



2024

9

No.310

あさか野

Contents

2・3	～新米にのせて食べて米生産者を応援しよう！～	11	新座支店紹介
4・5	話題あれこれ写真日記	12・13	インフォメーション
6	CONSULTING 法律相談	14	年金・FP 個別相談会
7	総合相談センターだより	15	旬のレシピ・私の食育日記
8	HappySmiles・素敵な笑顔	16	パズル・応募方法・当選者発表
	イラスト紹介・これって読めますか？	17	店舗のご案内・モナ カサンドラ占い
9	読者からのお便り LETTERS		理事会報告・編集日記
10	読者からのお便り 俳句&短歌等	18	ジュエリー展の開催ご案内



志木市中宗岡
こ やま た け ひ で
小山 武英 さん



あさか野農業協同組合



ごはんのお **TOMO** コンテスト結果発表!!

～新米にのせて食べて米生産者を応援しよう～



かつぶし入り! ネギ味噌温卵乗せ

材 料

ごはん…	2人分	ごま…少々
長ねぎ…	2本	かつおぶし…100g
梅干し…	1個	味噌…大さじ2
砂糖…	大さじ1	温玉…2個

作り方

- 長ねぎを小口切りにして湯をかける
- ①の水気を切り、ボールに長ねぎ、かつおぶし、うめ干し(こまかく切る)、ごま、味噌、砂糖を入れよく混ぜる
- ご飯の上にねぎ味噌を乗せ、温卵をトッピングしたら完成

ポイント

母の味をアレンジしました。家では結構人気があり、食欲がない時でもあっさり食べられます。

豆腐とカニ缶の甘煮丼



材 料

ごはん…	2人分	木綿豆腐…200g
長ねぎ…	40g	カニ缶…100g
枝豆…	40g(茹でて、さやから出したもの)	
塩コショウ…	少々	チキンスープ…固形1個
しょうゆ…	大さじ1	酒…大さじ1
片栗粉…	大さじ2	水…大さじ2

作り方

- カニ缶をあけて身をほぐし、長ねぎはみじん切りにする
- 木綿豆腐はペーパータオルで包んで耐熱皿に乗せ電子レンジで30秒ほど過熱し、水分を飛ばして、6切れ位に角切りにします
- ①を入れて中火で炒める。全体に油がまわったらチキンスープ、しょうゆ、酒、塩、コショウを加えて、煮立てて枝豆を加え、弱火で2~3分煮る
- 混ぜ合わせ、片栗粉でとろみをつけ火を止め
- ごはんの上にのせるor器に盛りつけして出来上がり



ポイント

夏野菜の枝豆を使って栄養素の高いタンパク質、イソフラボン効果があり骨粗しょう症予防等を考えレシピを作りました。



肉みそオクラ



材 料 ごはん…2人分 豚ひき肉…50g
砂糖…大さじ1 味噌…大さじ1/2
酒…大さじ1/2
すりおろしショウガ…適量
オクラ…3本 ニンジン…30g

作り方 ①豚ひき肉に砂糖、味噌、酒、すりおろしショウガを加え、炒め煮にし、味をなじませておく
②ニンジンを千切りにし、オクラは塩もみ後茹でて食べやすい大きさに切る
③①と②を和えて完成

ポイント 炒め煮は、なんにでも使えるので作り置きしておいて便利です。ごはんの上にのせて食べるのもジャージャー麺にも最適です。

特別賞 ソーメン春巻き

材 料 素麺…60g キャベツ…1枚 もやし…40g ニンジン…20g
中華ブイヨン…1個 塩コショウ…少々 春巻きの皮…適量 油…適量

作り方 ①キャベツ・ニンジンを千切りにして、茹でたもやしと素麺を焼きそばと同じように炒める
②中華ブイヨンを加え、塩コショウを加える
③春巻きの皮で包み、油で揚げて完成

ポイント 少し濃いめに味付けするのがポイントです。



特別賞

洋風オクラネギ塩



材 料 ごはん…2人分 オクラ…8本 万能ねぎ…4本 ゴマ油…小さじ1
コンソメ…1個 塩…少々

作り方 ①オクラを塩もみして1~2分茹でた後、小口切りにします
②きざんだ万能ねぎとゴマ油を入れ、細かく碎いたコンソメと塩を加えて混ぜ合わせます。(味見して味が濃い時には、水を入れて調整)
③①と②を混ぜてご飯の上にのせたら完成

ポイント コンソメの代わりに、細かくした青じそと梅肉を混ぜてのせたら和風でサッパリします!

特別賞 生ハムトマト

材 料 ごはん…2人分 トマト…1個 生ハム…1パック めんつゆ…少々

作り方 ①トマトを小さく(1センチ角)サイコロ状に切ります
②生ハムを千切りにして①に混ぜ込みます
③②にめんつゆを少々加え、味を調えて出来上がり

ポイント ごはんにのせて食べるのも良し!オリーブオイルを加えてパスタに絡めても良いです。





本格人参焼酎「へべれけ」が mondセレクション金賞受賞!



受賞までの御苦労を話しながら
「へべれけ」を見つめる相澤さん

J Aあさか野管内の組合員、相澤敦さん（45歳）が開発した、朝霞市産人参を使った本格焼酎「へべれけ」が、2024年度mondセレクションで金賞を受賞しました。

「へべれけ」は、冬を越えた人参を贅沢に使用し、クセがなく飲みやすいのが特徴です。人参の原料比率は50%近くで、コクと飲みやすさを両立しています。商品名は、地元で気軽に楽しんでもらいたいという思いから名付けられました。

mondセレクションでは、品質はもちろん、栽培方法や残留農薬検査など、様々な角度から審査が行われ、「へべれけ」は高い評価を獲得しました。

相澤さんは、「世界的に認められた焼酎を多くの方に味わってもらいたい」と喜びを語っています。

支部交流でおいしく 楽しくお菓子作り♡



▶女性部員が指導しました。



7月31日、JAあさか野女性部西堀支部は、新座支店調理室で料理教室を開催し、部員13名が参加しました。普段からお菓子作りが得意な野火止支部の女性部員が講師を務め、新座支店購買にて購入した彩のかがやき米粉パウダーやパオバオ杏仁を使用し、「シフォンケーキ」「みたらし団子」「杏仁豆腐」の3種類を作りました。

