

地 域 と と も に 未 来 へ 「ス ク ラ ム」

SCRUM

2024

新1年

No.255



JAおいらせ
広報誌

年頭のご挨拶 2

節税対策しながら年金積立 4



JAおいらせ本店から見える八甲田山

年頭のご挨拶



代表理事組合長

中屋敷 一夫

農家組合員の所得向上と 生産の維持拡大へ

新年あけましておめで
とうございます。

組合員の皆様方におか
れましては、健やかな新

春をお迎えのこととお慶
び申し上げます。また、

日頃より当JA事業に多
大なご理解とご協力を賜
り厚く御礼申し上げま
す。

昨年は、5月に新型コ
ロナウイルス感染症の感
染法上の位置付けが5類
となり、感染対策につい
ては個人・事業主の判断
が基本となりました。そ
れに伴い、徐々にコロナ
前に戻りつつある部分も
散見されますが、コロナ
によつてもたらされた極
めて深刻な国内経済状況
からは、完全な回復とは
ほど遠い状況が続いてお
ります。

そうした中で、ロシア
によるウクライナ侵攻は、
依然として終わりの見え
ない状況となつておりま
す。また、円安、エネルギー
情勢等による物価高
騰の影響は、国内経済へ
更なる打撃を与えており、
家計にも響いています。

組合員の皆様方におか
れましては、健やかな新
春をお迎えのこととお慶
び申し上げます。また、
日頃より当JA事業に多
大なご理解とご協力を賜
り厚く御礼申し上げま
す。

昨年は記録的な猛暑の
年であり、全国的に多く
の農畜産物が被害を受け
ました。当JA管内の農
畜産物も猛暑による影響
を受けた品目もあり、影
響は長期に及んでおりま
す。そのような中で、全
国市場、消費者に農畜
産物を届けることができ
てありますのも、生産者
の皆様のご努力によるも

のであります。改めて敬
意を表するとともに、計
画出荷と安定出荷へのご
協力に感謝を申し上げま
す。

これからも産地の維持
と生産者の経営安定に向
け、担い手農家への訪問
活動と農作業受託の強
化、求職者と農家のマッ
チングや農業ボランティ
アの受け入れなど、労働
力不足の解消に向けた取
り組みを積極的に進めて
参ります。

今後も自慢の農畜産物
を全国へ発信し、地域の
産業振興と地域に貢献す
る組織をめざすとともに、
不断の自己改革をすすめ
るべく、役職員が一体と
なつて努力して参ります
ので、組合員の皆様には、
変わらずのご支援を賜り
ますよう、よろしくお願
い申し上げます。

結びに、本年も皆様が
御健勝で御多幸でありま
すよう、心からお祈り申
し上げ、新年のご挨拶を

致します。

**謹んで
新年のご挨拶を
申し上げます**

代表理事組合長 中屋敷 一夫

代表理事専務 今出川 弘

常務理事 小比類巻 正志

理事 千葉 勝雄

理事 坂岡 直哉

理事 金沢 幸弘

理事 赤石 義昭

理事 浪岡 英悦

理事 沖沢 英一

理事 高屋敷 恵子

理事 萩田 弘子

理事 角石 二郎

常勤監事 久保 稔

監事 下田 利昭

監事 小湊 清美

監事 種市 誠

監事 史

ほか職員一同

今月のあなたの運勢 ★1月

老後の備えは 國民年金 + 農業者年金 節税対策しながら 年金積立!

老後生活
への備えは
十分ですか?



ポイント
1

支払った保険料は
全額社会保険料控除の対象!

ポイント
2

運用益は非課税!
そのほか生涯を通じて様々な税制面での優遇措置がある!

ポイント
3

農業経営の状況に応じて
保険料を増額し、節税額をアップ!

