこれらの附属明細書の承認について
- ・令和3年度事業計画の一部変更について
- ・令和2年度厚農商事(株)営業報告・剰余金処分および令和3年度事業計画の一部変更について
- ・厚農商事(株)第48期定時株主総会の招集および提出議案の承認について
- ・みのり監査法人による期末監査の結果について
- ・決算期監事監査意見書および監査報告書の提出について

JAグループ神奈川がお送りする新鮮情報番組

ラジオ番組 6月 テレビ番組

<p>JA Fresh Market Fm yokohama 84.7</p> <p>毎週土曜日 午前8時～8時30分</p> <p>5日 くにっきー&はるんのウメエ〜話〜 JAはだの</p> <p>12日 スタミナ界の白い巨人! ニンニク JA相模原市</p> <p>19日 くにっきー☆やってみて〜監染め体験〜 JAグループ神奈川</p> <p>26日 完熟満タン♡三浦のかぼちゃ 三浦市農協</p>	<p>かながわ旬菜だ tvk</p> <p>毎週日曜日 午前9時～9時30分 (再放送)毎週月曜日 午前10時～10時30分</p> <p>6日(再)7日 吉田山田濱村のごはんが食べたいなるテレビ JAグループ神奈川 協力JAさがみ</p> <p>13日(再)14日 おいしい秘訣は“ひと手間”“笑顔” JA湘南</p> <p>20日(再)21日 ふれあい・いやし♪ヨコハマウォーク JA横浜</p> <p>27日(再)28日 トウモロコシ畑でつかまえて〜菜遠あやせコーン〜 JAさがみ</p>
---	--

編集後記
4月から広報担当になりました竹内です。今までは、主に金融業務を担当していました。あつという間に1カ月ほど経ちましたが、写真撮影・記事執筆など、まだまだ勉強することがたくさんあります。これから、各種活動で取材に訪問させていただきますので、ぜひお声掛けしていただけたらうれしいです。早く1人前になれるように頑張っていきますので、どうぞよろしくお祈りします。(竹内)

JAあつぎグリーンホール

大切な方のお別れを、心をこめてお手伝いします。

24時間電話対応
・24時間病院等へのお迎えと霊安室でのお預かりも承ります
・霊安室にお預かりして、ホールで納棺できます
☎046-221-1800(直通)
夜間受付電話(午後5時～翌日午前8時30分)は、「JAあつぎ夜間コールセンター」が対応いたします。

JA類似名称の葬儀会社にご注意ください!

JA 葬祭に類似する「ジェイエー」「農協」などの文字を社名に用いて営業する葬儀会社があります。JA 葬祭とは一切関係ございませんので、ご注意ください。

新しい生活様式に沿った葬儀の形

「自由焼香」とは?

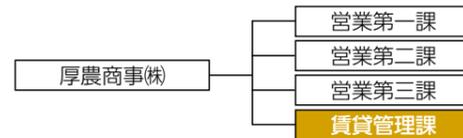
自由焼香(分散焼香)では、通夜式の前後にお焼香の機会を設けています。ご遺族、参列者が「三密」を避けてお焼香をすることができます。

<p>受付、自由焼香 (午後4時30分～午後6時)</p> <p>参列者は自由なタイミングでお焼香をすることができ、滞在時間を短くしつつ、ご遺族への挨拶をすることができます。</p>	<p>自由焼香実施例</p> <p>参列者は自由なタイミングでお焼香をすることができ、滞在時間を短くしつつ、ご遺族への挨拶をすることができます。</p>	<p>通夜開式から散会まで (午後6時～)</p> <p>ほとんどの参列者は自由焼香を済ませていますが、通夜開式後にお焼香をすることも可能です。 ※通夜・告別式は親族のみの場合もあります</p>
--	---	--

厚農商事(株)駅前貸貸サポートセンター 移転のご案内

2021年5月6日をもちまして、厚農商事(株)駅前貸貸サポートセンターは、厚農商事(株)に移転いたしました。今後は、「貸貸管理課」を新設し、これまでの業務を継承いたします。今後とも、一層のご愛顧を賜りますよう、お願い申し上げます。