「シフォンケーキは難易度が高いと言われているが、みんなで協力し楽しく作ることで、ふわふわでとても美味しく出来上がってよかったです」との声が上がりました。

女性部支部同士の交流によって、新しい知識や情報を得ることができました。

J Aあさか野健康教室が大盛況! 「ラジオ体操」に新たな発見



▶いつもどっちがうラジオ体操に「なるほど」と声がかかるがいました。



7月18日、JAあさか野本店にて開催された健康教室「知っているようで知らないだからうろこのラジオ体操」に、地域住民31名が参加しました。NHKテレビ・ラジオ体操の指導者である岡本美佳氏を講師に迎え、約90分にわたり、体の使い方を意識した体操指導が行われました。

参加者からは、「普段のラジオ体操とは全く違う」「普段動かさない部分が刺激された」など、好評の声が聞かれました。岡本氏は、「無理なく続けられることが大切」と話し、参加者たちは、今後の健康づくりに活かしたいと意気込んでいました。

今回の健康教室は、地域住民の健康意識を高める良い機会となりました。同JAでは、今後も様々な健康イベントを開催していく予定です。



J Aあさか野親子あぐりスクール開催!!

▲こどもたちは「これおいしい」と言ひながら収穫していました。



8月4日、加須市むさしの村で、親子あぐりスクールを開催しました。当日は計85名の親子らが参加し、ブルーベリー狩りと夏野菜の収穫体験をしました。

今回の企画はJA共済連の地域貢献活動の取組の一環で、JA共済連埼玉から助成を受けて実施しました。収穫した夏野菜は、枝豆・白茄子・プチトマト・万願寺唐辛子・ピーマン等で、枝豆を収穫した家族は、「枝豆の実がなるのを子どもに見せることができて良かった」と話してくれました。

熟したブルーベリーは食べ放題で、こどもたちは、夢中になって食べていました。参加した家族は「次も参加して違う野菜も収穫してみたい」と話していました。



よみうり楽々朝市が大盛況！



▲新鮮野菜を求め、大勢のお客様が来場しました。

7月13日、JAあさか野本店駐車場で開催された「第9回よみうり楽々朝市」は、新鮮な地場産野菜を求める大勢のお客様で賑わいました。

とうもろこしや枝豆などの夏野菜は早々に完売。福井の鯖寿司や米沢の牛丼弁当など、各地の名物も人気を集めました。

来場者からは、「家族で新鮮な野菜を味わえることを楽しみにしている」という声が聞かれました。JAあさか野は今後も地域に根ざした活動を続けてまいります。

法律相談

JAあさか野顧問弁護士
弁護士法人 長島法律事務所 長島 佑享

遺留分権利者の債権者は、貸金を返してもらえない場合は、遺留分権利者の代わりに遺留分を請求して貸金を回収できるのですか。

QUESTION

「1円も返済されていない」等と書いてありました。

母の遺産は農協貯金600万円だけですから、Bの遺留分はその4分の1に当たる150万円だと思います。

私は、Cの言う通り、Cに対しても、150万円を払わなければならぬのですか。

母Aが全財産を長男の私に相続させる旨の遺言を残して、4カ月前に亡くなりました。母の相続人は、私と弟Bの2人です。母の遺産は、農協の600万円の定期貯金だけです。

Bは自分で事業をしていたのですが、今から4年前、弟は、私が電話してきて「約6000万円の債務を作ってしまった。返せる当たがないので逃げるしかない」と言い、その日の内に夜逃げしてしまいました。それ以降、母も私も、Bとは音信不通でした。

ところが、先日、私宛に、貸金業者というCから、「Bの私に対する遺留分を、Bの代わりに請求するので、Bの遺留分を侵害する金額を、Cに対して払え」という通知書が届きました。その通知書には、「Cは、Bにに対して、1000万円を貸したが、Bが行方不明になつたので

ANSWER

遺留分は、遺留分権利者だけが取り戻すかどうかを決められる権利なので、遺留分権利者が自分で取り戻すと決めていない限り、債権者が代わって請求することはできません。

この言い分は、母上の遺言はBの有する遺留分を侵害しているところ、CはBに対して1000万円の返済を請求する権利（債権）を持つていて、これを返せるだけのお金がない、これでBではなく、このCの債権を保全するため必要があるから、Bの債権者として、上記返済の義務を負う立場（債務者）であるBがあなたに対しても有する遺留分を取り戻す権利を代わって行使し、侵害された遺留分である遺

産の4分の1（民法1042条、900条4号参照）に当たる150万円の支払をあなたに求めるというものです。このように一定の条件がある場合に債権者が債務者に属する権利を代わって行使できる権利を債権者代位権、行使の対象となる権利を被代位権利といいます。（民法423条1項本文）。そして、債権者代位権の行使が認められると、被代位権利がお金を支払えという権利（金銭債権）である場合は、債権者Cは、Bに150万円を支払わねばならない立場となるあなたに對し、CがBに請求できる債権額1000万円の範囲内にある上記150万円をあなたがCに直接支払うよう求めることがあります（民法423条の2、423条の3参照）。

分が侵害されても、これを取り戻す請求をするかどうかは遺留分を侵害された相続人（遺留分権利者）だけが決められたことなどを挙げています。

もっとも、この判決は、遺留分権利者である債務者が、遺留分を取り戻す権利を債権者に譲渡するなど、遺留分を取り戻すことを既に決めて、この決断を外部からわかる形で明らかにしている場合は、債権者が遺留分を取り戻す権利を代位行使することができるとしています。ただし、このような例外的な事情は、債権者側が証拠を出して明らかにすべきです。

なお、この判決は、改正前の民法下のものですが、債権者代位権については改正前後で基本的な変更はありません。また、遺留分を取り戻す権利の法的な仕組みについては、多少の変更はあるものの、取り戻すかどうかは遺留分権利者しか決められないという点は変わっておらず、今の民法でもこの判決の結論は変わらないと考えられます。