詳しくは…… 農業者年金基金

検索

<https://www.nounen.go.jp>



ポイント
1 の説明

積立てる保険料は、社会保険料控除の対象となり、大きな節税効果があります。

積立てる保険料は、将来年金として受けられるというメリットだけでなく、支払った家族分の保険料も含めて社会保険料控除の対象となり、大きな節税効果があります。

保険料月額 6万7千円を払えば、年間 80万4千円が社会保険料控除の対象となり、課税対象所得が330万円超695万円以下であれば、1年で約24万4千円の節税ができます。

同一生計の配偶者や後継者の保険料を支払った場合は、額に応じて節税額が増えます。

保険料控除分の節税額(所得税・住民税)の目安

課税対象所得	税率	保険料月額 2万円 (年額 24万円)の場合	保険料月額 6万7千円 (年額 80万4千円)の場合
195万円以下	15.1%	3万6千円	12万1千円
195万円超 330万円以下	20.2%	4万8千円	16万2千円
330万円超 695万円以下	30.4%	7万3千円	24万4千円

※保険料支払分で控除される所得税十復興特別所得税十個人住民税の額の試算です。保険料支払い後も保険料支払い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ます。

ポイント
2 の説明

運用益は非課税! 制度発足以降19年間の運用利回りは、年率で+2.97%!

積立方式・確定拠出型の年金です。運用益は非課税で年金の原資として積み上がります。

毎年度の年金試算の積立・運用状況は毎年6月末までにお知らせをしています。これにより、自分の積み立てた額や運用益の状況がわかるようになっています。なお、事務経費は国が負担しているため、支払った保険料の全額が運用されます。

年金資産の運用実績

年度	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
修正総合利回り(%)	-4.65	5.99	3.4	9.8	3.27	-4.73	-9.25	9.14	-0.06
H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2
2.36	9.62	7.75	8.78	-0.69	3.26	4.75	1.71	-2.08	10.82

平均運用利回り 年率で+2.97%

ポイント
3 の説明

農業経営の状況に応じて保険料を増額し、節税額をアップ!

農業経営にゆとりが出たときは、保険料の毎月の保険料額を増額したり、翌年1年分をあらかじめ一括して納付する「前納納付」で当年中に納付する保険料額を増やして、節税額をアップすることもできます。

死亡一時金もあり安心、しかも死亡一時金も非課税

80歳前に死亡した場合には、80歳までに受け取る農業者老齢年金の現在価値相当額を一時金として遺族が受け取れ、死亡一時金は非課税です。※加入期間等により支払った額を下回ることがあります。

受け取る年金は公的年金等控除が適用

農業者年金の内容やご相談については、
最寄りの農業委員会かJAまたは農業者年金基金
にお問い合わせください。

独立行政法人 農業者年金基金

●専門相談員

TEL : **03-3502-3199**

●企画調整室

TEL : **03-3502-3942**

2022.5

蠍 座
10/24~11/22

【全 体 運】コミュニケーション運が活発化。あなたが間に入れば
問題は解決へ。情報収集をしっかりし冷静に対応しましょう。
【健 康 運】友人との運動やおしゃべりが健康を保つこと。
【幸 運 の 食 物】ゴボウ

天秤座
9/23~10/23

【全 体 運】家族や家の中のことを後回しにしないように。身の回りの
ことを優先させねば危険を回避できます。掃除は丁寧に。
【健 康 運】無理は禁物。適度に休憩し疲れをためないように。
【幸 運 の 食 物】京ニンジン

ごぼうのPR活動



朝の情報番組「THE TIME」(TBS)に、やさい推進委員会三沢地区ごぼう部会長の田中継美さんと女性部三沢支部の小比類巻眞弓さんが出演し、旬の時期のごぼうとおすすめの調理方法を紹介しました。初めに田中継美さんとアナウンサーがごぼうを手で掘る様子を紹介し、続いて小比類巻眞弓さんが簡単にできる「ごぼうチップス」の作り方と味付けのバリエーションを披露しました。

