

女性部会だより

No.325

令和6年7月号

JA豊橋女性部会

問合せ・お申込み
☎25-9225

第27回女性部会総会

5月20日にJA豊橋本店で女性部会総会を行いました。本年も事前に書面議決を行い、会場には令和5年度と令和6年度の女性部会役員が出席しました。全ての議事が承認され、令和6年度の本部役員・各支部の役員も承認されました。本年度も、みなさんの意見を基に各種行事を行ってまいります。

新役員紹介

令和6年度の本部・各支部の新役員の方々です。よろしくお願い致します。

会 長	内藤美子	副会長	大竹榮美子	副会長	鈴木美穂子	会 計	加藤富久美	監 事	佐野恵美子
二 川	渡辺たかね	細 谷	山本明子	小 沢	朝倉米子	高 豊	梅村昇子	杉 山	大西計江
老 津	松井素美	大 崎	白井品江	植 田	荒津多恵子	野 依	前田定子	高 師	吉田真理子
磯 辺	山本裕子	福 岡	高木玖美子	西	井上典子	吉田方	藤城ひろみ	前 芝	石原豊子
津 田	朝倉富美子	大 村	夏目照子	石 巻	佐野恵美子	牛 川	坪野幸子	東 田	高橋道子
岩 田	尾崎容子	天伯原	村松桂子	大清水	鈴木美乃				



NEW 運動教室～コグニサイズ体験～参加者募集

☆頭と体を同時に使いながら運動をしていきます。フレイル予防に興味のある方は是非ご参加ください。当日「セルフチェック」にて体調確認を行い該当項目がある際は、運動は控えていただく場合があります。(血圧が収縮期血圧180mmHg以上または拡張期血圧100mmHg以上の場合) 膝・腰に痛みのある方や持病のある方は、主治医の許可を得て参加してください。

開催日時 7月25日(木) 午前9時～10時30分
会 場 JA豊橋 本店1階
内 容 頭も身体も元気ハツラツ！
～やってみよう！コグニサイズ～
定 員 10名～15名
持 ち 物 筆記用具、飲み物、運動のできる服装・運動靴
参 加 費 一人500円(お茶1本付き)
締 切 日 7月12日(金)

親子料理教室参加者募集

☆JAあいち厚生連より管理栄養士を招いて調理実習を行います。

テ ー マ 「給食献立をつくってみよう！」

内 容 【行事や郷土料理も給食から学べる】

学校給食では、季節の節目に食べる行事食や、地元ならではの味を伝える郷土料理が献立に取り入れられているので食文化を学ぶ事もできます。また、地元でとれる野菜などを使う地産地消の取り組みも行われています。さらに、家庭での食事で摂取量が不足していると推測される栄養素を、可能な範囲で学校給食により補うなどの工夫もされています。

今日の献立 ・フライパンで手作りナン
・彩り野菜のキーマカレー
・フレンチサラダ
・フルーツヨーグルト ・牛乳
開催日時 8月8日(木) 午前10時～午後1時頃
会 場 JA豊橋 研修棟 調理実習室
講 師 JA愛知厚生連 管理栄養士
定 員 小学生以上の親子12組まで(24名)
持 ち 物 マスク、エプロン、ハンドタオル、筆記用具
参 加 費 1,100円(1組)
締 切 日 7月31日(水) ※定員に達し次第締め切り

健康料理教室参加者募集

☆8月は親子料理教室と同じテーマで「給食献立を作ってみよう！」です。

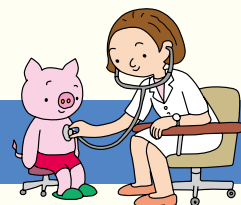
今日の献立 ・フライパンで手作りナン
・彩り野菜のキーマカレー
・フレンチサラダ
・フルーツヨーグルト ・牛乳

開催日時 8月22日(木) 午前10時～午後1時頃
会 場 JA豊橋 研修棟 調理実習室
開催日時 8月23日(金) 午前10時～午後1時頃
会 場 石巻構造改善センター料理教室
(各回とも)
講 師 JA愛知厚生連 管理栄養士
定 員 20名程度
持 ち 物 マスク、エプロン、ハンドタオル、筆記用具
参 加 費 600円 締 切 日 各開催日の10日前まで

※女性部だよりでの案内は、親子料理教室と健康診断募集を除き女性部会員限定の募集となっております。女性部会へのご加入は最寄りの支店で手続きを行ってください。(年会費500円、印鑑が必要です)

健康診断のご案内

総務部 組合員課
問合せ ☎25-9225



自分の体を知るために、年に一度は定期健診を受けましょう。健康診断は女性部会員以外の方でも受けることができます。大腸がんにかかる人の割合が年々多くなってきています。大腸がん検診も人間ドックと併せて受診することをお勧めします。

集団人間ドック健診メニュー

(税込)

- ◆問診
- ◆診察
- ◆身体測定（身長・体重・腹囲）
- ◆血圧測定
- ◆尿検査（尿糖・尿蛋白・尿潜血）
- ◆心電図
- ◆胸部レントゲン
- ◆選択項目（どちらかお選びください）
 - ①胃バリウム検査（バリウムを使ったX線検査）……………料金 **9,410円**
 - ②胃ピロリ菌(ABC)検査(血液検査でピロリ菌感染の有無を調べ胃がんのリスクを判断します)……………料金 **9,410円**
 - ③ベーシックコース(健診メニューの問診～胸部レントゲンまでの内容)……………料金 **6,390円**