したがって、あなたは、CがBから遺留分を取り戻す権利を譲り受けたといった証拠を出さない限り、Cの請求に応じる必要があります。



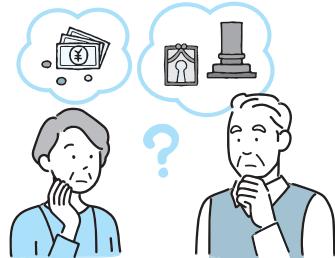
»»»» 総合相談センターだより

相続財産から控除できる葬式費用

相続が発生した際の葬式費用は相続財産から控除することができます。ただし、全ての費用が控除できるわけではありません。それでは控除できる葬式費用となるもの、葬式費用に含まれないものについてみていきましょう。

葬式費用となるもの

- * 通夜・告別式のために葬儀会社に支払った費用
- * 通夜・告別式に係る飲食費用
- * 葬儀を手伝ってもらった人などへの心付け（葬儀の受付や運転手への心付け等）
- * 葬儀にあたりお寺等に対して読経料などのお札をした費用（お布施等）
※お布施や心付け等の領収書がもらえないものについては、メモ書き等で可
- * 火葬料、埋葬料、納骨料
- * 遺体や遺骨の回送にかかった費用



葬式費用に含まれないもの

- * 生花、盛籠等の費用（喪主・施主負担分は葬式費用になります）
- * 香典返しのためにかかった費用
- * 位牌、仏壇、墓石や墓地の購入にかかった費用
注) 生前に購入した仏具や墓石・墓地等については相続税がかからない為、相続税対策にもなります。
- * 法事（初七日、四十九日）に関する費用

上記の他にも、さまざまな費用があると思います。また税理士によって見解の違いもあります。

J Aあさか野では顧問税理士や司法書士等と連携し相続相談等を承っております。
お気軽にご相談ください。

— 詳しくはフリーダイヤルにお問い合わせください —

J Aあさか野 総合相談センター

〒352-0011 埼玉県新座市野火止5丁目7番22号
TEL.048-489-1200 FAX.048-489-1201

ご相談フリーダイヤル

イーナ ヨイローン
0120-17-4160

イラスト紹介



新座市野火止
高田 優代さん



立花

朝霞市泉水
曾根田 恵子さん



志木市中宗岡
棚池 和子さん



志木市上宗岡
石橋 洋子さん

Happy Smiles



素敵な笑顔



和光市新倉
大熊 芳枝さん (89歳)

「素敵な笑顔」「我が家のかわいいペット」
を募集しております

自慢の笑顔や何気ないしぐさの写真を、
一言コメントと一緒に広報誌「あさか野」
に掲載いたしますので、下記連絡先までご
連絡ください。広報担当職員が対応いたします。

連絡先

J Aあさか野 本店 生活広報課
048-451-1122
(平日 午前 9:00 ~ 午後 5:00)

野菜・果物難読漢字 これって読めますか？

野菜・果物の難読漢字

知っていますか？

これはなんと読むでしょうか？

蒟蒻

▲答えは 15ページ



たくさんのご感想などをいただきありがとうございました。おハガキの一部をご紹介させていただきます。

「夏の光をあびていくつもころがつていました」という表現がとても印象的でした。夏の風景が目に浮かぶようです。素敵な文章をありがとうございました。

朝霞市溝沼 石川 千加子さん

6月中頃より暑い日が何日も続き、真夏をおもわせる様な暑さで子供の居る家では庭にプールを置き、水あそびをさせている様子が見られます。私の家では軒に風鈴をつるし朝顔の花を咲かせて夏を過ごそうと思っています。

先日ソライチで黄色のうりがあり、めずらしいと思い買って来ました。昔は畑に夏の光をあびていくつもころがつっていました。とてもなつかしく思い出の味に出会いました。

かぼちゃつていつたらいハロウインですね。コスモスきれいですね。梨食べたいです。今回はお米下さい。

朝霞市上内間木 須崎 正彦さん

ハロウインの秋は自然が豊かで、五感を刺激される季節ですね。

毎月広報誌「あさか野」を拝読するのが楽しいです。最近毎月私くしのお便りの投稿も採用されているのでとても嬉しい思っています。感謝致します。しかし、今だ文字が小さくて読みづらいと感じるページがあります。7月号でお伝えするならば、6ページ・17ページが読みづらいと感じます。なんとかなりませぬでしょうか?

大変失礼な事を書いてしまって申し訳ございません。

新座市石神 PN・エプロンさん

「あさか野」をご愛読いただきありがとうございます。読者の皆様からこのような貴重なご意見をいただけたことが、私たちにとって大きな力になります。8月9月号からは見やすくしました。今後も改善に努めてまいります。

当JAでは、新規就農希望者に対して、JA埼玉県・市と連携して支援を行っています。又、既存農家に対しては、TAC（豈農経済団体）による農家指導などのサポートを行っています。JA発信することで、地域全体で農業を支える機運を高めたいとのことで、地産地消・国消国産での協力をよろしくお願い致します。

新座市東 山中 美津子さん

JAでは、新規就農希望者に対して、JA埼玉県・市と連携して支援を行っています。又、既存農家に対しては、TAC（豈農経済団体）による農家指導などのサポートを行っています。JA発信することで、地域全体で農業を支える機運を高めたいとのことで、地産地消・国消国産での協力をよろしくお願い致します。

毎月「あさか野」を届けて頂きありがとうございます。何と言つても農家の生き生きした姿、逞しさが伝わつて来て本当に暑くても寒くとも一生懸命野菜、米等を育てられている様子が受け取れます。ところで、最近後継者不足ということでお考へなでしょか? 土地がなかなかついていくのも本当に心配です。JAの方ではこの問題についてどうお考へなでしょか? 何らかの対策を考えて頂いているのでしょうか? 土地が額の税金で先代が保持していた物が住宅などに変化しつつ今日このごろですね、それでも寂しい気持ちでいっぱいです。