また、田中継美さんは、関東圏で放送されている夕方の情報番組「マチコミ」(テレビ埼玉)の日替わりコーナー「おいしさまるごとマイスター」にも出演し、ごぼうの魅力や家庭での保管方法、JAおいらせ管内の風土がごぼう栽培に適している理由などを紹介しました。最後に「ごぼうサラダパン」を司会のダイアモンド☆ユカイさんが試食し「食物繊維も豊富でパンにも合うごぼうは最高！」と紹介してくれました。

今後もTV番組やメディアを通じて、ごぼうをはじめJAおいらせの農産物の魅力を発信していきます。



「THE TIME」に出演した田中継美さんと小比類巻眞弓さん



長いもすいとん

[材 料] 2人分

長いも	120g
A	
片栗粉	20g
薄力粉	20g
塩	少々
鶏もも肉	1/2枚
干ししいたけ	2枚
しめじ	1/2パック(50g)
ごぼう	1/3本
人参	3cm
長ねぎ	1/2本
B	
水	400ml
酒	25ml
薄口しょうゆ	25ml
みりん	25ml
ほんだし	大さじ2

長いも

滋養強壮に効果があり「山うなぎ」と呼ばれることがある。

今回は立崎です。



冬は特産物の根菜類が大活躍する季節。汁物、鍋物には欠かせない食材です。

長いも…栄養が豊富で健康や美容に良い。ごぼう…ビタミン、食物繊維が豊富、便秘解消には最適。人参…βカロテン、食物繊維などが多く、視力回復、むくみ予防におすすめ。

[作り方]

- ① 鶏肉は食べやすい大きさに切る。干ししいたけは水につけて戻し、千切りにする。
- ② しめじは小房に分け、ごぼうはささがきにして水にさらして水気を切る。人参はいちょう切りに、ねぎは斜め薄切りにする。
- ③ (すいとん作り) 長いもは2~3cmの厚さに切り、水から茹でてやわらかくなったらざるに上げる。熱いうちにつぶす。Aを加えて手につかなくなるまで混ぜあわせ、棒状にまとめて1cm幅に切る。
- ④ 鍋にBと鶏肉、しいたけ、しめじ、ごぼう、人参を入れて火にかける。煮だったら③の1cm幅に切ったすいとんを入れる。浮いてきたらねぎを入れてサッと煮る。



冬期間土曜日の営業時間変更について

平素より当農協事業に格別の御高配を賜りまして厚くお礼申し上げます。

さて、この度、当農協では、昨年度に引き続き、働き方改革の一環として令和6年1月1日より職員の総労働時間短縮などの施策を実行させていただく事になりました。

つきましては、期間中の土曜日営業を下記のとおり変更させていただきます。

今後も更なるサービス向上に努めてまいりますので、何卒、ご理解賜りますようよろしくお願い申し上げます。

実施期間 令和6年1月1日～令和6年2月29日間の各土曜日

部署名	変更後(新)	現行(旧)	備考
本店 事務所	休業	8:30～12:00	
六戸支店 事務所	休業	8:30～12:00	
購買資材センター	休業	8:30～12:00	
北部事業所	休業	休業	
七百出張所	休業	8:30～12:00	
販売課 浜三沢施設	休業	8:00～12:00	野菜荷受け休みになります
販売課 予冷庫施設(三沢・六戸)	休業	8:00～12:00	野菜荷受け休みになります
販売課 岡沼施設	休業	8:00～12:00	野菜荷受け休みになります

※ 年始(1月1日～1月3日)については全部署休業させていただきます。

山羊座

12/22～1/19

【全 体 運】勢いがあります。計画を実行に移しましょう。会合では発言を。あなたの意見が好結果につながります。周りへの協力が吉。
【健 康 運】頭痛は早めにケアを。目の疲れに効くマッサージも◎
【幸運の食べ物】芽キャベツ

射手座

11/23～12/21

【全 体 運】あれもこれもと欲張ると收拾がつかなくなってしまいそう。あなたにとって大事なことを優先して。観劇にツキ。
【健 康 運】おいしい食事で元気をチャージ。旬の食材が吉。
【幸運の食べ物】サトイモ