【移転先】 厚農商事(株)
住所：厚木市水引2-9-2 JAあつぎ本所1階



お問い合わせ 厚農商事(株) ☎ 224-1555

お盆用品・仏具展示即売会のご案内

盆提灯をはじめ、その他のお盆用品を豊富な品揃えと組合員価格でご提供します。

開催日時 6月5日(土)午前9時～午後5時
6月6日(日)午前9時～午後2時

開催場所 JAあつぎ・第1グリーンホール
展示内容 盆提灯・盆用品・仏具・仏事ギフトサンプル

お問い合わせ 経済部(担当:購買課) ☎ 221-0454

厚木産マスクメロン 予約注文受付について

今年も甘くて品質の高いマスクメロンが育ちました。厚木産のメロンは、農家が1本の木に1玉を丹精込めて栽培し、果肉が柔らかく甘み・香りとも最高品。お中元をはじめ贈答用にもおすすめです。

- 1 注文締切：6月15日(火)
 - 2 申込方法：専用注文書で予約申込(お近くのJAあつぎ店舗へ)
※申込希望者には専用注文書を郵送します
 - 3 発送予定日：7月上旬から中旬にかけての3日間
- ★上記は予定となりますので詳細については6月以降にJAあつぎホームページでご確認をお願いします

お問い合わせ 指導販売部(担当:営農指導課) ☎ 221-2273 FAX 224-8414

よくわかる 農業者年金のポイント

- POINT 積立方式・確定拠出型の安定した終身年金です**
農業者年金は、加入者の支払った保険料が将来の自らの年金給付に使われる積立方式の終身年金です。予め将来の年金額を約束する確定給付型ではなく、自らが積み立てた保険料とその運用益により将来受け取る年金額が事後的に決まる確定拠出型が採用されています。この「積立方式・確定拠出型」の財政方式は、保険料を支払っている方の数や年金を受給している方の数がどのように変化しても、その影響を受けない安定した、少子高齢時代でも安心できる制度です。
- POINT 保険料は自由に選択でき、しかも税制面で大きな優遇**
農業者年金の保険料は、加入者自らが月額2万円から6万7千円までの間で、千円単位で自由に選択することができ、いつでも見直すことができます。また、農業者年金に加入して、その年に支払った保険料の全額(1人当たり最大80万4千円)が、所得税・住民税の「社会保険料控除」の対象になりますので、その分課税対象所得が下がり税金が安くなります。

葬儀個別事前相談会 相続遺言・民事信託個別相談会

葬儀の流れや費用、新型コロナウイルス感染防止対策に対応した葬儀形態などについてのご相談と、相続から生じるさまざまな対策や相続遺言・民事信託などを含めた相談会を開催いたします。

参加費 無料

事前予約制

開催日時 6月12日 ☎ 午前9時～午後4時
※「葬儀個別事前相談会」については、12組まで
※「相続遺言・民事信託個別相談会」については、8組まで

開催場所 JAあつぎ本所 **対象者** 厚木市・清川村在住の方

予約方法 事前に下記のお問い合わせ先へお電話にてご予約ください。

お問い合わせ 経済部(担当:葬祭課) ☎ 221-1800
総合相談部(担当:総合相談課) ☎ 259-7776

JAあつぎ健康寿命100歳プロジェクト 認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族に対して温かい目で見守ることが初めの一歩です。認知症サポーターは「なにか」特別なことをする人ではありません。みなさんも認知症の人やその家族の「応援者」になりませんか?



「認知症」についての基礎知識を紹介します。認知症について不安のある方、ぜひご参加ください。

開催日時	7月2日(金) 午前10時～11時30分
開催場所	JAあつぎ本所4階大会議室「夢」
参加対象者	厚木市および清川村在住の方
募集人員	30人(要予約・先着順) 参加費 無料
申込方法	お問い合わせ先に直接お電話ください
申込期日	6月18日(金)

「コグニサイズ」で認知症予防!!