JAあさか野の職員に対する信頼を寄せていたときもありがとうございました。今後も、組合員や地域のみなさまに愛される職員であるよう努力してまいります。

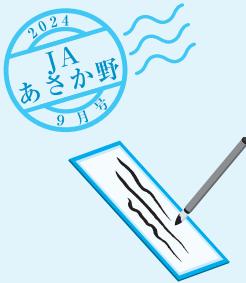
「あさか野」をご愛読いただき、ありがとうございます。今後も「あさか野」では、伝統色をはじめとする日本の美しい文化を皆さんにご紹介してまいります。

朝霞市栄町 匿名さん

広報7月号の第2回「JAあさか野職員紹介」に懐かしい人を見つけました。生前の両親がお世話になつたと妻が話していました。転勤になつた後、リーダーとなつて元気でご活躍との事で良かつたとも妻は喜んでいました。私は仕事で普段涉外さんにお会いする事は出来ませんが、これからもお世話になります。

朝霞市浜崎 須田 弘美さん

はじめての応募です。頭の体操ですね。思つた様に言葉が出てきません。樂しかったです。お米ただら尚、嬉しいです。



読者からのお便り

たくさんのお便りをいただきありがとうございます。
みなさまからいただいた作品を一部ご紹介させていただきます。16ページのクロスワードパズルとあわせてご投稿ください。

俳句 & 短歌

JA文芸ひらば

志木市上宗岡 池内 ふみさん

夏日長
食後の一句
ボケ防止

新座市東 柏尾 恵子さん

彩どりの
かぼちやサラダ
食進む

新座市菅沢 高橋 悅子さん

くりかぼちや
孫らだいすき
じいじ笑み

朝霞市栄町 渡辺 良子さん

秋空に
コスモス見事
咲きみだれ

朝霞市岡 PN・ひなぎくさん

我が息子
梨をほおばり
笑顔咲く

新座市あたご 金子 美代子さん

ゆらゆらと
コスモス揺れる
散歩道

朝霞市宮戸 高橋 一枝さん

菜園の
カボチャの花に
蝶々舞う

新座市あたご 新井 京子さん

休耕地
コスモスの花
いきいきと

俳句&短歌
などを募集して
おります

J Aあさか野では、組合員や地域の方々からの俳句、短歌、川柳を募集しています。応募いただきました作品は、広報誌「あさか野」へ掲載してまいります。作品を通じて、地域のみなさまに「食と農」に興味を持っていただきたいと考えております。16ページに投稿先やお題をのせてありますので、お気軽に投稿してみてください。
※応募頂いた俳句は、添削・削除を行う場合があります。ご了承ください。

2024年11月～2025年10月
作品を募集いたします

J Aあさか野管内の写真を募集します



【テーマ「J Aあさか野の四季】

四季折々の農作業や農村の行事、自然豊かな地域の暮らしなどを作品にしてください。

【募集規定】

未発表の写真に限ります。肖像権などの権利を尊重し、投稿者の責任で了承を得てください。
募集作品の著作権は撮影者に帰属しますが、J Aあさか野での使用権が優先します。

【募集方法】

2 L判から六つ切り (A 4判)までのプリントに限ります。(1名 5点まで)
作品募集期間内で撮影された写真であること。なお、募集した作品は返却しません。

【募集作品について】

①郵便番号 ②住所 ③電話番号 ④氏名 (ふりがな) ⑤年齢 ⑥職業 ⑦画題 ⑧撮影日
⑨撮影場所と内容 (行事の名称と簡単な説明文) ⑩使用カメラ
の明記をお願いします。

※募集した写真は、広報誌表紙や今後のコンテンツ内で使用します。(使用する写真は広報会議の中で選定します。)
※募集作品は11月1日以降に受付します。

【送り先】

〒351-0023 朝霞市大字溝沼4 6番地

J Aあさか野 生活広報課 「J Aあさか野の四季」管内の写真を募集係

詳しい内容は10月以降、J Aあさか野公式ホームページに掲載します。

新座支店紹介

支店長に聞いた!
新座支店のスローガン

やる気
元気
笑顔



経済担当



渉外担当



金融・共済窓口担当



◀新座支店支店長

新座支店長の渡邊浩昭です。リーダシップと決断力と顧客対応力を駆使し、みなさまから必要とされる存在になれるよう努力してまいります。



※業務の関係上、掲載されていない職員がいます。予めご了承ください。

支店業務の3つの柱

新座支店では、日々の暮らしを支える信用業務（貯金やローン、投資信託などの金融サービス）のほか、生命保険や損害保険といった共済事業（万が一の疾病、ケガの備え、家の保障や自動車の保障）、そして組合員などへの肥料や農機具、日用品の販売など、幅広い事業を行っています。

JAあさか野 新座支店は、地域に根ざした総合金融機関です。

新座支店は、これらの事業を通じて、地域農業の発展と、組合員の豊かな暮らしの実現を目指しています。何かありましたら、ぜひ新座支店にご相談ください。

新座支店は、農業資材の販売、農産物の販売促進、生活用品の販売など、組合員の営農と生活をサポートしています。

JAあさか野 新座支店は、新座職員のほか、総合相談センター・経済配達センターの職員が常駐しています。

第8回臨時総会開催のお知らせ

【組合員のみなさまへ】

時下ますますご清栄のこととお喜び申しあげます。

農協事業につきましては、日頃から特段のご理解とご協力を賜り厚くお礼を申しあげます。さて、当組合の臨時総会を下記のとおり開催いたします。

記

1. 開催日時 令和6年10月19日（土）午前10時00分

2. 開催場所 あさか野農業協同組合 本店3階会議室

◎総会の通知書と書面議決書につきましては、9月下旬に郵送いたします。



以上

お問合せ先：JAあさか野企画管理部管理課（048-451-1122）

第1回フードドライブ活動のご報告

令和6年6月17日（月）～28日（金）の期間で開催しました第1回フードドライブ活動ですが、皆様の寄付のおかげで多くの品物（フードドライブ食品15.3kg）を集めることができました。女性部を始めとする多くの皆様にご協力いただきまして誠にありがとうございました。