◎ 今月のおたより



『今年の思い出』

▼9月～10月の2カ月間で千葉に出張に行きました。今年の暑さには参りました。

Hさん

▼今年から後期高齢者になって健康で元気に過ごせた事かな。

Tさん

▼なんといっても正月の「ニシメ」。シャモロックのガラでだし汁ると最高においしいコクがある。それにヤマイモを入れるとさらに食べ応えがある。楽しみだな。

Sさん

▼5月に五戸町にある正子（じょうこ）のチューリップ園へ娘といつたことも今年の思い出のひとつです。色とりどりのチューリップで、私たちを元気してくれました。すごいところですー是非訪れてみて下さいね。

Nさん

▼年金友の会のバス旅行で福島に行つきました。久しぶりの旅行楽しかったです。来年も楽しみにしています。

Sさん

▼今年次男に長女が生まれました。昨年の11月から嫁さんが入院したので大変。孫（2歳）の世話を等で次男の家に行って、慣れない土地での孫の相手はとても大変でした。あれからもう一年近く：早いものですね。

Sさん

▼青森のおばあちゃんがきっかけで広報誌スクランブルを読み毎月の楽しみになつたことが大きかったです。お隣の県民の私ですが今後ともよろしくお願いします。わんこもちゃん

▼今年の思い出は、俳句教室に通つていて、

▼4～5年ぶり位に神宮球場で乃木坂46のライブに行つたことです。

Tさん

先生にいいねと褒められたことですね。先生、これからもよろしくお願ひします。

鈴之助さん

▼3年ぶりに夏祭りに行つた事です。久しぶりの祭りでしたのでとてもぎやかでした。

たるやんさん

▼今年結婚30年を迎える夫をリホームしたこと、両親と温泉旅行をしたことが今年一番の思い出です。

ベックさん

▼阪神タイガースがアレしたことです。

Kさん

▼農作業が終わり、5年ぶりに東京へ行つきました。いっぱい歩いて、食べて、楽しんできました。

Tさん

▼4年ぶりに海外旅行（アメリカ）に行きました。やはり旅はいいですね。次は台湾に行きたいです。

Sさん

▼今年は暑さの厳しい年でした：コロナも緩和されてきて、世の中も動き出してきます。家計には物価高が響いています。来年は、少しでも良い事が増える年になればいいですね。

Sさん

▼とにかく一言で「忙しい」年でした。様々な場所に出かけ、たくさん勉強、チャレンジできました。来年も頑張りたいと計画中です。

Aさん

▼食育ソムリエコーナーの「ごぼうメンチカツ」は、ごぼうの食感があつて、おいしそうです。

Hさん

▼JAの広報誌にハマり、JAおいらせの広報誌にたどり着きました。ホームページから閲覧ですが、旅行した気分になります。

Kさん

▼特集の農作業時の事故事例報告、凄く意義のある特集です。事故の具体例紹介により、農業従事者の事故防止意識が高まるはずです。今回の紹介にせず、出来たら毎月1件でいいので、専用ページを作り、事故撲滅を目指して、活動をして欲しいです。

正月太りに注意さん

「2024年の抱負」

次号のおたよりテーマ

新年号ということで2024年の抱負を教えてください！

応募要項

応募締切日

1月8日(月)

※当日消印有効

正解者5名様に図書カードをプレゼント。翌月上旬にお届けします。皆様からのご応募をお待ちしています。

記入事項

- まちがいさがし、またはクロスワードの答え
- おたよりテーマ／ご意見・ご感想
- 住所・氏名・年齢

応募方法

〒033-0022 青森県三沢市三沢字堀口16-7
JAおいらせ 広報係
FAX.0176-54-4470
Eメール kikaku-soumu@ja-oirase.or.jp

※ご応募いただいた個人情報は、当選者へのプレゼント発送に利用させていただきます。また、お知らせいただいた身近な話題は「今月のおたより」コーナーに掲載させていただく場合があります。