- 内容**
- ① 認知症サポーター養成講座
 - ② コグニサイズ等のご紹介

※コグニサイズとは、頭を使う課題(コグニション課題=認知トレーニング)と体を動かす課題(エクササイズ課題)を同時にすることで、脳と体の機能の効果的な向上を狙う運動です

認知症サポーター養成講座受講後、認知症サポーターの証であるオレンジリングをお渡しします。



お問い合わせ 組織文化部(担当:福祉課) ☎ 225-7716



POINT 農業者年金に加入できるのは

- 農業者年金には、
- ア 年間60日以上農業に従事
 - イ 国民年金の第1号被保険者
 - ウ 60歳未満の方

であれば、経営部門の如何にかかわらず、誰でも加入することができます。また、農地の要件もありません。

年金は、経営主だけが掛けていれば、その家族全員が間に合うというものではありません。年金は一人ひとりにお支払いするものなので、家族一人ひとりが準備しておくことが大切です。

保険料支払いによる節税効果(所得税・住民税)試算

税率	保険料の支払額	
	月額2万円(年額24万円)の場合	月額6.7万円(年額80.4万円)の場合
15.1%	3万6千円	12万1千円
20.2%	4万8千円	16万1千円
30.4%	7万2千円	24万1千円

(注)保険料支払後も保険料支払前と適用される税率に変更がないものとして試算している。

お問い合わせ 各支所店または指導販売部(担当:地域農業対策課) ☎ 221-2273



材料(2人分)

- ナス……………2本
- サバ缶(しょうゆ煮)…1缶
- ミニトマト……………2個
- ショウガ……………1片
- そうめん……………200g
- 水……………200ml
- A
 - しょうゆ……………大さじ2
 - みりん……………大さじ2
 - 酒……………大さじ2
 - 砂糖……………大さじ1
- 大葉……………お好みで
- ミョウガ……………お好みで

ナスと サバ缶のそうめん



下ごしらえ

沸騰させたお湯でそうめんを茹で、冷水でもみ洗いして水気を切る。ミニトマトはヘタを取り、4等分に切る。

作り方

- ①ナスは縦半分に切り、くし型に切る。切ったら水にさらしておく。
- ②鍋に水200mlを入れ、沸騰したらナスを入れる。その後、サバ缶の煮汁とAを加え、ナスが柔らかくなるまで弱火で煮込む。
- ③ナスが柔らかくなったら、サバ缶の身と薄切りしたショウガを加え、2～3分煮て火を消しておく。
- ④器にそうめんを盛り、ナス・サバ・ショウガを盛り付け、上から煮汁をかける。仕上げに、大葉・ミョウガ・ミニトマトをのせて完成。



【成分・有効性】

ナスには、長ナスをはじめ、卵形の米ナスや丸ナスなど、いくつかの種類があります。また、色も紫だけでなく、緑や白いものがあります。

ナスのつややかな紫色は、ナスニンとヒアシンというアントシアニン系の色素で、ポリフェノールの一種です。抗酸化作用があり、特に目の疲労回復や機能のサポートに効果があると言われています。また、体内の活性酸素の働きを抑え、動脈硬化や老化防止、抗がん効果も期待できます。ナスはアクが強く、切ってしばらくすると変色しますが、これもクロロゲン酸という抗酸化物質の働きによるものです。その他、抗酸化作用のあるβカロテンやカリウムも豊富です。カリウムは、高血圧の改善に役立ちます。

ナスはキュウリと同じく、約9割が水分。乾燥野菜にすると栄養成分が凝縮され、うまみも増すのでおすすめです。

保存法

ラップで包むかビニール袋に入れ、野菜室または冷暗所で2～3日は保存OK。火を通せば、冷凍も可能。

ヘタがとがっていて、切り口が変色していないと鮮度がよい



濃い紫紺色でツヤとハリがあるものが良品

身に弾力があるものは新鮮

皮に多いナスニンが目の疲れを回復。カリウムも多く、むくみや血圧改善に