寄付いただいた品物は特定非営利活動法人フードバンク埼玉を通じて福祉施設や支援団体等に寄付をさせていただきます。

令和6年度第3回フードドライブ活動は10月21日（月）～11月1日（金）に開催します。みなさまのご協力をよろしくお願ひ申し上げます。（第2回フードドライブ活動は8/19～30で活動済です。）



税務・法律相談会のご案内

～お気軽にご相談ください～

**無料
予約制**

ご予約制になります。事前に最寄りの支店、もしくは総合相談センターへご連絡ください。

弁護士
税理士が
対応します



9月

12日（木）	法律相談会（総合相談センター）	PM 1:30～PM 4:30
	税務相談会（和光支店）	AM10:00～PM 3:00
13日（金）	法律相談会（和光支店）	PM 1:30～PM 4:30
17日（火）	税務相談会（総合相談センター）	AM10:00～PM 3:00
26日（木）	法律相談会（総合相談センター）	PM 1:30～PM 4:30
	税務相談会（和光支店）	AM10:00～PM 3:00

※ご利用は原則、組合員に限らせていただきます。また、日程など変更になる可能性があります。予めご了承ください。

お仏壇・お仏具 夏期 特別優待会のご案内

7月1日（月）から9月30日（月）まで埼玉県内のはせがわ16店舗にて、お仏壇・お仏具夏期特別優待会を実施しています。

※ご来店の際は「JAの広報誌を見た」とお伝えください。

詳細などのお問合せ先

JAあさか野ライフサービス ☎ 048-450-5252 **通話無料** 0120-24-4994
 お仏壇のはせがわ 新座店 **通話無料** 0120-762-376

【災害等に遭われた組合員へ】

近年では、当組合管内においても異常気象による災害が多く発生しています。当組合では被害状況の把握に努めておりますが、共済加入状況をご確認いただき、必要に応じてご連絡くださるようお願いいたします。

今後も暑い日が続くとみられており、突発的な雷雨や台風による被害が懸念されます。組合員のみなさまにおかれましては、体調管理に十分気をつけていただくとともに、災害等に見舞われた場合には、些細な事でも構いませんので最寄りの店舗にお問い合わせください。

確認1 共済加入状況の確認

確認2 災害によって所有資産が損害を受けた場合等には、一定の金額の所得控除を受けることができます。これを『雑損控除』といいます。詳しい要件等は、総合相談センターへご連絡ください。

確認3 正組合員・支部に属する准組合員には、火災・災害により住居または所有の建物、農業施設に損害が出た場合、当組合の規程に基づき、災害見舞金を支給いたします。申請等の手続きは最寄りの支店にお問い合わせください。

J A あさか野 出張販売案内 一覧表

和光農産物直売センター、新座農産物直売センターでは、とれたて、旬の地元野菜、くだものを出張販売いたします。生産者が丹精込めて育てた安全・安心な農産物を販売しております。皆様のご来場をお待ちしております。

開催場所	開催日	開催時間
和光市駅南口軽トラ市	和光市駅南口駅前広場ステージ	9月11日（水） 午後4時～午後6時
志木支店いろはやさい市	志木支店駐車場	9月12日（木） 午前10時～午後3時
		9月26日（木）は仮決算のため、開催中止とさせていただきます。
和光支店野菜市	和光支店店舗前	毎週木曜日 (9月26日（木）は仮決算の為、開催中止とさせていただきます)
新座栄四丁目商店会	新座栄四丁目商店会内	毎週金曜日 (9月27日（金）は仮決算の為、開催中止とさせていただきます)
あさか野ソライチ	JAあさか野本店駐車場	9月は猛暑が予想されるため、開催中止とさせていただきます。

※売り切れしだい終了となります。※天候等により、開催の中止または開催時間の変更があります。予めご了承ください。



個別年金相談会

社会保険労務士がわかりやすくご相談にお応えします。

これから手続きをなさる方、現在受給中の年金に疑問をお持ちの方など、お気軽にご来店ください。

無料

開催会場	開催日	
野火止支店	第1回	終了しました。
新座支店	第2回	終了しました。
朝霞支店	第3回	令和6年 9月 8日 (日)
和光支店	第4回	令和6年 11月 10日 (日)
志木支店	第5回	令和7年 2月 16日 (日)

開催時間
9時から16時 (予約制)

相談会にお持ちいただきたい物

- ・ねんきん定期便(年金加入記録のわかるもの)
 - ・夫婦の年金手帳(基礎年金番号通知書)
 - ・認印
 - ・収入のわかるもの
- ※上記をご持参いただくとより詳しい相談ができます。

FP

個別



ファイナンシャルプランナーによる
家計診断をしませんか？

相談
無料

相談会開催

人生のマネープランがJAあさか野で相談できます。

開催会場	開催日		開催会場	開催日	
朝霞支店	第1回	終了しました。	野火止支店	第4回	令和6年12月15日 (日)
和光支店	第2回	終了しました。	新座支店	第5回	令和7年 3月16日 (日)
志木支店	第3回	令和6年10月20日 (日)			ご予約は開催日の2カ月前より受付します。

開催時間 (予約制) 9:00~10:30/10:50~12:20/13:30~15:00/15:20~16:50

FP個別相談会予約専用フォームからの
お申込みが可能です。

※予約専用フォームからのお申込みの場合、送信の完了した時点でご予約をお約束するものではありません。
後日、お申込みの結果についてはお知らせいたします。





茶通

「ごまんとお茶の風味が広がる

材料 4個分

薄力粉	40g	あん	
片栗粉	4g	こしあん	80g
抹茶	1.3g	黒ねりごま	20g
卵	20g	油	適宜
砂糖	30g	茶葉	少々

作り方

- ①薄力粉、片栗粉、抹茶を合わせてふるう。
 - ②ボウルに卵を溶き入れ、砂糖を加えて泡立て器でよくすり混ぜ、①を加えて木べらでさっくりと混ぜ、耳たぶぐらの固さにする。これを棒状に延ばし、4個に分けて丸めておく(このとき、手に付くようなら片栗粉(分量外)を使う)。
 - ③あんを作る。こしあんに黒ねりごまをよく混ぜ合わせ、4等分して丸めておく。
 - ④②の1つを軽くつぶし、指ですり鉢状にして、③を入れて丸く包み、軽く手のひらでつぶして茶葉を付ける。
 - ⑤フライパンをごく弱火で温め、油を薄く塗る。茶葉を付けた方を手のひらで軽く押さえて焼く。きれいな焼き色が付いたら裏に返し、表と同様に手のひらで軽く押さえて焼く。
 - ⑥木皿に懷紙を敷いて盛り付ける。