編集後記

私の今年の抱負は、3回は旅行に行くことです。

沖縄の自然を満喫したいですし、大阪で食い倒れするのもいいですね。

想像するだけでワクワクしてきました～。行けるかわからないですが(笑)

(み)

(株)ゆめグリーン代表取締役社長変更のお知らせ

前社長豊川健吉の辞任に伴い、令和5年11月29日開催の取締役会におきまして、代表取締役社長に千葉勝雄が選任され、同日付で就任したことをご報告申し上げます。

ATM廃止のお知らせ

永らくご愛顧いただきました下記のATMを令和6年3月30日をもって廃止させていただく事となりましたので、お知らせいたします。なお、廃止に伴いご利用の皆様には大変ご不便をおかけいたしますが、近隣のATM、または提携金融機関、セブン銀行等コンビニエンスストアに設置のATMのご利用をお願いいたします。

1. 廃止するATM

本店店内キャッシュコーナー（住所：三沢市大字三沢字堀口16-7）

三沢市立三沢病院内キャッシュコーナー（住所：三沢市大字三沢字堀口164-65）

六戸支店内キャッシュコーナー（住所：六戸町大字犬落瀬字柴山2-62）

2. 廃止する日時

令和6年3月29日(金) 16:00

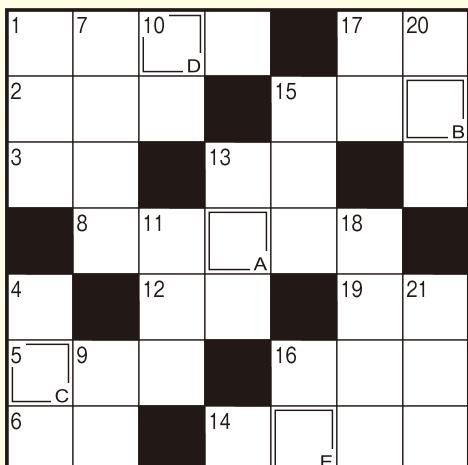
(三沢病院キャッシュコーナーは令和6年3月30日(土) 14:00)

この件についてのお問い合わせ先 金融部

本店 金融課 0176-54-3420 (金融課直通)

六戸支店 金融課 0176-55-3101 (代表番号)

今月のまちがいさがしはお休みです。



答え

A	B	C	D	E



12月の答え=シクラメン

先月の正解者は22名でした。

クロスワードクイズ

出題●ニコリ

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？



ヨコのカギ

- おせち料理にも使うニシンの卵巣の加工品
- 旅行前に—ブックを買った
- 俳人が名作を生み出した地に建てられていることも
- 北を向いたとき西になる方向
- 丁寧にいうとご飯です
- 横綱を先導して土俵に上がります
- セイウチの口からによっきり
- 農地——、道路交通——
- DNAが含まれる体の設計図。——操作
- 猫が中で丸くなっているかも
- 不要物を可燃、——、資源ごみに分別した
- 彼女は——を言わせず彼を外に連れ出した
- エレベーターの表示では「B」



タテのカギ

- 大学入学共通テストの理科の科目の1つ
- キウイやポンカンの生産量が日本一の県
- エッセーともいいます
- かつお節や昆布で取ります
- ガラガラとうがいをして洗うもの
- ゆでた麺をざるにあけて行います
- 大股の人は広めです
- カメやカッパの背に付いています
- や硯(すずり)を用意して書き初めをした
- カラオケで楽しむもの
- の計は元旦にあり
- 旧暦1月の異称
- 見張ること。—カメラ

みんなのひろば

地域とともに未来へ「スクラム」

SCRUM



JAおいらせ 広報誌 Vol.255 2024年1月

発行 〒033-0022 青森県三沢市大字三沢字堀口16-7

編集 JAおいらせ ☎0176-54-2211 HP <http://www.ja-oirase.or.jp/>

発行日 2024年1月