※お申込後、問診票・結果表につきましてはご自宅に郵送いたします。
 ※豊橋市国民健康保険加入者で40～74歳までの方と、豊橋市後期高齢者医療保険加入者の方は、特定健康診査受診券＋保険証を健診当日受付にお持ち頂くと、特定健診部分の料金が健康保険より助成されます。（年齢対象外の場合や、その他社会保険などに加入されている場合は健康保険からの助成は受ける事はできませんので、ご了承ください。）

- ★オプションのみの受付はできませんのでご了承ください。
- ★ピロリ菌(ABC)検査は胃がんのなりやすさを判定する検査です。直接胃がんを見つける検査ではありません。以下の項目に該当する方は、ピロリ菌(ABC)検査結果が正確に判定できない可能性があります。
 - 胃の病気の治療中の方 ●胃切除後の方 ●胃酸を抑える薬を服用中の方 ●腎不全の方
 - ヘリコバクター・ピロリ菌除菌治療を受けた方
- ★心不全リスク検査とは、心臓に負担が加わることによって心臓から分泌されるホルモンの量を測定し、心不全(心臓に負担が掛かった状態)の重症度を調べます。尚、腎臓疾患のある方など、腎機能の低下により高値を示す場合があります。



健診のお申し込みは、各支店窓口で集団人間ドック申込書に記入してください。
 ※各会場とも、締切日前でも定員数に達した場合は、受付を終了させていただく場合がありますので、ご了承ください。

各種がん検診他

(税込)

- ◆大腸がん検査(便潜血2日法)…………… **1,100円**
- ◆腹部超音波検査(エコー検診)…………… **2,770円**
- ◆骨粗鬆症予防検査…………… **1,100円**
- ◆肺がん検査(かく痰細胞診)…………… **1,480円**
- ◆ピロリ菌(ABC)検査(血液検査)…………… **3,020円**
- ◆心不全リスク検査(血液検査)…………… **1,100円**
- ◆蜂アレルギー検査(血液検査)…………… **2,200円**
- ◆アレルギー検査(血液検査)…………… **4,950円**
- ◆甲状腺検査(血液検査)…………… **3,300円**
- ◆抗体検査(血液検査)…………… 各**3,850円**
 - ・麻疹(はしかに対する抗体の有無)
 - ・風疹(三日はしかに対する抗体の有無)
 - ・水痘IgG(带状疱疹に対する抗体の有無)
 - ・ムンプスIgG(おたふくかぜに対する抗体の有無)
 - ・新型コロナウイルス抗体検査
- ◆腫瘍マーカー検査(血液検査)
 - ・前立腺…………… **1,690円**
 - ・卵巣(ROMA)(ロマ)…………… **3,850円**
 - ・乳房 ・すい臓、胆道 }…………… 各**1,100円**
 - ・消化器 ・肝臓

開催日	開催場所	締め切り	開催日	開催場所	締め切り
令和6年7月22日(月)	石巻支店	令和6年7月1日(月)	令和6年8月8日(木)	高師原支店	令和6年7月18日(木)
令和6年7月24日(水)	第三事業所 (申し込みは大津支店)	令和6年7月3日(水)	令和6年8月9日(金)	第三事業所 (申し込みは大津支店)	令和6年7月19日(金)
令和6年7月30日(火)	いなみ支店	令和6年7月9日(火)	令和6年8月23日(金)	高豊支店	令和6年8月2日(金)
令和6年8月1日(木)	西支店	令和6年7月11日(木)	令和6年8月29日(木)	本店 (申し込みは中央支店)	令和6年8月8日(木)
令和6年8月2日(金)	本店 (申し込みは中央支店)	令和6年7月12日(金)	令和6年8月30日(金)	第六事業所 (申し込みは前芝支店)	令和6年8月9日(金)

- 当日受付時間…AM7:30
- 健診開始…AM8:20

健康診断受診者を対象に健康診断結果説明会を後日実施します。(無料) 予約制です。申し込みの際は、集団人間ドック申込書に記入してください。健康診断結果説明会には自宅に届いた結果表を必ず持ってきてください。申し込み後に、キャンセルされる場合は必ず連絡をください。(電話 25-9225 組合員課)

JA共済
びんきなカラダプロジェクト

★ご自宅近くのJAで健康診断を受けようキャンペーン

- ①対象条件
 - ・JAの組合員(正・准)及びその同居家族の方
 - ・JAあいち健診センターの実施する集団人間ドックを初めて受診もしくは過去5年間未受診(2019年4月1日以後、未受診の方が対象です)
- ②対象期間 2024年4月1日～2025年1月15日

初回受診限定
基本コース料金が
全額キャッシュバック
 (オプション料金は含みません)

健診を受けられる皆様へ

- ① 検査前日の夜9時から健診終了までは食事は控えてください。当日、水は検査2時間前までに200ml以内なら飲んでも差し支えありません。なお検査当日の内服については、心臓病・高血圧の方は検査開始2時間前までに飲んでください。
- ② 豊橋市国民健康保険、後期高齢者医療保険に加入している方は、健康保険より特定健診部分の料金が助成されます。
- ③ 健診当日「2024年度 特定健康診査受診券 又は 健康診査受診券」と「健康保険証」をお持ちください。