骨を作る上で一番大切なのはカルシウムです。カルシウムは他の栄養素に比べて吸収率は低めですが、骨を作るだけでなく生命維持のために重要な働きをしています。そのため、体内の

わが家ではキノコやサケをチーズ焼きやグラタンにしたり、小松菜や厚揚げのおみそ汁に牛乳を入れたりして、さまざまな食材と乳製品を合わせたレシピにしています。カルシウムを含むバランスの良い食事と適度な運動や日光浴をすることで元気な骨作りを目指しています。

先日、息子が運動中に骨折をしてしました。診断は全治1、2ヶ月とのことでしたが、これが大人になるとその倍の時間がかかるそうです。成長期の子どもの力はすごいですね。しかし、骨は成長するときや骨折のときだけ新しく作られるわけではありません。大人になつても常に古い骨が壊され、新しい骨が作られるという新陳代謝をしています。年を重ねて、その壊されるスピードに対して作られる力が追い付かなくなつてしまふと、骨が弱くなつてしまします。つまり骨を作ることは、誰もがいつでも必要なのです。

骨を作る上で一番大切なのはカルシウムです。カルシウムは他の栄養素に比べて吸収率は低めですが、骨を作るだけでなく生命維持のために重要な働きをしています。そのため、体内の

カルシウムが不足すると、骨からカルシウムを溶かして使います。また、カルシウムが余ると骨にため込みます。骨はカルシウムの貯蔵庫のような役割をしているのです。そしてカルシウムをため込んでいる骨の方が強い骨といえます。なので、私はちは体内のカルシウムが不足しないよう食事から摂取しておく必要があります。

カルシウムを多く含む食品には牛乳などの乳製品や小魚などが挙げられますが、小松菜や厚揚げなどにも多く含まれます。また、ビタミンDを一緒に摂取することでカルシウムの吸収を高めてくれるため、キノコ類やサケ、卵なども併せて食べるなどをお勧めします。また、小松菜やブロッコリーなどに多く含まれるビタミンKや海藻や豆腐などに含まれるマグネシウムも骨を作る手助けをしてくれます。

たっぷり野菜とワードで
コクある一品



焼きビーフン

材料	4人分		
ビーフン	200g	サヤエンドウ	8枚 A
豚肉(薄切り)	150g	ショウガ(みじん切り)	大さじ1 スープ 200ml
干しいたけ(戻したもの)	大2枚	ニンニク(みじん切り)	小さじ1 しょうゆ 大さじ3
ニンジン	30g	ネギ(みじん切り)	1/2本分 酒 大さじ1
キャベツ	150g	ラード	大さじ2 塩・砂糖 各小さじ1/2
			こしょう 少々 ごま油 小さじ2

作り方

- ①ビーフンは熱湯で3分ゆで、水洗いして食べやすい長さに切る。
 - ②豚肉は1cm幅、干しこじたけは細切り、ニンジンは短冊切り、キャベツは1cm幅に切る。
 - ③サヤエンドウは筋を取り、熱湯で塩ゆでして斜め半分に切っておく。
 - ④フライパンを熱してラード、ショウガ、ニンニク、ネギを入れ、香りが出たら、②とビーフンを加えて炒めてAを入れ、味をなじませる。
 - ⑤③を散らし、皿に盛る。

私の食育日記

食育インストラクター●岡村麻純



①わらなどで編んで米や炭を詰めます
 ②「や（）」のこと
 ③「や（）」のこと
 ④「や（）」のこと
 ⑤長く連れ添った夫婦は似てくると
 ⑥アキアカネ、オニヤンマといえは
 ⑦からすみはボラなどの——を加工
 ⑧明日の授業に備えて——をした
 ⑨食パンのふちの部分
 ⑩筒に強く息を送り込んで矢を飛ば
 ⑪筒に強く息を送り込んで矢を飛ば
 ⑫明日の授業に備えて——をした
 ⑬派手なところがあります
 ⑭食パンのふちの部分
 ⑮明日の授業に備えて——をした
 ⑯明日の授業に備えて——をした
 ⑰天竺牡丹（てんじくぼたん）とも
 ⑱呼ばれるキク科の花
 ⑲房で売られる果物
 ⑳神の起こした洪水を箱舟で乗り越
 ㉑一時的に寝ること
 ㉒牡丹（てんじくぼたん）とも
 ㉓えました
 ㉔天竺牡丹（てんじくぼたん）とも
 ㉕呼ばれるキク科の花
 ㉖一時的に寝ること

タテ
のカギ

ヨコ
のカギ

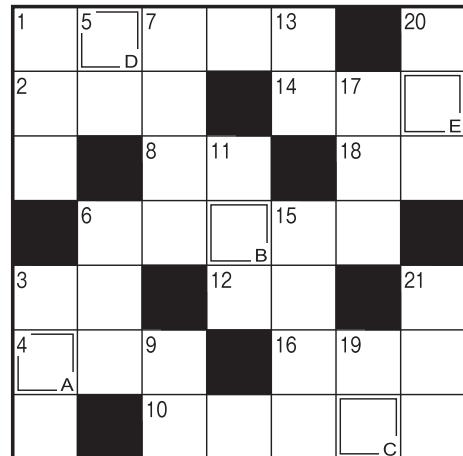
- 9月2日は——の日。ハズレくじ対象の抽選もあります
- ドミソとかドファラとか
- 握りすしを数えるときに使う言葉
- ミョウガはこの部分や若い茎を食べます
- 前身は江戸です
- 敬老の日に——へ日本酒を贈った
- 素晴らしい考え方のこと
- 南の島に似合う植物
- 手振りを交えて説明した
- 急須のお茶を注ぎます
- ノブを持ってあけます

答え

A
B
C
D
E

クロスワード
パズル

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？



出題●ニコリ

ハガキの応募先

〒351-0023 朝霞市大字溝沼466
JAあさか野 生活広報課 行

締切日

令和6年9月30日（月）必着

正解と当選者の発表は11月号の紙面にて掲載

【個人情報の取り扱いについて】
ご応募いただきましたハガキなどの個人情報について、原則JAあさか野広報誌「あさか野」以外には使用いたしません。

7月号の答え
サルスベリ

7月号当選者 おめでとうございます

- 朝霞市溝沼 匿名さん
- 朝霞市上内間木 須崎正彦さん
- 和光市下新倉 柳下八恵子さん
- 新座市片山 貫井輝子さん
- 志木市下宗岡 匿名さん

応募要項

お名前（フリガナ）・ご住所・電話番号・年齢と本誌へのご意見・ご要望、ご感想などを書き添えのうえ、最寄りの店舗にお持ちいただか、左の宛先までご応募ください。

また、匿名やペンネームの場合であっても、ご意見・ご要望については、お名前などを掲載させていただきますので、予めご了承ください。

11月号お題

収穫祭・サトイモ・柿

※お題以外の話題もお待ちしております。

ご応募！お便りおまちしております

こしの逸品プレゼント

クロスワードパズル正解者、
読者からのお便りにご記入を
いただいた中から抽選で5名
様に埼玉県産コシヒカリをプ
レゼントいたします。

※こしの逸品の販売が終了した場合は、管内で採れた
埼玉県産米のプレゼントとなります。予めご了承ください。





店舗のご案内

Access

本店 〒351-0023 埼玉県朝霞市大字溝沼466
TEL.048-451-1122 FAX.048-451-1121
営業時間 9:00~17:00

総合相談センター 〒352-0011 埼玉県新座市野火止5-7-22
TEL.0120-17-4160(イーナよいローン)
TEL.048-489-1200 FAX.048-489-1201
営業時間 平日/9:00~17:00 土/9:00~17:00
※毎週水曜日、日曜日、祝日、振替休日、年末12月31日、年始1月1日~3日はお休みとさせていただきます

野火止支店 〒352-0011 埼玉県新座市野火止5-7-22
TEL.048-478-5500 FAX.048-478-5300

新座支店 〒352-0015 埼玉県新座市本多1-11-1
TEL.048-478-1017 FAX.048-478-2120

朝霞支店 〒351-0023 埼玉県朝霞市大字溝沼466
TEL.048-461-0032 FAX.048-466-5363

志木支店 〒353-0002 埼玉県志木市中宗岡1-4-41
TEL.048-471-0011 FAX.048-475-0569

和光支店 〒351-0112 埼玉県和光市丸山台1-7-9
TEL.048-461-2113 FAX.048-466-5642

ライフサービス 〒352-0011 埼玉県新座市野火止5-7-22 2階
TEL.0120-24-4994(24時間よく供養)
TEL.048-450-5252 FAX.048-469-6638
営業時間 平日/9:00~17:00

※フリーダイヤルは24時間365日対応可能です。なお、葬儀関連以外のご相談は受付できません

経済配達センター 〒351-0023 埼玉県朝霞市大字溝沼466
TEL.048-451-1133 FAX.048-451-1131
営業時間 平日/9:00~16:00
土曜日/9:00~12:00

新座農産物直売センター 〒352-0011 埼玉県新座市野火止6-1-48
(愛称 とれたて畑) TEL.048-483-7200 (ふるさと新座館1階)
営業時間 平日/10:00~17:00
土日祝/9:00~17:00
営業日 月曜日、年末年始を除き毎日営業

和光農産物直売センター 〒351-0192 埼玉県和光市広沢1-5
(愛称 ふれあい畑) TEL.048-461-0850 (和光市民文化センター展示棟地下1階)
営業時間 平日/10:00~17:00
土日祝/9:00~17:00
営業日 水曜日、年末年始を除き毎日営業

◎各支店営業時間 平日/9:00~15:00
ATM 平日・土日祝/8:00~21:00

■詳しい取り扱い業務に関しましては、
本店または最寄りの各店舗にお問い合わせください。

■営業時間等は変更になる場合があります。
変更時はHPでお知らせいたします。



今月のあなたの運勢

9月

牡羊座 3/21~4/19

〈全体運〉 考え事が多そうですが神経質になり過ぎないように。土と触れ合う時間が心を癒やしてくれます。観劇にツキ
〈健康運〉 家の中の危険箇所をチェックしてけがを防止
〈幸運の食べ物〉 サトイモ

牡牛座 4/20~5/20

〈全体運〉 実り多い月。収穫を楽しめましょう。会合には出席を。楽しいことは率先して取り組んで。連絡を密にすると◎
〈健康運〉 体操教室に参加を。仲間と一緒に取り組んで
〈幸運の食べ物〉 リンゴ

獅子座 7/23~8/22

〈全体運〉 おいしいものを食べたり芸術に親しんだり。秋を満喫するト開運。友人との外出にもツキがあります。絵手紙が吉
〈健康運〉 香りの良い飲み物と好きな曲でリラックス
〈幸運の食べ物〉 キウイモ

乙女座 8/23~9/22

〈全体運〉 パワフルに過ごせます。今月なら強気もプラスに。押してくれるのもアリ。心のフォローは忘れずに
〈健康運〉 ストレッチで体をほぐしで血行を促進
〈幸運の食べ物〉 イチジク

射手座 11/23~12/21

〈全体運〉 滞んだと思っていたことがひっくり返されることがあります。アフターフォローを心がけて。仕事優先が吉
〈健康運〉 エアコンの効き過ぎに注意。トイレは早めに
〈幸運の食べ物〉 ニンジン

山羊座 12/22~1/19

〈全体運〉 運勢は活気つき想定外の動きがあります。ドキッとしていますが乗ってみるのも一興。長期計画のスタートが吉
〈健康運〉 湿疹や虫刺され、小さなけがに気を付けて
〈幸運の食べ物〉 ダイコン

9月号 編集日記

T職員

今年の夏は天候が不安定でしたね。さて、9月1日は「防災の日」です。関東大震災を教訓に、災害への備えが大切です。防災食の定番、乾パンは賞味期限が長いですが、賞味期限切れになることも。そこでおすすめなのが「ローリングストック」です。普段から少しずつ消費し、新しいものを補充することで、常に新鮮な備蓄食をキープできます。乾パンのレシピも豊富なので、ぜひ試してみてください。防災意識を高め、万が一に備えましょう。

双子座 5/21~6/21

〈全体運〉 戸惑うことがあって当たり前。不測の事態が生じたときこそ落ち着いて。あなたの冷靜さが事態を鎮静化させます
〈健康運〉 おいしいものもほどほどに。野菜多めでバランス良く
〈幸運の食べ物〉 ナメコ

天秤座 9/23~10/22

〈全体運〉 多方面から頼りにされて大変そうですが、やればやっただけのかいがあります。上昇運です。前向きに捉えて
〈健康運〉 カルシウムをしっかり取って骨密度をアップ
〈幸運の食べ物〉 柿

水瓶座 11/20~2/18

〈全体運〉 急がば回れ。結果だけを追い求めず過程も大切に。信頼関係の構築を心がければ今後の礎に。読書にツキあり
〈健康運〉 オーバーワークや介護疲れに留意。休憩を
〈幸運の食べ物〉 栗

蟹座 6/22~7/22

〈全体運〉 せっかちになってしまいがち。喜んでもらえる話でも相手の了承を得てから進めましょう。「報連相」が大事です
〈健康運〉 画面の見過ぎに注意。肩凝りは早めにケアを
〈幸運の食べ物〉 スダチ

蠍座 10/24~11/22

〈全体運〉 状況が次第に整ってきます。今のペースで進めて。変化をうまく取り入れましょう。友人との外出にツキ
〈健康運〉 活動的なほど◎。シェイプアップにも良いとき
〈幸運の食べ物〉 ネギ

魚座 12/19~3/20

〈全体運〉 いら立ちは抑えて。温厚な態度が周囲を和やかにし、あなた自身にもいい流れが返ってきます。金運が良好
〈健康運〉 不調は解消へ。コンディション維持をテーマに
〈幸運の食べ物〉 ハクサイ

8月

理事会報告

令和6年8月28日(水)

- 第8回臨時総会の開催について
- 支店事業運営協力委員会の開催について
- 令和6年度農政活動に関する陳情等について
- 月次決算について
- その他

組合員の皆様へ

Jewelry Fair 2024

ふれあいジュエリー展

日時
10月8日(火)10:00~18:00
10月9日(水)10:00~16:00
和光支店 2F 特設会場
10月11日(金)10:00~18:00
10月12日(土)10:00~16:00
新座支店 2F 特設会場

※ジュエリー展に関するお問い合わせは、JAあさか野各支店まで。



Eternally

~永遠に輝く地球からの贈り物~

ジュエリーの永遠性は
めぐりめぐって代々受け継いでいただけます。
宝石達のきらめき、誰かを想う美しいこころのきらめき。
かけがえのない Eternally なきらめきをお届けいたします。

Small collection of Sparkles

小さな輝きの集合体

初出展

ダイヤモンド サファイア

一つ石としての輝きだけでなく、たくさん組み合わせることによってさらに別の輝きを見てくれる、地上最高の輝き、ダイヤモンド。たくさんのカラーを楽しめるサファイア。デザインによってさまざまな輝きを放つジュエリーとしてここにご用意しました。

MO-1 健康ジュエリー

一般医療機器

最新鋭機器「血管美人」を使った体験コーナー

指先（左手薬指）の毛細血管および、その直流を観察する特殊顕微鏡で、採血、穿刺などの有痛行為なしで毛細血管の状態が観察できるシステムです。病院やエステなど幅広い分野で取り入れられています。

リ・ジュエリー

お手持ちのジュエリーが新しく生まれ変わります。

ご自分に娘さん、お孫さんに

永遠に受け継がれていくジュエリー

価値あるジュエリーを永くご愛用いただくために…お手持ちのジュエリーを作り替えいたします。

思い出のメイストーンを活かし、新しく生まれ変わります。

立花リングをお持ちください!

Before After

アフターサービス ジュエリー工房

お手持ちのジュエリーでお困りのものや修理、クリーニングご希望のものをご持参ください。

ゆがみ・小傷・汚れ
変形・小キズ・全体の汚れ等、専門の職人がお手持ちの品を新品仕上げします。

サイズ直し、ネックレス修理も承ります。

新品仕上げ説明動画
ぜひ動画をご覧ください!

お一人様各種サービス
1点無料

●洗浄・新品仕上げ
●指輪サイズ直し
●ネックレス修理

※場合によっては修理できないものや、有料のものもございます。

Jewelry Special Price

厳選されたジュエリーを
メーカー通常小売価格より
50%OFF にてご提供させて頂きます。

Watch Collection

時計コレクション

CITIZEN Eco-Drive エコ・ドライブ ~光で動き続ける~

写真はイメージです。

JA あさか野

株式会社 オンワードコーポレートデザイン

本

店/〒351-0023 埼玉県朝霞市大字溝沼466 TEL.048-451-1122

J A あさか野総合相談センター 0120-17-4160 (イーナヨイローン) / お客様のいろいろな要望に対して、安心できるご提案をいたします。
J A あさか野ライフサービス 0120-24-4994 (24時間よく供養) / 葬儀専用フリーダイヤル…24時間365日対応可能

野新朝志
火止支店 TEL.048-478-5500 和光支店 TEL.048-461-2113
座支店 TEL.048-478-1017 経済配達センター TEL.048-451-1133
霞支店 TEL.048-461-0032 新座農産物直売センター TEL.048-483-7200
木支店 TEL.048-471-0011 和光農産物直売センター TEL.048-461-0850

■詳しくは、各店舗にお問い合わせください。

JAあさか野の
情報いっぱい!

公式HPは
コチラから



JAあさか野
LINEはじめました

公式
LINEは
コチラから

